

AA081 “Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΟΥ ΘΕΑΤΡΟΥ ΣΤΗΝ ΑΝΑΚΤΗΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ”

Κουκουρικού Ελένη (1), Σιμωνίδου Αικατερίνη (2), Κουκουρικός Κων/νος(3)



1. Φοιτήτρια, Τμήμα Θεάτρου, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης
2. Τεχνολόγος Ιατρικών Εργαστηρίων, Msc, Αιμοδοσία, Γ.Ν.Θ Άγιος Πάυλος
3. ΠΕ Νοσηλεύτρια, Λέκτορας Εφαρμογών, Τμήμα Νοσηλευτικής, Διεθνές Πανεπιστήμιο Ελλάδος

Εισαγωγή : Το θέατρο χαρακτηρίζεται από δημιουργικότητα και παιχνίδι ρόλων, παράγοντες που ενισχύουν τη ευεξία του ατόμου. Μερικές από τις σημαντικότερες λειτουργίες που επιτελεί, είναι η προαγωγή της συνειδητοποίησης και έκφρασης συναισθημάτων, η αυτοπαρατήρηση, ο αναστοχασμός, η διαπροσωπική αλληλεπίδραση, η αποκάλυψη κρυφών πτυχών της εμπειρίας του ατόμου και η εισαγωγή νέας αντίληψης για την πραγματικότητα.(1) Η θεραπευτική και μετασχηματιστική του δύναμη ενισχύεται και από την εναλλαγή συναισθημάτων και τον αυθορμητισμό που βοηθούν στην επιστροφή στην υγεία.(2)

Σκοπός : Να προσδιοριστεί η σχέση μεταξύ της συμμετοχής στο θέατρο με την ανάκτηση ψυχικής υγείας.

Μέθοδος ανασκόπησης : Πραγματοποιήθηκε βιβλιογραφική αναζήτηση στην ηλεκτρονική βάση δεδομένων "pubmed" και μέσω της μηχανής αναζήτησης "google scholar" με τις λέξεις κλειδιά: theatre, theatrical play, narrative methods, mental health, art για το χρονικό διάστημα 2005-2019 στην αγγλική και ελληνική γλώσσα. Τελικά συμπεριλήφθηκαν στην ανασκόπηση 15 άρθρα .

Αποτελέσματα : Από την ανασκόπηση προκύπτει ότι η συμμετοχή σε δρώμενα λόγου θεωρείται η βάση για την ανάκτηση της ψυχικής υγείας. Κάθε συμμετέχων βιώνει μια μεταμόρφωση της ταυτότητας του, νιώθει ότι αποκτά φωνή, αυτοπεποίθηση και ότι αξίζει ως άτομο.(3,4) Νιώθει ότι σπάει η απομόνωση του, ότι πλέον ανήκει σε μια ομάδα και ότι αξίζει να αγαπηθεί. Η αφοσίωση τους σ' αυτό που κάνουν, τους δίνει τη δυνατότητα να πιστεύουν ότι επιτελούν κάτι με νόημα, βιώνουν ένα πρωτόγνωρο αίσθημα ελπίδας και μια ενδυνάμωση σημαντική για να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες της καθημερινότητας.(5) Θεατρικές μέθοδοι και τεχνικές λειτουργούν ως μέσο αυτοέκφρασης, συνειδητοποίησης και αλλαγής σκέψεων και συμπεριφορών, με απώτερο στόχο την ανάπτυξη και ευημερία του ατόμου.(6,7)

Συμπεράσματα : Η συμμετοχή στην ομαδική αυτή δραστηριότητα και η σημασία του νοήματος που αποδίδουν τα άτομα αυτά στη ιστορία αυτή , αποδεικνύει τη δυναμική δύναμη του θεάτρου για την ανάκτηση της ψυχικής υγείας. Λόγω της επίδρασης αυτής της μορφής τέχνης, τα άτομα προβαίνουν σε αλλαγές στην καθημερινότητα της ζωής τους και με τον τρόπο αυτό βγάζουν την ζωή τους από το τέλμα. Το άτομο συμμετέχοντας στη διαδικασία αυτή είναι ικανό να αναστοχαστεί για το παρελθόν και να οραματιστεί τον εαυτό του στο μέλλον.

Βιβλιογραφία

1. Boal, A. (2008). Theatre of the oppressed. London: Pluto press.
2. Van lith, t., Fenner, P., Schofield, M. (2011). The lived experience of art making as a companion to the mental health recovery process. Disability and rehabilitation, 33(8),652-660. Doi: 10.3109/09638288.2010.505998.
3. Peter, m. (2009). Drama: narrative pedagogy and socially challenged children. British journal of special education, 36 (1), 9-16.
4. Boal, a. (2013). Θεατρικά παιχνίδια για ηθοποιούς και για μη ηθοποιούς (Μ. Παπαδήμα, μεταφρ.). Θεσσαλονίκη: σοφία.
5. ROWE, N.(2007). PLAYING THE OTHER: DRAMATIZING PERSONAL NARRATIVES IN PLAYBACK THEATRE. JESSICA KINGSLEY PUBLISHERS.
6. FOLOŠTINÁ, R., TUDORACHE, L., MICHEL, T., ERZSÉBET, B., & DUJÁ, N. (2015). USING DRAMA THERAPY AND STORYTELLING IN DEVELOPING SOCIAL COMPETENCES IN ADULTS WITH INTELLECTUAL DISABILITIES OF RESIDENTIAL CENTERS. PROCEDIA – SOCIAL AND BEHAVIORAL SCIENCES, 186(MAY), 1268–1274.
7. BEAIL N. (Ed.). (2016). PSYCHOLOGICAL THERAPIES AND PEOPLE WHO HAVE INTELLECTUAL DISABILITIES. RETRIEVED FROM BRITISH PSYCHOLOGICAL SOCIETY WEBSITE: SYSTEM/FILES/PUBLIC%20FILES/ID_THERAPIES.PDF.