



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ, ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΩΝ

Τμήμα Μουσικής Επιστήμης και Τέχνης

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών

«Μουσική και Κοινωνία»

Ειδίκευση: Μουσικοθεραπεία

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

«Το απρόβλεπτο ταξίδι της συσχέτισης: Η επίδραση της Μουσικοθεραπευτικής σχέσης στην ανάδυση της «φωνής», παιδιού στο φάσμα των Διάχυτων Αναπτυξιακών Διαταραχών..Μια πορεία ενδοσκόπησης του ερευνητή»

Χρηστος Κεσικιάδης Α.Μ. 21001

Θεσσαλονίκη Φεβρουάριος 2024

Τμήμα Μουσικής Επιστήμης και Τέχνης

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών

«Μουσική και Κοινωνία»

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Τίτλος εργασίας

«Το απρόβλεπτο ταξίδι της συσχέτισης: Η επίδραση της Μουσικοθεραπευτικής σχέσης στην ανάδυση της «φωνής», παιδιού στο φάσμα των Διάχυτων Αναπτυξιακών Διαταραχών..Μια πορεία ενδοσκόπησης του ερευνητή»

Τίτλος εργασίας

"The Unforeseen Journey of Connection: The Impact of Music Therapy Relationship on the Emergence of the "Voice" in Children on the Autism Spectrum. An Investigator's Journey of Self-Reflection"

Χρήστος Κεσικιάδης Α.Μ. 21001

Εξεταστική επιτροπή

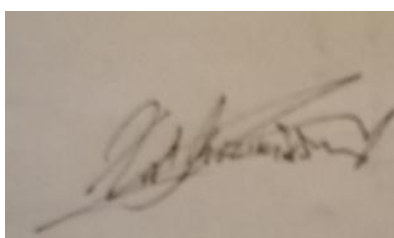
Δρ. Ψαλτοπούλου - Καμίνη Θεοδώρα

Δρ. Στάμου Λελούδα

Δρ. Καθαρίου Αγγελική

Θεσσαλονίκη Φεβρουάριος 2024

Δηλώνω υπεύθυνα ότι κάθε στοιχείο της παρούσης εργασίας έχει αποκτηθεί, έχει επεξεργαστεί και παρουσιάζεται σύμφωνα με τους κανόνες και τις αρχές της ακαδημαϊκής δεοντολογίας, καθώς και τους νόμους περί έρευνας και πνευματικής ιδιοκτησίας. Δηλώνω, επίσης υπεύθυνα ότι, όπως απαιτείται από τους προαναφερθέντες κανόνες, για κάθε στοιχείο, το οποίο δεν συνιστά πρωτότυπη εργασία μου, αναφέρεται σε παραπομπή η πηγή



Χρήστος Κεσικιάδης

*Στη μνήμη του Αιμίλιου*



## Περίληψη

Στην παρούσα εργασία, ερευνάται μια μουσικοθεραπευτική παρέμβαση, ανθρωποκεντρικής προσέγγισης, σε ανήλικο παιδί που ανήκει στο φάσμα των Διάχυτων Αναπτυξιακών Διαταραχών. Αρχικά, παρουσιάζονται πληροφορίες για όσα γνωρίζουμε σήμερα για το φάσμα των Διάχυτων Αναπτυξιακών Διαταραχών. Στη συνέχεια, γίνεται αναφορά στις αρχές και στη θεραπευτική εξέλιξη της Ανθρωποκεντρικής Προσέγγισης. Έπειτα, γίνεται λόγος για το εύρος των δυνατοτήτων και των λειτουργιών της ανθρώπινης φωνής. Γίνεται επίσης αναφορά για τις θεωρητικές αρχές της Αυτοεθνογραφίας, ένα είδος ποιοτικής έρευνας, μιας και κάποια κομμάτια της εν λόγω εργασίας ακολουθούν αυτές τις αρχές. Κατά την εξέλιξή της, η εν λόγω ποιοτική έρευνα, εστιάζει στον ρόλο της φωνής για την εγκαθίδρυση της θεραπευτικής σχέσης και στην ανάπτυξη της χρήσης της φωνής μαζί με την παράλληλη ανάπτυξη της θεραπευτικής σχέσης. Τέλος, η έρευνα παρουσιάζει συμπεράσματα, που προκύπτουν από καταγεγραμμένα βιώματα εντός των συνεδριών και την εποπτεία του οπτικοακουστικού υλικού.

## Abstract

In the present study, a music therapy intervention is investigated, employing a person-centered approach, with an underage child who belongs to the Autism Spectrum Disorder. Initially, information is presented regarding what we currently know about the Autism Spectrum Disorder. Then, reference is made to the principles and therapeutic evolution of the Person-Centered Approach. Subsequently, the scope of the possibilities and functions of the human voice is discussed. There is also mention of the theoretical principles of Autoethnography, a type of qualitative research, as certain parts of this work follow these principles. As it progresses, this qualitative research focuses on the role of the voice in establishing the therapeutic relationship and in developing the use of the voice alongside the parallel development of the therapeutic relationship. Finally, the research presents conclusions drawn from recorded experiences within the sessions and the supervision of the audiovisual material.

## Ευχαριστίες

Είναι πολλοί οι άνθρωποι που με στήριξαν για να ολοκληρώσω, την παρούσα εργασία και ελπίζω να μην ξέχασα κανέναν. Πρώτα απ' όλα η καθηγήτρια και επιβλέπουσά μου Δρ. Ντόρα Ψαλτοπούλου – Καμίνη, που με κρατούσε στον κατάλληλο δρόμο και με ενθάρρυνε προς άλλες κατευθύνσεις, όταν αυτό ήταν απαραίτητο. Η επόπτριά μου Εργίνα Σαμπαθιανάκη, που με βοήθησε να βρω τον θεραπευτή μέσα μου. Ο ψυχοθεραπευτής μου Γιώργος Καλαϊτζής, που βαστούσε τόσο ωραία τον καθρέφτη απέναντί μου. Η συνεπιβλέπουσά μου Λήδα Στάμου, για την αποδοχή και την ενθάρρυνσή της. Η Αλεξάνδρα Κασαπάκη, για την παρότρυνση και το μοίρασμα χρήσιμων εμπειριών. Η Μαρίνα, για τις συμβουλές και την τόση υπομονή και κατανόηση. Η οικογένεια του «Ανδρέα», όπως και ο ίδιος, που χωρίς αυτούς η εν λόγω εργασία δεν θα υπήρχε. Οι συμφοιτητές, φίλοι και συγγενείς που διάβασαν τις δοκιμές και μοιράστηκαν τη γνώμη τους. Τέλος, η Δέσποινα, η Ελισάβετ και ο Βασίλης, που όλες τις κρίσιμες στιγμές με σηκώνουν στους ώμους τους.

Από την ψυχή μου, σας ευχαριστώ όλους.

Περιεχόμενα	
Περίληψη	5
Abstract	6
Ευχαριστίες	7
Κεφάλαιο 1	10
1.1 Διάχυτες Αναπτυξιακές Διαταραχές – Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος	10
1.2 Απόψεις, ερευνητικές παρατηρήσεις και πρώιμα συμπεράσματα	12
1.3 Διάγνωση	14
1.4 Εν κατακλείδι	15
1.5 Ανθρωποκεντρική Προσέγγιση	16
1.6 Θεραπευτική σχέση	19
Κεφάλαιο 2	23
2.1 Ανθρώπινη Φωνή	23
2.2 Μεθοδολογία	30
2.3 Η σημασία της μουσικής	32
Κεφάλαιο 3	35
Συνάντηση	37
Ο Ανδρέας στο φάσμα	38
Ο εκπαιδευόμενος μουσικοθεραπευτής έως τη μουσικοθεραπεία	40
Εποπτεία - Ψυχοθεραπεία	46
Πριν από την αρχή	48
Μεταβατικό αντικείμενο	49
Συνεδρίες 1 - 5: Γνωριμία	51
<b>I.</b> (1η συνεδρία)	51
<b>II.</b> (2η συνεδρία)	57
Ο νέος χώρος	63
<b>III.</b> (3η συνεδρία)	63
<b>IV.</b> (4η συνεδρία)	67
<b>V.</b> (5η συνεδρία)	71
Παρουσίαση υλικού στη μητέρα	75
Συνεδρίες 6 - 12: Εγκαθίδρυση Θεραπευτικής Σχέσης	76
<b>I.</b> (6η συνεδρία)	76

Lockdown και απαγορεύσεις μετακινήσεων	80
<b>II.</b> (7η συνεδρία)	82
<b>III.</b> (8η συνεδρία)	84
<b>IV.</b> (9η συνεδρία)	89
<b>V.</b> (10η συνεδρία)	92
<b>VI.</b> (11η συνεδρία)	95
<b>VII.</b> (12η συνεδρία)	97
Συνεδρίες 13 - 15: Κλείσιμο 1ης περιόδου	100
Συνεδρίες 16 - 20: Έναρξη νέας περιόδου, ανάδυση μνήμης	103
Συνεδρίες 21 - 30: Ανάπτυξη Θεραπευτικής Σχέσης	107
Συνεδρίες 31 - 34: Επαναθέσπιση ορίων	113
Συνεδρίες 35 - 39: Βίωμα της οικειότητας μέσω της μουσικής	116
Συνεδρίες 40 - 43: Κλείσιμο της παρέμβασης	118
Συμπεράσματα	120
Αντί Επilogου	125
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	127

# Κεφάλαιο 1

Στο πρώτο κεφάλαιο θα γίνει λόγος για τις Διαταραχές του Αυτιστικού Φάσματος. Θα παρουσιαστούν οι τρόποι διαφόρων προσεγγίσεων που ασχολήθηκαν θεραπευτικά και ερευνητικά με το ΔΑΦ, καθώς και οι σύγχρονοι μέθοδοι διάγνωσης. Θα γίνει επίσης αναφορά στην Ανθρωποκεντρική Προσέγγιση, τις θεραπευτικές της αρχές και μια σύντομη περιγραφή της έννοιας θεραπευτική σχέση όπως την αντιλαμβάνεται η συγκεκριμένη προσέγγιση.

## 1.1 Διάχυτες Αναπτυξιακές Διαταραχές – Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος

Σύμφωνα με το λεξικό Petit Robert αυτισμός σημαίνει: *«απόσταση από την εξωτερική πραγματικότητα, που συνοδεύεται από μια έντονη εσωτερική ζωή. Το υποκείμενο ζει σύμφωνα με τον ίδιο του τον εαυτό, αναδιπλωμένο στον εαυτό του»* (Συνοδινού, 1996:50). Ο όρος είναι παράγωγο της ελληνικής λέξης «εαυτός». Το φάσμα των αναπτυξιακών διαταραχών του αυτισμού έχει μεγάλο εύρος, σε σημείο που για κάθε διαγνωσμένο άτομο, παρατηρείται μια ξεχωριστή συμπτωματολογικά περίπτωση. Οι διαταραχές που εντάσσονται σε αυτό το φάσμα είναι γνωστές ως Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος, Autism Spectrum Disorders – ASD, οι οποίες περιέχονται στην ευρύτερη ομάδα των Διάχυτων Αναπτυξιακών Διαταραχών. *«Οι διαταραχές του φάσματος του αυτισμού ή διαταραχή αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ) είναι μια ομάδα νευροαναπτυξιακών διαταραχών που χαρακτηρίζονται από σοβαρές δυσκολίες σε τρεις τομείς: κοινωνική αλληλεπίδραση, επικοινωνία και επαναλαμβανόμενη ή στερεοτυπική συμπεριφορά»* (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019). Το κύριο γνώρισμα των ατόμων

που ανήκουν στο φάσμα είναι η απόσυρση στον εαυτό με πιθανό στόχο την επίτευξη της αίσθησης ασφάλειας. Η κοινωνική εμπλοκή και η επαφή με το αισθητηριακό περιβάλλον φαίνεται να δημιουργεί άγχος και να εκλαμβάνεται σαν απειλή.

Η τάση των ανθρώπων που ανήκουν στο φάσμα του αυτισμού είναι να δημιουργούν στερεότυπα εκφραστικά μοτίβα, τα οποία αναγνωρίζονται από το υποκείμενο ως περιβάλλον ασφάλειας, μιας και δημιουργούνται από το ίδιο το υποκείμενο. Χτυπήματα των χεριών μεταξύ τους, συνεχείς ή διακοπτόμενοι ήχοι με τη φωνή, έντονες εικόνες που εναλλάσσονται σε κάποια οθόνη, κυκλικές κινήσεις στον χώρο κοιτώντας ψηλά, είναι κάποια από τα στοιχεία που χρησιμοποιούν τα άτομα που ανήκουν στο φάσμα για να διεισδύσουν στο ασφαλές περιβάλλον του εαυτού. *«Στην επανάληψη του ταυτόσημου, φαίνεται ότι ο στόχος είναι πάντα αυτό που πλησιάζει περισσότερο την αισθητικό-κινητικότητα. Η εν λόγω επανάληψη είναι κατ' αυτόν τον τρόπο επανάληψη μιας εμπειρίας εκφόρτισης όπου το οικονομικό στοιχείο κυριαρχεί απόλυτα»* (Συνοδινού, 1996:16). Η δημιουργία στερεοτυπικών μοτίβων είναι στην ουσία ένας «αλεξιδιεγερτικός μηχανισμός».

Σύμφωνα με τη Συνοδινού (1996), *«επεξεργαζόμενος ένα πρώτο αιτιολογικό σχήμα του τραυματισμού, ο Freud τον ορίζει ως αποτέλεσμα της υπερβολικής παροχής εξωτερικών ερεθισμάτων, των οποίων η ενέργεια ξεπερνά τις ικανότητες φιλτραρίσματος και διάχυσής τους, που διαθέτει η “ζωντανή κύστη”, η οποία αντιπροσωπεύει την ανθρώπινη ύπαρξη, σύμφωνα με τη φροϋδική ιδέα.»* Αυτό λοιπόν το αλεξιδιεγερτικό σύστημα, *«αναλαμβάνει να φιλτράρει την ενέργεια των εξωτερικών ερεθισμάτων, ώστε μόνο μία ανεκτή ποσότητα να φτάσει στο εσωτερικό αυτής της κύστης»* (σ.32).

*«Η αιτιολογία αυτής της περίπλοκης διαταραχής έχει αποτελέσει αντικείμενο μεγάλου ερευνητικού ενδιαφέροντος επί σειρά δεκαετιών, με τα επιδημιολογικά δεδομένα να υποδεικνύουν πιθανούς αιτιώδεις μηχανισμούς, μεταξύ των οποίων ποικίλους γενετικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες»* (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019).

## 1.2 Απόψεις, ερευνητικές παρατηρήσεις και πρώιμα συμπεράσματα

Πολλές επιστημονικές προσεγγίσεις προσπάθησαν να δώσουν τη δική τους ερμηνεία για τους παράγοντες που παίζουν ρόλο στην ύπαρξη των διαταραχών αυτού του είδους, μιας και παρατηρείται μεγάλη αύξηση των διαγνώσεων τα τελευταία 50 χρόνια. Χαρακτηριστικά, το 2010 παρουσιάστηκε άνοδος κατά 100 φορές σε σχέση με το 1966. Στις μέρες μας, 1 στα 59 περίπου παιδιά σε παγκόσμιο επίπεδο διαγιγνώσκεται με ΔΑΦ τη στιγμή που το 2004 η αντίστοιχη αναλογία ήταν 1 στα 166 παιδιά. Μελέτες στην Ευρώπη, την Ασία και τη Β. Αμερική δεν δείχνουν σημαντικές διαφορές στα ποσοστά επιπολασμού ανά χώρα, υπερτονίζοντας έτσι τα βιολογικά αίτια. Στη μεγάλη αύξηση που παρατηρείται παίζει φυσικά ρόλο και η ανάπτυξη των διαγνωστικών εργαλείων (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019).

Τη δεκαετία του '30 Dr Leo Kanner έκανε λόγο για «*πρώιμο νηπιακό αυτισμό*» αναγνωρίζοντας ως συμπτώματα κοινωνικές και συναισθηματικές βλάβες. Ο Dr Hans Asperger (που το όνομά του δόθηκε στο ομώνυμο σύνδρομο), αναφέρθηκε σε «*δυσκολίες και ιδιαιτερότητες στην κοινωνική επικοινωνία, κυρίως, με την έννοια της μη αναγνώρισης της προοπτικής του άλλου*» (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019). Αξίζει να αναφερθεί ότι οι διαγνώσεις συνδρόμου Asperger αφορούν άτομα με «υψηλή λειτουργικότητα». Τη δεκαετία του '60, λόγω ομοιοτήτων του αυτισμού με είδη σχιζοφρένειας, υπήρξε αντιμετώπισή του ως είδος παιδικής ψύχωσης. Τα ερευνητικά ευρήματα που ακολούθησαν μας απομάκρυναν από αυτήν την υπόθεση. Από τη δεκαετία του '40 μέχρι σήμερα η Γενετική και η Βιολογία δίνουν τη δική τους ερμηνεία στο ζήτημα. Αφενός αναγνωρίστηκε ως αιτία «*ο κληρονομικός παράγοντας που καθοδήγησε τις πρώτες μελέτες σε δίδυμα*



αδέλφια», σημειώνοντας παράλληλα το «έλλειμμα συναισθηματικής επαφής και την επαναλαμβανόμενη «τελετουργική» συμπεριφορά» (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019).

Η βιολογική σύνδεση ενισχύθηκε με την παρατήρηση επιπολασμού «του αυτισμού σε παιδιά με σύνδρομο συγγενούς ερυθράς κατά 200 φορές περισσότερο σε σύγκριση με τον γενικό πληθυσμό» (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019). Επίσης, πρώτη φορά εδώ γίνεται λόγος για το «αυτιστικό φάσμα» και για το τρίπτυχο συμπτωμάτων που αφορούν την κοινωνική αλληλεπίδραση, τις επαναλαμβανόμενες στερεοτυπίες και την έλλειψη επικοινωνιακής γλωσσικής ανάπτυξης. Τέλος, έγινε συσχέτιση της λήψης της ουσίας θαλιδομίνη<sup>1</sup> κατά την κύηση με ενδείξεις νευροαναπτυξιακών παρενεργειών κατά τις πρώτες εβδομάδες (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019).

Η ψυχαναλυτική προσέγγιση επικεντρώθηκε στα στοιχεία της γονεϊκής σχέσης με το παιδί. Ο καθρέφτης στο πρόσωπο της μητέρας και η ψυχική αναπτυξιακή διαδικασία κατά την οποία το βρέφος διαχωρίζει το «μη – εγώ» από το «εγώ» είναι από τους βασικούς πυλώνες προσοχής. *«Οι σημαντικές μεταβολές πραγματοποιούνται όταν ξεχωρίζεται η μητέρα ως ένα αντικειμενικά αντιληπτό περιβαλλοντικό χαρακτηριστικό. Αν δεν υπάρχει εκεί κανένα πρόσωπο για να είναι μητέρα, το αναπτυξιακό έργο του βρέφους περιπλέκεται απείρως»* (Winnicott, 1971:275).

Η Γνωστική θεώρηση με εμπειριστατωμένες μελέτες υπέδειξε ως κύριες βλάβες αυτές που αφορούν «το γνωστικό έλλειμμα, ενώ οι κοινωνικές και οι συμπεριφορικές ανωμαλίες αναδύονταν ως δευτερεύουσες συνέπειες», κατά το πέρας του χρόνου απομακρύνθηκε και από την άποψη ότι πρόκειται για ψυχογενή διαταραχή δίνοντας περισσότερη σημασία στην *αναπτυξιακή και νευρολογική φύση του αυτισμού»* (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019).

Μιας και οι διαταραχές του ΔΑΦ αφορούν έντονα τα στάδια της αναπτυξιακής διαδικασίας,

---

<sup>1</sup> Η Θαλιδομίνη είναι φάρμακο που χορηγήθηκε και σε γυναίκες για την πρωινή ναυτία κατά την κύηση (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019).

δεν θα μπορούσε η Αναπτυξιακή Ψυχοπαθολογία να μείνει έξω από τη δική της ερμηνεία και θεώρηση. Η προσοχή εδώ πέφτει στην έγκαιρη – γρήγορη διάγνωση στα πρώτα χρόνια της ζωής που θεωρούνται κρίσιμα. Προσεγγίζοντας αναπτυξιακά – συμπεριφορικά και νευροκινητικά, σύμφωνα με τους Σερετόπουλο - Λάμνισο και σύν. (2019), φαίνεται ότι η *«έγκαιρη διάγνωση στα πρώτα στάδια της ζωής θα ήταν δυνατό να καθοδηγήσει πιθανές παρεμβάσεις διακοπής της εξελικτικής διαδικασίας του αυτισμού»*. *«Τις δεκαετίες του 1980 – 1990 το ερευνητικό ενδιαφέρον εστιάστηκε στο αριστερό ημισφαίριο του εγκεφάλου, εφόσον τα άτομα με αυτισμό, κατά 50%, παρέμεναν χωρίς δεξιότητες ομιλίας»*.

Επίσης, λόγω των τεχνολογικών μέσων της εποχής μας παρατηρήθηκαν διαφοροποιημένες τιμές στην ανάπτυξη μερών του εγκεφάλου, καθώς και αδυναμία στη λειτουργικότητα των κατοπτρικών νευρώνων, αναφέροντας από νευροεπιστήμονες, αδυναμία στην αντανάκλαση εκφράσεων και αισθημάτων (Σερετόπουλος - Λάμνισος και σύν., 2019).

### 1.3 Διάγνωση

*«Κάθε λάθος και κλινική εικόνα νόσου αποσαφηνίζουν τα στοιχεία που λείπουν από την ενότητα, δίνοντας έτσι την ευκαιρία για εξέλιξη»* (Dahlke, 1992:18).

Τον Μάη του 2013 δημοσιεύτηκε η νέα έκδοση (5η) του εγχειριδίου διαγνωστικών κριτηρίων DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) από την Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία (American Psychiatric Association). Στην επικαιροποιημένη αυτή έκδοση παρατηρήθηκαν διαφορές σε σχέση με την προηγούμενη (DSM-IV). Πρώτα απ' όλα, εξαιρέθηκε το σύνδρομο Rett από τις Διαταραχές του Αυτιστικού Φάσματος. Επίσης, η «βαρύτητα» της κάθε περίπτωσης συνδέεται με την ανάγκη του ατόμου για εξωτερική στήριξη επί των συμπτωμάτων (Σεπεντζή, 2016).

Αντικαταστάθηκε το τρίπτυχο διατύπωσης κριτηρίων: κοινωνική αμοιβαιότητα, επικοινωνία, περιορισμένες και επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές (restricted and repetitive behaviors RRB) με τη διττή διατύπωση: κοινωνική επικοινωνία/διάδραση και περιορισμένες και επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές (RRB). Τέλος, το διαγνωστικό κατώτερο όριο των «τριών χρόνων» γενικεύεται στην περιγραφή του σαν «πρώιμη παιδική ηλικία» (Young Shin Kim - Fombonne et al., 2014). Η αναφερθείσα μέθοδος κριτηρίων είναι αυτή που ακολουθείται για τις διαγνώσεις στη χώρα μας. Στο σημείο αυτό αξίζει να αναφερθεί ότι από την αναζήτηση σε έρευνες που έχουν γίνει σχετικά με την διάγνωση του ΔΑΦ, εντοπίστηκαν πτυχιακές εργασίες που ασχολήθηκαν με εναλλακτικούς τρόπους διάγνωσης μέσω της μηχανικής μάθησης (Ηλιόπουλος, 2020) και της χρήσης εικόνων λειτουργικής απεικόνισης μαγνητικού συντονισμού(fMRI) (Δημητρακόπουλος, 2020).

## 1.4 Εν κατακλείδι

Από τα παραπάνω προκύπτει ότι δεν είμαστε σίγουροι για τις αιτίες που δημιουργούν το ΔΑΦ. Έχουμε αρκετές βάσιμες υποψίες λόγω των ερευνών που έχουν διεξαχθεί μέχρι στιγμής, όμως καμία απάντηση δεν είναι σίγουρη. Μέχρι η έρευνα να μας δώσει τις απαντήσεις που χρειαζόμαστε και δεδομένου ότι στόχος κάθε παρέμβασης είναι η βελτίωση της ποιότητας ζωής του ανθρώπου, οι προσεγγίσεις μας βασίζονται στη φαινομενολογία. Η παρακολούθηση των επιδράσεων που μπορεί να φέρει η κάθε παρέμβαση ίσως μας δώσει τις απαντήσεις που χρειαζόμαστε. Η Μουσικοθεραπεία Ανθρωποκεντρικής προσέγγισης χτίζει σχέση, αναπτύσσει δεσμούς και συνεισφέρει με τον δικό της τρόπο. Με τον τρόπο της έκφρασης και της βίωσης των συναισθημάτων, με αποδοχή, υποστήριξη και παρουσία στη ζωή του πελάτη.

## 1.5 Ανθρωποκεντρική Προσέγγιση

« ...αφορά τις πολύ προσωπικές εμπειρίες του καθενός από μας. Αφορά έναν πελάτη μου που κάθεται στη γωνιά του γραφείου μου, κι αγωνίζεται να είναι ο εαυτός του, αν και φοβάται θανάσιμα να γίνει ο εαυτός του – πασχίζοντας να δει την εμπειρία του όπως είναι, θέλοντας να είναι η εμπειρία του, αν και φοβάται βαθύτατα κάτι τέτοιο» (Rogers, 1961:24).

Η Ανθρωποκεντρική Προσέγγιση είναι αυτή στην οποία υπάγεται η Μουσικοθεραπευτική παρέμβαση της εν λόγω εργασίας. Από εδώ αντλεί θεωρητικό υπόβαθρο για τον σχεδιασμό και την εξέλιξή της. Υπάρχουν κατά περιοχές και περιπτώσεις έρευνας, διάφορες διατυπώσεις που αφορούν την ίδια στην ουσία προσέγγιση. Ουμανιστική, Ανθρωποκεντρική, Πελατοκεντρική, Προσωποκεντρική, μη – κατευθυντική αντανακλαστική κ.ά.. Το αξιακό της περιεχόμενο βασίζεται στις φιλοσοφικές αρχές της Φαινομενολογίας<sup>2</sup>.

Κύριος εκφραστής της Ανθρωποκεντρικής Προσέγγισης είναι ο Carl Rogers, κλινικός ψυχολόγος, με μεγάλη προσφορά στη διάδοση και την εξέλιξή της, μέσω του ερευνητικού αλλά και κλινικού του έργου. Θεωρείται η προσωπικότητα με τη μεγαλύτερη επίδραση στην Ανθρωποκεντρική Προσέγγιση. Όλες αυτές οι διαφορετικές διατυπώσεις προκύπτουν από το γεγονός ότι κατά την ανάπτυξή της, η προσέγγιση, έλαβε αρκετές διαφοροποιήσεις στον τρόπο με τον οποίο εξελισσόταν η διαδικασία της θεραπείας. «Ο ίδιος ο Rogers πάντα αντιμετώπιζε τις θεωρίες – συμπεριλαμβανομένης και της δικής του – ως προσωρινές κατασκευές που θα επιδέχονταν τροποποιήσεις υπό το πρίσμα μιας πιο διευρυμένης εμπειρίας» (Campbell, 2004:25). Η αρχική λοιπόν διατύπωση του Rogers για τη νέα προσέγγιση, ήταν «μη – κατευθυντική αντανακλαστική», λόγω του ότι δεν προσπαθούσε να κατευθύνει τον

<sup>2</sup> «...ένα φιλοσοφικό κίνημα, το οποίο ωθείται από την κεντρική διάθεση να αποδέχεται τα πράγματα όπως είναι.» (Sokolowski, 1999:VII).

πελάτη προς τους στόχους που ο θεραπευτής ορίζει γι' αυτόν. Αντ' αυτού, ο ρόλος του θεραπευτή είναι να διευκολύνει τον πελάτη ώστε να ορίσει ο ίδιος τους στόχους του, με βάση τη δική του βιωματική εμπειρία. Όταν μέρη αυτής της θεωρίας διαφοροποιήθηκαν, άλλαξε και η διατύπωση που αφορά την προσέγγιση, κάτι που συνέβη αρκετές φορές λόγω παρόμοιων μεταβολών.

Κύριο εργαλείο, επιδιώκοντας τις θεραπευτικές αλλαγές και την επίτευξη των κλινικών στόχων, είναι η θεραπευτική σχέση, εντός της οποίας ο πελάτης έχει τη δυνατότητα να βιώσει στο εδώ και τώρα, συναισθήματα που περιέχονται στο προσωπικό του δυναμικό. Προκειμένου να επιτευχθεί λειτουργικά η θεραπευτική σχέση είναι απαραίτητες *«οι θεραπευτικές στάσεις της ενσυναίσθησης, της αποδοχής και της γνησιότητας»* που έγιναν *«γνωστές ως οι κεντρικές συνθήκες της θεραπείας»* (Campbell, 2004:29).

Αντίστοιχα, στην Ανθρωποκεντρική Μουσικοθεραπεία τηρούνται οι ίδιες θεωρητικές αρχές και ακολουθούνται προσαρμοσμένες τεχνικές συσχέτισης, προκειμένου ο πελάτης να μπορέσει να βιώσει την εμπειρία των συναισθημάτων του. Για παράδειγμα η τεχνική της αντανάκλασης, όταν δηλαδή ο θεραπευτής επαναλαμβάνει ακριβώς τα λόγια του πελάτη μετά από αυτόν. Με τη χρήση αυτής της τεχνικής αφενός ο θεραπευτής είναι βέβαιος για τη δήλωση του πελάτη και αφετέρου ο πελάτης μέσω της αντανάκλασης έχει τη δυνατότητα να σιγουρευτεί για τη δήλωσή του σε δεύτερο επίπεδο, μιας και ακούει από κάποιον άλλο αυτό που διαπραγματεύεται ως προσωπική του εμπειρία. Στη μουσικοθεραπευτική παρέμβαση συμβαίνει ανάλογη διαδικασία με τη διαφορά ότι όλα τα παραπάνω γίνονται με όρους μουσικούς και η σχέση περιλαμβάνει τρίτο σκέλος, μιας και στη μουσικοθεραπεία η θεραπευτική σχέση είναι τριαδική (περιλαμβάνουσα τον θεραπευτή, τον πελάτη και τη μουσική).

*«Ως επιστήμη, η μουσικοθεραπεία, μοιάζει με έναν πατέρα, ο οποίος θέτει το πλαίσιο, τους νόμους και τα όρια. Ο νόμος βέβαια είναι από μόνος του σκληρός. Για τον λόγο αυτό ως*

διαπροσωπική σχέση, παρέχει τη ζεστή αγκαλιά μιας μητέρας, η οποία βοηθά το παιδί να δεχτεί τον νόμο. Η τέχνη, στην προκειμένη περίπτωση η μουσική, θα μπορούσε να θεωρηθεί το δημιουργικό παιδί, με εφευρετικότητα, αυθορμητισμό και απεριόριστες δυνατότητες λεκτικής και μη λεκτικής έκφρασης, επικοινωνίας και δημιουργικής συνύπαρξης» (Ψαλτοπούλου - Καμίνη, 2015:13).

Η πορεία και η εξέλιξη των θεραπευτικών προσεγγίσεων βασίζεται σε δύο συνεργαζόμενους πυλώνες που συνεχώς ο ένας τροφοδοτεί τον άλλο. Από τη μία έχουμε το κλινικό έργο και από την άλλη την έρευνα η οποία αντικειμενικοποιεί την υποκειμενική εμπειρία.

*«Η θεραπεία είναι η εμπειρία στην οποία αφήνω τον εαυτό μου να μπει υποκειμενικά. Η έρευνα είναι η εμπειρία στην οποία μπορώ να αποστασιοποιηθώ και να προσπαθήσω να δω την πλούσια υποκειμενική μου εμπειρία με αντικειμενικότητα, εμφανίζοντας όλες τις κομψές μεθόδους της επιστήμης για να καθορίσω αν ξεγελούσα ή όχι τον εαυτό μου» (Rogers, 1961:33).*

Τα αποτελέσματα της Θεραπείας Ανθρωποκεντρικής Προσέγγισης, σύμφωνα με τις μακροπρόθεσμες αλλαγές που παρατηρούνται στην προσωπικότητα του πελάτη, αντικειμενικοποιήθηκαν μέσα από έρευνες βασισμένες σε αποδείξεις (evidence based researches). Έτσι, σύμφωνα με τον Rogers (1961:77), αυτό που φαίνεται είναι ότι μέσω της Ανθρωποκεντρικής Θεραπείας ο πελάτης:

- *«Αλλάζει και αναδιοργανώνει την ιδέα του εαυτού του».*
- *«Απομακρύνεται από την αντίληψη του εαυτού του ως μη αποδεκτού στον ίδιο, ως ανάξιου σεβασμού και υποχρεωμένου να ζει σύμφωνα με τις προδιαγραφές που θέτουν οι άλλοι».*
- *«Αρχίζει να θεωρεί τον εαυτό του αυτοδιευθυνόμενο πρόσωπο με αξία, ικανό να διαμορφώσει προδιαγραφές και αξίες βασισμένες στη δική του εμπειρία».*
- *«Αναπτύσει μια πολύ πιο θετική στάση προς τον εαυτό του».*

- *«Η αρχική απόκλιση ανάμεσα στον εαυτό που είναι και τον εαυτό που θέλει να γίνει μειώνεται αισθητά».*
- *«Μειώνεται κάθε είδους ένταση –ψυχολογική ένταση, ψυχολογική δυσφορία, άγχος».*
- *«Αντιλαμβάνεται τους άλλους ανθρώπους με περισσότερο ρεαλισμό και αποδοχή».*
- *«Περιγράφει τη συμπεριφορά του ως πιο ώριμη και, το σημαντικότερο, όσοι τον γνωρίζουν καλά συμφωνούν πως συμπεριφέρεται με πιο ώριμο τρόπο».*

## 1.6 Θεραπευτική σχέση

*«Κάποιοι ίσως αποφεύγουν την οικειότητα, επειδή φοβούνται ότι οι άλλοι θα τους εκμεταλλευτούν, θα κυριαρχήσουν πάνω τους ή θα τους εγκαταλείψουν. Και γι' αυτούς η στενή και στοργική θεραπευτική σχέση που δεν καταλήγει στην καταστροφή την οποία φαντάζονται, λειτουργεί ως μια επανορθωτική συγκινησιακή εμπειρία. Γι' αυτό τίποτα δεν είναι πιο σημαντικό για μένα από τη φροντίδα και τη συντήρηση της σχέσης μου με τον ασθενή, και ασχολούμαι προσεκτικά με κάθε απόχρωση της εικόνας που έχουμε ο ένας για τον άλλον» (Yalom, 2002:37).*

Όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, ένα από τα σημαντικά εργαλεία στη διάθεση του θεραπευτή είναι η Θεραπευτική σχέση. Εντός της επιτυγχάνεται κάθε μετακίνηση/αλλαγή, γι' αυτό και είναι σημαντικό από την πλευρά του θεραπευτή να αναπτύξει ό,τι είναι απαραίτητο για την εγκαθίδρυσή της.

*«Η αναπνοή, οι σφυγμοί της καρδιάς, η χροιά, η τοποθέτηση, η ένταση της φωνής και των κινήσεων, το βλέμμα και η στάση του σώματος, καθώς και οι ήχοι των σκέψεων και των*

*συναισθημάτων συνθέτουν αυτή τη μουσική ταυτότητα του ανθρώπου προσφέροντας έτσι υλικό στον θεραπευτή για το μουσικό θέμα του κλινικού αυτοσχεδιασμού. Ο πελάτης ακούει την οικεία σε αυτόν ηχητική εικόνα που δημιουργεί ο μουσικοθεραπευτής, αισθάνεται ότι ένας άνθρωπος τον νιώθει, τον καταλαβαίνει και μπορεί να συνυπάρξει στο δικό του θέμα. Έτσι εμπλέκεται στη θεραπευτική σχέση χτίζοντας εμπιστοσύνη.» (Ψαλτοπούλου - Καμίνη, 2015:92).*

Η σχέση είναι το έδαφος πάνω στο οποίο θα βαδίσουν ο θεραπευτής με τον πελάτη. Τίθενται όρια, ανοίγουν και επεξεργάζονται «θέματα», επικοινωνείται η βιωματική επιφάνεια αλλά και το βάθος του πελάτη. Αν το έδαφος δεν υπάρχει, οι παραπάνω διεργασίες δεν μπορούν να πραγματοποιηθούν. Για την εγκαθίδρυση αυτού του περιβάλλοντος ώστε να υπάρξουν θεραπευτικές αλλαγές είναι απαραίτητες σύμφωνα με τον Rogers έξι συνθήκες. Οι τρεις κεντρικές που αναφέρθηκαν και πιο πριν: η ενσυναίσθηση, η αποδοχή άνευ όρων και η αυθεντικότητα. Οι άλλες συνθήκες κατά τον Campbell (2004:39), *«είναι ότι θεραπευόμενος και θεραπευτής βρίσκονται σε ψυχολογική επαφή, ότι ο θεραπευόμενος είναι σε κατάσταση ασυμφωνίας και άρα ευάλωτος ή αγχώδης και ότι ο θεραπευόμενος θα πρέπει να αντιλαμβάνεται την ενσυναίσθηση και την άνευ όρων αποδοχή του θεραπευτή».*

Εδώ θα γίνει μια σύντομη ανάλυση των τριών κεντρικών θεραπευτικών συνθηκών λόγω του ότι στα πλαίσια της πρακτικής μου υπήρξαν οι σημαντικότερες προϋποθέσεις για τη δόμηση των σχέσεων με τους πελάτες.

Το να μπορώ να «φορέσω» τα βιώματα του πελάτη και να νιώσω τα δικά του συναισθήματα, σαν να είναι δικά μου, βοηθά στο χτίσιμο της σχέσης. Μέσω της ενσυναίσθησης παρέχω την ασφάλεια που χρειάζεται ο πελάτης για να μπορέσει να ανοίξει περισσότερα θέματα προς επεξεργασία, να βιώσει μεγαλύτερη γκάμα συναισθημάτων και πιθανότατα να προσδιορίσει αλλιώς τις πραγματικότητες της ζωής του, δίνοντας νέες νοηματοδοτήσεις. Έτσι



δημιουργείται ο χώρος για αυτόν να μετακινηθεί και να αλλάξει με τρόπο λειτουργικότερο για την ανάπτυξη του ίδιου.

*«Το να είναι κάποιος ενσυναισθητικός σημαίνει να αντιλαμβάνεται το εσωτερικό πλαίσιο αναφοράς του άλλου με ακρίβεια και με τα συναισθηματικά συστατικά και τις σημασίες που σχετίζονται με αυτό, σαν κάποιος να ήταν το ίδιο πρόσωπο, αλλά χωρίς να απολέσει τη συνθήκη του «σαν να». Συνεπώς αυτό σημαίνει να νιώσει το τραύμα ή την απόλαυση του άλλου όπως ο άλλος το αντιλαμβάνεται και να συλλάβει τις αιτίες όπως ακριβώς εκείνος τις προσλαμβάνει, αλλά χωρίς ποτέ να χάσει την αναγνώριση ότι είναι σαν εγώ να πληγώθηκα ή να απόλαυσα και ούτω καθεξής» (Campbell, 2004:269).*

Η ενσυναίσθηση είναι στοιχείο σημαντικών καλλιτεχνών, μόνο που σε αυτήν την περίπτωση, ο δημιουργός καλείται να βιώσει τα συναισθήματα μιας συλλογικότητας, όπως ως μέρος αυτού του συνόλου, βρίσκει τις λέξεις ή τα χρώματα ή τις μουσικές φράσεις για να περιγράψει το οικουμενικό. Κατά μίαν έννοια λοιπόν, οι καλλιτέχνες που επιτυγχάνουν την έκφραση των συλλογικών βιωμάτων λειτουργούν σαν θεραπευτές, παρόλο που ίσως δεν ήταν αυτή η αρχική τους επιδίωξη.

Η άνευ όρων αποδοχή αποτελεί επίσης απαραίτητη συνθήκη για τη δόμηση της σχέσης με τον πελάτη και ευνοεί, όπως και η ενσυναισθητική κατανόηση, το περιβάλλον που χρειάζεται για να ανθίσει η αλλαγή. Εδώ, προκύπτει το ερώτημα: τι συμβαίνει αν αυτό που ο πελάτης μοιράζεται είναι απεχθές ή ανήθικο; *«Υπάρχει συχνά τόσο πολύ άχαρο υλικό σε έναν πελάτη, που δεν μπορεί αυθεντικά να ιδωθεί θετικά. Ωστόσο δεν βλέπω καμία αντίφαση, διότι, καθώς τη διατυπώνω, η άνευ όρων αποδοχή είναι για το πρόσωπο εκεί που παλεύει σκληρά και όχι για το υλικό» (Campbell, 2004:266).*

Η αυθεντικότητα τέλος είναι απαραίτητη για να προκύψουν οι δύο παραπάνω κεντρικές συνθήκες. Δεν μπορώ να ζητώ από τον πελάτη να πλησιάσει στη θεραπευτική σχέση αν δεν είμαι αυθεντικά εκφραζόμενος απέναντί του. Χρειάζεται να είμαι ειλικρινής για να μω κι

εγώ ο ίδιος ως θεραπευτής σε αυτόν τον κοινό χώρο. *«Αυθεντικότητα λοιπόν είναι, στην ουσία, η ακριβής συμβολοποίηση της εμπειρίας. Και «εμπειρία» για τον Rogers είναι όλα όσα συμβαίνουν εντός του περιβλήματος του οργανισμού την εκάστοτε στιγμή και που είναι δυνάμει διαθέσιμα στη συνειδητότητα»* (Campbell, 2004:78).

## Κεφάλαιο 2

Στο δεύτερο κεφάλαιο θα αναφερθούν οι λόγοι για τη σημαντικότητα της ανθρώπινης φωνής, τόσο στις Μουσικοθεραπευτικές Προσεγγίσεις όσο και στους γενικότερους επικοινωνιακούς-σχεσιακούς σκοπούς που προάγει το φωνητικό όργανο. Επίσης, θα γίνει λόγος για την Αυτοεθνογραφία. Η παραπάνω αναφορά γίνεται λόγω του ότι η παρούσα εργασία είναι μια απόπειρα αυτοεθνογραφίας και κάποια μέρη του κειμένου (3ο κεφάλαιο), έχουν αυτό το χαρακτήρα. Τέλος, παρατίθεται υποενότητα σχετικά με τη σημασία που έχει η μουσική εμπειρία για τον σύγχρονο άνθρωπο.

### 2.1 Ανθρώπινη Φωνή

*«Παράγουμε ήχους με το σώμα μας, χρησιμοποιώντας τη στήριξη της αναπνοής μας. Οι μουσικοί μας ήχοι δονούνται εντός μας συνδέοντάς μας με τις φυσικές μας αισθήσεις, διαλύοντας μπλοκαρισμένη ενέργεια, ανακουφίζοντας το συναισθηματικό στρες και την ένταση. Το ίδιο σημαντικά οι φωνές μας, μας συνδέουν με τους άλλους. Η ανταλλαγή ήχου και ενέργειας μας δίνει τη δυνατότητα να συνηχούμε μεταξύ μας, βοηθώντας να γκρεμίσουμε τους τοίχους της μοναξιάς και της απομόνωσης για να δημιουργήσουμε δεσμούς και κοινωνία»* (Της Diane Austin, από τον πρόλογο του βιβλίου *Voicework in Music Therapy, research and practice*) (Felicity & Sylka, 2011, p.13).

Οι περισσότεροι άνθρωποι, σκεπτόμενοι τη λειτουργία της ανθρώπινης φωνής, επικεντρώνουν την προσοχή τους στη χρήση του λάρυγγα και των φωνητικών χορδών που υπάρχουν εντός του. Παρ' όλα αυτά, για όσους ασχολούνται με το τραγούδι, είναι γνωστό ότι στην παραγωγή ήχου συμμετέχουν πολύ περισσότερα μέρη του σώματός μας από τον λάρυγγα. Ο φάρυγγας, η μύτη, το στόμα, ο ουρανίσκος, τα μάγουλα, η γλώσσα, τα οστά του προσώπου, η τραχεία, οι βρόγχοι, οι πνεύμονες, ο θώρακας, το διάφραγμα, τα πλευρά, οι οσφυϊκοί σπόνδυλοι καθώς και άλλα μέρη του ανθρώπινου σώματος χρειάζεται να συνεργαστούν, ώστε να παράγουμε τον προσωπικό μας ήχο. Απαραίτητο είναι να αναφερθεί και η σημασία της αναπνευστικής λειτουργίας στο όλο αποτέλεσμα (Σιγάλα, 2017).

Σε ένα δεύτερο επίπεδο, σκεπτόμενοι το πόσο πολλά μέρη του ανθρώπινου σώματος χρησιμοποιούνται ταυτόχρονα, καθώς και το ότι όλα αυτά τα μέρη υπόκεινται σε ψυχοσωματικές αλλαγές ανά πάσα στιγμή λόγω των συναισθηματικών ερεθισμάτων, μπορούμε να καταλήξουμε στο συμπέρασμα ότι: οι ποιότητες, οι εντάσεις, η χροιά, το εύρος και όλα τα υπόλοιπα στοιχεία της φωνής του ανθρώπου μπορούν να μεταφέρουν πολλά μηνύματα ταυτόχρονα, αρκεί φυσικά να είμαστε εξοικειωμένοι με το να παρατηρούμε και να αναλογιζόμαστε, τι μπορεί να θέλει να μας πει, κάθε φωνητική έκφραση του συνομιλητή μας. Η φωνή μου, όταν περνάω καταστάσεις συναισθηματικής πίεσης, ακούγεται ψηλότερα, με σκληρότερη χροιά, δυνατότερη ένταση και κάποιες φορές μία ελαφρά βραχνάδα. Οι εκφραστικές της δυνατότητες μειώνονται και τις περισσότερες φορές μοιάζει με φωνή θυμωμένου ανθρώπου, παρόλο που το συναίσθημα που αισθάνομαι δεν είναι ο θυμός. Αντίθετα, με το πέρας της συναισθηματικής πίεσης, ιδιαίτερα με τη μεσολάβηση έντονου κλάματος ή άλλου είδους συναισθηματικής εκφόρτισης, η φωνή μου γίνεται βαθιά, με μαλακή χροιά και με δυνατότητα έκφρασης μεγαλύτερου εύρους ποιοτήτων από πριν.

*«Η φωνή γίνεται σύμπτωμα, αν δεν ταιριάζει στη σωματική διάπλαση. Πολύ νωρίς δείχνει αν κάτι δεν συμφωνεί και είναι πολύ ειλικρινέστερη από τα περιεχόμενα που διατυπώνει. Μια σιγανή αεράτη φωνή μέσα σε ένα μεγάλο, εύρωστο σώμα, ξεχωρίζει εξίσου, όσο και μια βαθιά, ογκώδης φωνή μέσα σ' ένα λεπτόσωμο άτομο. Ενώ η πρώτη περίπτωση είναι αρκετά συχνή, η δεύτερη σχεδόν δεν συναντάται. Σ' ένα αδύναμο κορμί απουσιάζει το ηχείο της φωνής, για να δώσει βαθύτητα και όγκο. Είναι όμως απόλυτα πιθανό να αφήνει κανείς ανεκμετάλλευτο ένα μεγάλο ηχείο, μην επιτρέποντας στη φωνή να πάλλεται στα πλαίσια των δυνατοτήτων της»*  
(Dahlke, 1992, σ. 275).

Το να παρατηρεί λοιπόν ο θεραπευτής τις φωνητικές ανταποκρίσεις του πελάτη, σε περιπτώσεις που υπάρχει συγκροτημένος λόγος ή και όχι, είναι ένα χρήσιμο διαγνωστικό εργαλείο. Και η ίδια η αναπνοή, ως μέρος της φωνητικής λειτουργίας, αποτελεί σημείο παρατήρησης, για τη διάγνωση του πελάτη.

*«Η εισπνοή συμβολίζει την «είσοδο» του ανθρώπου μέσα στον εαυτό του για να αγγίξει αυτά που «κρατάει» μέσα του. Η εκπνοή συμβολίζει το να «βγάλει» ο άνθρωπος έξω αυτά που «κρατάει» μέσα του «ν' απελευθερώσει, ν' αφήσει να φύγουν, να ενεργοποιήσει». «Είναι σ' αυτό το στάδιο της αναπνοής όπου κινούμαστε, ηχούμε και επηρεάζουμε το εξωτερικό μας περιβάλλον». Η ανάπαυση συμβολίζει την «αναστολή» όπου ο άνθρωπος επιτρέπει στον εαυτό του να μείνει για λίγο «άδειος» (όταν η ανάπαυση ακολουθεί την εκπνοή) ή «γεμάτος» (όταν η ανάπαυση ακολουθεί την εισπνοή) και χρειάζεται επίσης εμπιστοσύνη στο ότι ο οργανισμός θα ξαναρχίσει την κανονική πορεία του ακόμη μια φορά»* (Ψαλτοπούλου, 1992).

Κατά τα πρώτα στάδια της βρεφικής ανάπτυξης, μεταξύ μητέρας και βρέφους (ή όποιου παίζει το ρόλο της μητέρας στην αναπτυξιακή πορεία του βρέφους) ξεκινά η δημιουργία ενός είδους επικοινωνίας αυτοσχεδιαστικού χαρακτήρα. Η μητέρα με εμφατικό τρόπο που αποπνέει οικειότητα μουρμουρίζει λεκτικές αλλά κυρίως μη λεκτικές φράσεις. Ακόμα κι αν

οι φράσεις είναι λεκτικές, σ' αυτό το στάδιο, σημασία έχουν τα μηνύματα που επικοινωνούνται και περιέχονται στη διάθεση και στον τρόπο της μητέρας. Το παιδί με τον καιρό απαντά σ' αυτές τις φράσεις με δικό του ηχητικό υλικό, μιμούμενο το πρωτότυπο σήμα. Η μητέρα καθρεφτίζει τις απόπειρες του βρέφους επαναλαμβάνοντας στην αρχή πιστά τις φράσεις του και κατά την εξέλιξη του παιχνιδιού παραλάσσουντάς τες και μεταφέροντας ταυτόχρονα καινούργιο υλικό προς επεξεργασία. Με αυτό το παιχνίδι που οι Trevarthen και Malloch ονομάζουν *επικοινωνιακή μουσικότητα* (communicative musicality) εγκαθιδρύεται μια σχέση εμπιστοσύνης, εντός της οποίας ξεκινούν και εξελίσσονται απαραίτητα στάδια για την ανάπτυξη του βρέφους (Trevarthen & Malloch, 2000).

*«Ο Malloch προτείνει ότι η αναφαινόμενη ανθρώπινη ικανότητα για την επικοινωνιακή μουσικότητα (CM) μπορεί να παρατηρηθεί σαν εσωτερική οργανωτική αξία στην υγιή διάδραση μεταξύ γονιού και βρέφους. Προτείνει ότι η επικοινωνιακή μουσικότητα διευκολύνει την εναλλαγή επικοινωνίας (turn-taking), ρυθμίζει το τονικό διάγραμμα των φωνημάτων του γονιού και του βρέφους, και τη διακύμανση/εύρος στη χροιά των φωνημάτων. Έτσι ο Malloch υποθέτει ότι η ικανότητα (capacity) που ενεργοποιείται και συμμετέχει στην επικοινωνιακή μουσικότητα μας δίνει τη δυνατότητα να είμαστε με το άλλο άτομο στην ίδια υφή χρόνου, ανεξάρτητα από την ηλικία, και μας επιτρέπει σε αυτόν τον χρόνο να διαμορφώσουμε, μέσω αφηγήσεων διάδρασης που κοινά απολαμβάνονται, τη διακύμανση της φωνής και τις σωματικές κινήσεις/χειρονομίες»* (Trevarthen & Malloch, 2000).

Η μητέρα και το βρέφος συναντιούνται σε ένα συμβιωτικό πλαίσιο. Με τον καιρό και το σημαντικό παιχνίδι, το βρέφος αντιλαμβάνεται τους όρους επικοινωνίας και εξελίσσεται βγαίνοντας από τη συμβιωτική σχέση και αναγνωρίζοντας τον εαυτό του σαν ξεχωριστό πρόσωπο.

*«Στα πρώιμα στάδια της συναισθηματικής ανάπτυξης του βρέφους το περιβάλλον διαδραματίζει έναν ζωτικής σημασίας ρόλο, το οποίο περιβάλλον στην πραγματικότητα το ίδιο*

το βρέφος δεν το έχει διαχωρίσει από το βρέφος. Ο διαχωρισμός του μη-εγώ από το εγώ λαμβάνει χώρα σταδιακά και ο ρυθμός ποικίλλει ανάλογα με το βρέφος και με το περιβάλλον. Οι σημαντικές μεταβολές πραγματοποιούνται όταν ξεχωρίζεται η μητέρα ως ένα αντικειμενικά αντιληπτό περιβαλλοντικό χαρακτηριστικό» (Winnicott, 1971:275).

Η παρατήρηση στη χρήση του φωνητικού οργάνου όμως δεν αποτελεί μόνο διαγνωστικό εργαλείο. Πολλές μουσικοθεραπευτικές προσεγγίσεις βασίζονται στη χρήση και στην παρατήρηση της φωνής, τόσο για την αναγνώριση ασυνείδητου υλικού που έρχεται στην επιφάνεια, όσο και για το βίωμα συναισθημάτων που εκφράζονται μέσω του τραγουδιού. Πολλοί πρωτοπόροι μουσικοθεραπευτές ασχολήθηκαν και αλληλοεπηρέαστηκαν πολλά χρόνια για τη διαμόρφωση μουσικοθεραπευτικών φωνητικών προσεγγίσεων:

- «Ο Alfred Wolfsohn ήταν ανάμεσα στους πρώτους που περιέγραψαν τη φωνή ως κύριο όργανο για την έκφραση και την επικοινωνία. Ο Wolfsohn ήταν ένας Γερμανός πρωτοπόρος της φωνής και ψυχολόγος, ο οποίος ήταν μάρτυρας και βίωσε τους απίστευτους ήχους από τις φωνές των τραυματιών και ετοιμοθάνατων στρατιωτών στα χαρακώματα κατά τη διάρκεια του Α΄ Παγκοσμίου Πολέμου»
- «Ο Paul Newham, άλλος ένας πρωτοπόρος στο πεδίο, πίστευε ότι η φωνή εκφράζει την προσωπική ταυτότητα και κουβαλάει τη λεπτή μουσική των συναισθημάτων και της σκέψης. Ανέπτυξε μια προσέγγιση για να αναλύσει τη φωνή βασισμένη σε ψυχοθεραπευτικές αρχές. Οι ιδέες του για το ότι η φωνή αντικατοπτρίζει την ταυτότητα, συνδέοντας μυαλό και σώμα, συναισθήματα και σκέψεις, απορροφήθηκε αργότερα από το έργο πολλών θεωρητικών και επαγγελματιών της Μουσικοθεραπείας»

- «*H Dianne Austin έχει αφιερώσει πάνω από 20 χρόνια της καριέρας της για να αναπτύξει προσεγγίσεις που μεγιστοποιούν το βαθύ δυναμικό της φωνής. Η Austin μας λέει ότι οι πελάτες μπορεί να διστάζουν να τραγουδήσουν, γιατί με την πράξη τους αυτή έρχεται στην επιφάνεια το τρωτό, μη ανεπτυγμένο κομμάτι του εαυτού. Προτείνει ότι ο θεραπευτής χρειάζεται να έχει επίγνωση αυτού και να δημιουργεί ένα εξαιρετικά ασφαλές θεραπευτικό περιβάλλον»*
- «*H Lisa Sokolon είναι πρωτοπόρος και έχει δημιουργήσει την ενσωματωμένη φωνεργασία (voicework), μια μέθοδο που χρησιμοποιείται στην κλινική μουσικοθεραπεία, στην εκπαίδευση που αφορά τις τέχνες, και στην προσωπική ανάπτυξη. Μέσα από το ελεύθερο εκφραστικό αυτοσχεδιαστικό τραγούδι, προάγεται η φροντίδα (attentiveness) και αναπτύσσεται μια ριζική δεκτικότητα στην προσπάθεια να αναπτυχθεί το πλήρες ανθρώπινο δυναμικό του εκάστοτε θεραπευόμενου. Από το 1981 εκπαιδεύει μουσικοθεραπευτές»*
- «*H Silvia Nakkach έχει προσφέρει τη θεραπευτική πρακτική που ονομάζεται yoga της φωνής. Περιλαμβάνει επιρροές κι από άλλους πολιτισμούς όπως τα ινδικά ράγκα. Συνδέει τη φωνή με την πνευματική ζωή αποκαλύπτοντας βαθύτερες πτυχές του εαυτού»*
- «*H Inge Nygaard Pedersen υιοθετεί μια φαινομενολογική προσέγγιση φωνεργασίας (voicework) για ψυχιατρικές περιπτώσεις, στο Πανεπιστήμιο του Aalborg. Κατά το πέρας πολλών χρόνων, έχει εκπαιδεύσει πελάτες και φοιτητές στη χρήση της φωνής ως μια μορφή του εαυτού και τους έχει καθοδηγήσει στη χρήση της φωνής ως εργαλείο για να κατακτήσουν ένα υψηλότερο επίπεδο αυτοεπίγνωσης» (Felicity & Sylka,*



2011:28-35).

Η φωνή ως μοναδικό, ιδιόκτητο, εσωτερικό, προσωπικό μέσο έκφρασης, αποτελεί αποτύπωμά μας σε μια πορεία γνωριμίας με τον εαυτό μας, αλλά και έξω από αυτόν. *«Θεωρείται ότι είναι η προβολή του σωματικού, πνευματικού και εσωτερικού συναισθηματικού κόσμου του ανθρώπου»* (Ψαλτοπούλου, 1992). Η παρατήρηση και η από σκοπού εξερεύνησή της μέσω των μουσικοθεραπευτικών προσεγγίσεων είναι στην ουσία εξερεύνηση στα βάθη του ίδιου μας του εαυτού. Δίνοντας βάση στην ποιότητα, τις δυναμικές, το εύρος και όλα τα ιδιότυπα στοιχεία της, οδηγούμαστε στο να αναγνωρίσουμε τη δυναμική, το εύρος και όλα τα βασικά και ιδιαίτερα μέρη του εαυτού μας.

Η προσωπική παρατήρηση μού έχει φανερώσει αρκετές πληροφορίες γύρω από το πώς μπορεί να ακούγεται η φωνή του κάθε ανθρώπου και γιατί. Τις ποιότητες της φωνής (χροιά, ένταση, τονισμοί, άρθρωση κλπ.) επηρεάζουν διάφοροι παράγοντες που έχουν να κάνουν με το περιβάλλον διαμόρφωσης. Οι φωνές των γονέων, με την ανάπτυξη της επικοινωνιακής μουσικότητας που αναφέρθηκε παραπάνω, αλλά και η μίμηση των σημαντικών ανθρώπων του οικογενειακού περιβάλλοντος, οι τρόποι χρήσης της φωνής στην ευρύτερη κοινότητα στην οποία αναπτυσσόμαστε, το ηχογεωλογικό τοπίο που ζούμε και το εύρος των φωνητικών εμπειριών στις οποίες συμμετέχουμε, είναι αρκετοί από τους παράγοντες που ευθύνονται για το πώς διαμορφώνεται η φωνή μας. Το αν δηλαδή ο πατέρας μου είχε μπάσα φωνή, αν οι συμμαθητές μου στο σχολείο μιλούσαν με προφορά καταγωγής ή με εκφραστικότητα που συνηθίζεται στον τόπο μας και η συμμετοχή μου στο παραδοσιακό σύνολο τραγουδιού στα παιδικά μου χρόνια, είναι παράγοντες διαμόρφωσης του φωνητικού μου τρόπου.

Ακόμη, αναπτυσσόμενος μέσα σε όλες αυτές τις συλλογικότητες έγινα αποδέκτης θετικών, αρνητικών ή ουδέτερων σχολίων. Από τον δάσκαλο του φωνητικού συνόλου, τους γονείς, τους συγγενείς, τους εκπαιδευτικούς ή τους συμμαθητές μου, εξέλαβα σχόλια που επηρέασαν

τον τρόπο που τραγουδούσα ή μιλούσα. Για παράδειγμα, στο μάθημα της χορωδίας όταν η φωνή μου κάλυπτε με την έντασή της τις φωνές των συμμαθητών μου, το άκομψο σχόλιο μιας καθηγήτριας έγινε αφορμή για μεγάλη αλλαγή στην τεχνική χρήσης του φωνητικού μου οργάνου για αρκετά χρόνια. Χρειάστηκαν πολλές συνειδητοποιήσεις και αναδύσεις αρκετών αναμνήσεων ώστε να αντιληφθώ το μέγεθος της επιρροής που είχε το συγκεκριμένο γεγονός.

## 2.2 Μεθοδολογία

Σε αυτό το σημείο χρειάζεται να αναφερθεί ότι αρχικός σκοπός ήταν, η ενδοσκόπηση την οποία πραγματεύεται η εργασία, να έχει αυτοεθνογραφικό χαρακτήρα. Δεν θα μπορούσα όμως να κατατάξω την απόπειρα αυτή στις αυτοεθνογραφίες, μιας και δεν ακολουθεί σε όλη την εξέλιξή της, το αφηγηματικό ύφος που είναι απαραίτητο για αυτό το είδος έρευνας. Είναι όμως χρήσιμο να γίνει αναφορά στις βασικές θεωρητικές αρχές της Αυτοεθνογραφίας.

Η αυτοεθνογραφία ανήκει στις ποιοτικές μεθόδους έρευνας και χρησιμοποιείται για να προσφέρει πληροφορίες για βιωματικές εμπειρίες που ζούνε συγκεκριμένοι άνθρωποι, στα πλαίσια μιας εξιστόρησης. *«Ειδικεύεται στο να εστιάζει στις ανθρώπινες προθέσεις, κίνητρα, συναισθήματα και πράξεις, παρά στο να συγκεντρώνει δημογραφικά δεδομένα και γενικές περιγραφές αλληλεπίδρασης»* (Adams et al., 2015:21).

Η επιλογή στη συγκεκριμένη μέθοδο έγινε διότι στόχος της εργασίας είναι η ανάδυση της βιωματικής εμπειρίας ως μέρος μιας συνολικής αλήθειας. *«Στα τέλη της δεκαετίας του 1980 και στις αρχές της δεκαετίας του 1990 είχε αρχίσει να γίνεται φανερό ότι οι μέθοδοι ποσοτικής έρευνας γενικώς αποτυγχάνουν να περιγράψουν και συνεπώς να διασαφηνίσουν το νόημα της εμπειρίας στη μουσικοθεραπεία σαν σύνολο, όσον αφορά τα εσωτερικά και εξωτερικά ποιοτικά στοιχεία της»* (Ψαλτοπούλου-Καμίνη, 2015:36).

Βασικές αρχές που λαμβάνονται υπόψη για τον σχεδιασμό μιας αυτοεθνογραφικής μελέτης είναι:

- *«Η αναγνώριση των ορίων της επιστημονικής γνώσης (τι μπορούμε να μάθουμε ή να εξηγήσουμε), ιδιαίτερα όσον αφορά τις ταυτότητες, τις ζωές, και τις σχέσεις, και η δημιουργία αποχρώσεων, συνθέσεων, και συγκεκριμένων λογαριασμών προσωπικής/πολιτιστικής εμπειρίας.*
- *Η σύνδεση της προσωπικής εμπειρίας (του γνώστη), των πληροφοριών, και της γνώσης, σε ευρύτερες (σχετικιστικά, πολιτιστικά, πολιτικά) συζητήσεις, πλαίσια και συμβάσεις.*
- *Η συνέπεια στο κάλεσμα για αφήγηση και μυθοπλασία, δίνοντας την ίδια σημασία στη διάνοια/γνώση και στο αισθητικό/καλλιτεχνικό δημιούργημα.*
- *Η προσοχή στις ηθικές προεκτάσεις της μελέτης, με σεβασμό στους ίδιους, στους συμμετέχοντες, και στους αναγνώστες/ακροατές» (Adams et al., 2015:25).*

Η αυτοεθνογραφία με λίγα λόγια είναι η αφήγηση μιας ιστορίας, βασισμένη στη βιωματική εμπειρία του εθνογράφου. Αυτός είναι που χρειάζεται να βρει τις λέξεις και την εξέλιξη που απαιτείται στην αφήγησή του για να περιγράψει την εμπειρία. *«Οι ιστορίες που λέμε μας επιτρέπουν να ζούμε και να ζούμε καλύτερα· οι ιστορίες μας επιτρέπουν να είμαστε πιο στοχαστικοί, πιο ουσιαστικοί, και μας παρέχουν ζωές με περισσότερη δικαιοσύνη. Οι αυτοεθνογραφικές ιστορίες είναι καλλιτεχνικές και αναλυτικές παρουσιάσεις του τρόπου που μας οδήγησε σε αυτό που γνωρίζουμε, ονοματίζει, και ερμηνεύει προσωπικές και πολιτιστικές*

εμπειρίες» (Adams et al., 2015:1).

Έτσι διασαφηνίζονται γνώσεις και πληροφορίες που προκύπτουν, εξηγούνται, ανακαλύπτονται μα κυρίως κατανοούνται, μέσω της εμπειρίας και πειραματικών μεθόδων, βασισμένες στα συναισθήματα, τις αξίες, τις σχέσεις και τις συμπεριφορές που βιώνονται.

## 2.3 Η σημασία της μουσικής

*«Πώς γράφω; Δεν ξέρω κι εγώ πώς γράφω. Απλώς γράφω γιατί δεν μπορώ να μη γράφω. {...}Έτσι λοιπόν, η γραφή της ποίησης δεν είναι ένα πάρεργο, δεν είναι ένα χόμπι. Είναι μια βαθύτατη αναγκαιότητα κι όχι προσωπική αλλά καθολική αναγκαιότητα. Δηλαδή όλων των ανθρώπων. Είναι η ανάγκη της επαφής, της επικοινωνίας, της μετάδοσης μιας βαθύτατης εμπειρίας και της δημιουργίας ενός πλατύτατου κλίματος αδελφοσύνης πέρα από τις διαφορές: πολιτικές, ιδεολογικές, παραδοσιακές, θρησκευτικές, φυλετικές. Πολύ πιο πέρα. Η ποίηση είναι εκείνη που παραμερίζει εκείνα τα στοιχεία που χωρίζουν τους ανθρώπους. Ανακαλύπτει και αναδεικνύει αυτά τα στοιχεία που τους ενώνουν. Γι' αυτό η λειτουργία της έχει μια εξαιρετικά μεγάλη κοινωνική σημασία» (από συνέντευξη του Γιάννη Ρίτσου).<sup>3</sup>*

Στο παραπάνω απόσπασμα, σκιαγραφείται η σημασία και η λειτουργία της ποίησης, σύμφωνα με τις απόψεις του Γιάννη Ρίτσου. Διαβάζοντας εδώ και αρκετά χρόνια κείμενα για τις τέχνες, συχνά καταλήγω στο συμπέρασμα ότι αυτό που διαβάζω δεν αφορά κάποια συγκεκριμένη μορφή τέχνης, αλλά όλες τις τέχνες. Οι διαφορές των τεχνών όπως τις αισθάνομαι, έχουν να κάνουν με τα μέσα που χρησιμοποιούν για να αφηγηθούν, να

<sup>3</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=rKkHXxcZ-eg&t=15s>

περιγράψουν, να σατιρίσουν, να αντιταχθούν ή να συνταχθούν με ένα ρεύμα, να υποστηρίξουν ή όχι, ένα νέο ή παλαιότερο ζήτημα ή φαινόμενο. Πέραν των μέσων που χρησιμοποιούν, όλες οι τέχνες, εξυπηρετούν τον βαθύτερο σκοπό της συλλογικής επικοινωνίας. Είναι η φωνή που ψάχνει χώρο και τρόπο για να υπάρξει. Όταν τα καταφέρνει να λειτουργήσει, απολαμβάνει γενικευμένης προσοχής, απόρριψης ή αποδοχής. Η τέχνη, για μένα, είναι αναγκαιότητα και έκφραση.

Μόνο με αυτόν τον τρόπο, λοιπόν, μπορώ να αντιληφθώ τη μουσική. Δεν μπορώ να τη δω ως επάγγελμα, ως τρόπο βιοπορισμού. Δεν μπορώ να τη δω ως ανάγκη κοινωνικής καταξίωσης και δρόμο προς την επιδίωξη κάποιας επιβεβαίωσης, άσχετο αν βέβαια γίνεται συχνά και μέσο βιοπορισμού ή πορεία προσωπικής ανάπτυξης. Για να είμαι ειλικρινής απέναντι στην αναγνώστρια/στη, δεν μπορώ να τη δω ούτε ως ξεκάθαρο στέλεχος μιας ερευνητικής διαδικασίας. Αυτός είναι και ο λόγος που αποπειράθηκα αυτή η εργασία να μοιάζει με αυτοεθνογραφία. Για να μην κρύψω και να μη φιμώσω, προς χάριν της αντικειμενικότητας και του «ξύλινου», πολλές φορές, επιστημονικού λόγου, όλες τις υποκειμενικότητες που για μένα είναι και αυτές μέρος της μεγαλύτερης εικόνας μιας αλήθειας.

Η μουσική εμπειρία που συνδέεται με ένα βίωμά μου, είναι η φωνή που αναζητά χώρο κι ελευθερία. Μέσω της μουσικής βρίσκω τους ήχους (ή και τα λόγια όταν πρόκειται για τραγούδι) για να περιγράψω τα συναισθήματα που έχω για τις σημαντικότερες εμπειρίες μου.

*«Η δουλειά της ψυχοθεραπείας, επίσης, αερίζει την υγρή ψυχή. Μπορείς να αναλογιστείς τα υπερβολικά σου συναισθήματα και να τα ταξινομείς μέχρι να φανεί μια ιδέα. Αυτή η ιδέα μπορεί να μην είναι η λύση στα προβλήματά σου, αλλά μπορεί να είναι ένα πρώτο βήμα κατά τη διαδικασία του «αερίσματος» της ψυχής. Έχω δει ανθρώπους στη θεραπεία βαλτωμένους στην αγάπη, πνιγμένους στο πάθος, και κατακλυσμένους από τα συναισθήματα. Απλά, το να μιλάς σχετικά με τα συναισθήματα προσφέρει ανακούφιση και ξεκινά η διαδικασία που οδηγεί*

σε έναν λιγότερο καταπιεστικό τρόπο ζωής» (Moore, 2004:33).

Ο χωρίς εμφανή λόγο ήχος, που παράγω με ένα μουσικό όργανο ή με τη φωνή μου, πολλές φορές μπορεί να περιγράψει με μεγαλύτερη ακρίβεια αυτό που έχω μέσα μου και είναι δύσκολο να συνεχίσω να κουβαλάω. Η διαδικασία του κλινικού αυτοσχεδιασμού, ενός χρήσιμου μουσικοθεραπευτικού εργαλείου, μπορεί να «ξεγελάσει» τις άμυνές μου και να φέρω στην επιφάνεια καταπιεσμένο υλικό, που με άλλες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις δεν θα υπήρχε τόσο άμεση δυνατότητα προς την εξωτερικότητά του. *«Η αλήθεια των πραγμάτων μπορεί μόνο να εκφραστεί αισθητικά – μέσα σε μια ιστορία, εικόνα, φιλμ, χορό, μουσική. Μόνο όταν οι ιδέες είναι ποιητικές μπορούν να προσεγγίσουν τα έγκατα και να εκφράσουν την πραγματικότητα»* (Moore, 2004:33 ).

Συνεπώς επικοινωνώ και μοιράζομαι κομμάτια του εαυτού μου που δεν μπορώ να κουβαλήσω μόνος μου άλλο. Ωριμάζω και ανακαλύπτω καινούριους τρόπους ώστε να βελτιώσω την ποιότητα της ζωής μου. Η μουσική υπήρξε στέλεχος της θεραπευτικής διαδικασίας πολύ πριν από τη σύγχρονη εποχή. Πριν από την ανάπτυξη των θεωριών προσωπικότητας και των ψυχοθεραπευτικών προσεγγίσεων. Ήταν η μουσική που τραγουδούσε ο σαμάνος ή ο μάγος της φυλής για να θεραπεύσει κάποιο άτομο της κοινότητας από μια ασθένεια ή να το λυτρώσει από κάποια κατάρα.

*«Βλέπουμε δηλαδή ότι ο φυσιολογικός ρυθμός του ανθρώπινου οργανισμού, οι διάφοροι ήχοι της φύσης, όπως και εκείνοι που παράγονται από τα τεχνικά μέσα που κατασκευάζει ο άνθρωπος, δημιουργούν τις βάσεις της μουσικής. Μιας μουσικής όμως που, όπως παρουσιάζεται στους πρωτόγονους λαούς, δεν αποτελεί καλλιτεχνική εκδήλωση. Με τον χορό, το τραγούδι και τη μιμική – αδιαίρετο πάντα σύνολο – ο πρωτόγονος άνθρωπος εκφράζει τη χαρά του, έπειτα από ένα καλό κυνήγι ή επικαλείται τη βοήθεια των πνευμάτων για το αυριανό. Με τον χορό προσπαθεί να ξορκίσει το κακό που απειλεί τη φυλή του. Όμοια, τραγουδά και*

*χορεύει πολεμικούς χορούς πριν από τη μάχη γιατί πιστεύει ότι θα την κερδίσει» (Ψαλτοπούλου - Καμίνη, 2015:16).*

## Κεφάλαιο 3

Στο πλαίσιο της πρακτικής άσκησης, στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών (ΠΜΣ) μουσική και κοινωνία, με ειδίκευση στη Μουσικοθεραπεία, ήρθα σε επαφή με άτομα που εντάσσονται στο ΔΑΦ. Λόγω των περιοριστικών μέτρων για τον Covid-19, δεν ήταν δυνατό να κάνω την άσκησή μου σε κάποιον δημόσιο ή ιδιωτικό φορέα. Έτσι λοιπόν προσπαθώντας να σκεφτώ τρόπους για να ξεκινήσω την πρακτική μου, δέχτηκα πρόταση από άτομα του εργασιακού μου κύκλου, για να κάνω συνεδρίες Μουσικοθεραπείας ως ασκούμενος, σε περιπτώσεις ατόμων που εντάσσονται στο ΔΑΦ, στον ιδιωτικό τους χώρο. Μετέφερα την πρόταση που δέχτηκα στην καθηγήτριά μου και στη διευθύντρια του ΠΜΣ, ζητώντας την άδεια να ασχοληθώ με δύο παιδιά, μιας και δεν ήταν εφικτό να κάνω κάπου αλλού πρακτική, άδεια η οποία μου εδόθη με την προϋπόθεση να υπογραφούν τα απαιτούμενα έγγραφα από εμένα και τους κηδεμόνες των παιδιών, για την προστασία της ιδιωτικότητας της διαδικασίας.

Το ότι δεν επιτρεπόταν τα μαθήματα να γίνουν διά ζώσης ήταν ένα γεγονός που με έκανε να αισθάνομαι απογοητευμένος από την επιλογή μου να ακολουθήσω αυτό το πρόγραμμα σπουδών τη δεδομένη χρονική περίοδο. Έκανα σκέψεις για αναβολή των σπουδών μου, μήπως τα πράγματα με τον καιρό αλλάξουν και επανέλθουμε σε μια κανονικότητα, μήπως

μπορέσω να ζήσω αυτήν την εμπειρία όπως την έχω φανταστεί. Θυμάμαι έντονα, ότι εκείνη την περίοδο που δεν υπήρχε εικόνα για το πού οδηγείται η κατάσταση, που δε μπορούσε κανείς μας να κάνει κάποιον προγραμματισμό για τις επιδιώξεις και τα όνειρά του, η ματαιώση να στέκεται σαν εκκρεμές πάνω από το κεφάλι του καθενός και σαν απειλή· το να αντισταθείς σε αυτήν τη ματαιώση ήταν πράξη σχεδόν επαναστατική. Διανύαμε μια δεύτερη περίοδο καραντίνας, χωρίς τη δυνατότητα να μετακινηθούμε σε μεγάλη απόσταση από το σπίτι μας, δίχως να μπορούμε να σχετιστούμε με τους δικούς μας ανθρώπους. Για να βγούμε λίγη ώρα έξω, έπρεπε να στείλουμε sms και κολλημένοι στις οθόνες παρακολουθούσαμε τις εξελίξεις χωρίς δυνατότητα να επέμβουμε σε αυτές.

Λόγω του ότι τα παιδιά που ανέλαβα να βλέπω βρίσκονταν σε ξεχωριστό Δήμο από αυτόν που ζούσα, το να μετακινηθώ ήταν παράνομο και δεν είχε προβλεφθεί κάποια άδεια για περιπτώσεις όπως η δική μου. Σε αυτήν τη χρονική περίοδο ξεκίνησε η πρακτική μου άσκηση.

Στην παρούσα εργασία θα προσπαθήσω να αφηγηθώ εμπειρίες και γεγονότα, που έχουν να κάνουν με τον αναζητούμενο ή τους αναζητούμενους ρόλους που παίζει η φωνή στην εγκαθίδρυση της θεραπευτικής σχέσης, εντός των πλαισίων της Ανθρωποκεντρικής Μουσικοθεραπευτικής Παρέμβασης που εφάρμοσα. Θα σας αφηγηθώ στιγμές από τις συνεδρίες μου με τον Ανδρέα. Οι σκέψεις μου γύρω από αυτές τις στιγμές όπως τις περιέγραφα στο ημερολόγιο συνεδριών που κρατούσα μετά από κάθε συνάντηση, με οδηγούν σε δεύτερο επίπεδο στις σκέψεις για το πώς μπορεί να ήρθαμε κοντά με τον Ανδρέα και τι ρόλο έπαιξαν οι φωνές μας σε αυτό το πλησίασμα. Μα ας ξεκινήσουμε από την αρχή.

Το όνομα Ανδρέας είναι ψευδώνυμο για τη διαφύλαξη της ιδιωτικότητας.



## Συνάντηση

Μετά από τηλεφωνική επαφή με την οικογένεια του Ανδρέα, δώσαμε ένα ραντεβού προκειμένου να πάρω ιστορικό και να έρθω σε μια πρώτη επαφή μαζί του. Ήταν στον χώρο όσο μιλούσα με τη μητέρα του. Δεν κοιτούσε προς το μέρος μας, μόνο κρατούσε στα χέρια του κάποιους πολυμορφικούς δίσκους (DVDs) με απεικονίσεις σκηνών από κινούμενα σχέδια και τους έβλεπε εναλλάξ. Ενθουμούμενος τα όσα είχα διαβάσει για τον «αλεξιδιεγερτικό μηχανισμό» (Συνοδινού, 1996:16) και παράλληλα παρατηρώντας τον, υπέθεσα ότι αυτός είναι ο τρόπος του για να ηρεμήσει τις πολλές πληροφορίες που υπήρχαν στον χώρο. Ίσως η παρουσία ενός άγνωστου προσώπου να τον αναστάτωσε και να ζητούσε ασφάλεια. Μπορεί η εναλλαγή γνώριμων ερεθισμάτων να δημιουργούσε το κατάλληλο περιβάλλον για να αισθανθεί οικεία. Τα αντικείμενα αυτά (DVDs) απ' ό,τι είπε η μητέρα του, τα μετέφερε συνέχεια μαζί του κι έτσι σκέφτηκα ότι ίσως να λειτουργούν ως μεταβατικά αντικείμενα.

Για μένα ήταν η πρώτη φορά που ερχόμουν σε επαφή με παιδί που βρίσκεται στο ΔΑΦ και παράλληλα δεν έχει λόγο. Το γεγονός ότι δεν επικοινωνεί μέσω του λόγου ήταν κάτι που με έκανε να αισθανθώ θλίψη. Θεωρώ τη λεκτική επικοινωνία πολύ σημαντική δεξιότητα τόσο για πρακτικούς όσο για εκφραστικούς και επικοινωνιακούς λόγους. Για μια στιγμή έφερα τον εαυτό μου στη θέση του, σκέφτηκα πόσο δύσκολο μπορεί να είναι για αυτόν. Όταν ήμουν παιδί, λόγω των φόβων μου για το αν θα με αποδεχτεί ο κύκλος των ανθρώπων που συναναστρεφόμουν, μου ήταν δύσκολο να απευθύνω τον λόγο στους άλλους (σχολικό περιβάλλον κλπ.), είτε ήταν συνομήλικοι, μεγαλύτεροι ή μικρότεροι από μένα κι αυτό με κρατούσε μονάχο μου για σχεδόν όλη την παιδική ηλικία. Κατά μία έννοια ταυτίστηκα μαζί του. Ενώ μπορούσα να μιλήσω επέλεγα να το αποφεύγω. Διερωτήθηκα μήπως αυτός είναι

και για τον Ανδρέα ένας λόγος για τον οποίο δεν έχει ολοκληρώσει την πορεία του σε αυτό το αναπτυξιακό σκαλοπάτι, μήπως δηλαδή αποφεύγει την επικοινωνία. Μήπως μέσα του αισθάνεται κι αυτός μian ανέκφραστη μοναξιά, όπως κι εγώ κάποτε.

Μετά από λίγη ώρα παρατήρησα ότι μάλλον συνήθισε κάπως την παρουσία μου. Με πλησίασε σταδιακά, ώσπου προς το τέλος της συνάντησης καθόταν μπροστά στα πόδια μου στο χαλί και συνέχιζε την εναλλαγή των εικόνων. Όταν ήρθε εντέλει μπροστά μου, η μαμά του μου είπε ότι με συμπάθησε.

Ένα σημαντικό ζήτημα που ετέθη στη συνάντηση πριν την παρέμβαση, ήταν σε ποιον χώρο του σπιτιού θα πραγματοποιούνται οι συναντήσεις μας. Επέλεξα το σαλόνι, έναν χώρο ανοιχτό με χαλί στο κέντρο και μια σόμπα στη μία του πλευρά. Διάλεξα αυτόν τον χώρο λόγω της ζεστασιάς που εξέπεμπε αλλά και λόγω του ότι σε αυτό το μεγάλο χαλί θα μπορούσα να απλώσω όλα αυτά τα μουσικά υλικά που είχα σκοπό να εισάγω προϊύσας της διαδικασίας. Λίγη ώρα μετά έφυγα, αφού ανανεώσαμε το ραντεβού μας για την επόμενη εβδομάδα όπου θα κάναμε την πρώτη μας συνεδρία. Παρασκευή στις 6 μ.μ. ώρα και ημέρα που παρέμειναν ίδια μέχρι το τέλος της παρέμβασης.

## Ο Ανδρέας στο φάσμα

Οι παρακάτω πληροφορίες, συγκεντρώθηκαν από συνέντευξη με τη μητέρα του Ανδρέα την ημέρα της πρώτης μας συνάντησης, αλλά και από επόμενες συναντήσεις που είχαμε ανά χρονικά διαστήματα που βρισκόμασταν για να της δείξω υλικό από τις συνεδρίες.

Ο Ανδρέας είναι γεννημένος τον Δεκέμβριο του 2011. Ζει σε μια κομόπολη του Νομού Καβάλας με τη μητέρα του. Είναι μέλος διαζευγμένης οικογένειας, μιας και οι γονείς του

χώρισαν όταν αυτός ήταν δύο ετών. Στον κάτω όροφο ζούνε ο παππούς με τη γιαγιά του, με τους οποίους περνάει πολύ χρόνο λόγω της εργασίας της μητέρας του. Έχει μεγάλη αδυναμία στον παππού του, μιας και εισπράττει αγάπη άνευ όρων από αυτόν, πράγμα που υποθέτω πως τον κάνει να νιώθει ασφαλής και ήρεμος μαζί του. Ο πατέρας του ζει στην πόλη και βρίσκονται κάθε Σαββατοκύριακο. Περνούν περισσότερο χρόνο μαζί κατά τη διάρκεια των εορτών των Χριστουγέννων, του Πάσχα και το καλοκαίρι. Με τον πατέρα του συχνά κάνουν εξορμήσεις στη φύση, περιπάτους και μπάνιο στη θάλασσα τους καλοκαιρινούς και φθινοπωρινούς μήνες.

Ανήκει στο φάσμα των διάχυτων αναπτυξιακών διαταραχών. Πήρε διάγνωση από παιδονευρολόγο όταν ήταν σχεδόν τριών ετών. Την ίδια περίοδο ξεκίνησε η παρέμβαση της λογοθεραπείας και της εργοθεραπείας. Τα συμπτώματα που παρατηρήθηκαν είναι: η απουσία λόγου, οι μειωμένες ικανότητες επικοινωνίας, η σπάνια διάθεση για βλεμματική επαφή και η δυσκολία στην κοινωνικοποίηση, η στερεοτυπική ρουτίνα παραγωγής ήχων και κινήσεων και η επίμονη παρατήρηση έντονων σε χρώματα εικόνων (π.χ. DVDs). Δεν έχει επιθετικές τάσεις, ούτε ανάγκη εκφόρτισης μέσω της βίας απέναντι σε άλλους ή στον εαυτό του. Κάποιες φορές ως μηχανισμός εκφόρτισης λειτουργεί η κίνηση σε συνεχόμενους κύκλους αργής εξέλιξης.

Χρειάζεται χρόνο για να ακολουθήσει μια προτροπή αλλά συνήθως το κάνει με ευχαρίστηση, μιας και του αρέσει η διάδραση με τους άλλους για μικρά χρονικά διαστήματα (μερικά λεπτά). Του κάνουν μεγάλη εντύπωση τα αντικείμενα όταν πέφτουν από ψηλά κι ορισμένες φορές το προκαλεί ο ίδιος. Του αρέσει πολύ να παρακολουθεί τη βροχή και να μυρίζει την ατμόσφαιρα μετά το τέλος της. Τον εντυπωσιάζουν οι εμφατικοί και δυνατοί ήχοι και του αρέσει να παράγει ορισμένες φορές κι εκείνος τέτοιους.

Έχει φυσιολογικό ύψος και βάρος για την ηλικία του. Η παρουσία του στον χώρο εντός κι εκτός των συνεδριών θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ήπια και ομαλή. Έχει γλυκιά και

μαλακή φωνή την οποία χρησιμοποιεί με ιδιαίτερη ευελιξία. Ο τρόπος που τη χρησιμοποιεί θυμίζει κάπως τα Ινδικά Ράγκας, πιο συγκεκριμένα μοιάζει με Ινδικό φλάουτο (Bansuri), μιας και το εύρος αλλά και η γλυκύτητα των μεταβάσεων μπορούν να παρομοιαστούν με αυτό το μουσικό όργανο.

## Ο εκπαιδευόμενος μουσικοθεραπευτής έως τη μουσικοθεραπεία

Γεννήθηκα και μεγάλωσα στο χωριό Αμυγδαλεώνας του Νομού Καβάλας το 1985. Ο Αμυγδαλεώνας είναι χωριό του κάμπου των Φιλίππων, με κύριο πληθυσμό απογόνους προσφύγων από τη Νικόπολη του Πόντου της Μικράς Ασίας (Γαράσαρη: παράφραση της Τουρκικής ονομασίας Καραχισάρ). Στο σπίτι μου ζούσα με τους γονείς και τον μικρό μου αδερφό. Στον κάτω όροφο έμεναν ο παππούς και η γιαγιά μου καθώς και η μικρότερη αδερφή του πατέρα μου, με τους οποίους συνδέθηκα στενά. Ο παππούς μου κάθε απόγευμα έπαιζε ποντιακή λύρα (κεμεντζέ) και το να τον χαζεύω ήταν μία από τις αγαπημένες μου ασχολίες. Παρατηρούσα τον τρόπο που κρατούσε το όργανο στα χέρια του και πώς οργάνωνε τους ήχους μεταξύ τους. Θαύμαζα πολύ τον παππού μου, ήταν πρότυπό μου. Περνούσα ώρες μαζί του συζητώντας και μαθαίνοντας κοντά του πολλά: για το πώς έζησε, για το τι πίστευε σωστό και τι λάθος, για το πώς ερμήνευε τα σημάδια της ζωής, για το πώς ονειρευόταν τον κόσμο. Κάθε τι που έκανε, στα μάτια μου έμοιαζε μαγικό. Το πώς έπαιζε μουσική, το πώς κατασκεύαζε τόσα πράγματα. Ακόμα και σήμερα αισθάνομαι μεγάλη ασφάλεια και ηρεμία, όταν φέρνω ξανά στο νου μου τις στιγμές που πέρασα μαζί του.

Σε ηλικία δέκα χρόνων εντάχθηκα στην υπό δημιουργία φιλαρμονική μπάντα του χωριού μου, με μαέστρο έναν απόστρατο στρατιωτικό - μουσικό που ήταν ο πρώτος μου δάσκαλος.

Ένας κύριος σοβαρός και εύσωμος μπήκε στην τάξη μου και ρώτησε ποιοι θέλουν να ξεκινήσουν να μαθαίνουν μουσική μαζί του. Θυμάμαι τον εαυτό μου να σηκώνει το χέρι χωρίς πολύ σκέψη, πράγμα ασυνήθιστο για μένα. Αυτή η σχεδόν τυχαία κίνηση ήταν εκ του αποτελέσματος κάτι ζωτικά σημαντικό για μένα. Τα χρόνια που συμμετείχα στη φιλαρμονική έπαιξα alti-corno, τρομπέτα και σαξόφωνο. Έπαιρνα βαθιές ανάσες και προσπαθούσα με αυτές να βγάλω μεγάλους συνεχόμενους ήχους (τενούτες). Γέμιζα και ύστερα άδειαζα κι αυτό συνέβαινε πολλές συνεχόμενες φορές, για πολλές ώρες τη μέρα. Με τον καιρό η δυνατότητά μου να φυσάω μεγάλες αναπνοές και να παίζω μεγάλες φράσεις με εκφραστικό τρόπο βελτιώθηκε κι αυτό μου έδινε τεράστια απόλαυση. Ένιωθα δυνατός. Κάθε φορά που έπαιρνα αναπνοή, φανταζόμουν πως είμαι δύτες και μετέτρεπα στο μυαλό μου την κάθε φράση σε μια βόλτα στο βυθό. Πότε θαύμαζα τις ομορφιές γύρω μου, πότε παρατηρούσα τις κινήσεις των ψαριών, άλλες φορές φοβόμουν μη μου τελειώσει η αναπνοή, κοιτούσα από το βάθος την επιφάνεια ή από την επιφάνεια τον βυθό. Το να φυσάω για αρκετές ώρες όσο μελετάω, με έκανε και με κάνει ακόμη να αισθάνομαι μεγάλη ηρεμία. Όλες εκείνες οι αναμνήσεις αποτελούν κατά κάποιον τρόπο καταφύγιο και στο σήμερα.

Όταν τελείωσα το δημοτικό, πέρασα στο Μουσικό Σχολείο Καβάλας από όπου αποφοίτησα το 2002. Εκεί ξεκίνησα να μαθαίνω κιθάρα και υποχρεωτικά όργανα, το πιάνο και τον ταμπουρά. Ξεκίνησα την κιθάρα στην τύχη. Στο δυναμικό του σχολείου δεν υπήρχε καθηγητής σαξοφώνου και έπρεπε να διαλέξω κάτι που να υπήρχε καθηγητής για να μου το διδάξει. Επειδή στο σπίτι, εκτός από τα πνευστά όργανα, είχα και μια κιθάρα, επέλεξα αυτό το όργανο. Το παράξενο είναι ότι μέχρι εκείνη τη στιγμή δεν την είχα αγγίξει ποτέ. Ακόμη ήρθα σε επαφή με μαθήματα όπως το σολφέζ και η χορωδία. Με αυτόν τον τρόπο παρατήρησα μουσικοκεντρικά τη λειτουργία και τις δυνατότητες του φωνητικού οργάνου. Συγχρόνως ήμουν μαθητής του Δημοτικού Ωδείου με όργανο αναφοράς το κλασικό κλαρινέτο.

Η μουσική για μένα ήταν η έκφραση της βαθύτερης φωνής που έμενε για καιρό σιωπηλή. Κατά κάποιον τρόπο εξέφραζε τη μοναξιά που δεν γνώριζα ότι ένιωθα. Σήμερα καταλαβαίνω ότι μέσω της μουσικής βρήκα τον χώρο που είχα ανάγκη για να εξωτερικεύω τη συναισθηματική μου «ανακατωσούρα» χωρίς κοινωνικές επιβολές από τον περίγυρό μου. Να βάλω σε τάξη το προσωπικό μου χάος. Μέσω της μουσικής δάκρυσα για όσα δεν επιτρεπόταν να κλαίω, γιατί «τα αγόρια δεν κλαίνε», φώναξα για όσα μου φαίνονταν άδικα και σιωπούσα, γιατί «τα καλά παιδιά δεν κάνουν φασαρία και θόρυβο», γέλασα, ταξίδεψα και ονειρεύτηκα χωρίς κανέναν συγγενή, δάσκαλο, συμμαθητή ή γνωστό να με χαρακτηρίσει «αφηρημένο» ή «αλαφροΐσκιωτο».

Μέσα σε αυτό το καταφύγιο αισθανόμουν ελεύθερος. Είχα την επιθυμία να επιστρέψω συνεχώς στα όργανα και στα τραγούδια. Παρακολουθώντας την ανάπτυξη πολλών παιδιών τα τελευταία 15 χρόνια λόγω της εργασίας μου ως εκπαιδευτικός, συνειδητοποιώ πόσο μεγάλη σημασία έχει για ένα παιδί η γνώμη των σημαντικών άλλων (γονείς, συγγενείς, φίλοι, δάσκαλοι) και πόσο σημαντικό είναι να εισπράττει την αποδοχή για αυτό που κάνει. Ενθαρρύνθηκα πολύ από την οικογένειά μου για να συνεχίσω να παίζω μουσική. Οι δικοί μου αισθάνονταν την ευχαρίστηση που έπαιρνα παίζοντας μουσική. Κάποια στιγμή, κοντά στα 13 μου χρόνια τους ανακοίνωσα ότι θα γίνω μουσικός. Εικοσιπέντε χρόνια μετά η μουσική συνεχίζει να είναι το ίδιο σημαντική για μένα. Βιώνω και εκφράζω μέσω αυτής συναισθήματα και εμπειρίες που μου είναι δύσκολο να κουβαλάω και νιώθω την ανάγκη να μετουσιώσω. Η φωνή για μένα υπήρξε φαινόμενο που με ενδιέφερε όσο θυμάμαι τον εαυτό μου. Μου άρεσε πολύ να παρατηρώ τον ήχο και τα στοιχεία των φωνών που με γοήτευαν, τόσο στο τραγούδι όσο και στον ομιλητικό λόγο. Ξαναφέρνω στο νου μου συχνά τους ηλικιωμένους φίλους του παππού και της γιαγιάς μου που διηγούνταν τις ιστορίες τους στην αυλή μας τα καλοκαίρια. Ακόμη, τις φωνές των γονιών μου και των πολύ δικών μου ανθρώπων: οι παππούδες μου, η γιαγιά μου, θείοι, θείες και ξαδέρφια. Προέρχομαι από μια

εξαιρετικά πολυάριθμη οικογένεια. Ψηλές φωνές, βαθιές, τραχιές, θυμωμένες, μελαγχολικές, μελωδικές, θηλυκές ή αρσενικές, με προφορά ντοπιολαλιάς, ποντιακές ή καππαδόκιμες, σαρακατσάνικες ή θρακιώτικες.

Ο τρόπος που όλοι αυτοί οι άνθρωποι μιλούσαν, τραγουδούσαν ή έψαλλαν, διεγείρει τη φαντασία μου: «πώς θα ήταν αν έλεγα αυτό σαν τον κύριο Χαράλαμπο, πώς θα ακουγόταν;» ή αργότερα «αυτή τη φράση στο τραγούδι θα την τραγουδήσω με προφορά ντόπιου και με κάποια τρυφερότητα, νιώθω ότι ταιριάζει με το περιεχόμενο των στίχων». Η μίμηση ήταν ένας ακόμη τρόπος για να αισθανθώ πώς θα ήταν αν. Με διευκόλυνε να φορέσω τα παπούτσια τόσων διαφορετικών ανθρώπων και να φανταστώ τις πορείες τους. Εκτιμώ πως αυτού του είδους η μελέτη ανέπτυξε την ενσυναίσθησή μου κι αισθάνομαι ευγνωμοσύνη όταν αναλογίζομαι όλες τις αφορμές που με οδήγησαν προς αυτήν την κατεύθυνση. *«Η μίμηση είναι για τον Αριστοτέλη η αναπαράσταση της πραγματικότητας μέσω των αισθητών μέσων. Με αυτή την έννοια η μίμηση είναι έμφυτη τόσο στον άνθρωπο όσο και στα ζώα»* (Λυμπιτσιούνη, 2011:48).

Τόσες διαφορές σε ποιότητες, σε συναισθήματα, σε χροιές, σε εύρος, σε περιεχόμενο, σε φύλο, σε κούρδισμα. Ίσως αυτή η γοητεία και παράλληλα η περιέργεια για τις τόσες δυνατότητες της φωνής, να ξύπνησε για τα καλά στην εφηβεία μου κι έτσι αποφάσισα ως καλλιτεχνικό αντικείμενο, από εκεί και πέρα, να επιλέξω το τραγούδι.

Δυσκολεύομαι ακόμα και τώρα μετά από χρόνια εξοικείωσης και έκθεσης της δικής μου φωνής να περιγράψω τα χαρακτηριστικά της, έτσι λοιπόν, θα δανειστώ αρκετές αναφορές άλλων ανθρώπων. Η φωνή μου είναι μπάσα, θα μπορούσα ίσως να την παρομοιάσω με βιολοντσέλο. Πολύ συχνά χρησιμοποιώ τις υψηλές μου συχνότητες με ένταση, σαν να φωνάζω. Αυτό συμβαίνει για δύο λόγους, ο πρώτος επειδή έτσι μιλούσαν ο πατέρας κι ο παππούς μου. Νιώθοντας κρίκος μιας αλυσίδας ήταν κάτι που ήθελα να συνεχίσω και γι' αυτό το αντέγραφα. Ο δεύτερος, επειδή η πρώτη μουσική που άκουγα, τα παραδοσιακά

τραγούδια του Πόντου, τραγουδιέται από υψίφωνους τραγουδιστές και προσπαθούσα να τους μιμηθώ. Ίσως να προσπαθώ ακόμα. Νιώθω ότι ένας από τους λόγους που επικράτησαν οι ψηλές και με ένταση αντρικές φωνές είναι γιατί ταιριάζουν περισσότερο για να εκφράσουν το πένθος και τον πόνο του πρόσφυγα. Αισθάνομαι μεγάλη σύνδεση με την ποντιακή μουσική. Εμπεριέχει τα βιώματα των παιδικών μου χρόνων, τις ιστορίες που άκουγα από τον παππού μου και τους φίλους του, όχι τόσο σαν απαρίθμηση εμπειριών όσο σαν περιεχόμενο συναισθημάτων. Τα δάκρυα για μια χαμένη πατρίδα, ο κόπος για να καταφέρουν να ενταχθούν σε μια καινούργια, το πένθος και η θλίψη για τους νεκρούς που άφησαν πίσω τους και εντέλει μια συγκρατημένη αισιοδοξία και πίστη ότι θα έρθουν καλύτερες μέρες. Η πλευρά μου αυτή που πενθεί και βιώνει το τραγικό, προσπαθώντας να απελευθερωθεί από αυτό, εκφράζεται κάθε φορά που τραγουδάω ποντιακά τραγούδια.

Μετά τα δέκα μου χρόνια στο οικογενειακό μου περιβάλλον, ως άκουσμα, κυριαρχούσε η Ελληνική λαϊκή μουσική των δεκαετιών του 1960 -1970, η οποία ως τάση ήθελε τις αντρικές φωνές βαθιές και με μαλακές μεταβάσεις κατά την κίνηση, στοιχεία που μου άλλαξαν, κατά τη μεταφώνιση, αρκετά τους τρόπους χρήσης του οργάνου. Τραγουδώντας αυτό το ρεπερτόριο εκφράζω μια άλλη πλευρά μου. Αυτή που βιώνει τον έρωτα, με τον ενθουσιασμό, την ένταση, τη χαρμολύπη και τις έντονες εναλλαγές. Από την ευτυχία στη θλίψη του αποχωρισμού και από τον πόνο στην υπέρμετρη χαρά της νέας συνάντησης. Κι όλα τα παραπάνω με έντονη εκφραστικότητα στη χρήση του φωνητικού οργάνου.

Σε ηλικία δεκαέξι χρόνων ξεκίνησα να εργάζομαι ως τραγουδιστής και κιθαρίστας σε μια ορχήστρα αποτελούμενη από συμμαθητές, παίζοντας παραδοσιακή και λαϊκή μουσική. Ήταν αυτό κάτι που εκτός από ενασχόληση με το αγαπημένο μου αντικείμενο, μου προσέφερε και μια οικονομική ανεξαρτησία, την αυτοπεποίθηση ότι μπορώ να βασιστώ στις δικές μου δυνάμεις. Στο τέλος του λυκείου, συμμετείχα σε μια ροκ μπάντα με συνομηλίκους μου. Η ορμή του εφήβου και η διάθεσή μου να αλλάξω τα πάντα, να ονειρευτώ και να συμμετέχω



στη δημιουργία ενός κόσμου αλλιώςτικου από αυτόν που μεγάλωσα, να αντισταθώ στην αδικία και στον δεσποτισμό, εκφράστηκε μέσα από την επαφή με αυτό το μουσικό είδος.

Το 2002, μέσω των Πανελληνίων Εξετάσεων πέρασα στο τμήμα Μουσικής Επιστήμης και Τέχνης του Πανεπιστημίου Μακεδονίας και αποφοίτησα από την κατεύθυνση της Ελληνικής Παραδοσιακής (Δημοτικής) Μουσικής, με καλλιτεχνικό αντικείμενο το παραδοσιακό τραγούδι. Από τότε εργάζομαι ως εκπαιδευτικός μουσικής στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση και ως τραγουδιστής σε χώρους διασκέδασης, συναυλίες και φεστιβάλ. Προσπαθώ τα τελευταία 14 χρόνια που βρίσκομαι στην εκπαίδευση να είμαι όπως εκείνος ο πρώτος μου δάσκαλος, που μου επέτρεψε να είμαι καλός και ταλαντούχος μόνο επειδή εκτίμησε τους κόπους και την επιθυμία μου να βρίσκω χώρο έκφρασης. Η ευγνωμοσύνη που αισθάνομαι για αυτόν και για όλους του επόμενους δασκάλους μέχρι σήμερα, δημιουργεί μέσα μου τις προϋποθέσεις ώστε να προσπαθώ κι εγώ να παρέχω ό,τι καλύτερο έχω. Προσπαθώ να αναπτύξω συνολικά με τους ανθρώπους και ειδικότερα με τους μαθητές μου σχέσεις αμφίδρομης ανάπτυξης και γνωριμίας, σχέσεις εμπιστοσύνης και αλληλοστήριξης.

Με το θάνατο του πατέρα μου το 2013 ξεκίνησα ψυχοθεραπεία (Γνωστική - Συμπεριφορική και αργότερα προσέγγιση Gestalt). Ένιωθα συντετριμμένος, για πρώτη φορά στη ζωή μου αδύναμος και ανόρεκτος να ασχοληθώ με οτιδήποτε. Ως μεγάλος γιος, το συνειδητό μου κομμάτι με οδηγούσε προς την υποχρέωση να στηρίξω τους υπόλοιπους και να συμπληρώσω το κενό που άφησε η φυγή του πατέρα μου. Από την άλλη, δεν ένιωθα ότι είχα τη δύναμη για να κάνω κάτι τέτοιο. Μέσω της ψυχοθεραπείας προσπάθησα να συνειδητοποιήσω ποιος είμαι πλέον και προς τα πού θέλω να κατευθυνθώ. Ανακάλυψα ότι χρειάζεται να γίνω εγώ ο πατέρας μου. Ότι αυτός που είχα, πέθανε κι αν θέλω να αισθάνομαι ασφάλεια, σιγουριά, στήριξη και οτιδήποτε άλλο μου εξασφάλιζε η ζώσα παρουσία του, από δω και πέρα, καλύτερα να τα ψάξω μέσα μου, καλύτερα να τα φτιάξω μόνος μου.

Η ψυχοθεραπεία έγινε με τον καιρό πάθος, λόγω της ανάπτυξης που μου προσέφερε αλλά και της τάσης για εσωτερική αναζήτηση. Το 2020 εντάχθηκα στο ΠΜΣ του Τμήματος Μουσικής Επιστήμης και Τέχνης με εξειδίκευση στη Μουσικοθεραπεία και διάθεση συνδυασμού της αγάπης μου για τη μουσική και την ψυχοθεραπεία. Στο πλαίσιο της πρακτικής μου άσκησης ξεκίνησε η γνωριμία μου με τον Ανδρέα.

## Εποπτεία - Ψυχοθεραπεία

Λίγο πριν το τέλος του πρώτου εξαμήνου του μεταπτυχιακού προγράμματος, από επαφές που είχα μέσω του κύκλου γνωριμιών μου και με τη συγκατάθεση των αρμόδιων από την πλευρά του προγράμματος, σχεδίαζα την αρχή των συνεδριών με δύο άτομα που βρίσκονται στο αυτιστικό φάσμα. Όπως γνώριζα από πριν, η όλη διαδικασία της πρακτικής άσκησης χρειαζόταν να επιβλέπεται από κάποιον μουσικοθεραπευτή επόπτη. Ο ρόλος του επόπτη δεν είναι απαραίτητος μόνο στα πλαίσια της πρακτικής αλλά και κατά την επαγγελματική πορεία ενός μουσικοθεραπευτή.

*«Σε αυτόν τον νέο, άγνωστο και πολύπλοκο κόσμο πώς θα παίξει μουσική ώστε να διερευνήσει και να δια φωτίσει όλες αυτές τις σκοτεινές κάμαρες της ύπαρξης; Και ο λόγος; Πώς θα μιλήσει; Θα τον καταλάβουν; Τι έχει να πει; Εκείνος θα καταλάβει; Πόσον καιρό θα πάρει και με τι κόστος; Θέλει όμως... θέλει να προσφέρει... τι; δεν ξέρει... πώς; δεν ξέρει... και αν κάποιες φορές νομίζει ότι ξέρει με ποιον να το μοιραστεί; Και με το χειροκρότημα τι θα γίνει; Μπορεί να ζήσει χωρίς να ξέρει αν αυτό που έπαιξε ή αυτός που είναι άγγιξε κάτι στον άλλο και τι; Ποιο το νόημα;» (Ψαλτοπούλου – Καμίνη, 2015:115).*

Σε όλες τις παραπάνω απορίες έρχεται ο επόπτης, ώστε με τη στήριξή του να βοηθήσει τον

εκπαιδευόμενο θεραπευτή να δώσει απαντήσεις. Χρειάστηκα ως εκπαιδευόμενος να εφαρμόσω και να ξαναεφαρμόσω όσα είχα διδαχθεί. Προσπάθησα να ψάξω και να βρω τον θεραπευτή μέσα μου. Να βρω τρόπους για να του δώσω χώρο. Ο ρόλος του επόπτη στήριξε αυτήν την προσπάθεια.

Οι συνεδρίες ιδανικά βιντεοσκοπούνται ώστε μέσα από την επίμονη και λεπτομερή παρακολούθηση, να μπορέσει ο θεραπευτής να βγάλει ουσιαστικά συμπεράσματα για το τι συμβαίνει στη συνεδρία. «Ο Α αυτοσχεδιασμός, που βασίστηκε στην πεντατονία, φώτισε την Χ πλευρά του πελάτη και ένιωσα ότι έτσι εκφράζει συναισθήματα, που το βίωμά τους, του είναι χρήσιμο». «Ο Β αυτοσχεδιασμός φωτίζει μιαν άλλη του πλευρά και ανάλογα με τον κλινικό μου στόχο μπορώ να ανατρέξω στο υλικό, όταν η μνήμη μου ασθενεί ή όταν νιώθω ότι υπάρχει αυτή η ανάγκη». Επίσης η βιντεοσκόπηση είναι σημαντική και στην εξέλιξη της εποπτείας, με σκοπό να αναλυθούν όσα έγιναν, να αναφερθούν όσα δεν έγιναν και όσα θα μπορούσαν να γίνουν στη θέση αυτών που δεν «λειτουργήσαν». Μπορεί να χρειαστεί να δω και να ακούσω πολλές φορές τα συγκεκριμένα δέκα δευτερόλεπτα που ίσως έχουν κάποιο νόημα, ίσως να υπάρχει κάτι σημαντικό που χρειάζεται να κατανοήσω, να αναλύσω με τη βοήθεια του επόπτη. Οι ερωτήσεις ή οι παρατηρήσεις του θα πυροδοτήσουν μια διαδικασία εξέλιξης για μένα.

Αρκετά χρόνια πριν την απόφασή μου να ακολουθήσω αυτό το μεταπτυχιακό πρόγραμμα, ήμουν σε διαδικασία προσωπικής ψυχοθεραπείας. Αυτό συνεχίστηκε και κατά την εξέλιξη της πρακτικής μου. Μέσα από τη νέα εμπειρία και την έκθεση σε καινούργια και πρωτόγνωρα συναισθήματα, είχα την ανάγκη να συνεχίσω να ανακαλύπτω πώς είμαι μέσα στα βιώματά μου, τι είναι δικό μου και τι όχι, ποιο συναίσθημα «πλανάται στον χώρο» και γιατί το αισθάνομαι ενώ δεν υπάρχουν φαινομενικά σαφείς λόγοι. Η ψυχοθεραπεία είναι ένας δεύτερος υποστηρικτικός πυλώνας εξέλιξης και ανάπτυξης του θεραπευτή.

*«Σε κάθε περίπτωση ο μουσικοθεραπευτής από την εκπαίδευσή του ακόμα υποχρεούται να*

*βρίσκεται σε προσωπική θεραπεία και να λαμβάνει εποπτεία» (Ψαλτοπούλου – Καμίνη, 2015:87).*

Η διδασκαλία, η εποπτεία και η ψυχοθεραπεία, λειτουργούν ως υποστηρικτές της ανάπτυξής μου. Πλαισιώνουν κάθε ανάγκη που μπορεί να προκύψει και η επιλογή των ανθρώπων που θα παίζουν αυτούς τους ρόλους είναι καίρια. Είναι απαραίτητο να υπάρχει συμβατότητα ώστε η σχέση να «ρέει» και να αφήνει την αίσθηση της συνέχειας πάνω σε μία πορεία.

## Πριν από την αρχή

Πριν ξεκινήσω να αφηγούμαι την ιστορία των συνεδριών με τον Ανδρέα, θέλω να σταθώ στον τρόπο με τον οποίο θα το κάνω, για να είναι ξεκάθαρο στον αναγνώστη κάθε μέρος αυτής της διαδικασίας. Στις 43 συνεδρίες που πραγματοποιήθηκαν και με τη συγκέντρωση του υλικού, τόσο μέσω της βιντεοσκόπησης και του ημερολογίου συνεδριών, όσο και από το αρχείο της προσωπικής εποπτείας, συνειδητοποίησα ότι η σχέση μας πέρασε από διάφορες φάσεις. Δίνω σε αυτές τις φάσεις ονόματα για να περιγράψω τι συνέβη με μία ή λίγες λέξεις.

- Συνεδρίες 1 - 5: Γνωριμία
- Συνεδρίες 6 - 12: Εγκαθίδρυση Θεραπευτικής Σχέσης
- Συνεδρίες 13 - 15: Κλείσιμο 1ης περιόδου
- Συνεδρίες 16 - 20: Έναρξη νέας περιόδου και ανάδυση μνήμης γνωριμίας
- Συνεδρίες 21 - 30: Ανάπτυξη Θεραπευτικής Σχέσης
- Συνεδρίες 31 - 34: Επαναθέσπιση ορίων
- Συνεδρίες 35 - 39: Βίωμα της οικειότητας μέσω της μουσικής
- Συνεδρίες 40 - 43: Κλείσιμο της παρέμβασης

Κάθε μία από αυτές τις φάσεις αποτελεί ένα κεφάλαιο που εξιστορεί τα σημαντικά σημεία και τις επίμονες σκέψεις.

## Μεταβατικό αντικείμενο

Το μεταβατικό αντικείμενο είναι αυτό που ενδέχεται να φέρει μαζί του ένα παιδί, από τους πρώτους μήνες κι έπειτα και συνοδεύει την μετάβαση, όπως δηλώνει και το όνομά του, από ένα αναπτυξιακό στάδιο σε ένα άλλο. *«Ο Winnicott επινόησε τον όρο μεταβατικό αντικείμενο, για να περιγράψει την αναπτυξιακή διαδικασία που συνήθως συμβαίνει σε παιδιά ηλικίας 4-12 μηνών ή κατά τη διάρκεια του απογαλακτισμού»* (Παπανδρέου, 2022:42). Συνήθως είναι παιχνίδια απαλά στην αίσθηση, με κάποιον όγκο ώστε να αγκαλιάζονται εύκολα και ρόλος τους είναι να παρέχουν ασφάλεια στο πρόσωπο ώστε να αντιμετωπίσει τις αλλαγές που περιέχει ένα αναπτυξιακό στάδιο. *«Οι περισσότερες μητέρες επιτρέπουν στα βρέφη τους να έχουν κάποιο ιδιαίτερο αντικείμενο και αναμένουν τα βρέφη τους να εθιστούν, τρόπος του λέγειν, σε αυτό το αντικείμενο»* (Winnicott, 1971:46).

Αυτό το αντικείμενο συνοδεύει το παιδί αρκετό καιρό, κάποιους μήνες ή και χρόνια. Η κτήση αυτή συμβολίζει το «μη εγώ», μιας και συμπίπτει συνήθως με τη συνειδητοποίηση του πέρα του «εγώ» χώρου. Το αντικείμενο αυτό έρχεται στη ζωή του παιδιού ως αντικατάσταση του αντίχειρα που βάζει στο στόμα πριν την πρώτη κτήση. Έτσι για τον Winnicott (1971) η λέξη μεταβατικό, περιγράφει αυτήν την μετάβαση, από τον αντίχειρα στο αντικείμενο της πρώτης κτήσης. Πέραν του μεταβατικού αντικειμένου, το πρόσωπο μπορεί να έχει μια μεταβατική συνήθεια η οποία λειτουργεί για τον ψυχισμό του με τον ίδιο τρόπο, προσφέροντας ασφάλεια.

*«Ο τρόπος με τον οποίο ένα μεγαλύτερο παιδί ανατρέχει σε ένα ρεπερτόριο τραγουδιών και μουσικών ρυθμών ενώ ετοιμάζεται να κοιμηθεί, επιπίπτουν στην ενδιάμεση περιοχή ως μεταβατικά φαινόμενα μαζί με τη χρήση των αντικειμένων που δεν αποτελούν μέρος του σώματος του βρέφους κι όμως δεν αναγνωρίζονται πλήρως ως ανήκοντα στην εξωτερική πραγματικότητα» (Winnicott, 1971:47-48).*

Η παρατεταμένη παρουσία των αντικειμένων κατά την εξέλιξη της ζωής του προσώπου εμποδίζει στις περιπτώσεις του ΔΑΦ την εμπλοκή του ατόμου κοινωνικά με οποιονδήποτε, μιας και το αντικείμενο ενθαρρύνει τη βύθιση του προσώπου στον εαυτό για τη δημιουργία ασφαλούς περιβάλλοντος. Μέσω του μεταβατικού αντικειμένου δηλαδή, το πρόσωπο επιδιώκει μian απόσυρση στον εαυτό προκειμένου να ελέγξει το πλήθος των ερεθισμάτων που του δημιουργούν ανασφάλεια θέτοντας σε λειτουργία έναν «αλεξιδιεγερτικό μηχανισμό» (Συνοδινού, 1996).

Αυτή όμως η απομάκρυνση από την κοινωνική δραστηριότητα εμποδίζει και την αναπτυξιακή διαδικασία να εξελιχθεί. Στις πρώτες εποπτείες, μετά από διερεύνηση για το ζήτημα, έγινε ξεκάθαρος ο στόχος της διαχείρισης των αντικειμένων (dvds, κινητό τηλέφωνο, τάμπλετ, βιβλία με έντονες εικόνες κλπ.) ώστε να διαμορφωθούν συνθήκες, με κλινικό στόχο τη διεύρυνση του χρόνου και της ποιότητας εμπλοκής του πελάτη στη θεραπευτική σχέση. Η ενθάρρυνση της απομάκρυνσης των αντικειμένων όμως, μπορεί να γίνει με τρόπο βίαιο ή βιαστικό και αυτό θέτει σε κίνδυνο την εμπιστοσύνη που είναι σημαντικό να υπάρξει μεταξύ θεραπευτή και πελάτη. Αποφάσισα λοιπόν να δώσω όσο χρόνο χρειαστεί κάνοντας σκέψεις για βήματα που είναι απαραίτητα να ακολουθήσω, με ένταξη αρχικά των Μ.Α. στην παρέμβαση, ώστε να γίνει η ενθάρρυνση της απομάκρυνσης των αντικειμένων με τρόπο που να είναι ασφαλής για τη δημιουργία θεραπευτικής σχέσης.

# Συνεδρίες 1 - 5: Γνωριμία

## I. (1η συνεδρία)

Τη μέρα πριν την έναρξη της παρέμβασης έκανα την πρώτη συνεδρία εποπτείας όπου ως στόχο είχε την προετοιμασία μου για το ξεκίνημα. Επίσης, πριν την εποπτεία είχα τηλεφωνική επικοινωνία με την καθηγήτριά μου με τον ίδιο σκοπό. Οι περισσότερες συμβουλές και των δύο είχαν να κάνουν με το τι υλικά θα είχα μαζί μου, ποια θα ήταν η δική μου στάση απέναντι στον Ανδρέα, καλύπτοντας μια γκάμα πιθανών ενδεχομένων. Ένιωθα ανέτοιμος για το νέο ξεκίνημα αλλά ταυτόχρονα και μια λαχτάρα να ανακαλύψω έναν καινούργιο ρόλο. Ενώ προσπαθούσα να διαχειριστώ τους φόβους και τις ανασφάλειες πριν την πρώτη συνεδρία, παράλληλα προετοιμάζα στο μυαλό μου υλικό το οποίο θα μπορούσε να με βοηθήσει για να κάνω μια αρχή. Με αυτόν τον τρόπο προσπαθούσα να ησυχάσω, πείθοντας τον εαυτό μου ότι έκανα όποια προετοιμασία χρειαζόμουν για να βρεθώ εδώ κι ότι από δω και πέρα οποιαδήποτε ανασφάλεια ή φόβος πηγάζει από το γεγονός ότι ασχολούμαι με κάτι καινούργιο, στο οποίο χρειάζεται χρόνος για να νιώσω αυτοπεποίθηση. Εξάλλου ο φόβος για μένα είναι η πιστοποίηση ότι αυτό για το οποίο φοβάμαι αξίζει της προσοχής μου.

Η χρήση της πεντατονικής κλίμακας ως στοιχείο αυτοσχεδιασμού ήταν στο νου μου από μέρες. Σε ένα από τα πρώτα μαθήματα στο ΠΜΣ (Διαδραστική Μουσικοθεραπεία Nordoff & Robbins και Θεραπεία μέσω Τεχνών στην Ειδική Αγωγή) είχαμε αυτοσχεδιάσει κάποιες φορές στη συγκεκριμένη κλίμακα. Σε αυτούς τους αυτοσχεδιασμούς όμως η παρατήρησή μου δεν είχε να κάνει με κάποια ενδιαφέρουσα κίνηση της μελωδίας ή κάποια εντυπωσιακή αρμονία που τη συνόδευε όπως θα περίμενα. Αυτό που για πρώτη φορά μπήκα στη διαδικασία να παρατηρήσω ήταν το τι αισθανόμουν όσο αυτοσχεδιάζα πάνω στη συγκεκριμένη κλίμακα. Η ασφάλεια και η ηρεμία ήταν τα σημαντικότερα συναισθήματα που

με συνόδευαν. Αναγνωρίζοντας τα παραπάνω σκεφτόμουν ότι θα ήθελα να δοκιμάσω την πεντατονική κλίμακα ως υλικό γνωριμίας όταν μου δοθεί η ευκαιρία.

Σύμφωνα με τον Carl Jung η ψυχή αποτελείται από τρία μέρη: το συνειδητό, το προσωπικό ασυνείδητο και το συλλογικό ασυνείδητο. Στο συλλογικό ασυνείδητο υπάρχουν οι κληρονομημένες συλλογικές πληροφορίες του είδους μας που αναδύονται μέσω των ονείρων και των μύθων. *«Ο Jung πίστευε ότι το συλλογικό ασυνείδητο ενήργησε σαν σύνολο από ένστικτα και εκδηλώθηκε σε μορφές καθολικών συμβόλων ή “αρχέτυπα”»* (Μούρτζιου, 2020).

Η ανάδυση αυτών των «αρχετύπων» είναι σημαντική για το πρόσωπο, λόγω της σημασίας και της ενοιοδότησης που σχηματίζει ο καθένας από μας με αφορμή αυτά. Η πεντατονική κλίμακα είναι ένα μουσικό αρχέτυπο, μιας και χρησιμοποιείται εκτενώς από όλους τους μουσικούς πολιτισμούς από την αρχαιότητα μέχρι και σήμερα. Η χρήση της πίστευα πως θα ενθαρρύνει στη δημιουργία περιβάλλοντος οικειότητας, ηρεμίας και ασφάλειας, όπως είχα νιώσει και με τους δικούς μου αυτοσχεδιασμούς. *«Ο αυτοσχεδιασμός σε πεντατονική έχει τη δυνατότητα να ενεργοποιήσει ένα εύρος εμπειριών που είναι ανέφικτες σε συμβατικά εναρμονισμένη διατονική μουσική.»* (Nordoff & Robbins, 2007:473).

Είχα μαζί μου μια κιθάρα, που επέλεξα για την παρέμβαση ως κύριο όργανο συνοδείας, ένα ζευγάρι μαράκες, ένα ντέφι και τον εξοπλισμό βιντεοσκόπησης. Προσπάθησα να αναγνωρίσω και να διαχειριστώ μέσα μου κάθε προσδοκία, σκέψη ή φαντασίωση για αυτό που επρόκειτο να συμβεί. Αρχικά πίστευα πως το να απωθήσω τις προσδοκίες μου, κρύβοντάς τες κι από εμένα τον ίδιο, θα ήταν κάτι απαραίτητο για να μπορέσω να βρεθώ με τον πελάτη στο εδώ και τώρα δίχως εσωτερικές προσωπικές παρεμβολές. Η καθηγήτρια του προγράμματος όμως μου συνέστησε κάτι που εκ του αποτελέσματος απεδείχθη λειτουργικό: το να αναγνωρίσω αυτές τις προσδοκίες αντί να τις κρύψω, ώστε να μπορώ να τις διακρίνω όταν εμφανιστούν. Το να τις καταπιέσω δεν είναι ενδεδειγμένος τρόπος διαχείρισης. Απ' ότι προσπαθώ να κρυφτώ συνήθως συνεχίζει να με κυνηγάει.



Παρασκευή, 29 Ιανουαρίου του 2021, στις 6.00 μ.μ., ήμουν έξω από την πόρτα του σπιτιού του και χτύπησα το κουδούνι. Θα ήθελα ίσως να μην είχα ξεκινήσει ποτέ, η ανασφάλειά μου για το ξεκίνημα ήταν σε ένταση κι όλα αυτά που πίστευα ότι θα με προετοίμαζαν για αυτήν την αρχή, ήταν ανάκατα στο μυαλό μου, σαν ένα κουβάρι με πολύχρωμες κλωστές που αν ήθελα να διαλέξω την κόκκινη ή τη μωβ, θα μου ήταν πολύ δύσκολο μέσα σε αυτό το χάος. Μου άνοιξε η μητέρα του, η οποία ήταν παρούσα στον χώρο στην πρώτη μας συνάντηση. Με καλωσόρισε και με πέρασε στο σαλόνι. Ο Ανδρέας καθόταν στον καναπέ με τα dnds και το smartphone μπροστά του. Τον πλησίασα και τον χαιρέτησα με αμηχανία, δίχως να ξέρω τι άλλο να του πω πέρα από ένα «γεια σου Ανδρέα». Για κάποιον λόγο το «γεια σου» δεν μου αρκούσε.

Σηκώθηκα και πήγα στο χαλί δίπλα στη σόμπα που ήταν αναμμένη. Ο χώρος ήταν ζεστός αλλά εγώ αισθανόμουν το σώμα μου παγωμένο. Αναρωτιόμουν ποιος να είναι ο λόγος που αισθάνομαι τόσο κρύο. Φοβόμουν αυτήν τη συνάντηση και δεν ήξερα πώς και από πού να ξεκινήσω. Αρχισα μηχανικά να στήνω τον εξοπλισμό μου και να αφήνω τα μουσικά υλικά στον χώρο. Ο Ανδρέας σηκώθηκε από τον καναπέ και ήρθε προς το μέρος μου μάλλον με περιέργεια κι ενίοτε ενθουσιασμό αν κρίνω από τις αντιδράσεις του. Κοίταζε από κοντά τα όργανα που ακουμπούσα στο χαλί και χοροπηδούσε επιτόπου ή έτρεχε γύρω από το χαλί. Μετά επέστρεφε, ηρεμούσε για λίγο παρατηρώντας με και ξανά το ίδιο.

Κάθισα στο χαλί κι άφησα την κιθάρα και τις μαράκες στον χώρο μεταξύ μας. Από το άγχος μου δεν έβγαλα καθόλου το ντέφι από τη σακούλα. Υπέθεσα ότι με το να αφήσω τα όργανα στον μεταξύ μας χώρο ήταν σα να του προτείνω να τα αγγίξει και αν θέλει να παίξει μαζί τους. Εκείνος παρήγαγε έναν στερεοτυπικό ήχο, ένα μακρόσυρτο «Εϊ» που άκουγα για πρώτη φορά και έτρεχε γύρω γύρω από το χαλί με γρήγορες και έντονες κινήσεις. Περνώντας μπροστά από τον καναπέ που καθόταν όταν μπήκα στο σπίτι, χούφτωσε λαίμαργα όσα dnds χωρούσαν στα χέρια του και ξαναήρθε κοντά μου. Καθόμουν στο χαλί και παρακολουθούσα

κάθε του κίνηση. Προσπαθούσα να συγκεντρωθώ στο εδώ και τώρα αυτής της συνάντησης παρακολουθώντας τον. Συνέχισε να φέρνει κύκλους γύρω από το χαλί και κάποιες στιγμές σταματούσε για λίγο και παρατηρούσε τα dvds. Αναλογιζόμουν τι θα μπορούσε να αισθάνεται ώστε να το εκφράζει με αυτού του είδους την κινητικότητα.

Όταν ξεκίνησα να παίζω κιθάρα, η μητέρα του απομακρύνθηκε στην κουζίνα για να δώσει τον απαραίτητο χώρο. Σταμάτησε το τρεχαλητό και τις φωνές και ήρθε κοντά μου. Ακούμπησε την κιθάρα σε διάφορα σημεία: στο ηχείο, στον καρβιάρη, στην ταστιέρα. Εγώ χτύπησα τις χορδές για να του δείξω πώς παράγει ήχο. Ο ήχος της κιθάρας μάλλον επανέφερε την έντασή του κι άρχισε να χοροπηδάει και να παράγει τον στερεότυπο ήχο του. Ένα μακρύ ηχητικό και καμιά φορά έηηηηηη που γλιστρούσε από ψηλά προς τα χαμηλά (C4 261.6Hz – E3 164.8 Hz). Εκτός από τα dvds στα χέρια του είχε κι ένα smartphone που έπαιζε μια ταινία κινουμένων σχεδίων αθόρυβα. Πλησίασε και άγγιξε απαλά τις χορδές της κιθάρας. Ύστερα κάθισε μπροστά μου κοιτάζοντας τα χέρια μου να παίζουν. Όταν τραγούδησα τον πρώτο ήχο (C 130.8Hz), γύρισε απότομα και με κοίταξε στα μάτια. Με αυτόν τον τρόπο ήρθαμε για πρώτη φορά σε βλεμματική επαφή. Καθόταν στα γόνατα, μπουσουλούσε γύρω μου, παρήγαγε μακρόσυρτους ήχους ή σύντομες κομμένες υψηλές συχνότητες με τη φωνή του. Εκλάμβανα τις εκφράσεις του σαν έναν ενθουσιασμό για την καινούρια εμπειρία. Η μητέρα του μου είπε ότι «είναι χαρούμενος με τη μουσική». Ο Ανδρέας, πήρε τη μια μαράκα στα χέρια του και με αυτήν ακουμπούσε σε διάφορα σημεία τις χορδές, απομακρυνόταν και την κουνούσε πέρα δώθε σαν κουδουνίστρα.

Όσο έκανε τα παραπάνω άφησε το κινητό και τα dvds από τα χέρια του μέχρι που ξεκίνησα να παίζω πιο οργανωμένα. Τότε σηκώθηκε, έφερε κοντά του τα μεταβατικά αντικείμενα (M.A.)<sup>4</sup> και κάθισε μπροστά μου. Όσο ήταν απέναντί μου, κοίταζε εναλλάσσοντας τις

---

<sup>4</sup> Χρησιμοποιώ τον όρο μεταβατικά αντικείμενα για τα dvds, το smartphone και κάποια παραμύθια με έντονες εικόνες, γιατί τα αντικείμενα αυτά παρουσιάζουν χαρακτηριστικά μεταβατικού αντικειμένου. Περνάει πολύ χρόνο παρατηρώντας τα, η παρατήρησή τους τον ηρεμεί και τον χαλαρώνει ανά πάσα στιγμή. Πηγαίνει για ύπνο έχοντάς τα μαζί του.

εικόνες στα χέρια του και συχνά πυκνά έπαιζε τη μαράκα, κάτι που εξέλαβα ως μια πράξη για να δηλώσει ότι είναι μαζί μου σε αυτό. Ξεκίνησα να τραγουδάω μακρόσυρτες νότες πάνω στην πεντατονική κλίμακα (C – D – F – G – A – C'). Προσπάθησα να εντάξω στον αυτοσχεδιασμό όσο περισσότερα ρυθμικά σχήματα από τα χτυπήματα της μαράκας ή τις κινήσεις του, χρησιμοποιώντας την τεχνική της μίμησης. Επαναδιατύπωνα μουσικά αυτά που παρατηρούσα ότι έπαιζε, είτε με τη μαράκα είτε με τη φωνή για τα επόμενα περίπου πέντε λεπτά.

*«Η έρευνα σχετικά με το πώς τα βρέφη εστιάζουν στην ενθουσιώδη μουσική στο φωνητικό παιχνίδι των γονιών τους, καθώς και πώς μπορούν να μιμηθούν και να ανταποκριθούν σε πολύπλοκες συντονισμένες εκφράσεις, υποδηλώνει ισχυρά ότι γεννιόμαστε έτσι και ότι η συμπάθεια του βρέφους προκύπτει από μια ενσωματωμένη ρυθμική συνοχή της κίνησης του σώματος και της ρύθμισης των συναισθηματικών εκφράσεων» (Trevarthen & Malloch, 2000).*

Συνειδητοποίησα ότι είχα ιδρώσει, αν και αισθανόμουν το σώμα μου κρύο ακόμη. Δεν ένιωθα το έντονο άγχος και την ανασφάλεια της αρχής, μιας και έβλεπα ότι ο φόβος μου, το να μη συμβεί δηλαδή καμία απολύτως διάδραση μεταξύ μας, δεν επιβεβαιώθηκε. Ένιωθα όλη αυτή την πίεση της αρχής με κάποιον τρόπο να έχει μετουσιωθεί. Μετά από πέντε λεπτά πλησίασε ακόμα περισσότερο, άφησε τα M.A. στην άκρη και χτυπούσαμε τις χορδές εναλλάξ. Χτυπούσε τις χορδές κι επέστρεφε στα αντικείμενα. Υπέθεσα ότι όλη αυτή η παρατήρηση των έντονων ερεθισμάτων από τα dvds και το smartphone του ήταν απαραίτητη, μιας και τα ερεθίσματα που είχε δεχθεί ήταν πολλά και έντονα. Παρατήρησα ότι μπαινόβγαине στα εξωτερικά και στα παραγόμενα από τον ίδιο ερεθίσματα εναλλάξ, σα να βγαίνει από τον εαυτό του για όσο αντέχει.

Κάποια στιγμή, προς το τέλος της συνεδρίας, τραγούδησε με ήρεμη φωνή μια μελωδική κίνηση που θύμιζε τις δικές μου. Την επανέλαβα όσο πιο πιστά μπορούσα θέλοντας να τη μιμηθώ και επέμεινα αρκετές φορές. Χρησιμοποίησα την τεχνική της αντανάκλασης, όπου

στην ανθρωποκεντρική προσέγγιση όσον αφορά την ψυχοθεραπεία μέσω λόγου, γίνεται για να ακούσει ο πελάτης από τον θεραπευτή ακριβώς αυτό που είπε και να το επαναξιολογήσει. Το γεγονός ότι το επανέλαβα πολλές φορές μάλλον είχε να κάνει με τη δική μου προσδοκία να φτιάξουμε έναν μουσικό διάλογο, πράγμα που επιθυμούσα πολύ. Έδειξε στην αρχή να ενθουσιάζεται με το γεγονός ότι άκουσε αυτό που τραγούδησε από εμένα, αλλά γρήγορα ένιωσα ότι αισθάνεται άβολα. Ήθελα να τον κάνω να τραγουδήσει μαζί μου, να μοιραστούμε χώρο μέσα στο πεντατονικό περιβάλλον της κιθάρας με τις φωνές μας κι όλα αυτά δεν ήταν μέρος της ανθρωποκεντρικής προσέγγισης που ήθελα να εφαρμόσω. Δεν είναι μέσα στις αρχές της προσέγγισης να κατευθύνεται προς οποιαδήποτε κατεύθυνση ο πελάτης από τον θεραπευτή.

Με τις πολλές επαναλήψεις της φράσης που είχα τραγουδήσει έκοψα κάθε γέφυρα επαφής. Σα να του επαναλάμβανα συνεχώς: «τι ωραίο αυτό που τραγούδησες, πόσο μου άρεσε; πάμε να το τραγουδήσουμε μαζί, έλα μη φεύγεις, πάμε να το τραγουδήσουμε μαζί, πάμε να το τραγουδήσουμε μαζί...». Υποθέτω ότι με αυτό τον τρόπο.

Με την επιμονή μου έκλεψα τον χώρο που κατάφερα πριν να του αφήσω κι ίσως για αυτόν τον λόγο αποφάσισε να απομακρυνθεί. Μετά από περίπου 8 λεπτά διάδρασης στο εδώ και τώρα, ο Ανδρέας αποφάσισε να φύγει από τη μουσική διάδραση μαζί μου. Τον ακολούθησα και του ζήτησα με μουσικές προτροπές να επιστρέψει, πράγμα που ήταν δική μου προσδοκία, όμως η απόφασή του ήταν να φύγει για σήμερα εντελώς. Αισθάνθηκα άμεσα αποτυχία και απόρριψη. Τα αρχικά μου συναισθήματα είχαν φύγει και στη θέση τους κάθισαν καινούργια. Συναισθήματα που με συνόδευσαν για αρκετή ώρα, μέχρι να φτάσω στο σπίτι, να αλλάξω ρούχα γιατί ήταν υγρά από τον ιδρώτα της πίεσης που αισθάνθηκα και να δω τη βιντεοσκόπηση για να κατανοήσω τι ακριβώς είχε γίνει λίγη ώρα πριν.

Την επόμενη μέρα σκεφτόμουν ότι ήθελα να τα παρατήσω. Ένιωθα ότι η παρουσία μου δεν είχε να προσφέρει τίποτα στον Ανδρέα και ότι το μόνο που κάνω είναι να του σπαταλώ τον

χρόνο από κάτι ίσως πιο ευχάριστο γι' αυτόν. Η εποπτεία που έκανα μετά από μερικές μέρες με βοήθησε να διαχειριστώ όλα αυτά τα συναισθήματα, τις απογοητεύσεις και τις προσδοκίες. Μέσα από ανάλυση στιγμή προς στιγμή κατάλαβα ότι όλα όσα αισθάνθηκα, για μένα ήταν φυσιολογικά. Ξεκινούσα κάτι καινούργιο και όλο αυτό είχε μεγάλο βάρος και ευθύνη μέσα μου. Ήθελα να τα καταφέρω και αυτή η πίεση είναι ένας συνήθης τρόπος να αντιδρώ σε οτιδήποτε καινούργιο. Παράλληλα έθεσα και τον πρώτο στόχο. Είχε να κάνει με το τι θεωρούσα πως είχε ανάγκη ο Ανδρέας κατά την εξέλιξη των συνεδριών. Η διαχείριση της παρουσίας των μεταβατικών αντικειμένων και η πιθανότητα να βρω τρόπους ώστε να προτείνω την απομάκρυνσή τους. Μετά από παρότρυνση της επόπτριας, ξεκίνησε μια κουβέντα για το τι είδους οφέλη μπορεί να έχει η θεραπευτική διαδικασία με τη διαχείριση της παρουσίας ή της απουσίας των Μ.Α. Με ποιους τρόπους μπορεί μια πιθανή απομάκρυνση να προταθεί; Ποια βήματα χρειάζεται να ακολουθήσω για αυτήν την απομάκρυνση; Να εντάξω τα αντικείμενα στη θεραπευτική διαδικασία; Πώς και με ποιον σκοπό;

## II. (2η συνεδρία)

Πριν τη δεύτερη συνεδρία ενημερώθηκα από τη μητέρα του Ανδρέα ότι από δω και στο εξής μαζί του στο σπίτι θα είναι ο παππούς του (πατέρας της μητέρας), λόγω αλλαγής στο πρόγραμμα της εργασίας της. Είναι ένας άνθρωπος που δεν τον γνώριζα και δεν είχα επικοινωνήσει καθόλου μαζί του. Θα χαρακτήριζα την επικοινωνία μου με τη μητέρα του Ανδρέα λειτουργική και αυτό ήταν κάτι που το έχτισα μαζί της μέσα σε κάποιο χρονικό διάστημα. Στην ερχόμενη συνεδρία όμως, θα έπρεπε να επικοινωνήσω με κάποιον άλλον άνθρωπο από το περιβάλλον του πελάτη, που δεν τον γνώριζα καθόλου, κάτι που μου έφερε

αναστάτωση. Ήξερα βέβαια από την πρώτη φορά που συναντηθήκαμε με τη μητέρα για να πάρω ιστορικό, ότι η σχέση του Ανδρέα με τον παππού του είναι πολύ καλή. Χαρακτηριστικά η μητέρα ανέφερε ότι «ο παππούς του είναι αυτός που τον κακομαθαίνει, περνάνε πολύ χρόνο μαζί».

Πήγα λοιπόν στο ραντεβού μας και τον βρήκα με τον παππού στο σπίτι του κάτω ορόφου. Ανεβήκαμε μαζί στο επάνω σπίτι. Όσο προχωρούσαμε στα σκαλιά παρατήρησα ότι με τη συνοδεία του παππού του είχε άλλη ενέργεια και διάθεση. Ο παππούς του απήθυνε τον λόγο με τρυφερά και κολακευτικά λόγια. Απευθυνόμενος σε μένα έκανε το εξής σχόλιο: «ξέρεις τι αητός που είναι ο Ανδρέας; να τον δεις πώς ξεκλειδώνει την πόρτα μόνος του».

Το παραπάνω σχόλιο με συγκίνησε. Αισθάνθηκα ταύτιση μέσα στην εμπειρία αυτή. Ο λόγος ήταν ότι η σχέση παππού και εγγονού όπως την παρακολουθούσα έμοιαζε πολύ με τη σχέση που είχα εγώ με τον παππού μου.

Για πολλά χρόνια ήμουν το παιδί που δεν τα κατάφερνε σχεδόν σε τίποτα. Στις τεχνικές μου επιδιώξεις, στα αθλήματα και στις περισσότερες ασχολίες μου, αισθανόμουν τους άλλους καλύτερους από μένα, κάτι που φρόντιζε να υπερτονίζει πάντα ο κοινωνικός μου περίγυρος. Ο παππούς μου αντιθέτως, ήταν αυτός που στήριζε κάθε επιδίωξή μου, σχολίαζε με τρόπο που με έκανε να αμφιβάλω για τις γνώμες των άλλων. «Τι βολικό που έφτιαξες αυτό το σκαμνάκι; Πόσο καλά περιποιείσαι τον μπαξέ μας; Αυτή η πλεξούδα με τα κρεμμύδια που έφτιαξες είναι η ωραιότερη που έχω δει». Καμιά φορά αναρωτιέμαι ποιος θα ήμουν αν δεν είχα ζήσει αυτήν τη σχέση και ο παππούς μου ήταν απέναντί μου σαν όλους τους υπόλοιπους ανθρώπους.

Η παρουσία της μητέρας και της γιαγιάς είχε για τον Ανδρέα διαφορετικά όρια και δυναμική. Ο παππούς είναι ο άνθρωπος που του δίνει αγάπη και τρυφερότητα άνευ όρων, χωρίς να περιμένει από αυτόν κάποιου είδους συμπεριφορά για ανταμοιβή.

Μπήκαμε στο σπίτι, στο γνώριμο σκηνικό με το χαλί και τη σόμπα. Η ενέργεια της σχέσης

μας ένιωθα να είναι διαφορετική από την προηγούμενη φορά. Αισθανόμουν ότι ο Ανδρέας είχε μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Οι κινήσεις του στον χώρο ήταν πιο άνετες. Φανέρωναν σαφείς επιθυμίες με σιγουριά. Με την είσοδό του πήγε απευθείας στην κουζίνα και πήρε από ένα συρτάρι δημητριακά στην χούφτα του και τα έτρωγε σιγά σιγά στο σαλόνι, απέναντι από την κλειστή τηλεόραση και μπροστά από μια αγκαλιά DVDs που ανακάτευε με το ελεύθερό του χέρι. Ο παππούς του κάθισε απέναντι σε έναν μικρότερο καναπέ προσπαθώντας να πάρει την απαιτούμενη απόσταση για να μας δώσει χώρο.

Εγώ είχα στο νου μου ότι θα χρησιμοποιήσω στον αυτοσχεδιασμό μου φράσεις ίδιες κι ελαφρώς παραλλαγμένες με το υλικό που συγκέντρωσα από την πρώτη συνεδρία, ώστε να δώσω μία αίσθηση συνέχειας. Επίσης σκέφτηκα να μην εισάγω τίποτα καινούργιο μέχρι να αισθανθώ κι εγώ ασφάλεια μέσα στην καινούργια σχέση. Κλινικός μου στόχος μέσω αυτής της απόφασης ήταν να δημιουργήσουμε μια σχέση γνωριμίας με προϋποθέσεις να χτιστεί εμπιστοσύνη. Το μουσικό υλικό ήθελα να γίνει μια σταθερά προς αυτήν την κατεύθυνση. Είχα ετοιμάσει αρκετές ιδέες στο μυαλό μου αυτοσχεδιάζοντας όσο προετοιμαζόμουν για αυτήν τη συνεδρία. Άκουσα πολλές φορές τις μουσικές φράσεις που είχαν κεντρίσει το ενδιαφέρον του και αυτήν που τραγούδησε στην πρώτη συνεδρία. Προσπάθησα να φτιάξω χώρο ώστε να τις εντάξω σε αρκετά σημεία του αυτοσχεδιασμού μου όταν βρω την ευκαιρία. Ο στόχος μου για διαχείριση των Μ.Α. πήγε παραπέρα, μιας και σύμφωνα με την ανθρωποκεντρική προσέγγιση κατά τα λεγόμενα της καθηγήτριάς μου, αν δεν έχει κανείς κερδίσει την εμπιστοσύνη στη σχέση με τον άλλο δεν έχει ούτε το δικαίωμα, ούτε τον χώρο για να προτείνει αλλαγές.

Άφησα την κιθάρα και τις μαράκες στο χαλί και πήγα να στήσω την κάμερα. Την πρώτη φορά ο Ανδρέας δεν είχε επικεντρωθεί σε αυτήν τη διαδικασία, μιας και τα όργανα ήταν αυτά που τράβηξαν την προσοχή του. Αντίθετα τώρα, η κάμερα ήταν αυτή που βρέθηκε στο κέντρο και για αρκετή ώρα το σκηνικό παιζόταν μπροστά σε αυτήν. Την είχα στηρίξει σε ένα

κάθισμα απέναντι από το χαλί, προς την πλευρά της κουζίνας, ανάμεσα σε δύο μαξιλάρια για να μην είναι εμφανής. Από αυτήν την πλευρά φαινόταν όλη η επιφάνεια του χαλιού και κατέγραφε οτιδήποτε συνέβαινε στη συνεδρία.

Αντίθετα με την προηγούμενη φορά με παρατήρησε την ώρα που την τοποθετούσα και έτσι η προσοχή του στράφηκε σε αυτήν, μιας και κάθε τέτοιου είδους συσκευή (ηλεκτρονικές συσκευές με οθόνη) ελκύουν την προσοχή του σύμφωνα με τα λεγόμενα της μητέρας. Τον κάλεσα λοιπόν με τη μουσική προσπαθώντας να κεντρίσω την προσοχή του και παίζοντας όσα πίστευα ότι του φάνηκαν ενδιαφέροντα από το υλικό της προηγούμενης συνεδρίας. Είχε έντονη επιθυμία να επεξεργαστεί την κάμερα κι έτσι του έδωσα μερικά λεπτά μήπως κορεστεί η περιέργειά του για το αντικείμενο και μπορέσουμε να διαδράσουμε μουσικά, κάτι που δεν συνέβη. Η πρώτη μου απόφαση ήταν να κάτσω με πλάτη στην κάμερα ώστε να κρύψω με το σώμα μου την παρουσία της, μήπως με τον χρόνο το ξεχάσει και μπορέσουμε να βρεθούμε όπως επεδίωκα. Αυτή μου η απόφαση δεν ήταν καθόλου αποτελεσματική σε σχέση με τον σκοπό της, μιας και προσπαθούσε να με αποφύγει από δεξιά ή αριστερά για να φτάσει στην κάμερα. Προσπάθησα να επιμείνω κλείνοντάς του τον χώρο και μετακινώντας το σώμα μου δεξιά ή αριστερά ανάλογα με τη δική του κίνηση. Στην αρχή, αυτή μου η προσπάθεια υπέθεσα ότι τον εκνεύρισε, παρόλο που στο πρόσωπό του δεν φαινόταν θυμός ή εκνευρισμός, αντίθετα χαμογελούσε και μάλλον εξέλαβε όλο αυτό σαν παιχνίδι κίνησης κι ανταποκρίθηκε.

Ξεκίνησε λοιπόν ο εξής κύκλος: διεκδίκηση κάμερας - παραγωγή στερεότυπων κύκλων τρέχοντας γύρω από το χαλί - βύθισμα στη χρήση των Μ.Α. Εγώ προσπαθούσα όλο αυτό να το περιγράψω μουσικά παίζοντας τρία διαφορετικά θέματα: κάτι σαν χορευτικό καλωσόρισμα - ρυθμική μουσική με την κιθάρα που θύμιζε καλασμό - μελωδία συνδεδεμένη με την προηγούμενη εβδομάδα.

Το ότι αυτοί οι κύκλοι για τον Ανδρέα ίσως να ήταν ένα παιχνίδι, ήταν κάτι που το σκέφτηκα



μετά τη συνεδρία όσο έγγραφα το ημερολόγιο. Τη στιγμή εκείνη πίστευα πως αυτή η κινητικότητα από μέρους του είχε να κάνει με την επιθυμία του να πάρει την κάμερα στα χέρια του, γι' αυτό και στο σημείο αυτό αποφάσισα να τη μαζέψω και να συνεχίσω χωρίς βιντεοσκόπηση. Μετά την απομάκρυνση της κάμερας, ο ίδιος κύκλος συνεχίστηκε για μερικές φορές, παρόλο που πλέον δεν υπήρχε κάμερα στο χώρο.

Μετά το τέλος των κύκλων, συνειδητοποίησα ότι δεν μπορούσα να κρατήσω το νου μου σε μία σκέψη. Πληθώρα παράλληλων σκέψεων δε με άφηνε να συγκεντρωθώ σε καμία. Σκεφτόμουν ότι για την επόμενη εποπτεία δεν θα είχα οπτικοακουστικό υλικό για ανάλυση, ότι δεν είναι κατάλληλες οι μουσικές που παίζω για να βρεθώ μουσικά μαζί του σε αυτό που συμβαίνει, ένιωθα τον φόβο ότι δεν είμαι κατάλληλος και προετοιμασμένος για αυτήν την εμπειρία και ματαίωση, μιας και αισθανόμουν ότι όσο και αν συνεχίσω δεν θα μπορέσω ποτέ να τα καταφέρω να γίνω αρκετά καλός μουσικοθεραπευτής.

Ο Ανδρέας εν τω μεταξύ έφυγε από το χαλί που βρισκόμασταν κι άρχισε να τρέχει γύρω γύρω σε κάθε χώρο του σπιτιού. Με πλημμύρισε άγχος και τον ακολουθούσα όπου πήγαινε. Φοβόμουν μήπως χτυπήσει πουθενά με τον τρόπο που έτρεχε. Το άγχος μου μεταδόθηκε και στον παππού ο οποίος άρχισε να μας ακολουθεί προτρέποντας, ματαίως, τον Ανδρέα να έρθει ξανά στο σαλόνι. Απογοητευμένος από αυτό το κυνηγητό πήγα στο σαλόνι και μάζεψα τα πράγματά μου. Βλέποντάς το με πλησίασε. Του ζήτησα να με βοηθήσει και ανταποκρίθηκε. Τον κάλεσα να μαζέψουμε τα όργανα μαζί μετά από προτροπή της επόπτριάς μου. Το άνοιγμα και το κλείσιμο των οργάνων μπορεί να είναι μια ρουτίνα που θα σηματοδοτεί την αρχή και το τέλος της συνεδρίας. Τον χαιρέτησα και του είπα ότι θα τα πούμε την επόμενη εβδομάδα.

Ανοίγοντας την πόρτα ένιωθα ματαίωση. Ένιωθα ότι δεν είχε κανέναν ρόλο η παρουσία μου. Μου πήρε πολύ ώρα να μετακινηθώ από αυτά τα συναισθήματα και τις σκέψεις. Θυμήθηκα ξανά και ξανά μέρη της συνεδρίας για να καταλάβω περισσότερο τι θα μπορούσα να κάνω

αλλιώς, για να κατευθυνθώ προς τον κύριο στόχο μου που ήταν η δημιουργία επαφής. Σε συνομιλία με τη μητέρα αποφάσισα να αλλάξουμε τον χώρο της συνεδρίας και να μεταφερθούμε στο δωμάτιό του, έναν χώρο κλειστό με σαφή όρια μέσα στον οποίο θα μπορούσα να «κρύψω» καλύτερα την κάμερα. Φυσικά στο δωμάτιο θα είχα να αντιμετωπίσω άλλου είδους θέματα. Τα πολλά παιχνίδια και τα αντικείμενα, το παράθυρο, η βιβλιοθήκη με τα παραμύθια, θα τραβούσαν την προσοχή του και με κάποιον τρόπο όλα αυτά χρειαζόνταν διαχείριση για την οποία δεν ένιωθα έτοιμος, όμως ένα πρόβλημα κάθε φορά.

Στην εποπτεία ανέφερα την απόφασή μου να αλλάξουμε χώρο, πράγμα για το οποίο η επόπτρια συμφώνησε. Σίγουρα η παρουσία του παππού αντί της μαμάς, η θέση του παππού στη συνεδρία (που ήταν κοντά), αλλά και η καθυστερημένη απόφασή μου να απομακρύνω την κάμερα, ήταν σημεία καίρια για την κατανόηση του πώς χρειάζεται να είμαι εγώ στο εξής. Το σαλόνι χωρίς εμφανή όρια και παροχή ιδιωτικότητας δεν μου έκανε εύκολο το να δημιουργήσω μαζί με τον Ανδρέα μια μουσική «φωλιά», έναν κοινό χώρο συνάντησης. Το πιο σημαντικό που άρχισα να κατανοώ είναι ότι, ανεξάρτητα από το πώς θα εξελιχθεί μια συνεδρία, χρειάζεται να βγω από τη νοητική ενασχόληση με τις δικές μου ανάγκες, φιλοδοξίες, προσδοκίες και να συναντήσω τον Ανδρέα εκεί που βρίσκεται, στις δικές του ανάγκες.

Θυμήθηκα επίσης αυτό που μας προτάθηκε από την καθηγήτρια στην ομαδική εποπτεία: να φέρουμε στην προσωπική θεραπεία θέματα προς επεξεργασία με σκοπό να βρούμε τη θέση μας ως θεραπευτές. Για ποιους λόγους μπορεί να έχω όσες προσδοκίες αναγνωρίζω; γιατί θέλω να ασχοληθώ με τον θεραπευτικό χώρο; γιατί θέλω να προσφέρω; Φορά τη φορά, καθαρίζουν εικόνες για το τι έκανα και αναδύονται κάποιες άλλες για το πώς χρειάζεται να το κάνω από δω και πέρα.

## Ο νέος χώρος

Το δωμάτιο είναι ένας χώρος 13 με 14 τετραγωνικά μέτρα, με κρεβάτι και βιβλιοθήκη από τη μία πλευρά, ντουλάπα και συρταριέρα από την άλλη. Αυτές οι απέναντι πλευρές ενώνονται από ένα μεγάλο παράθυρο από τη μία και έναν τοίχο με πόστερ και πίνακα ανακοινώσεων από την άλλη. Στον πίνακα υπάρχει το πρόγραμμα του Ανδρέα «(Trevarthen & Malloch, 2000)»<sup>5</sup> (PECS: Picture Exchange Communication System) (Γκόρος – Δήμα, 2018).

Στη βιβλιοθήκη, σε ένα καλάθι και στις επιφάνειες του χώρου (συρταριέρα, κομοδίνο) υπάρχουν αρκετά παιχνίδια και βιβλία με έντονες εικόνες (πιθανά Μ.Α.). Αξιίζει να αναφερθεί ότι στο δωμάτιο αυτό πηγαίνει κυρίως για παιχνίδι. Ο βραδινός ύπνος λαμβάνει χώρα στο υπνοδωμάτιο της μητέρας.

### III. (3η συνεδρία)

Μπαίνοντας στο σπίτι του Ανδρέα για την τρίτη συνεδρία, πρώτη μου κίνηση ήταν να τοποθετήσω κάπου την κάμερα στα γρήγορα, χωρίς να προλάβει να γίνει αντιληπτή η θέση της στον καινούργιο θεραπευτικό χώρο. Τα παιχνίδια ήταν τοποθετημένα σε συγκεκριμένες θέσεις και όπως μου είπε η μητέρα του, κάθε μικρή μετακίνηση μπορεί να τον ωθήσει στο να τα τακτοποιήσει από την αρχή. Οι διαφορετικές θέσεις των αντικειμένων δεν του προκαλούν

---

<sup>5</sup> «*To Picture Exchange Communication System (PECS) (Επικοινωνιακό Σύστημα μέσω της Ανταλλαγής Εικόνων)* αναπτύχθηκε το 1985 από τους *Lori Frost, M.S., CCC/SLP* και *Andy Bondy, Ph.D.*, αρχικά για παιδιά προσχολικής ηλικίας με διαταραχές του φάσματος του αυτισμού, αλλά και άλλες διαταραχές της επικοινωνίας που δεν έχουν λειτουργικό ή κοινωνικά αποδεκτό λόγο» (Γκόρος - Δήμα, 2018:21).

εμφανή εκνευρισμό, ένταση ή θυμό, αλλά με ηρεμία, ξαναβάζει στη θέση του το κάθε τι αγνοώντας οτιδήποτε άλλο μέχρι να τελειώσει. Δεν πείραξα τίποτα. Στο δωμάτιο υπήρχε από την πλευρά του πίνακα (PECS) μια σιδερώστρα που δεν μετακίνησα επίσης.

Από αυτήν τη συνεδρία, ενέταξα, ακολουθώντας πρόταση της επόπτριας, τη ρουτίνα του ανοίγματος και του κλεισίματος των οργάνων, στην αρχή και στο τέλος αντίστοιχα, όπου παρότρυνα τον Ανδρέα να συμμετέχει. Τον φώναξα από το σαλόνι που έψαχνε να βρει τα Μ.Α. και μαζί με αυτά (smartphone, dvds) μπήκε στον χώρο. Άνοιξα το φως και έκλεισα την πόρτα. Τον καλωσόρισα στη μουσική λέγοντάς του ότι εδώ μπορεί να παίζει με τα όργανα που φέρνω και να τραγουδήσει αν θέλει. Η απεύθυνσή μου λεκτικά απέναντί του άρχισε να γίνεται συγκεκριμένη κι όχι δειλή όπως στις πρώτες δύο συνεδρίες. Αυτό ενισχύθηκε και από τη δική μου κατάσταση, αφού μέσα μου δεν είχα τον ίδιο χείμαρρο σκέψεων και συναισθημάτων. Πριν τη συνεδρία έμεινα για είκοσι λεπτά στο αυτοκίνητο κάνοντας διαλογισμό. Πριν από τις περισσότερες συνεδρίες από αυτό το χρονικό σημείο και πέρα επεδίωκα τον διαλογισμό ή μικρούς περιπάτους στο δάσος της περιοχής.

Τον κάλεσα να με βοηθήσει με το άνοιγμα των οργάνων και με ακολούθησε διστακτικά αλλά με περιέργεια. Το φερμουάρ στη θήκη της κιθάρας τράβηξε το ενδιαφέρον του. Λόγω του καινούργιου θεραπευτικού χώρου βρήκα ευκαιρία να εντάξω το ντέφι ως νέο μουσικό υλικό. Αφήσαμε τα όργανα στο πάτωμα και αυτόματα άρχισε να φέρνει μπροστά μου αντικείμενα του χώρου για να μου τα δείξει. Άνοιξε τη ντουλάπα, πάτησε σε ένα ράφι για να φτάσει ψηλότερα και κατέβασε ένα άλμπουμ με φωτογραφίες του. Στάθηκε μπροστά μου και το ξεφύλλισε. Ενώ δεν είχαμε βλεμματική επαφή, ένιωθα ότι όλη αυτή η επίδειξη απευθύνεται σε μένα. Ήθελε να μου δείξει τα παιχνίδια, τα παραμύθια και τις φωτογραφίες από το παρελθόν του. Ένιωσα ότι ήθελε να μου συστηθεί. Αισθάνθηκα αυτήν την κίνηση σαν μια αρχή στο δωμάτιό του και δεν τη διέκοψα με κάποιον τρόπο, ίσα ίσα την ενθάρρυνα σχολιάζοντας και δίνοντας προσοχή στα αντικείμενα που μου παρουσίασε. Ένιωσα με αυτήν

του την κίνηση μεγαλύτερη οικειότητα, περισσότερο αποδεκτός.

Κατά την εξέλιξη αυτής της παρουσίασης πήρα την κιθάρα από το πάτωμα και ενώ συνέχισα να του απευθύνομαι, ενέταξα ένα μουσικό χαλί - φόντο πεντατονικής κλίμακας. Σκεφτόμουν αν χρειάζεται να βάλουμε τα επιδειχθέντα αντικείμενα στις θέσεις τους πριν ξεκινήσω να του προτείνω να με ακολουθήσει σε μια μουσική διάδραση ή να τα αφήσουμε εκεί που είναι. Επέλεξα το δεύτερο, μιας και άρχισε να μουρμουρίζει μικρές φράσεις πολύ κοντά τονικά στο φόντο της πεντατονικής(C-D-F-G-A-C') με κλειστό το στόμα και δεν ήθελα να το διακόψω. *«Η πεντατονική αρμονία είναι σε μεγάλο βαθμό απαλλαγμένη από το είδος των απαιτητικών τάσεων και ανακουφιστικών αποκαταστάσεων που είναι ενσωματωμένες στις διατονικές τονικές και αρμονικές σχέσεις»* (Nordoff & Robbins, 2007:473).

Με τα φωνήματά του αισθάνθηκα ότι με ακούει. Ξεκίνησα κι εγώ να μουρμουρίζω τις μελωδίες του με κλειστό το στόμα. Όσο συνέχισε να τραγουδά άλλαξα ελαφρώς κάποια στοιχεία των φράσεών του, παραλλάσσοντας ρυθμικά και μελωδικά στοιχεία (κατέληγα στην 5η αντί της τονικής για να μοιάζει ανολοκλήρωτο), για να ενθαρρύνω μια διάθεση διαλόγου. Καθίσαμε μαζί στο πάτωμα και όπως αλλάξαμε θέση πατήθηκε στα χέρια του το πλήκτρο που ενεργοποιεί την ένταση του smartphone. Του έδωσα την κιθάρα στα χέρια και απλώνοντας το χέρι μου του ζήτησα το κινητό. Μου το έδωσε και έκλεισα τον ήχο. Σκέφτηκα να το απομακρύνω, αλλά την ίδια στιγμή με κοίταξε με ανησυχία και έτσι το άφησα απέναντί του. Στιγμαία και για πρώτη φορά είδα την έκφραση του προσώπου του να αλλάζει και από μονίμως χαμογελαστό να μετατρέπεται σε ανήσυχο.

Κράτησε την κιθάρα και χτυπούσε μία μία τις χορδές, εγώ έκανα το ίδιο μαζί του. Σε λίγο τραγουδώντας στον τόνο της κάθε χορδής περιέγραφα την διαδικασία. «Ο Ανδρέας παίζει την κιθάρα, ο Ανδρέας χτυπάει τις χορδές». Γύρισε και με κοίταξε ενώ συνέχισε να χτυπάει τις χορδές. Έδωσα λόγια σε αυτό που έκανε κι αυτό από την αντίδρασή του κατάλαβα ότι του έκανε εντύπωση.

Μετά από μερικά λεπτά άφησε την κιθάρα χωρίς να απομακρυνθεί από τη μουσική «εστία», πήρα την κιθάρα και παίζοντας το φόντο που είχα φτιάξει στην πρώτη συνεδρία αυτοσχεδίασα στην πεντατονική κλίμακα με τη φωνή. Ένιωσα ότι είναι η στιγμή να κάνω κάτι ώστε να διευρύνω αυτό το αίσθημα οικειότητας που αισθανόμουν σε αυτήν τη συνεδρία κι έτσι ενέταξα ξανά τον αυτοσχεδιασμό στην πεντατονική κλίμακα. Όταν άρχισα να τραγουδάω, πήρε τις μαράκες κι έπαιξε αισθητηριακά, σαν βρέφος που παίζει με την κουδουνίστρα. Ακολούθησα το μέτρο και το τέμπο του. Μείναμε ακόμα δύο λεπτά σε διάδραση και μετά στράφηκε στην κούτα με τα κουκλάκια του. Τα παρατηρούσε, τα πετούσε στον αέρα και τα ξανάπιανε ή τα άφηγε να πέφτουν και χάζευε την τροχιά τους. Κάποιες στιγμές γυρνούσε προς το μέρος μου, έπιανε για λίγο τις μαράκες κι έπειτα ξανά το ίδιο παιχνίδι. Δεν άφησα αυτό το μέρος να πλατειάσει. Ο λόγος ήταν ότι δεν ήθελα να πιέσω τη συνεδρία να γίνει μεγαλύτερη, ήθελα να μείνω όσο χρειάζεται για να γνωρίσουμε λίγο ακόμα ο ένας για τον άλλο και το πόσο θα διαρκέσει αυτό δεν είναι δική μου απόφαση. Εγώ μπορώ να είμαι εκεί για αυτό που αισθάνομαι πως έχει ανάγκη μέχρι το χρονικό σημείο που μου επιτρέπει.

Τον βοήθησα να μαζέψει τα κουκλάκια και αυτός εμένα να μαζέψω τα όργανα. Του είπα ότι θα τα πούμε την επόμενη εβδομάδα και βγήκαμε μαζί από το δωμάτιο. Σε αυτήν τη συνεδρία παρατήρησα την οικειότητα μεταξύ μας, την επαφή μας που ήταν διαφορετική από τις προηγούμενες φορές και προσπάθησα να σκεφτώ τι ήταν αυτό που από πλευράς μου μπορεί να τροφοδότησε τα παραπάνω. Ίσως ήμουν πιο ήρεμος κι έτσι διαχειρίστηκα καλύτερα τα συναισθήματά μου κατά τη διάρκεια της συνεδρίας. Αποφάσισα κάθε φορά πριν να βρεθώ μαζί του να κάνω διαλογισμό ή κάτι αντίστοιχο ώστε να ελέγχω καλύτερα τις σκέψεις μου, γιατί αυτό ίσως να είναι κάτι που ο Ανδρέας το εισπράττει και τον κάνει να αισθάνεται ωραία<sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup> ωραίος, αρχική σημ . «αυτός που εμφανίζεται ή συμβαίνει την κατάλληλη ώρα» (Μπαμπινιώτης, 2002:2002).

## IV. (4η συνεδρία)

Η τέταρτη συνεδρία μεταφέρθηκε μία εβδομάδα μετά από το αναμενόμενο, λόγω ασθένειας του Ανδρέα. Ενθουμούμενος αντίστοιχο συμβάν στο μάθημα «Προσεγγίσεις στη Μουσικοθεραπεία-Κλινική άσκηση» όπου αναλύουμε και συζητάμε οπτικοακουστικό υλικό από τις ώρες πρακτικής άσκησης, ζήτησα από τη μητέρα να του εξηγήσει για ποιον λόγο δεν θα βρεθούμε. Αυτή η εξήγηση δημιουργεί τις προϋποθέσεις ώστε να μη διαταραχθεί η εμπιστοσύνη που άρχισε να χτίζεται μεταξύ μας και αφήνει κατά το δυνατόν μικρότερο συναισθηματικό φορτίο απόρριψης.

Έφτασα λοιπόν στο σπίτι του, τοποθέτησα την κάμερα, ανοίξαμε τα όργανα και κάθισα στο χαλί παίρνοντας την κιθάρα στα χέρια. Για πρώτη φορά αισθάνθηκα ότι ήταν χαρούμενος που με βλέπει, ότι αναγνωρίζει την παρουσία μου σαν κάτι ευχάριστο και θετικό και αισθανόμουν ενταγμένος και ευπρόσδεκτος, μιας και η χαρά του είχε απεύθυνση και δεν ήταν αυθύπαρκτη όπως τις προηγούμενες φορές, προέκυψε αφού με είδε κι ενώ φαινόταν σε ουδέτερη συναισθηματική κατάσταση. Αυτή η αναγνώριση με γέμισε ικανοποίηση, κατάλαβα ότι η παρουσία μου έχει λόγο ύπαρξης. Παρατήρησα μια πρώτη αλλαγή στη σχέση μου με τον πελάτη.

Άρχισα να παίζω συγχορδίες στην κιθάρα που να εκφράζουν αυτήν τη χαρά (C - G, 1η και 5η της Ντο μείζονα), ακολουθώντας την ρυθμικότητα της κίνησής του στον χώρο. Με αυτόν τον τρόπο ήθελα να καθρεφτίσω το συναίσθημα που εισέπραττα από αυτόν. Μετά, πάνω σε αυτό το φόντο προσέθεσα λόγια: «Ανδρέα καλώς ήρθες στη μουσική». Με το που ανέφερα το όνομά του, τον είδα να γελάει με ένταση και δυνατά επιφωνήματα (ηηη, έηηη), ενθουσιάστηκε που το τραγούδι μου απευθύνεται σε αυτόν, άρχισε να χοροπηδά χαρούμενος

στο κρεβάτι του. Μιμούμενος επανέλαβα τα φωνήματά του και μετά από μερικές φορές, τα έκανα πιο συγκεκριμένα ως προς το τονικό τους ύψος. Η κίνησή μου καθρέφτισε επίσης τη δική του παρουσία. Στάθηκα απέναντί του, όρθιος και χάρηκα κι εγώ με τη χαρά που αισθανόμουν, χρησιμοποιώντας τις κινήσεις του. Όταν σταμάτησε αυτός ο διάλογος, επανήλθα στις συγχορδίες και στο καλωσόρισμα. Ο ενθουσιασμός που έβλεπα με συνεπήρε και με συγκίνησε. Η φωνή μου έγινε πομπώδης και εμφιατική στις φράσεις των λέξεων που χρησιμοποιούσα λόγω αυτού του ενθουσιασμού. Παρατήρησα ότι ο τρόπος που τραγουδούσα του άρεσε και συνέχισα για κάποιες επαναλήψεις να τραγουδώ έτσι. Στο σημείο αυτό αναγνώρισε τη θέση της κάμερας και κατευθύνθηκε προς αυτήν. Σταμάτησα να παίζω και ήμουν έτοιμος να σηκωθώ για να την κλείσω ή να της αλλάξω θέση.

Όταν κατάλαβε ότι σταμάτησα να παίζω, ξαναγύρισε σε μένα. Ανέβηκε στο κρεβάτι του αρχίζοντας πάλι τα μακρόσυρτα «Εηη» με στερεοτυπικά παλαμάκια μπροστά στο πρόσωπο. Ενέταξα τα φωνήματά του στο τραγούδι μου και ακολούθησα τον ρυθμό που μου έδιναν τα χτυπήματά του. Με μια χειρονομία τον κάλεσα μαζί μου στο χαλί. Δεν ανταποκρίθηκε. Τότε σηκώθηκα και του έδωσα το ντέφι στα χέρια.



Ήθελα να δώσω μουσικό νόημα στα χτυπήματα που έκανε με τα χέρια του. Έπαιξε κάποια λεπτά και μετά το άφησε για να πάρει τις μαράκες. Εγώ συνόδευα κάθε αλλαγή ρυθμού με



την κιθάρα χωρίς να τραγουδάω.

Αφήνοντας τις μαράκες κρύφτηκε πίσω από την κουρτίνα του δωματίου. Μου φάνηκε ότι παίζει κάτι σαν κρυφτό κι έτσι συνεχίζοντας να παίζω τραγούδησα μια φράση που παρέπεμπε σε αυτό: «Πού πήγε ο Ανδρέας;». Όταν εμφανίστηκε, εξέφρασα ενθουσιασμό κάνοντας μια ηχηρή κορόνα με την κιθάρα και τη φωνή παράλληλα, γιορτάζοντας μαζί του αυτήν τη στιγμή, κάτι που του άρεσε και για λίγα λεπτά παίξαμε αυτό το παιχνίδι. Ύστερα άνοιξε την ντουλάπα και πήρε μια κουβέρτα. Κάθισε απέναντί μου και σκεπάστηκε. Πήρε στα χέρια του τα M.A. (dvds) και τα κοίταζε. Σκέφτηκα ότι τα ερεθίσματα για αυτόν ίσως να ήταν πολλά, χωρίς αναπνοές μεταξύ τους. Είχαμε περάσει πάνω από δέκα λεπτά πυκνής και έντονης διάδρασης. Ένιωσα ότι αυτό τον κούρασε. Έπαιξα χαλαρωτική μουσική με την κιθάρα θέλοντας να καθρεφτίσω το χουζούρι του και μετά από μερικά λεπτά έπαιξα για πρώτη φορά το goodbye song που είχα γράψει για αυτόν.

«Θέλω να σου πω ένα γεια σου,

θέλω να μου πεις ένα γεια.

Θέλω να σου πω ένα γεια σου,

θα τα πούμε την άλλη φορά.»

Την τέταρτη συνάντηση, τη θεωρώ σημαντική γιατί σε αυτή συνέβησαν πράγματα τα οποία παρέμειναν στην παρέμβαση ως το τέλος της. Από το υλικό αυτής της συνεδρίας φτιάχτηκε το τραγούδι καλωσορίσματος στη συνέχεια (hello song) και σε αυτήν επίσης αναγνώρισα τον χώρο ώστε να παίζω πρώτη φορά το τραγούδι αποχαιρετισμού (goodbye song), που είχα φτιάξει μεταξύ της πρώτης και της δεύτερης συνεδρίας.

Η ύπαρξη των τραγουδιών αυτών σε μια μουσικοθεραπευτική παρέμβαση είναι σημαντική, γιατί σηματοδοτεί μια ρουτίνα που ο συγκεκριμένος πληθυσμός έχει ανάγκη για να νιώσει ασφάλεια. Η ασφάλεια από την άλλη είναι απαραίτητη για να αφεθεί στην κοινωνική επαφή

και στη δημιουργία σχέσεων. Οι σχέσεις έχουν τη δυνατότητα να λειτουργήσουν θεραπευτικά, μιας και προκύπτουν από την επιθυμία του προσώπου να βγει από το περιβάλλον ασφάλειας (εαυτός) και να διαδράσει με άλλους ανθρώπους και παράλληλα να ενεργοποιήσει αναπτυξιακές διαδικασίες που λόγω της βύθισης δεν προάγονται. Μέσα στις σχέσεις εξίσου σημαντικά, το πρόσωπο μοιράζεται τον εαυτό του, εκφράζει και βιώνει συναισθήματα αντί να τα καταπιέζει.

*«Πιο συγκεκριμένα, τα καθημερινής βάσης τελετουργικά, οι αντίστοιχες συνήθειες καθώς επίσης και η αντίστοιχη χρήση αντικειμένων είναι αυτά που τους προσφέρουν ένα αίσθημα ασφάλειας. Οποιαδήποτε αλλαγή στην εν λόγω ρουτίνα, μπορεί να προκαλέσει αυτόματα στα παιδιά αυτά άγχος και ανασφάλεια» (Αμαργιανού, 2022:12-13).*

Η δημιουργία τραγουδιών στο πλαίσιο της μουσικοθεραπευτικής παρέμβασης είναι πολύ σημαντική και για άλλους λόγους.

*«Το να αυτοσχεδιάζεις εξατομικευμένα τραγούδια για παιδιά και την παρουσία τους και τις δραστηριότητες στη θεραπεία είναι ένα φυσικό, αναπόφευκτο μέρος της διαδικασίας της δημιουργικής μουσικοθεραπείας. Αυτά τα τραγούδια προκύπτουν ως απάντηση του θεραπευτή στο παιδί. Είναι εμπνευσμένα από το παιδί και δημιουργούνται σε σημαντικές στιγμές της θεραπείας, για να εκφράσουν τη σχέση που αναπτύσσεται ή για να γιορτάσουν ένα κατόρθωμα» (Nordoff & Robbins, 2007:241).*

Ακόμη είναι σημαντικό να αναφέρω ότι σε αυτήν τη συνάντηση παρατήρησα για πρώτη φορά, τις δυνατότητες της φωνής ως μέσο επικοινωνίας και επαφής. Παρατήρησα ότι ο τόνος και η χροιά μου μπορούσαν να δώσουν σαφέστερα μηνύματα στον Ανδρέα και να τον καλέσουν με μεγαλύτερη επιτυχία στη μουσική διάδραση. Πρόσεξα πως η αποφασιστικότητα στον τόνο της φωνής μου του παρέχει ασφάλεια και ο συντονισμός μου στη δική του φωνή, καθώς και η προσεκτική ακρόαση των φωνημάτων του, μου μεταφέρουν τις επιθυμίες του για το προς τα πού θέλει να κατευθυνθεί. Το να τον ακολουθήσω και να τον στηρίξω σε

αυτήν τη διαδρομή είναι σημαντικό, γιατί ενισχύω το ενδιαφέρον που θα τον κρατήσει στη διάδραση και θα αναπτύξει τη σχέση.

*«Η έλλειψη των φωνημάτων σε μια συνεδρία μουσικοθεραπείας, μπορεί επίσης να είναι ενδεικτική ενεργητική αποφυγή ήχων, που μπορούν να προκαλέσουν ή να πυροδοτήσουν συναισθήματα, που ο πελάτης δυσκολεύεται να αποδεχθεί. Η φωνή του μπορεί να αποκαλύψει ανεπιθύμητα συναισθήματα ή χαρακτηριστικά της προσωπικότητας που θα προτιμούσαν να μην αντιμετωπίσουν ή να μοιραστούν» (Warnock, 2012).*

Επίσης, υπόθεσή μου είναι ότι στις προηγούμενες συνεδρίες, πήρε τον αναγνωριστικό χρόνο που χρειάστηκε ώστε να είναι έτοιμος, σε αυτήν την τέταρτη συνάντηση, να ανοίξει μεγαλύτερο μέρος του εαυτού του και να μείνει με ενδιαφέρον στη σχέση. Με το τέλος της συνεδρίας παρατηρώντας το οπτικοακουστικό υλικό κατάλαβα και κάτι ακόμα: Καθόμασταν ο ένας μπροστά στον άλλο, σε συγκεκριμένο χώρο, χωρίς πολλές μετακινήσεις από έναν νοητό κύκλο. Εντός αυτού του κύκλου έλαβε χώρα η διάδραση και ο Ανδρέας απομακρύνθηκε από αυτόν τον κύκλο ίσως για να σηματοδοτήσει το τέλος της συνεδρίας. Όλα τα παραπάνω ήταν στοιχεία που με έκαναν να πιστέψω ότι ξεκινήσαμε να φτιάχνουμε μια «μουσική φωλιά». Έναν κοινό χώρο ανάπτυξης της σχέσης, όπου η μουσική είναι ο τρόπος.

## V. (5η συνεδρία)

Με το ανέβασμά μας στις σκάλες για να μπούμε στον θεραπευτικό χώρο με τον Ανδρέα, κατάλαβα ότι δεν ένιωθε ανοιχτός και έτοιμος όπως στην προηγούμενη συνεδρία. Κρατούσε τα dvds στο ένα χέρι και στο άλλο το smartphone που έπαιζε μια ταινία κινουμένων σχεδίων με χαμηλωμένη την ένταση. Όσο ανέβαινε τις σκάλες, σταματούσε ανά διαστήματα και

παρακολουθούσε σιωπηλά την ταινία στο smartphone ή γυρνούσε προς το μέρος μου και χαμογελούσε βγάζοντας κάποιον από τους στερεότυπους ήχους του (έη, ήη). Εγώ του απευθυνόμουν λεκτικά, σα να του απαντώ σε αυτό που ένιωθα πως ήθελε να επικοινωνήσει: «χαίρομαι που βρεθήκαμε για να παίξουμε μουσική». Όταν φτάσαμε έξω από την πόρτα του δωματίου, μπήκε μέσα και συνέχισε να παρακολουθεί το κινούμενο σχέδιο. Δεν με ακολούθησε στη ρουτίνα ανοίγματος των οργάνων ούτε έδωσε σημασία στην παρότρυνσή μου. Σκέφτηκα αν φταίει κάτι που έκανα την προηγούμενη φορά. Κατάλαβα ότι ανά πάσα στιγμή μπορεί μια σκέψη ή ένα ξαφνικό γεγονός να μεταβάλει τη διάθεση που είχα πριν από αυτό. Μου φάνηκε φυσιολογικό, μιας και η πρακτική άσκηση στη μουσικοθεραπεία είναι κάτι πολύ καινούργιο για μένα και αν κρίνω από τα υπόλοιπα πράγματα στα οποία αφιερώνομαι, χρειάζεται αρκετός χρόνος ώστε να νιώσω σιγουριά και αυτοπεποίθηση. Δεν είχα βέβαια τη στιγμή εκείνη την ψυχραιμία να θυμηθώ όσα είχα διαβάσει για το πώς μπορεί να αισθάνεται ένα άτομο με ΔΑΦ ή πόσο μεγάλη ανάγκη για ασφάλεια υπάρχει ή πώς αυτοπαρέχεται αυτή η ασφάλεια. Κάθισα στο κέντρο του δωματίου και έπαιζα αυθαίρετες μουσικές κι όχι το καινούργιο hello song που είχα ετοιμάσει από το υλικό της προηγούμενης συνάντησης. Οι σκέψεις μου για το τι μπορεί να συμβαίνει στον Ανδρέα και τα συναισθήματα που κυριαρχούσαν μαζί με τις σκέψεις, με αποδιοργάνωσαν. Φοβόμουν ότι δεν θα τα καταφέρω κι αυτό ήταν κυρίως που με απομάκρυνε από τον πελάτη, ο φόβος.

Λίγα λεπτά αργότερα, η μπαταρία του κινητού του Ανδρέα τελείωσε και το πήγε στην πρίζα για να το φορτίσει. Του ζήτησα να έρθει κοντά μου και του προσέφερα στα χέρια μια πλαστική μπαγκέτα από το μεταλλόφωνο που είχα φέρει ως νέο μουσικό στοιχείο. Έφερα το όργανο στο ύψος του ενώ καθόμουν στο χαλί και άρχισε να ανακαλύπτει το καινούργιο αντικείμενο. Με τη φωνή μου επαναλάμβανα τις τυχαίες φράσεις που έπαιζε ή τις έπαιζα κι εγώ με την άλλη μπαγκέτα. Ύστερα τραγουδώντας σε μια αυτοσχέδια μελωδία περιέγραφα αυτό που κάνει: «ο Ανδρέας παίζει μεταλλόφωνο, κόκκινο και πράσινο και μπλε» (τα

χρώματα των ελασμάτων).

Το τραγούδι που προκύπτει ως απάντηση στον Ανδρέα ήταν που με βοήθησε να συντονιστώ στη συνεδρία και να δημιουργήσω χώρο για να ασχοληθώ με τις ανάγκες του πελάτη (Nordoff & Robbins, 2007). Χρησιμοποίησα την μπαγκέτα χτυπώντας το ντέφι στον πρώτο χρόνο των μέτρων της μελωδίας όσο αυτός συνέχισε να παίζει. Ήθελα να δημιουργήσω την αίσθηση του κύκλου, ότι κάτι αρχίζει κλείνει και ξαναρχίζει. Να καθρεφτίσω την προσπάθειά του να βρίσκεται στη σχέση και να βγαίνει για να ξαναπάρει τον χώρο που χρειάζεται και να ξαναεπιστρέψει. Επίσης, προσπάθησα να δώσω στο αισθητηριακό παίξιμο μουσικό νόημα. Στάθηκα για λίγο να τον παρατηρήσω κι εκείνος βρίσκοντας ευκαιρία πήρε και τη δεύτερη μπαγκέτα κι άρχισε να παίζει πιο ζωνρά. Καθισμένος στο χαλί πήρα την κιθάρα και ακολούθησα το τέμπο του σε ρυθμό rock 'n' roll τραγουδώντας κοφτούς ήχους που έμοιαζαν στους φθόγγους με τα μακρόσυρτα «έη» που συνήθως χρησιμοποιούσε. Σηκώθηκε και τραγούδησε τα «έη» μαζί μου με κινητικότητα που έμοιαζε με χορό. Σηκώθηκα απέναντί του και χόρευα παίζοντας κιθάρα και τραγουδώντας.

Μετά από λίγο, πήγε προς το smartphone και χάξευε την ταινία όσο φόρτιζε. Μετέτρεψα τα «έη» σε «έλα» τραγουδώντας τα, με ίδιο ρυθμό και μελωδία, με κλινικό στόχο να τον καλέσω στη μουσική. Γύρισε πλάτη, παρ' όλα αυτά, συνέχισε να τραγουδά μαζί μου. Μερικές φορές χτυπούσε ανά διαστήματα στερεότυπα παλαμάκια. Αισθάνθηκα απόρριψη, όμως το γεγονός ότι γύριζε με έντονες βλεμματικές επαφές είτε προς εμένα είτε προς την κιθάρα, ήταν κάτι που με βοήθησε να μείνω σε αυτό που συνέβαινε. Έβγαλε το κινητό από την πρίζα και πλησίασε για λίγο. Μετά βυθίστηκε για μερικά λεπτά στην ταινία και τότε άπλωσα επιδεικτικά την παλάμη μου και του ζήτησα να μου το δώσει με τρόπο αποφασιστικό. Μου το έδωσε και το έβαλα ξανά στη φόρτιση.

Του είπα με όσο πιο σταθερή και σίγουρη φωνή μπορούσα ότι όταν τελειώσουμε μπορεί να το πάρει. Προσπάθησα να έχω φωνή αποφασιστική μετά από συμβουλή της επόπτριας, μιας

και κατά τα λεγόμενά της: «ο τρόπος που μεταφέρω την πληροφορία είναι σημαντικός όσο αυτό που λέω και αυτό που λέω χρειάζεται να συμπλέει σαν επικοινωνία με τον τρόπο που το λέω». Σαν υποκατάστατο του κινητού τότε, στράφηκε προς τα dvd's που ήταν αφημένα από την αρχή της συνεδρίας στο κρεβάτι του. Τα πήρε και κάθισε σε κοντινή απόσταση από το κινητό. Τον παρατήρησα για λίγο και έπειτα έκλεισα τη συνεδρία παίζοντας το goodbye song σε αρκετές επαναλήψεις. Κάποιες στιγμές βγαίνοντας από την παρατήρηση των έντονων εικόνων τραγούδησε τις δικές του φράσεις μαζί μου. Εγώ άλλαξα τα λόγια χρησιμοποιώντας τις δικές του συλλαβές (έη,ήη).

Με αφορμή όσα έγιναν στην 5η συνεδρία θα ήθελα να αναφέρω μια παρατήρηση που έκανα σχετικά με το άνοιγμα του Ανδρέα και τη συμμετοχή του στη θεραπευτική σχέση. Ο λόγος που χώρισα τις συνεδρίες σε ενότητες/φάσεις είναι γιατί, με τη συνολική παρακολούθηση του υλικού, προέκυψε η αίσθησή μου ότι κάτι κομβικό συνέβη προοδευτικά εντός του κάθε κεφαλαίου κι όλο αυτό τελείωνε με μία αλλαγή. Αυτή η αλλαγή διαφοροποίησε την εξέλιξη και την ποιότητα της σχέσης από φάση σε φάση. Μετά την εκάστοτε αλλαγή, έβλεπα ότι η συμμετοχή του στη σχέση είχε μεγαλύτερη ασφάλεια κι εμπιστοσύνη και ήταν αλλιώς από ενότητα σε ενότητα κι αυτό διαφοροποιούσε τα όσα θα συνέβαιναν από εκεί και πέρα.

Το γεγονός, για παράδειγμα, ότι μετά τις πρώτες πέντε συνεδρίες προσεγγίσαμε κάτι που ονόμασα «γνωριμία» ήταν κάτι που ήρθε κι έμεινε.

Από την έκτη συνεδρία και μετά ένιωσα ότι η γνωριμία σαν διαδικασία είχε επιτευχθεί και ότι πλέον η εξέλιξη της θεραπευτικής σχέσης συνέχιζε με άλλον τρόπο, από άλλο σημείο. Ότι πλέον, πηγαίνουμε μαζί σε κάτι καινούργιο, σε κάτι που θα ανακαλύπταμε από εκεί και πέρα. Η γνωριμία είχε ολοκληρωθεί σε ένα πρώτο επίπεδο και δεν ένιωθα καινούργιο πρόσωπο γι' αυτόν, ούτε κάποια ανάγκη να του συστηθώ και να του δώσω χρόνο να εξοικειωθεί μαζί μου. Η εν λόγω εξοικείωση είχε επιτευχθεί κι από εκεί και πέρα συνεχίζαμε από αυτήν τη θέση. Αυτό που παρατήρησα λοιπόν είναι ότι με τον ερχομό μιας αλλαγής

(γνωριμία στην προκειμένη περίπτωση), υπήρχε για μέρος της συνεδρίας ή και για ολόκληρη τη συνεδρία μια παλινδρόμηση στην προηγούμενη κατάσταση κι όχι σε αυτήν που θα ερχόταν. Σαν ένα βήμα πίσω πριν προχωρήσουμε μπροστά, όχι μόνο για τον πελάτη αλλά και για μένα. Ήμουν κι εγώ εκεί αναζητώντας την ασφάλεια της προηγούμενης κατάστασης. Αισθανόμουν κι εγώ ασφαλής στη μη γνωριμία.

Όταν παρακολούθησα το οπτικοακουστικό υλικό της συνεδρίας, η προσοχή μου επικεντρώθηκε στο γεγονός ότι, όταν ένιωθα απόσταση από την πλευρά του Ανδρέα, έχανα τη συγκέντρωσή μου και τη διάθεση να συντονιστώ στο εδώ και τώρα. Μου θύμιζε τις αποτυχημένες απόπειρες διαλογισμού που ενίοτε βιώνω όταν δεν μπορώ να απαγκιστρωθώ από τις σκέψεις κι αυτό μου δημιουργεί άγχος. Στην περίπτωση του διαλογισμού επικεντρώνομαι στην αναπνοή μου για να μπορέσω να ελέγξω τη ροή των σκέψεων. Αποφάσισα να κάνω κάτι ανάλογο, όταν παρατηρώ πολλές σκέψεις που δεν με οδηγούν κάπου, να επικεντρώνομαι στις στιγμές της συνεδρίας, που διαδέχονται η μία την άλλη κι ίσως αυτό να με βοηθήσει να αισθανθώ τις ανάγκες του πελάτη και να κατευθυνθώ προς αυτές.

## Παρουσίαση υλικού στη μητέρα

Μετά την ολοκλήρωση των πρώτων πέντε συνεδριών και με παρότρυνση της επόπτριάς μου, αποφάσισα να κάνω μια παρουσίαση οπτικοακουστικού υλικού στη μητέρα του Ανδρέα. Δώσαμε ραντεβού στο σπίτι της και πήγα ετοιμάζοντας ένα ενιαίο βίντεο (σαν mini case study), με αποσπάσματα που θεώρησα σημαντικά. Οι αντιδράσεις της μητέρας ήταν ευχάριστες και κάποιες φορές ενθουσιώδεις, κάτι που μου έδωσε κουράγιο για τη συνέχεια.

Μου επισήμανε πράγματα που βλέπει συχνά στη συμπεριφορά του Ανδρέα και άλλα που δεν τα παρατηρεί να συμβαίνουν και τόσο συχνά. Παρατήρησε ότι κυριαρχεί η χαρά για τις καινούργιες εμπειρίες, όσο μπορεί τουλάχιστον να καταλάβει από τις αντιδράσεις του γιου της. Μου επανέλαβε ότι ο Ανδρέας με συμπάθησε και μου δίνει χώρο επαφής, κάτι που δεν κάνει πάντα και με όλους.

Χάρηκα πολύ στην αναφορά της ότι πλέον ο Ανδρέας κοιμάται στο δωμάτιό του κι όχι μαζί της όπως πάντα. Σκεπτόμενος αυτό που μου είπε, κατάλαβα ότι μπορεί να αισθάνθηκε μέσω των συνεδριών τον χώρο περισσότερο δικό του και γι' αυτό να ένιωσε την ασφάλεια να κοιμάται εκεί μόνος του. Αυτή η αλλαγή βέβαια ήταν κάτι παροδικό. Μετά από κάποιο χρονικό διάστημα, άφησε ξανά το δωμάτιό του για την ασφάλεια και την σιγουριά που του προσφέρει η μητρική παρουσία, όμως αυτό είναι κάτι που θα αναφερθεί αργότερα. Η καλή συνεργασία και επικοινωνία με τη μητέρα και γενικότερα με την οικογένεια του Ανδρέα θεωρώ ότι υπήρξε στοιχείο που με γέμισε ασφάλεια και αυτοπεποίθηση κατά την εξέλιξη της παρέμβασης. Αυτά τα χαρακτηριστικά και η άντλησή τους, λόγω καλής επαφής με τον οικογενειακό περίγυρο του πελάτη, κρίνω ότι είναι πολύ σημαντικά για την εξέλιξη ενός εκπαιδευόμενου θεραπευτή/θεραπεύτριας. Η παρουσίαση υλικού στην μητέρα ήταν κάτι που επαναλήφθηκε μετά την εικοστή συνεδρία και μετά την τριακοστή όγδοη.

## Συνεδρίες 6 - 12: Εγκαθίδρυση Θεραπευτικής Σχέσης

### I. (6η συνεδρία)



Στην έκτη συνεδρία ήταν η πρώτη φορά που μετά τη ρουτίνα του ανοίγματος των οργάνων ξεκίνησα να παίζω το hello song. Όπως είχα αναφέρει και παραπάνω, παρακολουθώντας το υλικό των πρώτων συνεδριών και εντοπίζοντας στοιχεία που άρεσαν στον Ανδρέα, έφτιαξα ένα hello song που είχε αρκετά στοιχεία, από αυτά που η καθηγήτριά μου θεωρούσε σημαντικά για ένα τραγούδι.

Απλό στη μορφή, βασισμένο σε φράσεις ενδιαφέρουσες για τον πελάτη, με αρκετό χώρο ώστε να ενθαρρύνεται η συμμετοχή του, με σαφή νοήματα ανάλογα με τη θέση και τον σκοπό του στην συνεδρία (καλωσοριστικό με εισαγωγική και ενταξιακή διάθεση αν είναι hello song, αποχαιρετιστήριο με διάθεση ολοκλήρωσης και κλεισίματος αν είναι goodbye song κ.λ.). Το τραγούδι (και γενικότερα τα τραγούδια που χρησιμοποιήθηκαν ως υλικό στην παρέμβαση), επιδέχθηκε αρκετές αλλαγές, ανάλογα με τη διάθεση του Ανδρέα σε κάθε συνεδρία και τους σκοπούς που ήθελε να εξυπηρετήσει πέραν του καλωσορίσματος. Παιζόταν σε κάθε συνεδρία μέχρι το τέλος των συνεδριών. Ακόμα και σήμερα, έναν χρόνο μετά τη λήξη της παρέμβασης, το σιγομουρμουρίζω.

Αφού λοιπόν ανοίξαμε τα όργανα, κάθισα στο πάτωμα με τρόπο ώστε μαζί με τα όργανα να δημιουργώ ένα ημικόκλιο που με την παρουσία του Ανδρέα θα ολοκλήρωνε έναν κύκλο. Πήρε τα drums στο χέρι και κάθισε μπροστά μου συμπληρώνοντας τον κύκλο. Ήταν μια ιδέα που μου ήρθε όσο έψαχνα τρόπους για να τον καλέσω απέναντί μου, ώστε να είναι πιο εύκολη η βλεμματική επαφή. Επίσης, ήθελα να ενισχύσω την προοπτική της δημιουργίας μιας «μουσικής φωλιάς», η θέση του ενός απέναντι από τον άλλο, ήταν σημαντική γι' αυτήν την επιδίωξη. Θυμήθηκα τα λόγια της μητέρας του σχετικά με την τάξη που ήθελε στα πράγματά του στον χώρο. Είχα παρατηρήσει ότι κάποια παιχνίδια του στις επιφάνειες όπου ήταν τοποθετημένα σχημάτιζαν κύκλο. Έτσι προσπάθησα να στήσω και τον δικό μας κύκλο. Αρχισα να παίζω το τραγούδι και αυτός καθισμένος μπροστά μου χάζευε τα Μ.Α. φαινομενικά προσηλωμένος σε αυτά. Η πιο συχνή φόρμα των τραγουδιών στην παρέμβαση

επέλεξα να είναι το lied.<sup>7</sup>

«Καλώς ήρθες στη μουσική,

άμα θες θα παίζεις κιθάρα,

άμα θες θα παίζεις ντέφι,

άμα θες θα παίζεις μεταλλόφωνο,

καλώς ήρθες στη μουσική.»

*«Οι μουσικοθεραπευτικές παρεμβάσεις, όπως η σύνθεση τραγουδιών και η ανάλυση στίχων, μπορεί να είναι χρήσιμες λόγω της ικανότητάς τους να μοιραστούν εσωτερικά ή ασυνείδητα μέρη του ασθενούς που αλλιώς θα παρέμεναν κρυμμένα» (Aldridge, et al., 2010).*

Σταματούσα κάθε φορά που παρουσίαζα ένα από τα όργανα φέρνοντάς τα μπροστά του και δίνοντάς του χρόνο ώστε να παίξει αν θέλει με αυτά (μία ρουτίνα που επίσης κρατήθηκε στις περισσότερες συνεδρίες). Η συνθήκη του hello song ήταν κάτι καινούργιο για αυτόν, όπως και για μένα και περισσότερο παρακολουθούσε την εξέλιξή της έχοντας παράλληλα την προσοχή του στα Μ.Α. Το ίδιο θα έλεγα ότι έκανα κι εγώ, μιας και δοκίμαζα την ένταξη ενός τραγουδιού στην εξέλιξη της συνεδρίας. Ήμουν περίεργος για το πώς θα το λάβει ο Ανδρέας και πώς θα αντιδράσει σε αυτό. Μετά από δύο στροφές, άρχισα να τραγουδώ τη μελωδία του τραγουδιού χωρίς τους στίχους αλλά με τα συχνά του φωνήματα (έη). Αυτό τράβηξε την προσοχή του και εμπνεόμενος από την κινητικότητα του ζώηρεψα τον ρυθμό παίζοντας τις συγχορδίες με συνοδεία σε swing. Αμέσως, άφησε τα dvds και άρχισε να χορεύει στον ρυθμό, όπως ήταν καθιστός και να χτυπάει παλαμάκια αναπαράγοντας το δικό του στερεοτυπικό μοτίβο.

Συνέχισα να παίζω και να τραγουδώ την ίδια μουσική αλλάζοντας τα φωνήματα και τότε αντικαθιστώντας τα παλαμάκια έπαιξε το στερεότυπο μοτίβο του στο ντέφι με το χέρι στην

<sup>7</sup> «Είναι ένα κοσμικό, στροφικό τραγούδι για μία ή περιστασιακά περισσότερες φωνές, με συνοδεία οργανικού μπάσου και μερικές φορές με επιπλέον όργανα που παίζουν *obbligatos* ή *ritornellos*» (Norbert Böker-Heil, et al., 2001).

αρχή, μετά με τη μαράκα που ήταν δίπλα του και τέλος με την μπαγκέτα που του έδωσα στο χέρι. Τραγουδίσα τη μελωδία. Άφησα την κιθάρα στην άκρη και έφερα στον χώρο ανάμεσά μας το ντέφι, πήρα κι εγώ μια μπαγκέτα στο χέρι και παίξαμε για λίγα λεπτά εναλλάξ. Φέρνοντας το ντέφι στον χώρο μεταξύ μας ήθελα να δημιουργήσω τις προϋποθέσεις ώστε να μοιραστούμε παράλληλα και εναλλάξ χτυπήματα σε αυτό.

Ήθελα να παρατηρήσω τι θα συμβεί σε κάθε ενδεχόμενο (παράλληλου ή εναλλάξ παιξίματος) πώς θα είναι με αυτό. Κλινικός μου στόχος ήταν να διαπραγματευτώ με τον πελάτη τα όρια της θεραπευτικής σχέσης. Παραλλάσσοντας την αρχική μελωδία περιέγραφα αυτό που κάναμε: «Ο Ανδρέας και ο Χρήστος παίζουν το ντέφι». Έβγαλε κάποιες κραυγές κι εγώ τις επανέλαβα μιμούμενος. Ένωσα τις κραυγές αυτές σαν έκφραση ενθουσιασμού κι ενθουσιάστηκα κι εγώ από την ενέργεια που μου μετέφερε. Χαιρόμουν και γιόρταζα μαζί του τη στιγμή που απολαμβάναμε παρέα. Αισθάνθηκα ότι οι φωνές μας, με αυτές τις άναρθρες κραυγές επικοινωνούσαν κάτι που θα μπορούσε να έχει λέξεις. Ένωσα να μου επικοινωνεί ότι του αρέσει που παίζει μαζί μου και προσπάθησα κι εγώ μη λεκτικά να μεταφέρω το ίδιο.

Αν μπορούσα να γυρίσω σε εκείνη τη στιγμή τώρα θα του το έλεγα και με λόγια. Απέφευγα να εκφράζω λεκτικά πράγματα που ήθελα να επικοινωνήσω. Στην αρχή θεωρούσα ότι δεν θα καταλάβει ακριβώς αυτό που θα του πω ή δεν θα δώσει σημασία. Άλλες φορές σκεφτόμουν πως το ότι κάνω μουσικοθεραπεία μαζί του είναι κάτι που με δεσμεύει να επικοινωνώ κατά κύριο λόγο μουσικά. Με τον καιρό κατάλαβα ότι το να μιλάω με τον πελάτη δεν είναι κάτι που για οποιονδήποτε λόγο χρειάζεται να αποφεύγω, αλλά αντίθετα ίσως να είναι απαραίτητο να συμβεί.

Αφού η παραπάνω «συνομιλία» επικοινωνήθηκε και τη χορτάσαμε και οι δύο, προσπάθησα να κάνω κάτι που μου είχε προτείνει να δοκιμάσω η επόπτρια. Να ζητήσω από τον Ανδρέα το συγκεκριμένο χτύπημα στο ντέφι. Σε αντίθεση με το αισθητηριακό χτύπημα που το δοκίμαζε συχνά, από την παρακολούθηση του υλικού συμπεράνα ότι το συγκεκριμένο χτύπημα στον

ρυθμό και με μουσική σημασία ήταν κάτι που δεν το είχε. Έτσι ξεκίνησα το παιχνίδι. Κρατούσα το ντέφι στα χέρια μου και τραγουδώντας ένα glissando με ανοδική πορεία ζητούσα με την κίνηση του κεφαλιού μου να χτυπήσει στο τέλος του τραγουδίσματός μου. «Ωωωωωωωπ, ώωωωωωωπ» κ.ο.κ. Στην αρχή το έκανα εγώ για να καταλάβει τι ζητούσα από αυτόν. Μετά από κάποιες επαναλήψεις, με ακολούθησε αρκετές φορές.

Η παραπάνω δραστηριότητα θα έλεγε κανείς ότι είναι περισσότερο μουσικοπαιδαγωγική παρά μουσικοθεραπευτική, αλλά αποφάσισα να δανειστώ κάποια πράγματα από τον άλλο μου ρόλο, του παιδαγωγού, με σκοπό να διευκολύνω τη διεύρυνση του εκφραστικού ρεπερτορίου του Ανδρέα, προκειμένου να του είναι ευκολότερο να βιώσει με περισσότερους τρόπους τα όσα αισθάνεται.

Στη συνέχεια της συνεδρίας επαναλάβαμε την παραπάνω δραστηριότητα όταν μας δόθηκε η ευκαιρία, αλλά όχι με την ίδια συγκέντρωση από πλευράς του, μιας κι από τις αντιδράσεις του, κατάλαβα ότι άρχισε να κουράζεται. Μου το επιβεβαίωσε όταν ξάπλωσε στο κρεβάτι του δείχνοντας νυσταγμένος. Στο σημείο αυτό έφερα μπροστά του το μεταλλόφωνο, έπαιξα μια στροφή από το goodbye song, μερικές ακόμα στην κιθάρα και κλείσαμε τη συνεδρία βάζοντας μαζί τα όργανα στις θήκες τους.

## Lockdown και απαγορεύσεις μετακινήσεων

Οι συνεδρίες μουσικοθεραπείας με τον Ανδρέα κατά μία έννοια, γίνονταν ένα μικρό διάστημα παράνομα. Την περίοδο αυτή, μετά από τη δεύτερη περίοδο καραντίνας, που διήρκεσε από τον Νοέμβρη του 2020 μέχρι τον Γενάρη του 2021, επικρατούσαν στην χώρα τα μέτρα «ακορντεόν», όπου ανάλογα με τον αριθμό των κρουσμάτων που υπήρχαν στην

κάθε περιοχή, οριζόταν αν θα είναι σε καραντίνα οι κάτοικοι του Δήμου ή όχι κι αν επιτρέπονται μετακινήσεις εντός κι εκτός του. Εγώ για να πάω στο σπίτι του Ανδρέα όπου γίνονταν οι συνεδρίες άλλαζα Δήμο. Παράλληλα είχα υπογράψει υπεύθυνη δήλωση που μου απαγόρευε να κάνω γνωστά, τα προσωπικά στοιχεία των πελατών που είχα αναλάβει. Ακόμη δεν προβλεπόταν sms μετακίνησης για την περίπτωσή μου, ούτε υπήρχε κατ' εξαίρεση άδεια για όσους κάνουν πρακτική άσκηση.

Κατά τη μετακίνηση στον εν λόγω Δήμο, σε έλεγχο της αστυνομίας κρίθηκα παράνομα μετακινούμενος, μιας και δεν υπήρχε νόμιμος λόγος της μετακίνησής μου, δεν μπορούσα να αναφέρω το παραμικρό για τις περιπτώσεις που είχα αναλάβει (λόγω της υπεύθυνης δήλωσης που υπέγραψα), ούτε και το πανεπιστήμιο μπορούσε να δικαιολογήσει συλλογικά τη μετακίνηση των φοιτητών στους χώρους πρακτικής (λόγω απαγόρευσης των πρακτικών ασκήσεων γενικότερα), που στις περισσότερες περιπτώσεις για το β' εξάμηνο που βρισκόμασταν χρονικά, ήταν σε ιδιωτικούς χώρους πελατών. Έτσι λοιπόν είχα να πληρώσω το απαιτούμενο πρόστιμο για την παράνομη πράξη μου και πέραν αυτού να βρω έναν νόμιμο τρόπο για να μετακινούμαι προς τον χώρο πρακτικής άσκησης. Δεν ήταν εφικτό να ρισκάρω κάθε εβδομάδα που μετακινούμαι με κίνδυνο να πληρώσω ένα μεγάλο ποσό κάθε φορά που με σταματούν για έλεγχο.

Μετά από κείμενο που συνέταξα προς την τροχαία του Δήμου, όπου εξηγούσα τον λόγο μετακίνησής μου, επισυναπτόμενο από έγγραφα (με κρυμμένο το όνομα του παιδιού και του κηδεμόνα) που αποδείκνυαν το αληθές των λεγομένων του κειμένου, κατάφερα να μετακινούμαι ανεξαρτήτως επιδημικού φορτίου προς τον Δήμο που έκανα την πρακτική μου με κατ' εξαίρεση άδεια της αστυνομικής διεύθυνσης της περιοχής (περισσότερο με κάποιου είδους προσυμφωνημένη ανοχή).

Μέχρι να συμβούν όμως όλα αυτά, αναγκάστηκα να αναβάλω μία συνεδρία και να μετακινηθώ από αγροτικό οδικό δίκτυο λόγω μειωμένης φύλαξης από τις αστυνομικές αρχές,

για να είμαι παρών στη δεύτερη και την τρίτη συνεδρία μετά το γεγονός και πριν την απάντηση της αστυνομικής διεύθυνσης στο αίτημά μου. Στόχος μου ήταν η εγκαθίδρυση της θεραπευτικής σχέσης με τον Ανδρέα κι αυτό θα κινδύνευε αν διέκοπτα τις συνεδρίες για τόσον καιρό, έστω και για λόγους ανωτέρας βίας.

## II. (7η συνεδρία)

Η εποπτεία μεταξύ έκτης και έβδομης συνεδρίας ήταν σημαντική για την απόφασή μου να γράψω μια μεταπτυχιακή διατριβή η οποία να εξετάζει τη φωνή σαν εργαλείο στη μουσικοθεραπεία. Είχα αποφασίσει να αρχίσω να προτείνω στον πελάτη την απομάκρυνση των Μ.Α.. Ο λόγος για την απομάκρυνση των Μ.Α. ήταν γιατί ήθελα να αποκτήσει ο Ανδρέας εντός της παρέμβασης, περισσότερο ποιοτικό χρόνο συσχέτισης και πίστευα ότι αν απομάκρυνα τον κύριο παράγοντα απόσπασης της προσοχής, όλα θα ήταν πιο εύκολα. Πίστευα ότι σημαντική αλλαγή για μεγαλύτερη συμμετοχή στη σχέση. Είχαμε περάσει το στάδιο της γνωριμίας και είχαμε χτιστεί μια κάποια εμπιστοσύνη μεταξύ μας, οπότε έκρινα ότι είχε έρθει η ώρα για αυτό το βήμα. Ξεκίνησα συζήτηση με την επόπτριά μου για το πώς χρειάζεται να το κάνω.

Μου έδωσε διάφορες συμβουλές και τις δοκίμασα όλες, αυτό όμως που τράβηξε περισσότερο το ενδιαφέρον μου, ήταν η έμφαση που έδωσε στο πώς χρειάζεται να χρησιμοποιήσω τη φωνή για να προσεγγίσω τον στόχο μου. Μου είπε κάτι που παρατηρούσα αρκετά χρόνια, αλλά δεν είχα βρει τα λόγια για να το περιγράψω. Ζήτησε να προτείνω λεκτικά στον Ανδρέα, με φωνή που να εννοεί κάθε λέξη που εκφέρει, να αφήσει τα Μ.Α. σε κάποιον χώρο μέσα στο δωμάτιο κι ότι από εκεί θα τα πάρει μόλις τελειώσουμε τη συνεδρία.

*«Τα λόγια θα περάσουν το μήνυμα όσο και ο τρόπος με τον οποίο θα ειπωθούν. Η*

αποφασιστικότητα, η ασφάλεια, η σιγουριά ότι αυτό που λέω είναι κάτι που χρειάζεται να γίνει και μπορείς να με εμπιστευτείς σε αυτό».<sup>8</sup> Όλη αυτή η κουβέντα με εντυπωσίασε τόσο που ήμουν σίγουρος ότι το αντικείμενο της τελικής εργασίας μου θέλω να είναι η φωνή. Στην πράξη φυσικά τα πράγματα έγιναν αλλιώς.

Μπήκαμε στο δωμάτιο για την έβδομη συνεδρία και ο Ανδρέας είχε μαζί του τα dvds και το smartphone που συνεχώς έπαιζε ταινίες κινουμένων σχεδίων στην αθόρυβη λειτουργία. Στην πλευρά του κρεβατιού στο δωμάτιο στέκεται ένας μεγάλος λευκός αρκούδος. Ζήτησα από τον Ανδρέα να μου δώσει τα M.A. και να τα κρατήσει ο αρκούδος μέχρι να τελειώσουμε τη συνεδρία. Μετά το τέλος θα μπορέσει να τα πάρει. Μου έδωσε τα dvds και εγώ τα ακούμπησα στην αγκαλιά του αρκούδου. Του ζήτησα και το κινητό. Το κοίταξε, μετά κοίταξε τον αρκούδο, ύστερα κοίταξε εμένα και χωρίς μεγάλη προθυμία μου το έδωσε. Το έβαλα μαζί με τα dvds.

Ξεκινήσαμε να ανοίγουμε τα όργανα, αλλά φαινόταν ότι η σκέψη του δεν ήταν σε αυτό που κάναμε. Τακτοποιούσε ένα όργανο μαζί μου και είχε την ανάγκη να πλησιάσει τον αρκούδο. Κοιτούσε την οθόνη και επέστρεφε μετά από προτροπή μου για να συνεχίσουμε. Μετά το hello song η ανασφάλεια που ένιωθε μεγάλωσε και πήγε στον αρκούδο, πήρε το κινητό και ήρθε να καθίσει κοντά μου. Παίξαμε με το ντέφι εναλλάξ, έπαιξε με την κιθάρα, τραγουδήσαμε, όμως όλα αυτά ήταν συμπληρωματικά γεγονότα γύρω από την κύρια επιδίωξή του: να είναι σε σταθερή επαφή με το κινητό του.

Γενικότερα ο Ανδρέας είναι χαμογελαστός, σε σημείο που να νομίζω ότι δεν έχει άλλη έκφραση εκτός από αυτήν και την έχω κατατάξει στα στερεοτυπικά του στοιχεία. Κάποια στιγμή που παίζαμε ντέφι και όσο δεν είχε την προσοχή του στο κινητό, το απομάκρυνα ελαφρώς για να ξεφύγει από την περιφερειακή του όραση. Κάθε φορά που έβρισκα ευκαιρία το έσπρωχνα και λίγο παραπάνω με σκοπό να το πάω πίσω από το κομοδίνο, με την ελπίδα

---

<sup>8</sup> Λόγια της επόπτριας.

ότι δεν θα το αναζητήσει. Όταν τον είδα εξ' ολοκλήρου προσηλωμένο στο ντέφι, το σήκωσα με το χέρι για να το πάω πίσω από το κομοδίνο, κάτι που έγινε αντιληπτό.

Η έκφραση του προσώπου του άλλαξε, στην αρχή κάπως θυμωμένη και άπλωσε τα χέρια του για να το πάρει. Εγώ ενστικτωδώς απομακρύνθηκα και αυτός άλλαξε και πάλι έκφραση, αυτή τη φορά φαινόταν λυπημένος και άρχισε να κλαίει βγάζοντας μια φωνή που έμοιαζε με την έκφραση «δωσ το» («οο τοο»). Του το έδωσα και για το υπόλοιπο της συνεδρίας δεν διατάραξα την επαφή που είχε μαζί του. Ένιωσα ότι διακινδυνεύω την εμπιστοσύνη που μου δείχνει και δεν ήθελα να επιμείνω. Επίσης στεναχωρήθηκα κι εγώ με το που είδα πόσο σημαντικό ήταν γι' αυτόν να έχει κοντά το κινητό του. Ένιωσα ότι τον προδίδω, ότι προδίδω την εμπιστοσύνη που μου έδειξε.

Με το τέλος της συνεδρίας επικοινωνήσα με τη μητέρα του και της ανέφερα όσα έγιναν. Τη ρώτησα αν είναι εφικτό να μην έχει το κινητό από την επόμενη συνεδρία και να το αφήνει στο κάτω σπίτι. Μου είπε ότι αυτό είναι ένα όριο που μπορεί να του δώσει η γιαγιά του. Και πράγματι, όλες τις υπόλοιπες συνεδρίες, όταν πήγαινα να τον πάρω για να ανεβούμε στο πάνω σπίτι με τον παππού του, με θαυμασμό παρακολουθούσα τη σταθερή, αποφασιστική και σίγουρη φωνή της γιαγιάς του, που του ζητούσε να της δώσει το κινητό. Κι αυτός αναντίρρητα πάντα της το έδινε.

### III. (8η συνεδρία)

Στην όγδοη συνεδρία, μετά από συζήτηση με την επόπτρια, αποφάσισα να διαχειριστώ τα Μ.Α. προτείνοντας στον Ανδρέα να υπάρχουν μεν στον θεραπευτικό χώρο αλλά σε συγκεκριμένο σημείο. Από εκεί θα μπορεί να τα πάρει μετά το τέλος της συνεδρίας. Το σημείο αυτό ήταν η αγκαλιά ενός μεγάλου αρκούδου που υπήρχε στο δωμάτιο. Επέλεξα αυτό



το σημείο, γιατί θα μπορούσε το παιδί ανά πάσα στιγμή να έχει οπτική επαφή με τα αντικείμενα. Υπέθεσα ότι με αυτόν τον τρόπο θα ανανεώνεται η λειτουργία των αντικειμένων κι έτσι θα αισθάνεται ασφάλεια να μείνει με μεγαλύτερη συγκέντρωση στη μουσική διάδραση. Επίσης, ο αρκούδος ήταν ένα αγαπημένο παιχνίδι του Ανδρέα και πίστευα ότι η χρήση του σε αυτό το εγχείρημα θα συμβόλιζε την ασφάλεια.

Όπως είχε αναφερθεί παραπάνω, η διαχείριση των Μ.Α. συνέβη σε βηματισμούς με κατεύθυνση αποδέσμευσης από αυτά κατά τη διάρκεια της συνεδρίας και κλινικό στόχο τη βελτίωση της επαφής και τη διεύρυνση του χρόνου διάδρασης με τον πελάτη. Η διεύρυνση του χρόνου διάδρασης και η βελτίωση της επαφής, βάσει προσωπικής παρατήρησης, θα μπορούσαν να οδηγήσουν στην εμπάθυνση της θεραπευτικής σχέσης και να βοηθήσουν τον πελάτη να φέρει προς επεξεργασία κατά την εξέλιξη της παρέμβασης περισσότερα ζητήματα. Αυτό λοιπόν είναι το πρώτο βήμα αυτής της κατεύθυνσης.

Μπαίνοντας στο δωμάτιο, ο Ανδρέας είχε τα dvd's στα χέρια του. Ανοίγοντας την παλάμη μου του ζήτησα να μου τα δώσει για να τα ακουμπήσω στην αγκαλιά του αρκούδου και από εκεί μπορεί να τα ξαναπάρει με το τέλος της συνεδρίας, έκλεισα με τη φράση «μπορείς να είσαι στη μουσική και χωρίς αυτά». Ήταν μια έκφραση που την επανέλαβα σε αρκετές συνεδρίες από αυτό το σημείο κι έπειτα.

Η συνεδρία ξεκίνησε με τη ρουτίνα του ανοίγματος των οργάνων και αφού τα τοποθέτησα σε έναν νοητό κύκλο, έπαιξα το hello song ολοκληρώνοντας την τελετουργία που με αυτήν ξεκινούσαμε τις συνεδρίες. Η όψη του φανέρωνε ανασφάλεια, ενώ συνήθως ήταν ενεργός και συγκεντρωμένος στο μεγαλύτερο μέρος της έναρξης, αυτήν τη φορά παρατηρούσα το βλέμμα του να πηγαίνει συχνά στον αρκούδο και να επιστρέφει σε αυτό που κάναμε μαζί. Κάθε φορά που το παρατηρούσα σκεφτόμουν αν χρειάζεται να γίνει αυτό το εγχείρημα ή μήπως να το αφήσω και να του επιστρέψω τα αντικείμενα ώστε να νιώσει μεγαλύτερη ασφάλεια. Ο μόνος τρόπος για να επιβεβαιωθώ ή όχι για τις σκέψεις μου ήταν να στηρίξω

την απόφασή μου και να δω ποια θα είναι η συνέχεια.

Μετά το τέλος του τραγουδιού, σηκώθηκε και πλησίασε τον αρκούδο. Κοίταξε τα dvd για λίγο και επέστρεψε στον κύκλο. Πήρε την μπαγκέτα και παίξαμε για αρκετή ώρα στο ντέφι μαζί και εναλλάξ. Αφού έκλεισε η διάδραση, άφησα λίγο χρόνο για να παρατηρήσω προς τα πού θέλει να κινηθεί. Μέσα σε αυτό το διάστημα ξανασηκώθηκε και πήγε στον αρκούδο. Πήρε μερικά από τα dvd και επέστρεψε με αυτά. Κάθισε μπροστά μου, εγώ τον κοίταξα και χωρίς να του πω κάτι, άπλωσα το χέρι μου μπροστά του. Μου τα έδωσε κι εγώ τα έβαλα ξανά στην αγκαλιά του αρκούδου. Έπειτα πήρα την κιθάρα στα χέρια και αυτοσχεδίασα μια φράση λέγοντας: «Μπορείς και χωρίς αυτά, μπορείς και χωρίς αυτά, θα τα πάρεις μετά».

Χρησιμοποίησα την ίδια μελωδία τραγουδώντας την χωρίς λόγια, αλλά με φράσεις που έλεγε ο ίδιος (έη, ήη). Με ακολούθησε τραγουδώντας. Παράλληλα, έριχνε κλεφτές ματιές προς τον αρκούδο. Μετά σηκώθηκε ξανά και πήγε να κοιτάξει από κοντά τα dvd. Επέστρεψε πάλι. Κάθε φορά που αντιλαμβανόμουν ότι η προσοχή του είναι στα αντικείμενα έκανα την ίδια σκέψη: «- Να του τα δώσω; ή μήπως να στηρίξω την επιλογή μου». Αν κρίνω από τον τρόπο που το διαχειρίστηκα σε επόμενες συνεδρίες, η αναποφασιστικότητα που αισθανόμουν και η αδυναμία μου να νιώσω ασφάλεια με την επιλογή μου, ήταν στοιχεία που τροφοδοτούσαν ενδεχομένως την ανασφάλεια και την αναποφασιστικότητα του Ανδρέα να συνεχίσει τη συνεδρία χωρίς τα αντικείμενα.

Κατά την εξέλιξη των συνεδριών με τον Ανδρέα ανακάλυψα στην πράξη, πολλά πράγματα που γνώριζα μόνο σε θεωρητικό επίπεδο. Οι τρεις βασικές προϋποθέσεις που χρειάζεται να παρέχονται από την πλευρά του θεραπευτή στη θεραπευτική σχέση, σύμφωνα με τον Rogers (Rogers, 1961), είναι η γνησιότητα, η αποδοχή και η ενσυναίσθηση. Από την πορεία μου ως παιδαγωγός, ήξερα ότι στόχος μέσα στη σχέση με τους μαθητές, είναι η διδασκαλία και η μεταλαμπάδευση γνώσεων από μία πηγή σε πολλούς δέκτες. Στον ρόλο μου ως εκπαιδευτικός, το βάρος πέφτει στο πώς θα βοηθήσω τον μαθητή να μάθει κάτι που έχει

ανάγκη για να αναπτυχθεί στο συγκεκριμένο αντικείμενο. Η σχέση μέσα στην οποία λαμβάνει χώρα η συγκεκριμένη διαδικασία, κατά κύριο λόγο, περνάει σε δεύτερη μοίρα. Έτσι αυτό, ως κύριος ρόλος μου τα τελευταία 14 χρόνια, έχει εγκαθιδρύσει εντός μου έναν τρόπο προσέγγισης του άλλου, που βασίζεται στη μεταφορά της πληροφορίας κι όχι στη δόμηση της σχέσης. Το να βάλω στην άκρη αυτόν τον τρόπο σκέψης και να μπορέσω να εμπλακώ διαφορετικά με σκοπό να παρέχω τις απαιτούμενες προϋποθέσεις στον άλλο, ώστε να συνδεθούμε στο πλαίσιο μιας σχέσης ήταν και είναι μια επιδίωξή μου.

Ίδιες σκέψεις έκανα για τη διαφορετική χρήση της φωνής, ως εκπαιδευτικός ή ως θεραπευτής, για τον τόνο, την ένταση, την τοποθέτηση ή την εναλλαγή της χροιάς, σε κάθε εξέλιξη εντός της σχέσης με τον μαθητή ή τον πελάτη αντίστοιχα. Αντιλαμβάνομαι παρατηρώντας την εμπειρία μου, τις ομοιότητες και τις διαφορές στις επικοινωνιακές ποιότητες της φωνής μου, στην εκπαιδευτική ή στη θεραπευτική συνθήκη. Η φωνή μου ως εκπαιδευτικός χρειάζεται να θέτει όρια με τρόπο διαφορετικό απ' ότι ως θεραπευτής. Χρειάστηκε πολλές φορές να υψώσω την ένταση της φωνής μου για να ακουστώ μέσα σε ένα τμήμα. Χρειάστηκε να τιθασεύσω αυτή μου την τάση για ένταση. Να την κρατήσω για τις στιγμές που θα είναι ταιριαστή στα όρια της θεραπευτικής σχέσης. Ως θεραπευτής χρησιμοποιώ ένταση στη φωνή, για να γιορτάσω τη χαρά του πελάτη. Ως θεραπευτής χρησιμοποιώ την ένταση, για να καθρεφτίσω τον θυμό που μπορεί να αισθανθώ από τον πελάτη.

Μέσα από τη σχέση μου με τον Ανδρέα ανακάλυψα για πρώτη φορά κάποιους τρόπους για το πώς χρειάζεται να είμαι εγώ, ώστε ο άλλος να ενθαρρυνθεί στο να σχετιστεί μαζί μου. Μπορεί να είναι απλό στη σκέψη το ότι χρειάζεται να είμαι γνήσιος, με αποδοχή και ενσυναίσθηση για τον άλλον, αλλά το πώς θα τα παρέχω όλα αυτά είναι κάτι που ανακαλύπτω και ξανά ανακαλύπτω μπαίνοντας σε καινούργιες σχέσεις. Ως παιδαγωγός στη σχέση μου με τον Ανδρέα λοιπόν, σε αυτήν την όγδοη συνεδρία, θα είχα στο νου μου ότι

θέλω να παίζω μαζί του μουσική για να αναπτύξω την Α ή Β δεξιότητα. Ως εκπαιδευόμενος θεραπευτής ανακάλυψα ότι χρειάζεται να είμαι εκεί, με επίγνωση της κατάστασης στην οποία βρίσκομαι, ενήμερος για τα συναισθήματά μου, με διάθεση να ακούσω αυτό που έχει να μοιραστεί μαζί μου, παρέχοντας ασφάλεια, νιώθοντας συμπάθεια. Έτσι ενθαρρύνω τη δημιουργία ασφαλούς περιβάλλοντος, που εντός του προσδοκώ να δημιουργήσω μια σχέση ανάπτυξης και βοήθειας (Rogers, 1961).

Σε αυτήν την όγδοη συνεδρία ως παιδαγωγός θα ωθούσα τον Ανδρέα στο να παίζει ντέφι. Έπαιξα ντέφι μαζί του, επειδή ο ίδιος πήγε προς τα εκεί. Τραγουδήσαμε μαζί, επειδή ο ίδιος αποφάσισε να ανοίξει το στόμα του και να βιώσει με αυτόν τον τρόπο αυτό που αισθάνεται. Να ανοίξει ένα ζήτημα προς επεξεργασία, κάτι καινούργιο ή κάτι παλιό. Κάτι για το οποίο θέλει να εκφραστεί. Στην προκειμένη περίπτωση αισθάνθηκα ότι επικοινωνούσε την προσπάθειά του να υπάρξει στο πλαίσιο της παρέμβασης, χωρίς τη συντροφιά των αντικειμένων. Έμαθα σε αυτήν τη συνεδρία κάτι ακόμα για τον πελάτη μου και θέλω να πιστεύω ότι και ο ίδιος ανακάλυψε κάτι καινούργιο για τον εαυτό του.

Ως παιδαγωγός θα έπαιρνα τα Μ.Α. και θα τα έβγαζα από τον χώρο διδασκαλίας. Ως θεραπευτής διαπραγματεύτηκα αυτήν την αναγκαιότητα που είδα πως υπάρχει. Του ζήτησα να τα αφήσει στον χώρο και του είπα ότι μετά το τέλος της συνεδρίας θα τα ξαναπάρει. Η φωνή μου ήταν απαραίτητο να παρέχει ασφάλεια. Ήταν απαραίτητο να προσπαθήσω να αισθανθώ σαν να ήμουν αυτός, τι σημασία έχει η παρουσία αυτών των αντικειμένων στον χώρο. Πήγε πολλές φορές στον αρκούδο για να τα δει στιγμιαία ή να τα χαζέψει για λίγο ή να τα πάρει στα χέρια του. Όμως επέστρεφε σε αυτό που συνέβαινε μεταξύ μας και για τον Ανδρέα αυτό ήταν ένα μεγάλο βήμα. Αυτό το πηγαινέλα μπροστά στα αντικείμενα, ήταν μια ροή που τη δέχτηκα και δεν προσπάθησα να την αλλάξω. Προσπάθησα να είμαι εκεί, στο εδώ και τώρα της συνεδρίας και να συνοδεύσω την πορεία του παιδιού από τη διάδραση, στην επαφή με τα αντικείμενα και πίσω.

*«Η σχέση λοιπόν που θεωρώ βοηθητική χαρακτηρίζεται από ένα είδος διαφάνειας εκ μέρους μου, στην οποία τα πραγματικά μου συναισθήματα είναι προφανή. Χαρακτηρίζεται επίσης από μία αποδοχή του άλλου προσώπου ως μοναδικής οντότητας με δική της αξία και από μια βαθιά ενσυναισθητική κατανόηση, που μου επιτρέπει να βλέπω τον κόσμο του άλλου μέσα από τα δικά του μάτια. Όταν οι προϋποθέσεις αυτές επιτυγχάνονται, γίνομαι σύντροφος για τον πελάτη μου, τον συντροφεύω στην τρομακτική αναζήτηση του εαυτού του, την οποία νιώθει πλέον ελεύθερος να αρχίσει.» (Rogers, 1961:50).*

#### **IV. (9η συνεδρία)**

Στην αρχή της ένατης συνεδρίας μπήκα στον χώρο, ζητώντας ξανά από τον Ανδρέα να αφήσει στον αρκούδο τα Μ.Α.. Συνέχισα να προτείνω αυτόν τον τρόπο, σαν πρώτο βήμα διαχείρισης των αντικειμένων. Οι συχνές βόλτες γύρω από τον αρκούδο συνεχίστηκαν και παρατήρησα ότι, όσο πιο κοντά στον αρκούδο καθόταν, τόσο μεγαλύτερη διάθεση για διάδραση επεδείκνυε. Πολύ συχνά βέβαια έπαιρνε τα αντικείμενα και τα έφερνε μπροστά του. Όσο δεν τραβούσαν την προσοχή του απομακρύνοντάς τον από τη διάδραση, δεν ανέφερα τίποτα, όταν όμως τα έπαιρνε στα χέρια του επαναλάμβανα, υπό μορφή τραγουδιού, τους εξής στίχους:

«Δώσε τα dvds στον αρκούδο, θα τα πάρεις μετά, μπορείς και χωρίς αυτά, μπορείς και χωρίς αυτά». Όταν ένιωθα ότι αυτό δεν είναι αρκετό, ώστε να καλέσω τον Ανδρέα ξανά στην διάδραση, άπλωνα το χέρι μου μπροστά του, χωρίς να πω κάτι. Μου έδινε τα Μ.Α., τα έβαζα στην αγκαλιά του αρκούδου και του επαναλάμβανα ότι μπορεί και χωρίς αυτά.

Το γεγονός ότι τον απομάκρυναν από τη διάδραση ήταν εμφανές από τη βλεμματική επαφή.

Όταν δεν τα είχε στα χέρια του, το βλέμμα του ήταν στραμμένο σε μένα, έπαιζε μουσική και προσπαθούσε να εμπλουτίσει το ρεπερτόριο του αυτοσχεδιασμού του, κοιτάζοντας τα χέρια μου, μερικές φορές και το πρόσωπό μου. Όταν όμως είχε τα *dvds* στα χέρια του, το βλέμμα του ήταν στραμμένο σε αυτά. Αυτό ήταν και το όριο πριν του ζητήσω να μου τα δώσει, αν δηλαδή θα τα κοιτάζει επίμονα, φαινομενικά αποκομμένος.

Στη συγκεκριμένη συνεδρία πήρε τα *dvds* από το σημείο τρεις φορές, εγώ τα ζητούσα, τα ξαναέβαζα στον αρκούδο και επαναλάμβανα το τραγούδι που προαναφέρθηκε. Μετά την τρίτη φορά, κάθισε κοντά στον αρκούδο και συνέχισε από εκεί να έχει διάδραση μαζί μου. Για περίπου πέντε λεπτά ακολούθησε την πρότασή μου να παίξουμε μουσική. Κρατούσε στα χέρια του τις μαράκες και πολύ συχνά έπαιζε μιμούμενος τον ρυθμό που είχα αυτοσχεδιάσει βασιζόμενος στην κινησιολογία του. Όταν έσπρωξα το ντέφι κοντά του, επανέλαβε το ίδιο ρυθμικό μοτίβο χτυπώντας το με τις μαράκες. Ενίοτε μουρμούριζε κάποιες φράσεις. Εγώ τις επαναλάμβανα δίνοντάς τους μουσικό νόημα, κάνοντάς τες συγκεκριμένες, με σταθερό τονικό ύψος και συγκεκριμένο ρυθμό. Του πρότεινα έτσι έναν άλλο τρόπο.

Η επιθυμία του να πάρει τα *M.A.* στα χέρια του ήταν μεγάλη κι αυτό παρατήρησα ότι ενεργοποίησε την κινητικότητα του στον χώρο. Μετά από το σχετικά πυκνό πεντάλεπτο της διάδρασης, σηκώθηκε και άρχισε να κάνει κύκλους γύρω μου. Στεκόταν λίγο παραπάνω όταν περνούσε μπροστά από τα *dvds*. Αισθάνθηκα από αυτήν την κινητικότητα ότι ένιωθε ανασφάλεια χωρίς αυτά. Ξεκίνησα αυτοσχεδιασμό σε πεντατονική κλίμακα, που περιείχε γνώριμες φράσεις από προηγούμενες συνεδρίες. Κλινικός μου στόχος ήταν να δημιουργηθεί ένα περιβάλλον ασφάλειας για τον πελάτη ώστε να ενθαρρυνθεί η εμπλοκή του στη διάδραση.

Οι κύκλοι του γύρω μου κράτησαν για κάποια λεπτά. Εντέλει πήρε στα χέρια του τα *dvds*, μαζί πήρε κι ένα μαξιλάρι, ξάπλωσε στο κρεβάτι του και όντας ξαπλωμένος τα άγγιζε, μερικές φορές τα κοιτούσε και άλλες έκλειναν τα μάτια του, με προφανή διάθεση για ύπνο.

Κάθισα κοντά του στο κρεβάτι και προσπάθησα να συνοδεύσω την κατάσταση στην οποία βρισκόταν, παίζοντας το goodbye song σε πολλές επαναλήψεις με ήρεμο τρόπο, ώστε να μοιάζει με νανούρισμα. Στην αρχή τραγουδούσα τη μελωδία με φωνήματα κι έπειτα άρχισα να εισάγω και κάποια από τα λόγια του τραγουδιού έως ότου ολοκληρωθεί. Μέσα σε αυτό το τραγούδι, ο Ανδρέας κοιμήθηκε και στο τέλος του, άνοιξε τα μάτια και σηκώθηκε νυσταγμένος από τον ολιγόλεπτο ύπνο.

Η διάθεσή μου να προτείνω με επιμονή την απομάκρυνση των Μ.Α. κατάλαβα ότι τον κούρασε. Έβλεπα ότι αυτή η επιδίωξη χρειάζεται χρόνο, με αρκετές υπενθυμίσεις και επαναλήψεις της ίδιας διαδικασίας. Μια διαρκής θέσπιση ορίων, προκειμένου εντός τους, ο Ανδρέας να νιώσει ασφάλεια και να εμπλακεί στη διάδραση. Η μετακίνησή του στην κατάσταση χωρίς τα Μ.Α. στον χώρο εκτιμούσα ότι ήταν κάτι που ο Ανδρέας το είχε ανάγκη για να μπει με λιγότερες αποσπάσεις προσοχής στη θεραπευτική σχέση. Η επόπτριά μου, πρότεινε να μην επιμηκύνω για πολύ την εξέλιξη της απομάκρυνσης. Αισθανόμουν ότι καθυστερώ, αλλά με την παρατήρηση του παιδιού, πίστευα ότι το να δώσω τον απαιτούμενο χρόνο για τη διαχείριση των Μ.Α. στον Ανδρέα θα ενίσχυε τη θεραπευτική σχέση.

Μία ιδιαιτερότητα της περιόδου που εξελίχθηκαν οι συνεδρίες με τον Ανδρέα ήταν η χρήση της μάσκας. Παρατήρησα αυτήν τη συνθήκη σε πολλές φάσεις. Στις συνεδρίες από τον Ιανουάριο μέχρι τον Ιούνιο του 2021 (από την 1η έως την 15η συνεδρία) λόγω της γενικευμένης αυστηρότητας ως προς τη χρήση της μάσκας, σε όλες τις συναντήσεις μας φορούσα μάσκα καθ' όλη τη διάρκεια της παρουσίας μου στο σπίτι. Φορούσα τη μάσκα πριν τον συναντήσω στον κάτω όροφο και την έβγαζα αποχωρώντας από το σπίτι του. Από τον Σεπτέμβριο του 2021 μέχρι τον Ιούνιο του 2022 (από την 16η έως την 43η συνεδρία), έβγαζα συχνά τη μάσκα, στην αρχή με αφορμή τη χρήση των πνευστών οργάνων που εισήγαγα.

Αυτό που μου έκανε εντύπωση ήταν ο τρόπος με τον οποίο κοίταζε το στόμα μου, όταν επαναλάμβανα τραγουδώντας, πράγματα που είχε πει ή όταν τραγουδούσα κάτι που τον

ενδιέφερε. Κοιτούσε το στόμα μου με μεγάλη προσοχή και πολλές φορές προσπάθησε να μιμηθεί τους φθόγγους που του έκαναν μεγαλύτερη εντύπωση. Κρίνω λοιπόν ότι αυτό ήταν ένα στοιχείο που έπαιξε ρόλο στην εξέλιξη των συνεδριών με αρνητικό τρόπο, μιας και η δυνατότητα της μίμησης ήταν μειωμένη λόγω της μάσκας που εμπόδιζε την οπτική επαφή. Αισθάνθηκα πολλές φορές τη μάσκα σαν βάρος. Τραγουδούσα φράσεις που έλκυαν το ενδιαφέρον του πελάτη, ένιωθα ότι ήθελε να τις επαναλάβει, όμως το οπτικό ερέθισμα ήταν κάτι που δεν μπορούσα να του το δώσω.

## V. (10η συνεδρία)

Συνέχισα να δίνω χρόνο στη διαχείριση των Μ.Α. από τον Ανδρέα. Ήταν ήδη στο δωμάτιό του αυτήν τη φορά όταν μπήκα στο σπίτι κι έτσι δεν ζήσαμε τη ρουτίνα της συνάντησης στο ανέβασμα της σκάλας. Καθόταν στο κρεβάτι και είχε μπροστά του μια χούφτα DVDs. Τον χαιρέτησα και άρχισα να ανοίγω τα όργανα μόνος. Ύστερα, άπλωσα το χέρι στον χώρο ανάμεσά μας και μου έδωσε τα αντικείμενα. Τα άφησα στον αρκούδο, του επανέλαβα ότι μπορεί χωρίς αυτά και θα τα πάρει όταν τελειώσει η συνεδρία.

Κάθισα στο χαλί και αυτός στο κρεβάτι. Ξεκίνησα να παίζω το hello song. Στεκόταν απέναντί μου και άλλαζε συνέχεια θέση σα να προσπαθεί να βρει τη βολή του. Άλλαζε θέση στα μαξιλάρια, έστρωσε μια γωνία της κουβέρτας που ήταν τσαλακωμένη, μετέφερε το σώμα του μία δεξιά και μια αριστερά χωρίς να μπορεί να σταθεί κάπου. Παρατηρώντας τα παραπάνω, αισθάνθηκα πως είναι για κάποιον λόγο αναστατωμένος. Σταμάτησα το hello song και άρχισα να αυτοσχεδιάζω ήρεμα σε πεντατονική, με στόχο να παρέχω στον Ανδρέα τον χώρο και την ασφάλεια που πιστεύω ότι δίνει το άκουσμα της πεντατονίας. Θεώρησα ότι το τραγούδι καλωσορίσματος δεν ήταν ταιριαστό για το εδώ και τώρα του πελάτη.



*«Η χρήση του εδώ και τώρα δεν είναι αυστηρά ανιστορική, αφού μπορεί να συμπεριλάβει και γεγονότα που έχουν συμβεί σ' ολόκληρη τη διάρκεια της σχέσης μας με τον ασθενή μας» (Yalom, 2002:91).*

Τραγούδησα κάποια φωνήεντα σε αργό ρυθμό, μεγάλες νότες (τενούτες). Το αισθάνθηκα σαν ένα είδος προσευχής, αυτοπαρατήρησης, προθέρμανσης και για τους δυο μας. Χωρίς να χρησιμοποιήσω λόγια, κάλεσα τον πελάτη σε αυτό. Πλησίασα, κάθισα πιο κοντά και τον κοίταξα με απεύθυνση. Οι μεγάλες νότες μετατράπηκαν σε μια λέξη: «γεια». Τραγούδησα το «γεια» σε ήχους πιο σύντομους από πριν. Δύο λεπτά αργότερα, κατάφερε να βρει τη βολή του στο κρεβάτι. Με κοίταξε και ανταποκρίθηκε στον χαιρετισμό, κάνοντας κάποια σύντομα φωνήματα που έμοιαζαν στο «γεια» ως προς τον ήχο. Θεώρησα πως με αυτόν τον τρόπο με χαιρέτησε.

Σταμάτησα το γεια και χρησιμοποίησα άλλες συλλαβές για το τραγούδι μου. Αντικατόπτρισα τον ήχο που τραγούδησε όσο πιστότερα μπορούσα, προσπαθώντας να μιμηθώ την ποιότητα της φωνής του. *«Η ψυχοθεραπεία δεν είναι να κάνουμε έξυπνες και πιασάρικες ερμηνείες· πρωτίστως, είναι σε βάθος χρόνου να αντα-απο-δώσουμε στον ασθενή αυτό που φέρνει ο ασθενής. Είναι ένα πολύπλοκο παράγωγο του προσώπου που αντανακλά ότι υπάρχει για να ιδωθεί» (Winnicott, 1971:287-288).*

Έπαιξα κιθάρα και τραγουδούσα αφήνοντας αρκετό χώρο ανάμεσα στις τραγουδιστικές μου φράσεις. Μετέφερα τον αυτοσχεδιασμό μου με τη φωνή στην υψηλότερη οκτάβα, για να βρίσκομαι κοντά στο τονικό ύψος της φωνής του. Με αυτόν τον τρόπο, προσπάθησα να πλησιάσω πιο κοντά στον Ανδρέα, δείχνοντάς το μέσω της μουσικής. Δεν ξέρω αν ήταν αντίδραση στα ψηλότερα (τονικά) φωνήματά μου, αλλά ο Ανδρέας τραγούδησε παρόμοιες φράσεις. Σα να ήταν η αλλαγή οκτάβας εναρκτήριο λάκτισμα για το τραγούδι του. Έκανε glissandi στο προσφιλές του «έη» με τρόπο τέτοιο ώστε ακούγωντάς το πολλές φορές, αργότερα στη βιντεοσκόπηση, συνειδητοποίησα ότι ήταν η πρώτη φορά που τραγούδησε

κάτι που φαινομενικά είχε μουσικό νόημα. Αισθάνθηκα μεγάλη ικανοποίηση, λόγω του ότι ένιωθα ευπρόσδεκτος στο πλησίασμα που επιχειρούσα. Αντιλήφθηκα αυτά τα φωνήματα ως έναν καινούριο τρόπο του Ανδρέα να εκφράσει τον εαυτό του, ως διεύρυνση του εκφραστικού του ρεπερτορίου. Κι αυτό ήταν κάτι που συνέβαινε εντός της θεραπευτικής σχέσης. Συγκινήθηκα πολύ με το γεγονός και άρχισα να τραγουδάω περισσότερο, κάτι που μίκρυνε τον χώρο που είχε ο πελάτης κι έτσι κλιμακωτά απομακρύνθηκε από τη διάδραση. Πλησίασε τον αρκούδο και χάζεψε λίγο τα αντικείμενα.

Με αφορμή το υλικό αυτής της συνεδρίας, η επόπτρια επισήμανε ότι δεν είναι αρκετές οι παύσεις μεταξύ των μουσικών θεμάτων του αυτοσχεδιασμού μου. Με συμβούλεψε με κάθε ευκαιρία, να αφήνω χρόνο παύσεων στον πελάτη και να προσπαθώ να βρω την κατάλληλη ευκαιρία για να το κάνω (π.χ. στο κλείσιμο κάποιου μουσικού θέματος). Να δίνω δηλαδή στον Ανδρέα χώρο ανάμεσα στις μουσικές διαδράσεις που προκύπτουν από τον κλινικό αυτοσχεδιασμό. Στην απομάκρυνση αυτή προς τον αρκούδο, αναγνώρισα μια ευκαιρία για παύση. Δεν είπα κάτι και τον άφησα να επεξεργάζεται τα αντικείμενα στην αγκαλιά του αρκούδου. Αρκέστηκα στο να τον παρατηρώ ώστε να καταλάβω προς τα πού θέλει να κινηθεί. Έμεινε για λίγο ακόμα εκεί.

Ύστερα σηκώθηκε, έπιασε το ντέφι στα χέρια του και το χτύπησε στερεοτυπικά, σα να χτυπάει παλαμάκια με τον τρόπο που συνηθίζει, μπροστά στο πρόσωπό του. Ένα χτύπημα ήταν δυνατό και άφησε το ντέφι για να χαϊδέψει το πονεμένο χέρι του. Άφησα λίγο χρόνο για να μαλακώσει ο πόνος του και του προσέφερα μια μπαγκέτα για να συνεχίσει να παίζει με το ντέφι αν το θέλει. Συνεχίσαμε με αυτόν τον τρόπο να παίζουμε με το ντέφι εναλλάξ. Κάποια στιγμή το άφησε και ξάπλωσε στο κρεβάτι του. Τραγούδησα με τη συνοδεία της κιθάρας το goodbye song σε αρκετές επαναλήψεις. Σε κάθε επανάληψη έριχνα τη δυναμική προς το ρίανο, ώστε να γίνει σαφές ότι κλείνουμε τη συνεδρία. Ύστερα άρχισα να βάζω τα όργανα στις θήκες τους. Σηκώθηκε και με βοήθησε.

## VI. (11η συνεδρία)

Η διαχείριση των Μ.Α. ήταν ένας μακροπρόθεσμος στόχος. Με τη βοήθεια της εποπτείας μετά από τις πρώτες συνεδρίες, έφτασα στο συμπέρασμα ότι θα ήταν προς όφελος του πελάτη να απομακρυνθούν από την προσοχή του τα αντικείμενα κατά τη διάρκεια της συνεδρίας. Υπέθεσα ότι με αυτόν τον τρόπο θα μπορούσε να πετύχει μεγαλύτερα επίπεδα συγκέντρωσης στη μουσική διάδραση. Πίστευα ότι με αυτόν τον τρόπο θα αυξανόταν η διάρκεια του ποιοτικού χρόνου διάδρασης κι αυτό θα ήταν προς όφελος της θεραπευτικής σχέσης. Δεν θα μπορούσα όμως να απομακρύνω από μόνος μου τα αντικείμενα. Θα ήταν κάτι πολύ παρεμβατικό.

Σύμφωνα με τον Winnicott (1971), παράλληλα με την εσωτερική και εξωτερική πραγματικότητα για κάθε άνθρωπο υπάρχει και μια τρίτη περιοχή *«η οποία δεν αμφισβητείται, διότι τίποτε δεν διεκδικείται για λογαριασμό της, εκτός από το ότι θα υπάρχει ως χώρος ανάπαυσης για το άτομο που εμπλέκεται στο αέναο ανθρώπινο έργο να διατηρεί την εσωτερική και εξωτερική πραγματικότητα ξεχωριστές αλλά και διασυνδεδεμένες»* (σ.49). Τα αντικείμενα είναι μέρη αυτής της περιοχής, συνεπώς η βίαιη απομάκρυνσή τους μπορεί να διαταράξει την επαφή του πελάτη με αυτόν τον χώρο και κατ' επέκταση να θέσει σε κίνδυνο τη σχέση εμπιστοσύνης που στις πρώτες συνεδρίες προσπαθούσα να χτίσω. Για να προτείνω μια τέτοιου είδους αλλαγή στον Ανδρέα χρειαζόταν αρκετά ενδιάμεσα βήματα.

Κατά την εξέλιξη της παρέμβασης και με τη βοήθεια της εποπτείας τίθενται μακροπρόθεσμοι και βραχυπρόθεσμοι στόχοι οι οποίοι προκύπτουν υπό την προϋπόθεση ότι αυτό που θέλω να καταφέρω είναι προς όφελος της ανάπτυξης του πελάτη. Η παραπάνω περίπτωση που αφορά τα αντικείμενα είναι ένα παράδειγμα της διαδικασίας της

στοχοθέτησης εντός του θεραπευτικού πλαισίου.

Ένας άλλος μακροπρόθεσμος στόχος που έθεσα κατά την εξέλιξη των συνεδριών ήταν η αύξηση της χρήσης της φωνής στον αυτοσχεδιασμό από πλευράς του πελάτη. Για να προτείνω κάτι τέτοιο αποφάσισα να λειτουργήσω με σταδιακούς βηματισμούς, όπως και στην περίπτωση των αντικειμένων. Το πρώτο βήμα, το οποίο έλαβε χώρα σε αυτήν την ενδέκατη συνεδρία, ήταν η χρήση μουσικού υλικού (σφυρίχτρα με ήχο τρένου), που να ενεργοποιεί τη στοματική και αναπνευστική δραστηριότητα. Ο Ανδρέας είναι ένα παιδί που δεν έχει ανεπτυγμένο προφορικό λόγο. Υπέθεσα λοιπόν ότι η αύξηση της παραγωγής ήχων με το στόμα, μέσω της μουσικοθεραπείας, μπορεί να αποτελέσει μια αρχή για την πρόκληση λόγου στο μέλλον. Είχα μαζί μου στη συνεδρία δύο σφυρίχτρες, μία για τον Ανδρέα και μία για μένα. Μπαίνοντας στο δωμάτιο είχε τα αντικείμενα στα χέρια του. Του άπλωσα το χέρι χωρίς να τα ζητήσω λεκτικά. Τα άφησα στον αρκούδο και είπα ότι θα είναι εδώ για να τα πάρει όταν τελειώσουμε. Η σφυρίχτρα του τράβηξε την προσοχή με το που την έβγαλα από τη θήκη. Φύσηξα εγώ μερικές φορές και μετά του έδωσα τη δική του. Εκτός της σφυρίχτρας για πρώτη φορά έβλεπε και το πρόσωπό μου χωρίς μάσκα. Παρατήρησε τον τρόπο που ακουμπούσα τα χείλη στο επιστόμιο και το μιμήθηκε. Πήρα την κιθάρα με διάθεση να συνοδεύσω αυτό που έπαιζε. Δεν τραγούδησα για να αφήσω χώρο στον Ανδρέα, για το παίξιμο της σφυρίχτρας. Αυτή η διάδραση κράτησε πάνω από πέντε λεπτά και σταμάτησε όταν άφησε τη σφυρίχτρα. Άφησα κι εγώ την κιθάρα και τον παρατήρησα για να δω προς τα πού θέλει να κινηθεί. Για λίγο κρύφτηκε πίσω από την κουρτίνα κι όταν βγήκε έπιασε το ντέφι κι άρχισε να το χτυπά. Πήρα το δεύτερο ντέφι και έπαιξα μαζί του. Παίξαμε με τα ντέφια για αρκετή ώρα και μετά από αυτήν τη διάδραση έκλεισα με το γνώριμο τραγούδι (goodbye song).

Η σφυρίχτρα ως νέο μουσικό υλικό του έκανε μεγάλη εντύπωση. Το έδειξε με τον τρόπο που την έβαλε στη θήκη της στο τέλος, σαν να μην ήθελε να την αποχωριστεί. Το δικό μου

ενδιαφέρον έπεσε στο γεγονός ότι από την αρχή μέχρι το τέλος της μισάωρης συνεδρίας, ο Ανδρέας δεν έδωσε καμία ενδιάμεση προσοχή στα Μ.Α..

## VII. (12η συνεδρία)

Με την έναρξη της δωδέκατης συνάντησης, πέρασα στο επόμενο βήμα για τη διαχείριση των Μ.Α.. Έφερα μαζί μου μια άδεια χάρτινη κούτα και ζήτησα από τον Ανδρέα, αντί να μου δώσει τα αντικείμενα στο χέρι, να τα βάλει μέσα της. Άφησα την κούτα δίπλα στον αρκούδο και είπα στον Ανδρέα ότι θα τα πάρει από την κούτα μετά το τέλος της συνεδρίας. Παρατηρώντας κάποια στιγμιότυπα από το υλικό της προηγούμενης φοράς, είδα ότι ο πελάτης δεν χρειάστηκε να πλησιάσει τα αντικείμενα κατά τη διάρκεια της συνεδρίας κι έτσι ένιωσα ότι είναι έτοιμος για το επόμενο βήμα.

Θεωρώ τη συνεδρία αυτή σημαντική για δύο λόγους: ο πρώτος είναι ότι από το σημείο αυτό και μετά, αισθάνθηκα ότι η εμπιστοσύνη μεταξύ εμού και του πελάτη έφτασε σε αρκετά καλό επίπεδο λειτουργικότητας. Έβλεπα ότι ο Ανδρέας ακολουθούσε αναντίρρητα τις περισσότερες φορές, όσα μπορεί να πρότεινα για διάδραση, κάτι που δεν ήταν αυτονόητο στις προηγούμενες συνεδρίες. Επίσης, κι από την πλευρά μου, αισθάνθηκα ότι κάθε επιλογή του Ανδρέα, είτε αυτή είναι η διεκδίκηση μιας παύσης είτε η αλλαγή προς κάποια άλλη μουσική κατεύθυνση, είναι αξιολογική. Εμπιστεύτηκα τον Ανδρέα, χωρίς να μπαίνω πλέον σε θέση να διαπραγματευτώ και να προσπαθώ να θέσω εκ νέου όρια. Η αναγνώριση της παραπάνω συνθήκης με ώθησε στο να θεωρήσω αυτήν την συνεδρία όριο για την εγκαθίδρυση της θεραπευτικής σχέσης.

Ο δεύτερος λόγος για τον οποίο θεωρώ σημαντική αυτήν τη συνεδρία είναι γιατί μοιράστηκα με τον Ανδρέα μια διάδραση με ξεκάθαρο μουσικό νόημα, από την αρχή μέχρι το τέλος της. Πιστεύω ότι το γεγονός ότι άρχισε να ισχυροποιείται η σχέση ήταν σημαντικός παράγοντας που οδήγησε στην ύπαρξη τέτοιου είδους διαδράσεων. Διαδράσεις με αρκετή συγκέντρωση από τον Ανδρέα, που να έχουν κλιμακωτά μεγαλύτερη διάρκεια και να αποκτούν κατά την εξέλιξή τους εμφανέστερα μουσικό νόημα. Το μουσικό νόημα στις διαδράσεις δίνει ένα σημάδι ότι ο Ανδρέας συμμετέχει στην παρέμβαση, όχι επειδή του επιβάλλεται, προσπαθώντας να διεκπεραιώσει μια δραστηριότητα, αλλά με επιθυμία για όσα συμβαίνουν.

Ο Ανδρέας ήταν όρθιος πάνω στο κρεβάτι του κι εγώ όρθιος στο χαλί απέναντί του. Τραγούδησα μια φράση και στο τέλος της, σαν πτώση, έπαιξα σφυρίχτρα. Μετά από μερικές επαναλήψεις σταμάτησα να παίζω σφυρίχτρα στο κλείσιμο της φράσης και άφηνα παύσεις μέχρι να τραγουδήσω ξανά τη φράση του αυτοσχεδιασμού μου. Στη δεύτερη επανάληψη, ο Ανδρέας μιμούμενος το παίξιμό μου, έπαιξε με τη σφυρίχτρα για το κλείσιμο της φράσης, πήρε δηλαδή τον ρόλο που άφησα εγώ προηγουμένως. Στην εξέλιξη αυτού του αυτοσχεδιασμού, άρχισα να χτυπάω απαλά με το ντέφι μαζί με το παίξιμό του. Πήρε κι αυτός ένα δεύτερο ντέφι και προσπαθούσε να στηρίξει τη σφυρίχτρα στο στόμα του και να παίζει παράλληλα με τα δύο όργανα. Δεν ήταν δυνατό να κρατήσει με τα χείλη του τη σφυρίχτρα, γι' αυτό μετά από λίγο την άφησε και κράτησε μόνο το ντέφι.

Παρατηρώντας το παίξιμό του να πυκνώνει σε ρυθμικές αξίες, άφησα το ντέφι για να συνοδεύσω αρμονικά τις φράσεις του αυτοσχεδιασμού του. Ίσως με αυτήν μου την κίνηση να κατάλαβε ότι χρειάζεται να αλλάξει όργανο και ο ίδιος. Άφησε το ντέφι και αυτοσχεδίασε με τη σφυρίχτρα ρυθμικά μοτίβα που έμοιαζαν με αυτά που έπαιζε στο ντέφι. Εγώ προσάρμοσα τη συνοδεία της κιθάρας με τα σφυρίγματα του.



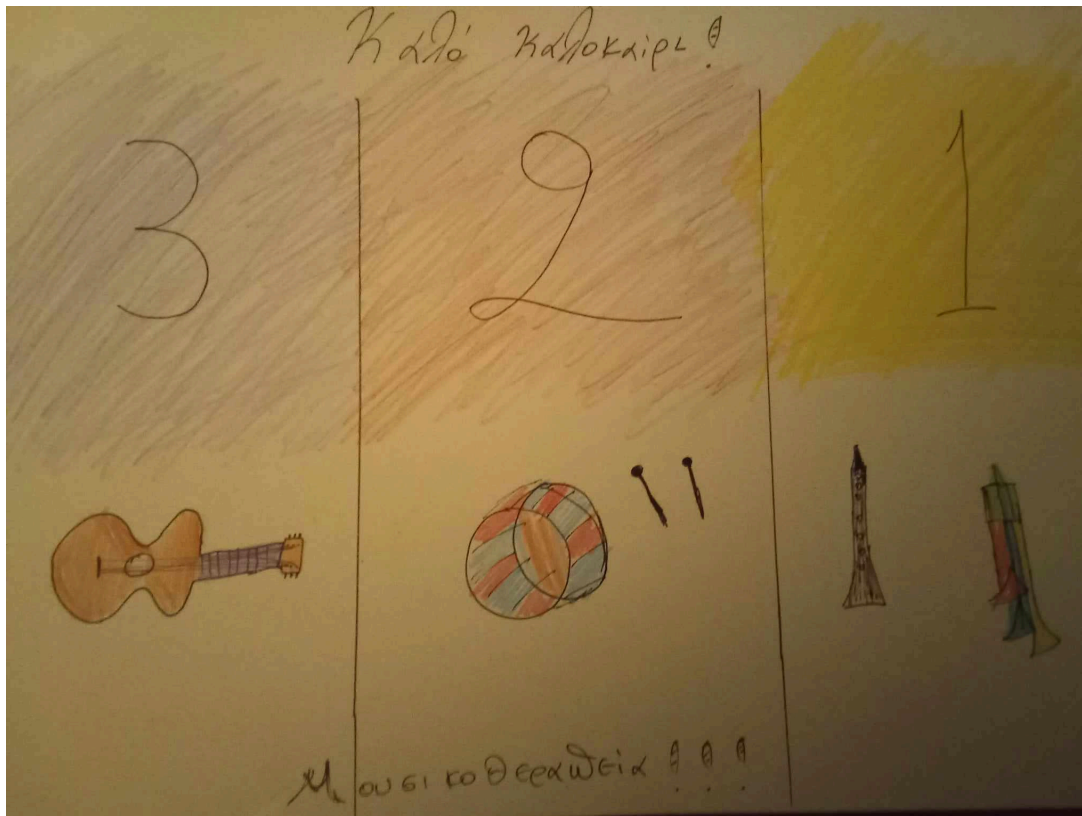
Η συνοδεία μου έμοιαζε με δωδεκάμετρο blues. Θυμάμαι έντονα το συναίσθημα εκείνης της στιγμής. Ήταν η πρώτη φορά που αισθανόμουν ότι η συμμετοχή του πελάτη στον αυτοσχεδιασμό έχει μουσικό νόημα και παράλληλα είναι προϊόν έκφρασης συναισθημάτων, πλούσιο σε φαντασία. Θυμήθηκα εκείνη τη στιγμή ότι κάθε φορά που ενθουσιάζομαι από τη συμμετοχή του Ανδρέα παίζω περισσότερο από όσο χρειάζεται στον αυτοσχεδιασμό και γεμίζω τον μουσικό χώρο, με αποτέλεσμα να αποθαρρύνω τη συμμετοχή του παιδιού. Για να το διαχειριστώ, σταμάτησα να τραγουδάω και προσπάθησα να συγκεντρωθώ στην παρουσία του Ανδρέα. Παρατήρησα τον αυτοσχεδιασμό και την κινητικότητα του σώματός του. Κινούνταν ρυθμικά απέναντί μου, ήταν σα να χορεύουμε. Σταμάτησε να παίζει με τη σφυρίχτρα, αλλά συνέχισε να κινείται στον ρυθμό. Το δωδεκάμετρο blues κλιμακωτά έγινε rock 'n' roll και η ταχύτητά του αυξήθηκε. Ενώ συνέχισα να παίζω τον ίδιο κύκλο και ο Ανδρέας τραγούδησε. Η φράση του έμοιαζε πολύ ταιριαστή με το ύφος της συνοδείας. Ξεκίνησε μεταξύ μας ένα μουσικό παιχνίδι ερώτησης και απάντησης με τις φωνές. Το υλικό από τη βιντεοσκόπηση ήταν αντικείμενο μελέτης για το υπόλοιπο της παρέμβασης. Μιμήθηκα πολλές φορές τον τρόπο που τραγούδησε και έπαιξε, προσπάθησα να κατανοήσω καλύτερα κάθε στιγμή αυτού του πρώτου σημαντικού ανοίγματος του πελάτη. Ήθελα να ενισχύσω περισσότερο το στοιχείο της εγγύτητας και πίστεψα ότι για να τον πλησιάσω, να

τον συναντήσω δηλαδή σε αυτό που συμβαίνει στο παρόν του, μου είναι σημαντικό να κατανοήσω, όσο μπορώ, αυτό που εκφράζει μέσω της μουσικής.

## Συνεδρίες 13 - 15: Κλείσιμο 1ης περιόδου

Πλησιάζοντας στην καλοκαιρινή περίοδο, η επόπτρια επεσήμανε την αναγκαιότητα διαχείρισης του κλεισίματος των συνεδριών με τον Ανδρέα. Σύμφωνα με την Αντωνοπούλου (2023), τα άτομα που ανήκουν στο ΔΑΦ συχνά, *«δυσανασχετούν όταν συμβαίνει μία αλλαγή στην καθημερινή τους ρουτίνα»* (σ.19). Η μουσικοθεραπευτική παρέμβαση αυτούς τους μήνες έγινε μέρος της εβδομαδιαίας ρουτίνας του Ανδρέα και το να σταματήσει αυτός ο κύκλος υπέθεσα ότι μπορεί να είναι κάτι που θα φέρει αναστάτωση στο παιδί. Πέραν αυτού σκέφτηκα ότι μπορεί ο πελάτης να αμφισβητήσει την εμπιστοσύνη και την ασφάλεια που φαινομενικά αισθάνεται στη θεραπευτική σχέση. Για να μειωθούν οι πιθανότητες για τα παραπάνω, η επόπτρια πρότεινε να μιλήσω με τον Ανδρέα και να του εξηγήσω ότι σιγά σιγά πλησιάζουμε στο κλείσιμο για καλοκαίρι και θα ξαναβρεθούμε για να συνεχίσουμε τη μουσικοθεραπεία το φθινόπωρο. Προσάρμοσα τα παραπάνω στη ρουτίνα κλεισίματος, μετά το μάζεμα των μουσικών οργάνων. Επίσης, για τις τελευταίες τρεις συναντήσεις για τη φετινή σεζόν, έφτιαξα μια ζωγραφιά η οποία μετρούσε τις συνεδρίες που έμειναν αντίστροφα, σε μια προσπάθεια να οπτικοποιήσω την πληροφορία.





Από τη δέκατη τρίτη έως τη δέκατη πέμπτη συνάντηση, στο τέλος κάθε συνεδρίας, έδειχνα στον Ανδρέα την παραπάνω φωτογραφία και του μετρούσα πόσες ακόμα φορές θα ιδωθούμε μέχρι τη διακοπή για το καλοκαίρι.

Όσον αφορά την επιλογή μου να προτείνω στον Ανδρέα το παίξιμο πνευστών οργάνων, με στόχο την αύξηση της φωνητικής εμπλοκής του πελάτη (1ο βήμα: σφυρίχτρα), σε αυτό το διάστημα έφερα στον θεραπευτικό χώρο ένα ιδιαίτερο όργανο που ονομάζεται καζού. Στο όργανο αυτό, για να παράγει κανείς ήχο, χρειάζεται να ενεργοποιηθεί με τη φωνή του το καζού (2ο βήμα). Μέσω του οργάνου η φωνή παράγει έναν ήχο παραμορφωμένο, λόγω μιας πλαστικής μεμβράνης που πάλλεται με τον ήχο της φωνής και ακούγεται ένα ενδιαφέρον ηχητικό αποτέλεσμα. Στην πρώτη απόπειρα του Ανδρέα να παίξει το καζού (13η συνεδρία), προσπάθησε να παράγει ήχο, αλλά μετά από μερικές απόπειρες δεν τα κατάφερε και το άφησε για να ασχοληθεί με κάποιο άλλο όργανο. Στη δεύτερη απόπειρα (15η συνεδρία), προσπάθησε αρκετές φορές χωρίς αποτέλεσμα και πάλι. Άφησε το καζού στην άκρη και γύρισε την πλάτη στον νοητό κύκλο της μουσικής «φωλιάς» που αναφέρθηκε σε

προηγούμενη συνεδρία.

Η έκφραση του προσώπου του έδειχνε ότι νιώθει απογοήτευση, επειδή δεν μπόρεσε να βγάλει ήχο. Τον πλησίασα και του είπα ότι δεν πειράζει που δεν έβγαλε ήχο και ότι μπορεί να ξαναπροσπαθήσει όταν θέλει. Μπορώ κι εγώ να του δείξω με περισσότερη λεπτομέρεια τον τρόπο. Επεδίωξα ο τόνος της φωνής μου να είναι τρυφερός και ήρεμος, με σκοπό να παρηγορήσω το παιδί. Τη στιγμή εκείνη φοβήθηκα, μήπως δεν του επιτρέπω να βιώσει το συναίσθημά του, φοβήθηκα μήπως εισπράττει όσα λέω επεμβατικά. Η επόμενη σκέψη μου ήταν ότι εγώ σε αντίστοιχη περίπτωση θα ένιωθα επέμβαση. Αναγνώρισα δηλαδή ότι αυτό είναι δικό μου συναίσθημα κι όχι του Ανδρέα.

Ο τόνος και το ύφος της φωνής μου επικοινωνούσαν την προσπάθειά μου να συνεχίσω να πλησιάζω. *«Όταν ο μουσικοθεραπευτής και ο πελάτης επικοινωνούν με ήχους με έναν τρόπο που ικανοποιεί και τους δύο, δημιουργούν επίσης μια συντονισμένη σχέση μέσα στον χρόνο»* (Trevarthen & Malloch, 2000). Μετά από όσα του είπα για την απόπειρα στο καζού, ο Ανδρέας σηκώθηκε και πήρε στα χέρια του τη σφυρίχτρα, δείχνοντάς μου προς τα πού θέλει να κατευθυνθεί.

Σε αυτές τις συνεδρίες κλεισίματος ο Ανδρέας επικοινωνήσε για πρώτη φορά μια προσωπική του ανάγκη σταματώντας τη ροή της διάδρασης στη συνεδρία. Ήθελε να πάει στην τουαλέτα και σηκώθηκε από το κρεβάτι που καθόταν, δείχνοντάς μου στον πίνακα PECS (Picture Exchange Communication System), μια ζωγραφιά που απεικονίζει μια τουαλέτα. Του είπα να πάει και ότι θα τον περιμένω για να συνεχίσουμε. Με αυτήν την κίνηση, ένιωσα ότι με εμπιστεύεται και ότι αισθάνεται άνετα μαζί μου ώστε να εξυπηρετήσει μια φυσική ανάγκη, διακόπτοντας τη διάδραση και ιεραρχώντας εσωτερικά τις ανάγκες του. Σύμφωνα με τα λεγόμενα της μητέρας, είναι σπάνιες οι φορές που επικοινωνεί τέτοιου είδους ανάγκη με κάποιον που δεν ανήκει στον οικογενειακό του κύκλο. Το παραπάνω περιστατικό επαναλήφθηκε άλλες τρεις φορές μέχρι την τελευταία συνεδρία (43η).

Μία διαφορετική μουσική διάδραση αυτών των συνεδριών υπήρξε ένα παιχνίδι turn taking με παίξιμο στο ίδιο ντέφι. Επεδίωξα, δοθείσης ευκαιρίας να φτιάξω μια δραστηριότητα αυτού του είδους μετά από παρότρυνση της επόπτριας, με στόχο την ανάπτυξη της επικοινωνίας με τον πελάτη, μέσω της από κοινού δόμησης ενός ρυθμικού παιχνιδιού.

Σύμφωνα με άρθρο της Bilgehan (2015), *«κατά τη διάρκεια συνεδριών μουσικοθεραπείας, παρατηρήθηκαν βελτιώσεις σε εφήβους με Διαταραχή Αυτισμού (ΔΑ) σε πολλούς τομείς, όπως η εναλλαγή σειράς (turn taking), η βλεμματική επαφή, η ακρόαση, η αυτοέκφραση, η συντονισμένη κίνηση στην ομάδα, η λήψη αποφάσεων με άλλους και η αποδοχή των διαφορών των άλλων».*

Τέλος, στις συνεδρίες κλεισίματος, η θέση των Μ.Α. ήταν όπως και στη δωδέκατη συνεδρία, μέσα στο κουτί, δίπλα στον αρκούδο, χωρίς να αποσπούν την προσοχή του πελάτη, κατά τη διάρκεια των συνεδριών.

## Συνεδρίες 16 - 20: Έναρξη νέας περιόδου, ανάδυση μνήμης

Με την έναρξη της νέας σχολικής περιόδου, τηλεφώνησα στη μητέρα του Ανδρέα και προγραμματίσαμε την έναρξη των συνεδριών για την πρώτη εβδομάδα του Οκτώβρη. Άφησα κενό δύο εβδομάδες, σαν χρόνο προσαρμογής για τον πελάτη στο σχολικό περιβάλλον, μετά τις διακοπές του καλοκαιριού. Υπέθεσα ότι θα είναι καλύτερο γι' αυτόν, να έχει συνηθίσει τη ρουτίνα του σχολείου πριν ξεκινήσει η παρέμβαση. Το διάστημα αυτό προετοιμαζόμουν για τη νέα αρχή. Σκεφτόμουν ότι θα ήταν καλό στον αυτοσχεδιασμό μου να χρησιμοποιήσω υλικό από την προηγούμενη περίοδο, ως συνδετικό κρίκο που φέρνει κοντά το παρελθόν με

το παρόν. Να δώσω χρόνο στον εαυτό μου και στον Ανδρέα να θυμηθούμε ξανά ο ένας τον άλλον.

Πήγα λοιπόν στην πρώτη συνεδρία της καινούριας χρονιάς και προσπάθησα να εφαρμόσω τη ρουτίνα της έναρξης. Ζήτησα τα Μ.Α. και τα έβαλα στο κουτί, του είπα ότι μπορεί χωρίς αυτά και ότι θα τα πάρει μετά. Άφησα το κουτί δίπλα στον αρκούδο. Το χαρακτηριστικό αυτής της δέκατης έκτης συνάντησης (1η της καινούργιας περιόδου), ήταν ότι δεν μπορούσε να υπάρξει ουσιαστική μουσική επαφή μεταξύ μας. Ένιωσα ότι χρειάζεται να φτιάξουμε τη μουσική μας σχέση από την αρχή. Τα αντικείμενα δεν τον απασχόλησαν καθόλου, αλλά δεν υπήρξε μουσική σύνδεση. Αισθάνθηκα απογοήτευση. Κατάλαβα ότι αυτός ο χρόνος που μεσολάβησε μας απομάκρυνε και χρειαζόμασταν κάποιο διάστημα για να ξαναβρεθούμε.

Το ενδεχόμενο του χρόνου προσαρμογής ήταν μέσα στα πιθανά σενάρια που κουβεντιάσαμε με την επόπτρια στην επίβλεψη και ήμουν προετοιμασμένος γι' αυτό. Όμως τα πρώτα λεπτά, έμοιαζαν πολύ με τα πρώτα λεπτά της αρχικής μας συνάντησης (Γενάρης '21). Ήμουν κάθιδρος και σκεφτόμουν πολύ. Δεν μπορούσα να συγκεντρωθώ στον πελάτη, στο πού βρίσκεται και πώς μπορώ να τον πλησιάσω.

Έπαιξα το hello song, αυτοσχεδίασα σε πεντατονική κλίμακα και σε γνώριμα θέματα για τον Ανδρέα. Η συμμετοχή του ήταν μικρή σε διάρκεια και χωρίς ιδιαίτερη συγκέντρωση. Κρατούσε και παρατηρούσε τα όργανα σα να τα βλέπει για πρώτη φορά. Δεν είχε βλεμματική επαφή μαζί μου παρά μόνο μια - δυο στιγμές. Μετά τα πρώτα λεπτά, κατάφερα να ηρεμήσω από τις πολλές σκέψεις και όσο περνούσε η ώρα συγκεντρωνόμουν στην εικόνα του πελάτη. Αποδέχτηκα ότι θα χρειαστεί χρόνος επαναπροσαρμογής για να φτάσουμε τη σχέση στο επίπεδο που ήταν πριν το καλοκαίρι. Ο Ανδρέας κινούνταν συνέχεια στον χώρο και δεν έδειχνε ιδιαίτερο ενδιαφέρον για διάδραση.

Το παράξενο ήταν ότι στην επόμενη συνεδρία (17η) η εξέλιξη ήταν διαφορετική. Μπαίνοντας στον χώρο ανοίξαμε τα όργανα κι ο Ανδρέας πήρε το ντέφι κι άρχισε να χτυπάει

αισθητηριακά το όργανο, περπατώντας στο δωμάτιο, χωρίς να φαίνεται ότι αυτό το παίξιμό του έχει κάποιο μουσικό νόημα. Δεν αισθανόμουν ότι μέσω αυτού ήθελε κάτι να εκφράσει. Παρατήρησα τα χτυπήματά του και προσπάθησα να τα συνοδεύσω με την κιθάρα. Στην αρχή έπαιζα μαζί του σε κάθε αξία, τη συγχορδία C, αντιλαμβανόμενος τους χτύπους σε ομάδες των τριών (τρίηχα). Ακολουθούσα την πορεία του μέσα στο δωμάτιο σα να ήταν μια χαρούμενη (λόγω της C) λιτανεία. Χαρακτήρισα ως χαρούμενη αυτήν τη διάδραση χρησιμοποιώντας την C, επειδή θέλησα να καθρεφτίσω την χαρούμενη έκφραση του προσώπου του παιδιού. Η πορεία μας ήταν κυκλική.

Μετά από μερικούς κύκλους, ο Ανδρέας γύρισε και με κοίταξε χωρίς να σταματήσει να παίζει. Τότε σκέφτηκα να αρχίσω να παίζω τη συγχορδία στο πρώτο από τα τρία χτυπήματα. Σκέφτηκα δηλαδή, να επικοινωνήσω με τον Ανδρέα το μουσικό νόημα που έδωσα στο κοινό μας παίξιμο. Αυτός συνέχισε να χτυπάει το ντέφι όπως πριν κι εγώ ένα από τα τρία χτυπήματα, αργότερα ένα από τα έξι (σαν πρώτο όγδοο σε μέτρο 6/8). Μετά από μερικές επαναλήψεις, ο Ανδρέας σταμάτησε το παίξιμό του και προσπάθησε να μιμηθεί το δικό μου. Δεν μπορούσε να συγχρονιστεί μαζί μου. Τότε άρχισα να κάνω επιδεικτικές και μεγάλες τις κινήσεις μου, συνοδευόμενες κι από ένα «ώωωωωω» με τη φωνή, που κατέληγε σε χτύπημα στην κιθάρα. Για λίγη ώρα καταφέραμε να παίζουμε ακριβώς ο ένας μαζί με τον άλλο, συνειδητά και για τους δύο κι όχι αισθητηριακό παίξιμο από την πλευρά του πελάτη. Ύστερα ο Ανδρέας επέστρεψε στο προηγούμενο παίξιμό του με τα συνεχόμενα χτυπήματα, κινούμενος ξανά στο δωμάτιο σε κύκλους. Τον ακολούθησα παίζοντας κάθε αξία (σα να έπαιζα τρίηχα όπως πριν). Επίσης, τραγούδησα όσο τον ακολουθούσα το εξής: «Εγώ κι εσύ παίζουμε μουσική, εμείς μαζί παίζουμε μουσική».

Ο Winnicott (1971), αναφέρεται στη σημασία του παιχνιδιού και της δημιουργικότητας, για την ανακάλυψη του πραγματικού εαυτού. «Στο παίζειν, και μόνο στο παίζειν το κάθε παιδί ή ο ενήλικας μπορεί να είναι δημιουργικό(ς) και να χρησιμοποιεί το όλον της προσωπικότητάς του,

και μόνο όταν είναι δημιουργικό, το άτομο ανακαλύπτει τον εαυτό του» (σ.154). Σύμφωνα με τα παραπάνω, θεωρώ πολύ σημαντική την παραπάνω διάδραση με τον πελάτη, μιας και μέσω του παιχνιδιού ο Ανδρέας κατάφερε να δώσει χώρο στη δημιουργικότητά του.

Κάτι που θεώρησα σημαντικό για την επαναπροσέγγιση της σχέσης με τον πελάτη ήταν το να βρω ευκαιρίες να εκφράσω απέναντί του αποδοχή κι εμπιστοσύνη. Επειδή δεν τον άφηνα να ασχολείται με την κάμερα, όταν την ανακάλυπτε στον χώρο ασχολούνταν με αυτήν, πράγμα που δυσκόλευε τη δυνατότητά μας για σύνδεση (αναφέρομαι στις πρώτες 15 συνεδρίες). Όσο οι συνεδρίες προχωρούσαν, ο πελάτης κλιμακωτά δεχόταν ότι αυτό είναι ένα όριό μου και το σεβάστηκε. Με τον καινούργιο χρόνο όμως το ενδιαφέρον του για την κάμερα αναζωπυρώθηκε λησιμονώντας το όριο της περασμένης περιόδου. Αποφάσισα να το διαχειριστώ διαφορετικά για να κερδίσω την εμπιστοσύνη του ξανά, προς όφελος της θεραπευτικής σχέσης. Από τη δέκατη όγδοη συνεδρία κι έπειτα του έδωσα την αρμοδιότητα να στήνει και να μαζεύει την κάμερα, κάτι που φαινόταν να τον ευχαριστεί πολύ.

Κλείνοντας το κεφάλαιο για την έναρξη της νέας περιόδου, θα ήθελα να αναφερθώ σε δύο στιγμές διάδρασης. Η πρώτη ήταν προς το τελείωμα της δέκατης ένατης συνεδρίας, που προέκυψε από τον αυτοσχεδιασμό μας ένα ρυθμικό σχήμα σε 4/4 (largo). Παίξαμε μαζί, εγώ κιθάρα κι ο Ανδρέας σφυρίχτρα. Για να καταφέρουμε το μαζί παίξιμο, έκανα μεγάλες και επιδεικτικές κινήσεις, όπως στη διάδραση με το ντέφι από προηγούμενη συνεδρία (17η). Όταν καταφέραμε να συγχρονιστούμε, τραγούδησα πάνω σε αυτό που παίζαμε με μεγάλες νότες κάνοντάς το να μοιάζει με Άρια: «Μαζί, παίζουμε μαζί, παίζουμε μαζί, μουσική». Προοδευτικά η ταχύτητα αυξήθηκε και ο ρυθμός έμοιαζε περισσότερο με swing αλλά συνεχίσαμε να παίζουμε μαζί. Στην εικοστή συνεδρία, όπου σε εξέλιξη διάδρασης παρόμοιας με την παραπάνω (της 19ης συνεδρίας), ο Ανδρέας σταμάτησε να παίζει σφυρίχτρα και τραγούδησε κουρδισμένα μαζί μου, χωρίς τα λόγια βέβαια (φωνήματα). Όταν του το επισήμανα («κουρδισμένα τραγουδάς, τι ωραία!»), άρχισε να γελάει με μεγάλη ικανοποίηση.

Από την παρατήρηση του οπτικοακουστικού υλικού κατάλαβα ότι μέχρι την εικοστή συνεδρία (5η της καινούργιας χρονιάς), η σχέση με τον πελάτη είχε φτάσει στο επίπεδο που ήταν πριν το κλείσιμο για καλοκαίρι.

## Συνεδρίες 21 - 30: Ανάπτυξη Θεραπευτικής Σχέσης

Η σχέση με τον πελάτη, όπως τη βίωσα, ήταν ένα πλησίασμα. Όσο η απόσταση μειωνόταν, τόσο πιο καθαρή γινόταν η εικόνα που αποκτούσα γι' αυτόν. Μεγάλωσε με τον καιρό η οικειότητα μεταξύ μας και τα όρια που έθετα έμοιαζαν στη σκέψη μου πολλές φορές περιττά. Ένωσα αυτήν την περίοδο (21η - 30η συνεδρία) ότι η σχέση μας έφτασε στο πικ της λειτουργικότητάς της. Στις διαδράσεις εντός των συνεδριών, ο Ανδρέας έδειχνε μεγαλύτερη συγκέντρωση και επιθυμία συμμετοχής από τις προηγούμενες περιόδους. Κατά διαστήματα η βλεμματική επαφή ήταν συνεχής. Αισθανόμουν ασφαλής να προτείνω διαφορετικές εμπειρίες στον πελάτη, χωρίς να φοβάμαι τη διατάραξη της ρουτίνας.

Σχετικά με τη διαχείριση των Μ.Α. υπήρξε μια αλλαγή. Από την εικοστή πρώτη συνεδρία κι έπειτα, αφού ο Ανδρέας έβαζε τα αντικείμενα στο κουτί, έβγαζα το κουτί εκτός του δωματίου. Ήταν το τελευταίο βήμα για την διαχείριση των αντικειμένων. Κάποιες φορές, τη θέση των αντικειμένων που πλέον δεν υπήρχαν στον χώρο, πήραν άλλα αντικείμενα που βρίσκονταν στο δωμάτιο (παιχνίδια, βιβλία παραμυθιών με έντονες εικόνες κλπ.). Διαχειρίστηκα τα εναλλακτικά αντικείμενα με τον ίδιο τρόπο, βγάζοντάς τα από τον χώρο και επαναλάμβανα στον Ανδρέα ότι μπορεί να τα πάρει όταν τελειώσει η συνεδρία.

Το παίξιμο στο καζού ήταν κάτι με το οποίο ασχοληθήκαμε αρκετά αυτήν την περίοδο.

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω (συνεδρίες 13η-15η), στην πρώτη απόπειρά του ο Ανδρέας δεν κατάφερε να βγάλει ήχο, δείχνοντας δυσαρεστημένος γι' αυτό. Στην αρχή της χρονιάς (16η-20η συνεδρία), δεν έφερα στον θεραπευτικό χώρο το καζού. Ήθελα να προσεγγίσω τον Ανδρέα μετά την καλοκαιρινή περίοδο, χρησιμοποιώντας γνώριμο μουσικό υλικό, με το οποίο είχε ασχοληθεί στις πρώτες δεκαπέντε συνεδρίες.

Στη δεύτερη απόπειρα (22η συνεδρία) ο Ανδρέας δεν κατάφερε να παράξει ήχο και πάλι, όμως δεν άφησε το όργανο με απογοήτευση. Το κοίταζε και προσπαθούσε να καταλάβει πώς λειτουργεί. Ήταν καθισμένος στο χαλί. Τον πλησίασα και κάθισα απέναντί του. Έπαιξα καζού χωρίς να του δώσω κάποια οδηγία στην αρχή. Αφού είδα ότι συνεχίζει να μη βγάζει ήχο, του ζήτησα να με κοιτάξει και του εξήγησα ότι χρειάζεται να το ακουμπήσει στο στόμα και ύστερα να βγάλει ήχο κρατώντας τα χείλη του κλειστά. Σε επόμενη συνεδρία (25η), πήρα απαλά το χέρι του, το άγγιξα στο λαιμό μου για να παρατηρήσει πώς δονείται όταν παράγει ήχο και ύστερα έπαιξα καζού. Την εικοστή έβδομη συνεδρία ο Ανδρέας παίρνοντας το καζού στα χέρια, άγγιξε τον λαιμό του για να συγουρευτεί ότι παράγει ήχο και ύστερα έβγαλε ήχο με το καζού. Ενθουσιάστηκα με το γεγονός, του είπα ότι χαίρομαι πολύ που έβγαλε ήχο, ήταν κάτι που το προσπάθησε πολύ.

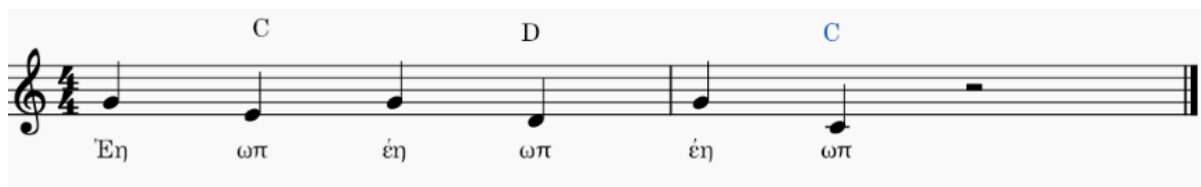
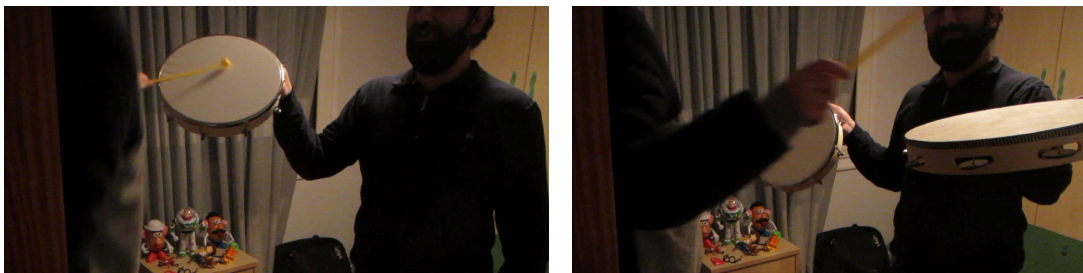
Παίζοντας εμφατικά και συνεχόμενα τις συγχορδίες ντο και σολ μείζονα (C-G), προσπάθησα να καθρεφτίσω μουσικά τη χαρά που ένιωσα ότι αισθάνθηκε. Οι συγχορδίες σε ντο και σολ μείζονα καθώς και η διαδοχική μεταξύ τους συνήχηση είναι ακούσματα πολύ ευχάριστα για το παιδί, κρίνοντας από την παρατήρηση του οπτικοακουστικού υλικού. Έπαιξε για λίγη ώρα και έπειτα δεν ασχολήθηκε με το όργανο ξανά μέχρι το τέλος της παρέμβασης (43η συνεδρία). Υποθέτω πως ήθελε να δει πώς παράγει ήχο το καζού, αλλά από εκεί και πέρα δεν τράβηξε το ενδιαφέρον του περαιτέρω.

Όσον αφορά το παίξιμο στο ντέφι, μετά από πρόταση της επόπτριας, κάθε φορά που ο Ανδρέας έπαιξε με το ντέφι, προσπαθούσα να προτείνω απλές δομημένες ρυθμικές



διαδράσεις, με προοδευτική ανάπτυξη σε πιο σύνθετες, κατά την εξέλιξη των συνεδριών. Στόχος ήταν το συντονισμένο χτύπημα, με τα χέρια, με μπαγκέτες, σε ένα ή σε δύο ξεχωριστά ντέφια, με τα δύο χέρια μαζί και ξεχωριστά.

Σύμφωνα με την επόπτρια, οι διαδράσεις αυτές είναι περισσότερο μουσικοπαιδαγωγικές παρά μουσικοθεραπευτικές. Μπορούν να βοηθήσουν όμως τον πελάτη στη διεύρυνση του εκφραστικού ρεπερτορίου του. Μέχρι την εικοστή συνεδρία το παίξιμο του παιδιού στο ντέφι ήταν κυρίως με τα χέρια (πολλές φορές αισθητηριακό). Την εικοστή τέταρτη συνεδρία ο Ανδρέας έπαιξε με μπαγκέτες σε ένα ντέφι και την εικοστή έβδομη έπαιξε πρώτη φορά σε δύο ντέφια, με κάθε χέρι να χτυπά διαφορετικό ντέφι. Για να προτείνω το παίξιμο με ξεχωριστά χέρια, στην αρχή χρησιμοποίησα ένα ντέφι. Έδωσα στο παιδί μία μπαγκέτα σε κάθε χέρι και, τραγουδώντας μία σύντομη μελωδία, προέτρεπα τον Ανδρέα να παίζει με διαφορετικά χέρια. Έπειτα πήρα και δεύτερο ντέφι και πρότεινα μία το ένα (αριστερό χέρι), μία το άλλο (δεξί χέρι). Από επεξεργασία του οπτικοακουστικού υλικού παρατήρησα ότι ο Ανδρέας παίζοντας στο ντέφι χρησιμοποιούσε μόνο το δεξί χέρι. Ακόμη, παίζοντας με τα δύο χέρια, χτυπούσε πάντα παράλληλα. Δεν έκανε δηλαδή ξεχωριστά χτυπήματα με δύο χέρια προς έναν ή περισσότερους στόχους. Με αυτήν τη δραστηριότητα ανακάλυψε έναν άλλο τρόπο για να χρησιμοποιεί τα χέρια του. Ήταν κάτι που εξελικτικά το έκανε και μόνος του, χωρίς προτροπή. Οικειοποιήθηκε έναν νέο εκφραστικό τρόπο.



Ακόμη χρειάζεται να αναφέρω ότι σε συνεδρία αυτής της περιόδου (25η), εξέφρασε μια άλλη πλευρά του παίζοντας με δυναμικές (χτυπήματα με δυναμική Fortissimo, Piano, αλλά και ενδιάμεσες περιοχές). Σε ένα παιχνίδι όπου ο Ανδρέας μιμούνταν φράσεις μου, αλλάξαμε ρόλους και, όσο απαντούσα τις φράσεις του, πρότεινε παίξιμο με διαφορετικές δυναμικές.

Κάτι ακόμα που είδα να συμβαίνει στο δεύτερο μισό της περιόδου αυτής (26η-27η συνεδρία), ήταν η αύξηση της χρήσης της φωνής στον κλινικό αυτοσχεδιασμό. Αναφέρθηκε παραπάνω (11η συνεδρία), ότι αυτό ήταν ένας από τους μακροπρόθεσμους στόχους που έθεσα. Γι' αυτόν το λόγο ξεκίνησα να φέρνω πνευστά όργανα στις συνεδρίες. Κάτι άλλο που έκανα για να προσεγγίσω αυτόν τον στόχο, ήταν η συνειδητή μη χρήση της μάσκας κατά τη διάρκεια του φωνητικού μου αυτοσχεδιασμού.

Παρατήρησα από το οπτικοακουστικό υλικό ότι ο Ανδρέας μερικές φορές που από λάθος δεν φορούσα τη μάσκα, κοιτούσε προσεκτικά το στόμα μου και μιμούνταν τις φράσεις αλλά και τον τρόπο με τον οποίο τραγουδούσα (π.χ. άνοιγε το στόμα του με παρόμοιο τρόπο). Θεώρησα ότι μπορεί να είναι καλή ενθάρρυνση για να τραγουδήσει περισσότερο κι αυτός κι έτσι, μετά από συζήτηση με τη μητέρα, μου δόθηκε η άδεια να μη χρησιμοποιώ τη μάσκα όταν τραγουδάω (υπενθυμίζω ότι βρισκόμαστε σε περίοδο υποχρεωτικής χρήσης μάσκας σε κλειστούς χώρους, λόγω του κορωνοϊού). Φυσικά δεν είναι σίγουρο ότι η χρήση των πνευστών ή η απομάκρυνση της μάσκας ενίσχυσαν την επιθυμία του πελάτη να τραγουδήσει,

αλλά έγιναν από πλευράς μου με αυτόν τον κλινικό στόχο.

*«Η φωνή είναι η ηχητική και μουσική απεικόνιση του ίδιου του προσώπου του καθενός καθώς αποτελεί το πιο οικείο μέσο αυτοέκφρασης και το μέσο με το οποίο μπορούμε να ξεδιπλώσουμε σημαντικές πλευρές του εαυτού μας»* (Ψαλτοπούλου, 1992), γι' αυτό ήταν σημαντικό για μένα να στοχεύσω στην αύξηση της χρήσης της. Μέσω της φωνής ο Ανδρέας είχε τη δυνατότητα να εκφράσει ακόμη περισσότερα συναισθήματα και να επεξεργαστεί θέματα σημαντικά για τον ίδιο. Θα αναφέρω δύο περιστατικά από τις τελευταίες συνεδρίες της περιόδου.

Το πρώτο έλαβε χώρα την εικοστή τέταρτη συνεδρία. Περιέγραφα στα λόγια ενός τραγουδιού την κίνηση του Ανδρέα στον χώρο και τη διαφαινόμενη χαρά του, μετά το τέλος μιας ευχάριστης για το παιδί, διάδρασης με ντέφι: «Τι ωραία είναι που παίζουμε μουσική». Στο τέλος της μουσικής φράσης μου, τον ρώτησα αν του αρέσει το παιχνίδι στο ντέφι. Ο Ανδρέας έβγαλε μια κραυγή χαράς, σαν προσπάθεια να μιλήσει για αυτό που ένιωθε (Άηαηα). Εγώ δεν σταμάτησα να παίζω τη συνοδεία του τραγουδιού και προοδευτικά ο Ανδρέας ενέταξε την κραυγή στο τραγούδι, στο ίδιο τονικό κέντρο. Αυτό εξελίχθηκε σε ένα τραγούδι που ξανατραγουδήσαμε κάποιες φορές σε μελλοντικές συνεδρίες.

Το δεύτερο περιστατικό συνέβη την εικοστή ένατη συνεδρία. Ο Ανδρέας είχε μια αλλαγή στο πρόγραμμα των δραστηριοτήτων του, με αποτέλεσμα να μην έχει καθόλου χρόνο ανάπαυσης πριν από τη συνεδρία της μουσικοθεραπείας όπως όλες τις προηγούμενες φορές. Χτύπησα το κουδούνι και τον περίμενα στην είσοδο. Άνοιξε την πόρτα η γιαγιά του και μου εξήγησε για την αλλαγή που είχε στο πρόγραμμά του το παιδί. Στο κάλεσμά μου, δυσκολεύτηκε να αποχωριστεί το κινητό τηλέφωνο (το αφήνει στο σπίτι της γιαγιάς από την 7η συνεδρία κι έπειτα) και η ενέργειά του ήταν διαφορετική από τις περισσότερες φορές. Δεν χαμογελούσε, αντιθέτως φαινόταν λυπημένος και είχε εμφανή διάθεση να κλάψει.

Ανεβήκαμε τα σκαλιά με τη συνοδεία του παππού του και μπήκαμε στο σπίτι. Προχωρήσαμε προς το δωμάτιο κι ο Ανδρέας άρχισε να κλαίει. Κάθισε στο κρεβάτι του με δάκρυα στα

μάτια. Έδειχνε να προσπαθεί να σταματήσει το κλάμα του με διάθεση να συμμετέχει στη μουσική που επρόκειτο να παίξουμε (πήρε μπροστά του τη σφυρίχτρα). Κάθισα δίπλα του στο κρεβάτι και του είπα ότι καταλαβαίνω ότι νιώθει διαφορετικά και θέλει να κλάψει κι ότι εγώ είμαι εντάξει με αυτό. Απάντησε με ραγισμένη από το συναίσθημα φωνή (Eη ηη). Άνοιξα την κιθάρα από τη θήκη και έπαιξα τη συγχορδία μι ελάσσονα (Em) και επανέλαβα το φώνημά του όσο πιο πιστά μπορούσα, με διάθεση να καθρεφτίσω το συναίσθημά του. Με κοιτούσε στα μάτια και έσφιγγε το κλάμα του, αφήνοντας φορές κάποια φωνητική ανταπόκριση μαζί με τα δάκρυά του.

Χρησιμοποίησα στον αυτοσχεδιασμό φωνήματα που έμοιαζαν με κλάμα και αυτό είδα ότι τον έκανε να κλάψει με μεγαλύτερη ένταση, να απελευθερώσει δηλαδή τη συναισθηματική πίεση που ένιωθε. Έδειξε να αφήνεται σε αυτό που αισθάνεται και να το βιώνει χωρίς να το διακόπτει ή να το προσπερνάει. Έκανα φωνήματα στην εξής διαδοχή συγχορδίων: A) Em - B7 - Em - B7 - Am - B7 - Em. B) Am - Em - Am - Em. Έκανα αργές εναλλαγές μεταξύ των συγχορδίων και φωνήματα σε κατιούσα πορεία που έμοιαζαν στο κλάμα του παιδιού. Μετά από μερικούς κύκλους, ο Ανδρέας σταμάτησε να απαντά φωνητικά στις φράσεις μου και αρκέστηκε με το να με κοιτάζει βουρκωμένος. Επανέλαβα τη μελωδία σε παραλλαγή με την κιθάρα, χωρίς να τραγουδάω αυτήν τη φορά και, μετά από έναν κύκλο, προσάρμοσα τα λόγια του hello song («καλώς ήρθες Ανδρέα στη μουσική»). Το παιδί πήρε τη σφυρίχτρα στα χέρια. Τραγουδώντας στη μελωδία τα λόγια, του ζήτησα να παίξει («παίξε τη σφυρίχτρα», «παίζεις τη σφυρίχτρα»).

Έπαιζε με τη σφυρίχτρα σε σημεία που άφησα κενό χώρο στον αυτοσχεδιασμό μου. Ύστερα άρχισε ξανά να απαντά με φωνήματα στις φράσεις μου. Τραγούδησα μελωδίες που έμοιαζαν με τις δικές του. Ήθελα να του δείξω ότι τον ακούω. Όσο αφηνόταν στη χρήση της φωνής, έδειχνε να μετουσιώνει το συναίσθημά του σε μουσική. Η συμμετοχή του είχε ξεκάθαρο μουσικό νόημα. Σταμάτησε να κλαίει και συγκεντρώθηκε στη μουσική, παίζοντας σφυρίχτρα

και τραγουδώντας.

*«Ο φωνητικός αυτοσχεδιασμός αποτελεί ένα μέσο, με το οποίο ο άνθρωπος μπορεί να εκφραστεί με ασφάλεια και ελευθερία. Αυτή η διαπίστωση έρχεται σε άμεση επαφή με το συναισθηματικό επίπεδο του ατόμου» (Λιάλη, 2020:40).*

## Συνεδρίες 31 - 34: Επαναθέσπιση ορίων

Κατά την περίοδο αυτή τίθεται ζήτημα αντικατάστασης των Μ.Α. από τον Ανδρέα, με άλλα αντικείμενα στο χώρο. Παιχνίδια, κούκλες, παραμύθια από τη βιβλιοθήκη και άλλα παρόμοια αντικείμενα (κοινό χαρακτηριστικό όλων τα έντονα χρώματα), τραβούν την προσοχή του συχνά και όταν τα παίρνει στα χέρια του, αποσυνδέεται από την επαφή που προσπαθώ να χτίσω μαζί του. Ο τρόπος με τον οποίο διαχειρίστηκα την παραπάνω συνθήκη ήταν να αφήσω στην αρχή χρόνο στον πελάτη με το αντικείμενο για να αξιολογήσω το νόημα της χρήσης του και στη συνέχεια να ζητώ το αντικείμενο και να το βγάλω έξω από το δωμάτιο, λέγοντάς του ότι θα το ξαναπάρει όταν τελειώσει η συνεδρία.

Έδωσα τον τίτλο επαναθέσπιση ορίων σε αυτές τις συνεδρίες, διότι εκτός της διαχείρισης των αντικειμένων, χρειάστηκε να θέσω όρια επίσης για θέματα που είχαν να κάνουν με την ασφάλεια. Κάποιες φορές ο Ανδρέας (32η-33η συνεδρία), πετούσε τις μπαγκέτες ψηλά στο ταβάνι του δωματίου και ύστερα παρακολουθούσε την πορεία τους. Κάθε πτώση συνοδευόταν από το χειροκρότημα και τον ενθουσιασμό του παιδιού. Στην αρχή προσπάθησα να εντάξω το παραπάνω παιχνίδι στη μουσική. Τραγουδούσα σε κάθε πτώση κάνοντας glissando με ανιούσα πορεία (ωωωωωπ). Στη συνέχεια όμως προσπάθησε να πετάξει το ντέφι και τη σφυρίχτρα (αντικείμενα με βάρος, που θα μπορούσαν να

τραυματίσουν στην πτώση).

Διέκοψα αυτό το παιχνίδι όσες φορές χρειάστηκε. Σε παλαιότερη εποπτεία είχα αναλύσει με την επόπτρια ανάλογα ζητήματα, που αφορούσαν πιθανά σενάρια και αυτό που ειπώθηκε είναι ότι σε ζητήματα ασφάλειας, τα όρια είναι απαραίτητο να τίθενται από την πλευρά του θεραπευτή. Μετά από κάθε διακοπή, εξηγούσα στον Ανδρέα ότι αυτά τα αντικείμενα μπορεί όπως πέφτουν να τραυματίσουν εμάς ή να χτυπήσουν τα όργανα. Του είπα ότι δεν είναι ασφαλές και αντικατέστησα το όργανο στα χέρια του, με ένα μικρό μαξιλάρι που ήταν ασφαλές να το πετάξει. Μετά την τριακοστή τέταρτη συνεδρία, σταμάτησε να πετάει τα όργανα στον αέρα. Όποτε είχε την επιθυμία για κάτι τέτοιο, πετούσε το μικρό μαξιλάρι που του είχα δώσει. Είχε αποδεχθεί τα όρια που ζητούσα.

Κατά την περίοδο αυτή ο χρόνος των μουσικών διαδράσεων με τον πελάτη μειώθηκε πολύ, λόγω του χρόνου που χρειάστηκε για την επαναθέσπιση ορίων, όποτε ήταν απαραίτητο. Οι προτάσεις για μουσική διάδραση από μεριάς μου είχαν τον χαρακτήρα πρόσκλησης σε κάτι γνώριμο ή και όχι. Καλούσα τον Ανδρέα με τα ντέφια στο χέρι, για διάδραση με δύο ντέφια (χωρίς μπαγκέτες για να μην τις πετάει στο ταβάνι), σε παίξιμο της σφυρίχτρας και φωνητικό αυτοσχεδιασμό ο ένας απέναντι από τον άλλο. Στις προτάσεις πρόσκλησης, ενέταξα και τη γνωριμία με την κιθάρα.

Μέχρι στιγμής ο Ανδρέας σπάνια έπαιζε με την κιθάρα. Μερικές φορές του άρεσε να ξεκουρδίζει τις χορδές ή να βάζει στη θέση του ηχείου DVDs για να το κλείσει (1η-8η συνεδρία), αλλά σπάνια για να παίζει. Έβαλα την κιθάρα στον ενδιάμεσο χώρο μεταξύ μας με τρόπο που οι χορδές να είναι μπροστά του και του ζήτησα να παίζει. Όταν φαινόταν διστακτικός, του ζητούσα το χέρι και το περνούσα εγώ απαλά πάνω από τις χορδές.



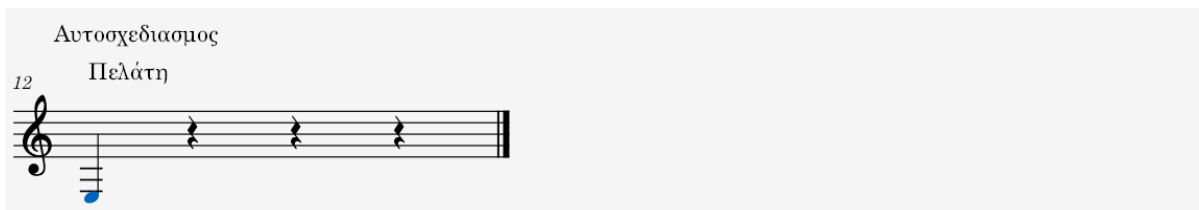
Παράλληλα με αυτήν τη δραστηριότητα συνήθως δομούνται και διάλογοι φωνητικού αυτοσχεδιασμού. Ο πιο ουσιαστικός ως προς το μουσικό νόημα φωνητικός αυτοσχεδιασμός αυτών των συνεδριών έλαβε χώρα στην τριακοστή δεύτερη συνεδρία. Το καινούργιο που ανακάλυψα για τον Ανδρέα εδώ είναι το γεγονός ότι το να δημιουργώ χώρο, χωρίς να χρησιμοποιώ τη φωνή, είναι κάτι που μπορεί να τον προτρέπει στο να τραγουδήσει αυτός. Αυτοσχεδίασα έναν δωδεκάμετρο κύκλο συνοδείας με στοχευμένες παύσεις και το επανέλαβα περιμένοντας την αντίδραση του Ανδρέα. Από τον πρώτο κύκλο ο πελάτης ξεκίνησε τον αυτοσχεδιασμό του.

Αυτοσχεδιασμος  
Πελάτη

Αυτοσχεδιασμος  
Πελάτη

Αυτοσχεδιασμος  
Πελάτη

Αυτοσχεδιασμος  
Πελάτη



Λόγω της ιδιοσυγκρασίας μου δεν αφήνω συχνά παύσεις (στη μουσική ή στον προφορικό λόγο). Σα να μην έχω χρόνο και χρειάζεται να τελειώσω αυτό που θέλω να πω, για να δώσω ύστερα χώρο στους άλλους. Αυτό το στοιχείο δυσκολεύτηκα πολύ να το διαχειριστώ στην πρακτική μου άσκηση. Όποτε κατάφερα όμως να δημιουργήσω χώρο για τον πελάτη, εξελίχθηκαν ουσιαστικές διαδράσεις. Προοδευτικά αυτό που κυρίως κατάφερα να κάνω ως εκπαιδευόμενος μουσικοθεραπευτής, ήταν να δημιουργώ χώρο για τον πελάτη. Κατα μία έννοια η διαχείριση της μουσικής μου παρουσίας ίσως να έπαιξε ρόλο στην προοδευτική αύξηση της συμμετοχής του Ανδρέα στον κλινικό αυτοσχεδιασμό.

Να αναφέρω ακόμη σε αυτό το σημείο ότι οποιαδήποτε μουσική εξέλιξη στη συνεδρία προκύπτει από υλικό που φέρνει ο πελάτης ή από ερμηνεία που κάνω για την ψυχική του κατάσταση, παρακολουθώντας τη σωματική του δραστηριότητα και τη γλώσσα του σώματος. Τα περισσότερα τραγούδια που παίχτηκαν, οι ρυθμικές διαδράσεις, οι φωνητικοί αυτοσχεδιασμοί, προκύπτουν από τον πελάτη. Η δική μου μουσική προετοιμασία γίνεται για να είμαι έτοιμος τη στιγμή που ο πελάτης θα μου δώσει κάποιο ερέθισμα. Το ερέθισμα αυτό μπορεί με έναν λειτουργικό χειρισμό να εξελιχθεί σε διάδραση, σε μουσικό αυτοσχεδιασμό, σε τραγούδι κλπ..

## Συνεδρίες 35 - 39: Βίωμα της οικειότητας μέσω της μουσικής



Την περίοδο αυτή υπήρξε σταθερό το γεγονός ότι στην αρχή κάθε συνεδρίας ο Ανδρέας, για τα πρώτα 4-5 λεπτά, ήταν ξαπλωμένος στο κρεβάτι του. Τις πρώτες δύο συνεδρίες (35η-36η), η διάθεση του παιδιού έμοιαζε πραγματικά νυσταγμένη. Τις επόμενες φορές όμως (37η-39η), εδραιώθηκε σαν ένα παιχνίδι αφύπνισης, χωρίς να αισθάνομαι ότι είναι ο πελάτης νυσταγμένος. Μετά από αυτήν την τελετουργία της αρχής, οι συνεδρίες εξελίσσονταν όπως συνήθως (διαδράσεις, τραγουδοποιία, κλινικός αυτοσχεδιασμός). Υποθέτω ότι η δόμηση αυτής της τελετουργίας ήταν η αντίδραση του Ανδρέα στην περίοδο επαναθέσπισης ορίων.

Βλέποντας το παιδί νυσταγμένο, η διάθεσή μου ήταν να καθρεφτίσω την κατάσταση στην οποία βρισκόταν. Θα έλεγα λοιπόν ότι η μουσική που έπαιζα είχε αφυπνιστικό χαρακτήρα. Χρησιμοποιούσα μόνο την κιθάρα και τη φωνή μου και αυτοσχεδίαζα σε χαμηλές δυναμικές (piano, pianissimo), ακολουθώντας τη σταδιακή ενεργοποίηση του πελάτη στον χώρο. Όσο το παιδί ενεργοποιούνταν κινητικά στον χώρο, η δυναμική του αυτοσχεδιασμού μου αυξανόταν (από pianissimo σε piano, από piano σε mezzo forte κ.ο.κ.). Στη συνέχεια στην εξέλιξη των συνεδριών, μετά το πρώτο κομμάτι της αφύπνισης, περιλάμβανε γνώριμες διαδράσεις. Η παρέμβαση πλησίαζε στο τελειώμά της και δεν ήθελα να προτείνω κάτι καινούριο.

Το μόνο καινούργιο μουσικά στοιχείο ήταν ένα παιχνίδι μίμησης. Χρησιμοποιούσαμε και οι δύο τις φωνές μας μόνο. Παρατήρησα στην τριακοστή έκτη συνεδρία ότι γοήτεψε ιδιαίτερα τον Ανδρέα η παραγωγή των υγρών ημίφωνων συμφώνων ( $\lambda$ ,  $\rho$ )<sup>9</sup> και κάθε φορά που ο φωνητικός μου αυτοσχεδιασμός περιλάμβανε λάμδα ή ρω προσπαθούσε να το μιμηθεί. Αυτό ήταν κάτι που αύξησε κι άλλο τις φωνητικές διαδράσεις κατά την εξέλιξη των συνεδριών μιας και το παραπάνω παιχνίδι άρεσε πολύ στον Ανδρέα και το επιζητούσε σε κάθε συνεδρία από την τριακοστή έκτη κι έπειτα. Αυτό εξυπηρετούσε και τον στόχο μου, που ήταν η αύξηση της χρήσης της φωνής από τον πελάτη.

<sup>9</sup> <https://users.sch.gr/ivan/Ellinikos%20Politismos/Yliko/Theoria%20arxaia/simphona.htm>

Ο συγκεκριμένος στόχος ήταν ένα σκαλοπάτι που μακροπρόθεσμα θα ήθελα να οδηγήσει σε έναν μεγαλύτερο στόχο, που ήταν η πρόκληση λόγου. Έτσι λοιπόν, συνδύασα πολλά διαφορετικά φωνήεντα με τα γράμματα λάμδα και ρω (λα, λο, λου, ρα, ρο, ρου κοκ.), ώστε να αναπαράγονται συλλαβές που χρησιμοποιούνται στην ελληνική γλώσσα. Μέσω αυτών των φράσεων προσδοκούσα την περαιτέρω φωνητική ενεργοποίηση του πελάτη, με σκοπό την πρόκληση λόγου.

Αυτήν την περίοδο ακόμη συνειδητοποίησα ότι οποιαδήποτε διάδραση με τον Ανδρέα μου προσέφερε μεγάλη απόλαυση. Τόσο το παιχνίδι που προαναφέρθηκε (φωνητική διαδραση), όσο και οι υπόλοιπες διαδράσεις ρουτίνας (π.χ. hello song) ή κλινικού αυτοσχεδιασμού (παίξιμο στο ντέφι, στη σφυρίχτρα, φωνητικός αυτοσχεδιασμός), ήταν διαδράσεις που απολάμβανα, όπως τον χρόνο και τα πράγματα που θα έκανα με έναν φίλο. Αυτό που προσπαθώ να φωτίσω με την παραπάνω συνειδητοποίηση είναι ότι χρειάστηκε να υπενθυμίσω στον εαυτό μου ότι τα όρια είναι απαραίτητα για τη διατήρηση της θεραπευτικής σχέσης. Τα όρια, κατά την άποψή μου, προσφέρουν ασφάλεια στη σχέση και είναι φροντίδα για την ανάπτυξή της. Πιστεύω ότι το να φροντίζω για την διατήρησή τους είναι κάτι που θα ωφελήσει τη σχέση μου με τον πελάτη.

## Συνεδρίες 40 - 43: Κλείσιμο της παρέμβασης

Όπως στο κλείσιμο για την καλοκαιρινή περίοδο (με το τέλος της 15ης συνεδρίας), έτσι και εδώ προσπάθησα να προετοιμάσω τον Ανδρέα για το τελείωμα της παρέμβασης. Χρησιμοποίησα την οπτική πληροφορία φτιάχνοντας ένα σχέδιο που μετρούσε αντίστροφα τις συναντήσεις που έχουμε ακόμη (όπως στη σελίδα 96). Όσο του έδειχνα την αντίστροφη

μέτρηση στο σχέδιο, του εξηγούσα ότι αυτές είναι οι τελευταίες μας συναντήσεις και ότι χαίρομαι πολύ που τον γνώρισα. Αυτός ο αποχωρισμός για εμένα είχε μεγάλη συγκίνηση. Επηρέασε αρκετά τη διάθεσή μου εντός των συνεδριών. Προσπαθούσα να χαρώ κάθε στιγμή με τον Ανδρέα, γιατί ήξερα ότι δεν θα συνεχίσω να τον βλέπω.

Η κύρια διάδραση μεταξύ μας ήταν το φωνητικό παιχνίδι που ξεκίνησε από την προηγούμενη περίοδο (35η-39η συνεδρία). Με τα σύμφωνα λάμδα και ρω δοκίμασα κάθε πιθανή συλλαβή με τη χρήση των φωνηέντων. Στις τελευταίες συνεδρίες ο Ανδρέας μιμούταν δυσύλλαβα μοτίβα σε διάφορους συνδυασμούς (ρολο, λορο, ραλο κοκ.). Μερικές φορές κουραζόταν από τις επίμονες επαναλήψεις μου και έχανε τη συγκέντρωσή του. Η μίμηση της ιαχής των αυτοχθόνων Αμερικάνων πριν την έλευση του Κολόμβου τραβούσε αυτόματα την προσοχή του (παραγωγή ενός ωωωω με μεγάλη διάρκεια και με διαδοχική επαφή και απομάκρυνση της παλάμης με το στόμα). Όταν ξαναέφερνε την προσοχή του σε μένα, συνέχιζα τον αυτοσχεδιασμό με τη δημιουργία συλλαβών.

Μέσα σε αυτήν την πορεία των σαρανταπέντε συνεδριών ανακάλυψα καινούριους τρόπους επαφής και επικοινωνίας. Προσπαθούσα με μεγάλη επιμονή να συναντώ τον Ανδρέα στο εδώ και τώρα του. Όπως όμοια, προσπαθώ από την εμπειρία αυτή κι έπειτα, να συναντώ και τον εαυτό μου, στο δικό μου εδώ και τώρα. *«Όλα όσα συμβαίνουν στο εδώ και τώρα είναι κινητήρια δύναμη για τη θεραπεία»* (Yalom, 2002:100).

Στην τελευταία συνεδρία με τον Ανδρέα τον Ιούνιο του 2022, λίγο μετά το goodbye song και αφού μαζέψαμε τα όργανα, ξεκίνησε μια καλοκαιρινή μπόρα. Ο Ανδρέας πλησίασε το παράθυρο και τράβηξε την κουρτίνα για να χαζέψει τη βροχή. Άνοιξα το παράθυρο και στάθηκα δίπλα του. Μείναμε παρέα χωρίς να μιλάμε για αρκετή ώρα, μέχρι να τον αποχαιρετήσω.

## Συμπεράσματα

*«Έτσι ο ποιητής.*

*Σκληρός.*

*Και να ζητάει τ' αδύνατα» (Ελύτης, 1990).*

Μέσα σ' αυτόν τον ενάμιση χρόνο, ολοκληρώσαμε με τον Ανδρέα σαραντατρείς συνεδρίες. Ήταν μια πορεία ανάπτυξης για τον Ανδρέα, ήταν μια πορεία ανάπτυξης και για μένα. Αισθάνθηκα ότι το σημαντικότερο εργαλείο που χρησιμοποίησα για να ενθαρρύνω αυτήν την ανάπτυξη ήταν η θεραπευτική σχέση. Μέσω της θεραπευτικής σχέσης πλησιάσαμε και αισθανθήκαμε ασφάλεια. Ο Ανδρέας επέτρεψε στον εαυτό του να δοκιμάσει καινούργια πράγματα μέσω της μουσικοθεραπείας και η μουσικοθεραπεία έδωσε τη δυνατότητα στον Ανδρέα να εκφράσει και να βιώσει πράγματα που δεν θα μπορούσε αλλιώς. Επεδίωκα, σε κάθε συνεδρία, να πλησιάσω τον Ανδρέα στο εδώ και τώρα του, με γνησιότητα και ειλικρίνεια.

*«Το να είμαι γνήσιος συνεπάγεται να είμαι και να εκφράζω, με τις λέξεις και τη συμπεριφορά μου, τα διάφορα συναισθήματα και τις απόψεις που υπάρχουν μέσα μου. Μόνον έτσι η σχέση έχει αλήθεια, και η αλήθεια φαίνεται να έχει ουσιώδη σημασία ως πρώτη προϋπόθεση. Μόνον όταν παρέχω τη γνήσια αλήθεια που βρίσκεται μέσα μου, μπορεί το άλλο άτομο να αναζητήσει με επιτυχία την αλήθεια μέσα του» (Rogers, 1961:49).*

Πιστεύω, βασιζόμενος σε όσα παρατήρησα και βίωσα, ότι ο Ανδρέας αφέθηκε στη διαδικασία λόγω της δυναμικής που αναπτύχθηκε μέσα στη σχέση. Εμπιστεύτηκε τη σχέση, για να παίξει μουσική, για να βιώσει τα συναισθήματα που αναδύθηκαν στη μουσικοθεραπεία, για να αναπτύξει μια καινούρια δεξιότητα ή εκφραστική δυνατότητα, για

να επεξεργαστεί ζητήματα που αφορούν τη ζωή του. Ενδεχομένως, μέσα σε αυτήν τη σχέση ο Ανδρέας να βρήκε την ευκαιρία να επεξεργαστεί παλαιότερες τραυματικές εμπειρίες.

*«Η απώθηση του πόνου της παιδικής ηλικίας δεν καθορίζει μόνο τη ζωή του κάθε ατόμου αλλά και τις προκαταλήψεις της κοινωνίας. Αυτό φαίνεται πολύ καθαρά στις βιογραφίες των διασημοτήτων. Για παράδειγμα, όταν διαβάζουμε τις βιογραφίες διάσημων καλλιτεχνών, έχουμε την εντύπωση ότι η ζωή τους άρχισε περίπου στην εφηβεία. Πριν από εκείνη την περίοδο λένε συνήθως ότι είχαν μια «ευτυχισμένη», «χαρούμενη» ή «χωρίς προβλήματα» παιδική ηλικία ή ότι η παιδική τους ηλικία ήταν «γεμάτη στερήσεις» ή «γεμάτη ενδιαφέροντα». Όμως, πώς ακριβώς ήταν η παιδική ηλικία ενός συγκεκριμένου ατόμου δεν φαίνεται να ενδιαφέρει κανέναν - λες και δεν είναι κρυμμένες στην παιδική του ηλικία οι ρίζες ολόκληρης της ζωής του» (Miller, 2003:28-29).*

Ακόμη, βίωσα τη δική μου ανάπτυξη. Η εμπειρία για μένα ήταν αποκαλυπτική. Τεκμηρίωσε κατ' έναν τρόπο, την πεποίθησή μου ότι η μουσική ενεργοποιεί από μόνη της ψυχοθεραπευτικές διαδικασίες (εννοώ χωρίς κλινικό στόχο). Βίωσα καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής μου, την επαφή μου με τη μουσική σαν μια εμπειρία εκφόρτισης και «αδειάσματος», κάτι που με τον καιρό έγινε απαραίτητη ρουτίνα ώστε να μπορώ να συνεχίζω. Μέσω των μεταπτυχιακών σπουδών και μέσω της πρακτικής άσκησης, η παραπάνω πεποίθηση ενδυναμώθηκε αλλά και τροποποιήθηκε. Πιστεύω πλέον, ότι με τον κατάλληλο χειρισμό, η μουσική μπορεί να γίνει ένας διάυλος επαφής. Με αυτόν τον τρόπο παύει να είναι μόνο αυτοθεραπευτική η χρήση της, όπως την αισθανόμουν για πολλά χρόνια. Η επικοινωνιακή και εκφραστική της δύναμη μου έδωσαν τη δυνατότητα να τη χρησιμοποιήσω για τη δόμηση και την ανάπτυξη μιας σχέσης, με μεθοδικότητα και παρατήρηση, θέτοντας κλινικούς στόχους και επιδιώκοντας να τους προσεγγίσω.

Με τη βοήθεια της εποπτείας και με γνώμονα τις ανάγκες του Ανδρέα, έθεσα εντός της παρέμβασης, τους παρακάτω στόχους:

- Επίτευξη γνωριμίας
- Αύξηση του επιπέδου συγκέντρωσης κατά τη διάδραση
- Αύξηση της διάρκειας της διάδρασης κατά τη συνεδρία
- Διαχείριση της παρουσίας και μετέπειτα απομάκρυνση των μεταβατικών αντικειμένων
- Εγκαθίδρυση θεραπευτικής σχέσης
- Βελτίωση διαχείρισης του «Αλεξιδιεγερτικού συστήματος» (Συνοδινού, 1996:32)
- Ενίσχυση της «συγκεκριμένης» εμπλοκής, είτε με τη φωνή είτε με τη χρήση οργάνου
- Ενίσχυση μουσικού νοήματος στη συμμετοχή
- Δημιουργία περιβάλλοντος οικειότητας κι ελευθερίας έκφρασης εντός της παρέμβασης για τη διεύρυνση της εκφραστικής εμπειρίας (ενίσχυση θεραπευτικής σχέσης)
- Ενθάρρυνση στην ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων (motor skills development)
- Αύξηση από πλευράς του πελάτη, της χρήσης της φωνής στον κλινικό αυτοσχεδιασμό
- Ανάπτυξη λόγου

Μετά την ολοκλήρωση της παρέμβασης, έγιναν οι εξής κλινικές παρατηρήσεις:

- Σταδιακή αύξηση στη διάρκεια διάδρασης (3 έως 5 λεπτά την 1η συνεδρία, 5 έως 10 λεπτά την 6η συνεδρία, 15 έως 20 λεπτά τη 15η συνεδρία, 20 έως 30 λεπτά την 25η συνεδρία έως το τέλος της παρέμβασης)
- Αύξηση επιπέδου συγκέντρωσης στην εξέλιξη των διαδράσεων
- Αλλαγή από αισθητηριακό χτύπημα στα κρουστά σε σταθερό χτύπο (steady pulse) με μουσικό νόημα

- Σταδιακή ανάπτυξη στη χρήση δύο χεριών ξεχωριστά σε κρουστό όργανο (motor skills development)
- Από χρήση της φωνής για αναπαραγωγή στερεότυπων ηχητικών μοτίβων, σε ανάπτυξη μουσικών απαντήσεων (φράσεων), στον τόνο και με μουσικό νόημα
- Αποδέσμευση κύριων μεταβατικών αντικειμένων και μείωση απόσπασης από τα ερεθίσματα που τα αντικαθιστούν κατά τη συνεδρία
- Εξελικτική αύξηση αίσθησης ασφάλειας, οικειότητας και αυτοπεποίθησης εντός της θεραπευτικής σχέσης
- Χρήση συμφώνων στη δημιουργία συλλαβών, από σχεδόν αποκλειστική χρήση φωνηέντων
- Διεύρυνση ορίων συναισθηματικής έκφρασης

Ο Ανδρέας είναι ένα παιδί χωρίς αναπτυγμένο λόγο. Παρ' όλα αυτά, χρησιμοποιεί τη φωνή του είτε για την αναπαραγωγή στερεότυπων μοτίβων είτε για επικοινωνιακούς και εκφραστικούς λόγους (κρίνοντας από τα όσα συνέβησαν στις συνεδρίες). Πέρα από τις αναπαραγωγές στερεότυπων μοτίβων, όπου κι αυτές είχαν το νόημά τους όταν κατάφερνα να τις ερμηνεύσω, μου επικοινωνούσε με τους ήχους που έβγαζε τα συναισθήματα και τις επιθυμίες του. Με τον ίδιο τρόπο κι εγώ, τόσο στον ομιλητικό όσο και στον τραγουδιστικό μου λόγο, προσπάθησα να επικοινωνήσω περισσότερο μέσω των ποιοτήτων της φωνής, παρά μέσω των λέξεων που χρησιμοποιούσα.

Πολύ λίγες ήταν οι φορές που δεν καταλάβαινα τι ήταν αυτό που ήθελε να επικοινωνήσει. Όταν κάτι τέτοιο συνέβαινε, ο Ανδρέας αντιλαμβανόταν ότι χρειάζομαι κι άλλο χρόνο για να ερμηνεύσω αυτό που θέλει να επικοινωνήσει κι έτσι συνήθως το επαναλάμβανε, αμέσως ή μετά από λίγο. Θεωρώ ότι το λειτουργικό επίπεδο επικοινωνίας μεταξύ μας ήταν προϊόν της

σχέσης μας, αλλά σίγουρα και ο τρόπος με τον οποίο χρησιμοποιούσαμε τις φωνές μας έπαιξε τον ρόλο του. Κατά μία έννοια οι φωνές μας επικοινωνήσαν μέσα σε όλα και τη διάθεσή μας να πλησιάσουμε ο ένας τον άλλο.

Η Εργίνα Σαμπαθιανάκη, που ανέλαβε την εποπτεία της πρακτικής μου άσκησης, τις πιο πολλές φορές με το τέλος κάθε επίβλεψης με ρωτούσε: *«Τι έμαθες σήμερα για τον Ανδρέα;»* Αυτή η επαναλαμβανόμενη ερώτηση με ώθησε ώστε να αναγνωρίσω αυτό που εγώ θεώρησα ουσιώδες για τη σχέση μου με τον Ανδρέα: το να κατανοήσω ποιος είναι, ποιες μπορεί να είναι οι ανάγκες του, πώς μπορώ εγώ να σταθώ δίπλα του ώστε να ενισχύσω την πορεία του προς την εξέλιξη. Προς τον αυριανό Ανδρέα, προς τον άνθρωπο που ο ίδιος επιθυμεί να γίνει.



## Αντί Επιλόγου



Στη λίμνη Πρασιάδα

Στις όχθες της λίμνης Πρασιάδας, τον συνάντησα.  
 Από μακριά με χαιρέτησε, μα δεν με κοίταξε στα μάτια.  
 Μονάχα φώναξε με δύναμη και γλυκογάργαρη φωνή, πως όλες αυτές τις ομορφιές, τις βλέπει  
 και τις χαίρεται όπως κι εγώ.  
 Μου έδειξε τους κήπους πίσω από τον λόφο,  
 τα γκρέμια της παλιάς πόλης και το μεγάλο άγαλμα του λέοντα που φυλάει τον τύμβο.  
 Μου μίλησε για τις φωτιές που τον καίνε, για τις νύχτες και τις μέρες του.  
 Μου έδειξε το πηγάδι που ποτίζει το περιβόλι του.  
 Καθίσαμε παρέα και χαζέψαμε τη βροχή που έπεφτε.  
 Βράχηκα κι εγώ μαζί του. Περιπατήσαμε ώρες πολλές αντάμα.  
 Μυρίσαμε το χώμα μετά τη βροχή και θαυμάσαμε τη δύναμη των λουλουδιών, που ζαρωμένα  
 από τις βαριές στάλες, βρήκαν κουράγιο και ξανακοίταξαν τον ήλιο στα μάτια.  
 Χάρηκα, γέλασα, έκλαψα και πόνεσα, μαζί με όσα είχε να μου εξιστορήσει σαν να ήταν  
 δικές μου ιστορίες.  
 Μεταξύ μας, βρήκαν σκαμνί και κάθισαν όλα τα ωραία συναισθήματα.  
 Η λύπη κι η χαρά, ο πόνος, το θάρρος, η απογοήτευση και η λαχτάρα, ο φόβος, ο θυμός,  
 η ντροπή, η ανυπομονησία και η καρτερία.  
 Ωραία γιατί καθένα από αυτά έρχεται στην ώρα του.  
 Θυμήθηκα τι σημαίνουν τόσες λέξεις και τι θέλει να περιγράψει η κάθε μία.  
 Μέσα σε ενάμιση χρόνο, ξαναθυμήθηκα αλλά και γνώρισα από την αρχή,

μαζί του τόσα και τόσα.

Εκεί,

στις όχθες της λίμνης Πρασιάδας, μου αποκάλυψε η ζωή έναν καινούριο τρόπο.

Για να μπορώ να συνεχίζω.

# ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

## Ξενόγλωσση

Adams, T. E., Holman – Jones, & S., Ellis, C. (2015). *Autoethnography, understanding qualitative research*. Oxford University Press.

Aldridge, D., Fachner, J., Hedigan, P. J., Horesh, T., Abdollahnejad, R. M., Dijkstra, T. F. I., Ficken, T., Punkanen, M., & Erkkilä, J. (2010). *Music Therapy and Addictions*. (D. Aldridge, J. Fachner, Ed). Jessica Kingsley Publishers London and Philadelphia.

Baker, F., & Uhlig, S. (2011). *Voicework in Music Therapy, research and practice*. Jessica Kingsley Publishers London and Philadelphia.

Bilgehan, E. (2015). The use of music interventions to improve social skills in adolescents with autism spectrum disorders in integrated group music therapy sessions. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 197, 207 – 213.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.07.125>

Böker-Heil, N., Fallows, D., Baron, J.H., Parsons, J., Sams, E., Johnson, G., & Griffiths, P. (2001). *Lied*. In E.E (ed.). Grove Music Online.  
<https://doi.org/10.1093/gmo/9781561592630.article.16611>

Campbell, P. (2004). *Προσωποκεντρική θεραπεία, η Focusing – βιωματική προσέγγιση*. Ελληνικό Κέντρο Focusing.

Dahlke, R. (1992). *Η Ασθένεια ως Γλώσσα της Ψυχής*. Πύρινος Κόσμος.

- Miller, A. (2003). *Οι φυλακές της παιδικής μας ηλικίας*. Ροές.
- Moore, T. (2004). *Dark nights of the soul*. Piaktous.
- Nordoff, P., & Robbins, C. (2007). *Creative Music Therapy*. Barcelona Publishers.
- Rogers, C. (1961). *Το γίνεσθαι του προσώπου*. Ψ Ερευνητές.
- Sokolowski, R. (1999). *Εισαγωγή στην φαινομενολογία*. Πανεπιστήμιο Πατρών.
- Trevarthen, C., & Malloch, S. N. (2000). The dance of wellbeing: Defining the Musical Therapeutic Effect. *Nordiskskrift for Musikkterapi*. 9:2, 3-17.  
<https://doi.org/10.1080/08098130009477996>
- Warnock, T. (2012). Vocal connections: How voicework in music therapy helped a young girl with severe learning disabilities and autism to engage in her learning. *Approaches: Music Therapy & Special Music Education*, 4(2), 85-92. Retrieved from <http://approaches.primarymusic.gr>
- Winnicott, D. W. (1971). *Το παιχνίδι και η πραγματικότητα*. Αρμός.
- Yalom, I. (2002). *Το δώρο της ψυχοθεραπείας*. Άγρα.
- Young, S. K., Fombonne, E., Yun-Joo, K., Soo-Jeong, K., Keun-Ah, C., & Bennet, L. L. (2014, January 23). A Comparison of DSM-IV Pervasive Developmental Disorder and DSM-5 Autism Spectrum Disorder Prevalence in an Epidemiologic Sample. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 53, (5), 500-508. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.12.021>

Αμαργιανού, Μ. (2022). *Η συμβολή της Μουσικοθεραπείας σε παιδιά με Αυτισμό.*

(Μεταπτυχιακή διατριβή, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής).

<http://dx.doi.org/10.26265/polynoe-2951>

Αντωνοπούλου, Β.Δ. (2023). *Μουσικοθεραπεία σε δίγλωσσα παιδιά, μετανάστες - πρόσφυγες, που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού. Μελέτη δύο περιπτώσεων.*

(Μεταπτυχιακή διατριβή, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας).

<https://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/29426>

Γκόρος, Α., & Δήμα, Δ. (2018). *Μετάβαση του βιβλίου επικοινωνίας PECS σε*

*ηλεκτρονική μορφή μέσω iPad ως Επαυξητικό – Εναλλακτικό Σύστημα*

*Επικοινωνίας σε μη – λεκτικά παιδιά που ανήκουν στο φάσμα του αυτισμού*

(Πτυχιακή εργασία, Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Δυτικής Ελλάδας).

<http://repository.library.teimes.gr/xmlui/handle/123456789/8572>

Δημητρακόπουλος, Π. (2020). *Διάγνωση αυτισμού με χρήση συνελκτικού δικτύου*

*γράφων* (Μεταπτυχιακή διατριβή, Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο).

<http://dx.doi.org/10.26240/heal.ntua.19599>

Ελύτης, Ο. (1990). *Τα δημόσια και τα ιδιωτικά.* Εκδόσεις Ίκαρος

Ηλιόπουλος, Η. (2020). *Κατασκευή συστήματος αναγνώρισης αυτισμού σε εικόνες*

*λειτουργικής απεικόνισης μαγνητικού συντονισμού (fMRI)* (Μεταπτυχιακή

διατριβή, Πανεπιστήμιο Πατρών). <http://hdl.handle.net/10889/13527>

Λιάλη, Β. (2020). *Η συμβολή του Φωνητικού Αυτοσχεδιασμού στην ανάδυση Εαυτού, με*

*άτομα στο φάσμα του Αυτισμού. Μια ανασκόπηση της βιβλιογραφίας και κλινικών*

*παραδειγμάτων* (Μεταπτυχιακή διατριβή, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας).

<https://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/24385>

- Λυμπιτσιούνη, Μ. (2011). *Η τέχνη στη σκέψη του Πλάτωνα και του Αριστοτέλη, οι θεωρίες τους για τη μίμηση* (Μεταπτυχιακή διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης). <http://ikee.lib.auth.gr/record/126332>
- Μούρτζιου, Α. (2020). *Μια φορά κι έναν καιρό... έγινα ήρωας κι εγώ!: Διερεύνηση της λειτουργίας του παραμυθιού στη θεραπευτική πρακτική με παιδιά* (Μεταπτυχιακή διατριβή, Πανεπιστήμιο Αιγαίου). <http://hdl.handle.net/11610/21655>
- Μπαμπινιώτης, Γ. (2002). *Λεξικό Της Νέας Ελληνικής Γλώσσας*. 2η Έκδοση. Κέντρο Λεξικολογίας Ε.Π.Ε.
- Παπανδρέου, Χ. (2022). *Μουσικοθεραπεία και συγγενείς καρδιοπάθειες κατά το προεγχειρητικό και μετεγχειρητικό στάδιο: Μελέτη Περίπτωσης μιας έφηβης* (Μεταπτυχιακή διατριβή, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας). <https://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/27812>
- Σεπεντζή, Α. (2016). *Αισθητηριακό προφίλ των αυτιστικών ατόμων* (Πτυχιακή εργασία, ΤΕΙ Πελοποννήσου Τμήμα Λογοθεραπείας). <http://nestor.teipel.gr/xmlui/handle/123456789/18047>
- Σερετόπουλος, Κ., Λάμνισος, Δ., & Γιαννακού, Κ. (2019). Η επιδημιολογία των διαταραχών του φάσματος του αυτισμού. *Athens Medical Society*, 37, (2), 169-180.
- Σιγάλα, Ε. (2017). *Στοιχεία τεχνικής και ανατομίας του φωνητικού οργάνου* (Πτυχιακή Εργασία, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας). <http://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/22083>
- Συνοδινού, Κ. (1996). *Ο παιδικός αυτισμός*. Εκδόσεις Καστανιώτη.

Ψαλτοπούλου, Ντ. (1992). Έρευνα των Τεχνικών Φωνητικής στη Μουσικοθεραπεία με Ενήλικους. Περιοδικό *Μουσικοτροπίες*, τ.2. Σελ. 46 – 48 & 50 – 54.

Ψαλτοπούλου, Θ. (2015). *Μουσικοθεραπεία: ο τρίτος δρόμος* [Προπτυχιακό εγχειρίδιο].

Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. <https://hdl.handle.net/11419/1530>