



ΙΟΝΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

ΤΜΗΜΑ ΤΕΧΝΩΝ ΗΧΟΥ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΑΣ

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

«Ο αλλόκοτος θάνατος του μισού εαυτού»

Όνομα: Παναγιώτα

Επίθετο: Κοροβίνη

A.M: ADA2016016

Επιβλέπων Καθηγητής: Άγγελος Φλώρος

Τριμελής Εξεταστική Επιτροπή:

Νίκος Κόκκαλης: Επίκουρος Καθηγητής

Κωνσταντίνος Τηλιγάδης: Επίκουρος Καθηγητής

Άγγελος Φλώρος: Επίκουρος Καθηγητής

Ευχαριστίες

Με το τέλος της διπλωματικής μου εργασίας αισθάνομαι την υποχρέωση και έχω την ανάγκη να ευχαριστήσω ορισμένους ανθρώπους που συνέβαλλαν καθοριστικά για την πραγμάτωση της.

Αρχικά, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον επιβλέποντα καθηγητή μου, καθηγητή, Φλώρο Άγγελο για την εμπιστοσύνη που μου έδειξε με την έγκριση του θέματος, καθώς και για την πολύτιμη καθοδήγηση του καθ' όλη τη διάρκεια της συγγραφής και υλοποίησης της.

Στο σημείο αυτό θα ήθελα να ευχαριστήσω με ιδιαίτερη εκτίμηση προς το πρόσωπό της, την κυρία Ίλια Κατσαρίδου, τόσο για τις γνώσεις που μου παρείχε κατά τη διάρκεια του προγράμματος, όσο και για την προθυμία της να βοηθήσει στην κατασκευή του storyboard στην παρούσα διπλωματική εργασία.

Στη συνέχεια θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά τους Αβέλλα Άλκη, Βλάχου Σοφία, Παπαδοπούλου Στρατούλα, Παπαγεωργίου Μαργαρίτα, Πελιτάρη Ελένη για την καθοριστική τους συμβολή στην υλοποίηση των βίντεο. Ιδιαίτερες ευχαριστίες θέλω να απευθύνω στον Σπανό Απόστολο για τη βοήθεια που μου παρείχε σε τεχνικό επίπεδο, που αφορά τη σκηνοθεσία και την επεξεργασία των βίντεο, για την άριστη συνεργασία μας, καθώς και για την αμέριστη ψυχολογική του υποστήριξη. Επίσης, θα ήθελα να δώσω ξεχωριστές ευχαριστίες στον Κοζαλάκη Κωνσταντίνο για τη βοήθεια που μου προσέφερε κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης του κώδικα που απαιτούσε η εγκατάσταση, τη φίλη μου και συνοδοιπόρο στο μεταπτυχιακό, Ξανθοπούλου Αλίκη, τον Γρηγοράκη Τάσο που με βοήθησε στην προσπάθειά μου, και όλους μου τους φίλους για τη στήριξη και τη βοήθεια τους, που συνέβαλλαν στην ολοκλήρωση και την επιτυχία της εργασίας μου.

Τέλος, θέλω να ευχαριστήσω την οικογένειά μου, που με υπομονή και κουράγιο στάθηκαν στο πλευρό μου όλο αυτό το χρονικό διάστημα.

Περίληψη

Η παρούσα διπλωματική εργασία αναπτύχθηκε για το μεταπτυχιακό πρόγραμμα *Οπτικοακουστικές Τέχνες στη Ψηφιακή Εποχή* του Ιονίου Πανεπιστημίου και έχει ως βάση της μία διαδραστική εγκατάσταση με θέμα την «ευθανασία» των παθών και των ψυχοσωματικών διαταραχών μέσω της διαδικασίας της ψυχοθεραπείας. Μία σκηνή φόνου, της οποίας η διάταξη παραπέμπει σε μία ομαδική ψυχοθεραπεία με πρωταγωνιστές ψεύτικες κούκλες που αναπαριστούν ανθρώπινα πτώματα, είναι το επίκεντρο του έργου. Με την είσοδο του χρήστη στο χώρο ξεκινάει η διερεύνηση του «εγκλήματος». Η επαφή του χρήστη με τις κούκλες, φέρει στον ίδιο μία σειρά πληροφοριών που θα τον οδηγήσουν τόσο στην εξιχνίαση του εγκλήματος, όσο, όμως, και στη ψυχολογική διάσταση για την οποία αναπτύχθηκε το έργο και αφορά την ευθανασία των παθών και των ψυχοσωματικών διαταραχών.

Λέξεις κλειδιά: ψυχοθεραπεία, ψυχικές διαταραχές, διαδραστική εγκατάσταση, σύγχρονη τέχνη

Abstract

This diploma thesis was developed for the postgraduate program "Audiovisual Arts in the Digital Age" of the Ionian University and is based on an interactive installation on "euthanasia" of passions and psychosomatic disorders through the process of psychotherapy. A murder scene, whose layout refers to group psychotherapy with protagonists of fake dolls that represent human bodies, is the focus of the project. When the user enters the area, the investigation of the crime begins. The contact of the user with the dolls brings to him a series of information that will lead him not only to the investigation of the crime, but also to the psychological dimension in which the project has been developed and concerns the euthanasia of passions, people with psychosomatic disorders.

Key words: psychotherapy, psychosomatic disorders, interactive installations, contemporary art

Πίνακας Περιεχομένων

Εισαγωγή	6
Κεφάλαιο 1	
Κεντρική Ιδέα	7
Κεφάλαιο 2	
Εννοιολογικό Πλαίσιο	8
2.1. Διερεύνηση της Ψυχοθεραπείας και των μεθόδων της	8
2.2. Μέθοδοι ψυχοθεραπείας	10
Γνωσιακή - Συμπεριφορική Θεραπεία.....	10
Υπαρξιακή Θεραπεία	12
Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία	13
Πελατοκεντρική - Προσωποκεντρική Θεραπεία.....	14
Gestalt Θεραπεία	15
Διαπροσωπική Θεραπεία.....	16
Γνωσιακή Αναλυτική Θεραπεία (ΓΑΘ).....	17
Θεραπεία Σχημάτων.....	17
Δραματοθεραπεία.....	18
Ομαδική Θεραπεία	19
Κεφάλαιο 3	
Ερευνητικό Ερώτημα	21
Κεφάλαιο 4	
Συναφή Έργα.....	22
Κεφάλαιο 5	
Οπτική του Χρήστη	26
Κεφάλαιο 6	
Κανόνες Έργου	30
Κεφάλαιο 7	
Υποδομές	34
Συμπεράσματα.....	36
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	37

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ	42
Storyboard.....	48

Εισαγωγή

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η παρουσίαση και η ανάλυση του έργου *Ο αλλόκοτος θάνατος του μισού εαυτού*, το περιεχόμενο του οποίου έχει διαδραστικό χαρακτήρα και αφηγείται έναν συμβολικό φόνο, μέσα από τις ιστορίες πέντε ατόμων με διαφορετικές ψυχολογικές διαταραχές, τα οποία είναι μέλη μιας ομάδας ψυχοθεραπείας και αναπαριστώνται από 5 ψεύτικες κούκλες.

Για τις ανάγκες αυτού του σκοπού, στο πρώτο κεφάλαιο, παρατίθενται τρεις διαφορετικοί ορισμοί για την έννοια της ψυχοθεραπείας. Στη συνέχεια παρουσιάζονται διάφορες μέθοδοι ψυχοθεραπείας μαζί με τους εκπροσώπους της κάθε θεραπευτικής ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας. Στο δεύτερο κεφάλαιο, τίθεται το ερώτημα της θεραπείας ή όχι των παθολογικών προβλημάτων του ατόμου μέσω των ψυχοθεραπευτικών μεθόδων. Έπειτα, αναλύονται τρία έργα από τα οποία έχει επηρεαστεί και εμπνευστεί το περιγραφόμενο έργο.

Στο πέμπτο κεφάλαιο πραγματοποιείται μία αναλυτική περιγραφή του έργου από την οπτική του χρήστη, έτσι όπως τη βιώνει καθώς εισέρχεται στο χώρο. *Ο αλλόκοτος θάνατος του μισού εαυτού*, ως διαδραστική εγκατάσταση, έχει συγκεκριμένους κανόνες που παρατίθενται λεπτομερώς στο επόμενο κεφάλαιο, ενώ αναλύεται λεπτομερώς η πλοκή του σεναρίου. Οι υποδομές του έργου και η κάτοψη του στο χώρο βρίσκεται στο κεφάλαιο που ακολουθεί, ενώ στο τέλος υπάρχει το storyboard από τα βίντεο που παίζουν όσο ο χρήστης βρίσκεται στο χώρο και αγγίζει τις κούκλες.

Κεφάλαιο 1

Κεντρική Ιδέα

Η κεντρική ιδέα του *Ο αλλόκοτος θάνατος του μισού εαυτού* βασίζεται σε μια διαδραστική εγκατάσταση στην οποία υφίσταται ένα σενάριο, συμμετέχει ένας χρήστης κάθε φορά, καθώς υπάρχει και η αντίστοιχη τεχνολογική υποδομή. Πρόκειται για έναν χώρο – δωμάτιο, ο οποίος αναπαριστά μία σκηνή φόνου. Στο χώρο υπάρχουν έξι καρέκλες σε κυκλική διάταξη, η οποία υποδεικνύει ότι ο χρήστης βρίσκεται σε ένα τόπο, στον οποίο προηγουμένως εκτυλίσσονταν μία συνεδρία ψυχοθεραπείας και συμβουλευτικής. Στις πέντε από τις έξι καρέκλες είναι τοποθετημένες πέντε κούκλες, οι οποίες αναπαριστούν πέντε ανθρώπινα πτώματα. Η καρέκλα η οποία βρίσκεται στο κέντρο – απέναντι από τις υπόλοιπες είναι κενή. Η απουσία κούκλας από την κεντρική καρέκλα σηματοδοτεί την απουσία του ψυχοθεραπευτή από τη σκηνή του φόνου. Αυτόματα γεννάται η απορία για την απουσία του ή για το αν είναι κάποιο από τα θύματα – κούκλες. Εξερευνώντας ο χρήστης το χώρο και αλληλεπιδρώντας με τις κούκλες, βλέπει κάποιες σκηνές από τη ζωή τους, συνυφασμένες με τα πάθη τους. Στο τέλος γίνεται αντιληπτό ότι πρόκειται για μία μεταφορική σκηνή φόνου και όχι πραγματική που υποδηλώνει ότι ένας εαυτός «δολοφονείται» με σκοπό τη δημιουργία ενός άλλου.

Σκοπός του έργου είναι αρχικά να δει και να κατανοήσει ο χρήστης τις συμπεριφορές και τις δυσκολίες που βιώνει καθημερινά ένα άτομο με ψυχικές διαταραχές. Επίσης, το σεναριακό μέρος του έργου παρουσιάζει μία ομάδα ψυχοθεραπείας με διαφορετικά προβλήματα υγείας. Γεγονός που θα μπορούσε να αποτελεί μελλοντική πρόταση για έρευνα, καθώς οι περισσότερες ομάδες ψυχοθεραπείας και συμβουλευτικής αποτελούνται από άτομα με συναφείς ψυχολογικές διαταραχές (π.χ. κοινωνικές ομάδες ατόμων με προβλήματα αλκοολισμού). Τέλος, το έργο δείχνει μέσω του θανάτου – λύτρωσης, ότι κάθε άτομο που αντιμετωπίζει ψυχολογικά προβλήματα μπορεί να θεραπευτεί, ή κάθε πάθος μπορεί να σταματήσει να είναι οδυνηρό και επώδυνο και να βρεθεί η κατάλληλη θεραπεία για το άτομο που υποφέρει.

Κεφάλαιο 2

Εννοιολογικό Πλαίσιο

2.1. Διερεύνηση της Ψυχοθεραπείας και των μεθόδων της

Υπάρχουν πολλοί και διαφορετικοί μεταξύ τους ορισμοί για τη ψυχοθεραπεία. Σύμφωνα με τον ψυχοθεραπευτή Alfred Pritz, ψυχοθεραπεία είναι η συστηματική εφαρμογή καθορισμένων μεθόδων στη θεραπεία ενός ψυχικά ασθενούς ατόμου, καθώς και ατόμων που υποφέρουν από ψυχικές διαταραχές. Ως βάση της ψυχοθεραπείας, ο Pritz θέτει τη σχέση του ψυχοθεραπευτή με τον ασθενή και κατ' επέκταση και των θεραπειών που σχετίζονται με ψυχικές διαταραχές. Μια ψυχοθεραπευτική διαδικασία, σύμφωνα πάλι με τον Alfred Pritz, απευθύνεται σε άτομα με έντονα ψυχολογικά προβλήματα ή ψυχικές παθήσεις, αλλά και άτομα τα οποία επιθυμούν να έχουν μία εσωτερική αναζήτηση με σκοπό να γνωρίσουν καλύτερα τον εαυτό τους και στη συνέχεια να βελτιώσουν τις κοινωνικές τους συναναστροφές¹.

Ορισμό της ψυχοθεραπείας έχει δώσει και η Ευρωπαϊκή Ένωση Ψυχοθεραπείας (EAP). Πρόκειται για έναν οργανισμό που είναι αφιερωμένος στην εδραίωση της ψυχοθεραπείας ως ανεξάρτητο επάγγελμα στην Ευρώπη. Κατά την EAP, λοιπόν, η άσκηση της ψυχοθεραπείας είναι μία ολοκληρωμένη θεραπεία ή θεραπευτική παρέμβαση στην οποία ακολουθείται ένα συγκεκριμένο πρόγραμμα με βάσει κάποια ειδική εκπαίδευση με σκοπό τη βοήθεια ατόμων με διαταραχές στη συμπεριφορά τους ή ατόμων με ευρύτερες υπαρξιακές ανάγκες αναζήτησης που σχετίζονται με ψυχοκοινωνικούς και ψυχοσωματικούς παράγοντες.

Η διαδικασία αυτή, σύμφωνα με την EAP, περιλαμβάνει επιστημονικές ψυχοθεραπευτικές μεθόδους, στις οποίες αλληλεπιδρούν ένα ή περισσότερα άτομα με στόχο τον μετριασμό ή την εξάλειψη των συμπτωμάτων τους, προωθώντας μια διαδικασία ωρίμανσης, ανάπτυξης, λογικής και ευημερίας στο άτομο που έχει υποβληθεί στη θεραπεία².

¹ Pritz, Alfred. (2002). Globalized Psychotherapy. Vienna: Facultas Universitätsverlag, p.13.

² EAP Template for a National Psychotherapy Law, amended Lisbon, July 2009.

Σύμφωνα με το On-line Dictionary του Webster, ψυχοθεραπεία είναι μια διαπροσωπική, σχεσιακή παρέμβαση που χρησιμοποιείται από εκπαιδευμένους ψυχοθεραπευτές για να βοηθήσουν τους ασθενείς σε βασικά προβλήματα διαβίωσης, η οποία επικεντρώνεται περισσότερο σε συζήτηση γύρω από τα προβλήματα του ασθενή, παρά στην χορήγηση φαρμακευτικής αγωγής.³ Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας αυτής, συνήθως, ο ασθενής νιώθει μια ιδιαίτερη αίσθηση ευεξίας και ταυτόχρονα υποχωρούν ή μειώνονται οι ενοχλήσεις και διαταραχές. Οι ψυχοθεραπευτές χρησιμοποιούν μια σειρά τεχνικών που βασίζονται στην ανάπτυξη μιας βιωματικής σχέσης μεταξύ θεραπευτή και θεραπευόμενου, στον διάλογο, την επικοινωνία και την αλλαγή της συμπεριφοράς, ενώ ως στόχο έχουν να βελτιώσουν την ψυχική υγεία του ασθενούς ή να βελτιώσουν ομαδικές σχέσεις, π.χ. τις σχέσεις μιας οικογένειας ή ενός ζευγαριού.

Οι περισσότερες μορφές ψυχοθεραπείας χρησιμοποιούν μόνο προφορικές συνομιλίες, αν και ενίοτε χρησιμοποιούνται, επίσης, διάφορες άλλες μορφές επικοινωνίας, όπως ο γραπτός λόγος, ένα έργο τέχνης, μία αφηγηματική ιστορία, η μουσική ή η θεραπευτική αφή. Η ψυχοθεραπεία γίνεται μέσω μιας δομημένης συνάντησης, συνήθως προγραμματισμένης εβδομαδιαία, μεταξύ θεραπευόμενου και θεραπευτή.

Οι ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις σχεδιάζονται συχνά για τη θεραπεία του ασθενούς με βάση το ιατρικό μοντέλο, αν και δεν ακολουθούν όλες οι ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις το μοντέλο του "ασθένεια / θεραπεία". Επειδή συχνά συζητούνται ευαίσθητα θέματα, οι ψυχοθεραπευτές, συνήθως δεσμεύονται νομικά να σεβαστούν τον ασθενή και να διατηρήσουν τα απόρρητα δεδομένα.

Αυτοί οι ορισμοί δεν αλληλοαναιρούνται ούτε μπορούν ποτέ να είναι εντελώς ολοκληρωμένοι, αλλά μαζί ή ο καθένας μεμονωμένα μπορούν να επεξηγήσουν το εύρος της ποικιλομορφίας, τον πλούτο, τις λεπτομέρειες και το τεράστιο όγκο της σκληρής δουλειάς που έχουν αναλάβει εδώ και πολλά χρόνια διάφοροι άνθρωποι με σκοπό να διαμορφώσουν το επάγγελμα της ψυχοθεραπείας στην Ευρώπη και να προχωρήσουν στην ανάπτυξη της επαγγελματικής του πρακτικής.

³ Psychotherapy [Def. 1.]. In Merriam-Webster Online. In Merriam-Webster. Ανακτήθηκε Σεπτέμβριος, 12, 2018, από <https://www.merriam-webster.com/dictionary/psychotherapy>

Αναλύοντας την έννοια της ψυχανάλυσης δεν θα μπορούσαμε να μην αναφέρουμε τον Sigmund Freud, ο οποίος θεωρείται πατέρας της ψυχανάλυσης. Ο Freud ήταν φυσιολόγος, ιατρός, ψυχολόγος και σημασιολόγος στις αρχές του εικοστού αιώνα. Αρχικά σε στενή συνεργασία με τον Joseph Breuer, ο Freud ασχολήθηκε με τη δομή του μυαλού, το οποίο και θεωρεί ως ένα πολύπλοκο ενεργειακό σύστημα, ενώ η έρευνα του θεωρείται κατάλληλη για την απαρχή της ψυχολογίας⁴. Επεξεργάστηκε τις έννοιες της ασυνείδητης παιδικής σεξουαλικότητας και καταστολής και πρότεινε μια τριμερή αναφορά της δομής του νου - όλα αυτά ως μέρος ενός ριζικά νέου εννοιολογικού και θεραπευτικού πλαισίου αναφοράς για την κατανόηση της ανθρώπινης ψυχολογικής ανάπτυξης και της θεραπείας που αφορούν ψυχικές διαταραχές. Η έρευνα του ρίχνει νέο φως στη χαρακτηρισολογία και δίνει μια πιο καθαρή εικόνα του ύπνου, των ονείρων, ενώ αποκαλύπτει πνευματικούς μηχανισμούς που αφορούν φυσιολογικές και παθολογικές καταστάσεις, αποδεικνύοντας ότι ο νόμος της αιτιώδους συνάφειας επεκτείνεται στις πιο ασυνείδητες ενέργειες. Επίσης, ο Freud δίδαξε την αναγνώριση νοσηρών ψυχωτικών και νευρωτικών συμπτωμάτων που με τη σειρά τους οδήγησαν στην ανακάλυψη λειτουργιών του πρωτόγονου νου, οι οποίες φαίνεται να είναι κρυμμένες και καταπιεσμένες που σχεδόν θεωρούσε ο ίδιος ότι έχουν χάσει την όρασή τους⁵. Το αρχικό έργο του Freud αποτελεί θεμελιώδη αναφορά σε όλα τα είδη της ψυχανάλυσης μέχρι και σήμερα.

Η ψυχοθεραπεία δεν είναι αναγκαία μόνο για τα άτομα που αντιμετωπίζουν σοβαρά ψυχικά νοσήματα. Μπορεί να βοηθήσει οποιοδήποτε άτομο επιθυμεί να διαχειριστεί το καθημερινό στρες και συνήθειες φοβίες. Η ψυχοθεραπεία έχει αρκετές υποκατηγορίες και κάθε είδος ψυχοθεραπείας εξυπηρετεί ένα συγκεκριμένο σκοπό.

2.2. Μέθοδοι ψυχοθεραπείας

Γνωσιακή - Συμπεριφορική θεραπεία

⁴ Freud, Sigmund. (1913). The Interpretation of Dreams. New York: The Macmillan Company, p.4-5.

⁵ Freud Sigmund, (1920). A General Introduction to Psychoanalysis, New York: Boni and Liveright, p. 5-6.

Η Γνωσιακή και η Συμπεριφορική θεραπεία είναι δύο μορφές ψυχοθεραπείας οι οποίες αναπτύχθηκαν από τον ψυχίατρο Aaron T. Beck τη δεκαετία του '60. Η Γνωσιακή θεραπεία έχει αναπτυχθεί πιο πρόσφατα στον κλάδο της ψυχοθεραπείας, σε αντίθεση με τη Συμπεριφορική θεραπεία η οποία έχει θέσει τις βάσεις της στο κλάδο της ψυχοθεραπείας νωρίτερα⁶.

Και τα δύο είδη ψυχοθεραπείας στοχεύουν στην αναγνώριση και την ανάλυση των προβλημάτων στη συμπεριφορά του ατόμου, αφού ο θεραπευτής δίνει μεγάλη έμφαση στην λεπτομερή περιγραφή των προβλημάτων του ασθενούς. Ο θεραπευτής τόσο στη Συμπεριφορική, όσο και στη Γνωσιακή θεραπεία, αφού αναγνωρίσει το πρόβλημα του εκάστοτε ασθενούς, προχωράει στη διατύπωση του παρουςία του ασθενούς. Στη συνέχεια, σχεδιάζει τις πρακτικές που θα ακολουθήσει, οι οποίες άλλοτε βασίζονται περισσότερο σε συμπεριφορικές τεχνικές και άλλοτε σε γνωσιακές.

Ωστόσο, στις δύο θεραπείες χρησιμοποιούνται τεχνικές οι οποίες διαφέρουν. Ο θεραπευτής ο οποίος ακολουθεί τη συμπεριφορική θεραπεία στοχεύει στην επίλυση του προβλήματος μέσω της εκμάθησης του ασθενούς, φέρνοντάς το σε άμεση επαφή με το αντικείμενο του φόβου του. Ο θεραπευτής μπορεί να χρησιμοποιήσει λεκτικές τεχνικές όπως το να δημιουργήσει στον ασθενή μία προκαθορισμένη ροή σκέψεων τις οποίες διακόπτει και εναλλάσσει ο θεραπευτή⁷

Αντιθέτως, ο θεραπευτής γνωσιακής θεραπείας θα χρησιμοποιήσει τεχνικές με τις οποίες θα κατευθύνει τον ασθενή σε ερμηνεία των σκέψεων και των πληροφοριών που δέχεται από το περιβάλλον του. Σκοπός του θεραπευτή είναι η αλλαγή του τρόπου σκέψης, των αντιλήψεων και της συμπεριφοράς του ασθενούς. Σύμφωνα με τον Beck ο γνωσιακός θεραπευτής βασίζεται στην επαγωγική μέθοδο κατά την οποία, αφού ο ασθενής έχει μιλήσει και εκφράσει τα συναισθήματά του, ο θεραπευτής με βάσει τα λεγόμενα του θεραπευόμενου, προχωράει σε μια διερεύνηση των σκέψεων του ασθενούς. Έπειτα, ο θεραπευτής συνεχίζει σε μία ευρύτερη κατανόηση των

⁶ Ellis, Albert. (1957) "Rational psychotherapy and individual psychology", *Journal of Individual Psychology*, 13 no.1: 38-44.

⁷ Wolpe, J., & Lazarus, A. A. "The Commonwealth and international library. Mental health and social medicine division. Behavior therapy techniques: A guide to the treatment of neuroses". Elmsford, NY, US: Pergamon Press.

συμπεριφορών του και καταλήγει στο κεντρικό ζήτημα που απασχολεί τον θεραπευόμενο⁸.

Υπαρξιακή θεραπεία

Η Υπαρξιακή ψυχοθεραπεία είναι μια μορφή που μπορεί να ενσωματωθεί με άλλες προσεγγίσεις, ωστόσο δεν μπορεί να θεωρηθεί ως ανεξάρτητη «σχολή» ψυχοθεραπείας, όπως η Γνωσιακή ή Συμπεριφορική θεραπεία. Πρόκειται για μία τεχνική προσέγγιση που προσφέρει ένα νέο σύνολο κανόνων στα πλαίσια της ψυχοθεραπείας, ενώ το άτομο που ακολουθεί τη διαδικασία της Υπαρξιακής θεραπείας αυτόματα μπαίνει σε έναν νέο τρόπο σκέψης.

Οι εκπρόσωποι της προσέγγισης αυτής θεωρούν τους ανθρώπους μοναδικούς. Και κάθε οντότητα είναι ξεχωριστή. Σύμφωνα με την υπαρξιακή θεραπεία, μόνο σκεπτόμενοι τη θνησιμότητα μπορούμε να μάθουμε να τη ζούμε. οι άνθρωποι θέτουν ερωτήσεις σχετικά με την ύπαρξή τους: ποιος είμαι; ποια είναι η ζωή που αξίζει να ζήσουμε; έχει νόημα; πώς μπορώ να συνειδητοποιήσω την ύπαρξή μου; οι υπαρξιστές πιστεύουν ότι, τελικά, ο καθένας από εμάς πρέπει να έρθει σε συμφωνία με αυτά τα ερωτήματα και ο καθένας μας είναι υπεύθυνος για το ποιοι είμαστε και τι γίνουμε.

Οι ασθενείς συχνά ανησυχούν για θέματα όπως η επιλογή, η ευθύνη, η θνησιμότητα ή ο σκοπός στη ζωή. Όλο και πιο συχνά οι ασθενείς μιλούν στους θεραπευτές για απώλεια σκοπού ή νοήματος από τις ζωές τους. Ο ρόλος του θεραπευτή είναι σύνθετος, καθώς καλείται να επανασχηματίσει τις ανησυχίες των ασθενών, που συχνά είναι αρκετά αόριστες, δίχως συγκεκριμένα συμπτώματα. Ο ψυχοθεραπευτής προτιμάει να μιλήσει με τους ασθενείς για τη φαρμακευτική αγωγή που θα ακολουθήσουν ή να προτείνει πρακτικές ασκήσεις, παρά να ασχοληθεί πραγματικά με τις υπαρξιακές αναζητήσεις του κάθε ασθενούς. Ο Yalom ορίζει τέσσερις κατηγορίες τελικών ανησυχιών που καλύπτουν τις θεμελιώδεις προκλήσεις της ανθρώπινης κατάστασης, την ελευθερία, την απομόνωση, το νόημα και το θάνατο.

⁸ Beck, Aaron T., Gary Emery, and Ruth L. Greenberg. *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective* New York: Basic Books, 1988

Διαλεκτική Συμπεριφορική Θεραπεία

Για τη Διαλεκτική Συμπεριφορική θεραπεία μίλησε, αρχικά, η ψυχολόγος Marsha Linehan. Πρόκειται για ένα είδος ψυχοθεραπείας το οποίο συνδυάζει στρατηγικές συμπεριφοριστικής και γνωστικής θεραπείας, καθώς και βουδιστικές έννοιες, όπως η αποδοχή και η προσοχή, και στοιχεία από τεχνικές που χρησιμοποιούνται σε αντίστοιχες θεραπείες στην Ανατολή. Γενικά, το ένα είδος θεραπείας φέρεται να περιέχει θεωρίες και τεχνικές δανεισμένες, τόσο από την Δύση, όσο και από την Ανατολή. Η Διαλεκτική Συμπεριφορική θεραπεία διενεργείται είτε μέσω ατομικής, είτε μέσω ομαδικής θεραπείας, εβδομαδιαία και με διάρκεια ενός έτους.⁹

Δανειζόμενη στοιχεία της συμπεριφοριστικής θεραπείας, η Διαλεκτική Συμπεριφορική θεραπεία, προσανατολίζεται στην εύρεση του προβλήματος που απασχολεί τον ασθενή, βοηθώντας το άτομο να εντοπίσει τον πυρήνα των σκέψεων που του προκαλούν προβλήματα στην καθημερινή του ζωή, καθώς και να εφαρμόσει τεχνικές που προσανατολίζονται στην ενδυνάμωση και την ενίσχυση του εαυτού του, ώστε να μπορεί να διαχειρίζεται τις καταστάσεις που προκύπτουν στην καθημερινή του ζωή.

Οι στόχοι της Διαλεκτικής Συμπεριφορικής θεραπείας διαφέρουν αναλόγως με το πρόβλημα που αντιμετωπίζει κάθε φορά ο ασθενής. Η ατομική ψυχοθεραπεία επικεντρώνεται στις προβληματικές συμπεριφορές του ατόμου, όπως για παράδειγμα αυτό-τραυματικά επεισόδια ή μετατραυματικό στρες και αποσκοπεί στην διαχείριση και επίλυσή αυτών. Στην ατομική θεραπεία, αφού ειπωθούν τα ζητήματα που απασχολούν το άτομο, τίθενται σε μια ιεραρχία με βάση τη σημαντικότητα που θα καθορίσει ο θεραπευτής και ακολουθείται η ανάλογη θεραπεία. Οι στόχοι καθορίζονται μέσω της από κοινού συζήτησης θεραπευτή – θεραπευόμενου και επαναπροσδιορίζονται με βάση την προτεραιότητα που έχει τεθεί στην τελευταία συνεδρία. Παραγείματος χάριν, αν ο ασθενής εκφράσει έντονα επιθυμίες αυτοκτονίας ή απειλές υψηλού κινδύνου στην τελευταία συνεδρία, ο ψυχοθεραπευτής καλείται να επιλύσει αρχικά το συγκεκριμένο μοντέλο συμπεριφοράς που αφορά τη

⁹ Linehan MM. (1984). *Dialectical Behavior Therapy for Treatment of Parasuicidal Women: Treatment Manual*. Seattle, Wash: University of Washington.

ζωή του ασθενούς¹⁰. Η ομαδική διαλεκτική ψυχοθεραπεία, από την άλλη, εστιάζει κυρίως στην απόκτηση διαπροσωπικών δεξιοτήτων του ασθενούς και στην διαχείριση των συναισθημάτων του στα πλαίσια ενός συνόλου.

Πελατοκεντρική - Προσωποκεντρική Θεραπεία

Η Πελατοκεντρική – Προσωποκεντρική θεραπεία αναπτύχθηκε από τον Carl Rogers μεταξύ του 1940 και 1950. Ο Rogers ήταν ο δημιουργός μιας διαφορετικής προσέγγισης στη βάση της ψυχοθεραπείας θέτοντας μία νέα βάση στην οποία η θεραπευτική παρέμβαση γίνεται πιο απλή. Στη Πελατοκεντρική – Προσωποκεντρική θεραπεία η παροχή συμβουλών και θεραπείας αποσκοπεί να βοηθήσει τον ασθενή στο να εκπληρώσει τις επιθυμίες του και να γίνει ο εαυτός του το ιδεατό, με βάση αυτό δηλαδή που είναι και αυτό που επιθυμεί να γίνει¹¹. Σύμφωνα με τον Rogers, ο καλύτερος θεραπευτής για έναν ασθενή είναι ο ίδιος του ο εαυτός, καθώς γνωρίζει καλύτερα την κατάστασή του.

Ο Rogers προσπάθησε να απελευθερώσει τους ασθενείς από την υπερβολική επιρροή που είχαν οι γονείς εκείνης της εποχής στις σκέψεις, στα συναισθήματα και στις ενέργειες τους¹². Μέσω της Πελατοκεντρικής - Προσωποκεντρικής θεραπείας, ο θεραπευτής προάγει τα δικαιώματα των ασθενών και τις βαθιές τους επιθυμίες ανακαλύπτοντας τις προσωπικές τους κατευθύνσεις. Η θεραπεία επικεντρώνεται στον άνθρωπο και σε οποιοδήποτε ζήτημα τον απασχολεί, γι' αυτό τον λόγο φέρει και το όνομα προσωποκεντρική. Ο κάθε ασθενής έχει τη δυνατότητα να συζητήσει ελεύθερα ό,τι τον απασχολεί κατά τη διάρκεια της συνεδρίας.

Σύμφωνα με τους Combs και Snygg η συμπεριφορά του ατόμου μπορεί να παρατηρηθεί είτε μέσα από αυτή την ίδια, είτε μέσα από το εξωτερικό του περιβάλλον¹³. Ο Rogers, υποστηρικτής της συμπεριφοράς του υποκειμένου, παρατηρεί ότι «ο άνθρωπος ζει ουσιαστικά στον δικό του προσωπικό και

¹⁰ Linehan, M. M., Armstrong, H. E., Suarez, A., Allmon, D., & Heard, H. L.(1991). Cognitive-behavioral treatment of chronically parasuicidal borderline patients. *Archives of general psychiatry*, 48(12), 1060-1064.

¹¹ Nelson-Jones, R. (2000). *Six key approaches to counselling and therapy*. Sage. p.98

¹² Rogers, C. . R.(1961) ,(1951) Client-Centered Therapy.

¹³ Combs, A. W., & Snygg, D. (1959). *Individual behavior: A perceptual approach to behavior*. Harper.

υποκειμενικό του κόσμο και ακόμη και η πιο αντικειμενική του πράξη που μπορεί να αφορά μία μαθηματική πράξη ή μία άποψη, είναι ουσιαστικά αποτέλεσμα υποκειμενικού σκοπού και υποκειμενικής επιλογής»¹⁴. Αυτή η προσέγγιση του Rogers δίνει έμφαση και κεντρικό ρόλο στον ασθενή και οδήγησε στη διατύπωση της πελατοκεντρικής – προσωποκεντρικής θεραπείας στην οποία οι αντιλήψεις των θεραπευόμενων θεωρούνται πραγματικές, ενώ ο θεραπευτής τις αποδέχεται δίχως να προσπαθεί να κατευθύνει το άτομο στη λήψη μιας διαφορετικής απόφασης.

Gestalt Θεραπεία

Η θεραπεία Gestalt αναπτύχθηκε τη δεκαετία του 1940 από τους Fritz Perls, Laura Perls, και Paul Goodman¹⁵. Η θεραπεία Gestalt βασίζεται στην αύξηση της κατανόησης και της επίγνωσης του περιβάλλοντος, των εμπειριών, των συναισθημάτων, των πράξεων και των σκέψεων του ατόμου που ακολουθεί τη συγκεκριμένη θεραπεία. Οι υποστηρικτές της θεωρίας Gestalt, ορίζουν ότι οι αντιλήψεις του ατόμου προέρχονται από μία σειρά αλληλεπιδράσεων μεταξύ των εμπειριών και των ερεθισμάτων του¹⁶.

Ο θεραπευτής μέσω της συζήτησης προσπαθεί να αναγνωρίσει όλες τις γνωστικές και ψυχολογικές διαδικασίες που ακολουθεί ένα άτομο όταν δέχεται ένα ερέθισμα, άλλωστε οι υποστηρικτές της Gestalt θεωρίας επικεντρώνονται στην οργάνωση και την ακολουθία των σκέψεων του ατόμου μετά από μία οπτική αναγνώριση ή ερέθισμα.¹⁷ Μέσω της ψυχοθεραπείας, ο θεραπευόμενος αποκτάει την ικανότητα να αντιλαμβάνεται το πραγματικό γεγονός, όπως είναι αυτό καθ'εαυτό, αποφεύγοντας να γίνεται υποχείριο των συναισθημάτων και των ερεθισμάτων που δέχεται από το περιβάλλον του. Έχοντας, επομένως, το άτομο αποκτήσει μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και συνείδηση των πράξεων του, «χτίζει» μια πιο ουσιαστική σχέση με τον εαυτό του και το φυσικό του περιβάλλον, ενώ αναπτύσσει και μεγαλύτερη εσωτερική δύναμη, δίχως να στερείται των συναισθημάτων του.

¹⁴ Rogers, C. R. (2013). A Theory of Therapy and Personality Change: As Developed in the Client-Centered Framework". *Perspectives in Abnormal Behavior: Pergamon General Psychology Series*, 341. P.191

¹⁵ Perls, F., Hefferline, G., & Goodman, P. (1951). *Gestalt therapy*. New York.

¹⁶ Arnheim, R. (1949). The Gestalt theory of expression. *Psychological review*, 56(3), 156.

¹⁷ Carlson, N. R., Heth, D., Miller, H., Donahoe, J., & Martin, G. N. (2009). *Psychology: the science of behavior*. Pearson.

Διαπροσωπική Θεραπεία

Η Διαπροσωπική θεραπεία αναπτύχθηκε στη δεκαετία του 1970 από τους Gerald Klerman και Myrna Weissmann και πρόκειται για ένα είδος ψυχοθεραπείας το οποίο χρησιμοποιήθηκε, αρχικά, για να βοηθήσει άτομα με καταθλιπτικές διαταραχές, ωστόσο στη συνέχεια, επεκτάθηκε και στην επίλυση των διαπροσωπικών προβλημάτων του θεραπευόμενου¹⁸.

Η Διαπροσωπική θεραπεία επικεντρώνεται στις διαπροσωπικές σχέσεις του ασθενούς και στα ψυχολογικά του προβλήματα που συνδέονται με διάφορα αγχωτικά γεγονότα, είτε της ενήλικης, είτε της ανήλικης ζωής του θεραπευόμενου, βοηθώντας το να βελτιώσει την ποιότητα των διαπροσωπικών του σχέσεων και της κοινωνικής του ζωής¹⁹.

Ο ψυχοθεραπευτής επικοινωνεί με τον ασθενή σε ένα αρκετά «ζεστό» πλαίσιο με τη χρήση καθημερινού και οικείου κώδικα επικοινωνίας, ενώ τον προτρέπει να μοιραστεί τα προβλήματά του και να εκφράσει τα συναισθήματά του. Η διαπροσωπική θεραπεία είναι σύντομη σε διάρκεια, καθώς ολοκληρώνεται σε 12 – 16 εβδομάδες²⁰.

Λόγω της αποτελεσματικής θεραπείας στην αντιμετώπιση της κατάθλιψης, η Διαπροσωπική θεραπεία χρησιμοποιείται από τους θεραπευτές και για την επίλυση διαφόρων προβλημάτων ψυχικής υγείας, συμπεριλαμβανομένων των εξής²¹:

1. Διαταραχές λόγω χρήσης ουσιών²²
2. Νευρική βουλιμία²³
3. Επιλόχειος κατάθλιψη²⁴

¹⁸ Cuijpers, P., Donker, T., Weissman, M. M., Ravitz, P., & Cristea, I. A. (2016). Interpersonal psychotherapy for mental health problems: a comprehensive meta-analysis. *American Journal of Psychiatry*, 173(7), 680-687.

¹⁹ Ravitz, P., & Watson, P. (2014). Interpersonal psychotherapy: healing with a relational focus. *Focus*, 12(3), 275-284.

²⁰ Reynolds III, C. F., Frank, E., Perel, J. M., Imber, S. D., Cornes, C., Miller, M. D., ... & Pollock, B. G. (1999). Nortriptyline and interpersonal psychotherapy as maintenance therapies for recurrent major depression: a randomized controlled trial in patients older than 59 years. *Jama*, 281(1), 39-45.

²¹ Weissman, M. M., & Markowitz, J. C. (1998). An overview of interpersonal psychotherapy. *Interpersonal psychotherapy*, 1-33.

²² Carroll, K. M., Rounsaville, B. J., & Gawin, F. H. (1991). A comparative trial of psychotherapies for ambulatory cocaine abusers: Relapse prevention and interpersonal psychotherapy. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 17(3), 229-247.

²³ Fairburn, C. G., Jones, R., Peveler, R. C., Hope, R. A., & O'connor, M. (1993). Psychotherapy and bulimia nervosa: Longer-term effects of interpersonal psychotherapy, behavior therapy, and cognitive behavior therapy. *Archives of General Psychiatry*, 50(6), 419-428.

4. Διαταραχές άγχους²⁵

Γνωσιακή Αναλυτική Θεραπεία (ΓΑΘ)

Η Γνωσιακή Αναλυτική Ψυχοθεραπεία είναι μια μορφή ψυχοθεραπείας η οποία αναπτύχθηκε από τον Anthony Ryle στο Ηνωμένο Βασίλειο. Το ψυχοθεραπευτικό αυτό μοντέλο δανείζεται χαρακτηριστικά τόσο από τη ψυχοδυναμική, όσο και από την γνωσιακή ψυχοθεραπεία, ενώ η διάρκεια της θεραπείας μπορεί να εκτείνεται απ' τις 8 και δεν ξεπερνά τις 24 συνεδρίες²⁶. Αν και η Γνωσιακή Αναλυτική Ψυχοθεραπεία ξεκίνησε εστιάζοντας στις νευρωτικές διαταραχές, τα τελευταία 10 χρόνια εστιάζει στις διαταραχές προσωπικότητας, καθώς οι ανάγκες των ατόμων που μπορεί να δημιουργεί μία τέτοια διαταραχή, μπορούν να αντιμετωπιστούν απ' την θεωρία και την πρακτική της ΓΑΘ²⁷.

Σκοπός της Γνωσιακής Αναλυτικής Ψυχοθεραπείας είναι να εξετάσει τον τρόπο που σχετίζεται ο ασθενής με το περιβάλλον του και στη συνέχεια να κατανοήσει τις συμπεριφορές του και τέλος να αντιμετωπίσει τις συνέπειες που μπορεί να έχουν αυτές στις σχέσεις που αναπτύσσει στην καθημερινότητά του. Ο ψυχοθεραπευτής συνεργάζεται με τον θεραπευόμενο και ακολουθεί τη ροή των σκέψεων, τα συναισθήματα και τα κίνητρά του. Η διαδικασία αναγνώρισης των συμπεριφορών που ακολουθεί το άτομο, το βοηθάει να αναγνωρίσει τους τρόπους με τους οποίους αντιμετωπίζει τα όσα συμβαίνουν στη ζωή του ή και να θυμηθεί γεγονότα που ενδεχομένως να επηρεάζουν τις αντιδράσεις του. Για παράδειγμα, αν κάποιος, ως παιδί, έχει αισθανθεί παραμελημένος από το οικογενειακό του περιβάλλον, τότε τα συναισθήματα αυτά μπορούν να μεταφραστούν στο μυαλό του ως εγκατάλειψη, με συνέπεια να είναι ευάλωτος σε αυτά στη μετέπειτα ζωή του²⁸.

²⁴ O'hara, M. W., Stuart, S., Gorman, L. L., & Wenzel, A. (2000). Efficacy of interpersonal psychotherapy for postpartum depression. *Archives of general psychiatry*, 57(11), 1039-1045.

²⁵ Lipsitz, J. D., Gur, M., Vermes, D., Petkova, E., Cheng, J., Miller, N., ... & Fyer, A. J. (2008). A randomized trial of interpersonal therapy versus supportive therapy for social anxiety disorder. *Depression and Anxiety*, 25(6), 542-553.

²⁶ Denman, C. (2001). Cognitive-analytic therapy. *Advances in Psychiatric treatment*, 7(4), 243-252.

²⁷ Ryle, A., Leighton, T., & Pollock, P. (1997). *Cognitive analytic therapy and borderline personality disorder: The model and the method*. John Wiley & Sons Inc.

²⁸ Denman op. cit.

Θεραπεία Σχημάτων

Η Θεραπεία Σχημάτων αναπτύχθηκε από τον Jeffrey E. Young ως μία προσπάθεια αντιμετώπισης προβλημάτων, όπως η χρόνια κατάθλιψη, η διαταραχή προσωπικότητας και τα επίμονα προβλήματα με ψυχολογικά αίτια και αποτελεί μία ολοκληρωμένη διαδικασία ψυχοθεραπείας²⁹. Η θεραπεία σχημάτων ενσωματώνει χαρακτηριστικά θεραπειών όπως η γνωσιακή συμπεριφοριστική θεραπεία, αλλά και η θεραπεία Gestalt³⁰.

Η ανάπτυξη της θεωρίας σχημάτων προέκυψε από την ανάγκη να αντιμετωπιστούν χρόνια ζητήματα ασθενών που δεν μπορούσαν να αντιμετωπιστούν με τις μέχρι τότε γνωστές μεθόδους ψυχοθεραπείας, καθώς η μέθοδος αυτή προσεγγίζει την παιδική και εφηβική ηλικία του ασθενή ώστε να μπορέσει να κατανοήσει και έπειτα να επιλύσει μέσω θεραπευτικών σχημάτων τα προβλήματα του ατόμου. Η ύπαρξη Επαναλαμβανόμενων συμπεριφορών ενός ασθενή, δημιούργησαν μεγαλύτερη ανάγκη να δοθεί περισσότερος χρόνος εξερεύνησης της πρώιμης ηλικίας του και ταυτόχρονα να δημιουργηθεί μια πιο ουσιαστική σχέση μεταξύ θεραπευτή και θαραπευόμενου³¹.

Υπάρχουν τέσσερις βασικές έννοιες στη θεραπεία σχημάτων, τα προσαρμοσμένα ή απλά σχήματα (Schema), οι τρόποι αντιμετώπισης του σχήματος (Copying Modes), οι τρόποι λειτουργίας (Modes) και οι βασικές συναισθηματικές ανάγκες (Basic Emotional Needs)³².

Δραματοθεραπεία

Η δραματοθεραπεία είναι ένα ακόμη είδος ψυχοθεραπείας, το οποίο διαφέρει αρκετά από τα υπόλοιπα, καθώς χρησιμοποιεί θεατρικές τεχνικές θεραπείας για την

²⁹ Kellogg, S. H., & Young, J. E. (2008). Cognitive therapy. In J. L. Lebow (Ed.), *Twenty-first century psychotherapies: Contemporary approaches to theory and practice* (pp. 43-79). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.

³⁰ Greenberg, L. S. (1979). Resolving splits: Use of the two chair technique. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 16(3), 316.

³¹ Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.

³² Ibid., p. 7, 9, 32, 37.

επίλυση των προβλημάτων του ασθενή³³. Η δραματοθεραπεία ως θεραπευτική μέθοδος έχει τη βάση της στο Ψυχόδραμα. Το drama, η διεθνής ορολογία που χρησιμοποιείται, προέρχεται από την ελληνική λέξη «δράμα» που σημαίνει δράση ή κάτι που έχει συμβεί, οπότε και «το Ψυχόδραμα μπορεί να οριστεί ως η επιστήμη που διερευνά την ‘αλήθεια’ με δραματικές μεθόδους»³⁴.

Την έννοια του ψυχοδράματος ανέπτυξε ο Jacob L. Moreno, ενώ πολύ μετέπειτα το ψυχοδράμα του Moreno εξελίχτηκε σε μία μορφή θεατρικής ψυχαναλυτικής θεραπείας και καθιερώθηκε ως μια δημιουργική θεραπεία η οποία καθοδηγείται από έναν ψυχοδραματιστή και διεξάγεται σε έναν χώρο που χρησιμοποιείται ως σκηνή³⁵. Στο πλαίσιο της δραματοθεραπείας χρησιμοποιούνται διάφορα εργαλεία και τεχνικές, όπως τα θεατρικά παιχνίδια, η εναλλαγή ρόλων, τα ομαδικά παιχνίδια, η κίνηση, το κουκλοθέατρο, ο χορός, οι αυτοσχεδιατικές τεχνικές κ.α. Βασικός ρόλος της δραματοθεραπείας δεν είναι να μετατρέψει τον ασθενή σε ηθοποιό, αλλά να βοηθήσει το άτομο να κατανοήσει τις πιο βαθιές και ιδιαίτερες καταστάσεις στη ζωή του μέσα από ένα άθροισμα ρόλων³⁶.

Η δραματοθεραπεία πραγματοποιείται είτε ατομικά, είτε σε ομάδες των έξι έως δέκα ατόμων, ενώ η διάρκεια της εξαρτάται από το μοντέλο που θα χρησιμοποιηθεί ανάλογα με τις ανάγκες του ατόμου ή της ομάδας.

Ομαδική θεραπεία

Η ομαδική θεραπεία είναι μια διαδικασία ψυχοθεραπείας στην οποία, συνήθως, υπάρχει ένας θεραπευτής και έξι έως δώδεκα συμμετέχοντες με συναφή προβλήματα. Μερικές φορές ένας θεραπευτής μπορεί να προτείνει σε έναν ασθενή του την ομαδική θεραπεία, αντί της ατομικής ψυχοθεραπείας γιατί η μορφή της ομάδας είναι πιο κατάλληλη για το άτομο ή το πρόβλημά του. Οι άνθρωποι στην ομαδική θεραπεία βελτιώνονται όχι μόνο από τις παρεμβάσεις του θεραπευτή, αλλά

³³ Gallo-Lopez, L., & Rubin, L. C. (Eds.). (2012). *Play-based interventions for children and adolescents with autism spectrum disorders*. Routledge.

³⁴ Moreno, Jacob Levy. "Psychodrama and group psychotherapy." *Sociometry* 9, no. 2/3 (1946): p.249.

³⁵ Kellermann, Peter Felix. *Focus on psychodrama: The therapeutic aspects of psychodrama*. Jessica Kingsley Publishers, 1992.

³⁶ Moreno op. cit.

και από την παρατήρηση και τη λήψη των διαφορετικών σχολίων από τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας.

Όσον αφορά τα οφέλη της ομαδικής θεραπείας, αυτά εξαρτώνται εν μέρει από θεραπευτές και το κατά πόσο είναι γνώστες και εξοικειωμένοι με τις διαδικασίες και τους θεραπευτικούς παράγοντες που επηρεάζουν την έκβαση της θεραπείας. Ο όρος «θεραπευτικός παράγοντας» αναφέρεται σε μια διαδικασία που εμφανίζεται στην ομαδική θεραπεία που συμβάλλει στη βελτίωση της κατάστασης του ασθενούς και θεωρείται ως συνάρτηση των ενεργειών του θεραπευτή, των άλλων μελών της ομάδας και του ίδιου του ασθενούς.

Παρόμοια με την οικογενειακή θεραπεία, η ομαδική θεραπεία είναι μία μορφή ψυχοθεραπείας που μπορεί να ενσωματωθεί σε οποιοδήποτε από τις σχολές ψυχοθεραπείας. Βασικό πλεονεκτήματα της ομαδικής θεραπείας είναι η αυξημένη ανατροφοδότηση που λαμβάνει ο συμμετέχων στη διαδικασία από τους άλλους. Η απόκτηση διαφορετικών προοπτικών είναι συχνά χρήσιμη για την προώθηση της ανάπτυξης και της αλλαγής του ατόμου που συμμετέχει. Ο τρόπος με τον οποίο οι άλλοι χειρίζονται παρόμοια προβλήματα βοηθάει τον ασθενή ώστε να μπορέσει γρήγορα να προσθέσει νέες μεθόδους αντιμετώπισης στις συμπεριφορές του. Αυτό είναι ευεργετικό, καθώς μπορεί να δώσει στον ασθενή ποικίλες προοπτικές για το τι φαίνεται να λειτουργεί και πότε. Για παράδειγμα μία ασθενής ακούγοντας μία άλλη να μιλάει για τη σχέση της με τον σύζυγο της και το πώς διαχειρίστηκε η ίδια το πρόβλημα της, θα μπορούσε μετέπειτα να επεξεργαστεί την ίδια στρατηγική ή και να τη δοκιμάσει συνομιλώντας με κάποιον από τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας σαν να ήταν ο σύζυγός της.

Κεφάλαιο 3

Ερευνητικό Ερώτημα

Ο Freud χώρησε τον κόσμο στον αντικειμενικό, ο οποίος διέπεται από την «αρχή της πραγματικότητας», και τον υποκειμενικό, τον κόσμο της «επιθυμίας» του υποκειμένου. Όρισε αδιάκριτα ως ψυχοπαθολογική εκδήλωση κάθε ακραία συναισθηματική και συμπεριφορική απόκλιση του υποκειμένου από την αρχή της πραγματικότητας³⁷. Το άτομο μεγαλώνοντας και μαθαίνοντας αποκτάει τη γνώση και την εμπειρία ώστε να αντιμετωπίζει τον πόνο και τις δυσκολίες υπακούοντας στην «αρχή της πραγματικότητας» αναζητώντας «την αρχή της ευχαρίστησης». Τι συμβαίνει, όμως, όταν ο δρόμος για την ικανοποίηση της ευχαρίστησης του υποκειμένου παρουσιάσει απόκλιση από την «αρχή της πραγματικότητας»; Τι συμβαίνει όταν η ευχαρίστηση μετατραπεί σε πάθος;

Η έννοια του πάθους κατά τον Αριστοτέλη συμπίπτει με τις απολαύσεις του ατόμου, οι οποίες επικεντρώνονται πάνω σε κάποιο συγκεκριμένο αντικείμενο στο οποίο βιώνεται η ευχαρίστηση και ο πόνος³⁸. Ένα πολύ ισχυρό συναίσθημα που μπορεί να υπερισχύσει της λογικής, μπορεί να έχει αρνητικές επιπτώσεις στη ζωή του ατόμου. Για παράδειγμα ο αλκοολισμός, η παθολογική εξάρτηση από το αλκοόλ, ενδεχομένως να προκαλέσει σωματικές αι ψυχικές επιπτώσεις στην ανθρώπινη υγεία. Επομένως, η διαταραχή της ψυχικής υγείας και οι παθολογικές συμπεριφορές που μπορεί να εμφανίσει το άτομο μπορούν να εκδηλωθούν με διαφορετικές παραμέτρους, ενώ ο βαθμός σοβαρότητας διαφοροποιείται από ασθενή σε ασθενή.

Στο ενδεχόμενο που το άτομο αντιληφθεί το παθολογικό του πρόβλημα, μπορεί να ακολουθήσει μία από τις μεθόδους ψυχοθεραπείας ή ψυχανάλυσης. Η διαδικασία συνειδητοποίησης του προβλήματος ξεκινάει μέσω της ψυχοθεραπείας και της σχέσης που χτίζεται μεταξύ θεραπευτή – θεραπευόμενου και οδηγεί στη σταδιακή λύτρωση.

³⁷ Freud, Sigmund "Spilitting of the Ego in the Process of Defence (1938)." 'Splitting of the Ego in the Defensive Process' 1950 Collected Papers., 5, 372-5

³⁸ Dow, Jamie. *Passions and Persuasion in Aristotle's Rhetoric*. Oxford Aristotle Studies, 2015.

Κεφάλαιο 4

Συναφή Έργα

Ο αλλόκοτος θάνατος του μισού εαυτού είναι ένα έργο με χαρακτήρα αστυνομικού θρίλερ, αλλά ταυτόχρονα με αρκετές ψυχολογικές διαστάσεις και υπαρξιακές αναζητήσεις. Βασικές πηγές έμπνευσης του σεναρίου αποτελούν τα παρακάτω έργα.

1. Όλα είναι δρόμος, Παντελής Βούλγαρης, 1998

Πρόκειται για μία από τις πιο σημαντικές ταινίες του σπουδαίου κινηματογραφιστή, Παντελή Βούλγαρη στην οποία η ιστορία εξελίσσεται σταδιακά μέσα από τρεις εντελώς διαφορετικές μεταξύ τους ιστορίες ανθρώπων. Τρεις μοναδικοί χαρακτήρες που πορεύονται στη ζωή που δεν παύει να κυλάει, γιατί ο χρόνος ρέει και οι στιγμές τρέχουν. Η ταινία αποτελεί ωδή στις ανθρώπινες αδυναμίες, στην μοναξιά, στην απώλεια, στην ύπαρξη του ατόμου που είναι συνυφασμένη με την ευάλωτη ψυχή. Κάθε ήρωας πράττει βάσει του χαρακτήρα του και κάνει τις επιλογές που καθορίζουν την ύπαρξή του με σκοπό τον τελειωτικό σταθμό της ζωής του.



Εικόνα 1: (Όλα είναι δρόμος, Παντελής Βούλγαρης, 1998)

2. Fight Club, David Fincher, 1999

Το Fight Club που έχει μείνει ανεξίτηλο στην ιστορία του κινηματογράφου και στις μνήμες όσων το παρακολούθησαν είναι μια ταινία με βαθύ ψυχολογικό υπόβαθρο. Πρωταγωνιστής της ταινίας ο Edward Norton, ο οποίος πάσχει από τη ψυχολογική διαταραχή, Dissociative Identity Disorder, σύμφωνα με την οποία το άτομο που πάσχει δημιουργεί έναν δεύτερο εαυτό, μία άλλη προσωπικότητα για να μπορέσει να ανταπεξέλθει στην καθημερινότητά του³⁹. Ο ήρωας είναι απογοητευμένος από τη ζωή του και κάνει προσπάθειες για καλυτέρευση έχοντας ως διέξοδο τον υπερκαταναλωτισμό. Ωστόσο, γνωρίζει την αλήθεια της ύπαρξής του και υποσυνείδητα επιλέγει το δρόμο του που δεν είναι άλλος από την ίδια την άρνηση του εαυτού και τη δημιουργία ενός άλλου.

Στην ταινία βλέπουμε τον ηθοποιό να εντάσσεται σε ομάδα ψυχοθεραπείας σε προσπάθεια να βοηθήσει τον εαυτό του.



Εικόνα 2: (Fight Club, David Fincher, 1999)

3. Female Figure, Jordan Wolfson, 2014

³⁹ Diagnostic, D. S. M. I. V. "statistical manual of mental disorders. (1995)." Washington DC, American Psychiatric Association.

Πρόκειται για ένα «ζωντανό» ρομπότ, σε μέγεθος ανθρώπινης γυναικείας φιγούρας, το οποίο βρίσκεται σε ένα μικρό δωμάτιο, τοποθετημένο και στερεωμένο από την κοιλιά του, μπροστά από ένα μεγάλο καθρέφτη. Μπορεί να κάνει συγκεκριμένες κινήσεις, πάνω – κάτω και δεξιά – αριστερά. Το ρομπότ άλλοτε χορεύει με λάμψη θυμίζοντας το «Applause» της Lady Gaga και άλλοτε οκνηρά, θυμίζοντας μια διαφορετική εκδοχή του «Blurred Lines» του Robin Thicke⁴⁰. Όσον αφορά την όψη του, είναι ελάχιστα ντυμένο, το σώμα του σκονισμένο, φοράει μία βενετσιάνικη μάσκα πίσω από την οποία αναβλύζουν τα δύο μαύρα απειλητικά του μάτια, γεγονός που τρομάζει τον θεατή αν κοιτάζει βαθιά μέσα στο βλέμμα του. Πρόκειται για ένα έργο που συνδυάζει την τεχνολογία με τη σύγχρονη τέχνη.

Ωστόσο, αυτό που κυριαρχεί σε αυτό το έργο είναι η αφήγηση της ποπ κουλτούρας που αντανakλάται τόσο μέσα από τα λόγια του ανθρωποειδούς, όσο και από την εμφάνισή του, που παριστάνει μία καρικατούρα του φετιχιστικού ποπ αστεριού. Ο Wolfson, αποκαλύπτει τη στενότητα στην τέχνη που έχει επέλθει μέσα από την καλλιτεχνικά παραμορφωμένη σκέψη, που, όμως, μπορεί να αλλάξει και να επηρεαστεί από την εξέλιξη της τεχνολογίας.

⁴⁰ Jordan Wolfson's Robot: In the Moment of Terror." Spike Art Magazine, Ανακτήθηκε Ιούλιος, 31, 2014, από <https://www.spikeartmagazine.com/en/articles/jordan-wolfsons-robot-moment-terror>



Εικόνα 3: (John Smith 2014)

<https://www.spikeartmagazine.com/en/articles/jordan-wolfsons-robot-moment-terror>

Κεφάλαιο 5

Οπτική του χρήστη

Ο χρήστης εισέρχεται στο χώρο. Με την είσοδο του αντικρίζει 6 καρέκλες σε κυκλική διάταξη. Στις πέντε από τις έξι καρέκλες είναι τοποθετημένες πέντε κούκλες με αναλογίες ανθρώπινου σώματος. Κάθε κούκλα αναπαριστά ένα δολοφονημένο άτομο. Από τον τρόπο με τον οποίο είναι τοποθετημένες οι κούκλες πάνω στις καρέκλες και βάσει τη στάσης σώματος, ο χρήστης αντιλαμβάνεται ότι πρόκειται για μία σκηνή φόνου. Αν ο χρήστης είναι γνώστης των ψυχοθεραπευτικών μεθόδων ή ενήμερος για το πώς λειτουργεί μία ομαδική ψυχοθεραπεία, τότε εύκολα θα γίνει αντιληπτός ο τόπος του υποτιθέμενου εγκλήματος. Αν δεν έχει τις παραπάνω γνώσεις, τότε μέσω της αφήγησης που ακολουθεί και με το πέρας της διάδρασης θα του δοθούν οι απαραίτητες πληροφορίες που χρειάζεται για να γίνει αυτό αντιληπτό. Η ιστορία εξελίσσεται σταδιακά μέσω της διάδρασης, κατά βούληση του χρήστη και μέσω της περιήγησής του στο χώρο.

Ο χρήστης περιηγείται στο χώρο και έχει τη δυνατότητα να επεξεργαστεί όποια κούκλα επιθυμεί. Παρατηρώντας τες, συνειδητοποιεί ότι κάθε κούκλα φέρει διαφορετικό τραύμα (π.χ από σκισμένα ρούχα, αίματα, αντικείμενα γύρω της κ.α.). Σε κάθε κούκλα είναι τοποθετημένος στο κεφάλι της ένας αισθητήρας αφής, ώστε τη στιγμή που το αγγίζει ο χρήστης να βρίσκεται σε θέση να παρακολουθεί ένα μικρής διάρκειας βίντεο. Το βίντεο προβάλλεται μέσω μίας τηλεόρασης που βρίσκεται στο χώρο. Κάθε βίντεο δείχνει στιγμές από τη ζωή της κάθε κούκλας.

«Δείχνοντας» η κάθε κούκλα τη ζωή της και στο τέλος την αποκάλυψη της διαταραχής της, ο χρήστης αντιλαμβάνεται ότι πρόκειται για μία αφήγηση ιστορίας με «φόντο» πέντε διαφορετικές ιστορίες, διαφορετικών ατόμων με ανόμοιες ψυχικές διαταραχές. Σε κανένα βίντεο δεν φανερώνεται η ταυτότητα του δολοφόνου και δεν υπάρχουν σκηνές από τη στιγμή του φόνου ή του χώρου όπου και παρευρίσκονται οι κούκλες. Ωστόσο γίνεται εύκολα αντιληπτό ότι πρόκειται για τον ίδιο δολοφόνο που διέπραξε όλους τους φόνους, καθώς ο τόπος είναι κοινός (αυτός που βρίσκονται οι κούκλες) και η ενδυμασία είναι ίδια με αυτή που βλέπει εκείνη τη στιγμή ο χρήστης. Επίσης, κάθε κούκλα είναι κατ' εικόνα του ατόμου που υποδύεται τον χαρακτήρα στα αντίστοιχα βίντεο.

Καθ' όλη τη διάρκεια της περιήγησης, ο χρήστης ακούει ψιθύρους, καθώς και μία αντρική φωνή που επαναλαμβάνει κάποια συγκεκριμένα λόγια που, όμως, δεν ακούγονται ξεκάθαρα. Οι ψίθυροι συμβολίζουν τις συζητήσεις που έχουν προηγηθεί ανάμεσα στα μέλη της ψυχοθεραπευτικής ομάδας, ενώ η ανδρική φωνή ανήκει στον ψυχίατρο που απουσιάζει από το χώρο, ενώ τα λόγια είναι αυτά που θα φανερωθούν στο τέλος στον χρήστη, στην οθόνη της τηλεόρασης.

Στο χώρο, λοιπόν, υπάρχει:

Μία κούκλα που παριστάνει ένα άτομο με νευρική ανορεξία.

Πρόκειται για μία διατροφική διαταραχή που χαρακτηρίζεται από εμμονή για χαμηλό βάρος, φόβο από την ενδεχόμενη αύξησή του και έντονη επιθυμία από το άτομο ώστε να παραμένει αδύνατο, με αποτέλεσμα τον περιορισμό της τροφής που λαμβάνει⁴¹. Τα άτομα συνηθίζουν να ζυγίζονται συχνά, τρώνε μικρές ποσότητες φαγητού, κάνουν εμετό ή χρησιμοποιούν καθαρτικά για να προκαλέσουν απώλεια βάρους (συνήθως μετά τη λήψη φαγητού με περισσότερες θερμίδες)⁴².

Η κούκλα φέρει τραύματα στο στόμα.

Μία κούκλα που παριστάνει ένα αγοραφοβικό άτομο.

Πρόκειται για μία διαταραχή άγχους που χαρακτηρίζεται από συμπτώματα στρες και κρίσεων πανικού σε καταστάσεις στις οποίες το άτομο αντιλαμβάνεται ότι το περιβάλλον του είναι επικίνδυνο, καθώς δεν υπάρχει εύκολος τρόπος διαφυγής από το χώρο⁴³. Τα αγοραφοβικά άτομα αποφεύγουν χώρους, όπως τα θέατρα, το ασανσέρ, τα εμπορικά κέντρα ή ακόμα και την έξοδο από το σπίτι τους, καθώς χώροι με πολύ κόσμο μπορούν να τους οδηγήσουν σε κρίσεις πανικού⁴⁴.

Η κούκλα δεν έχει επιφανειακά τραύματα.

⁴¹ NIMH. "Eating Disorders in NIMH". nimh.nih.gov.
Ανακτήθηκε Οκτώβριος, 9, 2018, από <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/eating-disorders/index.shtml>

⁴² Op. cit.
Ανακτήθηκε Μάιος, 24, 2015, από <https://web.archive.org/web/20150523184510/http://www.nimh.nih.gov/health/topics/eating-disorders/index.shtml>

⁴³ Diagnostic, D. S. M. I. V. "statistical manual of mental disorders. (1995)." Washington DC, American Psychiatric Association.

⁴⁴ PubMed Health. "Agoraphobia". ncbi.nlm.nih.gov.
Ανακτήθηκε Αύγουστος, 11, 2016, από <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMHT0024921/>

Μία κούκλα που παριστάνει ένα άτομο με κλεπτομανία.

Η κλεπτομανία είναι μία διαταραχή η οποία συνδέεται με την αδυναμία αποφυγής για κλοπή⁴⁵. Το άτομο κλέβει αντικείμενα, όχι απαραίτητα μεγάλης αξίας, καθώς δεν είναι σε θέση να ελέγξει την εσωτερική παρόρμηση και ένταση που του δημιουργεί η συγκεκριμένη πράξη, και όχι για προσωπική χρήση των κλοπιμαίων⁴⁶.

Η κούκλα φέρει τραύματα στα άκρα. Το χέρι της είναι καρφωμένο στο πάτωμα.

Μία κούκλα που παριστάνει ένα αλκοολικό άτομο.

Πρόκειται για μία διαταραχή κατά την οποία το άτομο πίνει μεγάλες ποσότητες αλκοόλ για μεγάλο χρονικό διάστημα με αρνητικές συνέπειες για την σωματική και ψυχική του υγεία⁴⁷. Ο αλκοολισμός διακρίνεται σε δύο καταστάσεις, αυτήν της κατάχρησης από το αλκοόλ και αυτήν της εξάρτησης από αυτό⁴⁸. Και στις δύο περιπτώσεις, η αλόγιστη κατανάλωση αλκοόλ επηρεάζει όλα τα μέρη του σώματος και δημιουργεί κοινωνικά προβλήματα στο άτομο.

Η κούκλα φέρει τραύματα στο λαιμό, γύρω από τον οποίο υπάρχουν γυαλιά από ένα σπασμένο μπουκάλι μπύρας.

Μία κούκλα που παριστάνει ένα άτομο με υπερσεξουαλικότητα.

Πρόκειται για συνεχή και ακόρεστη επιθυμία για σεξουαλική επαφή, ενώ ο όρος χρησιμοποιήθηκε αρχικά για να περιγράψει την κατάσταση στις γυναίκες⁴⁹. Οι ειδικοί ψυχαναλυτές και ψυχίατροι, αν και δεν έχουν καταλήξει για το αν η νυμφομανία ή υπερσεξουαλικότητα είναι μία παρορμητική διαταραχή, μία συγκεκριμένη σεξουαλική συμπεριφορά ή μία παθολογική διαταραχή, ωστόσο οι συμπεριφορές των

⁴⁵ Kleptomania [Def. 1.]. Online In Merriam-Webster. Ανακτήθηκε Οκτώβριος, 10, 2018, από <https://www.merriam-webster.com/dictionary/kleptomania>

⁴⁶ American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub, 2013.

⁴⁷ Littrell, Jill. *Understanding and Treating Alcoholism: Volume I: An Empirically Based Clinician's Handbook for the Treatment of Alcoholism: volume II: Biological, Psychological, and Social Aspects of Alcohol Consumption and Abuse*. Psychology Press, 2014.

⁴⁸ NIH. "Alcohol Use Disorder: A Comparison Between". [pubs.niaaa.nih.gov](https://pubs.niaaa.nih.gov/publications/dsmfactsheet/dsmfact.htm). Ανακτήθηκε Μάιος, 9, 2015 από <https://pubs.niaaa.nih.gov/publications/dsmfactsheet/dsmfact.htm>

⁴⁹ Nymphomania [Def. 1.]. In Online Dictionary. Ανακτήθηκε Οκτώβριος, 11, 2018, από <https://www.dictionary.com/browse/nymphomania>

υπερσεξουαλικών ατόμων είναι κοινές, και περιλαμβάνουν τον ψυχαναγκαστικό αυνανισμό, την υπερβολική σεξουαλική ορμή, την εξάρτηση από το σεξ κ.α.

Η κούκλα φέρει τραύματα στη βουβωνική χώρα.

Παρακολουθώντας ο χρήστης τα βίντεο κάθε κούκλας και αντικρίζοντας τα τραύματα τους αντιλαμβάνεται ότι ο θάνατός τους δεν είναι τυχαίος. Ο «δολοφόνος» τραυμάτισε τη στοματική κοιλότητα του ατόμου με νευρική ανορεξία, κάρφωσε το χέρι της κλεπτομανούς, έκοψε το λαιμό του αλκοολικού ατόμου, τραυμάτισε τα γεννητικά όργανα της νυμφομανής, ενώ το αγοραφοβικό άτομο δεν έφερε επιφανειακά τραύματα, γεγονός που δείχνει ότι πέθανε από φυσικά αίτια.

Ο θάνατος του μισού εαυτού συμβολίζεται με το «θάνατο» του αντίστοιχου οργάνου που χρησιμοποιεί ο κάθε ασθενής περισσότερο για την εκπλήρωση του πάθους του. Πρόκειται για μία «δολοφονία» με σκοπό το θάνατο του εθισμού, της διαταραχής, του ασυνείδητου, του μισού εαυτού. Η διάταξη των πτωμάτων, το είδος των τραυμάτων που φέρουν και τα βίντεο της κάθε κούκλας αποκαλύπτουν το σενάριο ή αφήνεται να εννοηθεί.

Ωστόσο, στο τέλος (και ως τέλος ορίζεται η χρονική στιγμή που ο χρήστης έχει αγγίξει και δει όλες τις ιστορίες μέσω των βίντεο) εμφανίζεται στην οθόνη το εξής μήνυμα:

Τους σκότωσα γιατί αυτοί μου το ζήτησαν. Εκείνοι ήρθαν σε εμένα. Από την πρώτη στιγμή που με αναζήτησαν ήξεραν ότι αυτή η στιγμή θα ερχόταν. Άλλοι τη φοβούνται, άλλοι την επιζητούσαν και ήταν και αυτοί που δεν γνώριζαν. Πώς αλλιώς να γιατρέψω το άρρωστο πάθος τους, το μένος τους για αυτοκαταστροφή, το εξαρτημένο τους μυαλό, αν δεν τους σκοτώσω; Όχι, δεν σκότωσα αυτούς. Σκότωσα αυτό. Δεν σκότωσα κανέναν σας. Ήμουν ο θεραπευτής τους και τους θεράπευσα. Αυτρώθηκαν. Τώρα είναι ελεύθεροι να ζήσουν. Είναι έτοιμοι να φύγουν.

Φεύγοντας ο χρήστης από το χώρο βρίσκεται σε θέση να συνειδητοποιήσει ότι δεν πρόκειται για έναν πραγματικό φόνο, αλλά μία ολοκληρωτική θεραπεία. Ο ψυχοθεραπευτής γιάτρεψε τους ασθενείς του σκοτώνοντας τα πάθη τους.

Κεφάλαιο 6

Κανόνες Έργου

Εξερευνώντας ο χρήστης το χώρο έχει τη δυνατότητα να πλησιάσει και να αγγίξει την κάθε κούκλα με όποια σειρά επιθυμεί ο ίδιος. Ο χρήστης είναι σε θέση αγγίζοντας το κεφάλι της κάθε κούκλας να δει αυτόματα ένα από τα, μικρής διάρκειας, βίντεο που εμπεριέχουν σκηνές από τη ζωή και τη διαταραχή του κάθε χαρακτήρα. Είναι στην δικαιοδοσία του κάθε χρήστη που βρίσκεται στο χώρο με ποια σειρά θα αγγίξει κάθε κούκλα. Σύμφωνα με τους κανόνες, αν έχει ακουμπήσει το κεφάλι μίας κούκλας και κατ' επέκταση έχει επιλεγθεί να παίζει ένα βίντεο, τότε είναι υποχρεωτικό, από το σύστημα, να τελειώσει το επιλεγμένο βίντεο και στη συνέχεια να παίζει το επόμενο. Το επόμενο που θα επιλεγεί είναι και πάλι στην κρίση του χρήστη. Μπορεί να ακουμπήσει το κεφάλι της ίδιας κούκλας και να δει το επόμενο βίντεο ή να επιλέξει να αγγίξει κάποια άλλη κούκλα. Η σειρά με την οποία θα παιχτούν τα βίντεο για την κάθε κούκλα είναι καθορισμένη από το σύστημα και δεν αλλάζει.

Ο χρήστης μπορεί να αγγίξει και να επεξεργαστεί το «σώμα» κάθε κούκλας, δίχως να το μετακινήσει. Δεν έχει δικαίωμα να αφαιρέσει κάποιο από τα ρούχα που φοράνε οι κούκλες. Ο χρήστης έχει το δικαίωμα να καθήσει στην κενή καρέκλα (καρέκλα ψυχιάτρου) και να βιώσει το ρόλο αυτό.

Ακολουθεί ένα παράδειγμα για την καλύτερη κατανόηση των κανόνων της υποδομής: ο χρήστης εισέρχεται για πρώτη φορά στο χώρο και αγγίξει το κεφάλι της κούκλας 2 και παρακολουθεί το πρώτο βίντεο. Στη συνέχεια ο χρήστης έχει τη δυνατότητα να αγγίξει είτε την ίδια κούκλα με αριθμό 2 είτε μία από τις υπόλοιπες τέσσερις. Αν ο χρήστης επιλέξει κάποια άλλη κούκλα θα δει το πρώτο βίντεο της κούκλας που επέλεξε. Αν παραμείνει στην ίδια θα παρακολουθήσει το δεύτερο βίντεο. Πηγαίνοντας σε κάποια άλλη και επιστρέφοντας στην ίδια, η σειρά δεν χάνεται. Ο χρήστης παρακολουθεί με βάση τη σειρά που έχει μείνει.

Πρόκειται για μία εγκατάσταση που δίνει στο χρήστη την ελευθερία να κινηθεί και να εξερευνήσει το χώρο με όποιο τρόπο το επιθυμεί ο ίδιος. Η ελευθερία επιλογής κινήσεων είναι σημαντική για το ίδιο το έργο, καθώς κάθε φορά η ίδια η ιστορία «λέγεται» με διαφορετική σειρά, παίζοντας με την διαφορετικότητα των παθών των

χαρακτήρων και της εναλλαγής των βίντεο δημιουργώντας κάθε φορά διαφορετική ατμόσφαιρα. Ακόμα και ο χρόνος που θα χρειαστεί από το ένα «άγγιγμα» στο άλλο δίνει διαφορετική αίσθηση στο έργο. Μπορεί ένας χρήστης δει συνεχόμενα και γρήγορα όλα τα βίντεο μίας κούκλας, ενώ κάποιος άλλος να ακολουθήσει μία διαφορετική σειρά και πιο αργή. Θα μπορούσαμε να υποστηρίξουμε ότι ακόμα και ο χρόνος που θα χρειαστεί και ο τρόπος του καθενός δείχνει, έμμεσα, στοιχεία του χαρακτήρα και της προσωπικότητας του κάθε ατόμου που εισέρχεται στο χώρο.

	ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ	ΘΑΝΑΤΟΣ	ΒΙΝΤΕΟ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ
ΚΟΥΚΛΑ 1	Νευρική Ανορεξία	Τραύματα στην στοματική κοιλότητα και τον οισοφάγο	Sequence01	00:00:09
			Sequence02	00:00:12
			Sequence03	00:00:07
			Sequence04	00:00:09
			Sequence05	00:00:25
			Sequence06	00:00:30
			Sequence07	00:00:59
			Sequence08	00:00:28
			Sequence09	00:00:07
ΚΟΥΚΛΑ 2	Αγοραφοβία	Θάνατος από φυσικά αίτια	Sequence01	00:00:09
			Sequence02	00:00:12
			Sequence03	00:00:21
			Sequence04	00:00:07
			Sequence05	00:00:32
			Sequence06	00:00:28
			Sequence07	00:00:11
ΚΟΥΚΛΑ 3	Κλεπτομανία	Τραύμα στο χέρι	Sequence01	00:00:09
			Sequence02	00:00:32
			Sequence03	00:00:27
			Sequence04	00:00:09
			Sequence05	00:00:02
			Sequence06	00:00:18
			Sequence07	00:00:09
ΚΟΥΚΛΑ 4	Αλκοολισμός	Τραύματα στο λαιμό	Sequence01	00:00:09
			Sequence02	00:00:39
			Sequence03	00:00:59
			Sequence04	00:00:26
			Sequence05	00:01:26
			Sequence06	00:00:13
ΚΟΥΚΛΑ 5	Νυμφομανία	Τραύματα στη βουβωνική χώρα	Sequence01	00:00:09
			Sequence02	00:01:22
			Sequence03	00:00:14
			Sequence04	00:00:11
			Sequence05	00:00:19
			Sequence06	00:00:29

			Sequence07	00:00:12
--	--	--	------------	----------

Συνολική Διάρκεια : 00:09:00

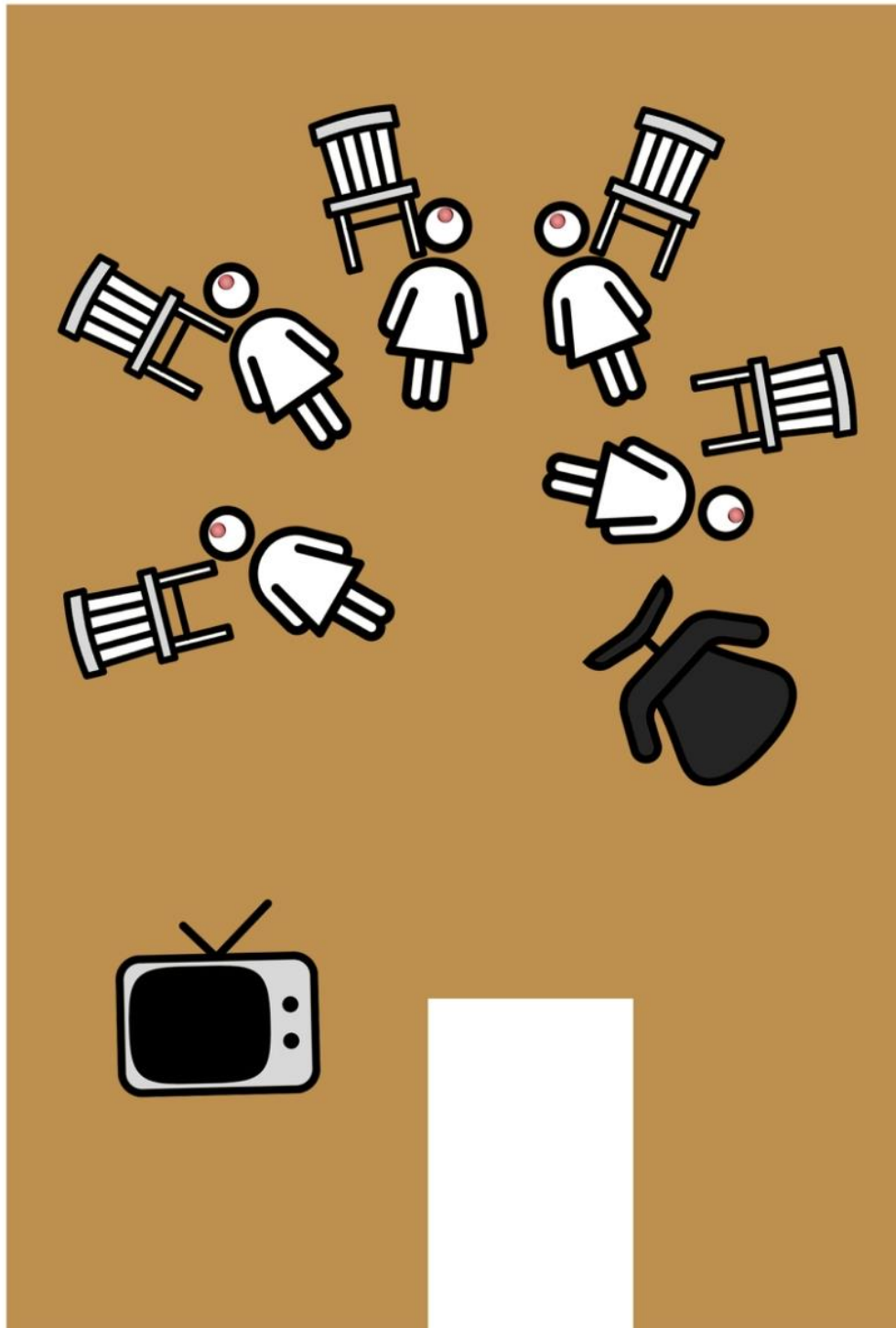
Κεφάλαιο 7

Υποδομές

Για την υλοποίηση του έργου χρειάστηκαν:

- Πέντε πλαστικές κούκλες βιτρίνας, με ανθρώπινες αναλογίες
- Πέντε αισθητήρες αφής, TTP223B
- Ένα Arduino Uno R3
- Μία τηλεόραση, Hitachi
- Δύο DSLR κάμερες, Canon 1300D και Canon 1200D και μία GoPro Hero4, για τη λήψη των βίντεο
- 5 Μαύρα Μονόκλωνα Καλώδια, Hook-Up 22AWG/ 0.32mm² (3 για κάθε κούκλα)
- 5 Κόκκινα Μονόκλωνα Καλώδια, Hook-Up 22AWG/ 0.32mm² (3 για κάθε κούκλα)
- 5 Κίτρινα Μονόκλωνα Καλώδια, Hook-Up 22AWG/ 0.32mm² (3 για κάθε κούκλα)
- Jumper Wires
- Ένα ηχείο

Παρακάτω παρατίθεται η κάτοψη του έργου, έτσι όπως, αντικρύζει τον χώρο ο χρήστης όταν εισέρχεται σε αυτόν.



Κάτοψη

Συμπεράσματα

Κάθε άτομο που αντιμετωπίζει προβλήματα ψυχικής υγείας έχει τη δυνατότητα να επιλέξει την κατάλληλη μέθοδο ψυχοθεραπείας, ώστε να συνειδητοποιήσει το πρόβλημα, να το αντιμετωπίσει και στη συνέχεια να το θεραπεύσει με τη βοήθεια του ειδικού. Το έργο έχει σκοπό να μυήσει τον χρήστη σε μια σκηνή φόνου, ενώ δίνοντας του την επιλογή να σκεφτεί, να εξερευνήσει και να κάνει τα δικά του σενάρια μέχρι να φτάσει στην αποκάλυψη της αλήθειας και την εξιχνίαση του υποτιθέμενου εγκλήματος, τον καθιστά εντέλει πρωταγωνιστή της «σκηνής». Από την άλλη πλευρά, ο στόχος του σεναριακού μέρους είναι να κατανοήσει ο χρήστης ότι το ασυνείδητο ενός ατόμου που αντιμετωπίζει ψυχικές διαταραχές, τον οδηγεί από μόνο του στην κατάσταση που επιθυμεί τη λύτρωση· διότι οι χαρακτήρες της ιστορίας επέλεξαν αυτοβούλως να αναζητήσουν τη βοήθεια του ψυχιάτρου.

Πρόκειται για μία εγκατάσταση που απευθύνεται σε ενήλικα άτομα και σε κάθε άνθρωπο που αρέσκεται της περιπέτειας και θέλει να βιώσει ένα αστυνομικό θρίλερ με ψυχολογικές διαστάσεις.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- “A GENERAL INTRODUCTION TO PSYCHOANALYSIS : The Journal of Nervous and Mental Disease.” Accessed September 12, 2018. https://journals.lww.com/jonmd/Citation/1920/12000/A_GENERAL_INTRODUCTION_TO_PSYCHOANALYSIS.47.aspx.
- Arnheim, Rudolf. “The Gestalt Theory of Expression.” *Psychological Review* 56, no. 3 (1949): 156–71. <https://doi.org/10.1037/h0061787>.
- Association, American Psychiatric. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub, 2013.
- Bokanowski, Thierry. *On Freud’s “Splitting of the Ego in the Process of Defence.”* Routledge, 2018.
- Carlson, Neil R., Donald Heth, Harold Miller, John Donahoe, and G. Neil Martin. *Psychology: The Science of Behavior*. Harlow: Pearson, 2009. <http://eprints.mdx.ac.uk/5654/>.
- Carroll, Kathleen M., Bruce J. Rounsaville, and Frank H. Gawin. “A Comparative Trial of Psychotherapies for Ambulatory Cocaine Abusers: Relapse Prevention and Interpersonal Psychotherapy.” *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse* 17, no. 3 (January 1, 1991): 229–47. <https://doi.org/10.3109/00952999109027549>.
- “Cognitive-Behavioral Treatment of Chronically Parasuicidal Borderline Patients | JAMA Psychiatry | JAMA Network.” Accessed September 12, 2018. <https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/article-abstract/495579>.
- Combs, A. W. Snygg, D. *Individual Behavior A Perceptual Approach to Behavior*. Harper & Brothers, 1969.
- “Definition of KLEPTOMANIA.” Accessed October 10, 2018. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/kleptomania>
- “Definition of PSYCHOTHERAPY.” Accessed September 12, 2018. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/psychotherapy>.
- Denman, Chess. “Cognitive–Analytic Therapy.” *Advances in Psychiatric Treatment* 7, no. 4 (July 2001): 243–52. <https://doi.org/10.1192/apt.7.4.243>.
- Diagnostic, DSMIV. “Statistical Manual of Mental Disorders. (1995).” Washington DC, American Psychiatric Association, n.d.
- Dow, Jamie. *Passions and Persuasion in Aristotle’s Rhetoric*. OUP Oxford, 2015.
- “Ellis - RATIONAL PSYCHOTHERAPY AND INDIVIDUAL

- PSYCHOLOGY.Pdf.” Accessed September 12, 2018.
<https://pdfs.semanticscholar.org/552c/e878498ce8e8c2b57ff62144538f1ac3d84c.pdf>.
- Ellis, Albert. “RATIONAL PSYCHOTHERAPY AND INDIVIDUAL PSYCHOLOGY,” n.d., 7.
- Fairburn, Christopher G., Rosemary Jones, Robert C. Peveler, R. A. Hope, and Marianne O’Connor. “Psychotherapy and Bulimia Nervosa: Longer-Term Effects of Interpersonal Psychotherapy, Behavior Therapy, and Cognitive Behavior Therapy.” *Archives of General Psychiatry* 50, no. 6 (June 1, 1993): 419–28. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1993.01820180009001>.
- Gallo-Lopez, Loretta, and Lawrence C. Rubin. *Play-Based Interventions for Children and Adolescents with Autism Spectrum Disorders*. Taylor & Francis, 2012.
- Greenberg, Leslie S. “Resolving Splits: Use of the Two Chair Technique.” *Psychotherapy: Theory, Research & Practice* 16, no. 3 (1979): 316–24. <https://doi.org/10.1037/h0085895>.
- iii, Charles F. Reynolds, Ellen Frank, James M. Perel, Stanley D. Imber, Cleon Cornes, Mark D. Miller, Sati Mazumdar, et al. “Nortriptyline and Interpersonal Psychotherapy as Maintenance Therapies for Recurrent Major Depression: A Randomized Controlled Trial in Patients Older Than 59 Years.” *JAMA* 281, no. 1 (January 6, 1999): 39–45. <https://doi.org/10.1001/jama.281.1.39>.
- “Interpersonal Psychotherapy for Mental Health Problems: A Comprehensive Meta-Analysis | American Journal of Psychiatry.” Accessed September 2, 2018. <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/abs/10.1176/appi.ajp.2015.15091141>.
- “Interpersonal Psychotherapy: Healing with a Relational Focus | FOCUS.” Accessed September 12, 2018. <https://focus.psychiatryonline.org/doi/abs/10.1176/appi.focus.12.3.275>.
- Jordan Wolfson’s Robot: In the Moment of Terror.” *Spike Art Magazine*, July 31, 2014. <https://www.spikeartmagazine.com/en/articles/jordan-wolfsons-robot-moment-terror>.
- Kellermann, Peter Felix. *Focus on Psychodrama: The Therapeutic Aspects of Psychodrama*. Jessica Kingsley Publishers, 1992.
- Kellogg, Scott H., and Jeffrey E. Young. “Cognitive Therapy.” In *Twenty-First Century Psychotherapies: Contemporary Approaches to Theory and Practice*, 43–79. Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc, 2008.
- Klerman, Gerald L., and Myrna M. Weissman. *Interpersonal Psychotherapy of Depression: A Brief, Focused, Specific Strategy*. Jason Aronson, Incorporated, 1994.

- Linehan, M. M., H. E. Armstrong, A. Suarez, D. Allmon, and H. L. Heard. "Cognitive-Behavioral Treatment of Chronically Parasuicidal Borderline Patients." *Archives of General Psychiatry* 48, no. 12 (December 1991): 1060–64.
- Lipsitz, Joshua D., Merav Gur, Donna Vermes, Eva Petkova, Jianfeng Cheng, Nina Miller, Joseph Laino, Michael R. Liebowitz, and Abby J. Fyer. "A Randomized Trial of Interpersonal Therapy versus Supportive Therapy for Social Anxiety Disorder." *Depression and Anxiety* 25, no. 6 (June 1, 2008): 542–53. <https://doi.org/10.1002/da.20364>.
- Littrell, Jill. *Understanding and Treating Alcoholism: Volume I: An Empirically Based Clinician's Handbook for the Treatment of Alcoholism: Volume II: Biological, Psychological, and Social Aspects of Alcohol Consumption and Abuse*. Psychology Press, 2014.
- Markowitz, John C. *Interpersonal Psychotherapy*. American Psychiatric Pub, 1998.
- Moreno, J L. "Psychodrama and Group Psychotherapy," n.d., 6.
- Morris, Richard J. *Perspectives in Abnormal Behavior: Pergamon General Psychology Series*. Elsevier, 2013.
- "NIMH » Eating Disorders." Accessed October 9, 2018. <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/eating-disorders/index.shtml>.
- O'Hara, Michael W., Scott Stuart, Laura L. Gorman, and Amy Wenzel. "Efficacy of Interpersonal Psychotherapy for Postpartum Depression." *Archives of General Psychiatry* 57, no. 11 (November 1, 2000): 1039–45. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.57.11.1039>.
- Perls, Frederick S, Paul Goodman, and Ralph F Hefferline. *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. New York: Julian Press, 1951.
- pmhdev. "Agoraphobia - National Library of Medicine." PubMed Health. Accessed October 10, 2018. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMHT0024921/>
- "PsyncNET." Accessed September 12, 2018. <https://sci-hub.tw/http://psyncnet.apa.org/record/2006-01301-000>.
- Ravitz, Paula, and Priya Watson. "Interpersonal Psychotherapy: Healing with a Relational Focus." *FOCUS* 12, no. 3 (July 1, 2014): 275–84. <https://doi.org/10.1176/appi.focus.12.3.275>.
- Ryle, Anthony, Tim Leighton, and Philip Pollock. *Cognitive Analytic Therapy and Borderline Personality Disorder: The Model and the Method*. Cognitive Analytic Therapy and Borderline Personality Disorder: The Model and the

Method. Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc, 1997.

“Schema Therapy: A Practitioner’s Guide - Jeffrey E. Young, Janet S. Klosko, Marjorie E. Weishaar - Βιβλία Google.” Accessed September 4, 2018. https://books.google.gr/books?hl=en&lr=&id=vScjGGgJEZgC&oi=fnd&pg=PA1&dq=young+et+al+2003&ots=hTX-bBIh4K&sig=agGCQ9SoAK41amP1_crzIUxOWk&redir_esc=y#v=onepage&q=young%20et%20al%202003&f=false.

Schutz, Alfred. *Collected Papers VI. Literary Reality and Relationships*. Springer Science & Business Media, 2012.

“Six Key Approaches to Counselling and Therapy - Richard Nelson-Jones - Βιβλία Google.” Accessed September 12, 2018. https://books.google.gr/books?hl=en&lr=&id=4nF5u3kR-IQC&oi=fnd&pg=PR1&dq=Six+key+approaches+to+counselling+and+therapy&ots=UcSb-MadS4&sig=92Lx7FmqpJY674lkGKsPDiHthNk&redir_esc=y#v=onepage&q=Six%20key%20approaches%20to%20counselling%20and%20therapy&f=false.

Sulz, Serge K. D., and Stefan Hagspiel. *European Psychotherapy 2011*. BoD – Books on Demand, 2011.

“The Interpretation Of Dreams - Sigmund Freud - Google Books.” Accessed September 12, 2018. [https://books.google.gr/books?hl=en&lr=&id=U0t8CgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT9&dq=Freud,+Sigmund.+\(1913\).+The+Interpretation+of+Dreams.+New+York:+The+Macmillan+Company&ots=Y4GHpAa9B5&sig=SAIFrULebCxQZaltUN0z0gJdFrI&redir_esc=y#v=onepage&q=Freud%2C%20Sigmund.%20\(1913\).%20The%20Interpretation%20of%20Dreams.%20New%20York%3A%20The%20Macmillan%20Company&f=false](https://books.google.gr/books?hl=en&lr=&id=U0t8CgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT9&dq=Freud,+Sigmund.+(1913).+The+Interpretation+of+Dreams.+New+York:+The+Macmillan+Company&ots=Y4GHpAa9B5&sig=SAIFrULebCxQZaltUN0z0gJdFrI&redir_esc=y#v=onepage&q=Freud%2C%20Sigmund.%20(1913).%20The%20Interpretation%20of%20Dreams.%20New%20York%3A%20The%20Macmillan%20Company&f=false).

Wedding, Danny, and Raymond J. Corsini. *Current Psychotherapies*. Cengage Learning, 2013.

Weissman, Myrna M., John C. Markowitz, and Gerald L. Klerman. *The Guide to Interpersonal Psychotherapy: Updated and Expanded Edition*. Oxford University Press, 2017.

Wolpe, Joseph, and Arnold A. Lazarus. *Behavior Therapy Techniques: A Guide to the Treatment of Neuroses*. Behavior Therapy Techniques: A Guide to the Treatment of Neuroses. Elmsford, NY, US: Pergamon Press, 1966.

“Young - Twenty Different Definitions of European Psychothe.Pdf.” Accessed September 12, 2018. http://www.courtenay-young.co.uk/courtenay/articles/20_Different_Definitions_of_Psychotherapy.pdf.

Young, Courtenay. “Twenty Different Definitions of European Psychotherapy,” n.d.,

21.

Accessed September 5, 2018.

https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=_sORvEWw29EC&oi=fnd&pg=PA7&dq=+Focus+on+Psychodrama&ots=R0wOx_nvFO&sig=PnMsSK7pIZ4giNLRIWGD-f9g2uk.

Accessed September 9, 2018.

https://books.google.gr/books?hl=en&lr=&id=vZmeBwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Passions+and+Persuasion+in+Aristotle%27s+Rhetoric&ots=cCJV3VVLr4&redir_esc=y#v=onepage&q=Passions%20and%20Persuasion%20in%20Aristotle's%20Rhetoric&f=false

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

Για την υλοποίηση της εγκατάστασης χρησιμοποιήθηκε το περιβάλλον Arduino IDE, το οποίο διευκολύνει την συγγραφή κώδικα και τη μεταφορά του στην πλακέτα του Arduino. Το περιβάλλον είναι γραμμένο σε Java και βασίζεται στη Processing και σε άλλα λογισμικά ανοικτού κώδικα.

Παρακάτω παρατίθενται εικόνες από το περιβάλλον του Arduino και ο συνολικός κώδικας που χρησιμοποιεί η πλακέτα του Arduino.

```
Firmware
1 void setup() {
2   Serial.begin (9600); //Arxikopoiisi seiriakis
3   pinMode(2, INPUT_PULLUP); //Orismos pin 2-12 os input
4   pinMode(3, INPUT_PULLUP);
5   pinMode(4, INPUT_PULLUP);
6   pinMode(5, INPUT_PULLUP);
7   pinMode(6, INPUT_PULLUP);
8   pinMode(7, INPUT_PULLUP);
9 }
10
11 void loop() { //Analogia poio patithike steile stin seiriaki to antistoixo noumero apo 1-11
12   if (!digitalRead(2)) {
13     Serial.println ('1' + 0);
14     while(!digitalRead(2)) {
15       delay(200);
16     }
17   }
18   if (!digitalRead(3)) {
19     Serial.println ('1' + 1);
20     while(!digitalRead(3)) {
21       delay(200);
22     }
23   }
```

```
23 }
24 if (!digitalRead(4)) {
25     Serial.println ('1' + 2);
26     while(!digitalRead(4)){
27         delay(200);
28     }
29 }
30 if (!digitalRead(5)) {
31     Serial.println ('1' + 3);
32     while(!digitalRead(5)){
33         delay(200);
34     }
35 }
36 if (!digitalRead(6)) {
37     Serial.println ('1' + 4);
38     while(!digitalRead(6)){
39         delay(200);
40     }
41 }
42 if (!digitalRead(7)) {
43     Serial.println ('1' + 5);
44     while(!digitalRead(7)){
45         delay(200);
46     }
47 }
48
49 delay (100);
50 }
```

Για την επικοινωνία του Arduino με τον Η/Υ χρησιμοποιήθηκε η υψηλού επιπέδου γλώσσα προγραμματισμού, Python, η οποία ενδείκνυται για την εύκολη χρήση της, την αναγνωσιμότητα του κώδικά της, καθώς και για το συντακτικό της που επιτρέπει την έκφραση κώδικα σε λίγες γραμμές.

```

import serial, pygame, time
from moviepy.editor import *
from moviepy.config import change_settings
change_settings({"FFMPEG_BINARY": "ffmpeg.exe"})

Finish=[0,0,0,0,0]

Window_Width = 960
Window_Height = 800

Doll = [7,6,9,7,7]
Videos = [7,6,9,7,7]
Names = ['I', 'II', 'III', 'IV', 'V']

ser=serial.Serial(port='COM10', baudrate=9600, bytesize=8, parity='N', stopbits=1, timeout=None, xonxoff=0, rtscts=0)

while True:
    line=ser.read(4)
    signal=(line[0]-48)*10+line[1]-96
    if (signal>0 and signal<6):
        video="C:\Files\Videos\Doll_{a:02d}\Mov_{b:02d}.mp4".format(a=signal,b=Doll[signal-1])
        pygame.init()
        pygame.display.set_caption(Names[signal-1]+" Mov_{b:02d}".format(b=Doll[signal-1]))
        clip = VideoFileClip(video)
        os.environ["SDL_VIDEO_CENTERED"] = "1"
        clip.resize((Window_Width, Window_Height)).preview()
        pygame.quit()
        Doll[signal-1]=Doll[signal-1]+1
        Finish=True
        if Doll[signal-1]>Videos[signal-1]:
            Doll[signal-1]=1
            Finish[signal-1]=1
    if signal==6:
        Doll = [1,1,1,1,1]
    if ser.in_waiting:
        ser.read(ser.in_waiting)
    if Doll==[1,1,1,1,1] and Finish==[1,1,1,1,1]:
        break
    time.sleep(1)

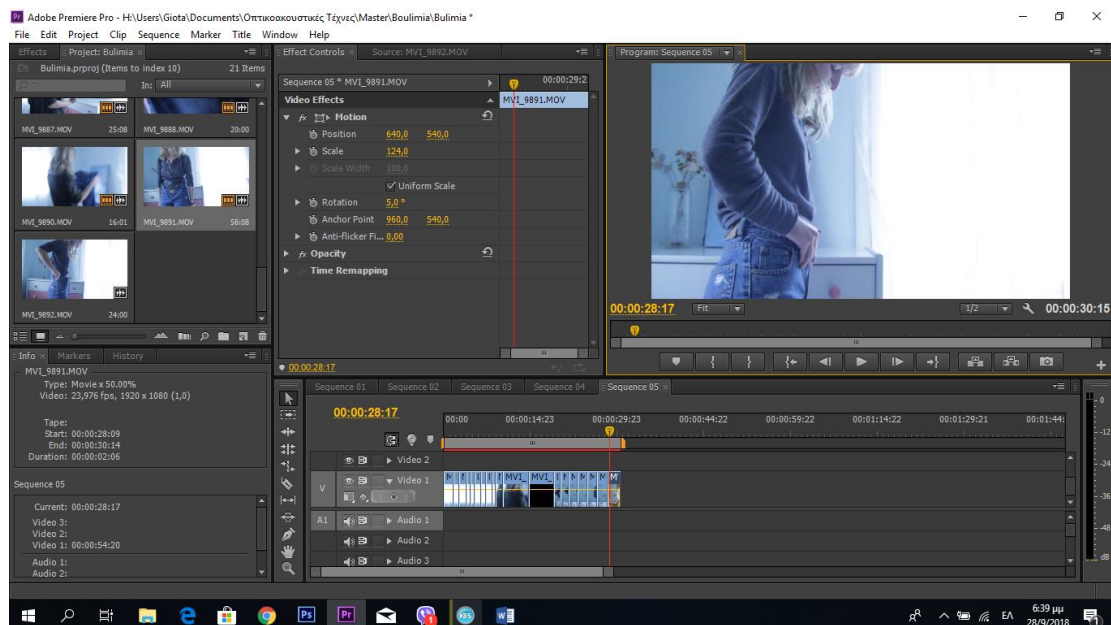
```

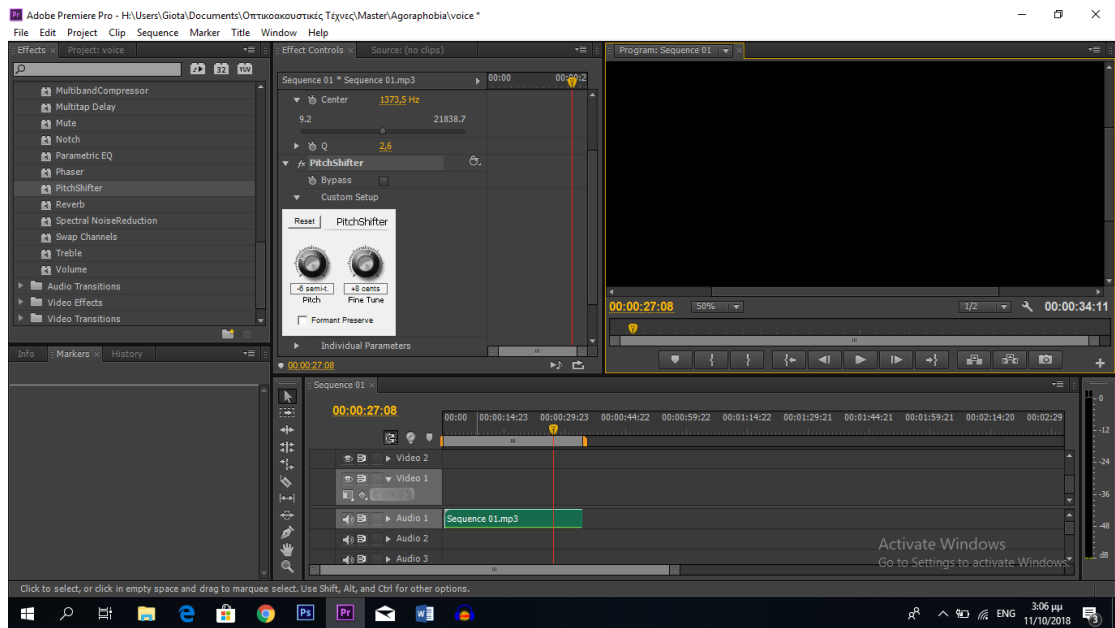
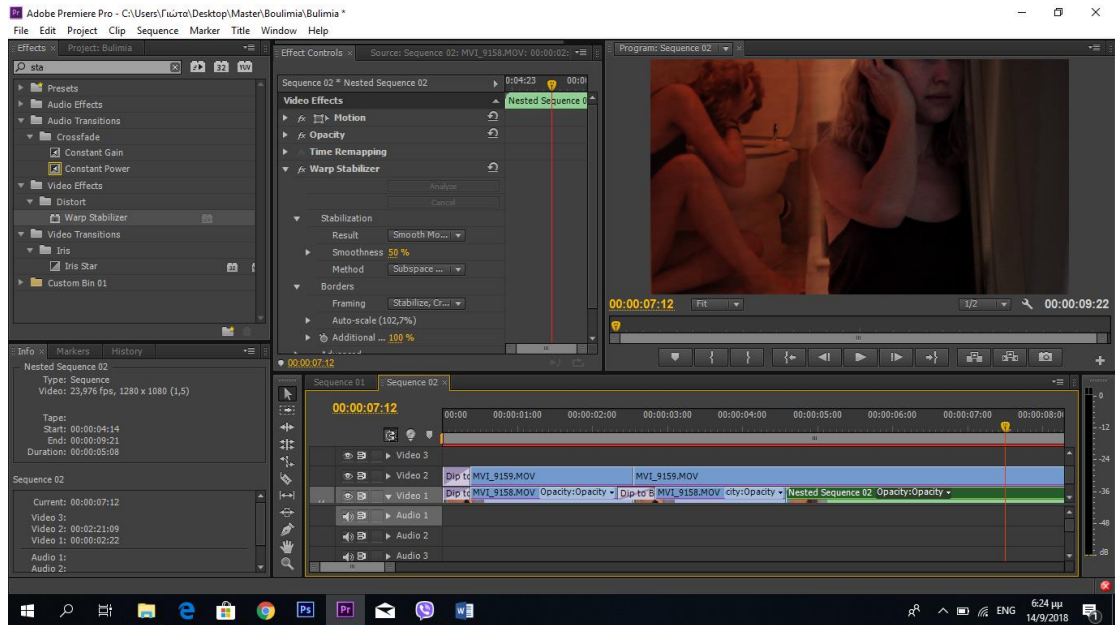
```

video="C:\Files\Videos\Finish.mp4"
pygame.init()
pygame.display.set_caption(Names[signal-1]+" Mov_{b:02d}".format(b=Doll[signal-1]))
clip = VideoFileClip(video)
os.environ["SDL_VIDEO_CENTERED"] = "1"
clip.resize((Window_Width, Window_Height)).preview()
pygame.quit()

```

Τα βίντεο και ο ήχος δημιουργήθηκαν στο πιο γνωστό πρόγραμμα επεξεργασίας βίντεο της Adobe, το Adobe Premiere CS6.





Storyboard

Νευρική Ανορεξία

Sequence01

Το πρώτο βίντεο είναι μία εισαγωγή για την νευρική ανορεξία. Το πρώτο καρτέ δείχνει ένα μήνυμα στο οποίο γράφει “Αξιζεις πολύ περισσότερο από θερμίδες και κόκαλα ή ένα κενό διάστημα μεταξύ των μηρών σου”, ενώ σταδιακά εμφανίζονται στην οθόνη οι λέξεις, εμετός, σώμα, ζυγαριά, φαγητό, βάρος και δίαιτα, οι οποίες σχετίζονται με την καθημερινότητα ενός ατόμου με τη συγκεκριμένη διατροφική διαταραχή.



Sequence02

Στο δεύτερο βίντεο φαίνεται το υποκείμενο να ανεβαίνει τις σκάλες της τουαλέτας τρέχοντας. Μέσω των οπτικών εφέ που χρησιμοποιήθηκαν, η ίδια σκηνή επαναλαμβάνεται με σκοπό να τονιστεί η πράξη, η οποία πραγματοποιείται συχνά

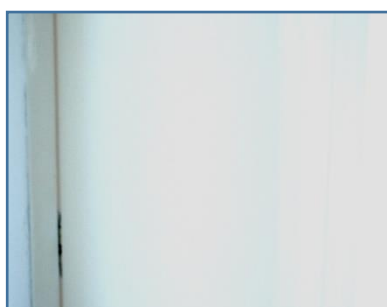
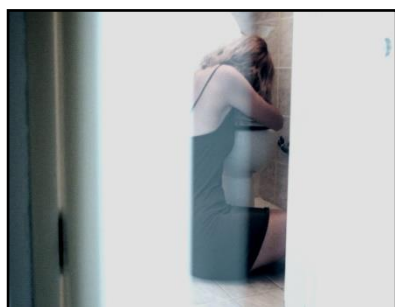
από ένα άτομο με νευρική ανορεξία. Στο τελευταίο καρέ του βίντεο, το υποκείμενο κατεβαίνει αργά τα σκαλοπάτια, καθώς έχει κάνει εμετό (κάτι το οποίο φανερώνεται στα επόμενα βίντεο), γεγονός που προκαλεί εξασθένηση στον οργανισμό. Να σημειωθεί ότι για λίγα δευτερόλεπτα στο τέλος του βίντεο, φαίνεται η σκιά από τα πόδια του υποκειμένου να ανεβαίνει τα σκαλοπάτια, ενώ το υποκείμενο κατεβαίνει, τονίζοντας από τη μία ότι η ίδια πράξη θα επαναληφθεί, αλλά και συμβολικά με την έννοια ότι ένα κομμάτι του εαυτού έχει παραμείνει πίσω.

Οι πρώτες σκηνές (με το υποκείμενο να ανεβαίνει) είναι πιο φωτεινές σε σχέση με τις τελευταίες (αυτές που το υποκείμενο κατεβαίνει) ώστε να τονιστεί και πάλι η κατάσταση του πριν και του μετά.



Sequence03

Στο τρίτο μέρος το υποκείμενο βρίσκεται στην τουαλέτα και το παρακολουθούμε να κάνει συνέχεια εμετό. Στην τελευταία σκηνή η πόρτα κλείνει αφήνοντας μέσα το υποκείμενο, τονίζοντας την πράξη που συνεχίζεται, και απομακρύνοντας τον θεατή από την «κρυφή», αυτή, πράξη.



Sequence04

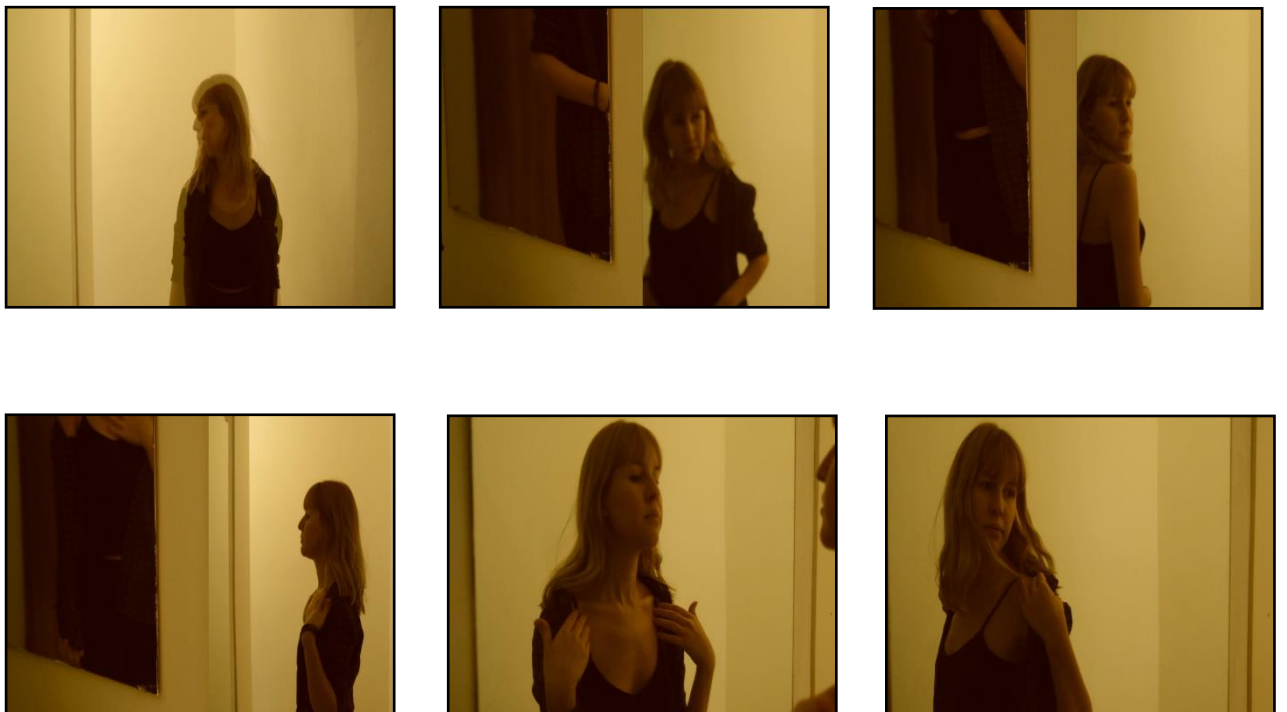
Στο τέταρτο μέρος παίζουν παράλληλα δύο βίντεο. Το ένα δείχνει το υποκείμενο να κάνει συνεχόμενα εμετό, ενώ το άλλο να βγαίνει από την τουαλέτα

σκουπίζοντας τα χείλη του, αγγίζοντας το στομάχι του και πιάνοντας το κεφάλι του από την εξασθένηση λόγω του εμετού. Στη τελευταία σκηνή το άτομο φαίνεται προβληματισμένο γι' αυτό που μόλις έχει κάνει.



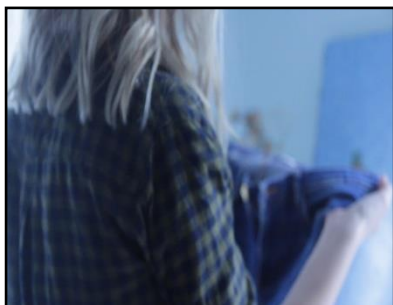
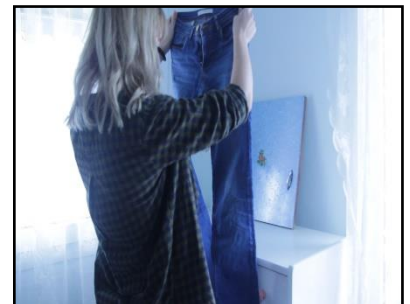
Sequence05

Στο πέμπτο βίντεο το υποκείμενο τη στιγμή που περπατάει στο διάδρομο του σπιτιού του, η ματιά του πέφτει πάνω στον καθρέφτη και σταματάει μπροστά του. Το υποκείμενο κοιτάζει επίμονα το σώμα του και αγγίζει τα κόκαλα του. Η όψη του είναι αρκετά χλομή και σκεπτική για το γεγονός αν είναι τόσο λεπτή όσο «χρειάζεται».



Sequence 06

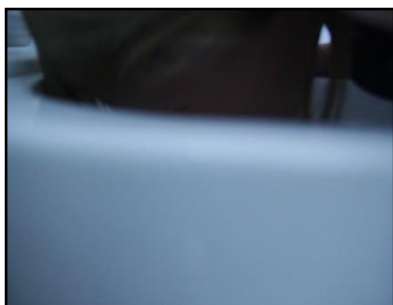
Στο έκτο βίντεο το υποκείμενο αναζητεί το ρούχο που θα φορέσει. Επιλέγει ένα μικρό νούμερο για παντελόνι, το 34, το οποίο και αποφασίζει να φορέσει. Το υποκείμενο προσπαθεί με μανία να «χωρέσει» στο παντελόνι, το οποίο φαίνεται να του είναι στενό. Η τελευταία σκηνή δείχνει το υποκείμενο να κάνει εμετό, μια καταναγκαστική γι' αυτό επιλογή, αφού δεν μπόρεσε να φορέσει το παντελόνι, τονίζοντας την «άρρωστη» σκέψη του πάχους και του σώματος στο μυαλό του.



Sequence07

Το έβδομο μέρος ξεκινάει με το υποκείμενο να ξυπνάει στο κρεβάτι του και η πρώτη του κίνηση είναι να αγγίζει τα κόκαλα στο στέρνο του, ενώ μόλις σηκωθεί να παρατηρήσει το σώμα του. Η αμέσως επόμενη κίνησή του είναι να ζυγιστεί. Το

υποκείμενο, μη ικανοποιημένο από το βάρος του, αποφασίζει να κάνει εμετό ώστε να χάσει βάρος.



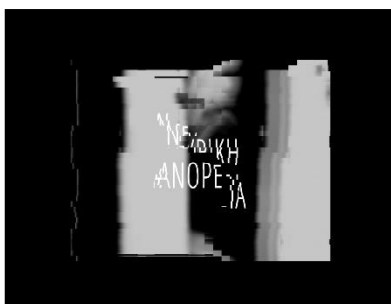
Sequence08

Το επόμενο βίντεο δείχνει το υποκείμενο να βρίσκεται σε μεγάλη ένταση. Προσπαθεί να αποφασίσει αν θα φάει ή όχι το γλύκισμα που έχει μπροστά του γνωρίζοντας ότι θα έχει αρκετές θερμίδες. Η γρήγορη εναλλαγή των πλάνων, δημιουργεί μεγαλύτερη ένταση και αγωνία για την τελική απόφαση. Το υποκείμενο αποφασίζει να καταναλώσει το γλύκισμα, πράξη που θα το οδηγήσει στη διαδικασία απαλλαγής από αυτό, δηλαδή τον εμετό.



Sequence09

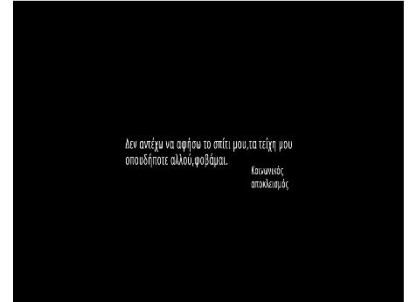
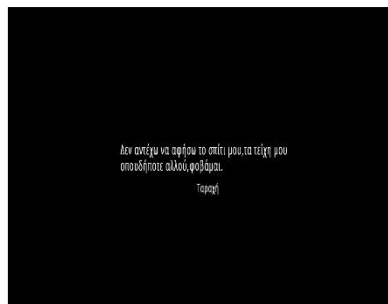
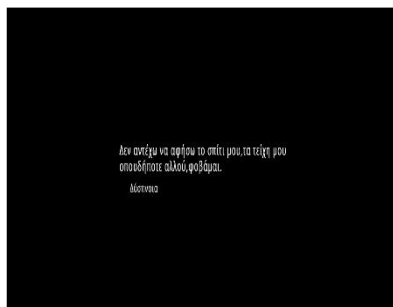
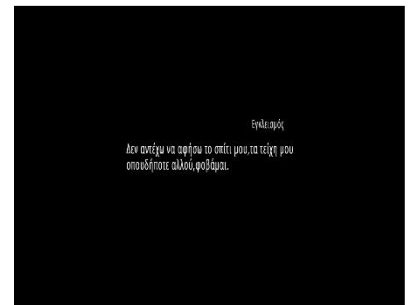
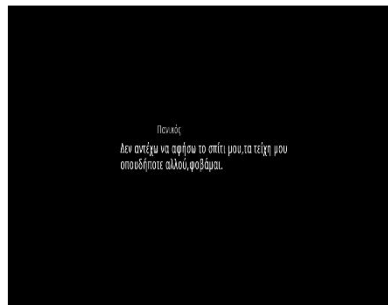
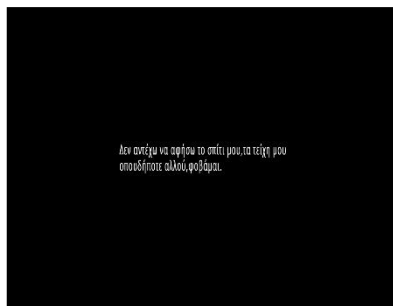
Το τελευταίο μέρος είναι η σταδιακή αποκάλυψη - φανέρωση της διαταραχής. Αναγράφεται με κεφαλαία γράμματα, που στην αρχή τρεμοπαίζουν, “NEYPIKH ANOPEEIA” με φόντο το δεύτερο βίντεο.



Αγοραφοβία

Sequence01

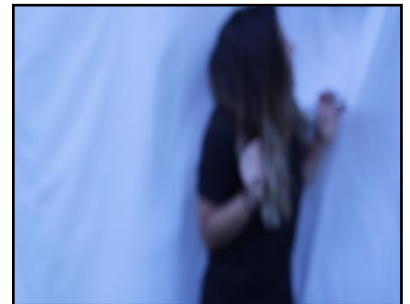
Το πρώτο βίντεο είναι μία εισαγωγή για την αγοραφοβία. Το πρώτο καρέ δείχνει ένα μήνυμα στο οποίο γράφει “Δεν αντέχω να αφήσω το σπίτι μου, τα τείχη μου, οπουδήποτε αλλού, φοβάμαι. ”, ενώ σταδιακά εμφανίζονται στην οθόνη οι λέξεις, πανικός, εγκλεισμός, δύσπνοια, ταραχή, κοινωνικός αποκλεισμός και μοναξιά, οι οποίες σχετίζονται με την καθημερινότητα ενός ατόμου με τη συγκεκριμένη ψυχική διαταραχή.



Sequence02

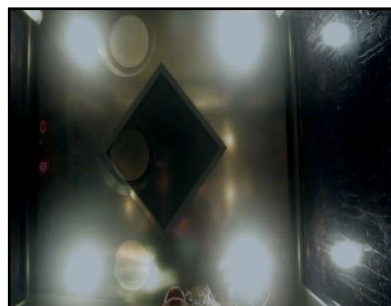
Στο δεύτερο βίντεο το υποκείμενο βλέπει ένα όνειρο, στο οποίο νιώθει χέρια ανθρώπων να προσπαθούν να την ακουμπήσουν, ενώ το ίδιο έχει παγιδευτεί ανάμεσά τους. Η διπλοέκθεση στο βίντεο, καθώς και η απόκρυψη των πραγματικών ανθρώπων και των χεριών βοηθάει τόσο στην κατανόηση ότι πρόκειται για ένα όνειρο το οποίο

αγγίζει τα όρια της φαντασίας, αλλά ταυτόχρονα φανερώνει και τη διαταραχή του υποκειμένου.



Sequence03

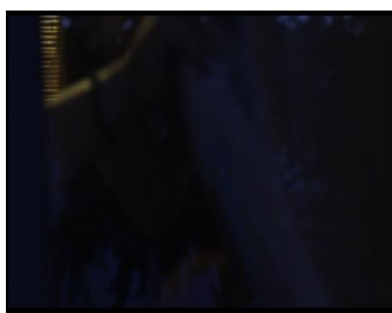
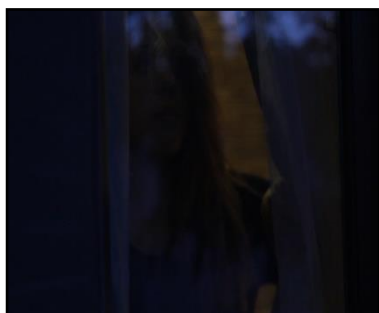
Το τρίτο βίντεο δείχνει το άτομο να βρίσκεται μέσα σε ένα ασανσέρ με άλλα δύο άτομα. Το υποκείμενο καταβάλλεται από κρίσει πανικού όταν η πόρτα του ασανσέρ κλείνει. Η τελευταία σκηνή δείχνει το χέρι το, στην προσπάθεια να «δραπετεύσει» από το χώρο.



Sequence04

Στο τρίτο βίντεο, το υποκείμενο βρίσκεται μέσα στο χώρο του σπιτιού του. Η διάρκεια του βίντεο είναι μικρή, ωστόσο από την έκφραση του υποκειμένου γίνεται ξεκάθαρος ο φόβος του υποκειμένου να βγει έξω από το σπίτι.

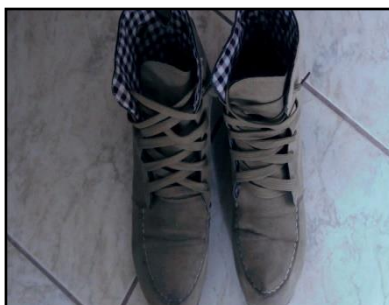
Στη σκηνή αυτή, το υποκείμενο κοιτάζει νοσταλγικά έξω από το παράθυρο, ωστόσο κλείνει την κουρτίνα, καθώς δεν μπορεί να αντιμετωπίσει τον «κίνδυνο» του να βρίσκεται σε εξωτερικό χώρο.



Sequence05

Στο πέμπτο βίντεο, το υποκείμενο παίρνει την απόφαση να βγει έξω από το σπίτι του. Στην πρώτη σκηνή, μέσω της διπλοέκθεσης, φαίνεται το υποκείμενο να παρακολουθεί από την κλειδαρότρυπα ώστε να ελέγξει αν υπάρχει κάποιο άτομο στο διάδρομο. Στη συνέχεια, φοράει τα παπούτσια του και πηγαίνει προς την πόρτα. Η επόμενη σκηνή δείχνει το χέρι να τρέμει στην κίνηση που κάνει για να πιάσει το χερούλι της πόρτας ώστε να την ανοίξει. Η πόρτα μισοανοίγει, αλλά στο επόμενο δευτερόλεπτο κλείνει με δύναμη και το υποκείμενο τρέχει στο εσωτερικό του χώρου.

Τελευταία σκηνή, παπούτσια παρατημένα στο πάτωμα. Το υποκείμενο παρέμεινε στο σπίτι και δεν νίκησε το φόβο του.

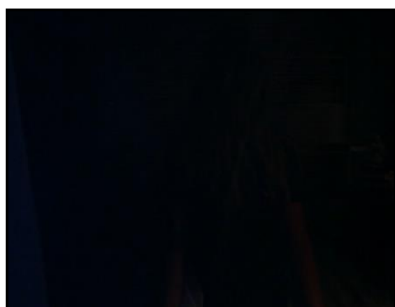
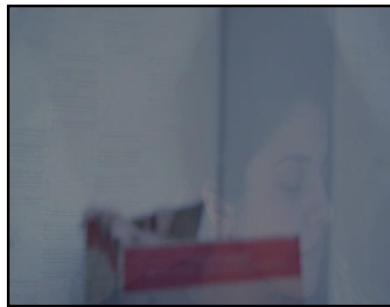
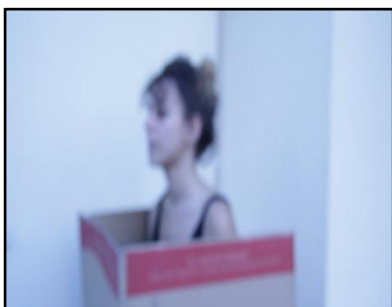




Sequence06

Στο επόμενο βίντεο, ένα ακόμη όνειρο. Αυτή τη φορά, το υποκείμενο βρίσκεται μέσα σε ένα κιβώτιο, στο οποίο στη συνέχεια μπαίνουν άλλα δύο άτομα. Το υποκείμενο προσπαθεί να βγεί από το κιβώτιο.

Τελευταία σκηνή με το υποκείμενο να ξυπνάει από τον εφιάλτη του και κατ' επέκταση από τον αληθινό του φόβο, να βρεθεί σε κοινό τόπο με άλλα άτομα και να μην μπορεί να διαφύγει από αυτόν.



Sequence07

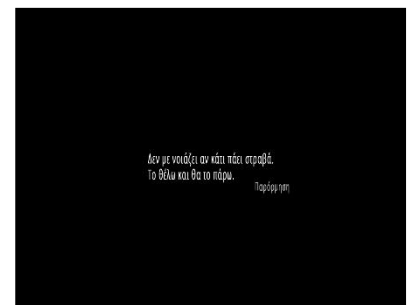
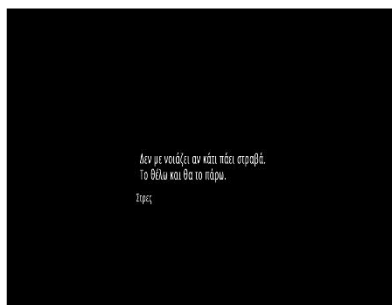
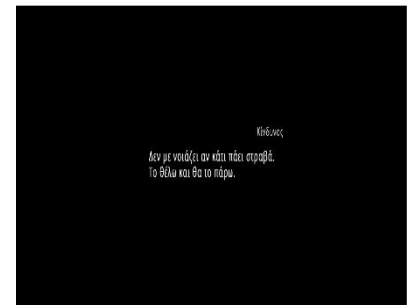
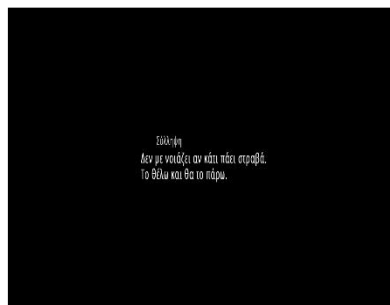
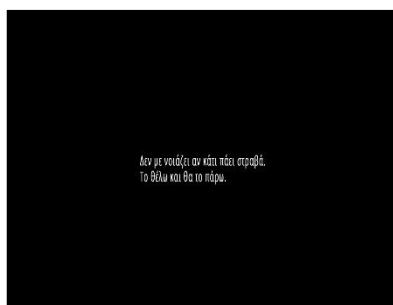
Το τελευταίο μέρος είναι η σταδιακή αποκάλυψη - φανέρωση της διαταραχής. Αναγράφεται με κεφαλαία γράμματα, που στην αρχή τρεμοπαίζουν, “ΑΓΟΡΑΦΟΒΙΑ” με φόντο το πέμπτο βίντεο.



Κλεπτομανία

Sequence01

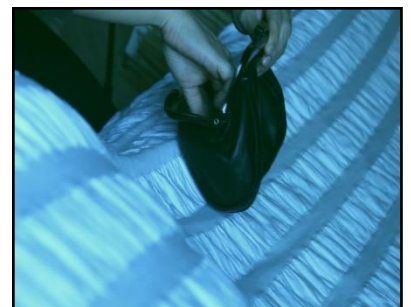
Το πρώτο βίντεο είναι μία εισαγωγή για την κλεπτομανία. Το πρώτο καρέ δείχνει ένα μήνυμα στο οποίο γράφει “Δεν με νοιάζει αν κάτι πάει στραβά. Το θέλω και θα το πάρω.”, ενώ σταδιακά εμφανίζονται στην οθόνη οι λέξεις, σύλληψη, κίνδυνος, στρες, ευχαρίστηση, παρόρμηση και αδυναμία αντίστασης, οι οποίες σχετίζονται με την καθημερινότητα ενός ατόμου με τη συγκεκριμένη ψυχική διαταραχή.





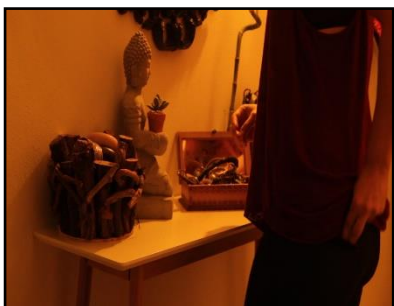
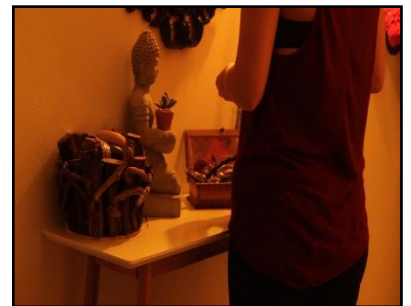
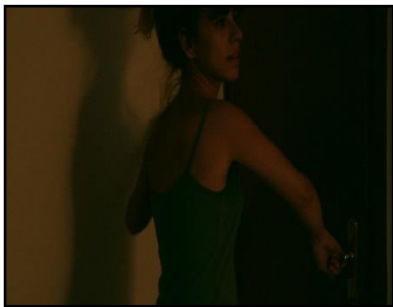
Sequence02

Το πρώτο βίντεο δείχνει το υποκείμενο να μπαίνει σε ένα δωμάτιο, που φαίνεται να του είναι γνώριμο, καθώς ξέρει τι ψάχνει και που βρίσκεται αυτό. Βγάζει κάτω από το στρώμα ένα πορτοφόλι (η όψη του θυμίζει πορτοφόλι που ανήκει σε ηλικιωμένο άτομο) και αφού το ανοίξει παίρνει από μέσα ένα μικρό ποσό και το τοποθετεί στη θέση του.



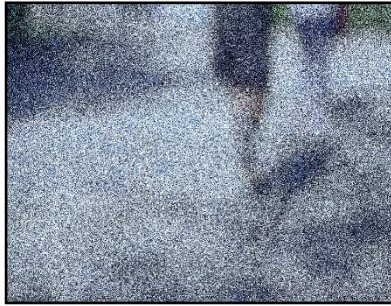
Sequence03

Πρώτο πλάνο ένας καναπές. Στην επόμενη σκηνή, το υποκείμενο κάθεται στον καναπέ και συζητάει με ένα άλλο άτομο, το οποίο και φαίνεται να γνωρίζει. Όταν το άλλο άτομο σηκώνεται και αποχωρεί από το δωμάτιο, το υποκείμενο, αν και διστάζει για λίγο, κατευθύνεται προς το σημείο όπου και βρίσκονται τα κοσμήματα, που ανήκουν στο φιλικό του πρόσωπο, και με γρήγορες κινήσεις, επιλέγει και κλέβει ένα δαχτυλίδι.



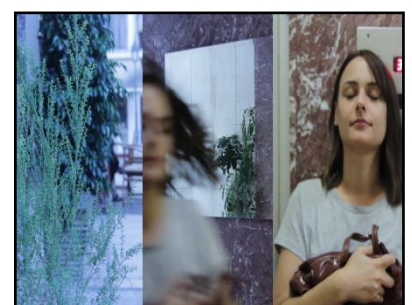
Sequence04

Στο τρίτο, μικρής διάρκειας, βίντεο το υποκείμενο φαίνεται να τρέχει σε τρεις διαφορετικούς κεντρικούς δρόμους, έξω από καταστήματα, ενώ στην τελευταία σκηνή κάποιο άλλο άτομο την κυνηγάει . Το υποκείμενο, πιθανώς, να έχει μόλις κλέψει και να τρέχει για να διαφύγει τη σύλληψη.



Sequence05

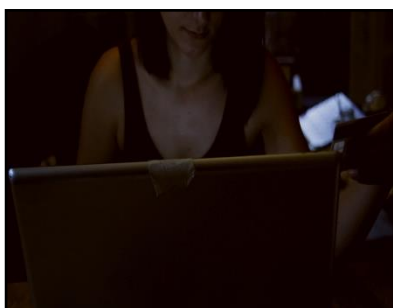
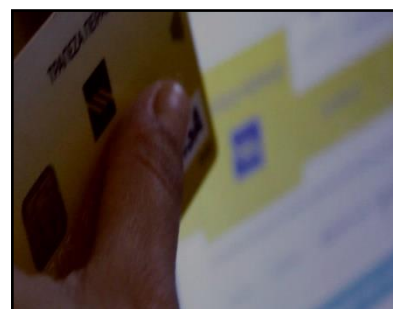
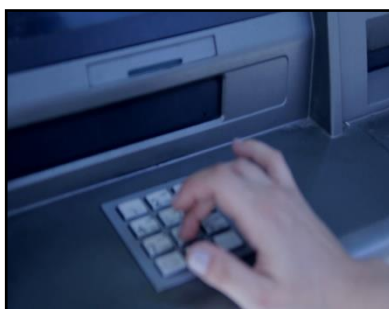
Τρία διαφορετικά βίντεο σε ένα. Το υποκείμενο τρέχει και μπαίνει γρήγορα στην είσοδο μιας πολυκατοικίας κρατώντας σφιχτά στην αγκαλιά του μια τσάντα. Στην τελευταία σκηνή, το υποκείμενο ακουμπάει τον κεφάλι του στον τοίχο, ενώ η έκφραση του προσώπου του, δείχνει ανακούφιση· ενδεχομένως από τη διαφυγή μίας σύλληψης και την ταυτόχρονη ικανοποίηση για την επιτυχημένη κλοπή.



Sequence06

Στο έκτο βίντεο, το υποκείμενο βρίσκεται σε ένα ΑΤΜ, στο οποίο και φαίνεται να προσπαθεί να κάνει ανάληψη. Στην επόμενη σκηνή, φαίνεται να προσπαθεί να συνθεθεί διαδικτυακά σε έναν τραπεζικό λογαριασμό.

Ακολουθώντας την πορεία των βίντεο, το υποκείμενο έχει στα χέρια του μία κλεμμένη τραπεζική κάρτα και προσπαθεί να ανακτήσει τον κωδικό της.



Sequence07

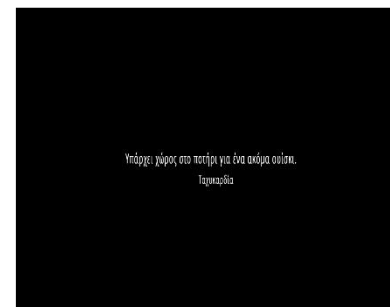
Το τελευταίο μέρος είναι η σταδιακή αποκάλυψη - φανέρωση της διαταραχής. Αναγράφεται με κεφαλαία γράμματα, που στην αρχή τρεμοπαίζουν, “ΚΛΕΠΤΟΜΑΝΙΑ” με φόντο το πέμπτο βίντεο.



Αλκοολισμός

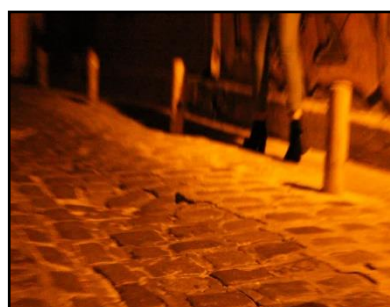
Sequence01

Το πρώτο βίντεο είναι μία εισαγωγή για τον αλκοολισμό. Το πρώτο καρέ δείχνει ένα μήνυμα στο οποίο γράφει “Υπάρχει χώρος στο ποτήρι για περισσότερο ούισκι.”, ενώ σταδιακά εμφανίζονται στην οθόνη οι λέξεις, δίψα, εξάρτηση, απώλεια, ταχυκαρδία, ρίγη, υπερένταση, και εφίδρωση, οι οποίες σχετίζονται με την καθημερινότητα ενός ατόμου με τη συγκεκριμένη διαταραχή.



Sequence02

Στο δεύτερο βίντεο το υποκείμενο περπατάει στο δρόμο κρατώντας στο χέρι του ένα μπουκάλι αλκοόλ. Στις επόμενες σκηνές βλέπουμε το άτομο να κάθεται στην άκρη του δρόμου συνεχίζοντας το ποτό. Στις τελευταίες σκηνές βλέπουμε το υποκείμενο να είναι αρκετά εξασθενημένο και να το έχει καταβάλει η κατάχρηση του αλκοόλ.

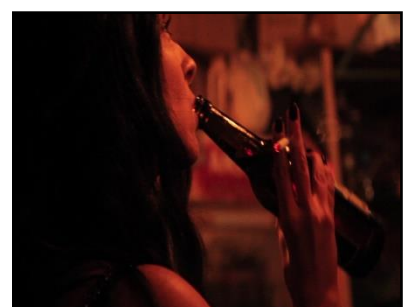
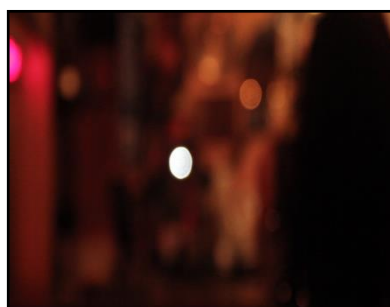
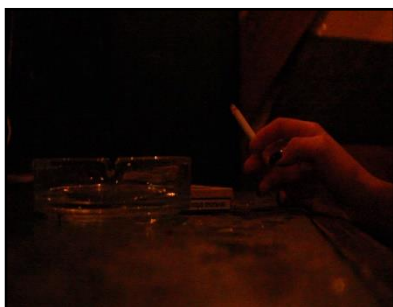


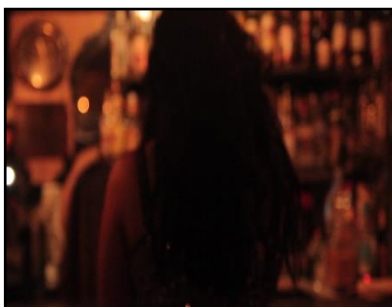
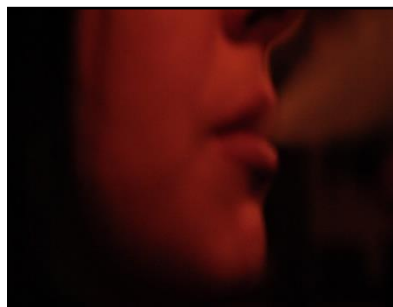
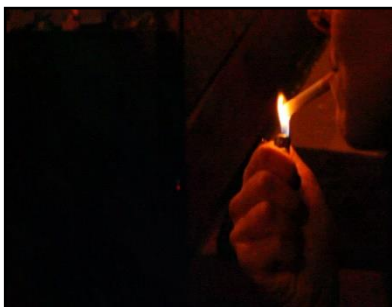
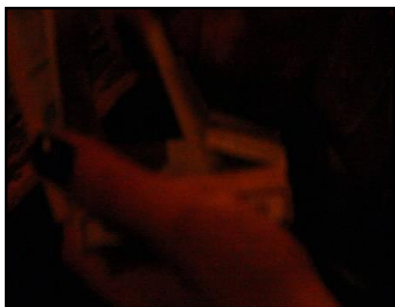


Sequence03

Στο τρίτο βίντεο το υποκείμενο βρίσκεται μόνο του σε ένα στο οποίο καταναλώνει αλκοόλ και καπνίζει.

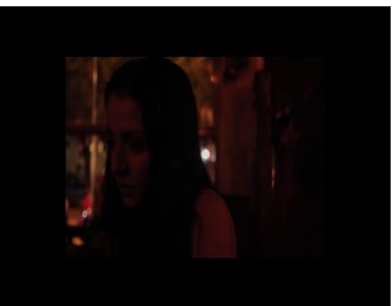
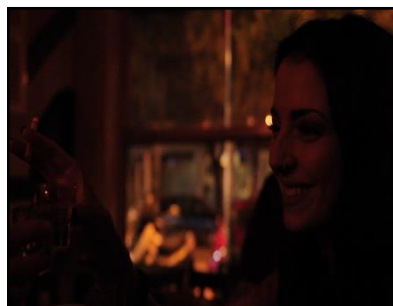
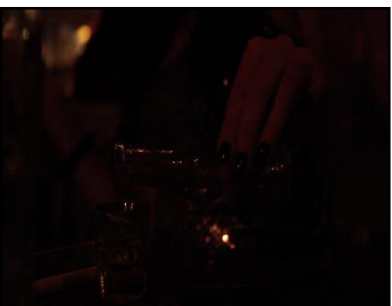
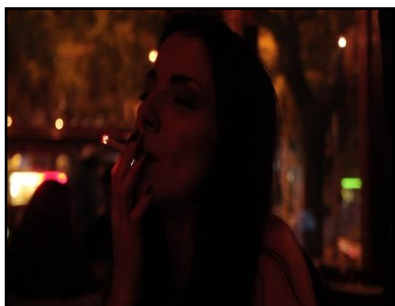
Γρήγορες εναλλαγές που τονίζουν την αδιάκοπη κατανάλωση αλκοόλ και σκοτεινό περιβάλλον που αποδίδει επακριβώς την ατμόσφαιρα της νύχτας σε μπαρ και της κατάχρησης αλκοόλ.

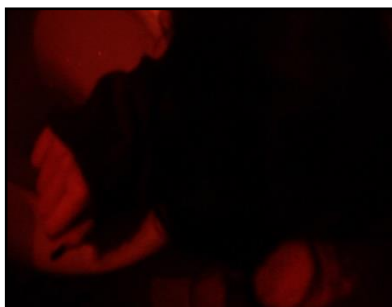
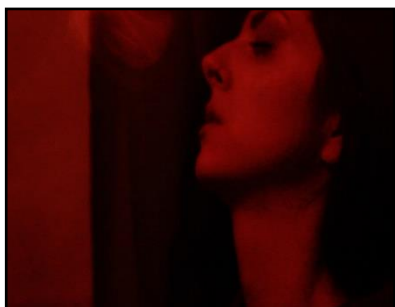




Το υποκείμενο βρίσκεται σε εξωτερικό χώρο και διασκεδάζει με φίλους. Στις σκηνές φαίνεται το υποκείμενο να γεμίζει συνεχώς τα ποτήρια με αλκοόλ και να καπνίζει. Χαρακτηριστικό είναι το μοναδικό πλάνο στο οποίο το υποκείμενο, αν και βρίσκεται με φίλους, φαίνεται αρκετά μελαγχολικό· γεγονός που δείχνει τις ψυχολογικές του μεταπτώσεις.

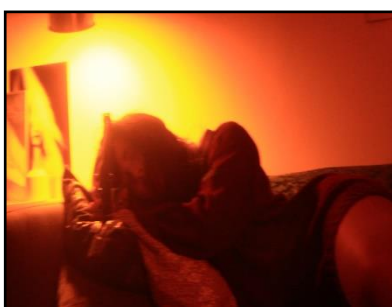
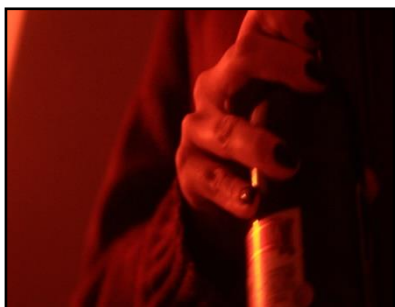
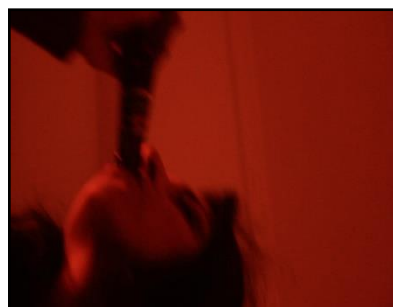
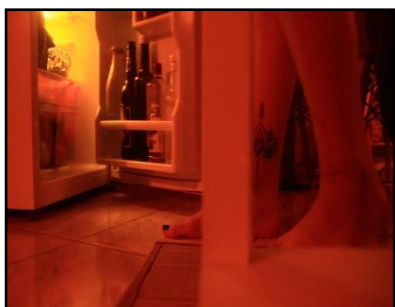
Στο τέλος του βίντεο, το υποκείμενο βρίσκεται σε μία τουαλέτα, πιθανώς, στο σπίτι του, ενώ η ψυχολογική και σωματική του διάθεση φαίνεται να είναι αρκετά κακή. Τελευταίο πλάνο, αυτό με το υποκείμενο να κάνει εμετό.





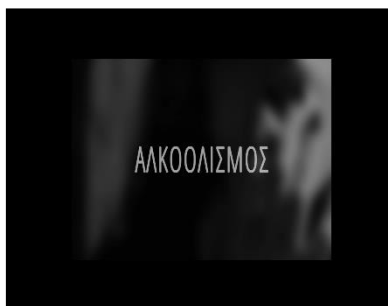
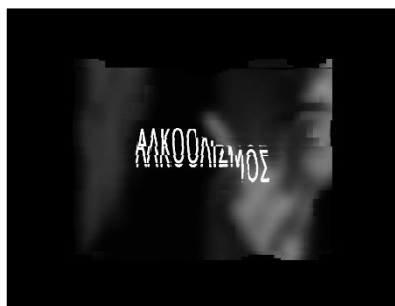
Sequence05

Το υποκείμενο βρίσκεται στο σπίτι του. Παρακολουθούμε να κρατάει στο χέρι του μία μπίρα και να χορεύει. Οι κινήσεις του, καθώς και οι τελευταίες σκηνές στο βίντεο φανερώνουν ότι το υποκείμενο είναι αρκετά μεθυσμένο, ενώ στο τελευταίο πλάνο, φαίνεται να είναι ημιλιπόθυμο στον καναπέ.



Sequence06

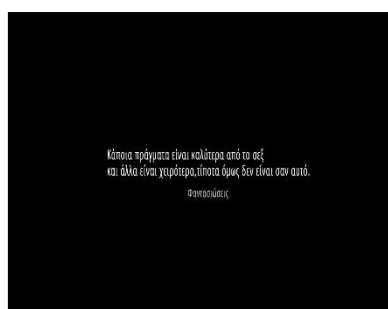
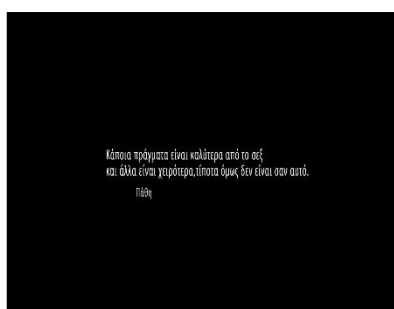
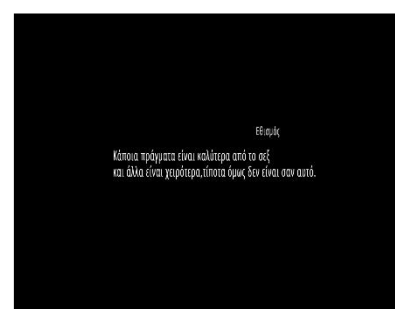
Το τελευταίο μέρος είναι η σταδιακή αποκάλυψη - φανέρωση της διαταραχής. Αναγράφεται με κεφαλαία γράμματα, που στην αρχή τρεμοπαίζουν, “ΑΛΚΟΟΛΙΣΜΟΣ” με φόντο το πρώτο βίντεο.



Νυμφομανία

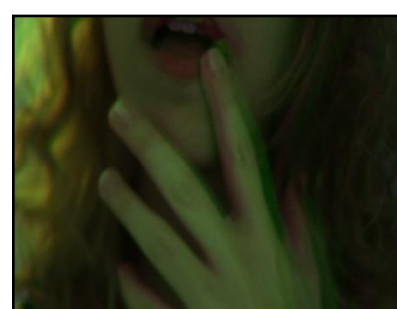
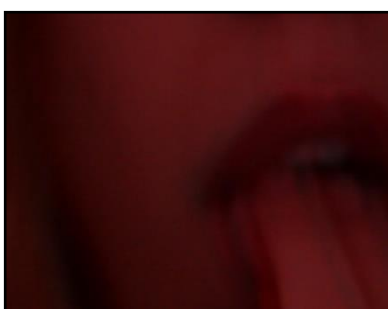
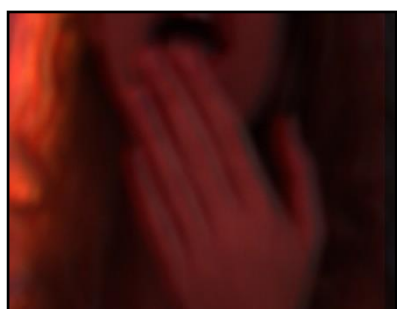
Sequence01

Το πρώτο βίντεο είναι μία εισαγωγή για την νυμφομανία. Το πρώτο καρέ δείχνει ένα μήνυμα στο οποίο γράφει “Κάποια πράγματα είναι καλύτερα από το σεξ και άλλα είναι χειρότερα, τίποτα όμως δεν είναι σαν αυτό.”, ενώ σταδιακά εμφανίζονται στην οθόνη οι λέξεις, εθισμός, ερωτική παραφορά, πάθη, φαντασιώσεις και ορμές, οι οποίες σχετίζονται με την καθημερινότητα ενός ατόμου με τη συγκεκριμένη διαταραχή.



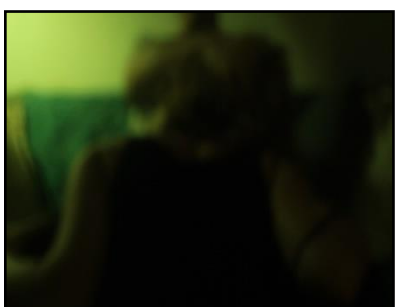
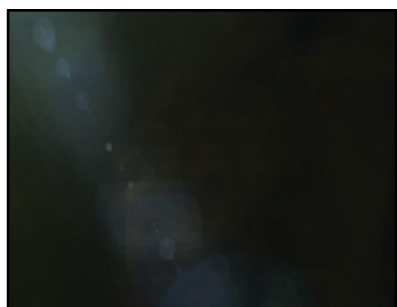
Sequence02

Το υποκείμενο γλύφει αισθησιακά τα δάχτυλά του. Η πράξη και ο αισθησιασμός φανερώνουν μία έντονη ερωτική επιθυμία. Τα πρώτα και τελευταία καρέ είναι κοντινά πλάνα, ενώ ενδιάμεσα υπάρχει ένα μεγαλύτερης διάρκειας τρεγκρο πλάνο, το οποίο εστιάζει στο στόμα του υποκειμένου, θέλοντας να τονίσει ακόμα περισσότερο τη σεξουαλικότητα και την εσωτερική επιθυμία του υποκειμένου. Τα εφέ και το χρώμα που έχουν χρησιμοποιηθεί στο βίντεο συντελούν στη συνολική αίσθηση ερωτισμού.



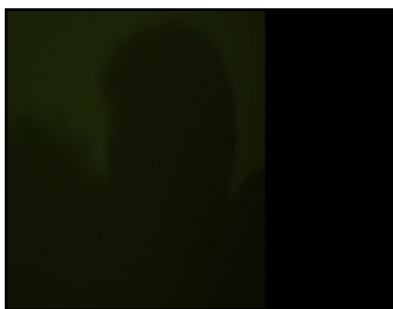
Sequence03

Στο τρίτο βίντεο το υποκείμενο διασκεδάζει και χορεύει αισθησιακά, πιθανώς σε κάποιο σκοτεινό μπαρ. Αν και μικρής διάρκειας βίντεο, το τελευταίο και καθοριστικό πλάνο δείχνει μία ερωτική πράξη του υποκειμένου μαζί με κάποιο άλλο άτομο, που, ίσως, γνώρισε κατά τη διάρκεια της νυχτερινής εξόδου.



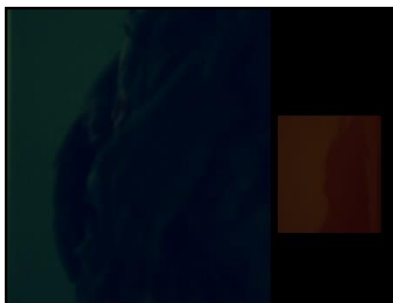
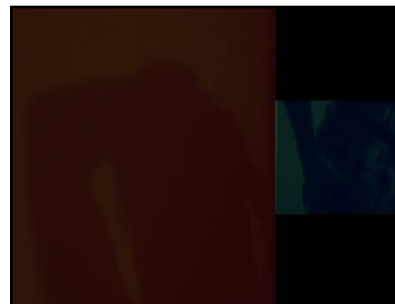
Sequence04

Μοναδική σκηνή σε αυτό το βίντεο, μία ακόμη ερωτική σκηνή του υποκειμένου με κάποιο άγνωστο άτομο.



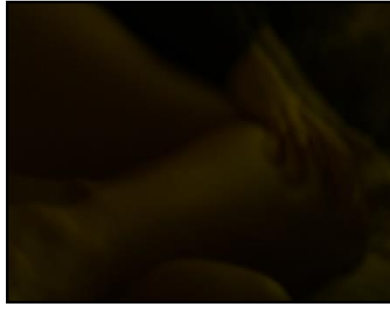
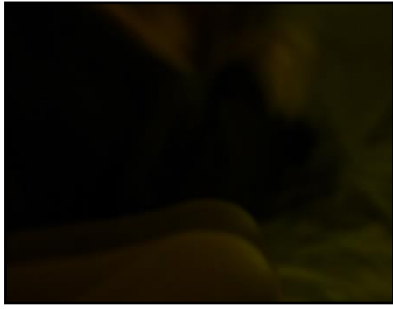
Sequence05

Το πέμπτο βίντεο, δείχνει το υποκείμενο να βάφεται και να φτιάχνεται στον καθρέφτη του σπιτιού του. Αμέσως επόμενη σκηνή, το υποκείμενο χορεύει αισθησιακά, ενώ κάποιο άγνωστο πρόσωπο έρχεται κοντά και ξεκινάνε να αγγίζονται.



Sequence06

Το υποκείμενο βρίσκεται στο κρεβάτι του. Το βίντεο δείχνει το υποκείμενο να χαϊδεύει το σώμα του και να αυτοϊκανοποιείται, ενώ σκηνές, όπως αυτή που μπήγει τα νύχια στο σώμα, δείχνουν την έντονη εξάρτηση από το σεξ που εκείνη τη στιγμή δεν μπορεί να καλύψει.



Sequence07

Το τελευταίο μέρος είναι η σταδιακή αποκάλυψη - φανέρωση της διαταραχής. Αναγράφεται με κεφαλαία γράμματα, που στην αρχή τρεμοπαίζουν, “NYMΦOMANIA ” με φόντο το τέταρτο βίντεο.



Ιστότοπος Έργου:

<https://www.youtube.com/watch?v=8-uPh5K-0Zg&fbclid=IwAR19rmQNYk6z-ndSyaf5ToezmrgmdgYMvwDMdNiAr7J43SGWU2yqjNy8Uh0>

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ

