ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ, ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ
ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
«ΜΟΥΣΙΚΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΑ»

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ: ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

ΔιπλωματικήΕργασία

Η ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ ΣΤΗ ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΑΠΟ ΤΗ ΣΚΟΠΙΑ ΤΟΥ ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗ

της
ΚΟΣΜΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑΣ mms21024

Επιβλέπουσα καθηγήτρια: Δρ Θεοδώρα Ψαλτοπούλου-Καμίνη
Συνεπιβλέπουσα καθηγήτρια: Δρ Λελούδα Στάμου

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2023

Στη μνήμη του καθηγητή μου, Θεόδωρου Γραμματικόπουλου

Περίληψη

Στην παρούσα μελέτη, στόχος είναι να διερευνηθεί η βιωμένη εμπειρία των μουσικοθεραπευτών σχετικά με τις αντιστάσεις των πελατών τους. Επιλέχθηκε η ποιοτική μεθοδολογία, καθώς ο κύριος στόχος ήταν να μελετηθεί ο τρόπος με τον οποίο ο κάθε συμμετέχων βιώνει την αντίσταση από τους πελάτες του, και όχι να καταλήξουμε σε γενικευμένα συμπεράσματα. Συγκεκριμένα επιλέχθηκε η Ερμηνευτική Φαινομενολογική Ανάλυση (ΕΦΑ), όπως την εισήγαγε ως επιστημολογική μέθοδο ανάλυσης ποιοτικών ερευνητικών δεδομένων ο Jonathan Smith (Smith et al., 2009). Πέντε πιστοποιημένοι μουσικοθεραπευτές κλήθηκαν να συμμετάσχουν σε ημι-δομημένες συνεντεύξεις. Οι συνεντεύξεις απομαγνητοφωνήθηκαν και αναλύθηκαν. Η ανάλυση δεδομένων αποκάλυψε πέντε κεντρικά θέματα, ως σύνολα εννοιών τα οποία αναλύονται στα υποθέματά τους. Τα αποτελέσματα συζητούνται με βάση τη βιβλιογραφία και αφορούν στα εξής κεντρικά θέματα: Μορφές αντίστασης, διαχείριση της αντίστασης, η μουσική στην αντίσταση, τα συναισθήματα των μουσικοθεραπευτών, η διαχείριση των συναισθημάτων των μουσικοθεραπευτών.

Λέξεις κλειδιά: Μουσικοθεραπεία, αντίσταση, ερμηνευτική φαινομενολογική ανάλυση

Abstract

This study explores music therapists' lived experiences of their clients' resistance in therapy. Qualitative methodology was chosen, as the main aim was to study how each participant experienced resistance from their clients, and not to draw generalized conclusions. Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) was chosen, as an epistemological method of qualitative research data by Jonathan Smith (Smith et al., 2009). Five board-certified music therapists were interviewed to gain an understanding of their experiences with their clients' resistance and how it manifests in music therapy. Interviews were transcribed and coded using Interpretative Phenomenological Analysis. Data analysis revealed five central themes. The results are discussed based on the literature. The main topics are: Types of resistance, managing resistance, music in resistance, emotions of music therapists, management of emotions of music therapists.

Key words: Music therapy, resistance, interpretive phenomenological analysis

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Περίληψη……...…….……..3
Abstract…….4
Εισαγωγή …….6
Σκοπός και στόχοι της έρευνας ……...8
Κεφάλαιο 1 : Η αντίσταση στην Ψυχοθεραπεία …….……...…...9
1.1 Η αντίσταση στην Ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία…….….9
1.2 Η αντίσταση στην Ψυχοδυναμική ψυχοθεραπεία……12
1.3 Η αντίσταση στην Ουμανιστική/ανθρωπιστική ψυχοθεραπεία……...13
Κεφάλαιο 2 : Η αντίσταση στη Μουσικοθεραπεία……...15
Κεφάλαιο 3 : Μεθοδολογία……..……..…31
3.1 Ερμηνευτική Φαινομενολογική Ανάλυση……...……..…32
3.2 Θεωρητικά θεμέλια της ΕΦΑ……...….……33
3.3 Το δείγμα……..……..…….….37
3.4 Στοιχεία συμμετεχόντων …….……38
3.5 Συλλογή δεδομένων ……39
3.6 Διαδικασία ανάλυσης των δεδομένων……..41
Κεφάλαιο 4 : Παρουσίαση αποτελεσμάτων …….42
4.1 Πίνακας θεμάτων……..……42
4.2 Ανάλυση δεδομένων…….……44
Κεφάλαιο 5 : Συζήτηση…….……61
5.1 Συμπεράσματα…….……..…...61
5.2 Χρησιμότητα και περιορισμοί της έρευνας…….…….……67
5.3 Προτάσεις για περαιτέρω έρευνα…….……67
Βιβλιογραφία…….…….……68

Εισαγωγή

Η παρούσα μελέτη διερεύνησε την εμπειρία των μουσικοθεραπευτών με το φαινόμενο της αντίστασης στο πλαίσιο της θεραπευτικής διαδικασίας. Πραγματοποιήθηκαν ημιδομημένες συνεντεύξεις σε πέντε πιστοποιημένους μουσικοθεραπευτές. Η ανάλυση των δεδομένων πραγματοποιήθηκε με την Ερμηνευτική Φαινομενολογική Ανάλυση (InterpretativePhenomenologicalAnalysis – IPA).

Η αντίσταση περιλαμβάνει ένα εύρος εμπειριών και συμπεριφορών. Η αντίσταση είναι ένα φαινόμενο που εμφανίζεται πολύ συχνά κατά τη διάρκεια των ψυχοθεραπειών. Ο πελάτης αντιστέκεται ασυνείδητα στη θεραπευτική διαδικασία και στους θεραπευτικούς στόχους με διάφορους τρόπους (Moore and Fine, 1990). Έτσι, και στο μουσικοθεραπευτικό πλαίσιο η αντίσταση είναι η άμυνα ενάντια στη θεραπευτική διαδικασία και στον φόβο των δυσάρεστων συναισθημάτων και εμπειριών που σχετίζονται με το παρελθόν (Kirkland, 1993). Μπορεί να εμφανιστεί με τη μορφή χαμένων συνεδριών, με απροθυμία στο παίξιμο ή στην απόκριση της μουσικής, με απροθυμία στη χρήση φωνής ή συγκεκριμένων μουσικών οργάνων και με πολλές ακόμα μορφές. Εξ αιτίας της πληθώρας μορφών που μπορεί να πάρει η αντίσταση είναι σημαντική μία προσπάθεια κατανόησης της πορείας της έννοιας της αντίστασης από τις ρίζες της στην ψυχαναλυτική θεωρία, έως την αναγνώρισή της ως θεραπευτικό εργαλείο στο πλαίσιο της μουσικοθεραπείας.

Οι μουσικοθεραπευτές μοιραία, θα έρθουν αντιμέτωποι με τις αντιστάσεις των πελατών τους κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας. Η μελέτη αυτή ασχολείται με τον ίδιο τον μουσικοθεραπευτή και εστιάζει στη διερεύνηση, στην εμβάθυνση της βιωμένης εμπειρίας με την αντίσταση καθώς και στη νοηματοδότησή της από τους ίδιους. Το βασικό ερώτημα της μελέτης είναι το εξής: «Πως βιώνουν οι μουσικοθεραπευτές την αντίσταση των πελατών τους»; Τα ερευνητικά ερωτήματα στις μελέτες ερμηνευτικής φαινομενολογίας συνήθως διατυπώνονται γενικά και ανοιχτά. Δεν γίνεται κάποια προσπάθεια να δοκιμαστεί μια προκαθορισμένη υπόθεση του ερευνητή, αντιθέτως, ο στόχος είναι να διερευνηθεί, με ευελιξία και λεπτομέρεια, το εκάστοτε φαινόμενο που μελετάται (Smith & Osborn, 2007). Ωστόσο, κατά τη διάρκεια της έρευνας, αναπτύχθηκαν και διερευνήθηκαν και οι παρακάτω θεματικοί άξονες: Πώς βιώνεται από τους μουσικοθεραπευτές η αντίσταση των πελατών εντός και εκτός της μουσικής; Πώς διαχειρίζονται οι μουσικοθεραπευτές τις αντιστάσεις των πελατών τους; Πώς διαχειρίζονται τα προσωπικά τους συναισθήματα τα οποία προκύπτουν από τις αντιστάσεις των πελατών τους;

Η παρούσα μελέτη θα καλύψει το κενό που υπάρχει στην ελληνική βιβλιογραφία όσον αφορά όχι μόνο στο θεωρητικό πλαίσιο της αντίστασης, αλλά πολύ περισσότερο, στον τρόπο με τον οποίο βιώνεται από την πλευρά του μουσικοθεραπευτή.

Η παρούσα, είναι μία ποιοτική μελέτη και αποτελείται από δύο μέρη. Το πρώτο αφορά στο θεωρητικό και το δεύτερο στο ερευνητικό πλαίσιο της έρευνας.

Στο πρώτο κεφάλαιο αναφέρεται η θεωρητική έννοια της αντίστασης από τις μεγάλες σχολές ψυχοθεραπείας, την ψυχαναλυτική, την ψυχοδυναμική και την ουμανιστική ψυχοθεραπεία.

Στο δεύτερο κεφάλαιο γίνεται η παρουσίαση της αντίστασης στη μουσικοθεραπεία. Αναφέρονται οι τρόποι, με τους οποίους προσεγγίζουν οι ερευνητές και οι μουσικοθεραπευτές την αντίσταση στα διαφορετικά μοντέλα και προσεγγίσεις της μουσικοθεραπείας.

Στο τρίτο κεφάλαιο καταγράφονται τα στοιχεία της μεθοδολογίας, η διαδικασία συλλογής δεδομένων και η διαδικασία ανάλυσης των δεδομένων.

Στο τέταρτο κεφάλαιο, προσδιορίζονται τα αποτελέσματα, τα οποία προκύπτουν από τη χρήση ερμηνευτικής φαινομενολογικής ανάλυσης.

Τέλος, στο πέμπτο κεφάλαιο παρατίθεται η συζήτηση των αποτελεσμάτων με βάση τη βιβλιογραφία και τα ερευνητικά δεδομένα, και παρουσιάζεται η χρησιμότητα, οι περιορισμοί της έρευνας, καθώς και προτάσεις για περαιτέρω μελέτες.

Σκοπός και στόχοι της έρευνας

Σκοπός της έρευνας είναι να διερευνηθεί η εμπειρία των μουσικοθεραπευτών με τις αντιστάσεις των πελατών τους σε ατομικές συνεδρίες μουσικοθεραπείας. Μέσα από την καταγραφή και την ερμηνεία των προσωπικών εμπειριών τους, επιδιώκεται να γίνει μία ξεκάθαρη κατανόηση της φύσης της αντίστασης όπως αυτή βιώνεται από τους ίδιους. Έτσι, εκτός του θεωρητικού πλαισίου του φαινομένου, ο αναγνώστης και ο μελλοντικός μουσικοθεραπευτής, θα έχει παράλληλα μία πρακτική εικόνα για το πώς η αντίσταση βιώνεται μουσικά, συναισθηματικά ή/και λεκτικά από τη σκοπιά του θεραπευτή.

Στόχος της έρευνας είναι να προσδιοριστούν οι τρόποι με τους οποίους διαχειρίζονται και χρησιμοποιούν οι μουσικοθεραπευτές την αντίσταση, ως θεραπευτικό εργαλείο, προς όφελος της θεραπευτικής διαδικασίας και συνεπώς προς όφελος του πελάτη.

Η εξέταση του φαινομένου της αντίστασης δεν μπορεί να γενικευθεί αφού εξετάζεται η εμπειρία και η αντίληψη των θεραπευτών/συμμετεχόντων από τη δική τους προσωπική προοπτική. Καθώς είναι φανερή η έλλειψη μελετών, βιβλιογραφικών, ποιοτικών και ποσοτικών, σχετικά με την αντίσταση στη μουσικοθεραπεία, είναι σημαντικός ο στόχος να εμπλουτιστεί η ελληνική βιβλιογραφία με την παρούσα διπλωματική. Τα ευρήματα της μελέτης θα παρέχουν σε μουσικοθεραπευτές ή/και σε φοιτητές μουσικοθεραπείας που κάνουν το κλινικό τους έργο, μία εικόνα για τα στοιχεία της αντίστασης και τον τρόπο διαχείρισης χωρίς ωστόσο να είναι εφικτός ένας ξεκάθαρος οδηγός. Παρ όλα αυτά, οι εμπειρίες και τα προσωπικά βιώματα των μουσικοθεραπευτών είναι εξαιρετικά εργαλεία που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στο κλινικό έργο άλλων μουσικοθεραπευτών.

Κεφάλαιο 1

Η Αντίσταση στην Ψυχοθεραπεία

Στο κεφάλαιο αυτό θα παρατεθεί η θεωρητική έννοια της αντίστασης από τις μεγάλες σχολές ψυχοθεραπείας. Η αντίσταση είναι ένας ψυχαναλυτικός όρος. Ωστόσο, ταξίδεψε και χρησιμοποιήθηκε από όλες τις σχολές ψυχοθεραπείας. Θα παρουσιαστούν οι τρόποι, οι οποίοι προσέγγισαν οι ερευνητές και οι θεραπευτές την αντίσταση και θα προσδιοριστεί ο όρος της αντίστασης στην ψυχαναλυτική, ψυχοδυναμική και ουμανιστική ψυχοθεραπεία.

Η Αντίσταση στην ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία

Σύμφωνα με τους Moore και Fine (1990) :

> Η αντίσταση είναι ένα παράδοξο φαινόμενο που αντιμετωπίζεται συχνά κατά τη διάρκεια της ψυχοθεραπείας. Ο πελάτης αντιστέκεται στη θεραπευτική διαδικασία με διάφορους τρόπους που εξυπηρετούν στο να νικήσουν τους στόχους της και το αντικείμενο της θεραπευτικής αλλαγής. Η αντίσταση μπορεί να έχει τη μορφή συμπεριφορών, λεξιλογίου και δράσεων που αποτρέπουν την επίγνωση μίας αντίληψης, ιδέας, μνήμης, συναισθήματος ή ένα σύμπλεγμα τέτοιων στοιχείων που θα μπορούσαν να δημιουργήσουν μια σύνδεση με παλαιότερες εμπειρίες ή που συμβάλλουν στην επίγνωση της φύση της ασυνείδητης σύγκρουσης. (σ. 168)

Η αντίσταση στο πεδίο της ψυχολογίας αναγνωρίστηκε πρώτη φορά από τον Freud ως αμυντική λειτουργία με κεντρικό ρόλο στη θεραπευτική ανάλυση (Ackerman, 2018, σ. 4). Ο Freud ενσωμάτωσε την έννοια της αντίστασης στη θεωρία της ψυχανάλυσης και επεσήμανε πως η αντίσταση είναι ένα εξέχον φαινόμενο που προκύπτει στη θεραπευτική διαδικασία. Υποστήριξε ότι κάποια ψυχολογικά συμπτώματα ίσως εξυπηρετούν έναν σκοπό που, μόλις γίνει κατανοητό από τον πελάτη, εξηγείται η αναγκαιότητά τους (Fay&Lazarus, 1982). Για τους ψυχαναλυτές και τους ψυχαναλυτικά προσανατολισμένους ψυχοθεραπευτές, τα συμπτώματα δεν είναι οι δείκτες του «τι είναι λάθος», αντιθέτως, είναι μια ένδειξη πως ο πελάτης προσπαθεί να προστατεύσει μια ευάλωτη περιοχή της συναισθηματικής του ζωής και να προστατευτεί από περαιτέρω πόνο (Basch, 1982).

Όπως το περιέγραψε αρχικά ο Freud, η αντίσταση δεν είναι διαπροσωπικό πρόβλημα, δηλαδή κάτι που πελάτης κάνει στον θεραπευτή, αντ' αυτού είναι ένα ενδοψυχικό πρόβλημα που φέρνει στο προσκήνιο της θεραπείας τις δυσκολίες του πελάτη. Με αυτόν τον τρόπο η αντίσταση

γίνεται οδηγός για τον θεραπευτή, υποδεικνύοντάς του, τα θέματα που πρέπει να επικεντρωθεί (Basch, 1982). Μία ενδοψυχική δυσφορία που βιώνει ένας πελάτης θα πυροδοτήσει τους μηχανισμούς άμυνας με σκοπό οι επώδυνες και δυσάρεστες αναμνήσεις οι οποίες ενεργοποιούνται και βρίσκονται στο ασυνείδητο να μη καταφέρουν να εισέλθουν στο συνειδητό (Freud, 1963). Στη θεωρία του, η αντίσταση θεωρείται ένα επίμονο φαινόμενο που εμφανίζεται με διάφορους τρόπους και χωρίς την επίγνωση του πελάτη. Το πιο χαρακτηριστικό παράδειγμα της εννοιολόγησης του Freud είναι αυτό που ονομάζει *αντίσταση μεταβίβασης* (transference resistance) που αντιπροσωπεύει την επαναφορά και την αναπαράσταση των καταπιεσμένων διαπροσωπικών στάσεων του πελάτη στη θεραπευτική διαδικασία (Freud, 1912).

Σύμφωνα με τον Greenson (στο Milgram&Goldaman, 1987, σελ. 135), η αντίσταση υπερασπίζεται τη νεύρωση, το παλιό, το γνώριμο και το παιδικό, από την έκθεση και την αλλαγή. Αναφέρεται σε όλους τους μηχανισμούς άμυνας που προκύπτουν από την αναλυτική κατάσταση. Παράλληλα, ο Greenson, επισημαίνει μία σημαντική διαφοροποίηση μεταξύ της αντίστασης που είναι σύντονη προς το Εγώ, με αυτήν που είναι δύστονη προς το Εγώ. «Εάν ένας πελάτης νιώθει μία αντίσταση ξένη προς αυτόν, σημαίνει πως είναι σε θέση να δουλέψει πάνω σε αυτήν αναλυτικά. Εάν όμως είναι σύντονη προς το Εγώ, ίσως αρνηθεί την ύπαρξή της, μειώσει τη σημαντικότητά της ή την εκλογικεύσει» (Milgram&Goldaman, 1987, σ. 134).

Οι Blatt και Erlich (1982) σημειώνουν τρεις τύπους ή επίπεδα αντίστασης:

Επεισοδιακή αντίσταση.

Η επεισοδιακή αντίσταση είναι μία σχετικά περιορισμένη μορφή αντίστασης όπου μία συγκεκριμένη άμυνα ή απροθυμία εμφανίζεται σχετικά με ένα συγκεκριμένο συγκρουσιακό ζήτημα του πελάτη. Η επεισοδιακή αντίσταση είναι οριοθετημένη και εκφραστικά ξεκάθαρη. Καθώς ο χαρακτήρας της είναι τόσο συγκεκριμένος, όταν αντιμετωπίζεται αποτελεσματικά έχει μειωμένη επίδραση στη θεραπευτική διαδικασία.

Αντίσταση μεταβίβασης.

Η αντίσταση μεταβίβασης περιλαμβάνει την επαναλαμβανόμενη αναπαράσταση προγενέστερων λειτουργιών των διαπροσωπικών σχέσεων, όπως η έκφραση των καθιερωμένων, πρωταρχικών λειτουργιών που έχουν ως σημείο αναφοράς πρωταρχικές σχέσεις του παρελθόντος, ωστόσο εκφράζονται σε μικρό ή μεγάλο βαθμό και σε επόμενες σχέσεις. Αυτή η μεταβίβαση είναι από μόνη της μία μορφή αντίστασης, καθώς αντανακλά την απροθυμία ή την ανικανότητα του πελάτη να εγκαταλείψει τους βαθιά εδραιωμένους, επαναλαμβανόμενους τρόπους προσαρμογής αντί να

πειραματιστεί με νέες, εναλλακτικές και πιο ώριμες λειτουργίες. Αυτός ο τύπος αντίστασης διαποτίζει μεγάλο κομμάτι της θεραπευτικής διαδικασίας και η ανάλυσή της είναι κύριας σημασίας για την πρόοδο της θεραπείας.

Θεμελιώδης αντίσταση στην αλλαγή.

Η πιο βασική και ευρύτερη μορφή αντίστασης είναι η θεμελιώδης αντίσταση στην αλλαγή και στην ανάπτυξη η οποία σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με την Αντίσταση μεταβίβασης. Εκδηλώνεται σαν μία προσκόλληση, σαν μία έκφραση της βασική επιθυμίας για τη διατήρηση των καθιερωμένων τρόπων προσαρμογής και αν και κάποιες φορές οι τρόποι αυτοί είναι επώδυνοι για τον πελάτη, δεν παύουν να είναι οικείοι, προβλέψιμοι, και σταθεροί. Η αντίσταση εμφανίζεται σαν μία πίεση για την αναστολή της ανάπτυξης, φόβος για τη μελλοντική αλλαγή και το άγνωστο και εναντιώνεται στην αποδιοργάνωση της καθιερωμένης ισορροπίας του πελάτη. Το επίπεδο αυτό είναι συνήθως καλά κρυμμένο και διαταράσσει ολόκληρη τη ροή της θεραπευτική διαδικασίας (Blatt& Erlich, 1982).

Ο Bach (1982), επισημαίνει πως υπάρχει ένας παράγοντας που υπερτερεί του πόνου του πελάτη και που απαιτείται για να τον παρακινήσει να εξερευνήσει τη φύση και τη σημασία του προβλήματός του. Αυτός ο παράγοντας είναι η θεραπευτική μεταβίβαση, η ετοιμότητα να βρεις κάποιον με τον οποίο να αναβιώσεις τους φόβους, τις επιθυμίες και τις σχέσεις του παρελθόντος με την ελπίδα της αναδιάρθρωσης του εαυτού με πιο ευτυχισμένες και πιο χρήσιμες γραμμές (Basch, 1982, σ. 5). Η δουλειά του ψυχοθεραπευτή δεν είναι η αντιμετώπιση της αντίστασης (ο φόβος του πελάτη, η δυσπιστία, το άγχος και άλλες προστατευτικές συμπεριφορές) άμεσα, γιατί αυτό θα ήταν μη ρεαλιστικό δεδομένης της προέλευσής της, αλλά να δημιουργήσει μια κατάσταση στην οποία η σχέση του πελάτη/θεραπευτή να δημιουργεί την ανισορροπία που ευνοεί την πρόοδο και όχι την μέχρι τότε παγιωμένη κατάσταση (statusquo) (Basch, 1982).

Η αντίσταση δεν είναι κάτι που περιοδικά έρχεται να διακόψει τη θεραπεία. Είναι το ίχνος της σύγκρουσης του πελάτη για την αλλαγή, είναι ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζει η ειλικρινή επιθυμία για αλλαγή, τους φόβους, τις λανθασμένες αντιλήψεις και τις προηγούμενες προσαρμοστικές στρατηγικές που κάνουν δύσκολη αυτή την αλλαγή (Wachtel, 1982, σ. xix).

Η αντίσταση αναμένεται να εμφανιστεί αργά ή γρήγορα σαν κομμάτι κάθε θεραπευτικής προσπάθειας με στόχο την εξέταση και την αναδιάρθρωση της βασικής αντίληψης του πελάτη για τον εαυτό του και τον κόσμο γύρω του. Όταν αναδύεται, όμως, δεν πρέπει να θεωρείται ως ένδειξη θεραπευτικής αποτυχίας, αλλά ως αντίσταση στη θεραπευτική πρόοδο που μας δίνει τη δυνατότητα να αλλάξουμε μία πραγματικότητα που προκαλεί άγχος. Η αντιμετώπιση, η εξέταση και η επίλυση

αυτού του άγχους, που εκδηλώνεται ως αντίσταση στη θεραπεία, μπορεί στη συνέχεια να γίνει το επίκεντρο της θεραπείας. Στη θεραπευτική διαδικασία η αντίσταση του πελάτη στο να γνωρίσει τον εαυτό του, παύει να αποτελεί πηγή απογοήτευσης για τον θεραπευτή και όπως ο Freud αρχικά πρότεινε, αντί για εχθρός, γίνεται ένας οδηγός για τη θεραπευτική διαδικασία (Basch, 1982).

Σύμφωνα με τον Paul Dewald (1982), στο πλαίσιο της ψυχαναλυτικής ψυχοθεραπείας, υπάρχει μία σειρά τεχνικών χειρισμού των αντιστάσεων στη θεραπευτική διαδικασία:

- Αναγνώριση των αντιστάσεων
- Ενσωμάτωσή τους στο Θεραπευτικό Πλαίσιο
- Προπαρασκευαστικές παρεμβάσεις (Preparatory Interventions)
- Ερμηνεία
- Θεραπευτική στάση
- Επανάληψη
- Αποφυγής της ενίσχυσης της αντίστασης
- Δοκιμή της θεραπευτικής κατάστασης

(Dewald, 1982, σ.51).

Η Αντίσταση στην Ψυχοδυναμική ψυχοθεραπεία

Ο ψυχοδυναμικός ερευνητής StanleyMesser (2002), θεωρεί πως η αντίσταση είναι ο τρόπος με τον οποίο οι πελάτες παρουσιάζονται στη θεραπεία. Με όρους "εγώ" και "αντικειμένου" η αντίσταση αναφέρεται στους συνήθεις και αυτόματους τρόπους που οι πελάτες φανερώνουν ή διατηρούν κρυμμένες πτυχές του εαυτού τους από τον άλλον, ειδικά καθώς αυτές (οι πτυχές) συμβαίνουν στη σχέση τους με τον θεραπευτή. Η αντίσταση είναι ένας τρόπος αποφυγής και ταυτόχρονα, έκφρασης ανεπιθύμητων ορμών, συναισθημάτων, φαντασιώσεων και μοτίβων συμπεριφοράς. Παράλληλα ωστόσο, είναι ένας τρόπος του πελάτη να υποστηρίζει την υγιή ανθρώπινη ανάγκη του να είναι αυτόνομος και να ξεχωρίζει από τους άλλους, ή για να προστατεύσουν την αίσθηση του εαυτού τους με προσαρμοστικό τρόπο (Messer, 2002).

Είναι σημαντικό να ειπωθεί πως δεν πρέπει και δεν χρειάζεται να βλέπουμε την αντίσταση σαν τον εχθρό της θεραπείας. Στην πραγματικότητα ο ίδιος ο όρος έχει μία αρνητική χροιά και δεν είναι ιδιαίτερα επιτυχημένος. Οδηγεί τον θεραπευτή να σκέφτεται με αντιθετικούς όρους παρά να βλέπει την αντίσταση σαν αυτό που είναι πραγματικά (Messer, 2002).

Ο Messer στο άρθρο του Vivelaresistance (2002) παραθέτει μία εύστοχη παρομοίωση: «Δεν περιμένουμε από τους πελάτες μας να παρουσιάσουν τους εαυτούς τους σε εμάς, εκτεθειμένους, με ανοιχτές πληγές, ευάλωτους και ανυπεράσπιστους -δηλαδή χωρίς αντιστάσεις-, όσο δεν περιμένει και ένας γιατρός έναν ασθενή χωρίς ανοσοποιητικό σύστημα» (Messer, 2002, σ. 158).

Αντί να σκεφτόμαστε την αντίσταση ως τρόπο που οι πελάτες αντιστέκονται στη θεραπευτική διαδικασία, είναι περισσότερο χρήσιμο να τη θεωρούμε ως τον προσωπικό τρόπο επικοινωνίας της δυσφορίας τους και τους τρόπους με τους οποίους την αντιμετωπίζουν, όπως και ένας γιατρός χρησιμοποιεί την αναφορά του πόνου των ασθενών του, ως ένδειξη για την παθολογία τους (Schlesinger, 1982).

Τέλος, oMesser (2002) αναγνωρίζει πέντε μορφές αντίστασης, η καθεμία με διαφορετικό σκοπό.

1) Η αντίσταση του πελάτη, να αναγνωρίζει τις ίδιες του τις φαντασιώσεις, ενορμήσεις, συναισθήματα και κίνητρα.

2) Η αντίσταση του πελάτη στο να αποκαλύψει τα συναισθήματα του προς τον θεραπευτή.

3) Η λειτουργία της αντίστασης σαν μία ευκαιρία του πελάτη να επιδείξει αυτάρκεια και αυτοαποτελεσματικότητα.

4) Ο πελάτης αντιστέκεται να αλλάξει τη συμπεριφορά του όταν εξέρχεται από το πλαίσιο της θεραπείας. Η βασική αντίσταση σε αυτό επίκειται στην προσωπική ανάπτυξη και εξέλιξη.

5) Η αντίσταση ως συνάρτηση της αποτυχία της ενσυναίσθησης από τη μεριά του θεραπευτή.

Η Αντίσταση στην Ουμανιστική/ανθρωπιστική ψυχοθεραπεία

Συγκριτικά με τις υπόλοιπες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις στην ουμανιστική προσέγγιση δεν δόθηκε εξαιρετικό βάρος στην αντίσταση. Ωστόσο, η έννοια της αντίστασης εξετάστηκε από πελατοκεντρικούς ερευνητές. Σε μία σύγκριση των στυλ κατευθυντικών και μη κατευθυντικών θεραπευτών, παρατηρήθηκε πως το κατευθυντικό στυλ ενός θεραπευτή συνδέθηκε με υψηλότερες αναφορές αντίστασης (Snyder, 1945; Gillespie, 1953).

Ο Snyder (1945) εξήγησε περαιτέρω αυτή την παρατήρηση σημειώνοντας πως το κατευθυντικό θεραπευτικό στυλ συνδέεται με την αντίληψη ότι ο θεραπευτής είναι σε καλύτερη θέση στο να καθορίσει τι είναι καλύτερο για τον πελάτη. Αντίθετα, οι θεραπευτές που υιοθετούν ένα μη κατευθυντικό στυλ πιστεύουν πως μόνο ο πελάτης ξέρει τι είναι καλύτερο για τον ίδιο και, ως εκ τούτου, ο θεραπευτής είναι ευέλικτος σε προβληματισμούς και σε προτεινόμενες παρεμβάσεις. Αυτή η εξήγηση είναι σύμφωνη με την πεποίθηση του Carl Rogers πως οι άνθρωποι

έχουν μία έμφυτη τάση προς την αυτοβελτίωση που μπορεί να γαλουχηθεί και να αναπτυχθεί περαιτέρω μέσα σε ένα κατάλληλο θεραπευτικό περιβάλλον (Rogers, 1951). Με άλλα λόγια, ο Rogers, πίστευε ότι η αντίσταση δεν ήταν ένα φαινόμενο που βρίσκεται μέσα στον πελάτη αλλά μια έννοια που αναπτύσσεται μέσα στη θεραπευτική σχέση. Συνεχίζοντας, ο Rogers πίστευε πως αν η θεραπεία με επίκεντρο τον πελάτη γινόταν καταλλήλως, δεν θα έπρεπε να προκύπτει αντίσταση. Συγκεκριμένα, σημείωσε πως αν υπάρχουν οι απαραίτητες θεραπευτικές προϋποθέσεις που ελαχιστοποιούν την απειλή (η γνησιότητα και η αυθεντικότητα του θεραπευτή, η άνευ όρων θετική εκτίμηση και η ενσυναίσθηση), η αντίσταση δεν θα εμφανιστεί και η αλλαγή θα συμβεί αναπόφευκτα (Rogers, 1961).

Τέλος, σύμφωνα με τον ψυχοθεραπευτή και θεωρητικό Ουμανιστικής προσέγγισης, JamesBugental, «με την αντίσταση ονοματίζουμε τους τρόπους με τους οποίους ένα άτομο παραμορφώνει την αντίληψή του ώστε να αποφύγει να συνειδητοποιήσει την αστήρικτη απειλή της ύπαρξής του» (Bugental, 1965, σ. 93). «Η αντίσταση είναι πολυεπίπεδη και έχει διαδοχική οργάνωση. Η δουλειά του θεραπευτή είναι να βοηθήσει τον πελάτη να αναγνωρίσει και να εγκαταλείψει ένα-ένα τα στρώματα των αμυνών, σαν να ξεφλουδίζει ένα κρεμμύδι» (Bugental, 1965, σ. 102).

Κεφάλαιο 2
Η Αντίσταση στη Μουσικοθεραπεία

Σύμφωνα με τον Kirkland στο InternationalDictionaryofMusic Therapy (1993):

> Η αντίσταση είναι μια παράδοξη, συχνά ασυνείδητη, συμπεριφορά που υπονομεύει τους θεραπευτικούς στόχους του πελάτη. Η αντίσταση χρησιμοποιείται συνήθως ως άμυνα ενάντια στον φόβο των δυσάρεστων συναισθημάτων και εμπειριών που σχετίζονται με το παρελθόν. Στη μουσικοθεραπεία μπορεί να εμφανιστεί με τη μορφή χαμένων συνεδριών και απροθυμία στο παίξιμο ή στην απόκριση της μουσικής. (Kirkland, 1993, σ. 114)

Στη μουσικοθεραπεία, λόγω της ενεργού συμμετοχής του θεραπευτή στη δημιουργία μουσικής με τον πελάτη, είναι συχνά δύσκολο να γίνει διάκριση μεταξύ μεταβίβασης, αντιμεταβίβασης και αντίστασης. Μια αντίσταση μπορεί, για παράδειγμα, να εμφανιστεί με τον ακόλουθο τρόπο: ο θεραπευτής έχει κολλήσει σε ένα συγκεκριμένο στυλ παιξίματος, τόσο πολύ που ο πελάτης αρνείται να παίξει εάν ο θεραπευτής αλλάξει το στυλ του. Σε αυτήν την περίπτωση υπάρχει συγχώνευση της συνειδητής χρήσης της συμπληρωματικής αντιμεταβίβασης του θεραπευτή με την αντίσταση του πελάτη. Ο θεραπευτής εδώ έχει μια δυνατότητα, να επιτρέψει στην αντίσταση του πελάτη να λειτουργήσει ως δομικός παράγοντας στον μουσικό αυτοσχεδιασμό, με την προϋπόθεση ο φόβος του πελάτη για αλλαγή να είναι μεγαλύτερος από την επιθυμία του για αλλαγή. Η μουσική δημιουργεί ένα πλαίσιο, μέσα στο οποίο ο πελάτης μπορεί να «ακουστεί» και να «συναντηθεί» με την αντίστασή του ως βασικό στοιχείο της μουσικής έκφρασης. «Η αποδοχή της αντίστασης και η ικανοποίηση των αναγκών του πελάτη μπορεί να συμβάλει στη μείωση του άγχους του, έτσι ώστε να μπορεί να τον πείσει να αλλάξει στυλ παιξίματος και με αυτόν τον τρόπο σταδιακά να «χαλαρώσει» την αντίσταση» (Wigram, 2002, σ. 80).

Σύμφωνα με τον DiazdeChumaceiro (1992), ο βαθμός που ένας πελάτης μπλοκάρει να θυμηθεί ένα ολοκληρωμένο τραγούδι, «ίσως να υποδεικνύει τον βαθμό της απώθησης και της αντίστασης της συνειδητής επίγνωσης της εσωτερικής σύγκρουσης» (σ. 326).

Σύμφωνα με τον Kaser (1991), ένας τρόπος να αντιμετωπιστεί η αντίσταση στην αλλαγή είναι να ενθαρρύνουμε την επιθυμία του πελάτη να συμμετέχει σε μια συνεδρία μουσικοθεραπείας. Προκειμένου να ολοκληρώσει αυτή την αποστολή ο θεραπευτής, «αφήνει τον πελάτη να συμμετέχει συχνά σε μία συνεδρία μουσικοθεραπείας, αρχικά για να αναπτύξει τη μουσική του δεξιοτεχνία και ερμηνεία» (σ. 11). Αυτές οι συνεδρίες επομένως δεν αποτυπώνουν μία πραγματική συνεδρία μουσικοθεραπείας. Παράλληλα, ο Kaser, περιέγραψε τη χρήση των μουσικών οργάνων

ως το μέσο μετουσίωσης του άγχους. «Η κατάσταση ηρεμίας και χαλάρωσης που προκύπτει από αυτή τη διαδικασία ενθαρρύνει τον πελάτη που αντιστέκεται, να επιστρέφει για επόμενες συνεδρίες» (Kaser, 1991, σ. 11).

Η PamelaSteele (1984), εστίασε στην αντίσταση που προκύπτει σε συνεδρίες μουσικοθεραπείας με παιδιά νηπιακής ηλικίας με συναισθηματικές διαταραχές. Η ίδια προτείνει κάποιες τεχνικές αντιμετώπισης της αντίστασης των παιδιών όπως listening, reflecting, contextualizing και introductionvariation .

Η Alvin με την Ελεύθερη Αυτοσχεδιαστική Θεραπεία (FreeImprovisationTherapy, AlvinModel) περιγράφει το μοντέλο της ως μη κατευθυντικό και μη αυταρχικό, με σκοπό, και επακόλουθο, να δημιουργείται ισότιμη σχέση ανάμεσα στον θεραπευτή και τον πελάτη. Αυτή η ισοτιμία στη θεραπευτική σχέση μειώνει την αντίσταση του πελάτη. Παράλληλα, αναφέρει πως κατά τη διάρκεια της συνεδρίας και καθώς τα συγκρουσιακά συναισθήματα μεταβιβάζονται στα μουσικά όργανα υπερτονίζεται η σωματική αντίσταση η οποία βιώνεται καθώς παίζεται ένα όργανο. Πιο αναλυτικά, καθώς ο πελάτης πειραματίζεται με τη φυσική δύναμη που χρειάζεται για να παραχθεί ο ήχος ενός οργάνου και η αντίσταση που το ίδιο το μουσικό όργανο δίνει πίσω μέσω της σωματικής επαφής, ο πελάτης έχει τη δυνατότητα να δουλέψει συμβολικά με τη δική του αντίσταση στη θεραπεία και/ή να κερδίσει η σωματική υποστήριξη που χρειάζεται να προχωρήσει (Bruscia, 1987).

OSimpkins στο μοντέλο του, Ολοκληρωμένη αυτοσχεδιαστική μουσικοθεραπεία (IntegrativeImprovisationTherapy, PeterSimpkinsModel), αναφέρει πως «η αντίσταση είναι ένα σημαντικό κομμάτι της θεραπευτικής σχέσης» (Bruscia, 1987, σ. 373). Ο ίδιος ορίζει την αντίσταση ως «οι προσπάθειες του πελάτη να υπερασπιστεί τον εαυτό του ενάντια στις παρεμβάσεις και την αποκάλυψη αυτού (του εαυτού), με το να αποφεύγει, να υπομονεύει ή να καταστρέφει τη σχέση του με τη μουσική ή τον θεραπευτή» (Bruscia, 1987, σ. 373). Σύμφωνα με τον Simpkins, αντίσταση είναι οποιαδήποτε απόπειρα που απομακρύνει τη δημιουργία σχέσης με τη μουσική ή τον θεραπευτή και μπορεί να εκδηλωθεί με πολλούς τρόπους. Πολλές φορές η αντίσταση αντικατοπτρίζεται στον τρόπο που ένας πελάτης χειρίζεται την ενστικτώδη ενέργειά του. «Η απουσία αντίστασης χαρακτηρίζεται από μία ισορροπημένη και προσαρμοστική ροή ανάμεσα σε στιγμές χαλάρωσης και έντασης. Η αντίσταση, από την άλλη μεριά, χαρακτηρίζεται από μη προσαρμοστική, ακραία υποκινητικότητα ή υπερκινητικότητα» (Bruscia, 1987, σ. 372). Στις περισσότερες περιπτώσεις ο Simpkins δούλεψε με την αντίσταση μέσω του αυτοσχεδιασμού. Η βασική προσέγγιση είναι να ταιριάξει τη μουσική του με τα επίπεδα ενέργειας του πελάτη. Έπειτα, σταδιακά φέρνει στη μουσική το αντίθετο επίπεδο ενέργειας μέχρι να επιτευχθεί μία ομαλή

προσαρμοστικότητα ή ισορροπία. Υποστηρίζει πως η αντίσταση πολύ σπάνια αντιμετωπίζεται λεκτικά, χωρίς πρώτα να έχει δουλευτεί μέσω της μουσικής. Ο θεραπευτής διαχειρίζεται την αντίσταση χρησιμοποιώντας μέσα τα οποία δεν σχετίζονται με την αντίσταση του πελάτη ή ανακατευθύνει την ενέργεια σε περισσότερο εποικοδομητικούς στόχους (Bruscia, 1987).

Οι Austin και Dvorkin (1993) μιλώντας για την αντίσταση των πελατών τους σημειώνουν πως, οι πελάτες συχνά νιώθουν αντίσταση στο να δημιουργήσουν μουσική ή να τραγουδήσουν καθώς τα βιώματά τους, τους έχουν δείξει, ή υποψιάζονται, πως η μουσική μπορεί να παρακάμψει το τοίχος των αμυνών και να φτάσει στα συναισθήματα πιο αποτελεσματικά από τις λέξεις. Αυτό ισχύει περισσότερο για τους πελάτες με ομιλία, που ίσως νιώθουν ασφάλεια και έλεγχο όταν μιλάνε και φοβούνται ότι θα χάσουν τον έλεγχο όταν αυτοσχεδιάζουν φωνητικά ή με όργανα. Η μουσική διευκολύνει την παλινδρόμηση, με συνέπεια να έρχονται στην επιφάνεια πτυχές του νεαρού εαυτού. Ο πελάτης βιώνει την απειλή της αποκάλυψης αυτών των πτυχών του εαυτού που δεν έχει αποδεχτεί ποτέ. Η μουσική μπορεί να προκαλέσει αυθορμητισμό, και αυτό είναι μία απειλή για τους ανθρώπους με πολύ αυστηρή δομή προσωπικότητας ή για αυτούς που πιστεύουν πως τα αυθεντικά τους συναισθήματα ή κάποιες πλευρές του εαυτού τους δεν είναι σωστές (Austin&Dvorkin, 1993).

Οι ίδιες στο άρθρο τους, ResistanceinIndividualMusicTherapy (1993) αναφέρουν πως η αρχική έλξη ενός πελάτη προς τη μουσική ως μία συναισθηματική διέξοδο βιώνεται σαν την ελεύθερη έκφραση καταπιεσμένων συναισθημάτων. Αναπτύσσεται σαν ένα μέσο ικανοποίησης της ανάγκης να ακουστούν και να καθρεφτιστούν αυτά τα συναισθήματα. Αν και αυτή η μουσική εμπειρία γίνεται δημόσια, η αίσθηση είναι προσωπική, ιδιωτική και εσωτερική. Το να μοιράζεσαι μια τέτοια συνήθως ιδιωτική στιγμή με έναν θεραπευτή που είναι μοναδικά εκπαιδευμένος να εκτιμά τις συναισθηματικές επιρροές της μουσικής μπορεί να γίνει αισθητό με κάποια μορφή έντασης. Η αντίσταση λοιπόν, εμφανίζεται όταν ο ασθενής φοβάται ότι θα βιώσει αυτή την οικειότητα με άλλο άτομο. Το να μοιράζεται αυτή την προσωπική ικανοποίηση μπροστά σε άλλον μπορεί να προκαλέσει συναισθήματα ντροπής, αμηχανίας και ενοχές για την απολαυστική εμπειρία, έχοντας και ευχάριστες ανάγκες και αμφιβολίες για την οικειότητα (φόβοι συγχώνευσης- merging, αίσθηση ασφυκτικής κατάστασης- engulfment ή εγκατάλειψης). Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι αυτές οι συγκρούσεις συμβαίνουν ασυνείδητα και, ως εκ τούτου, η μουσική αντιστέκεται λόγω της διευκολυντικής της ποιότητας του να εκφράζει ασυνείδητες σκέψεις και συναισθήματα. Αναπτυξιακά, οι ασθενείς πρέπει επίσης να μπορούν χρησιμοποιήσουν αφηρημένες διαδικασίες σκέψης για να κατανοήσουν την αντίσταση που μπορεί να προβάλουν στο να παίξουν μουσική. Πολύ συχνά αντιστέκονται στη χρήση μουσικής επειδή φοβούνται, ή δεν εκτιμούν, το πιο

παράλογο, «προσανατολισμένο στη διαδικασία» τρόπο ύπαρξης. Αυτοί οι ασθενείς νιώθουν πιο άνετα με τον πιο ορθολογικά, «προσανατολισμένο στον στόχο» τρόπο ύπαρξης (Austin&Dvorkin, 1993).

Μπορούμε να παρατηρήσουμε την αντίσταση όταν πελάτες επιλέγουν συνεχώς ένα συγκεκριμένο μουσικό όργανο ή το αποφεύγουν. Αυτό ίσως οφείλεται ή μπορεί να οφείλεται σε μία ταύτιση με το όργανο και μία επακόλουθη ευαλωτότητα. Ο εαυτός είναι πολύ εκτεθειμένος γιατί το άτομο συγχωνεύεται (merged) με το όργανο και ως εκ τούτου, η αίσθηση της αυτοεκτίμησης του ατόμου επικρατεί στην παράσταση (performance). Η αντίσταση μπορεί επίσης να οφείλεται στην προβολή μιας πτυχής του εαυτού σε ένα συγκεκριμένο όργανο (για παράδειγμα: το θυμωμένο παιδί που προβάλλεται πάνω στο τύμπανο) (Austin&Dvorkin, 1993).

Η αντίσταση γίνεται πιο έντονη όταν το μουσικό όργανο είναι η φωνή. Η φωνή είναι ιδιαίτερα απειλητική για πολλούς ανθρώπους γιατί είναι στενά συνδεδεμένη με την αναπνοή, το σώμα και τα εσωτερικά συναισθήματα και αισθήσεις. Η αυτοκαταπραϋντική ποιότητα του τραγουδιού, η οποία υπάρχει από τη βρεφική ηλικία, αναπαράγει τις πρώιμες εμπειρίες και συσχετίσεις με τη μητρότητα. Η σχέση με τον θεραπευτή μέσω αυτής της παλινδρόμησης γίνεται απειλητική και παράγει αμφιθυμία σχετικά με το αν θα αποκαλυφθούν παιδικές επιθυμίες και ανάγκες μέσω της μουσικής (Austin&Dvorkin, 1993).

Στη μουσικοθεραπεία παρατηρούμε μια άλλη μορφή αντίστασης σε ασθενείς που παίζουν πρόθυμα και αυτοσχεδιάζουν μουσική, αλλά αποφεύγουν τη λεκτική επεξεργασία του μουσικού περιεχομένου. Αυτοί οι πελάτες προτιμούν να βυθίζονται στα συναισθήματα της μουσικής χωρίς να κάνουν τις συνδέσεις που θα μετέτρεπαν την ασυνείδητη έκφραση σε συνειδητή. Με αυτόν τον τρόπο, οι πελάτες είναι συνήθως ικανοποιημένοι ότι έχουν επικοινωνήσει τις σκέψεις τους και συναισθήματα, τα οποία μπορεί να ληφθούν μαγικά και να γίνουν κατανοητά από τον θεραπευτή μέσω της μουσικής. Επομένως, δεν αισθάνονται την ανάγκη να επαναλάβουν αυτές τις εμπειρίες προφορικά και δεν αισθάνονται ανάγκη να επεξεργαστούν το υλικό. Ο τύπος της αντίδρασης μπορεί να υποδεικνύει ότι οι ασθενείς αισθάνονται πως συγχωνεύτηκαν, έγιναν ένα με τον θεραπευτή και υποθέτουν ότι η ελάχιστη συνειδητή επικοινωνία είναι απαραίτητη (Austin&Dvorkin, 1993).

Αντίσταση μπορεί να παρατηρηθεί και στους πελάτες που συμμετέχουν πρόθυμα στη μουσική δημιουργία. Η αντίσταση στη μουσική, σύμφωνα με τις Austin και Dvorkin (1993), « συνήθως είναι εμφανής στον θεραπευτή, από την έλλειψη συναισθήματος ή της αντίφασης μεταξύ της μουσικής και του συναισθήματος του πελάτη»(σ. 426). Η αντίσταση «ακούγεται» επίσης στη μουσική όταν ένας ασθενής σταματά να παίζει ή τραγουδά πρόωρα. Εάν ο θεραπευτής είναι

συντονισμένος με ευαισθησία στη μουσική του πελάτη, τότε μπορεί να αναγνωρίσει ότι η μουσική δεν έχει ολοκληρωθεί. Όπως επεσήμανε ο Simpkins (στο Bruscia, 1987), οι υπερβολές στην ταχύτητα της μουσικής μπορούν να υποδεικνύουν ότι η αντίσταση είναι παρούσα. Μπορεί να υπάρχει μεγάλη ταχύτητα στον αυτοσχεδιασμό ενός πελάτη, ώστε αυτός να αποφύγει να αισθανθεί το αντίκτυπο της μουσικής ή να υπάρχει πολύ αργή ταχύτητα ώστε να ελέγχει την παραγωγή κάθε ήχου. Σε κάθε περίπτωση, φαίνεται πως ο πελάτης αποφεύγει να είναι συναισθηματικά παρών. Οι Austin και Dvorkin τονίζουν πως η αντίσταση δεν είναι κάτι που πρέπει να εξαλειφθεί, αντιθέτως, προσφέρει έναν τρόπο κατανόησης του πελάτη. Θα πρέπει να θεωρείται και να είναι σεβαστή από τον θεραπευτή ως μορφή επικοινωνίας και να ερμηνεύεται ως μορφή συμβολικής έκφρασης (Austin&Dvorkin, 1993).

Δουλεύοντας με την αντίσταση ο θεραπευτής πρέπει αρχικά να αποφασίσει εάν η συμπεριφορά ή η μουσική πρέπει να αναγνωρίζεται ως αντίσταση και μετά να αποφασίσει πώς θα ερμηνευτεί και πώς θα δουλευτεί. Μόλις ο θεραπευτής αντιληφθεί ότι η συμπεριφορά είναι αντίσταση, μπορεί να το γνωστοποιήσει στον πελάτη. Αν ο πελάτης είναι σε θέση να αναγνωρίσει το συναίσθημα που προκαλεί την αντίσταση, τότε ο θεραπευτής μπορεί να δώσει χώρο ενθαρρύνοντας τον πελάτη να παίξει ή να τραγουδήσει αυτό το κομμάτι του εαυτού του. Οι Austin και Dvorkin σημειώνουν πως η προτιμώμενη μέθοδος να δουλευτεί η αντίσταση πραγματοποιείται μέσω της περαιτέρω εξερεύνησης της μουσικής. Μία τέτοια μορφή εξερεύνησης είναι η επανάληψη, με την ελπίδα πως ο πελάτης θα εμβαθύνει τη δεύτερη φορά (Austin&Dvorkin, 1993).

Τέλος, είναι σημαντικό να αναφερθεί πως στο πλαίσιο της μουσικοθεραπείας «σχεδόν όλοι οι πελάτες έχει παρατηρηθεί πως κάποια στιγμή είχαν μία αντίσταση στο να παίξουν, να ακούσουν, να νιώσουν ή να μιλήσουν για τη μουσική ωστόσο παράλληλα, και οι ίδιοι οι μουσικοθεραπευτές δεν είναι άτρωτοι στο να αντισταθούν στη χρήση της μουσικής στη θεραπευτική διαδικασία» (Austin&Dvorkin, 1993, σ. 425). Οι αντιστάσεις των μουσικοθεραπευτών συχνά εμφανίζονται με τη μορφή συναισθημάτων ανεπάρκειας είτε προς στις ικανότητές τους να προχωρήσουν βαθύτερα στη θεραπευτική διαδικασία, είτε προς στις μουσικές τους δεξιότητες. Ακόμα, «τα δικά τους άλυτα ζητήματα μπορεί να θολώνουν την αντικειμενικότητά τους» (Austin & Dvorkin 1993, σ. 428). Οι αντιστάσεις των μουσικοθεραπευτών είναι αναγκαίο να αναγνωρίζονται και να αντιμετωπίζονται με την εποπτεία, αλλιώς μπορεί να είναι πολύ επιζήμιες (Hadley, 2002).

HMaryPriestley, είναι μία από τις λίγες μουσικοθεραπεύτριες που βασίστηκε στο κλασσικό ψυχαναλυτικό μοντέλο ώστε να δουλέψει με την αντίσταση. Η Priestley, ιδρύτρια της Αναλυτικής Μουσικοθεραπείας, δίνει μεγάλη σημασία στην αντίσταση και την τοποθετεί στις δυναμικές της θεραπευτικής σχέσης μαζί με τη μεταβίβαση, την αντιμεταβίβαση και τη θεραπευτική συμμαχία.

«Η αντίσταση πραγματοποιείται όταν ο πελάτης αντιστέκεται στη θεραπευτική διαδικασία με ποικίλους τρόπους που τον απομακρύνουν από τον στόχο της αλλαγής» (Hadley, 2002, σ. 39). Σε μία συνεδρία Αναλυτικής Μουσικοθεραπείας, οι αντιστάσεις μπορούν να εκφραστούν προφορικά ή και μουσικά.

Μουσικά, η αντίσταση μπορεί να εκδηλωθεί με την αποφυγή του πελάτη να χρησιμοποιήσει τη φωνής ή/και τα μουσικά όργανα. Ακόμα, μπορεί να εκφραστεί σαν μία επίμονη προσκόλληση (fixation) σε κάποια συγκεκριμένη μουσική ιδέα. Επίσης, μπορεί να εκφραστεί σε πελάτες που συμμετέχουν πρόθυμα στη μουσική δημιουργία, ωστόσο αποφεύγουν την επερχόμενη λεκτική επεξεργασία του μουσικού περιεχομένου (Hadley, 2002).

Προφορικά, η αντίσταση συναντάται με τη μορφή ακατάσχετης ομιλίας. Πελάτες δηλαδή που καταλαμβάνουν το μεγαλύτερο μέρος της συνεδρίας μιλώντας και αφήνοντας ελάχιστο χρόνο για το κομμάτι του μουσικού αυτοσχεδιασμού, ίσως φοβούμενοι τη δυνατή και βαθιά σύνδεση με τη μουσική (Hadley, 2002).

Η Eschen στο AnalyticalMusicTherapy (2002) αναφέρεται στην αντίσταση που σχετίζεται με το παίξιμο των μουσικών οργάνων. «Είναι γνωστό το φαινόμενο που συναντάται στους σωματικά τραυματισμένους πελάτες, να μη θέλουν να τραγουδήσουν ή να παίξουν μουσική» (Eschen, 2002, σ. 135).

Αυτή η αντίσταση σχετίζεται με διάφορους τομείς:

1. Φόβος ότι η μουσική, η οποία για πολλούς ανθρώπους είναι γεμάτη με συναισθήματα, θα ανοίξει περιοχές της ψυχής (θα ανοίξει το τραύμα) που ο πελάτης δεν θέλει να αντιμετωπίσει.
2. Θέματα ελέγχου «Θέλω να έχω τον έλεγχο - δεν μπορείτε να μου πείτε τι να κάνω προτού να είμαι έτοιμος για αυτό».
3. Πολλοί άνθρωποι δεν έχουν παίξει ή τραγουδήσει υπό την παρουσία κάποιου αγνώστου ατόμου, συνεπώς αισθάνονται άγχος.
4. Οι καταθλιπτικοί πελάτες συχνά υποφέρουν από απομόνωση, απουσία κινήτρου, χαμηλή ενέργεια, φόβο για αλλαγές αλλά και φόβο στο να αφήσουν χώρο. Όλα αυτά μπορούν να τους κάνουν περισσότερο καταθλιπτικούς,
5. Θέματα εγκατάλειψης. Οι σωματικά τραυματισμένοι πελάτες συχνά νιώθουν εγκαταλειμμένοι από το ίδιο τους το σώμα. Υπάρχει μία ασυνείδητη ανάγκη να εγκαταλείψουν ή να κάνουν οι ίδιοι πράξη αυτό που νιώθουν ότι έχουν υποστεί. Οι πελάτες καλύπτουν αυτή την ανάγκη, εγκαταλείποντας συμβολικά τον μουσικοθεραπευτή, μέσω της απροθυμίας τους να παίξουν ή να τραγουδήσουν. (Eschen, 2002, σ. 135)

Η MaryPriestley ανακάλυψε πως υπάρχουν ατομικές διαφορές στην έκταση που ορισμένοι πελάτες χρησιμοποιούν τη μουσική αντί του λόγου με σκοπό να κρατήσουν τις ασυνείδητες παρορμήσεις, τις ενορμήσεις, και τα συναισθήματα διαχωρισμένα από τη συνειδητή σκέψη. Βασισμένη στο κλινικό της έργο, αναγνώρισε «διάφορα επίπεδα αντίστασης που μπορεί να εκφραστούν είτε λεκτικά είτε μουσικά με τη μορφή κενής αντίστασης (resistancevacuum) ή αντίσταση με ενέργεια (resistanceenergy)» (Bruscia, 1987, σ. 144). Η κενή αντίσταση ορίζεται από την Priestley ως «το ψυχικό κενό που δημιουργείται από την έλλειψη σύνδεσης του συναισθήματος με τη σκέψη, ενώ η αντίσταση με ενέργεια ορίζεται ως το μπλοκάρισμα του συναισθήματος που περιέχεται στην κενή αντίσταση» (Bruscia, 1987, σ. 145).

Τα επίπεδα αντίστασης που αναφέρει ο Bruscia (1987) είναι τα εξής:

- 1.Α) Τα συναισθήματα εκφράζονται ελεύθερα στη μουσική, αναγνωρίζονται νοητικά και ακολουθούνται από ένα κύμα αναμνήσεων και σκέψεων. Σε αυτό το επίπεδο μπορεί να βρίσκονται όλοι οι πελάτες, εκτός από αυτούς που συχνότερα χαρακτηρίζονται από το επίπεδο 1Β.
- 1.Β) Τα συναισθήματα εκφράζονται ελεύθερα στη μουσική, μπλοκάρονται νοητικά και ακολουθούνται από την αποφυγή οποιαδήποτε σύνδεσης μεταξύ του συναισθήματος και της σκέψης.
- 1.Γ) Τα συναισθήματα εκφράζονται ελεύθερα στη μουσική, δημιουργούν μία ακουστική εντύπωση στον πελάτη, όμως η μουσική του δεν συνδέεται με τίποτα άλλο εκτός του εαυτού του.
- 2) Η κενή αντίσταση εκφράζεται μουσικά μέσω της επανάληψη και της αδράνειας και ακολουθείται από σχετικές σκέψεις και συναισθήματα.
- 3) Η αντίσταση με ενέργεια εκφράζεται μουσικά και ακολουθείται από μια πλημμύρα συναισθημάτων που είναι αποσυνδεμένα από τις σκέψεις. (σσ. 145-145)

Είναι σημαντικό να ειπωθεί πως η Priestley δεν παρουσίασε τα επίπεδα αυτά ως ένα επίσημο μοντέλο αξιολόγησης, ωστόσο παρατήρησε πως υπήρχε σύνδεση μεταξύ αυτών και συγκεκριμένων διαγνώσεων. Ο Bruscia παραθέτει τα επίπεδα αντίστασης στο βιβλίο του, *ImprovisationalmodelsofMusicTherapy* (1987) καθώς υποστηρίζει πως η περαιτέρω διερεύνησή τους μπορεί να είναι χρήσιμη στην κλινική αξιολόγηση.

Σύμφωνα με τους PaulNordoff και CliveRobbins η σχέση μεταξύ θεραπευτή και παιδιού (πελάτη), αναπτύσσεται σε δύο διαστάσεις, τη φύση της ίδιας της σχέσης και τον βαθμό συμμετοχής. Και τα δύο εκδηλώνονται μέσω διάφορων μορφών και ποιοτήτων αντίστασης. Όσο η συμμετοχή αυξάνεται, τόσο η αντίσταση μειώνεται, και η σχέση με τον θεραπευτή βελτιώνεται (Bruscia, 1987). Οι PaulNordoff και CliveRobbins ανέπτυξαν μία πρώιμη προσέγγιση που περιλαμβάνει έναν ανθρωπιστικό προσανατολισμό στη δημιουργική μουσικοθεραπεία. Τονίζουν την ανάγκη του παιδιού να αφομοιώνει την εμπειρία της οικειότητας που προκαλείται από τις κοινές μουσικές εμπειρίες και περιγράφουν την αντίσταση ως απροθυμία που παιδιού να συμμετέχει και να ανταποκρίνεται στη μουσική (Ackerman, 2018, 2007).

Οι Nordoff και Robbins παρατήρησαν μέσα από το έργο τους πως τα παιδιά που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού ή με σοβαρές συναισθηματικές ή συμπεριφορικές διαταραχές, στις πρώτες συνεδρίες έχουν μικρή συμμετοχική ανταπόκριση. «Η αντίσταση εκδηλώνεται με πολλές μορφές επηρεάζοντας και καθορίζοντας τις συνθήκες της θεραπευτικής σχέσης» (NordoffandRobins, 2007, σ. 372).

Η αντιστάσεις των παιδιών είναι μία πρόκληση για τους μουσικοθεραπευτές οι οποίοι καλούνται να προσαρμοστούν στην εκάστοτε πραγματικότητα που παρουσιάζει το παιδί και είτε να προσαρμόσουν είτε να αλλάξουν εξολοκλήρου την κλινική τους πρόθεση. Η αντίσταση θεωρείται συχνά ως επακόλουθο της συμμετοχής του παιδιού. Μία προοδευτική απόκριση προηγείται ή/και ακολουθείται από μία προοδευτική αντίσταση. Όταν τα επίπεδα συμμετοχής των παιδιών αυξάνονται, είναι φανερό πως αλλάζει και η ποιότητα της αντίστασής τους. Όσο πιο υψηλό το επίπεδο συμμετοχής, τόσο η αντίσταση μειώνεται ή απομακρύνεται τελείως, εμφανίζεται όμως με άλλες μορφές όπως επιθετικότητα, χειραγώγηση ή εκφράσεις που δηλώνουν την ανεξαρτησία τους.
Οι Nordoff και Robbins δημιούργησαν μία σκάλα μέτρησης του επιπέδου συμμετοχής και της ποιότητας της αντίστασης, τη Σχέση διάδρασης θεραπευτή-παιδιού στη μουσική εμπειρία (NordoffandRobins, 2007).

Παρακάτω παρατίθεται αναλυτικά πώς εκδηλώνεται η συμμετοχή και πώς η αντίσταση σε κάθε επίπεδο όπως τις παρουσιάζουν στο βιβλίο τους, *CreativeMusicTherapy: AGuideToFosteringClinicalMusicianship*(NordoffandRobins, 2007, σσ. 375-382).

Επίπεδο 1

Μη ανταπόκριση, μη αποδοχή, εμφανής φυγή, ενεργητική απόρριψη, πανικός/φυγή σε συνθήκη πίεσης.

Συμμετοχή

- το παιδί έρχεται στη συνεδρία με αδιαφορία ή με διάχυτο άγχος που μπορεί να παραμείνει σε όλη τη διάρκεια της συνεδρίας.
- δεν είναι απόλυτα αδιαπέραστο. Υπάρχουν κάποια σημάδια που υποδεικνύουν μία φευγαλέα ευαισθησία ή κάποια σύντομη απόκριση στις δραστηριότητες του θεραπευτή.
- αντιλαμβάνεται ξεκάθαρα την κατάσταση της θεραπείας αλλά αποφεύγει να ανταποκριθεί θετικά
- απομακρύνεται, δεν κάνει βλεμματική επαφή, κοιτάζει πίσω από τον θεραπευτή, προφανώς με πρόθεση και ίσως προσπαθήσει να τον απομακρύνει με κενά χαμόγελα, λιποθυμία ή πειράγματα.
- μπορεί να αποτρέψει την επαφή δίνοντας όλη του την προσοχή σε μέρη του σώματός του ή σε αντικείμενα που βρίσκονται στον χώρο.

Αντίσταση

- δείχνει απροθυμία ή δυσφορία όταν έρχεται στη συνεδρία.
- φαίνεται να αγνοεί εντελώς τον θεραπευτή.
- δεν συνδέεται με την κατάσταση και παραμένει αδιάφορο σε οποιαδήποτε προσέγγιση.
- απορρίπτει ολοκληρωτικά την κατάσταση.
- μπορεί να αποσυρθεί, να αγχωθεί, να διαμαρτυρηθεί δυναμικά ή να εκδηλώσει μία έντονη συναισθηματική έκρηξη (tantrum) εάν ο θεραπευτής προσπαθήσει να τον εμπλέξει σε μια δραστηριότητα ή να τον κρατήσει στο δωμάτιο ενάντια στη θέλησή του.
- αντιδρά αρνητικά σε ενοχλητικές προσεγγίσεις του θεραπευτή. Αν ο θεραπευτής επιμείνει ίσως να του προκαλέσει πανικό ή οργισμένη αντίδραση.
- μπορεί να προσπαθήσει να "πνίξει" ή να καταπολεμήσει τη μουσική φωνάζοντας δυνατά.
- συχνά θα αποπειραθεί να βγει από τον χώρο της μουσικοθεραπείας, και όταν τελικά φύγει θα ανακουφιστεί.

Επίπεδο 2

Επιφυλακτική αμφιθυμία. Τάση για αποδοχή. Αγχώδης αβεβαιότητα. Τάση προς απόρριψη.

Συμμετοχή

- αποδέχεται παθητικά το ότι βρίσκεται στη συνεδρία.
- ίσως τολμήσει να πλησιάσει στον θεραπευτή με τη δική του θέληση.
- δείχνει να συμμετέχει για κάποιες στιγμές στις μουσικές δραστηριότητες και/ή στη θεραπευτική σχέση χωρίς όμως να μπορεί να παραμένει.
- θα κοιτάξει τον θεραπευτή άμεσα και σύντομα αν βρίσκονται σε απόσταση ενώ λοξά όταν βρίσκονται σε κοντινή απόσταση. Η ποιότητα της βλεμματικής επαφής υποδηλώνει κάποια αντίδραση ή ένα ενδιαφέρον για ένα στοιχείο της αυτοσχεδιαστικής μουσικής.
- δείχνει ενδιαφέρον για συμμετοχή αλλά προς το παρόν δεν έχει την ικανότητα να το κάνει.
- αρχίζει να αποδέχεται τις περιφερειακές και υποστηρικτικές δράσεις του συνθεραπευτή.
- κάνει ελάχιστη κίνηση ή δεν κάνει καμία κίνηση να φύγει κατά τη διάρκεια της συνεδρίας.

Αντίσταση

- ίσως να είναι διστακτικό ή λίγο φοβισμένο με το να έρθει στη συνεδρία και πιθανώς να δείξει την επιθυμία να φύγει από τον χώρο.
- θα νιώσει άβολα όταν βρεθεί κοντά στον θεραπευτή.
- ίσως αποσυρθεί ή αγχωθεί αν ο συνθεραπευτής τον προσεγγίσει με άμεσο τρόπο.
- το παιδί που δεν μπορεί να συνδεθεί με τη μουσική του θεραπευτή, στρέφεται και χρησιμοποιεί επίμονα τα μουσικά όργανα, τη φωνή ή το σώμα του.
- Υπό πίεση θα υποχωρήσει σε πιο ήπια επίπεδα συμπεριφοράς.

Επίπεδο 3

Περιορισμένη δραστηριότητα ανταπόκρισης. Λανθάνουσα αμυντικότητα.

Συμμετοχή

- έρχεται στη συνεδρία με ηρεμία ακόμη και με διακριτή προθυμία
- είναι άνετα στην κατάσταση της θεραπείας και δεν ντρέπεται τον θεραπευτή

- δείχνει στιγμές με σαφή ανταπόκριση που σχετίζονται με τη διάθεσή του ή με τις δραστηριότητες που ταιριάζουν με τη μουσική. Σε αυτές τις στιγμές μπορεί να κοιτάξει τον θεραπευτή με απορία, ενθουσιασμό, θαυμασμό, ευχαρίστηση, έκπληξη ή αμηχανία.
- αν είναι μουσικά ενεργητικός μέσω οργάνων ή φωνής δείχνει κάποια κίνηση ή ενδιαφέρον για τη δραστηριότητα και είναι προσεκτικός για σύντομα χρονικά διαστήματα στις μουσικές εμπειρίες που δημιουργεί ο θεραπευτής.
- δείχνει έναν γενικό χαρακτήρα ανταπόκρισης στον θεραπευτή και τις δραστηριότητες που μπορεί να είναι κουραστικός, προσωρινός, ασταθής, ιδιότροπος, ανάλογα με το παιδί.

Αντίσταση

- φαίνεται να μην θέλει να εμπλακεί.
- μένει μακριά από τη δραστηριότητα, χωρίς όμως άγχος
- μπορεί να φανεί συγκλονισμένο ή να νιώσει απειλή από την εγγύτητα που επιδιώκει ο θεραπευτής και καταφεύγει σε αμυντική συμπεριφορά. Η αντίσταση παίρνει μορφές όπως πειράγματα, επιφυλακτικότητα, αμυντική αποφυγή, αναστολή της ακινησίας
- περιπλανιέται στον χώρο, μακριά από την εγγύτητα του πιάνου ή και του θεραπευτή, αλλά επιστρέφει επανειλημμένα.
- μπορεί να υποδηλώνει την επιθυμία να φύγει από τον χώρο της μουσικοθεραπείας, αλλά δέχεται εύκολα ανακατεύθυνση.

Επίπεδο 4

Ανάπτυξη δραστηριότητας στη σχέση. Εμμονή ή\και χειραγώγηση.

Συμμετοχή

- έρχεται στη συνεδρία με φανερή ικανοποίηση και ευχαρίστηση.
- υιοθετεί και αρχίζει να διατηρεί τα μοντέλα μουσικής απόκρισης που βρίσκει ουσιαστικά και με νόημα.
- δείχνει ευχαρίστηση στο να είναι ενεργητικός με τη μουσική.
- βιώνει φανερά τη στενή υποστήριξη των θεραπευτών και ανταποκρίνεται.
- αναγνωρίζει τον θεραπευτή ως ενεργό "μουσικό άτομο", του οποίου η προσοχή κατευθύνεται και σχετίζεται αυθόρμητα με την εμπειρία του παιδιού.

- αναπτύσσει μια *σχέση μουσικής δραστηριότητας* με τον θεραπευτή, η οποία μπορεί να δημιουργήσει μια σταθερά επαναλαμβανόμενη θετική ανταπόκριση μέσα στη θεραπεία σε στιγμές που υπάρχει επικοινωνιακή, με διάρκεια βλεμματική επαφή.
- ίσως διστάσει να φύγει όταν ολοκληρωθεί η συνεδρία.

Αντίσταση

- δεν νιώθει πια απειλή και μπορεί να σταθεί στην όλη εμπειρία. Η αντίσταση πλέον φαίνεται να είναι λιγότερο αμυντική.
- μπορεί πλέον να υποστηρίζει τον εαυτό αντιστεκόμενος μέσω παιχνιδιών, ντροπαλών πειραγμάτων, χειραγώγησης.
- φτάνει στο όριο της ικανότητας να ανεχθεί την εμπειρία της διαδραστικότητας και παρουσιάζει στον θεραπευτή την αδυναμία συνέχισης της συμμετοχής.

Επίπεδο 5

Δυναμική/αποφασιστική συνεργατικότητα. Σχέση που λειτουργεί. Πρόθεση με αυτοπεποίθηση. Εμμονικός ψυχαναγκασμός. Ακαμψία. Συναγωνισμός.

Συμμετοχή

- ίσως δείξει την επιθυμία του να έρθει στις συνεδρίες.
- απολαμβάνει να είναι με τον θεραπευτή.
- εμπλέκεται στη δημιουργία της μουσικής μαζί με τον θεραπευτή.
- διατηρεί μία ενεργητική, εκφραστικά ελεύθερη χρήση των οργάνων και της φωνής του, που δίνει τη δυνατότητα στον θεραπευτή να δημιουργήσει με αυτό το υλικό μία ζωντανή μουσική εμπειρία που φαίνεται πως το παιδί τη βρίσκει συναρπαστική.
- ξεκινά και/ή συμμετέχει σε μουσικό διάλογο με όργανα ή και με τη φωνή, που είναι αμοιβαία συναρπαστικό και ευχάριστο. Η επικοινωνία αυτή, καθορίζει και ζωντανεύει τη *σχέση μουσικής δραστηριότητας.*
- δείχνει δυναμική/ αποφασιστική συνεργατικότητα, που είναι το κύριο χαρακτηριστικό αυτού του επιπέδου.
- το παιδί που είναι φυσικά αποφασιστικό, θα χρησιμοποιήσει τις εκφραστικές του δυνατότητες με τόλμη.

- το παιδί που είναι πιο παθητικό, με μικρότερη ισχυρή θέληση, θα δείξει ένα ενδιαφέρον για μία πιο αποφασιστική συνεργατικότητα.
- το παιδί του οποίου οι λειτουργικές ικανότητες μουσικής έκφρασης περιορίζονται σοβαρά από τη σωματική, διανοητική ή και συναισθηματική παθολογία, ή από αναπτυξιακή ανωριμότητα, μπορεί να επιτύχει τη δυναμική συνεργατικότητα αυτού του επιπέδου μέσω εξειδικευμένων, υποστηρικτικών, διεγερτικών τεχνικών του θεραπευτή. Το εύρος της ανταπόκρισης της δραστηριότητας που επιτυγχάνει πιθανόν να παραμείνει σχετικά μικρή, ωστόσο αν και το εκφραστικό πεδίο είναι περιορισμένο, κατακτάται μία έντονη επαφή στη θεραπευτική σχέση.
- το παιδί που μπορεί να συμμετάσχει σε ένα μεγαλύτερο εύρος μουσικών δραστηριοτήτων, δείχνει τώρα τη σκόπιμη εμπλοκή του μουσικού και εκφραστικού του χαρακτήρα. Δικά του μελωδικά και ρυθμικά στοιχεία εκφράζονται δυναμικά στο τραγούδι ή το ρυθμικό χτύπημα. Αυτή η διεύρυνση της *σχέσης μουσικής δραστηριότητας* που συναντάμε στο Επίπεδο 4 οδηγεί στο Επίπεδο 5, στην έναρξη μιας σχέσης που λειτουργεί (workingrelationship).
- ανταποκρίνεται στο μουσικό έργο και θα επικεντρωθεί στην εφαρμογή ή την ανάπτυξη δεξιοτήτων, στη συνεργασία με τον θεραπευτή σε συγκεκριμένες εξελισσόμενες μουσικές εκφράσεις και δομές.
- ίσως να καταβάλει καθυστερημένες προσπάθειες για παράταση των δραστηριοτήτων.

Αντίσταση

- μπορεί να φανεί μία αυτοπεποίθηση, που κάποιες στιγμές θα μετατρέπεται σε αμφισβήτηση. Ωστόσο αν εκφράζεται με κάποια μουσική μορφή, έχει τη δυνατότητα μέσω τεχνικών του θεραπευτή να οδηγηθεί σε δημιουργική επικοινωνία.
- το παιδί που παραμένει σε μία εμμονή ή προσκόλληση (Fixation) σε κάποιο μουσικό στοιχείο, ρυθμικό, μελωδικό, θεματικό ή κάποιο συγκριμένο μουσικό όργανο, μπορεί να εμφανίσει εμμονικό ψυχαναγκασμό και η αντιδραστικότητά του να το απομονώσει από τη διαδραστικότητα και να εμποδίσει την πρόοδο του.

Επίπεδο 6

Αμοιβαιότητα και δημιουργική διάδραση σε εκφραστική κινητικότητα της μουσικής. Κρίση προς λύση. Απουσία αντίστασης.

Συμμετοχή

- είναι αφοσιωμένο στην ευέλικτη εκφραστικότητα και την ποικιλία ενεργών μουσικών εμπειριών.
- δείχνει ένα σκόπιμο μουσικό ενδιαφέρον και μια αντιληπτική απάντηση στη μελωδική, αρμονική ή/και ρυθμική εφευρετικότητα και την εκφραστική σκηνοθεσία της μουσικής που αυτοσχεδιάζει ο θεραπευτής.
- δείχνει ανεξαρτησία στη συνεργατική δημιουργικότητα, και σε αυτοκαθοριζόμενες μουσικά έξυπνες εκφράσεις που ξεκινούν με τη γεμάτη αυτοπεποίθηση προσδοκία του θεραπευτή.
- μεταδίδει μια ένταση συμμετοχής στη δημιουργική ροή των συνεδριών που το παροτρύνει να χρησιμοποιήσει μουσικές ιδέες για να εκφράσει προσωπικά ζητήματα. Όταν ο θεραπευτής μπορεί μουσικά να υποστηρίξει τέτοιες στιγμές αυθορμητισμού, τα παιδιά μπορούν να χρησιμοποιήσουν τη διάθεση και τη δομή της μουσικής σε διαδραστικό παιχνίδι ή να επικοινωνούν ιδέες ή συναισθήματα.
- το παιδί με συναισθηματικές διαταραχές που είναι ικανό μέσω της έντασης της διάθεσης ή της δραστηριότητας, να εκφράσει το χαοτικό περιεχόμενο της προσωπικότητάς του θα είναι σε θέση να επιτύχει έναν σημαντικό βαθμό επίλυσης και η ένταση θα απομακρυνθεί από την κλινική κατάσταση. Τέτοιες στιγμές στη θεραπεία μπορεί να είναι κρίσιμες και φαίνεται πως στην κατάσταση αυτή είναι το παιδί που οδηγεί τον θεραπευτή προς τη δημιουργική λύση. Ο θεραπευτής πρέπει να υποστηρίζει το παιδί με ενσυναίσθηση ώστε να παρατείνει αυτή τη διαδικασία. Η ανταπόκριση του παιδιού μπορεί ακόμα να παραμείνει απρόβλεπτη και να έχει τις ασταθείς στιγμές της μετά την επίτευξη μιας τέτοιας λύσης, αλλά μια μουσική σχέση που λειτουργεί μπορεί να υποστηρίξει περαιτέρω θεραπευτική πρόοδο.
- θα δείξει ένα βαθμό συμμετοχής σε εμπειρίες που σχετίζεται με τις λειτουργικές του ικανότητες, την κατάσταση ή/και την ωριμότητα του. Όσο πιο περιορισμένες ή λιγότερο ανεπτυγμένες είναι οι ικανότητές του, τόσο περισσότερο θα εξαρτάται η σχέση για την ανάπτυξή τους, από την ικανότητα και τη δημιουργικότητα του θεραπευτή. Η έκταση της μουσικής δραστηριότητας που μπορεί να επιτύχει ένα παιδί με σοβαρά οργανικά προβλήματα θα είναι περιορισμένη, αλλά θα πετύχει σε αυτό το επίπεδο όταν η ενεργή ανταπόκρισή του στο έργο των θεραπευτών θα τους δείξει α) μια προσωπική συμμετοχή στη μουσική ως ένα συναισθηματικά εκφραστικό μέσο και β) μια άμεση έκφραση αμοιβαιότητας με τον θεραπευτή στη μουσική-προσωπική εμπειρία.
- το παιδί που έχει κυρίως οργανικά προβλήματα ή αναπτυξιακές διαταραχές με ή χωρίς κάποια δευτερεύουσα συναισθηματική συνιστώσα, θα πετύχει σε αυτό το επίπεδο μια

ανθεκτική αυτοπεποίθηση στις εμπειρίες που δημιουργούν οι δραστηριότητες, και στον θεραπευτή. Ένα τέτοιο παιδί αντιλαμβάνεται τον θεραπευτή ως τον φιλικό, χρήσιμο δημιουργό των καταστάσεων και των δραστηριοτήτων μέσα από τις οποίες ανακαλύπτει ένα απελευθερωτικό επίπεδο εμπειρίας και επικοινωνίας. Υπάρχει ελάχιστη ή καθόλου ένταση στη σχέση παιδιού-θεραπευτή. Γίνεται μια ζεστή σχέση, ουσιαστικά μέσω των κοινών μουσικών περιπετειών, των αμοιβαίων ενδιαφερόντων και της απόλαυσης του μουσικού έργου, και μέσω των δεξιοτήτων που το παιδί κυριαρχεί.

Αντίσταση

- το παιδί που είναι κυρίως συναισθηματικά διαταραγμένο μπορεί να θεωρήσει ότι η σχέση με τον θεραπευτή σε αυτό το επίπεδο είναι επικίνδυνη και απειλητική. Η διέγερση και η οικειότητα της προσωπικής επαφής της μουσικής υπονομεύουν τις κινήσεις, το συναίσθημα και τις ανάγκες του προς τη μουσική έκφραση. Η αδυναμία επίτευξης αυτού, να εμπιστευτεί τον θεραπευτή ή να βρει ή να αποδεχτεί μία φόρμα για να εκφράζει την προσωπική του συναισθηματική επιβάρυνση, πιθανότατα θα οδηγήσει σε αστάθεια της συνολικής απόκρισής του. Μπορεί να δείχνει σημάδια συντριβής ή αποπροσανατολισμού χαμηλότερων επιπέδων.

Επίπεδο 7

Σταθερότητα και εμπιστοσύνη στη διαπροσωπική μουσική σχέση. Μέσω ταύτισης με μία αίσθηση επιτυχίας και ευζωίας αντιστέκεται σε τάσεις παλινδρόμησης.

Συμμετοχή

- έχει εμπιστοσύνη στη συνολική κατάσταση -στον εαυτό του, στον θεραπευτή και στη δημιουργία μουσικής μαζί του- και νιώθει απολύτως ασφαλής.
- ταυτίζεται με τη δημιουργία μουσικής και παραμένει οργανωμένο, σταθερό, με μουσικούς στόχους σε μια αμοιβαία συνεργασία.
- κάνει την πλήρη χρήση της κατάστασης στον βαθμό που του επιτρέπει η προσωπική του ικανότητα.
- ανταποκρίνεται ουσιαστικά, εκφράζει την ιδιοσυγκρασία και τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του.
- έχει επιτύχει μια εγγενώς συνειδητοποιημένη αίσθηση προσωπικής εκπλήρωσης και χειραφέτησης σε ενεργές μουσικές εμπειρίες και είναι πλέον σε θέση να αντιστέκεται σε

προσωπικές παλινδρομήσεις. Αυτό μπορεί να υποστηριχθεί μέσω της ταύτισης των προσδοκιών του θεραπευτή.

Πίνακας 1

Σχέση Διάδρασης Θεραπευτή – Παιδιού σε Μουσική Εμπειρία

Παιδί: ……. Ημερομηνία γέννησης:…… Ημερομηνία:…… Συνεδρία:.....
Θεραπευτής:……..…….. Εκτιμητής:…… Μέρα εκτίμησης:……..…

Συμμετοχή / Αντίσταση	ΕΠΙΠΕΔΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ	ΠΟΙΟΤΗΤΕΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗΣ
(7) ..... /.....	Σταθερότητα και εμπιστοσύνη στη διαπροσωπική μουσική σχέση.	Μέσω ταύτισης με μία αίσθηση επιτυχίας και ευζωίας αντιστέκεται σε τάσεις παλινδρόμησης.
(6) ..... /.....	Αμοιβαιότητα και δημιουργική διάδραση σε εκφραστική κινητικότητα της μουσικής.	Κρίση προς λύση. Απουσία αντίστασης.
(5) ..... /.....	Δυναμική/αποφασιστική συνεργατικότητα. Σχέση που λειτουργεί. Πρόθεση με αυτοπεποίθηση.	Εμμονικός ψυχαναγκασμός. Ακαμψία. Συναγωνισμός.
(4) ..... /.....	Ανάπτυξη δραστηριότητας στη σχέση.	Εμμονή ή\και χειραγώγηση.
(3) ..... /.....	Περιορισμένη δραστηριότητα ανταπόκρισης.	Λανθάνουσα αμυντικότητα.
(2) ..... /.....	Επιφυλακτική αμφιθυμία. Τάση για αποδοχή.	Αγχώδης αβεβαιότητα. Τάση προς απόρριψη.
(1) ..... /.....	Μη ανταπόκριση, μη αποδοχή.	Εμφανή φυγή. Ενεργητική απόρριψη. Αντίδραση πανικού/οργής υπό πίεση.

Σημείωση. Από *Μουσικοθεραπεία: Ο Τρίτος Δρόμος.*(σ. 136), Ψαλτοπούλου- Καμίνη, Ν., 2015 ; *Creative Music Therapy: A Guide To Fostering Clinical Musicianship*.(σ. 374) Nordoff, P., Robbins, C., 2007.

Κεφάλαιο 3
Μεθοδολογία

Στην παρούσα μελέτη επιλέχθηκε η ποιοτική μεθοδολογία και πιο συγκεκριμένα η ερμηνευτική φαινομενολογική ανάλυση (ΕΦΑ), καθώς ο κύριος στόχος ήταν να μελετηθεί ο τρόπος με τον οποίο οι μουσικοθεραπευτές βιώνουν το φαινόμενο της αντίστασης, και όχι να καταλήξουμε σε γενικευμένα συμπεράσματα. Στο κεφάλαιο αυτό παρουσιάζεται η Ερμηνευτική Φαινομενολογική Ανάλυση (ΕΦΑ). Παρατίθενται τα βασικά θεωρητικά θεμέλια και αναφέρονται οι λόγοι οι οποίοι κάνουν την ΕΦΑ κατάλληλη για την παρούσα έρευνα. Για τη συλλογή των δεδομένων δημιουργήθηκε από την ερευνήτρια ένα ερωτηματολόγιο, το οποίο χρησιμοποιήθηκε στις ημιδομημένες συνεντεύξεις. Τα στάδια της επεξεργασίας και της ανάλυσης των δεδομένων περιγράφονται λεπτομερώς παρακάτω.

Τα ερευνητικά ερωτήματα στις μελέτες ερμηνευτικής φαινομενολογίας συνήθως διατυπώνονται γενικά και ανοιχτά. Δεν γίνεται κάποια προσπάθεια να δοκιμαστεί μια προκαθορισμένη υπόθεση του ερευνητή, αντιθέτως, ο στόχος είναι να διερευνηθεί, με ευελιξία και λεπτομέρεια, το εκάστοτε φαινόμενο που μελετάται (Smith & Osborn, 2007). Σύμφωνα με τα παραπάνω, η συγκεκριμένη μεθοδολογία κρίνεται κατάλληλη για να ερευνήσει τις προσωπικές αντιλήψεις και απόψεις των μουσικοθεραπευτών σχετικά με το φαινόμενο της αντίστασης.

Η ΕΦΑ έχει χρησιμοποιηθεί σε πληθώρα ερευνών στον κλάδο της μουσικοθεραπείας. Ενδεικτικά θα αναφερθούν παρακάτω κάποιες σύγχρονες μελέτες ΕΦΑ.

Το 2018, οι Staab και Dvorak δημοσίευσαν την φαινομενολογική μελέτη, *Perception of Music Therapy by Direct Care Staff of Older Adults with Intellectual Disabilities.* Σκοπός της ήταν να διερευνήσει τις εμπειρίες και τις αντιλήψεις του προσωπικού άμεσης φροντίδας ηλικιωμένων ενηλίκων με νοητική αναπηρία που συμμετέχουν σε υπηρεσίες μουσικοθεραπείας.

Την ίδια χρονιά η έρευνα των Young και Pringle (2018), *Livedexperiencesofsinginginacommunityhospicebereavementsupportmusictherapygroup,* είχε ως στόχο να εξετάσει τις εμπειρίες του τραγουδιού, επτά γυναικών που συμμετείχαν σε μια μουσικοθεραπευτική ομάδα υποστήριξης και διαχείρισης πένθους, που πραγματοποιήθηκε σε κοινοτικό ξενώνα.

Οι Epstein, Elefant και Thompson (2019) με την έρευνά τους, M*usic Therapists' Perceptions of the Therapeutic Potentials Using Music When Working With Verbal Children on the Autism Spectrum: A Qualitative Analysis,* διερεύνησαν τις περιγραφές των μουσικοθεραπευτών σχετικά με τη χρήση της μουσικής και τις θεραπευτικές της δυνατότητες στην πρακτική τους, με

παιδιά στο φάσμα του αυτισμού που έχουν λεκτικές δεξιότητες. Τα δεδομένα συλλογής αναλύθηκαν σύμφωνα με τις αρχές της ΕΦΑ.

Το 2020, η έρευνα των Windle, Hickling, Jayacodi και Carr, *The experiences of patients in the synchrony group music therapy trial for long-term depression* είχε στόχο να διερευνήσει τις βιωμένες εμπειρίες των συμμετεχόντων με μακροχρόνια κατάθλιψη, σε ομάδες μουσικοθεραπείας.

Περνώντας σε πιο πρόσφατες μελέτες, η φαινομενολογική μελέτη της Besse (2021) *Gender Aware Music Therapy: An Interpretative Phenomenological Analysis* διερεύνησε την επίδραση του φύλου στη μουσικοθεραπευτική πρακτική, μέσα από τις εμπειρίες και τις αντιλήψεις των μουσικοθεραπευτών που έχουν γνώσεις στα ζητήματα φύλου (GAMTs).

Τέλος, αξίζει να αναφερθεί η φαινομενολογική μελέτη των Epstein, Elefant και Ghetti (2022) με την έρευνα *Israeli Parents' Lived Experiences of Music Therapy With Their Preterm Infants Post-Hospitalization*. Στόχος της ήταν να εξεταστεί η εμπειρία Ισραηλινών γονέων που συμμετείχαν σε μουσικούς διαλόγους με τα πρόωρα βρέφη τους κατά τη διάρκεια της μουσικοθεραπείας μετά την έξοδο από τη μονάδα εντατικής θεραπείας νεογνών.

Ερμηνευτική Φαινομενολογική Ανάλυση

Η Ερμηνευτική Φαινομενολογική Ανάλυση (ΕΦΑ), είναι μία σύγχρονη ποιοτική μεθοδολογία η οποία έχει φιλοσοφική βάση. Αναπτύχθηκε τις αρχές του 1990 από τον JohnathanSmith, ψυχολόγο υγείας με έδρα το Ηνωμένο Βασίλειο (Smith et al., 2009). Ο Smith εστιάζει στον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι κατανοούν και βιώνουν τα γεγονότα και τις εμπειρίες ζωής (Smithetal. 2009). Προσπαθεί να κατανοήσει και να εξερευνήσει τις υποκειμενικές έννοιες των γεγονότων, των εμπειριών ή των καταστάσεων των ίδιων των μεμονωμένων συμμετεχόντων (Smith, 2008). Οι φαινομενολογικοί ερευνητές επιδιώκουν να αξιολογήσουν τις πλούσιες λεπτομέρειες των τρόπων δημιουργίας νοήματος συγκεκριμένων εμπειριών των συμμετεχόντων, εστιάζοντας ιδιαίτερα σε πτυχές των βιωμένων εμπειριών που συχνά δεν παρατηρούνται ή δεν εξετάζονται στην καθημερινή ζωή (Finlay, 2011). Όπως προαναφέρθηκε, ο σκοπός της ΕΦΑ είναι να εξερευνήσει σε βάθος τον τρόπο που οι συμμετέχοντες αντιλαμβάνονται τον προσωπικό και κοινωνικό τους κόσμο.

Η ΕΦΑ έχει μια θεωρητική δέσμευση για το άτομο ως γνωστική, γλωσσική, συναισθηματική και φυσική ύπαρξη και προϋποθέτει μια αλυσίδα σύνδεσης μεταξύ των λεγόμενων των ανθρώπων και των σκέψεων ή/και τη συναισθηματική τους κατάσταση. Ωστόσο, οι ερευνητές

συνειδητοποιούν πως αυτή η αλυσίδα σύνδεσης είναι περίπλοκη καθώς οι άνθρωποι παλεύουν ώστε να εκφράσουν αυτά που σκέφτονται και αισθάνονται. Μπορεί να υπάρχουν λόγοι που ένας συμμετέχοντας δεν επιθυμεί να αυτοαποκαλυφθεί και ο ερευνητής θα πρέπει να είναι σε θέση να ερμηνεύσει τη ψυχική και συναισθηματική κατάσταση από τα λεγόμενά τους (Smith & Osborn, 2007).

Είναι σημαντικό να αναφερθεί πως τα ερευνητικά ερωτήματα στις έρευνες ΕΦΑ είναι συνήθως γενικά και ανοιχτά. Δεν γίνεται καμία προσπάθεια να ελεγχθεί μια προκαθορισμένη υπόθεση του ερευνητή. Αντίθετα, στόχος είναι να διερευνηθεί, ευέλικτα και λεπτομερώς το εκάστοτε φαινόμενο/πεδίο που μελετάται (Smith & Osborn, 2007).

Θεωρητικά θεμέλια της ΕΦΑ

Οι φιλοσοφικές ρίζες της ΕΦΑ είναι στενά ευθυγραμμισμένες με την παραδοσιακή φαινομενολογία (Oxley, 2016). Η δέσμευση της ΕΦΑ είναι «να δίνει φωνή» και «να βγαίνει νόημα». Μέσα από αυτά οι ερευνητές επιδιώκουν μία εσωτερική οπτική της βιωμένης εμπειρίας (Noon, 2018). Τα βασικά θεωρητικά θεμέλια της ερμηνευτικής φαινομενολογικής ανάλυσης είναι τα εξής:
Φαινομενολογία, ερμηνευτική και ιδιογραφική προσέγγιση (Smithetal., 2009).

Φαινομενολογία

Η Φαινομενολογία αναφέρεται στη «μελέτη της ανθρώπινης εμπειρίας και στον τρόπο με τον οποίο τα πράγματα γίνονται αντιληπτά στη συνείδηση» (Langdridge, 2007, σ. 10). Το βασικό χαρακτηριστικό της Φαινομενολογίας είναι η αποδοχή πως κάθε άτομο αντιλαμβάνεται με διαφορετικούς τρόπους τον κόσμο. Η Φαινομενολογία λοιπόν, προσπαθεί να εξετάσει την ανθρώπινη εμπειρία, όπως αυτή βιώνεται, και να αναζητήσει την πραγματική ουσία της. Εστιάζει στην υποκειμενική, προσωπική και βιωμένη εμπειρία (Smith&Eatough, 2007). Θεμελιωτής της Φαινομενολογίας θεωρείται ο Γερμανός φιλόσοφος EdmundHusserl, ο οποίος απομακρύνθηκε από τον επιστημονικό θετικισμό και ώθησε τη φιλοσοφία της εποχής του σε μία θεώρηση πως η γνώση προκύπτει από την εμπειρία (Κολιρη, 2018). Σύμφωνα με τον Husserl προκειμένου να καταλάβουμε τη φύση των πραγμάτων πρέπει να στρέψουμε την προσοχή μας στα ίδια τα πράγματα ή μάλλον στην αληθινή τους ουσία. Παράλληλα όμως τα φαινόμενα που μελετούνται πρέπει να εξετάζονται χωρίς προκαταλήψεις, προϋποθέσεις ή κάθε άλλη προϋπάρχουσα γνώση,

όπως δηλαδή ακριβώς είναι και όπως εμφανίζονται, ανεξάρτητα από τον περιβάλλοντα κόσμο (Larkinhetal., 2011).

Ο Sokolowski αναφέρει πως η διαδικασία αφαίρεσης αυτών των προκαταλήψεων, προϋποθέσεων και προϋπάρχουσας γνώσης γίνεται ούτως ώστε να μπορεί να φανερωθεί η πραγματική ουσία των πραγμάτων (Sokolowksi, 2003). Ο όρος που χρησιμοποιήθηκε είναι *Bracketing*, δηλαδή βάζω στην άκρη, βάζω σε αγκύλες. Συμβαίνει λοιπόν η απόρριψη της επιρροής του εξωτερικού κόσμου από τις διεργασίες της συνείδησης (Αντωνίου, 2018). Τελικά το άτομο απομακρύνεται από τη φυσική στάση (naturalattitude) και μεταβαίνει στη φαινομενολογική στάση (phenomenologicalattitude) (Larkingetal., 2011). Η μετάβαση αυτή ονομάζεται *Φαινομενολογική Αναγωγή*. Οι Klein και Westcott (1994) περιγράφουν την Αναγωγή ως μία τριπλή διαδικασία που περιλαμβάνει την παραδειγματική διαίσθηση, την ευφάνταστη/δημιουργική παραλλαγή και τη σύνθεση. Στην παραδειγματική διαίσθηση, ο ερευνητής επιλέγει ένα φαινόμενο και το κρατά στη φαντασία του. Στη συνέχεια, προχωρά στην ανάπτυξη παραδειγμάτων παρόμοιων εμπειριών μέσω της ευφάνταστης/δημιουργικής παραλλαγής. Τέλος, η ολοκλήρωση αυτών των παραλλαγών επιτυγχάνεται μέσω της σύνθεσης των ουσιών του φαινομένου. Ο Polkinghorne (1983) περιέγραψε μια διαφορετική, διττή διαδικασία Αναγωγής. Μια μέθοδος ελεύθερης παραλλαγής οδηγεί τον ερευνητή σε μια περιγραφή των αμετάβλητων, βασικών δομών των φαινομένων, των οποίων η απουσία θα διέγραφε το ίδιο το φαινόμενο. Έπειτα, εστιάζει στην ίδια τη συγκεκριμένη εμπειρία και περιγράφει πώς κατασκευάζεται μέσω της σκόπιμης ανάλυσης. Τέλος, ο Osborne (1994) περιέγραψε το bracketing ως τον προσδιορισμό των προϋποθέσεων κάποιου για τη φύση των φαινομένων και στη συνέχεια την προσπάθεια να τις παραμερίσει για να δει τα φαινόμενα όπως είναι στην πραγματικότητα. Ο στόχος του Husserl ήταν να δει πραγματικά τα πράγματα «όπως είναι» μέσω της διαισθητικής ματιάς. Προσπάθησε να δείξει τον καθαρά έμφυτο χαρακτήρα της συνειδητής εμπειρίας μέσω μιας προσεκτικής περιγραφής (Laverty, 2003).

Ο Husserl (1980) επέκρινε την ψυχολογία ως μια επιστήμη που είχε πάει στραβά προσπαθώντας να εφαρμόσει μεθόδους των φυσικών επιστημών σε ανθρώπινα ζητήματα. Κατηγόρησε ότι αυτές οι επιδιώξεις αγνόησαν το γεγονός ότι η ψυχολογία ασχολείται με ζωντανά υποκείμενα που δεν αντιδρούν απλώς αυτόματα σε εξωτερικά ερεθίσματα, αλλά μάλλον ανταποκρίνονται στη δική τους αντίληψη για το τι σημαίνουν αυτά τα ερεθίσματα. Ο Husserl φαινόταν να πιστεύει ότι οι ερευνητές που ασχολούνταν μόνο με εξωτερικά, φυσικά ερεθίσματα τα οποία θα μπορούσαν να απομονωθούν και να συσχετιστούν με άλλες μεμονωμένες αποκρίσεις, όχι μόνο έχασαν σημαντικές μεταβλητές αλλά αγνοούσαν το πλαίσιο και δημιούργησαν μια εξαιρετικά τεχνητή κατάσταση (Jones, 1975).

Η κύρια γραμμή του Husserl ήταν η μελέτη των φαινομένων, όπως αυτά εμφανίζονται στη συνείδηση και υποστήριξε ότι ο νους και τα αντικείμενα εμφανίζονται μέσα στην εμπειρία, εξαλείφοντας έτσι τον δυϊσμό νου-σώματος (Laverty, 2003) .

Η φαινομενολογία αναφέρεται σε θεωρητικό επίπεδο με τον όρο *Περιγραφική Φαινομενολογία*. Ωστόσο η ΕΦΑ δεν θεωρείται απλά περιγραφική, καθώς ο ερευνητής υποχρεούται να παρουσιάσει μια ερμηνευτική περιγραφή του τι σημαίνει για τους ερωτηθέντες να έχουν τέτοιες εμπειρίες, μέσα στο συγκεκριμένο πλαίσιο (Noon, 2017).

Ερμηνευτική Φαινομενολογία

Ο Martin Heidegger, ήταν Διδάκτωρ της Φιλοσοφίας του Πανεπιστημίου του Freiburg της Γερμανίας και μαθητής του Husserl από τον οποίο διδάχθηκε τη θεωρία της Φαινομενολογίας (Walters, 1995). Βέβαια ο Heidegger, άλλαξε πορεία και ανέπτυξε τις δικές του θεωρίες. Όπως η Φαινομενολογία, έτσι και η Ερμηνευτική Φαινομενολογία ασχολείται με τον κόσμο και τις ανθρώπινες εμπειρίες όπως αυτές βιώνονται. Ο τρόπος με τον οποίο προχωρά η βιωμένη αυτή εμπειρία ήταν και το σημείο αντιπαράθεσης μεταξύ των Husserl και Heidegger (Laverty, 2003). Ο Heidegger υποστήριξε πως η κατανόηση των πραγμάτων δεν είναι ζήτημα επιστημολογικό όπως τη θέλει ο Husserl αλλά ζήτημα αποκλειστικά οντολογικό-υπαρξιακό. Με άλλα λόγια, ο Heidegger εστίαζε στον τρόπο ύπαρξης ή στην ήδη υπάρχουσα, τοποθετημένη έννοια του ανθρώπου στον κόσμο ενώ ο Husserl εστίαζε στην κατανόηση των φαινομένων (Laverty, 2003). Σε αντίθεση με τον Husserl, ο Heidegger ενδιαφέρεται για τις γνώσεις που έχει ο άνθρωπος όταν ο ίδιος εμπλέκεται σε μια εμπειρία (Wilkes, 1991) και πίστευε ότι η κατανόηση του ανθρώπου δεν μπορεί να συμβεί όταν απομονώνεται από τον δικό του κόσμο και περιβάλλον (Walters, 1995).

Η αναλυτική διαδικασία στην ΕΦΑ περιγράφεται συχνά με τον όρο *διπλή ερμηνευτική λειτουργία* καθώς, πρώτον, οι συμμετέχοντες δίνουν νόημα στον κόσμο τους και, δεύτερον, ο ερευνητής προσπαθεί να αποκωδικοποιήσει αυτό το νόημα για να κατανοήσει το νόημα των συμμετεχόντων (Smith & Osborn, 2008). Με άλλα λόγια, οι ερευνητές της ΕΦΑ προσπαθούν να καταλάβουν μια εμπειρία (αντικείμενο ή γεγονός) από την οπτική γωνία του συμμετέχοντος. Ταυτόχρονα όμως προσπαθούν να διατυπώσουν κρίσιμα ερωτήματα, όπως: Τι προσπαθεί να πετύχει το άτομο εδώ; Ειπώθηκε κάτι σημαντικό εδώ, το οποίο δεν είχε σκοπό; Έχω την αίσθηση ότι συμβαίνει κάτι εδώ που το ίδιο το άτομο δεν αντιλαμβάνεται; Οι μελέτες ΕΦΑ μπορεί επομένως να περιέχουν στοιχεία και των δύο τύπων ερμηνείας, καθιστώντας την ανάλυση πλουσιότερη και πιο ολοκληρωμένη (Pietkiewicz&Smith, 2014). OSmith συμπληρώνει πως ο ερευνητής μέσω της

ΕΦΑ προσπαθεί να κατανοήσει τον συμμετέχοντα ο οποίος από την μεριά του προσπαθεί να κατανοήσει τι του έχει συμβεί (Smithetal., 2009). Με άλλα λόγια, η διπλή ερμηνευτική λειτουργία πραγματοποιείται και από την πλευρά του ερευνητή, καθώς και από την πλευρά του συμμετέχοντα (Eatough&Smith, 2017).

Σύμφωνα με τον Smith (Smithetal. 2009), η ανάλυση πρέπει πάντα να βασίζεται στην προσεκτική ανάγνωση της αφήγησης μέσα στο συγκεκριμένο πλαίσιο και να αποφεύγονται οι πρώιμες «από πάνω προς τα κάτω» ερμηνείες (Eatough & Smith, 2017).

Ιδιογραφία

Η ιδιογραφία μπορεί να οριστεί ως η μελέτη του ειδικού έναντι του γενικού (Smith et al., 2009). Σύμφωνα με στους Pietkiewicz και Smith (2014), η σκοπιμότητα της ιδιογραφίας είναι να δίνει έμφαση, να εξετάζει λεπτομερώς και εις βάθος κάθε περίπτωση και κάθε συμμετέχοντα. Οι παραδοσιακές φαινομενολογικές προσεγγίσεις δίνουν προτεραιότητα στις ομοιότητες των φαινομένων για μεμονωμένους λογαριασμούς, ανάλυση και γενίκευση σε όλες τις περιπτώσεις ταυτόχρονα (Finlay, 2011). Στην ΕΦΑ οι ερευνητές πραγματοποιούν αρχικά λεπτομερή ανάλυση μίας μεμονωμένης περίπτωσης για κάθε συμμετέχοντα και μόνο τότε μπορούν να προχωρήσουν στη μελέτη άλλων ατόμων και στη σύγκριση προτύπων σε όλες τις περιπτώσεις. Μία βασική παραδοχή της ΕΦΑ είναι πως δύο άτομα μπορεί να έχουν βιώσει ίδιες εμπειρίες , παρ' όλα αυτά να τις έχουν ερμηνεύσει ριζικά διαφορετικά (Milleretal., 2018). Αυτή η θεμελιώδης αρχή της διερεύνησης κάθε μεμονωμένης περίπτωσης, πριν από την παραγωγή οποιωνδήποτε γενικών δηλώσεων έρχεται σε αντίθεση με τις νομοθετικές αρχές που αποτελούν τη βάση των περισσότερων εμπειρικών μεθόδων στην ψυχολογία, στις οποίες οι ομάδες και οι πληθυσμοί μελετώνται για να διαπιστωθεί η πιθανότητα ότι ορισμένα φαινόμενα θα συμβούν κάτω από συγκεκριμένες συνθήκες (Pietkiewicz&Smith, 2014).

Το δείγμα

Οι έρευνες ΕΦΑ διεξάγονται με μικρό αριθμό συμμετεχόντων. Όπως προαναφέρθηκε, ο σκοπός της έρευνας είναι να εξερευνήσει ένα φαινόμενο σε βάθος σχετικά με την οπτική και την αντίληψη μίας συγκεκριμένης ομάδας ατόμων παρά να κάνει γενικές εικασίες. Οι ερευνητές της ΕΦΑ συνήθως προσπαθούν να βρουν ένα αρκετά ομοιογενές δείγμα μέσω της σκόπιμης δειγματοληψίας. Έτσι το δείγμα είναι μία στενά καθορισμένη ομάδα για την οποία το ερευνητικό ερώτημα είναι σημαντικό. Η λογική είναι παρόμοια με την έρευνα από τον κοινωνικό ανθρωπολόγο, ο οποίος πραγματοποιεί μία εθνογραφική έρευνα σε μια συγκεκριμένη κοινότητα. Ο ανθρωπολόγος καταγράφει σε βάθος λεπτομέρειες για τον συγκεκριμένο πολιτισμό χωρίς να υποθέτει ή να ισχυρίζεται πως οι καταγραφές του αντιπροσωπεύουν όλους τους πολιτισμούς. Με τον καιρό, βέβαια, ίσως είναι εφικτό, με τις επόμενες μελέτες που θα διεξαχθούν με άλλες ομάδες, σταδιακά, να γίνουν γενικότεροι ισχυρισμοί, ωστόσο η κάθε έρευνα θα βασίζεται στη λεπτομερή εξέταση μιας σειράς μελέτης περιπτώσεων (Smith & Osborn, 2007). Με βάση τις αρχές της ερμηνευτικής φαινομενολογικής ανάλυσης, το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτέλεσε δείγμα σκοπιμότητας και το κριτήριο που ορίστηκε για τους συμμετέχοντες ήταν να είναι πιστοποιημένοι μουσικοθεραπευτές.

Σύμφωνα με τους Smith και Osborn (2017), δεν υπάρχει μία σωστή απάντηση στον αριθμό του δείγματος. Αναφέρουν πως στο πρόσφατο παρελθόν, πέντε ή έξι συμμετέχοντες ήταν ένα λογικό μέγεθος δείγματος ωστόσο, για τους φοιτητές που κάνουν ΕΦΑ για πρώτη φορά, οι τρεις συμμετέχοντες είναι ο καταλληλότερος αριθμός δείγματος, καθώς επιτρέπει επαρκή και σε βάθος ενασχόληση με κάθε μεμονωμένη περίπτωση, αλλά επιτρέπει επίσης μια λεπτομερή εξέταση της ομοιότητας και της διαφοράς, της σύγκλισης και της απόκλισης. Το δείγμα της παρούσας μελέτης αποτελείται από πέντε συμμετέχοντες.

Στοιχεία συμμετεχόντων

Πίνακας 2

Δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων

Χαρακτηριστικά	Αριθμός	Ποσοστό %
Φύλο		
Γυναίκα	4	80
Άνδρας	1	20
Ηλικία		
20-29	1	20
30-39	3	60
40-49		
>=50	1	20
Εκπαίδευση		
Μεταπτυχιακό	4	80
Διδακτορικό	1	20
Θεωρητικός προσανατολισμός		
Ουμανιστική μουσικοθεραπεία	1	20
Ψυχοδυναμική μουσικοθεραπεία	2	40
Ψυχοδυναμική και νευρολογική μουσικοθεραπεία	1	20
Εκλεκτική προσέγγιση μουσικοθεραπείας	1	20

Πίνακας 3

Κύριος κλινικός πληθυσμός συμμετεχόντων

Συμμετέχων Α	Ενήλικες με πολλαπλές αναπηρίες Παιδιά με σύνδρομα, αναπτυξιακές διαταραχές και πολλαπλές αναπηρίες
Συμμετέχων Β	Παιδιά και ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, διάχυτη αναπτυξιακή διαταραχή, ψυχικές ασθένειες
Συμμετέχων Γ	ΑΜΕΑ παιδιά και ενήλικες Έφηβοι και ενήλικες ψυχιατρικών περιστατικών Παρηγορητική ιατρική Μουσικοθεραπεία τρίτης ηλικίας
Συμμετέχων Δ	Παιδιά με αναπηρίες, εγκεφαλική παράλυση, αυτισμό, σύνδρομα, νοητική υστέρηση.
Συμμετέχων Ε	Παιδιά με σύνδρομα, αναπτυξιακές διαταραχές, πολλαπλές αναπηρίες

Συλλογή δεδομένων

Ο καλύτερος τρόπος συλλογής δεδομένων για μια μελέτη ΕΦΑ, και ο τρόπος με τον οποίο έχουν διεξαχθεί οι περισσότερες μελέτες ΕΦΑ, είναι μέσω ημι-δομημένων συνεντεύξεων.

Σύμφωνα με τους Smith και Osborn (2007), τα πλεονεκτήματα της ημιδομημένης συνέντευξης είναι τα εξής:

- Διευκολύνει τη σχέση/ενσυναίσθηση
- Επιτρέπει μεγαλύτερη ευελιξία κάλυψης του θέματος
- Επιτρέπει στη συνέντευξη να μπει σε νέους τομείς
- Τείνει να παράγει πλουσιότερα δεδομένα.

Τα μειονεκτήματα είναι τα εξής:

- Μειώνει τον έλεγχο που έχει ο ερευνητής πάνω στην κατάσταση
- Χρειάζεται περισσότερος χρόνος για να διεξαχθεί
- Είναι πιο δύσκολο να αναλυθεί (σ. 59)

Είναι σημαντικό ο ερευνητής να ενθαρρύνει τον συνεντευξιαζόμενο να μιλήσει για το θέμα με όσο λιγότερη προτροπή γίνεται. Γίνεται μία προσπάθεια να πλησιάσουμε όσο το δυνατόν περισσότερο τις σκέψεις του συμμετέχοντα για το θέμα χωρίς όμως να τον καθοδηγούμε με τις ερωτήσεις μας (Smith & Osborn, 2007).

Στην παρούσα μελέτη πραγματοποιήθηκαν ημιδομημένες συνεντεύξεις, βασισμένες στο ερωτηματολόγιο, το οποίο δημιουργήθηκε από την ερευνήτρια για τη συγκεκριμένη μελέτη. Δυστυχώς λόγω έλλειψης ελληνικής αλλά και ξενόγλωσσης βιβλιογραφίας δεν υπήρχε κάποιο προϋπάρχον και δημοσιευμένο ερωτηματολόγιο σχετικά με την αντίσταση. Για τον λόγο αυτό, ήταν αναγκαίο να δημιουργηθεί εξ ολοκλήρου από την ερευνήτρια το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε ως βάση των ημιδομημένων συνεντεύξεων. Η δημιουργία του ερωτηματολογίου προέκυψε αρχικά από τον οδηγό των Smith και Osborn (2007), οι οποίοι προτείνουν τους τρόπους κατασκευής ενός ερωτηματολογίου φαινομενολογικής έρευνας (σσ. 59-36). Έπειτα εμπλουτίστηκε από τις κατευθυντήριες οδηγίες φαινομενολογικής ημιδομημένης συνέντευξης των Lauterbach (2018), Bevan (2014) και Høffding & Martiny (2016). Παράλληλα, έγινε η μελέτη διαφορετικών ερωτηματολογίων ημιδομημένων συνεντεύξεων που χρησιμοποιήθηκαν σε φαινομενολογικές έρευνες (Young &Pringle, 2018; Epsteinetal., 2019). Μέσα από αυτή τη διαδικασία προέκυψε ο οδηγός της συνέντευξης της παρούσας έρευνας.

Το ερωτηματολόγιο έχει ως κύριο σκοπό να διερευνηθεί ο τρόπος που βιώνεται η αντίσταση από τους μουσικοθεραπευτές. Πώς φαίνεται, πώς την αισθάνονται και πώς «ακούγεται» η αντίσταση, μέσα και έξω από τη μουσική. Με άλλα λόγια, ποιες είναι οι μορφές που παίρνει η αντίσταση σε μία μουσικοθεραπευτική διαδικασία είτε μουσικά είτε σωματικά και με ποιον τρόπο τη βιώνουν οι θεραπευτές. Διερευνάται μία συνολική εικόνα θεμάτων που προκύπτουν από την εμπειρία των μουσικοθεραπευτών με τις αντιστάσεις των πελατών τους. Οι ερωτήσεις δεν έχουν προκαθορισμένη σειρά, είναι «ανοιχτές» και δεν κατευθύνουν αυστηρά την πορεία της συνέντευξης. Η χρήση της ημιδομημένης συνέντευξης ως ερευνητικό εργαλείο βοηθά στην εγκαθίδρυση της σχέσης μεταξύ του ερευνητή και του συμμετέχοντα (Smith & Osborn, 2003).

Στη συγκεκριμένη έρευνα, το ερωτηματολόγιο συντάχθηκε ύστερα από τη μελέτη της σχετικής βιβλιογραφίας (Smith&Osborn,2007; Lauterbach, 2018; Bevan, 2014; Høffding & Martiny, 2016), ώστε οι ερωτήσεις να είναι συναφείς με το υπό μελέτη θέμα και να βοηθούν στην εξέλιξη των αφηγήσεων των συμμετεχόντων.

Οι θεματικοί άξονες προς διερεύνηση ήταν οι εξής:

1) Πώς βιώνεται από τους μουσικοθεραπευτές η αντίσταση των πελατών εντός και εκτός της μουσικής.

2) Πώς διαχειρίζονται οι μουσικοθεραπευτές τις αντιστάσεις των πελατών τους.

3) Πώς διαχειρίζονται τα προσωπικά τους συναισθήματα τα οποία προκύπτουν από τις αντιστάσεις των πελατών τους.

Οι συμμετέχοντες έλαβαν ένα email με το έντυπο πληροφόρησης σχετικά με το θέμα και τους ερευνητικούς σκοπούς της μελέτης, καθώς και τη φόρμα συναίνεσης. Πληροφορήθηκαν για τον τρόπο διεξαγωγής της συνέντευξης και συμφώνησαν στην ηχογράφηση και απομαγνητοφώνηση των συνεντεύξεων. Καμία συνάντηση δεν έγινε δια ζώσης, αλλά πραγματοποιήθηκαν μέσω βιντεο-συνομιλιών καθώς και τηλεφωνικά. Η χρονική διάρκειά τους ήταν από μισή ώρα έως πενήντα λεπτά. Η πρώτη συνέντευξη είχε δοκιμαστική μορφή, δεν συμπεριλήφθηκε στο κύριο δείγμα της μελέτης και δεν έγινε ανάλυση των δεδομένων. Έπειτα από την πρώτη συνέντευξη, έγινε μία διαμόρφωση στις ερωτήσεις καθώς αφαιρέθηκε μία ερώτηση και προστέθηκε άλλη μία, παίρνοντας την τελική της μορφή.

Η συνέντευξη ξεκίνησε προσκαλώντας κάθε συμμετέχοντα να παραθέσει τα προσωπικά του στοιχεία σχετικά με τον θεωρητικό προσανατολισμό, τα χρόνια εμπειρίας και τον κλινικό πληθυσμό. Έπειτα προχώρησε σε τρία μέρη. Το πρώτο μέρος περιλαμβάνει ερωτήσεις που προσπαθούν να φέρουν στην επιφάνεια το βίωμα μίας έντονης αντίστασης από κάποιον πελάτη. Οι συνεντευξιαζόμενοι ενθαρρύνθηκαν στο να ανακαλέσουν λεπτομέρειες της εμπειρίας τους, του

σκεπτικού τους και των συναισθημάτων που προέκυψαν, καθώς και τον τρόπο που διαχειρίστηκαν την αντίσταση κατά τη θεραπευτική διαδικασία. Το δεύτερο μέρος αναφέρεται στον ρόλο και στη φύση της μουσικής κατά τη διάρκεια του φαινομένου της αντίστασης. Τέλος, στο τρίτο μέρος, οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να μιλήσουν για τον τρόπο που διαχειρίζονται τα όποια συναισθήματα προκύπτουν από την αντίσταση των πελατών τους. Ο ρόλος της ερευνήτριας ήταν να συγκεντρώσει όσες περισσότερες πληροφορίες ήταν δυνατόν, χωρίς διάθεση κριτικής, αλλά με σεβασμό και αποδοχή προς τα συναισθήματα και τις περιγραφές των μουσικοθεραπευτών (VanLoan, 2009).

Διαδικασία ανάλυσης δεδομένων

Στο επόμενο στάδιο της έρευνας, τη διαδικασία ανάλυσης των δεδομένων, ακολουθήθηκε η σειρά βημάτων που προτείνει ο Smith και οι συνεργάτες του, σχετικά με τη διεξαγωγή της ερμηνευτικής φαινομενολογικής ανάλυσης.

Ο Smith προτείνει να εξεταστεί λεπτομερώς αρχικά η απομαγνητοφώνηση της πρώτης συνέντευξης. Έτσι ακολουθείται η ιδιογραφική προσέγγιση της ανάλυσης ξεκινώντας με συγκεκριμένα παραδείγματα και προχωρώντας έπειτα σε πιο γενικές κατηγοριοποιήσεις (Smith et al., 1995).

Στάδιο 1. Πολλαπλή ανάγνωση.

Έπειτα από την απομαγνητοφώνηση των συνεντεύξεων, τα κείμενα εκτυπώθηκαν ώστε να είναι εύκολη η καταγραφή σημειώσεων. Σύμφωνα με Smith&Osborn (2017) προτείνεται η πολλαπλή ανάγνωση των κειμένων ώστε ο ερευνητής να εξοικειωθεί με το περιεχόμενο των αφηγήσεων. Συνεπώς σε πρώτο στάδιο, πραγματοποιήθηκε η επαναλαμβανόμενη ακρόαση και ανάγνωση των συνεντεύξεων με σκοπό μία γενική κατανόηση της γλώσσας, του τρόπου επικοινωνίας και της οπτικής του μουσικοθεραπευτή. Έπειτα, μελετώντας ξανά προσεκτικά τα κείμενα, κρατήθηκαν ελεύθερες σημειώσεις, σχόλια, παρατηρήσεις.

Στάδιο 2. Προσδιορισμός αναδυόμενων θεμάτων.

Σε δεύτερο στάδιο ακολούθησε η εξέταση και η προσεκτική ανάλυση των συνεντεύξεων με σκοπό τη δημιουργία κεντρικών θεμάτων και υποθεμάτων που αποτυπώνουν την ουσία των σχολίων και των παρατηρήσεων που έγιναν.

Στάδιο 3. Αναζήτηση συνδέσεων μεταξύ των θεμάτων.

Στο τρίτο στάδιο έγινε η αναζήτηση συνδέσεων μεταξύ των αναδυόμενων θεμάτων και έπειτα πραγματοποιήθηκε η ομαδοποίησή τους σύμφωνα με εννοιολογικές ομοιότητες. Σε κάθε ομάδα/κατηγορία θέματος δόθηκε ένας περιγραφικός τίτλος. Αναπτύχθηκε εδώ μια ερμηνευτική αφήγηση της κάθε συνέντευξης, με αναφορά σε αποσπάσματα των αφηγήσεων που υποστήριζαν τα αναδυόμενα θέματα και υποθέματα. Κατόπιν, όλες οι συνεντεύξεις μελετήθηκαν ξανά, με σκοπό να επιβεβαιωθούν τα θέματα και τα υποθέματα που προέκυψαν.

Στάδιο 4. Σχεδιασμός πίνακα.

Στο τελευταίο στάδιο έγινε ο σχεδιασμός του πίνακα που αποτυπώνει τα κεντρικά θέματα και τα υποθέματα που αναδύθηκαν από την ανάλυση των δεδομένων. Παράλληλα με τον ερευνητικό σχολιασμό και την ανάλυση από την ερευνήτρια παρατίθενται και αποσπάσματα από τις συνεντεύξεις των συμμετεχόντων τα οποία αναδεικνύουν τα κεντρικά θέματα και τα υποθέματα.

Κεφάλαιο 4
Παρουσίαση αποτελεσμάτων

Πίνακας Θεμάτων

Αναλύοντας κάθε συνέντευξη ξεχωριστά, ακολουθώντας τη μεθοδολογία της ερμηνευτικής φαινομενολογικής ανάλυσης, φαίνεται πως αναδύθηκαν πέντε κεντρικά θέματα, ως σύνολα εννοιών τα οποία αναλύονται στα υποθέματά τους.

Τα κεντρικά θέματα είναι τα εξής:

Μορφές αντίστασης

Διαχείριση της αντίστασης

Η μουσική στην αντίσταση

Τα συναισθήματα των μουσικοθεραπευτών

Η διαχείριση των συναισθημάτων των μουσικοθεραπευτών

Παράλληλα με τον ερευνητικό σχολιασμό και την ανάλυση, θα παρατεθούν αποσπάσματα από τις συνεντεύξεις των συμμετεχόντων τα οποία αναδεικνύουν τα κεντρικά θέματα και τα υποθέματα.

Πίνακας 4

Πίνακας θεμάτων και υποθεμάτων

Θέματα	**Υποθέματα**
Μορφές αντίστασης	Σωματική αντίσταση Μουσική αντίσταση
Διαχείριση της αντίστασης	Αποδοχή Χτίσιμο και εδραίωση θεραπευτικής σχέσης Προστασία από καταστροφή και αυτοκαταστροφή Διαχωρισμός συναισθημάτων μουσικοθεραπευτή/πελάτη
Η μουσική στην αντίσταση	Η μουσική ως υποστήριξη Η μουσική ως πρόσκληση Η μουσική για τον πελάτη Η μουσική ως επικοινωνία Η μουσική ως καθρέφτης
Τα συναισθήματα του μουσικοθεραπευτή	Αμφιβολία Ανεπάρκεια Αγωνία Απόρριψη Ματαίωση Κούραση
Διαχείριση των συναισθημάτων του μουσικοθεραπευτή	Εποπτεία Προσωπική ψυχοθεραπεία Αυτοφροντίδα Μοίρασμα της εμπειρίας με συναδέρφους Ενδοσκόπηση

Ανάλυση δεδομένων

1ο Θέμα

Μορφές αντίστασης

Κάθε συμμετέχοντας ενθαρρύνθηκε να ανακαλέσει μία ή και περισσότερες μορφές αντίστασης με τις οποίες ήρθε σε επαφή κατά τη διάρκεια του κλινικού του έργου. Έτσι προέκυψαν τα υποθέματα, τα οποία αναφέρονται στη σωματική αντίσταση και στη μουσική αντίσταση.

Η σωματική αντίσταση περιλαμβάνει όλες αυτές τις περιπτώσεις στις οποίες ο πελάτης δείχνει με τη στάση του σώματος την αντίστασή του. Σύμφωνα με τους συμμετέχοντες, η σωματική αντίσταση εκδηλώθηκε είτε με τον πελάτη να στέκεται μακρυά από τον μουσικοθεραπευτή, είτε να του γυρίζει την πλάτη, είτε να στέκεται κοντά στην πόρτα της αίθουσας. Κάποιες σημαντικές μορφές αντίστασης στις οποίες αναφέρθηκαν οι συμμετέχοντες είναι η χρόνια επιλεκτική αλαλία ή η επιλεκτική αλαλία στις πρώτες συνεδρίες, η τάση για ύπνο κατά τη διάρκεια της συνεδρίας και η αντίσταση στο να αλλάξουν συγκεκριμένες ρουτίνες που σχετίζονται με τη θεραπευτική διαδικασία.

Η σωματική αντίσταση περιλαμβάνει επίσης τις περιπτώσεις καταστροφικής ή αυτοκαταστροφικής τάσης του πελάτη. Οι μουσικοθεραπευτές είχαν αρκετές κοινές εμπειρίες όσον αφορά στις καταστροφικές συμπεριφορές. Πελάτες που πετάνε μουσικά όργανα και διάφορα αντικείμενα είτε κάτω, είτε στον ίδιο τον μουσικοθεραπευτή. Η αυτοκαταστροφική τάση των πελατών εκδηλώθηκε με τους ίδιους να πληγώνουν τον εαυτό τους χτυπώντας τον.

Το δεύτερο υπόθεμα, η μουσική αντίσταση, περιλαμβάνει όλες εκείνες τις περιπτώσεις στις οποίες ο πελάτης είτε δεν θέλει να παίξει μουσική, είτε παράγει δυνατή και νευρική μουσική, παίζοντας με δύναμη, χτυπώντας τα μουσικά όργανα.

Σωματική αντίσταση	«[...] ήταν μία βίαιη συμπεριφορά, προς εμένα. Δηλαδή θα με έβριζε, θα μου πετούσε καρέκλες, γενικά ήταν αυτή η συμπεριφορά του.» Σ. Α «Η αντίσταση, αν θα την ονόμαζα έτσι, ήταν ότι έδειχνε να ήταν κουφός, ότι δεν άκουγε.» Σ. Β

	«Και είναι πεντακάθαρο ότι ακούει και την ίδια στιγμή χτύπα τον εαυτό του, τον χτυπά σαν τον τιμωρεί γιατί κάνει αυτό το πράγμα, και σταματά.» Σ. Β «[...] γυρίζει την πλάτη στην αίθουσα, κάθεται με την πλάτη στο πιάνο που βρίσκομαι εγώ, δεν δέχεται να καθίσει κοντά μου, κάθεται κοντά στην πόρτα, κοιτάζει προς τα έξω.» Σ. Γ «Και ένας άλλος τρόπος είναι η επιλεκτική αλαλία, είτε χρόνια επιλεκτική αλαλία, είτε για τις πρώτες συνεδρίες.» Σ. Γ «Ίσως μία επιθετικότητα μπορεί να δείξει, είτε προς το καταστροφικό, προς το δικό του, τη δική του αυτοκαταστροφή, είτε προς εμένα, είτε προς κάποια όργανα, να πετάει τα όργανα, να τα χτυπάει, να θέλει να τα σπάσει.» Σ. Γ «Όπως τα έπιανε (τα μουσικά όργανα) απλά τα έριχνε, δηλαδή μου τα έριχνε κι εμένα, και μπορούσα να χτυπήσω, μπορούσα να πάθω ζημιά.» Σ. Ε «Κάποια παιδιά έδειχναν αντίσταση όταν έβλεπαν την κιθάρα. Έβλεπε την κιθάρα και φώναζε «όχι κιθάρα», να προσπαθεί να την πετάξει την κιθάρα.» Σ. Α «Γιατί και στα κινητικά ας πούμε μου έχει τύχει ένα παράδειγμα, αναφέρω έναν ασθενή με Πάρκινσον, οι οποίοι έχουν έναν συγκεκριμένο

	τρόπο βάδισης και παρουσίαζαν και λόγω της πάθησης φυσικά μεγάλη αντίσταση στο να αλλάξουνε ρουτίνες μέσα στην ημέρα τους.» Σ. Δ «Στην αρχή θυμάμαι ότι υπήρχε αυτή η αντίσταση, ότι υπήρχε αρκετό sleeping, είχε αρκετή ανάγκη να κοιμάται. […] Ήταν έντονο το ότι δεν μπορούσε να ξυπνήσει ας το πούμε σε εισαγωγικά.» Σ. Ε «Μετά σε κάποια φάση κοιμήθηκε. […] Μετά άνοιξε τα μάτια με κοίταξε και γύρισε από την άλλη. Και αυτό δείχνει μία αντίσταση ουσιαστικά στο να επικοινωνήσει, στο να μπει στη διαδικασία να είναι εκεί μαζί μου, στο να θέλει να αλληλεπιδράσει ή έστω να με ακούσει.» Σ. Ε
Μουσική αντίσταση	«Δεν ήταν μόνο ότι δεν έπαιζε μουσική ή δεν ήθελε να κάνει μουσική […].» Σ. Α «Δεν ήθελε να παίξει με τίποτα από ό,τι του έδειχνα.» Σ. Ε «Έπαιζε πολύ δυνατά, χτυπούσε τα όργανα, μπορούσε να σκίσει το τύμπανο ας πούμε από την πίεση που ασκούσε πάνω.» Σ. Α

2ο Θέμα

Διαχείριση της αντίστασης

Όσον αφορά στη διαχείριση της αντίστασης, προέκυψαν τέσσερα υποθέματα, τα οποία ήταν κοινά από σχεδόν όλους τους συμμετέχοντες. Μεγάλο μέρος της διαχείρισης της αντίστασης, όπως είναι προφανές, σχετίστηκε με τη χρήση της μουσικής, η οποία όμως κατηγοριοποιήθηκε σε ένα ξεχωριστό θέμα και θα αναλυθεί παρακάτω.

Το πρώτο υπόθεμα που προέκυψε είναι η αποδοχή της αντίστασης. Ανεξαρτήτως των περιπτώσεων, των πελατών, της μορφής της αντίστασης και του θεωρητικού προσανατολισμού του εκάστοτε μουσικοθεραπευτή, όλοι ήρθαν σε συμφωνία, παραθέτοντας την αποδοχή ως έναν από τους κύριους τρόπους διαχείρισής της. Οι συμμετέχοντες Α, Γ και Δ, αναφέρουν συμπληρωματικά πως πρέπει να είναι σε θέση να προσδιορίζουν τις πραγματικές ανάγκες των πελατών και να τις αποδέχονται.

Το χτίσιμο και εδραίωση θεραπευτικής σχέσης είναι ένας ακόμα τρόπος διαχείρισης της αντίστασης. Οι συμμετέχοντες Α και Γ αναφέρουν πως στην προσπάθεια να διαχειριστούν την αντίσταση, εστιάζουν αρχικά στο χτίσιμο της θεραπευτική σχέσης, μίας σχέσης εμπιστοσύνης.

Οι μουσικοθεραπευτές διαχειρίζονται επίσης τις αντιστάσεις που σχετίζονται με την καταστροφή και την αυτοκαταστροφή, είτε θέτοντας τα όριά τους, και συνήθως με λεκτικό τρόπο, εξηγούν στον πελάτη ότι πρέπει να προσέχουν για να μην τραυματιστούν και να μη τραυματίσουν, είτε διαμορφώνοντας τον χώρο της συνεδρίας κατάλληλα, ώστε να αποτρέψουν τυχόν ατυχήματα.

Το επόμενο υπόθεμα είναι ο διαχωρισμός των συναισθημάτων μουσικοθεραπευτή και πελάτη. Οι συμμετέχοντες διαφοροποιούν τα συναισθήματά τους από εκείνα των πελατών τους, αναφέροντας πως στη θεραπευτική σχέση υπάρχουν πάντα θέματα μεταβίβασης και αντιμεταβίβασης. Έτσι, προκειμένου να διαχειριστούν την αντίσταση των πελατών, πρέπει να είναι σε θέση να αντιλαμβάνονται ποια από τα συναισθήματα που προκύπτουν είναι δικά τους και ποια των πελατών τους.

Αποδοχή	«[…] χρειάζεται να έχεις την αποδοχή και την στάση ότι η πορεία είναι του πελάτη, δεν είναι δική σου. Εκείνος οδηγεί, εκείνος όπου θέλει να πάει και όσο θέλει να έχει αντίσταση είναι δικό του δικαίωμα. Έτσι αισθάνεται καλά.» Σ. Β

	«Αλλά έσπασε από μόνη της, (η αντίσταση) και γενικά αυτής της φιλοσοφίας είμαι, ότι εφόσον υπάρχει μία αντίσταση υπάρχει για κάποιο λόγο και τη στηρίζει κάτι άλλο, οπότε δεν πάμε κόντρα σε αυτήν, την αποδεχόμαστε και μέχρι να νιώσει ασφάλεια ο πελάτης μας και να βγει από το κουκούλι του ουσιαστικά.» Σ. Γ «Η πλήρης αποδοχή. Και δεν είναι κακό όταν υπάρχει ειδικά και λόγος, λεκτική επικοινωνία στον πελάτη, να του το θυμίζεις αυτό, ότι είναι εντάξει, εδώ μπορείς να είσαι όπως αισθάνεσαι, εδώ μπορείς να κάτσεις πλάτη σε μένα, εδώ μπορείς να μη μιλάς αν θέλεις, εδώ μπορείς να μη με κοιτάς αν δεν θέλεις. Τόσο απλά και τόσο ξεκάθαρα ότι είναι οκ, όπως νιώθεις εγώ σε δέχομαι, όπως νιώθεις εγώ θα σε δεχτώ». Σ. Γ «Να έρθει ας πούμε, να έρθει να κάτσει να σε ακούει εσένα στην αρχή να παίζεις μουσική, να μην παίζει καθόλου μουσική.» Σ. Α «Σε γενικά πλαίσια είναι κάτι που αποδέχομαι και σίγουρα πρέπει να το λαμβάνουμε υπόψη μας για το στήσιμο της θεραπευτικής σχέσης με τον άλλον, είτε αφορά αυτό ψυχολογικά αιτήματα για θεραπεία, είτε αφορά γνωστικά, είτε συμπεριφορικά, είτε κινητικά ακόμα.» Σ. Δ «Να δεχτώ κιόλας την αντίστασή του, να τον περιμένω, για να μην είναι κάτι που ένιωθα ότι του πρόβαλα, κάτι που ήθελα εγώ.» Σ. Ε «[...]αυτό που έχει ανάγκη, έχει ανάγκη, δηλαδή αν έχει

	ανάγκη να μην μου δώσει την απόδειξη ότι ακούει είναι δικό του, δική του πορεία, αυτός θα αποφασίσει.» Σ. Β «Θεωρώ ότι πρέπει να κάνεις ένα βήμα πίσω όταν έχεις τέτοιες συμπεριφορές και να δεις αν αυτό που προκαλεί την αντίσταση στον πελάτη σου είναι το ιστορικό του πελάτη. Και εσένα όμως, να δεις αν εσύ σαν μουσικοθεραπευτής ανταποκρίνεσαι στις πραγματικές ανάγκες που έχει ο πελάτης σου. Γιατί εσύ μπορεί να διαβάζεις έναν φάκελο και να λες "πρέπει να κάνω αυτό, πρέπει να κάνω εκείνο" για αυτό το παιδί, ενώ ο πελάτης σου να θέλει κάτι εντελώς διαφορετικό.» Σ. Α «Αλλά προσπαθούσα κιόλας να ακολουθήσω την δική του ανάγκη, να δεχτώ αυτό που ήθελε να μου δείξει.» Σ. Ε
Χτίσιμο και εδραίωση θεραπευτικής σχέσης	«Και είναι πάρα πολλά τα θέματα τα οποία εσύ σιγά-σιγά πρέπει να δουλέψεις. Να του δείξεις καταρχήν ότι τον εμπιστεύεσαι και τα λοιπά, έχεις μία διαδικασία να ακολουθήσεις.» Σ. Α «[…] ίσως τον πρώτο καιρό να μην ασχολούμαι καν με μουσικά στοιχεία, δηλαδή με τη μουσική. Να αφήσω λίγο πίσω αυτό το κομμάτι και να προσπαθήσω να χτίσω μία σχέση με αυτό το παιδί χωρίς τη μεσολάβηση των μουσικών οργάνων.» Σ. Α «Μιλάμε για μία φάση γνωριμίας όπου χτίζουμε μία σχέση εμπιστοσύνης.» Σ. Γ
Προστασία από καταστροφή και αυτοκαταστροφή	«Της εξηγούσα το συμβόλαιο το θεραπευτικό μας, ότι εδώ μπορείς να είσαι όπως θέλεις, όπως νιώθεις, αρκεί να μην τραυματιστείς, αρκεί να μην τραυματίσεις, έβαζα δηλαδή τα όριά μου.» Σ. Γ

	«Εκείνη την ώρα ήταν θέματα περισσότερο ασφάλειας. Να δω γύρω αν υπάρχουν αντικείμενα τα οποία μπορεί να σπάσουν και να πληγωθεί. […] Έπρεπε εγώ να προστατέψω τον εαυτό μου αλλά να προστατέψω και τον πελάτη.» Σ. Α «Τα έριχνε (τα μουσικά όργανα) και του εξηγούσα εγώ με λεκτικό τρόπο, ότι δεν τα ρίχνουμε, πρέπει να προσέχουμε τους γύρω μας.» Σ. Ε
Διαχωρισμός συναισθημάτων μουσικοθεραπευτή/πελάτη	«Οπότε το ανακαλείς κάθε φορά που ξυπνάνε τέτοια συναισθήματα, [...] ότι τώρα αυτό που μου συμβαίνει έχει να κάνει με αυτό. Αυτό είναι δικό μου κομμάτι θα πρέπει να το διαχειριστώ.» Σ. Γ «Άρα λοιπόν αντιλήφθηκα και ξεκαθάρισα ότι ουσιαστικά δεν ήμουν εγώ αυτή που έφταιγε σαν προσωπικότητα μέσα σε αυτή τη διαδικασία και φανέρωνε αυτή την αντίδραση, αλλά ήταν τα βιώματα που είχε αυτό το παιδί.» Σ. Α «Το θέμα δεν αφορά εμένα αυτή τη στιγμή και ότι λίγο πρέπει να το βάλω σε ένα πιο λογικό πλαίσιο, βγάζοντας τους συναισθηματισμούς, να το δω λίγο πιο καθαρά, και λίγο πιο παρατηρητής πλέον, πιο σαν τρίτο πρόσωπο, ότι δεν αφορά εμένα αυτή η κατάσταση, αλλά συμπεριφορά άλλου που ουσιαστικά είναι θέματα μεταβίβασης αντιμεταβίβασης ξεκάθαρα και κατανόηση αυτής της αλληλεπίδρασης.» Σ. Δ «Εντάξει, είναι κάποια συναισθήματα τα οποία πρέπει να διαχειρίζεσαι, πρέπει να βρίσκεις τρόπο να καταλάβεις ότι δεν είναι και δικά σου γιατί είναι η

	μεταβίβαση και η αντιμεταβίβαση, είναι η αδυναμία του ίδιου του ασθενή ή της κατάστασης στην όλη διαδικασία.» Σ. Ε

3ο Θέμα

Η μουσική στην αντίσταση

Το τρίτο θέμα που προέκυψε από την ανάλυση δεδομένων είναι η μουσική στην αντίσταση. Όπως είναι φυσικό, οι μουσικοθεραπευτές χρησιμοποιούν με ποικίλους τρόπους τη μουσική ως τρόπο διαχείρισης των αντιστάσεων.

Το πρώτο υπόθεμα, η μουσική ως υποστήριξη, αναφέρεται στις περιπτώσεις εκείνες στις οποίες οι συμμετέχοντες με διάφορες μουσικοθεραπευτικές τεχνικές δημιουργούν στον πελάτη την αίσθηση ασφάλειας και αποδοχής και τον υποστηρίζουν μέσα στο πλαίσιο της αντίστασης.

Το δεύτερο υπόθεμα είναι η μουσική ως πρόσκληση. Ο συμμετέχων Γ, δουλεύει με τις αντιστάσεις του πελάτη του, χρησιμοποιώντας τη μουσική για να τον προσκαλέσει στη θεραπευτική διαδικασία, μέσα από το τραγούδι του καλωσορίσματος.

Οι συμμετέχοντες Β και Ε χρησιμοποιούν τη μουσική ως γλώσσα επικοινωνίας, ως μία πρώιμη μουσική επικοινωνία.

Το επόμενο υπόθεμα είναι η μουσική για τον πελάτη. Ο συμμετέχων Α όταν έρχεται σε επαφή με την αντίσταση του πελάτη, αυτοσχεδιάζει ήρεμη μουσική, σαν νανούρισμα. Ο συμμετέχων Ε χρησιμοποιεί τραγούδια που ο πελάτης γνωρίζει και του είναι ιδιαίτερα αγαπητά.

Το τελευταίο υπόθεμα είναι η μουσική ως καθρέφτης. Οι περισσότεροι συμμετέχοντες ανέφεραν πως καθρεφτίζουν τις αντιστάσεις των πελατών τους. Ο συμμετέχοντες Α και Ε αναφέρουν πως καθρεφτίζουν και τον ίδιο τον πελάτη, τον πόνο και τη θλίψη που βιώνει, καθώς και όλη την κατάσταση της αντίστασης. Ο συμμετέχων Γ καθρεφτίζει τον πελάτη μέσα από το τραγούδι καλωσορίσματος.

Η μουσική ως υποστήριξη	«Αν δίνεις στον τρόπο που είναι το άτομο μέσα στο χώρο εμπερίεξη, κράτημα, αντικατοπτρισμό, όλα αυτά δίνουν μία δυνατή φωνή υποστήριξης.» Σ.Β

	«[…] όταν ήταν έτσι, που δεν είχε αυτή την ανάγκη για επικοινωνία, να ανοιχτεί, προσπαθούσα πιο πολύ με αυτοσχέδια μουσική με τη φωνή, δείχνοντας του ότι δέχομαι αυτό που νιώθεις, αυτό που θέλεις, και ότι σε περιμένω και ότι είμαι εδώ για εσένα.» Σ. Ε
Η μουσική ως πρόσκληση	«Μετά κάθισε στο πιάνο με γυρισμένη πλάτη σε μένα και μετά από περίπου τρεις μήνες αφού την αποδέχτηκα αυτή την άρνηση της, την αγκάλιασα και απλά την προσκαλούσα στη μουσική με το πιάνο.» Σ. Γ «Την καλούσα στη διαδικασία της μουσικής, της εξηγούσα το συμβόλαιο το θεραπευτικό μας, ότι εδώ μπορείς να είσαι όπως θέλεις, όπως νιώθεις, αρκεί να μην τραυματιστείς, αρκεί να μην τραυματίσεις, έβαζα δηλαδή τα όριά μου μέσα από το τραγούδι μου, του καλωσορίσματος, το οποίο ουσιαστικά διαρκούσε σχεδόν όλη τη συνεδρία.» Σ. Γ
Η μουσική ως επικοινωνία	«[…] η μουσική στηρίζεται στα στοιχεία που φυσιολογικά χρησιμοποιεί ο γονιός για να επικοινωνήσει με το παιδί του, δηλαδή είναι η γλώσσα της πρώτης επικοινωνίας, είναι διευκολυντική στο να μειωθούν οι αντιστάσεις. Να χρησιμοποιήσεις τη μουσική με αυτή την ευαισθησία και να αφήσεις το άτομο μόνο του, να πάρει πρωτοβουλία εκείνο, όταν είναι έτοιμο, μην τον πιέζεις.» Σ. Β «Κάποτε κάναμε πρώιμη επικοινωνία, Όπως κάνεις με ένα βρέφος.» Σ. Ε

Η μουσική για τον πελάτη	«Κάποιες φορές μπορούσα απλά να κάθομαι δίπλα τους και να τους κάνω ένα τραγούδισμα χωρίς λόγια, σαν ένα νανούρισμα.» Σ. Α «Σίγουρα την περίοδο που είχε αντίσταση χρησιμοποιούσα τραγούδια που ήταν τα τραγούδια που του άρεσαν πολύ.» Σ. Ε
Η μουσική ως καθρέφτης	«Του τραγούδησα θυμάμαι, προσπάθησα, έκανα αυτοσχεδιασμό έτσι ήχους σε minor κλίμακες. Προσπαθούσα να αντικατοπρίσω ουσιαστικά εκείνο που έβλεπα, τον πόνο του, τη θλίψη του.» Σ. Ε «Και κυρίως όταν είχε αυτές τις αντιστάσεις, […] με τη φωνή μου έκανα αυτοσχέδια μουσική περισσότερο, ήχους που αντικατόπτριζαν βασικά είτε τον ίδιο είτε την κατάσταση.» Σ. Ε «Θα ονομάτιζα αυτά που έκανε με τραγούδι και με αντίστοιχη ένταση ας πούμε στη φωνή μου ή σε αυτό που έπαιζα.» Σ. Α «Άρα και εγώ έπρεπε να τον ακολουθήσω σε αυτό το μοτίβο αν θέλεις συμπεριφοράς, και το μουσικό (μοτίβο).» Σ. Α «Αυτό (το τραγούδι καλωσορίσματος) το πλαισίωνα με μουσική αντίστοιχη, με μουσική αγκαλιάς, με μουσική ζέστη και συνήθως αργή, παίρνοντας βέβαια και τις αντιδράσεις του παιδιού μέσα σε αυτό.» Σ. Γ

4ο Θέμα

Τα συναισθήματα του μουσικοθεραπευτή

Μέσα από τις συνεντεύξεις αναδύθηκαν αρκετά όμοια συναισθήματα στους συμμετέχοντες, τα οποία προέκυψαν από τις αντιστάσεις των πελατών τους.

Κοινό συναίσθημα σχεδόν σε όλους τους συμμετέχοντες είναι η αμφιβολία. Βιώνοντας την εμπειρία της αντίστασης από τον πελάτη τους, το συναίσθημα που αναδύεται είναι η αμφιβολία για τους ίδιους. Οι μουσικοθεραπευτές νιώθουν πως δεν κάνουν κάτι σωστά και αμφιβάλουν για τις πρακτικές που ακολουθούν.

Το επόμενο υπόθεμα είναι η ανεπάρκεια. Οι συμμετέχοντες Α και Γ αναφέρουν πως βίωσαν συναισθήματα ανεπάρκειας καθώς οι τεχνικές που χρησιμοποιούσαν δεν φαινόταν να λειτουργούν.

Οι συμμετέχοντες Α, Β και Δ βίωσαν αγωνία όταν οι πελάτες τους πρόβαλαν αντίσταση. Η αγωνία σχετίζεται με το αν οι πρακτικές που ακολούθησαν ή σκοπεύουν να ακολουθήσουν έχουν νόημα για το ίδιο τον πελάτη.

Το τέταρτο υπόθεμα είναι η απόρριψη. Ο συμμετέχων Γ αναφέρει πως συνήθως, τα συναισθήματα απόρριψης, αναδύονται στους νέους μουσικοθεραπευτές και συνδέονται με δικά τους προσωπικά συναισθήματα.

Οι συμμετέχοντες Δ και Ε βίωσαν ματαίωση ερχόμενοι σε επαφή με την αντίσταση ενός πελάτη.

Το τελευταίο υπόθεμα είναι η κούραση. Ο συμμετέχων Γ έχοντας βιώσει πολλές φορές αντιστάσεις στη θεραπευτική διαδικασία, αναφέρει πως η συγκεκριμένη περίοδος χαρακτηρίζεται συχνά από επαναληψημότητα και δημιουργούνται συναισθήματα κούρασης.

Αμφιβολία	«Βασικά οι σκέψεις ήταν αν έκανα κάτι λάθος εκείνη την ώρα. Μια αντίδραση που χωρίς να το συνειδητοποιήσω, να του ξύπνησε κάτι και να προκάλεσε αυτή τη συμπεριφορά.» Σ. Α «Και το δεύτερο βεβαίως ήταν μήπως κάνω λάθος.» Σ. Β «[…] αλλά κάτι δεν πάει καλά με μένα, σαν πρώτη

	σκέψη.» Σ. Δ «[…] να βρω τη λύση, δηλαδή μία αγωνία και μία εσωτερική αναστάτωση του τι θα λειτουργήσει τώρα, θα πετύχει αυτό που πάω να κάνω; Θα έχει νόημα; Αμφιβολία.» Σ. Δ «Κάποτε διερωτόμουν αν έκανα κάτι λάθος, αν ήμουν αρκετή, τι άλλο θα μπορούσα να κάνω, μήπως κάτι δεν κάνω σωστά, μήπως έπρεπε να κάνω κάτι άλλο;» Σ. Ε
Ανεπάρκεια	«[…] νιώθεις ότι είσαι ανεπαρκής βασικά, αλλά αυτή η ανεπάρκεια που νιώθεις πρέπει να σιγουρευτείς ότι δεν προέρχεται από τα δικά σου τραύματα.» Σ. Α «Μπορεί να νιώσεις απαξίωση, ότι δεν λειτουργεί όλο αυτό που πας να κάνεις. Αν δεν κάνεις προσωπική ψυχοθεραπεία ή εποπτεία εδώ συνήθως λήγει η συνεργασία σου με τον πελάτη, γιατί νιώθεις ότι αυτά που κάνεις δεν έχουν κάποιο νόημα, νιώθεις ότι δεν αποδίδουν καρπούς και ότι δεν λειτουργούν ουσιαστικά.» Σ. Γ
Αγωνία	«Μπορώ να σου πω σίγουρα ότι είχα και την αγωνία, είχα πολύ αγωνία κατά πόσο αυτό που γινότανε είχε νόημα για τον ίδιο. Αισθανόμουν ας πούμε ότι ήμουν στο σκοτάδι» Σ. Β «[...] Συναίσθημα αγωνίας βασικά, τι πρέπει εγώ να κάνω ούτως ώστε να αντιμετωπίσω αυτή τη συμπεριφορά που είχε το παιδάκι και αυτή την αντίσταση.» Σ. Α

	«[…] και στην πορεία να βρω τη λύση, δηλαδή μία αγωνία και μία εσωτερική αναστάτωση του τι θα λειτουργήσει τώρα θα πετύχει αυτό που πάω να κάνω; Θα έχει νόημα;» Σ. Δ
Απόρριψη	«Αυτό είναι κάτι το οποίο το ζεις συνήθως όταν είναι οι πρώτες σου εμπειρίες και δεν έχεις ξαναέρθει σε επαφή, ξυπνάνε συναισθήματα εγκατάλειψης ίσως, απόρριψης σίγουρα απόρριψης, προσωπικά.» Σ. Γ
Ματαίωση	«Ένιωσα σίγουρα ματαίωση, το νούμερο ένα.» Σ. Δ «Challenging, frustrating.» Σ. Ε
Κούραση	«Εγώ προσωπικά όπως σου είπα ήμουν και λίγο έμπειρη εκείνο το διάστημα και το 'χα ξαναζήσει. Κατάλαβα ότι είναι η διαδικασία που με κουράζει, ήταν εν γνώση μου δηλαδή αυτή η φάση ότι θα συμβεί. Την περίμενα και για αυτό και περίμενα υπομονετικά απλά στη θέση μου και σταθερά την καλούσα τη μικρή.» Σ. Γ

5ο Θέμα

Διαχείριση των συναισθημάτων του μουσικοθεραπευτή

Το τελευταίο θέμα που αναδύθηκε από την ανάλυση δεδομένων είναι οι τρόποι με τους οποίους διαχειρίζονται οι μουσικοθεραπευτές τα συναισθήματα που προκύπτουν από τις αντιστάσεις των πελατών τους.

Όλοι οι συμμετέχοντες συμφώνησαν πως κυρίως η εποπτεία βοηθά στην διαχείριση των συναισθημάτων που προκύπτουν. Σύμφωνα με τα λεγόμενά τους, ο επόπτης ή η επόπτρια βοηθάει στο να υποστηρίξει, να καθοδηγήσει και να ενισχύσει τον μουσικοθεραπευτή καθώς και να του ξεκαθαρίσει τα στοιχεία αυτά που συνδέονται και προκύπτουν από τις αντιστάσεις των πελατών.

Ένας εξίσου σημαντικός τρόπος διαχείρισης των συναισθημάτων των συμμετεχόντων είναι η προσωπική ψυχοθεραπεία. Οι συμμετέχοντες αναφέρουν πως με την προσωπική ψυχοθεραπεία, δουλεύουν τα δικά τους κομμάτια τα οποία αναδύονται όταν έρχονται σε επαφή με τις αντιστάσεις των πελατών τους.

Το επόμενο υπόθεμα είναι η αυτοφροντίδα. Ο συμμετέχων Ε αναφέρει πως είναι καλό μετά από τις συνεδρίες οι μουσικοθεραπευτές να φροντίζουν τον εαυτό τους, κάνοντας πράγματα που τους ευχαριστούν ώστε να πάρουν δύναμη να διαχειριστούν τα αναδυόμενα συναισθήματα που έχουν προκύψει από τις αντιστάσεις των πελατών τους.

Το μοίρασμα της εμπειρίας είναι το επόμενο υπόθεμα που αναδύθηκε από την επεξεργασία των δεδομένων. Οι συμμετέχοντες Δ και Ε σημείωσαν πως το να μοιράζεσαι την εμπειρία των αντιστάσεων με συναδέλφους οδηγεί στην παραδοχή πως υπάρχουν κοινά βιώματα, κοινές δυσκολίες, με αποτέλεσμα να μετριάζονται και να επεξεργάζονται ευκολότερα τα συναισθήματα που προκύπτουν.

Το τελευταίο υπόθεμα είναι η ενδοσκόπηση. Οι συμμετέχοντες Α και Γ κάνουν μία αυτοπαρατήρηση στα συναισθήματά τους έπειτα από τις συνεδρίες. Ακόμη, ο συμμετέχων Α μπορεί να γράψει ένα τραγούδι ή να κάνει έναν αυτοσχεδιασμό ώστε να εκτονώσει τα συναισθήματα αυτά. Συνεχίζουν λέγοντας πως παρατηρώντας και διερευνώντας τα συναισθήματά τους παίρνοντας μία απόσταση από το βίωμα της αντίστασης μπορούν να αντιληφθούν καλύτερα τα συναισθήματα που αναδύθηκαν, να τα επεξεργαστούν και να συμπεράνουν εάν ήταν δικά τους ή του πελάτη τους.

Εποπτεία	«Ειδικά όταν είναι αρχή και δεν έχεις την εμπειρία, εκεί με βοηθούσε να κάνω και μία εποπτεία, όπου πάντα ένα τρίτο μάτι μπορεί να σε βοηθήσει καλύτερα και να σου πει, να σου ξεκαθαρίσει και να ενισχύσει αν θέλεις την αυτοπεποίθησή σου.» Σ. Α «[…] σίγουρα είχα υποστήριξη. Από εποπτεία.» Σ. Β «Αν δεν κάνεις προσωπική ψυχοθεραπεία ή εποπτεία εδώ συνήθως λήγει η συνεργασία σου με τον πελάτη, γιατί νιώθεις ότι αυτά που κάνεις

	δεν έχουν κάποιο νόημα, νιώθεις ότι δεν αποδίδουν καρπούς και ότι δεν λειτουργούν ουσιαστικά.» Σ. Γ «Σίγουρα η εποπτεία είναι πάρα πολύ σημαντικό κομμάτι, να γίνει επισήμως από κάποιον ο οποίος έχει μεγαλύτερη εμπειρία στο κομμάτι και μπορεί να δώσει μία έξτρα συμβουλή, που να καθοδηγήσει με πιο διαφορετικό τρόπο αυτό που συνηθίζω να κάνω.» Σ. Δ «Και σίγουρα είναι κάτι που πρέπει να το δουλεύεις μέσα από την εποπτεία, μέσα από την προσωπική σου θεραπεία.» Σ. Ε
Προσωπική Ψυχοθεραπεία	«Εκεί με βοήθησε και η ψυχοθεραπεία η προσωπική, πέραν της εποπτείας δηλαδή, γιατί σου λέω, εκεί πας και μιλάς για αυτά που νιώθεις και σε πιο προσωπικό επίπεδο, που μπορεί να σου προκληθούν κατά τη διάρκεια της αντίστασης που έχει ένας πελάτης, που μπορεί να μην το κάνεις στην εποπτεία με τη μουσικοθεραπεύτρια γιατί εκεί επικεντρώνεσαι σε άλλα πράγματα.» Σ. Α «Οπότε εκεί μπαίνει το κομμάτι της προσωπικής ψυχοθεραπείας, το οποίο θα το δεις στην εποπτεία αναγκαστικά και δουλεύεις στα δικά σου κομμάτια [...]» Σ. Γ «Και εγώ πιστεύω πάρα πολύ στην προσωπική θεραπεία και στην εποπτεία, ότι είναι πολύ σημαντικά για τη δουλειά που κάνουμε, πρέπει

	να ακολουθείς ας πούμε αυτές τις γραμμές.» Σ. Ε
Αυτοφροντίδα	«Σίγουρα και μόνος του ο καθένας βρίσκει τρόπους να το διαχειρίζεται όλο αυτό, γιατί σίγουρα υπάρχει η ανάγκη μετά από κάθε συνεδρία να κάνεις ένα treat αυτοθεραπείας ας πούμε. Από το πιο απλό πράγμα, να πεις ότι τελείωσα τώρα τη δουλειά, εντάξει πήρα αυτά που πήρα σήμερα, ώρα να πάω να απολαύσω τον καφέ μου, δηλαδή να κάνεις κάτι το οποίο εκείνη τη στιγμή να σου προσφέρει μια άλφα ευχαρίστηση έτσι ώστε να βρίσκεις τη δύναμη να δεις πως θα το διαχειριστείς.» Σ. Ε
Μοίρασμα της εμπειρίας με συναδέλφους	«Το μοίρασμα της εμπειρίας με συναδέλφους οι οποίοι έχουν βιώσει και αυτοί αντίστοιχες περιπτώσεις ήτανε κάτι το οποίο βοήθησε στο να έχουμε ένα κοινό τόπο, οπότε κατευθείαν το δικό μου σε εισαγωγικά παράπονο αν θέλεις, έμοιασε μικρότερο και σίγουρα ήρθε ως επιβεβαίωση ότι αφενός δεν έκανα κάτι λάθος, ότι μήπως έπρεπε να είχα διαχειριστεί κάτι άλλο διαφορετικά, και όλες οι αμφιβολίες που είπα πριν μειώθηκαν ότι είναι δεν είναι κάτι που αφορά εμένα αλλά αφορά τον τρόπο με τον οποίο το παιδί αντιμετωπίζει άλλους ανθρώπους.» Σ. Δ «Και να κάνεις share experience και με άλλους συναδέλφους. Γιατί βλέπεις ότι έχουνε και εκείνοι τις ίδιες εμπειρίες.» Σ. Ε
Ενδοσκόπηση	«Πότε εγώ ένιωσα να μαζεύω φορτίο από τον πελάτη λόγω της αντίστασής του; Εκεί ανατρέχω σε αυτές τις στιγμές, που τι μου θυμίζουνε; Την προσωπική μου ζωή; Ποτέ το ξαναένιωσα όλο

	αυτό; Τι μου συνέβη πραγματικά; Γιατί το ένιωσα; Γιατί το ανακάλεσα στη μνήμη μου; Δηλαδή να βρω τον εαυτό μου σε αυτή τη συνθήκη στο παρελθόν.» Σ. Γ «[…] δουλεύεις στα δικά σου κομμάτια και κάποια στιγμή μπορείς και αποστασιοποιείσαι και βλέπεις ότι εσύ δεν είσαι εκείνη την ώρα εσύ, και ότι όλο αυτό δεν είναι απέναντι σε σένα προσωπικά, αλλά γενική αντίσταση σε κάποιον που προσπαθεί να προσφέρει εκείνη την ώρα.» Σ. Γ «Πρέπει κάποιες φορές να κοιτάζουμε και ότι δεν είναι απόρριψη προς εσένα, να μην το παίρνεις ας πούμε τόσο προσωπικά ότι είναι για σένα η αντίσταση, αλλά μία άλλη εμπειρία πίσω στη ζωή του πελάτη σου, έρχεται και μπαίνει τώρα σαν εμπόδιο μέσα σε αυτή τη διαδικασία που πρέπει να ανακαλύψεις.» Σ. Α «[…] κάποιες φορές κάτι μπορεί να γίνει, και επειδή είναι τόσο έντονο εκείνη την ώρα να μην έχεις συναισθήματα όπως σου είπα, μετά που φεύγεις όμως και αποστασιοποιείσαι από αυτό το γεγονός, ξεκινάς και αντιλαμβάνεσαι καλύτερα αυτά που νιώθεις ή που ένιωσες εκείνη την ώρα που έγινε κάτι.» Σ. Α «Κάποιες φορές βοηθά να γράψεις και ένα τραγούδι για αυτό που νιώθεις, να παίξεις κάτι για να εκτονώσεις αυτά τα συναισθήματα που έχεις […].» Σ. Α

Κεφάλαιο 5

Συζήτηση

Με την ανάλυση των δεδομένων της παρούσας μελέτης προέκυψαν πέντε θέματα που σχετίζονται με τον τρόπο που βιώνεται η αντίσταση από τους μουσικοθεραπευτές. Παρακάτω συζητούνται τα συμπεράσματα της έρευνας σε σχέση με τη βιβλιογραφία.

Συμπεράσματα

1ο θέμα
Μορφές αντίστασης

Όπως αναφέρουν οι Nordoff και Robbins (2007) μία μορφή που μπορεί να πάρει η αντίσταση, είναι ο πελάτης να απομακρύνεται από τον θεραπευτή, να μην κάνει βλεμματική επαφή και να τον αγνοεί εντελώς. Οι ίδιοι συμπληρώνουν πως η αντίσταση μπορεί να πάρει κι άλλες μορφές, όπως επιθετικότητα, χειραγώγηση ή εκφράσεις που δηλώνουν την ανεξαρτησία των πελατών. Παρομοίως, τα αποτελέσματα της έρευνας φανέρωσαν πως οι μουσικοθεραπευτές βίωσαν την αντίσταση των πελατών τους με όλες τις παραπάνω μορφές, τις οποίες η ερευνήτρια παραθέτει ως σωματικές αντιστάσεις.

Οι Austin και Dvorkin (1993), Hadley (2002) και Eschen (2002) μιλώντας για την αντίσταση, σημειώνουν πως οι πελάτες συχνά νιώθουν αντίσταση στο να δημιουργήσουν μουσική, να παίξουν ή να τραγουδήσουν. Ο Kirkland (1993) συνεχίζει λέγοντας πως η αντίσταση μπορεί να φανεί και ως απροθυμία στην απόκριση της μουσικής. Τέλος, κατά τη διάρκεια μίας συνεδρίας, συγκρουσιακά συναισθήματα μπορεί να μεταβιβάζονται στα μουσικά όργανα (Bruscia, 1987). Ομοίως, οι συμμετέχοντες του δείγματος αναφέρουν πως πολλές φορές ο πελάτης είτε δεν θέλει να παίξει μουσική, είτε παράγει δυνατή και νευρική μουσική, παίζοντας με δύναμη, χτυπώντας τα μουσικά όργανα. Αυτές οι περιπτώσεις οργανώνονται από την ερευνήτρια στο δεύτερο υπόθεμα, μουσική αντίσταση.

2ο Θέμα

Διαχείριση της αντίστασης

Από την ανάλυση των δεδομένων φάνηκε πως ένας κοινός τρόπος διαχείρισης της αντίστασης είναι η αποδοχή της. Το εύρημα αυτό επιβεβαιώνεται βιβλιογραφικά από τον Wigram (2002) ο οποίος παραθέτει πως η αποδοχή της αντίστασης και η ικανοποίηση των αναγκών του πελάτη συμβάλουν στη μείωση του άγχους του, και συνεπώς στη σταδιακή μείωση της αντίστασης. Η Wheeler (2014), συζητά τη δύναμη μεταξύ αντίστασης και μουσικής, τονίζοντας πως μερικές από τις πιο αξιόπιστες σχέσεις μουσικοθεραπείας έχουν ξεκινήσει μέσα από πολυάριθμες προσπάθειες αποδοχής της αντίστασης. Ο μουσικοθεραπευτής αποδεχόμενος τις επιλογές του πελάτη επιβεβαιώνει την αυτονομία (του πελάτη), και διαχωρίζει τις προσδοκίες και τα συναισθήματα του ίδιου, από αυτά του πελάτη (Otani, 1989). Σύμφωνα με την Ψαλτοπούλου (2011) ο πελάτης προκειμένου να μετακινηθεί και να προχωρήσει σε ψυχοσωματικές αλλαγές χρειάζεται να βιώσει την ασφάλεια της θεραπευτικής σχέσης. Η θεραπευτική σχέση περιγράφεται ως θεμελιώδης πτυχή της αποτελεσματικής θεραπείας (Grocke & Wigram, 2007). Η Wheeler (2014) αναφέρει πως το γνήσιο ενδιαφέρον για τις πραγματικές ανάγκες του πελάτη, τον βοηθούν να ανταπεξέλθει με τον δικό του τρόπο κάνοντας προσωπική πρόοδο. Τα δεδομένα αυτά συμφωνούν με τα ευρήματα καθώς οι συμμετέχοντες αναφέρθηκαν στο χτίσιμο και την εδραίωση θεραπευτικής σχέσης καθώς και στον διαχωρισμό των συναισθημάτων μουσικοθεραπευτή/πελάτη ως τρόπο διαχείρισης της αντίστασης. Τα ευρήματα της έρευνας συμπληρώνουν τους τρόπους διαχείρισης των αντιστάσεων που συνδέονται με καταστροφή και αυτοκαταστροφή, είτε θέτοντας τα όρια λεκτικά, είτε διαμορφώνοντας τον χώρο της συνεδρίας κατάλληλα, ώστε να αποτρέψουν τυχόν ατυχήματα.

3ο Θέμα

Η μουσική στην αντίσταση

Οι συμμετέχοντες αναφέρθηκαν στη μουσική, ως υποστήριξη του πελάτη στο πλαίσιο των αντιστάσεων. Σε μία συνεδρία μουσικοθεραπείας, ο μουσικοθεραπευτής και ο πελάτης δημιουργούν μαζί μια μουσική γλωσσική σχέση στο εδώ και τώρα. Ο μουσικοθεραπευτής χρησιμοποιεί τον κλινικό αυτοσχεδιασμό και τις μουσικοθεραπευτικές τεχνικές με ενσυναίσθηση και αποδοχή, και «μεταφράζει» σε μουσική τον τρόπο με τον οποίο ο πελάτης αλληλεπιδρά με το περιβάλλον του. Σύμφωνα με την Ψαλτοπούλου (2013), η μουσικοθεραπεία μοιάζει με τριμελή

οικογένεια που παρέχει νόμους και όρια, ζεστασιά και αποδοχή, και απεριόριστες δυνατότητες έκφρασης και δημιουργίας μέσω τέχνης στην υπηρεσία της ανθρώπινης ύπαρξης. Ο μουσικοθεραπευτής θα χειριστεί όλα αυτά τα στοιχεία, ανάλογα με το νόημα της στιγμής και τις ανάγκες του πελάτη με κλινική πρόθεση, προκειμένου να δημιουργηθεί η θεραπευτική σχέση.

Οι συμμετέχοντες ερχόμενοι σε επαφή με την αντίσταση του πελάτη χρησιμοποίησαν τη μουσική ως επικοινωνία και πιο συγκεκριμένα ως πρώιμη μουσική επικοινωνία. Το συγκεκριμένο εύρημα παραπέμπει στην παραδοχή της Ψαλτοπούλου (2015) πως «η μητέρα και το βρέφος, στην προσπάθειά τους να επικοινωνήσουν μεταξύ τους, συνδέονται με έναν κοινό «μουσικό» παλμό, τον οποίο δημιουργούν οι δυο τους και τον αναπροσαρμόζουν στις χειρονομίες τους, στις σωματικές τους κινήσεις, στις φωνητικές τους εκδηλώσεις αυτοσχεδιαστικά, κάθε στιγμή, ανάλογα με το περιεχόμενο της επικοινωνίας τους» (σ. 62). Οι Nordoff και Robbins (2007) παραθέτουν πως η ανάπτυξη αυτής της μουσικής επικοινωνιακής ικανότητας είναι μία διαδικασία εξερεύνησης που καλλιεργεί την αίσθηση του εαυτού και μπορεί να δώσουν κίνητρο για συμμετοχή με πρόθεση, έναρξη αμοιβαίας δραστηριότητας και την ανακάλυψη ότι τέτοιες ενδοεπικοινωνίες με τον θεραπευτή είναι ασφαλείς.

Προχωρώντας προέκυψε πως οι συμμετέχοντες χρησιμοποίησαν τη μουσική ώστε να καθρεφτίσουν τις αντιστάσεις των πελατών τους. Το καθρέφτισμα είναι μια μουσικοθεραπευτική τεχνική ενσυναίσθησης όπου ο μουσικοθεραπευτής συμβαδίζει με τη συμπεριφορά, τη διάθεση και τα συναισθήματα που παρουσιάζει ο πελάτης (Ψαλτοπούλου, 2015; Bruscia, 1986; Nordoff & Robbins, 2007). Ο Wigram (2004) ορίζει το καθρέφτισμα γενικότερα ως «κάνω ακριβώς αυτό που κάνει ο πελάτης μουσικά, εκφραστικά και μέσω της γλώσσας του σώματος, την ίδια στιγμή που το κάνει ο πελάτης. Ο πελάτης βλέπει τη δική του συμπεριφορά, στη συμπεριφορά του θεραπευτή» (σ. 82).

Σύμφωνα με την Ψαλτοπούλου (2015), τα προ-σχεδιασμένα τραγούδια παρέχουν ασφάλεια και οικειότητα, βελτιώνουν την αίσθηση του ελέγχου, της δομής και της συνοχής και μειώνουν την ένταση, την αγωνία και το αίσθημα της απομόνωσης. Παρομοίως, μέσω της ανάλυσης των δεδομένων προέκυψε πως οι μουσικοθεραπευτές χρησιμοποιούν προ- σχεδιασμένα τραγούδια όταν έρχονται σε επαφή με τις αντιστάσεις των πελατών τους. Εκτός των προ-σχεδιασμένων τραγουδιών όμως οι συμμετέχοντες ανέφεραν πως χρησιμοποιούν και νανουρίσματα. Ο Volgster (2012), αναφέρει πως το μητρικό νανούρισμα είναι ιδιαίτερα πρόσφορο μέσο καθώς η άμεση ομιλία και το άμεσο τραγούδι προς το βρέφος είναι ιδιαίτερα συναισθηματικά φορτισμένο, γεγονός που διευκολύνει την αναγνώριση και κατανόηση των συναισθημάτων αυτών. Στις συνεδρίες μουσικοθεραπείας τα νανουρίσματα δημιουργούν ένα φροντιστικό και ήρεμο περιβάλλον και

διευκολύνουν τον πελάτη να χαλαρώσει (Kirkland, 2013).

Η ανάλυση των δεδομένων φανέρωσε πως οι συμμετέχοντες χρησιμοποίησαν τη μουσική ως πρόσκληση όταν ο τελευταίος προβάλλει αντιστάσεις. Ο πελάτης προσκαλείται στη θεραπευτική διαδικασία μέσω του τραγουδιού καλωσορίσματος (hellosong), το οποίο τον βοηθάει να αντιληφθεί την έννοια της αρχής της διαδικασίας (Kirkland, 2013). Σύμφωνα με τους Nordoff και Robbins (2007) το τραγούδι καλωσορίσματος ή ένα τραγούδι χαιρετισμού, οδηγεί τον πελάτη από την καθημερινή του ρουτίνα στον κόσμο της συνεδρίας, μίας ώρας αποκλειστικά δικής του. Το τραγούδι προσκαλεί τον πελάτη και δημιουργεί ένα ζεστό περιβάλλον δημιουργώντας αισθήματα αυτοπεποίθησης και απόλαυσης. Τελειώνοντας, σημειώνουν πως η διάθεση και η μελωδία του τραγουδιού πρέπει να ταιριάζουν με τη διάθεση και τον τρόπο απόκρισης του πελάτη.

4ο Θέμα

Τα συναισθήματα των μουσικοθεραπευτών

Τα συναισθήματα των μουσικοθεραπευτών δεν έχουν διερευνηθεί αρκετά ώστε να υπάρχουν διατυπωμένες θεωρίες και τεκμήρια. Πόσο μάλλον τα συναισθήματα που προέκυψαν στους μουσικοθεραπευτές όταν ήρθαν σε επαφή με την αντίσταση ενός πελάτη. Από την επεξεργασία των δεδομένων προέκυψαν τα εξής αναδυόμενα συναισθήματα: αμφιβολία, ανεπάρκεια, αγωνία, απόρριψη, ματαίωση και κούραση. Όσο περισσότερη εμπειρία υπάρχει, τόσο η ένταση των συναισθημάτων αυτών φαίνεται πως μειώνεται. Ο Basch (1982) αναφέρει πως όταν προβάλλεται αντίσταση από τους πελάτες, δεν πρέπει να θεωρείται από τους θεραπευτές ως ένδειξη θεραπευτικής αποτυχίας και πηγή απογοήτευσης, αλλά να θεωρείται ως ένας οδηγός για τη θεραπευτική διαδικασία. Συχνά η εποπτεία φέρνει στο φως τη συνειδητοποίηση του πόσο τρωτοί είναι οι θεραπευτές όχι μόνο όταν προκαλούνται προσωπικά ζητήματα, αλλά και όταν αναδύεται το αίσθημα της αμφιβολίας για την αξία τους (Lang et al., 2002). Η βιβλιογραφία αναφέρεται κυρίως στα γενικότερα συναισθήματα των θεραπευτών σχετικά με τη θεραπευτική διαδικασία. Ο Guy (1987) γράφει πως το 90% των θεραπευτών αναφέρει ότι τα συναισθηματικά τους προβλήματα σχετίζονται άμεσα με τον ρόλο τους ως θεραπευτή (Guy, 1987).

5ο Θέμα

Η διαχείριση των συναισθημάτων των μουσικοθεραπευτών

Ανεξαρτήτως της θεωρητικής προσέγγισης, όλοι οι συμμετέχοντες συμφώνησαν πως η εποπτεία είναι ο κύριος τρόπος διαχείρισης των συναισθημάτων που προκύπτουν από τις αντιστάσεις των πελατών τους. Όπως διατύπωσε η Ψαλτοπούλου (2015) σχετικά με την κατάσταση που μπορεί να βιώνει ένας νέος μουσικοθεραπευτής κατά τη διάρκεια της κλινικής του άσκησης «Ερωτήσεις, απορίες, αμφισβητήσεις, αέναες αναζητήσεις και διλήμματα ανάκατα τον κατακλύζουν και σκιάζουν την πρωταρχική του λαχτάρα» (σ. 115). Η εποπτεία είναι μια συνεχής διαδικασία στην οποία τόσο ο επόπτης όσο και ο μουσικοθεραπευτής αλληλεπιδρούν συνεχώς μέσω της εξέτασης και της διερεύνησης του κλινικού έργου (Forinash, 2001). Η εποπτεία δίνει τη δυνατότητα στον εποπτευόμενο να αναπτύξει γνώσεις, κατανόηση, ιδέες και δεξιότητες αυτοπαρατήρησης σε έναν ασφαλή, προστατευτικό χώρο, όχι μόνο για δικό του όφελος αλλά και για το όφελος του πελάτη (Hawkins & Shohet, 2000). Η Priestley γράφει πως ο ρόλος της επόπτριας είναι να βοηθήσει τους θεραπευτές να κατανοήσουν τον τρόπο που επηρεάζονται προσωπικά και να είναι σε θέση να αναγνωρίσουν τα προσωπικά ζητήματα που αναδύονται κατά τη διάρκεια του κλινικού έργου όχι όμως και να τα αντιμετωπίσουν πλήρως μέσω της εποπτείας (Eschen, 2002). Η αντιμετώπιση των προσωπικών θεμάτων που προκύπτουν επεξεργάζονται και δουλεύονται μέσω της προσωπικής ψυχοθεραπείας που είναι ένας επίσης τρόπος διαχείρισης των συναισθημάτων που προκύπτουν από τις αντιστάσεις των πελατών τους όπως ανέφεραν οι συμμετέχοντες. Η Wheeler αναφέρει πως οι φοιτητές μουσικοθεραπείας αλλά και οι επαγγελματίες πρέπει να βρίσκονται σε προσωπική ψυχοθεραπεία ώστε να διαχειρίζονται τα προσωπικά τους ζητήματα και να εξελίσσονται διαρκώς (Wheeleretal. 2005). Ο McNiff (1986) παραθέτει πως ανεξαρτήτως την ψυχοθεραπευτική προσέγγιση, αυτό που έχει σημασία όσον αφορά στην ικανότητα του μουσικοθεραπευτή είναι η ανθρώπινη κατανόηση και η ικανότητα να διαχειρίζεται τα συναισθήματα και τα ζητήματα που προκύπτουν στις διαπροσωπικές σχέσεις.

Η ανάλυση των δεδομένων φανέρωσε το μοίρασμα της εμπειρίας της βιωμένης αντίστασης με συναδέλφους ως έναν τρόπο διαχείρισης των συναισθημάτων που αναδύονται. Αυτή η άποψη ταιριάζει με τις βιβλιογραφικές αναφορές των Korczynski (2003) και Lively (2000) οι οποίοι παραθέτουν πως οι εργαζόμενοι που μοιράζονται τις εμπειρίες με τους συναδέλφους τους, μπορούν να δημιουργήσουν μια μοναδική ικανότητα ενσυναίσθησης και κατανόησης του άλλου καθώς και να αναπτύξουν στενές σχέσεις μεταξύ τους. Οι σχέσεις αυτές μπορούν να ωφελήσουν ψυχολογικά τους εργαζόμενους αυξάνοντας την αίσθηση του ανήκειν, την αυτοεκτίμηση και τα θετικά

συναίσθημα (Cohen, 2004 ; Thoits, 2011).

Η αυτοφροντίδα του μουσικοθεραπευτή αναδύθηκε ως τρόπος διαχείρισης των δύσκολων συναισθημάτων που προκύπτουν από τις αντιστάσεις. Παρομοίως, οι Nocross και Guy (2007) γράφουν πως η αυτοφροντίδα του θεραπευτή δεν είναι απλώς ένα υψηλό ιδανικό, αλλά αναγνωρίζεται στο επάγγελμα της ψυχοθεραπείας ως ηθική ευθύνη. Ο Κώδικας Δεοντολογίας για Ψυχολόγους του Καναδά, Canadian Psychological Association (2000) απαιτεί ότι οι θεραπευτές πρέπει να συμμετέχουν σε δραστηριότητες αυτοφροντίδας ώστε να αποφύγουν καταστάσεις (όπως εξάντληση) που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε λανθασμένη κρίση και να παρεμβαίνουν στην ικανότητά τους να ωφελούν τους πελάτες.

Ορισμένοι μουσικοθεραπευτές μπαίνουν σε μία διαδικασία ενδοσκόπησης του εαυτού ώστε να διαχειριστούν τα δύσκολα συναισθήματα. Το εύρημα αυτό ενδεχομένως να ταιριάζει με τα λεγόμενα της Wheeler (2005) η οποία προτείνει στους μουσικοθεραπευτές να κρατάνε ένα ημερολόγιο που να καταγράφουν τις εμπειρίες τους καθώς και τις αντιδράσεις, τις απαντήσεις, τις ερωτήσεις και τις ανησυχίες τους. Συνεχίζει συμβουλεύοντας να αναστοχάζονται και να έχουν επίγνωση των πράξεών τους σε τακτική βάση και όχι μόνο όταν είναι σε εποπτεία. Κλείνει αναφέροντας πως οι μουσικοθεραπευτές πρέπει να είναι περίεργοι και διερευνητικοί όσον αφορά στην αναζήτηση του εαυτού ως μουσικό και ως θεραπευτή (Wheeleretal. 2005). Η Eschen, (2002) αναφέρει πως ένα από τα βασικά προσόντα του θεραπευτή είναι η αυτογνωσία. HPriestley συμπληρώνει πως είναι σημαντικό για τον μουσικοθεραπευτή να διαχωρίσει τον εαυτό του ενδόμυχα σε έναν εσωτερικό, αποστασιοποιημένο παρατηρητή, ο οποίος να μπορεί να βλέπει αντικειμενικά τις αντιμεταβιβάσεις και να είναι ένας ανοιχτός στο να τις μετατρέψει σε ηχητικά μοτίβα (Bruscia, 1987).

Χρησιμότητα και περιορισμοί της έρευνας

Η παρούσα μελέτη προσδοκά να καλύψει το κενό που υπάρχει στην ελληνική βιβλιογραφία όσον αφορά όχι μόνο στο θεωρητικό πλαίσιο της αντίστασης, αλλά πολύ περισσότερο, στον τρόπο με τον οποίο βιώνεται από την πλευρά του μουσικοθεραπευτή. Θα φέρει σε επαφή τον αναγνώστη με το φαινόμενο της αντίστασης, ως αναπόφευκτο κομμάτι της θεραπευτικής διαδικασίας. Μέσω της καλύτερης κατανόησης του φαινομένου της αντίστασης οι σπουδαστές μουσικοθεραπείας ή οι νέοι επαγγελματίες μουσικοθεραπευτές, θα είναι εξοπλισμένοι και σε θέση να αξιολογούν καλύτερα τις τρέχουσες καταστάσεις ενός πελάτη και να δημιουργούν ένα περιβάλλον ασφάλειας και αποδοχής. Η βαθύτερη κατανόηση της αντίστασης δίνει τη δυνατότητα στον μουσικοθεραπευτή να εμπλακεί σε αυτές τις δυναμικές της θεραπευτικής σχέσης με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Παράλληλα, τα ευρήματα της μελέτης παρέχουν μία ποικιλία προσωπικών συναισθημάτων μουσικοθεραπευτών που μοιραία αναδύονται όταν έρχονται σε επαφή με τις αντιστάσεις των πελατών. Για τους νέους επαγγελματίες ή σπουδαστές, τα ευρήματα αυτά μπορούν να τους βοηθήσουν να ταυτιστούν με τις εμπειρίες άλλων επαγγελματιών, να αντιληφθούν πως υπάρχουν κοινά βιώματα και να εμπνευστούν από τους τρόπους διαχείρισης που αναφέρονται. Η μελέτη προσδοκά να ανοίξει μία πόρτα στους νέους αλλά και μελλοντικούς μουσικοθεραπευτές για προσωπική ανάπτυξη.

Πρέπει ωστόσο να να αναφερθεί πως, όπως όλες οι φαινομενολογικές έρευνες έτσι και η παρούσα στερείται της γενίκευσης των αποτελεσμάτων. Επίσης να σημειωθεί πως εάν το μέγεθος του δείγματος ήταν μεγαλύτερο και οι συνεντεύξεις διεξαγόταν δια ζώσης ίσως τα αποτελέσματα της έρευνας να ήταν πιο αξιόπιστα και έγκυρα.

Προτάσεις για περαιτέρω έρευνα

Μέσω της φαινομενολογικής μελέτης, οι αναγνώστες ήρθαν σε επαφή με το φαινόμενο της αντίστασης από τα προσωπικά βιώματα κάθε συμμετέχοντα και συζητήθηκαν στο σύνολό τους. Μελλοντική έρευνα για το φαινόμενο της αντίστασης μπορεί να επεκτείνει τα ευρήματα σε μεγαλύτερο φάσμα συμμετεχόντων. Επίσης το θέμα της αντίστασης μπορεί να επεκταθεί σε μελέτη με ομάδες μουσικοθεραπείας σε διάφορα κλινικά πλαίσια και κλινικούς πληθυσμούς. Τέλος, χρήσιμη θα ήταν μία μελέτη για τα θέματα που αναδύονται στη θεραπευτική διαδικασία λόγω της αντίστασης του οικογενειακού περιβάλλοντος του πελάτη.

Βιβλιογραφία

Ψαλτοπούλου, Ν. (2011). Οι χρόνιες παθήσεις ως ταυτότητα, ως τρόπος ζωής ή ως μήνυμα για αναμόρφωση εαυτού – μελέτη περίπτωσης (η ουσιαστική συμβολή της μουσικής ιατρικής και της μουσικοθεραπείας). στο: Διεπιστημονική Φροντίδα Υγείας, http://www.inhealthcare.gr/article/el/oi-xroniespathiseis-os-tautotita-os-tropos-zois-i-os-minuma-gia-anadiamorfosi-eautou-meleti-periptosis-i-ousiastikisumvoli-tis mousikis-iatrikis-kai-tis-mousikotherapeias

Ψαλτοπούλου- Καμίνη, Ν. (2015). *Μουσικοθεραπεία: Ο Τρίτος Δρόμος*.ΣΕΑΒ

Κολίρη, Μ. Ε. (2018). Να εξελίσσεσαι σε αυτό που είσαι: Φαινομενολογική-Ερμηνευτική Ανάλυση της Εμπειρίας Ενσυνειδητότητας (Mindfulness) σε Εκπαιδευόμενους και Επαγγελματίες Θεραπευτές. Στο Φ. Ίσαρη & Μ. Μαλικιώση-Λοίζπυ (Επιμ.), *Η Ποιοτική Έρευνα στην Συμβουλευτική Ψυχολογία* (σσ. 129-160) Αθήνα:Πεδίο

Ackerman, M. E. (2018). *Music therapists Experience with Resistance in an Inpatient Psychiatric Setting.* Montclair State University

Austin, D. S., & Dvorkin, J. M. (1993). Resistance in Individual Music Therapy. *The Arts in Psychotherapy, 20*, 423–9

Basch, M. F. (1982). Dynamic Psychotherapy and Its Frustrations στο (σ. 3-23) στο Wachel, P. L. *Resistance, Psychodynamic and Behavioural Approaches*, Springer Science&Business Media

Besse, C. (2021). Gender Aware Music Therapy: An Interpretative Phenomenological Analysis, *Music Therapy Perspectives*, *39(2)*, 152–161

Bruscia, K. E. (1987). *Improvisational models of music therapy.* Charles C. Thomas Pub Ltd.

Canadian Psychological Association. (2000). *Canadian code of ethics for psychologists* (3rd ed.). ON: Author.

Cohen, S. (2004). Social Relationships and Health. *American Psychologist, 59*, 676–84.

Dewald, P. A. (1982). Psychoanalytic Perspectives on Resistance, (σσ. 45-68) στο Wachel, P.L, *Resistance, Psychodynamic and Behavioural Approaches*, Springer Science&Business Media

Diaz de Chumaceiro, C. (1992). *Induced song recall. The Arts in Psychotherapy, 19*(5), 325-332.

Epstein, S., & Elefant, C. (2020). Music Therapists' Perceptions of the Therapeutic Potentials Using Music When Working With Verbal Children on the Autism Spectrum: A Qualitative Analysis, *Journal of Music Therapy, 57*(1), 66–90

Epstein, S., & Elefant, C. (2022). Israeli Parents' Lived Experiences of Music Therapy With Their Preterm Infants Post-Hospitalization, *Journal of Music Therapy*, *59*(3), 239–268

Eschen, J. T. (2002). *Analytical Music Therapy*. Jessica Kingley Pub

Finlay, L. (2011). *Phenomenology for therapists: Researching the lived world*. Wiley-Blackwell

Forinash, M. (2001). *Music Therapy Supervision*. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Freud, S. (1912). *The dynamics of transference*. 12, 99-103

Freud, S. (1916/1963). Introductory lectures on psychoanalysis, Part III: Resistance and repression (Lecture XIX). In J. Strachey, *The complete psychological works of Sigmund Freud*, Vol. XVI (pp. 286-302). Hogarth Press Ltd

Guy, J. D. (1987). *The personal life of the psychotherapist*. New York, NY: Wiley.

Grocke, D., & Wigram, T. (2006). *Receptive methods in music therapy: Techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. Jessica Kingsley Publishers

Hadley, S. (2002). Theoretical Bases of Analytical Music Therapy. Στο J. T. Eschen (Ed.), *Analytical Music Therapy* (pp. 34-48). Jessica Kingsley Pub

Hawkins, P.,&Shohet, R. (2000) *Supervision in the Helping Professions* (2nd ed.). Open University Press

Høffding, S., & Martiny, K. M. (2016). *Framing a Phenomenological Interview: What, Why and How. Phenomenology and the Cognitive Sciences, 15*(4), 539-564

Husserl, E. (1980). *Phenomenology and the foundations of the sciences*. Martinus Hijhoff Publishers

Jones, W. T. (1975). *The Twentieth Century to Wittgenstein and Sarte* (2nd revised ed.) Harcourt Brace Jovanovich

Kaser, V. (1991). Music therapy treatment of pedophilia using the drum set. *The Arts in Psychotherapy*, *18*(l), 7-15

Kirkland, K. (2013). *Dictionary of music therapy*. Routledge.

Klein, P., & Westcott, M. (1994). The changing character of phenomenological psychology. *Canadian Psychology, 35*(2), 133-157

Korczynski, M. (2003). Communities of Coping: Collective Emotional Labour in Service Work, *Organization, 10,* 55–79

Lang, L., McInerney, U., Monaghan, R. & Sutton, J. (2002). Supervision: Processes in Listening Together-An Experience of Distance Supervision of Work with Traumatized Children in L. Sutton (Ed.) *Music, Music Therapy and Trauma: International Perspectives.* Jessica Kingsley Publishers

Langdridge, D. (2007). *Phenomenological Psychology: Theory, Research and Method.* Pearson Education

Lauterbach, A. A. (2018). Hermeneutic Phenomenological Interviewing: Going Beyond Semi-Structured Formats to Help Participants Revisit Experience. *The Qualitative Report*, *23*(11), 2883-2898

Lively, K. J. (2000). Reciprocal Emotion Management. *Work and Occupations, 27*, 32–63

McNiff, S. (1986). *Educating the Creative Arts Therapist: A Profile of the Profession.* Charles C. Thomas Publisher

Messer, S. B. (2002). A Psychodynamic Perspective on Resistance in Psychotherapy: Vive la Résistance, *Journal of Clinical Psychology: Psychotherapy in Practice*, *58*(2), 157–163

Milman, D., & Goldman, G. (1987). *Techniques of working with resistance*. Jason Aronson

Moore, B. E., & Fine, B. D. (1990). *Psychoanalytic terms and concepts.* American Psychoanalytic Association, Yale University Press

Noon, E. J. (2017). An Interpretative Phenomenological Analysis of the Barriers to the Use of Humour in the Teaching of Childhood Studies. *Journal of Perspectives in Applied Academic Practice, 5*(3), 45-52

Nordoff, P. & Robbins, C. (2007). *Creative Music Therapy: A Guide To Fostering Clinical Musicianship*. Barcelona Publishers

Norcross, J., & Guy, J. (2007). *Leaving it at the office: A guide to psychotherapist self-care.* Guilford Press

Osborne, J. (1994). Some similarities and differences among phenomenological and other methods of psychological qualitative research. *Canadian Psychology*, 35(2), 167-189

Otani, A. (1989). Client resistance in counseling: Its theoretical rationale and taxonomic classification. *Journal Of Counseling & Development*, 67(8), 458

Oxley, L. (2016). An examination of interpretative phenomenological analysis (IPA). *Educational & Child Psychology*, *33*, 55–62

Smith, J. A., Flowers, P. & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis Theory, Method and Research*. Sage

Sokolowski, R. (2003). *Εισαγωγή στην Φαινομενολογία.* Πανεπιστήμιο Πατρών

Smith, J. A. & Eatough, V. (2007). Interpretative Phenomenological Analysis. Στο Coyle, A. & Lyons, E.(Eds.). *Analysing Qualitative Data in Psychology*. Sage

Smith, J. A., & Osborn, M. (2008). Interpretative Phenomenological Analysis. In: Smith, J. A., (Eds.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods*, 53- 80, Sage

Snyder, W. U. (1945). An investigation of the nature of nondirective psychotherapy. *Journal of General Psychology, 33*, 193-223

Staab, K., &Dvorak, A.(2019). Perception of Music Therapy by Direct Care Staff of Older Adults with Intellectual Disabilities, *Music Therapy Perspectives*, *37(1*), 45–54

Steele, P. (1984). Aspects of resistance in music therapy: Theory and technique. *Music Therapy*, *4*(l), 64-72

Thoits, P. A. (2011). Mechanisms Linking Social Ties and Support to Physical and Mental Health. *Journal of Health and Social Behavior, 52,* 145–61

Volgsten, U. (2012). The roots of music: Emotional expression, dialogue and affect attunement in the psychogenesis of music. *Musicae Scientiae*, *16(2)*, 200-216

Wachel, P. L. (1982). *Resistance, Psychodynamic and Behavioural Approaches.* Springer Science&Business Media

Wigram, T., Pederson, I. N. & Bonde, L.O. (2002). *A Comprehensive Guide to Music Therapy*. Jessica Kingsley Pub

Wigram, T. (2004). *Improvisation: Methods and techniques for music therapy clinicians, educators and students*. Jessica Kingsley Publishers.

Windle, E., Hickling, L., Jayacodi, S., Carr, C. (2020). The experiences of patients in the synchrony group music therapy trial for long-term depression, *The Arts in Psychotherapy, 67*

Wheeler, B. L (2014). *Music therapy handbook*. Guilford

Young, L.,&Pringle, A. (2018). Lived experiences of singing in a community hospice bereavement support music therapy group, *Bereavement Care*, *37,* 55-66