



Σχολή Ανθρωπιστικών Επιστημών

«Λαϊκός Πολιτισμός και

Νεότερη Πολιτιστική Κληρονομιά»

Διπλωματική Εργασία

«Η πολιτισμική βιογραφία των αντικειμένων και ο θεραπευτικός
ρόλος της τέχνης: Η περίπτωση ενός βιωματικού εργαστηρίου
φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων»

Όλγα Μαστοράκη

Επιβλέπουσα καθηγήτρια: Βασιλική Κράββα

Πάτρα, Ιούνιος, 2026

Η παρούσα εργασία αποτελεί πνευματική ιδιοκτησία της φοιτήτριας (Ολγας Μαστοράκη) που την εκπόνησε. Στο πλαίσιο της πολιτικής ανοικτής πρόσβασης ο συγγραφέας/δημιουργός εκχωρεί στο ΕΑΠ, μη αποκλειστική άδεια χρήσης του δικαιώματος αναπαραγωγής, προσαρμογής, δημόσιου δανεισμού, παρουσίασης στο κοινό και ψηφιακής διάχυσής τους διεθνώς, σε ηλεκτρονική μορφή και σε οποιοδήποτε μέσο, για διδακτικούς και ερευνητικούς σκοπούς, άνευ ανταλλάγματος και για όλο το χρόνο διάρκειας των δικαιωμάτων πνευματικής ιδιοκτησίας. Η ανοικτή πρόσβαση στο πλήρες κείμενο για μελέτη και ανάγνωση δεν σημαίνει καθ' οιονδήποτε τρόπο παραχώρηση δικαιωμάτων διανοητικής ιδιοκτησίας του συγγραφέα/δημιουργού ούτε επιτρέπει την αναπαραγωγή, αναδημοσίευση, αντιγραφή, αποθήκευση, πώληση, εμπορική χρήση, μετάδοση, διανομή, έκδοση, εκτέλεση, «μεταφόρτωση» (downloading), «ανάρτηση» (uploading), μετάφραση, τροποποίηση με οποιονδήποτε τρόπο, τμηματικά ή περιληπτικά της εργασίας, χωρίς τη ρητή προηγούμενη έγγραφη συναίνεση του συγγραφέα/δημιουργού. Ο συγγραφέας/δημιουργός διατηρεί το σύνολο των ηθικών και περιουσιακών του δικαιωμάτων.

«Η Πολιτισμική Βιογραφία των Αντικειμένων και ο Θεραπευτικός
Ρόλος της Τέχνης: Η περίπτωση ενός Βιωματικού Εργαστηρίου
Φυτικών Βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων»

«Όλγα Μαστοράκη»

Επιτροπή Επίβλεψης Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:
Βασιλική Κράββα

Συν-Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:
Ανδρομάχη Οικονόμου

Πάτρα, Ιούνιος 2026

«Στη Ρίζα και τις βόλτες μας στη φύση και σε όσους ανθρώπους βαζανίζονται»

Θα ήθελα να εκφράσω τις θερμές μου ευχαριστίες στην επιβλέπουσα καθηγήτριά μου, Κράββα Βασιλική, για την πολύτιμη στήριξη, την εμπιστοσύνη και την καθοδήγησή της καθ' όλη τη διάρκεια της εκπόνησης της παρούσας εργασίας. Η επιστημονική της κατάρτιση, οι εύστοχες παρατηρήσεις και οι συμβουλές της συνέβαλαν ουσιαστικά στη διαμόρφωση και ολοκλήρωση της έρευνας. Ιδιαίτερα την ευχαριστώ για τη διαθεσιμότητα, την υπομονή και το ενδιαφέρον που επέδειξε σε κάθε στάδιο της διαδικασίας, καθώς και για την ενθάρρυνση που μου προσέφερε, δίνοντάς μου τη δυνατότητα να αναπτύξω τις ιδέες μου με αυτοπεποίθηση. Η συμβολή της υπήρξε καθοριστική για την ολοκλήρωση της παρούσας εργασίας.

Θα ήθελα επίσης να ευχαριστήσω όλους τους διδάσκοντες και όλες τις διδάσκουσες του Προγράμματος Σπουδών για τις γνώσεις, τα ερεθίσματα και τις εμπειρίες που μου προσέφεραν κατά τη διάρκεια των σπουδών μου. Ο καθένας και η καθεμία, με τον δικό του ή τον δικό της τρόπο, συνέβαλε στη διεύρυνση των οριζόντων μου, στην καλλιέργεια της σκέψης μου και στη διαμόρφωση του τρόπου με τον οποίο προσεγγίζω τον πολιτισμό, την έρευνα και τον κόσμο γύρω μου. Μέσα από τα μαθήματα «Θεωρητικές εννοιολογήσεις και μεθοδολογικές προσεγγίσεις του λαϊκού πολιτισμού», «Νεότερη πολιτιστική κληρονομιά υλική και άυλη: θεωρητικές προσεγγίσεις και διαχειριστικές πολιτικές», «Νεότερος υλικός πολιτισμός και μουσεία», «Λαϊκός πολιτισμός, "κοινότητα" και εθνοτοπικές ταυτότητες», «Αστικός λαϊκός πολιτισμός» και «Λαϊκός πολιτισμός, δημόσιος λόγος και εκπαίδευση» δεν απέκτησα μόνο ακαδημαϊκές γνώσεις. Μου δόθηκε η ευκαιρία να προσεγγίσω, μέσα από ένα ακαδημαϊκό πλαίσιο, ζητήματα που με απασχολούσαν προσωπικά, να θέσω νέα ερωτήματα και, σε ορισμένες περιπτώσεις, να βρω απαντήσεις σε προβληματισμούς που με συνόδευαν για χρόνια. Οι διαφορετικές οπτικές και οι θεωρητικές προσεγγίσεις που γνώρισα μέσα από αυτά τα μαθήματα με βοήθησαν να κατανοήσω βαθύτερα όχι μόνο τον λαϊκό πολιτισμό και τις πολιτισμικές πρακτικές, αλλά και τη δική μου σχέση με αυτά. Για τον λόγο αυτό, θεωρώ ότι η συμβολή των διδασκόντων και των διδασκουσών ξεπερνά τα όρια της διδασκαλίας και αποτελεί μέρος μιας βαθύτερης προσωπικής διαδρομής κατανόησης του εαυτού μου και της θέσης μου μέσα στον κόσμο.

Επιπλέον, θα ήθελα να ευχαριστήσω το προσωπικό του Κέντρου Ψυχικής Υγείας Χανίων γενικά, αλλά και ειδικότερα τους Νίκο Μπλαζάκη, Στέλλα Παυλιδάκη και Ευγενία Χουρδάκη για τις ωραίες μας κουβέντες.

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω τους δικούς μου ανθρώπους για τη στήριξη και την υπομονή τους, καθώς και τη Ρίζα, τη σκυλίτσα μου, η οποία δεν είναι πια κοντά μου, αλλά συνέβαλε καθοριστικά στη σχέση μου με τον κόσμο των φυτών και, έμμεσα, στη διαμόρφωση της πορείας της παρούσας εργασίας.

Περίληψη

Η παρούσα διπλωματική εργασία διερευνά τη σχέση μεταξύ της πολιτισμικής βιογραφίας των αντικειμένων και του θεραπευτικού ρόλου της τέχνης, μέσα από τη μελέτη περίπτωσης ενός βιωματικού εργαστηρίου φυτικών βαφών που πραγματοποιήθηκε στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων. Η έρευνα εντάσσεται στο πεδίο της πολιτισμικής ανθρωπολογίας και της μελέτης του υλικού πολιτισμού, προσεγγίζοντας τα αντικείμενα όχι ως απλά υλικά αγαθά, αλλά ως φορείς εμπειριών, συναισθημάτων, κοινωνικών σχέσεων και προσωπικών αφηγήσεων.

Στο θεωρητικό μέρος παρουσιάζονται ζητήματα που αφορούν την ψυχική ασθένεια, το κοινωνικό στίγμα και την ψυχιατρική φροντίδα, καθώς και οι θεωρητικές προσεγγίσεις των θεραπειών μέσω τέχνης. Παράλληλα, εξετάζεται η έννοια της πολιτισμικής βιογραφίας των αντικειμένων και η ιστορική εξέλιξη της τέχνης των φυτικών βαφών. Η σύνδεση αυτών των θεματικών επιτρέπει την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η δημιουργική διαδικασία και τα παραγόμενα αντικείμενα αποκτούν ιδιαίτερη σημασία σε θεραπευτικά περιβάλλοντα.

Το εμπειρικό μέρος βασίζεται σε ποιοτική έρευνα που πραγματοποιήθηκε στο Νοσοκομείο Ημέρας του Κέντρου Ψυχικής Υγείας Χανίων. Η έρευνα περιλάμβανε τέσσερα βιωματικά εργαστήρια φυτικών βαφών και μη δομημένες συνεντεύξεις με τους συμμετέχοντες και το προσωπικό της δομής. Τα ευρήματα αναδεικνύουν ότι η ενασχόληση με τις φυτικές βαφές λειτούργησε ως μέσο δημιουργικής έκφρασης, ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης, ανάπτυξης κοινωνικών αλληλεπιδράσεων και σύνδεσης με το φυσικό περιβάλλον. Επιπλέον, τα αντικείμενα που δημιουργήθηκαν απέκτησαν προσωπική και συμβολική αξία, καθώς συνδέθηκαν με αναμνήσεις, συναισθήματα και εμπειρίες των συμμετεχόντων.

Η εργασία καταδεικνύει ότι οι δημιουργικές πρακτικές που βασίζονται στην τέχνη και στον υλικό πολιτισμό μπορούν να συμβάλουν ουσιαστικά στην ψυχοκοινωνική υποστήριξη ατόμων με ψυχικές δυσκολίες, ενώ παράλληλα αναδεικνύει τη σημασία των αντικειμένων ως φορέων νοημάτων και θεραπευτικών εμπειριών.

Λέξεις – Κλειδιά

Πολιτισμική βιογραφία των αντικειμένων, θεραπεία μέσω τέχνης, φυτικές βαφές, ψυχική απόκλιση, στίγμα

The Cultural Biography of Things and the Therapeutic Role of Art: a Case Study of a Natural Dyes Workshop in Chania Mental Health Center

Olga Mastoraki

Abstract

This thesis explores the relationship between the cultural biography of objects and the therapeutic role of art through a case study of an experiential natural dye workshop conducted at the Chania Mental Health Center. The study is situated within the fields of cultural anthropology and material culture studies, approaching objects not merely as material entities but as carriers of experiences, emotions, social relationships, and personal narratives.

The theoretical section examines issues related to mental illness, social stigma, and mental health care, as well as theoretical approaches to arts-based therapies. It also discusses the concept of the cultural biography of objects and the historical development of natural dyeing practices. Bringing these themes together allows for a deeper understanding of how creative processes and the objects produced within them acquire particular significance in therapeutic contexts.

The empirical part of the study is based on qualitative research conducted at the “Day Hospital” of the Chania Mental Health Center. The research included four experiential natural dye workshops and unstructured interviews with both participants and staff members. The findings indicate that engagement with natural dyeing functioned as a means of creative expression, enhancement of self-esteem, development of social interaction, and reconnection with the natural environment. Furthermore, the objects created during the workshops acquired personal and symbolic value, as they became linked to participants’ memories, emotions, and lived experiences.

The study demonstrates that art-based and material culture practices can make a meaningful contribution to the psychosocial support of individuals experiencing mental health challenges. At the same time, it highlights the importance of objects as carriers of meaning and therapeutic experiences within contemporary mental health settings.

Keywords: Cultural biography of things, art therapy, natural dyes, mental deviation, stigma

Περιεχόμενα

Περίληψη.....	vi
Abstract	viii
Περιεχόμενα	ix
1. Εισαγωγή.....	1
1.1 Επιλογή του θέματος της ΔΕ.....	1
1.2 Σκοπός, στόχοι της έρευνας και μεθοδολογία	2
1.3 Αίτηση για άδεια διεξαγωγής έρευνας και αρχές δεοντολογίας και ηθικής	3
2. Ψυχική ασθένεια	7
2.1 Ορισμός της ψυχικής ασθένειας και κατηγορίες ψυχικά ασθενών	7
2.2 Το στίγμα και η ακούσια νοσηλεία	9
2.3 Η Μεγάλη Εγκάθειρξη και η ίδρυση των πρώτων ψυχιατρικών ασύλων στην Ελλάδα	13
2.4 Σύντομη ιστορική πορεία των ψυχιατρικών δομών στα Χανιά	14
2.5 Η Ψυχιατρική Μεταρρύθμιση	16
3. Θεραπείες μέσω τέχνης	21
3.1 Τέχνη, έκφραση και ασυνείδητο	22
3.2 Τέχνη και ψυχική υγεία.....	23
3.3 Από το καλλιτεχνικό ενδιαφέρον στη θεραπεία μέσω τέχνης και την εικαστική θεραπεία	25
3.4 Άλλες μορφές θεραπειών μέσω τέχνης	27
3.5 Κίνημα και επαφή με τη φύση	29
4. Η βιογραφία των αντικειμένων	32
5. Ιστορική αναδρομή της τέχνης της βαφικής	35
5.1 Το πρώτο συνθετικό χρώμα	35
5.2 Τα πρώτα εργαστήρια φυτικών βαφών	35
5.3 Η σημασία του χρώματος.....	37
5.4 Τα στάδια της βαφής	38
5.4.1 Η πρώτη ύλη.....	39
5.4.2 Το πλύσιμο	39
5.4.3 Το mordanting	39
6. Σχεδιασμός και διεξαγωγή της έρευνας στο ΚΨΥ.....	41
6.1 Το Νοσοκομείο Ημέρας του ΚΨΥ Χανίων	41
6.2 Σχεδιασμός και προετοιμασία των εργαστηρίων	42
6.3 Η υλοποίηση της έρευνας	44
6.3.1 Το 1ο εργαστήριο	44
6.3.2 Το 2ο εργαστήριο.....	45
6.3.3 Το 3ο εργαστήριο	46
6.3.4 Το 4ο εργαστήριο	47
6.4 Οι συνεντεύξεις	49
6.4.1 Η 1 ^η συνέντευξη	49
6.4.2 Η 2 ^η συνέντευξη	50
6.4.3 Η 3 ^η συνέντευξη.....	51

8. Αντί επιλόγου	58
Βιβλιογραφικές αναφορές	59
Παράρτημα Α: «Έγγραφα αιτήματος διεξαγωγής έρευνας»	64
.....	65
Παράρτημα Β: «Φωτογραφίες Εργαστηρίων».....	73
.....	74
.....	75
.....	76

1. Εισαγωγή

1.1 Επιλογή του θέματος της ΔΕ

Όταν πριν 3 χρόνια περίπου άρχισα να πειραματίζομαι με τις φυτικές βαφές, δεν θα μπορούσα να φανταστώ το υπέροχο ταξίδι που θα ακολουθούσε. Μαζί μου σε αυτό και η σκυλίτσα μου, η Ρίζα, όνομα που κάποτε, κάπως «τυχαία» επέλεξα, έμελλε όμως αργότερα τελικά να σημαίνει πολλά. Χαρούμενες και οι δύο, καθώς είχαμε προσφάτως επιστρέψει από την Κωνσταντινούπολη μετά από μερικά χρόνια διαμονής εκεί, ξεχυθήκαμε στη φύση για περπάτημα ανάμεσα σε ελιές, συκιές και χαρουπιές. Σε μια από τις βόλτες μας, παρατηρώντας τα έντονα χρώματα των λουλουδιών αναρωτήθηκα, αν θα μπορούσα να βάψω ύφασμα με αυτά- είχα ήδη, από την περίοδο της καραντίνας αρχίσει να σχεδιάζω ύφασμα ψηφιακά. Λίγοι μόνο πειραματισμοί ήταν αρκετοί για να καταλάβω ότι αυτό δε θα ήταν ένα ακόμη χόμπι, αλλά κάτι παραπάνω, χωρίς ακόμα να μπορώ να προσδιορίσω το τι ακριβώς.

Όταν λίγους μήνες αργότερα κοιτώντας τα μεταπτυχιακά προγράμματα σπουδών του ΕΑΠ είδα τον τίτλο «Λαϊκός Πολιτισμός και Νεότερη Πολιτιστική Κληρονομιά» ένιωσα πως ίσως το πρόγραμμα σπουδών αυτό να συμπλήρωνε κατά κάποιο τρόπο την ενασχόληση μου με την τέχνη της βαφικής. Χρησιμοποίησα το ρήμα «νιώθω» γιατί καθώς ήμουν από τους εισακτέους του πρώτου έτους δεν υπήρχαν αρκετές πληροφορίες ή εμπειρίες άλλων φοιτητών/φοιτητριών στις οποίες θα μπορούσα να στηριχτώ πριν αποφασίσω αν θα προχωρούσα στην αίτηση μου. Έτσι, θα έλεγα πως «στα τυφλά» ξεκίνησα το παρόν ΜΠΣ με την ελπίδα ότι ίσως πλαισίωνε θεωρητικά την τέχνη που μόλις είχα ξεκινήσει και με το όνειρο πως θα κατέληγε σε μια διπλωματική εργασία με θέμα τις φυτικές βαφές.

Πράγματι, αφού ολοκλήρωσα τα μαθήματα του προγράμματος σπουδών, επικοινωνήσα με την Κράββα Βασιλική, καθηγήτρια μου στο μάθημα «Νεότερος υλικός πολιτισμός και μουσεία», με την οποία μετά από μερικά τηλεφωνήματα και αρκετή συζήτηση αρχίσαμε να διαμορφώνουμε το θέμα της διπλωματικής μου εργασίας. Ήταν ξεκάθαρο για μένα ότι θα έπρεπε να σχετίζεται με την τέχνη της βαφικής, ίσως σε συνδυασμό με τον θεραπευτικό χαρακτήρα ο οποίος χαρακτηρίζει την τέχνη και κάπως έτσι θυμήθηκα το ενδιαφέρον της Κράββα για τους ψυχικά αποκλίνοντες και τη δουλειά της σε ξενώνα ψυχικά ασθενών σε πόλη της Θράκης. Την ίδια περίοδο εγώ έπρεπε να πάρω συνέντευξη από τον Νίκο

Μπλαζάκη, τον καραγκιοζοπαίχτη των Χανίων στο πλαίσιο του μαθήματος «*Αστικός Λαϊκός Πολιτισμός*». Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων, στο οποίο εργάζεται ο Νίκος, και κάπως έτσι το θέμα είχε αρχίσει να διαμορφώνεται.

1.2 Σκοπός, στόχοι της έρευνας και μεθοδολογία

Η παρούσα εργασία αποτελείται από δύο μέρη: ένα θεωρητικό (βιβλιογραφική ανασκόπηση) και ένα εμπειρικό, το οποίο εντάσσεται στο πλαίσιο της ποιοτικής έρευνας και βασίζεται στη συλλογή δεδομένων μέσω μη δομημένων συνεντεύξεων. Όπως προαναφέρθηκε, υπήρχε εξ αρχής ένα ευρύτερο αντικείμενο ενδιαφέροντος, αυτό της τέχνης της βαφικής με τη χρήση φυτικών υλικών, το οποίο στη συνέχεια εξειδικεύτηκε σε ένα πιο συγκεκριμένο ερευνητικό πεδίο, οδηγώντας στη διατύπωση των ερευνητικών ερωτημάτων. Για τον σχεδιασμό και τον προγραμματισμό της ποιοτικής έρευνας αξιοποιήθηκαν οι μεθοδολογικές αρχές που προτείνει η Jennifer Mason (2009). Η Mason δεν προτείνει έναν τυποποιημένο σχεδιασμό ποιοτικής έρευνας, αλλά μια σειρά από «δύσκολα» ερωτήματα προς τον ερευνητή, τα οποία απαιτούν κριτική και δημιουργική επεξεργασία όπως:

- Ποιο θέμα ή ποιο ευρύ ανεξάρτητο πεδίο αφορά η έρευνα;
- Τι θέλω να εξηγήσω; Ποια είναι τα ερευνητικά μου ερωτήματα;
- Ποιος είναι ο σκοπός της έρευνάς μου; Για ποιον λόγο την κάνω;

Η παρούσα έρευνα εντάσσεται στο ευρύτερο πεδίο της πολιτισμικής ανθρωπολογίας και ειδικότερα στη μελέτη της πολιτισμικής βιογραφίας των αντικειμένων. Εξετάζει τον τρόπο με τον οποίο τα αντικείμενα δεν αποτελούν απλώς υλικά, αλλά συνδέονται με τις εμπειρίες, τις σχέσεις και τις διαδρομές των ανθρώπων που τα δημιουργούν ή τα χρησιμοποιούν, καθώς και με τα νοήματα που αποκτούν μέσα σε συγκεκριμένα κοινωνικά και θεραπευτικά πλαίσια, όπως ένα βιωματικό εργαστήριο φυτικής βαφής στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων. Η έρευνα επιδιώκει να διερευνήσει τον τρόπο με τον οποίο οι συμμετέχοντες βιώνουν και ερμηνεύουν τη διαδικασία της φυτικής βαφής, τη σημασία που αποδίδουν στα αντικείμενα που δημιουργούν, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο η καλλιτεχνική πρακτική μπορεί να λειτουργήσει ως μέσο έκφρασης, επικοινωνίας και θεραπευτικής υποστήριξης.

Όσον αφορά τον σχεδιασμό των συνεντεύξεων, κρίθηκε ότι οι μη δομημένες συνεντεύξεις θα ήταν οι πλέον κατάλληλες για την παρούσα έρευνα, αφενός διότι δεν ήταν δυνατό να διαμορφωθούν αυστηρά καθορισμένες ερωτήσεις για τη συγκεκριμένη ομάδα και αφετέρου διότι δεν ήταν επιθυμητός ο περιορισμός των συμμετεχόντων σε σύντομες ή μονολεκτικές απαντήσεις μετά από μια τόσο δημιουργική διαδικασία. Παρόλα αυτά, συντάχθηκαν τυπικά ερωτηματολόγια, τα οποία λειτούργησαν αφενός ως βασικός οδηγός και αφετέρου ως απαραίτητο συνοδευτικό υλικό για την αίτηση άδειας διεξαγωγής της έρευνας. Αξιοποιήθηκαν εκ νέου οι κατευθυντήριες αρχές της Mason, προκειμένου να διαμορφωθεί το πλαίσιο των ερωτήσεων που απευθύνθηκαν τόσο στους συμμετέχοντες του εργαστηρίου όσο και στο προσωπικό μετά την ολοκλήρωση της διαδικασίας. Ενδεικτικά, κάποια από τα ζητήματα που τέθηκαν προς προβληματισμό ήταν: «*Πώς θα πρέπει να θέτω τις ερωτήσεις μου; Με τι ουσιαστικό περιεχόμενο και με τι ύφος;*» καθώς και «*Τι θα πρέπει να ρωτήσω στη συνέχεια και ποια θα πρέπει να είναι η κατάλληλη ακολουθία των ερωτήσεων;*» (Mason, 2009, σ. 100)

1.3 Αίτηση για άδεια διεξαγωγής έρευνας και αρχές δεοντολογίας και ηθικής

Η αίτηση για άδεια διεξαγωγής έρευνας αποτελεί το πρώτο και απαραίτητο βήμα κάθε ερευνητικής διαδικασίας, η οποία οφείλει να στηρίζεται σε αρχές ηθικής και δεοντολογίας. Με την αίτηση δηλώνουμε πως η έρευνα μας συμμορφώνεται με τα καθιερωμένα επιστημονικά πρωτόκολλα και τις βασικές ερευνητικές αρχές, σύμφωνα με τις οποίες οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες αντιμετωπίζονται ισότιμα, τυγχάνουν σεβασμού και διατηρούν το δικαίωμα να αποχωρήσουν ανά πάσα στιγμή, εφόσον το επιθυμούν (Σαββάκης, 2022, σ. 44).

Για τη δική μου έρευνα, αρχικά απευθύνθηκα στο προσωπικό του Κέντρου Ψυχικής Υγείας Χανίων (εφεξής ΚΨΥ) και, έπειτα από σχετική παραπομπή, επικοινωνήσα με την αρμόδια υπηρεσία, όπου κατέθεσα την αίτησή μου για τη διεξαγωγή της έρευνας. Συγκεκριμένα, έπειτα από επικοινωνία μου με το Τμήμα Έρευνας και Ανάπτυξης της Διοίκησης της 7ης Υγειονομικής Περιφέρειας Κρήτης (ΔΥΠΕ Κρήτης) στις 21/01/2026, μου ζητήθηκε η υποβολή των παρακάτω εγγράφων, προκειμένου να ελεγχθούν και να διαβιβαστούν προς έγκριση στο Επιστημονικό Συμβούλιο της υπηρεσίας:

- Ερευνητικό πρωτόκολλο
- Βεβαίωση σπουδών
- Ερωτηματολόγιο συνεντεύξεων
- Έντυπο ενημέρωσης και συναίνεσης συμμετεχόντων

Κατά την προετοιμασία της αίτησής μου για τη διεξαγωγή έρευνας στο ΚΨΥ Χανίων, συμβουλευτήκα το βιβλίο του Σαββάκη (2022), *Ηθική και δεοντολογία στη σύγχρονη ποιοτική κοινωνιολογική έρευνα. Ζητήματα, αντιφάσεις και διλήμματα στον 21ο αιώνα*, και φρόντισα να αποτυπώνεται στην αίτησή μου η δέσμευσή μου για την τήρηση των αρχών της ερευνητικής ηθικής και δεοντολογίας. Τα ανωτέρω έγγραφα υποβλήθηκαν στις 24/02/2026 και υπάρχουν στο παράρτημα της εργασίας. Η συνεδρίαση του Επιστημονικού Συμβουλίου της ΔΥΠΕ πραγματοποιήθηκε στις 03/06/2026, με αποτέλεσμα τη χρονική μετατόπιση της έναρξης της ερευνητικής διαδικασίας. Κατά το μεσοδιάστημα μεταξύ της υποβολής του αιτήματος και της λήψης της σχετικής έγκρισης, επικοινωνούσα τακτικά με τη ΔΥΠΕ, τόσο τηλεφωνικά όσο και μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, με σκοπό την παρακολούθηση της πορείας του αιτήματος. Παρότι η ανταπόκριση ήταν άμεση, δεν ήταν γνωστό πότε θα πραγματοποιούνταν το Συμβούλιο και, κατά συνέπεια, πόσο άμεσα θα εγκρινόταν το αίτημα μου, σε περίπτωση που η γνωμοδότηση ήταν θετική. Τελικά, το αίτημα εγκρίθηκε στις 15/06/2026 και τα εργαστήρια πραγματοποιήθηκαν 16-19/06/2026. Βασική αρχή της ερευνητικής ηθικής και δεοντολογίας είναι η πλήρης και σαφής ενημέρωση των συμμετεχόντων σχετικά με το αντικείμενο, τους στόχους και το πλαίσιο διεξαγωγής της έρευνας. Στο πλαίσιο αυτό, οι ερευνητές οφείλουν να διευκρινίζουν τον τύπο της έρευνας που πραγματοποιούν, όπως για παράδειγμα αν πρόκειται για ακαδημαϊκή ή άλλη μορφή έρευνας. Παράλληλα, είναι απαραίτητη η ύπαρξη ενός εγγράφου συναίνεσης, στο οποίο αποτυπώνονται οι όροι συμμετοχής και οι βασικές αρχές που διέπουν τη συνεργασία μεταξύ ερευνητή και συμμετεχόντων (Σαββάκης, 2022, σ. 103). Πριν από την υπογραφή του εντύπου συναίνεσης, οι ερευνητές οφείλουν να ενημερώνουν προφορικά τους συμμετέχοντες σχετικά με όλα τα παραπάνω και να τους γνωστοποιούν το δικαίωμά τους να αποχωρήσουν από την έρευνα οποιαδήποτε στιγμή. Αντίστοιχα, πριν από την έναρξη της έρευνας, ενημέρωσα προφορικά τους συμμετέχοντες παρέχοντάς τους όλες τις απαραίτητες πληροφορίες σχετικά με την ιδιότητά μου ως ερευνήτριας, τον σκοπό της έρευνας και τη διαδικασία του εργαστηρίου. Στη συνέχεια, τους χορηγήθηκε το έντυπο συναίνεσης προς υπογραφή. Στο έντυπο αναγράφονταν ο τίτλος της έρευνας, τα στοιχεία

μου (ονοματεπώνυμο, ιδιότητα, πρόγραμμα σπουδών και εκπαιδευτικό ίδρυμα), πληροφορίες σχετικά με το εργαστήριο, καθώς και το δικαίωμα των συμμετεχόντων να αποχωρήσουν από αυτό οποιαδήποτε στιγμή το επιθυμούσαν. Ένα μέλος της ομάδας μόλις με είδε με τα έγγραφα αντέδρασε και δήλωσε πως δεν θέλει να συμμετάσχει στο εργαστήριο. Όταν την ρώτησα τον λόγο της επιθυμίας της αυτής μου είπε: «Δεν ξέρω γράμματα», κι αφού της εξήγησα περί τίνος πρόκειται, αμέσως δέχτηκε να υπογράψει.

Κεντρική διάσταση της ηθικής και δεοντολογίας στην ποιοτική κοινωνιολογική και ανθρωπολογική έρευνα αποτελεί η διασφάλιση της ανωνυμίας και η προστασία της ταυτότητας των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών. Ο ερευνητής οφείλει, μέσω των κατάλληλων πρακτικών να εξασφαλίζει την ανωνυμία των συμμετεχόντων σε τέτοιο βαθμό ώστε να μην είναι δυνατή η αναγνώρισή τους ούτε άλλοι ερευνητές ούτε μέλη της ίδιας της κοινότητας των συμμετεχόντων να μπορούν να τους αναγνωρίσουν. Σε ορισμένες περιπτώσεις, μάλιστα, η διατήρηση της ανωνυμίας συμβάλλει στην αποτροπή της άμεσης ή έμμεσης έκθεσης των συμμετεχόντων σε κινδύνους, όπως πολιτικές διώξεις, εργασιακές εκτοπίσεις ή άλλες εργασιακές συνέπειες (π.χ. απώλυση ή μείωση αποδοχών), αρνητική δημοσιότητα και κακόβουλο σχολιασμό.

Έτσι, χαρακτηριστικά που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε αναγνώριση των συμμετεχόντων, όπως ο συγκεκριμένος τόπος γέννησης, η ακριβής ηλικία, η οικογενειακή κατάσταση, και η επαγγελματική ιδιότητα, παραλείπονται (Σαββάκης, 2022, σ. 70). Επιπλέον, αποφάσισα αρχικά, αντί να χρησιμοποιήσω τεχνικές αφαίρεσης δεδομένων ή τεχνητής σύγχυσης των στοιχείων ταυτοποίησης, να χρησιμοποιήσω αριθμητικούς κωδικούς (1 μέχρι το 6) για τους/τις συμμετέχοντες/συμμετέχουσες της έρευνας μου. Καθώς όμως έγραφα το κείμενο μου, παρατήρησα ότι η χρήση αριθμητικών κωδικών προσέδιδε στο κείμενο έναν απρόσωπο και ψυχρό χαρακτήρα, ο οποίος δεν ανταποκρινόταν στη βιωματική, δημιουργική και συμμετοχική φύση του εργαστηρίου φυτικών βαφών. Για τον λόγο αυτό επέλεξα να αναφέρομαι σε «συμμετέχοντες/συμμετέχουσες», «μέλη της ομάδας» ή «ωφελομένους/ωφελοόμενες», διατηρώντας την ανωνυμία τους, αλλά αποδίδοντας παράλληλα έναν πιο ανθρώπινο τόνο στην περιγραφή της ερευνητικής διαδικασίας.

Επιπλέον, τα στοιχεία που προέκυψαν από την έρευνα δεν είναι προσβάσιμα σε τρίτους, καθώς αποθηκεύονται μόνο στον προσωπικό μου υπολογιστή, ο οποίος προστατεύεται με κωδικό πρόσβασης και στον οποίο δεν έχει πρόσβαση άλλο πρόσωπο. Επιπροσθέτως, στις

φωτογραφίες που λήφθηκαν κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων, κατόπιν συγκατάθεσης του προσωπικού του ΚΨΥ, αποτυπώνονται αποκλειστικά τα χέρια των συμμετεχόντων, ώστε να διασφαλίζεται η ανωνυμία τους. Επιπλέον, στο έντυπο ενημέρωσης και συναίνεσης για τη συμμετοχή στην έρευνα δηλώνεται ότι δεν θα συλλεχθούν ευαίσθητα δεδομένα, ότι τα δεδομένα που θα προκύψουν είναι ανώνυμα και θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά για ακαδημαϊκούς σκοπούς, καθώς και ότι το έντυπο συναίνεσης θα φυλάσσεται ξεχωριστά από τα ερευνητικά δεδομένα, χωρίς δυνατότητα συσχέτισης της ταυτότητας των συμμετεχόντων με το περιεχόμενο της έρευνας.

Τέλος, στο ερευνητικό μου πρωτόκολλο γίνεται επίσης αναφορά στην τήρηση της ανωνυμίας των συμμετεχόντων, καθώς και στον εθελοντικό χαρακτήρα της συμμετοχής τους.

2. Ψυχική ασθένεια

2.1 Ορισμός της ψυχικής ασθένειας και κατηγορίες ψυχικά ασθενών

Σύμφωνα με πρόσφατα στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, (εφεξής ΠΟΥ) για το έτος 2025, σχεδόν 1 στους 7 ανθρώπους παγκοσμίως (περίπου 1,1 δισεκατομμύριο) ζει με κάποια ψυχική διαταραχή. Υπάρχουν διαφορετικοί τύποι ψυχικών διαταραχών, οι οποίες μπορούν να επηρεάσουν τη σκέψη, τη ρύθμιση των συναισθημάτων ή τη συμπεριφορά και συνήθως προκαλούν έντονη ψυχική οδύνη ή δυσκολίες σε σημαντικούς τομείς της λειτουργικότητας του ατόμου. Όσοι εκτίθενται σε δυσμενείς συνθήκες, όπως η φτώχεια, η βία, η αναπηρία και οι ανισότητες διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης ψυχικής διαταραχής.

Οι ψυχικές διαταραχές είναι οι αγχώδεις διαταραχές, η κατάθλιψη, η διπολική διαταραχή, η σχιζοφρένεια, η μετατραυματική διαταραχή στρες (PTSD), οι διατροφικές διαταραχές, οι διαταραχές διασπαστικής συμπεριφοράς και αντικοινωνικές διαταραχές και οι νευροαναπτυξιακές διαταραχές (World Health Organization, 2025). Στο πλαίσιο της παρούσας εργασίας θα αναφερθώ, περιληπτικά, μόνο στη σχιζοφρένεια, καθώς με αυτήν την ασθένεια έχει διαγνωστεί η ομάδα με την οποία εργάστηκα στο ΚΨΥ.

Τα συχνότερα συμπτώματα της σχιζοφρένειας περιλαμβάνουν επίμονες παραληρητικές ιδέες, δηλαδή σταθερές πεποιθήσεις που διατηρούνται παρά την ύπαρξη αντίθετων αποδείξεων, καθώς και επίμονες ψευδαισθήσεις, κατά τις οποίες το άτομο μπορεί να ακούει, να βλέπει, να μυρίζει, να αγγίζει ή να αισθάνεται πράγματα που δεν υπάρχουν στην πραγματικότητα. Μπορεί επίσης να βιώνει την αίσθηση ότι οι σκέψεις, τα συναισθήματα ή οι πράξεις του ελέγχονται από εξωτερικές δυνάμεις ή ότι οι σκέψεις του γίνονται γνωστές στους άλλους. Επιπλέον, συχνά παρατηρείται αποδιοργανωμένη σκέψη, η οποία εκδηλώνεται μέσω ασύνδετου ή δυσνόητου λόγου, καθώς και έντονα αποδιοργανωμένη συμπεριφορά, με πράξεις που φαίνονται παράξενες ή χωρίς σαφή σκοπό. Η σχιζοφρένεια μπορεί ακόμη να συνοδεύεται από τα λεγόμενα «αρνητικά συμπτώματα», όπως περιορισμένη ομιλία, μειωμένη έκφραση και βίωση συναισθημάτων, απώλεια ενδιαφέροντος ή ευχαρίστησης και κοινωνική απόσυρση. Τέλος, είναι δυνατόν να εμφανιστεί έντονη ψυχοκινητική διέγερση ή, αντίθετα, σημαντική επιβράδυνση των κινήσεων και διατήρηση ασυνήθιστων στάσεων του σώματος (World Health Organization, 2025).

Η σχιζοφρένεια δεν συγκαταλέγεται στις πιο συχνές ψυχικές διαταραχές, ωστόσο επηρεάζει σημαντικά τους πάσχοντες σε βασικούς τομείς της ζωής τους, όπως η εκπαίδευση, η εργασία και οι διαπροσωπικές σχέσεις (World Health Organization, 2025). Αξίζει να σημειωθεί ότι στις βιομηχανικές χώρες, σύμφωνα με τη «θεωρία της κατολίστησης» παρατηρείται υπερεκπροσώπηση ατόμων από τις κατώτερες οικονομικές ομάδες είτε επειδή τα άτομα με τη διαταραχή τείνουν να υποβαθμίζονται κοινωνικά και οικονομικά, είτε επειδή δυσκολεύονται να ανέλθουν σε υψηλότερες κοινωνικές βαθμίδες λόγω της ασθένειας και των επιπτώσεών της (Kaplan, Sadock & Grebb, 2000, σ. 677). Υπολογίζεται ότι περίπου 23 εκατομμύρια, ή το 0,29% (1 στα 345 άτομα) του παγκόσμιου πληθυσμού πάσχουν από σχιζοφρένεια (World Health Organization, 2025). Η νόσος εμφανίζεται σε μικρότερη ηλικία στους άντρες (15-25 ετών) σε σύγκριση με τις γυναίκες (25-35 ετών), ενώ το 90% των ασθενών ανήκει στην ηλικιακή κατηγορία των 15-55 ετών. Σύμφωνα με ορισμένες μελέτες, η έκβαση της νόσου στις γυναίκες θεωρείται καλύτερη (Kaplan κ.α., 2000, σ. 673). Τα άτομα με σχιζοφρένεια πεθαίνουν κατά μέσο όρο εννέα χρόνια νωρίτερα από τον γενικό πληθυσμό λόγω σωματικών ασθενειών, όπως καρδιαγγειακά, μεταβολικά και λοιμώδη νοσήματα, ενώ βιώνουν συχνά παραβιάσεις των ανθρωπίνων δικαιωμάτων τους τόσο μέσα σε δομές ψυχικής υγείας όσο και στην κοινότητα, στιγματοποιούνται και συχνά βιώνουν κοινωνικό αποκλεισμό. (World Health Organization, 2025). Στο στίγμα αναφέρομαι πιο αναλυτικά στην επόμενη ενότητα.

Δεν έχει εντοπιστεί μια συγκεκριμένη αιτία που να προκαλεί σχιζοφρένεια, αλλά, αντιθέτως, θεωρείται ότι προκύπτει από τον συνδυασμό βιολογικών, περιβαλλοντικών και ψυχοκοινωνικών παραγόντων (World Health Organization, 2025). Για παράδειγμα, το στρες, όπως το στρες της ζωής σε μεγάλα αστικά κέντρα ή το στρες της μετανάστευσης φαίνεται να συμβάλλει στην εμφάνιση της νόσου (Kaplan κ.α., 2000, σ. 678). Ενώ παλαιότερα η σχιζοφρένεια δεν αντιμετωπιζόταν ως μια ενιαία νόσος, αλλά ως μια ομάδα από διάφορες διαταραχές με περίπου όμοια συμπεριφεριολογικά συμπτώματα όπως αυτά που μόλις περιγράφηκαν (οπ. π., σ. 679), πλέον η αναφορά στους υποτύπους της στην επιστημονική βιβλιογραφία μειώνεται με την πάροδο του χρόνου. Συγκεκριμένα, ανασκόπηση δημοσιευμένων άρθρων έδειξε ότι την περίοδο 1990-2010 η χρήση των παραδοσιακών υποτύπων του Διαγνωστικού και Στατιστικού Εγχειριδίου Ψυχικών Διαταραχών (DSM) και της Διεθνούς Στατιστικής Ταξινόμησης των νόσων του ΠΟΥ (ICD) μειώθηκε από 27,7% σε 6,5%. Πιστεύεται ότι οι υπότυποι δεν συμβάλλουν στην

κατανόηση της ετερογένειας της ασθένειας ή την παθοφυσιολογία της (Braff, Ryan, Rissling, & Carpenter, 2013).

Όσον αφορά τη θεραπεία των ατόμων που έχουν διαγνωστεί από σχιζοφρένεια, αυτή μπορεί να περιλαμβάνει φαρμακευτική αγωγή, ψυχοεκπαίδευση, γνωστική συμπεριφορική θεραπεία, οικογενειακές παρεμβάσεις, καθώς και υποστήριξη στη διαβίωση, τη στέγαση και την εργασία. Παράλληλα, είναι σημαντικό να ακολουθείται μια προσέγγιση αποκατάστασης, στην οποία το άτομο έχει ενεργό ρόλο στις αποφάσεις για τη θεραπεία του, μαζί με την οικογένεια ή τους φροντιστές του (World Health Organization, 2025).

Τέλος, συχνή αιτία θανάτου μεταξύ ατόμων με σχιζοφρένεια είναι η αυτοκτονία, με περίπου το 50% των πασχόντων να επιχειρεί απόπειρα αυτοκτονίας τουλάχιστον μία φορά στη ζωή του και 5-13% να την ολοκληρώνει. Μεταξύ άλλων, η συνυπάρχουσα κατάθλιψη, η υψηλή προνοσηρή λειτουργικότητα και η νεαρή ηλικία αποτελούν παράγοντες που αυξάνουν τον κίνδυνο απόπειρας (Pompili et al., 2007).

2.2 Το στίγμα και η ακούσια νοσηλεία

Η λέξη «στίγμα» προέρχεται από το αρχαίο ελληνικό ρήμα «στίζω», που σημαίνει «χαράζω», «σημαδεύω με αιχμηρό όργανο». Στη σύγχρονη χρήση δηλώνει, μεταξύ άλλων, περιοχή του δέρματος με αλλοιωμένο χρώμα, κηλίδα, σημάδι ή αποτύπωμα (Lexigram, χ.η.). Στην αρχαία Ελλάδα τα στίγματα ήταν σωματικά σημάδια, ουλές ή καψίματα, τα οποία χρησιμοποιούνταν για να δηλώσουν ιδιαιτερότητες ή κοινωνικά και ηθικά χαρακτηριστικά του φορέα τους, συχνά με αρνητική σημασία ή ως ένδειξη υποταγής και κοινωνικού αποκλεισμού. Ο «στιχθείς» ήταν ένα άτομο μολυσμένο, προς αποφυγή, όπως ένας εγκληματίας, ένας προδότης ή ένας δούλος, ενώ στη σύγχρονη κοινωνική χρήση το στίγμα αφορά περισσότερο την ηθική απαξίωση και την κοινωνική ατίμωση, παρά τη σωματική της αποτύπωση (Goffman, 2001, σ. 63).

Ο Goffman (2001) σημειώνει ότι οι ερευνητές δεν έχουν καταφέρει να δώσουν έναν σαφή ορισμό του στίγματος, κι έτσι, προχωρά ο ίδιος στη διατύπωση ορισμένων γενικών υποθέσεων και ορισμών. Ο Goffman εντοπίζει το στίγμα στην απόσταση μεταξύ της πραγματικής και της κοινωνικής ταυτότητας του ατόμου. Με τον όρο «κοινωνική ταυτότητα» αναφέρεται στην ταυτότητα που αποδίδεται στο άτομο από τα υπόλοιπα μέλη της κοινωνίας, στις προκαταβολικές εντυπώσεις που έχουμε για κάποιον. Αυτό συμβαίνει γιατί η κοινωνία οργανώνει τους ανθρώπους σε κατηγορίες και δημιουργεί προσδοκίες για

το πώς «πρέπει» να είναι ένα άτομο. Όταν κάποιος αποκλίνει από αυτές τις προσδοκίες εξαιτίας κάποιου χαρακτηριστικού του, τότε θεωρείται διαφορετικός ή «μειονεκτικός», οδηγείται σε κοινωνικό υποβιβασμό και το χαρακτηριστικό αυτό μετατρέπεται σε στίγμα ή αλλιώς μειονέκτημα, ελάττωμα, αδυναμία (Goffman, 2001, σ. 64).

Τα στίγματα μπορούν να διαιρεθούν, σε γενικές γραμμές, σε τρεις κατηγορίες: στα στίγματα του σώματος, στα στίγματα του χαρακτήρα και στα συλλογικά στίγματα. Η πρώτη κατηγορία αφορά τις σωματικές δυσμορφίες, ενώ η δεύτερη αναφέρεται σε ψεγάδια του χαρακτήρα, όπως ο αλκοολισμός, η ομοφυλοφιλία, οι ριζοσπαστικές πολιτικές πεποιθήσεις, οι απόπειρες αυτοκτονίας και οι ψυχικές διαταραχές. Τα χαρακτηριστικά αυτά αποδίδονται συχνά, από την κοινωνία, σε αδυναμία της θέλησης, σε πάθη, άκαμπτες πεποιθήσεις ή σε έλλειψη ηθικής ακεραιότητας. Στην τρίτη κατηγορία περιλαμβάνονται τα στίγματα που σχετίζονται με την καταγωγή ενός ατόμου, όπως το έθνος, η φυλή, η θρησκεία (Goffman, 2001, σ. 67).

Η έκταση και η πολυπλοκότητα του φαινομένου του στίγματος αποτυπώνονται και στο εύρος των θεσμικών και κοινωνικών φορέων που δραστηριοποιούνται για την αντιμετώπισή του, καθώς διαφορετικές μορφές στίγματος απαιτούν και αντίστοιχες μορφές παρέμβασης σε εθνικό και διεθνές επίπεδο. Ένα παράδειγμα αποτελεί ο UNAIDS (<https://www.unaids.org/en>), ο βασικός φορέας του ΟΗΕ για το HIV/AIDS, ο οποίος έχει ως έναν από τους κύριους στόχους του την εξάλειψη όλων των μορφών στιγματισμού και διακρίσεων που σχετίζονται με τον HIV.

Στο άρθρο της «Κοινωνικό Στίγμα: Διαχρονική και Σύγχρονη Πρόκληση», που δημοσιεύτηκε στο TVXS, η Μαρίνα Οικονόμου (2010), καθηγήτρια Καθηγήτρια Ψυχιατρικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΠΑ) τονίζει πως οι ψυχικές ασθένειες είναι από τις πιο στιγματισμένες μορφές ασθένειας. Συγκεκριμένα, γράφει: «Ο ψυχικά ασθενής υποβάλλεται σε διάφορες μορφές κοινωνικού στιγματισμού και του αποδίδονται συνήθως χαρακτηριστικά τα οποία συνδέονται με τα παραδοσιακά στερεότυπα στα οποία ο άνθρωπος μνείται από πολύ νωρίς στην παιδική του ηλικία. Με βάση αυτά τα στερεότυπα ο ψυχικά άρρωστος είναι ο "τρελός", ο κακός, ο επικίνδυνος, ή ο δαιμονισμένος». Αναφέρει επίσης πως ακόμα και αν τα συμπτώματα της ασθένειας υποχωρήσουν, οι επιπτώσεις του στίγματος συνεχίζουν να ακολουθούν όχι μόνο τον πάσχοντα αλλά και τα άτομα με τα οποία σχετίζεται. Έτσι, ο ασθενής, στην προσπάθειά του να αποφύγει το στίγμα, ενδέχεται να απορρίψει τη φαρμακευτική αγωγή, και αυτή η μη

συμμόρφωση του να οδηγήσει σε συμπεριφορές που τελικά ενισχύουν τα στερεότυπα ότι ο ψυχικά ασθενής είναι «ανισόρροπος», «βίαιος» ή «επικίνδυνος». Επιπροσθέτως, στην προσπάθειά τους να αποφύγουν το στίγμα και συχνά να αρνηθούν την αγωγή και τη θεραπεία, πολλοί ασθενείς με σοβαρές ψυχικές διαταραχές πεθαίνουν νωρίτερα σε σύγκριση με τον γενικό πληθυσμό, κυρίως από σωματικές ασθένειες που θα μπορούσαν να προληφθούν αν παρακολουθούνταν από κάποιο γιατρό.

Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, ειδικά στην περίπτωση της σχιζοφρένειας, το στίγμα που συνοδεύει τη διαταραχή είναι ιδιαίτερα έντονο και ευρέως διαδεδομένο, με αποτέλεσμα τα άτομα που πάσχουν από αυτήν να βιώνουν συχνά κοινωνικό αποκλεισμό (World Health Organization, 2025).

Θεωρώ πως η προσπάθεια για μη-στιγματισμό αποτελεί έναν από τους παράγοντες που σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να οδηγήσουν τελικά στη «λύση» της ακούσιας νοσηλείας. Σύμφωνα με το άρθρο 95 του Ν. 2071/1992, η «ακούσια νοσηλεία», σε αντίθεση με την εκούσια, είναι η εισαγωγή και η παραμονή του ασθενή για θεραπεία, σε κατάλληλη Μονάδα Ψυχικής Υγείας χωρίς τη θέληση του. Η ακούσια εισαγωγή εφαρμόζεται όταν ο το άτομο πάσχει από ψυχική διαταραχή, δεν διαθέτει την ικανότητα να κρίνει για το συμφέρον της υγείας του, ή υπάρχει κίνδυνος αποκλεισμού από τη θεραπεία και επιδείνωσης της κλινικής του κατάστασης σε περίπτωση που δεν νοσηλευτεί. Τέλος, ένας ακόμη λόγος εφαρμογής της είναι η αποτροπή πράξεων βίας κατά του ίδιου ή τρίτου. Την αίτηση για ακούσια νοσηλεία μπορούν να υποβάλουν οι συγγενείς του φερόμενου ως ασθενή ή όποιος έχει την επιμέλεια του ή να ασκηθεί αυτεπάγγελτα από εισαγγελέα πρωτοδικών τόπου της κατοικίας ή διαμονής του. Η αίτηση για ακούσια νοσηλεία πρέπει να συνοδεύεται από αιτιολογημένες γραπτές γνωματεύσεις δύο ψυχιάτρων, ή ενός ψυχιάτρου και ενός γιατρού παρεμφερούς ειδικότητας, που θα αναφέρονται στην παράγραφο 2 του άρθρου 95 σχετικά με τις προϋποθέσεις ακούσιας νοσηλείας. Σε περίπτωση που η διαδικασία κινείται αυτεπάγγελτα ή ο ασθενής αρνηθεί την εξέταση, ο εισαγγελέας πρωτοδικών δικαιούται να διατάξει τη μεταφορά του ασθενή για εξέταση και σύνταξη των γνωματεύσεων, σε δημόσια ψυχιατρική κλινική. Σύμφωνα με την παράγραφο 5 του άρθρου 96 κατά τη μεταφορά του στην ψυχιατρική κλινική διατηρείται ο σεβασμός στην προσωπικότητα και αξιοπρέπεια του, ενώ η παραμονή του εκεί δεν μπορεί να διαρκέσει πάνω από 48 ώρες. Όταν παύουν να συντρέχουν οι προϋποθέσεις της ακούσιας νοσηλείας, ο ασθενής μπορεί να λάβει εξιτήριο,

ενώ σε κάθε περίπτωση, η διάρκεια της ακούσιας νοσηλείας δεν μπορεί να υπερβαίνει τους έξι μήνες (Ν. 2071/1992, ΦΕΚ Α΄ 123/15.07.1992).

Στην Ελλάδα, τα ποσοστά ακούσιας νοσηλείας είναι ιδιαίτερα υψηλά σε σύγκριση με άλλες χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, όπου τα αντίστοιχα ποσοστά κυμαίνονται από 3% έως 30% των ψυχιατρικών νοσηλείων. Η μεγάλη διακύμανση στα ποσοστά μεταξύ χωρών αποδίδεται σε παράγοντες που διαφέρουν από κράτος σε κράτος, όπως το νομικό πλαίσιο, η ψυχιατρική κουλτούρα, ο τρόπος οργάνωσης των υπηρεσιών ψυχικής υγείας, η διαθεσιμότητα εναλλακτικών μορφών φροντίδας κ.α. (Stylianidis, Georgaca, Peppou, Arvaniti, Samakouri, & the MANE Group, 2022).

Με αφορμή την έλλειψη έγκυρων εθνικών στατιστικών στοιχείων για το συγκεκριμένο ζήτημα, η ΕΠΑΨΥ (Εταιρεία Περιφερειακής Ανάπτυξης και Ψυχικής Υγείας) σε συνεργασία με το Πάντειο Πανεπιστήμιο και το Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής, “Δαφνί”, πραγματοποίησε έρευνα με το ακρωνύμιο MANA (Μελέτη Ακούσιων Νοσηλείων στην Αττική) την περίοδο 2011-2016. Τα αποτελέσματα της μελέτης, τα οποία έδειξαν υψηλά ποσοστά αιτημάτων για ακούσια νοσηλεία, επιβεβαιώθηκαν και από μεταγενέστερη πολυκεντρική έρευνα με το ακρωνύμιο MANE (Μελέτη Ακούσιων Νοσηλείων στην Ελλάδα). Συγκεκριμένα, πρόκειται για μελέτη η οποία πραγματοποιήθηκε σε περιοχές της Αττικής, της Θεσσαλονίκης και της Αλεξανδρούπολης από το 2017 μέχρι το 2020, υπό την αιγίδα του Παντείου Πανεπιστημίου, του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης. Στη μελέτη συμμετείχαν διάφορες ψυχιατρικές δομές των προαναφερθεισών περιοχών (Stylianidis κ.ά., 2022).

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα αιτήματα για ακούσια νοσηλεία στην Αλεξανδρούπολη ήταν σημαντικά χαμηλότερα σε σύγκριση με τη Θεσσαλονίκη και την Αθήνα. Συγκεκριμένα, τα αιτήματα για ακούσια εισαγωγή αντιστοιχούσαν στο 57% των συνολικών αιτημάτων στην Αθήνα, στο 27% στη Θεσσαλονίκη και στο 21,8% στην Αλεξανδρούπολη. Από τα αιτήματα αυτά, το 96,9% στην Αττική και το 88,5% στη Θεσσαλονίκη κατέληξαν σε ακούσια νοσηλεία, ενώ στην Αλεξανδρούπολη το αντίστοιχο ποσοστό ήταν 52,7%. Τα χαμηλότερα ποσοστά που εμφανίζει η Αλεξανδρούπολη ενδέχεται, σύμφωνα με τους ερευνητές, να σχετίζονται με την τομεοποιημένη οργάνωση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας καθώς και με το γεγονός ότι πρόκειται για μια μικρότερη πόλη, με ισχυρότερη κοινωνική συνοχή και ευκολότερη παρακολούθηση των ασθενών σε σχέση με τα μεγάλα αστικά κέντρα (Stylianidis κ.ά., 2022).

Τέλος, αξίζει να σημειωθεί πως στην Αλεξανδρούπολη τα ποσοστά παραπομπής του συνόλου των ασθενών μετά το εξιτήριο είναι σημαντικά υψηλότερα απ' ότι στις άλλες δύο πόλεις. Συγκεκριμένα, 86% των ασθενών στην Αλεξανδρούπολη λαμβάνουν επίσημη παραπομπή κατά το εξιτηριό τους, σε αντίθεση με λιγότερο από 30% στην Αθήνα και τη Θεσσαλονίκη. Στις δύο μεγάλες πόλεις οι περισσότερες παραπομπές αφορούν τα εξωτερικά ιατρεία των ίδιων νοσοκομείων, ενώ στην Αλεξανδρούπολη καταγράφονται συχνότερα παραπομπές σε κοινοτικές υπηρεσίες υποστήριξης, ιδίως για τους ασθενείς που είχαν νοσηλευτεί ακούσια (Stylianidis κ.ά., 2022).

2.3 Η Μεγάλη Εγκάθειρξη και η ίδρυση των πρώτων ψυχιατρικών ασύλων στην Ελλάδα

Ο Γάλλος φιλόσοφος Μισέλ Φουκώ στο έργο του Η Ιστορία της Τρέλας (1961) εισάγει την έννοια της Μεγάλης Εγκάθειρξης, με την οποία περιγράφεται η απομόνωση και ο εγκλεισμός τον 17ο αιώνα όλων των κοινωνικά ανεπιθύμητων και αποκλινόντων ανθρώπων. Σημείο αναφοράς της Μεγάλης Εγκάθειρξης είναι η ίδρυση του Γενικού Νοσοκομείου του Παρισιού το 1656. Το Γενικό Νοσοκομείο, δημιούργημα της αστικής τάξης και της μοναρχίας, δεν είναι ίδρυμα ιατρικό, αλλά μια παράξενη εξουσία ανάμεσα στην αστυνομία και τη δικαιοσύνη, μια τρίτη εξουσία (Φουκώ, 1964, σ. 46). Κύριος στόχος του Νοσοκομείου ήταν η καταστολή της επαιτείας και της αεργίας, «σαν πηγές κάθε ανωμαλίας». Μισό αιώνα νωρίτερα, είχε αποφασιστεί από τη Βουλή, οι επαίτες του Παρισιού να μαστιγώνονται δημόσια, να σημαδεύονται στον ώμο, να ξυρίζονται, και να διώχνονται από την πόλη, ενώ σώμα στρατιωτών στις πύλες της πόλης απέτρεπε την επιστροφή τους σε αυτή (Φουκώ, 1964, σ. 51). Μετά το 1656, όμως, τα μέτρα εγκλεισμού αντικαθιστούν τα μέτρα αποπομπής κι έτσι ο πληθυσμός χωρίς έσοδα με αντάλλαγμα την προσωπική του ελευθερία στεγάζεται και τρέφεται από το κράτος «δημοσία δαπάνη».

Με βασιλικό διάταγμα του 1676 θεσπίζεται η ίδρυση «γενικών νοσοκομείων» σε όλη τη Γαλλία, ενώ σταδιακά ένα δίκτυο από παρόμοια ιδρύματα καλύπτει ολόκληρη την Ευρώπη. Προς τα τέλη του 18ου αιώνα η εγκάθειρξη έχει μετατραπεί σε «αποκρουστικό αμάλγαμα ετερόκλητων στοιχείων» με σκανδαλιάρικα παιδιά και ποινικούς κατάδικους να βρίσκονται στα ίδια δωμάτια. Τον 19ο αιώνα τα ιδρύματα που αρχικά είχαν σχεδιαστεί για τον εγκλεισμό των επαιτών, των ανέργων, των απόκληρων και των εξαθλιωμένων θα μεταβιβαστούν αποκλειστικά στους τρελούς (οπ. π., σ. 58) Καθοριστικός παράγοντας σε

αυτό ήταν η ιατρικοποίηση της «τρέλας», η οποία την περίοδο εκείνη είχε πια αποδαιμονοποιηθεί και μετατραπεί σε αρρώστια. Οι γιατροί πλέον μελετούν τις ψυχικές διαταραχές με νέες μεθόδους, οι οποίες προσεγγίζουν σταδιακά το σύγχρονο κλινικό μοντέλο, μέσα από τη διάγνωση, την κατηγοριοποίηση και τη διερεύνηση τόσο των αιτιών όσο και των πιθανών θεραπευτικών παρεμβάσεων (Μιγκιάνη, 2020, σ. 24).

Η Ψυχιατρική εισάγεται στην Ελλάδα στα μέσα του 19ου αιώνα με τα μοναστήρια και τις εκκλησίες να λειτουργούν σαν μικρά πρώτα άσυλα στη χώρα (οπ. π., σ. 51). Το πρώτο φρενοκομείο στην Ελλάδα, το Φρενοκομείο Κέρκυρας, δεν ιδρύεται, αλλά «παραχωρείται» στο ελληνικό κράτος με την προσάρτηση των Ιονίων Νήσων το 1864 και παραμένει το μοναδικό εξειδικευμένο ψυχιατρικό ίδρυμα της χώρας για 23 χρόνια, όταν, το 1887, ιδρύεται το Δρομοκαΐτειο. Το 1904 ιδρύεται η Πανεπιστημιακή Κλινική Αθήνας (Αιγινήτειο), ενώ το Άσυλο Φρενοπαθών Σούδας (Χανιά) και το Φρενοκομείο Θεσσαλονίκης αποκτιούνται μετά την προσάρτηση της Κρήτης και της Μακεδονίας στην Ελλάδα αντίστοιχα (οπ. π., σ. 54). Το πρώτο κρατικό ψυχιατρικό ίδρυμα της χώρας, το Ψυχιατρικό Νοσοκομείο στο Δαφνί ιδρύθηκε το 1935, ενώ ο πυρήνας του είχε αρχίσει να σχηματίζεται ήδη από το 1918-1919, όταν μεταφέρθηκε στην Αγία Ελεούσα το σωφρονιστήριο από τις Τζιτζιφιές, στο οποίο εγκλείονταν οι αλκοολικοί, οι περιπλανώμενοι και οι άποροι και εγκαταλειμμένοι ψυχοπαθείς των Αθηνών.

2.4 Σύντομη ιστορική πορεία των ψυχιατρικών δομών στα Χανιά

Το 1900 ιδρύεται από την Κρητική Πολιτεία το Φρενοκομείο Χανίων, στην περιοχή της υποβαθμισμένης, τότε, Νέας Χώρας, το οποίο θα λειτουργήσει μόνο για έναν χρόνο λόγω ακαταλληλότητας του κτιρίου αλλά και ανεπαρκών θεραπευτικών παρεμβάσεων (Μιγκιάνη, 2020, σ. 141). Το 1910 ιδρύεται το Άσυλο Φρενοβλαβών Σούδας στην περιοχή του Τερσανά, το οποίο στις περισσότερες επίσημες πηγές αναφέρεται ως το πρώτο ψυχιατρικό άσυλο της Κρήτης. Ενώ η ίδρυση του Φρενοκομείου Χανίων αποδιδόταν αποκλειστικά στα φιλάνθρωπα αισθήματα και τον οίκτο για τους απόκληρους, στο νέο αυτό ίδρυμα εισάγεται η ανάγκη για προστασία της δημόσιας ασφάλειας: «προσωρινόν άσυλον προς περισυλλογήν και περίθαλψην των εκ φρενικών νοσημάτων πασχόντων, των επικινδύνων εις την Δημοσίαν Ασφάλειαν». Μοναδικό κριτήριο για έξοδο από το άσυλο αποτελεί η μη επικινδυνότητα του εγκλείστου. Η λειτουργία του ιδρύματος παρείχε στους τροφίμους μόνο στέγη και απομόνωση, και όχι θεραπεία. Ως αποτέλεσμα, έπειτα από

αναδιοργάνωση, ιδρύθηκε το 1925 το Δημόσιο Ψυχιατρείο Σούδας, ως χώρος προστασίας και ίασης των πασχόντων από «φρενικάς νόσους» (οπ. π., σ.143). Το 1930 το ψυχιατρείο μεταφέρεται σε νέα τοποθεσία στην Κάτω Σούδα, ενώ 5 χρόνια αργότερα, το 1935 αναδιοργανώνεται ξανά με την προσδοκία πως θα προσφέρει ανακούφιση στους ασθενείς, κάτι το οποίο δεν κατάφερε για τα επόμενα σχεδόν 20 χρόνια. Έτσι, μετά από δύο νέα νομοθετήματα το 1953 και 1954, αναδιοργανώνεται για άλλη μια φορά και μετονομάζεται σε Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Χανίων.

Οι συνθήκες στο Ψυχιατρείο ήταν φρικτές τόσο όσον αφορά τις εγκαταστάσεις όσο και τις θεραπείες: έλλειψη θέρμανσης, ποντίκια, ελλιπή φροντίδα υγιεινής και καθαριότητας αλλά και απομόνωση, δέσιμο, ψυχρολουσίες, ξύλο. Στο ντοκιμαντέρ του Σταύρου Ψυλλάκη (1999) «Ο άνθρωπος που ενόχλησε το σύμπαν» ακούμε έναν παλιό τρόφιμο να λέει: «Μας εδαγκάνανε οι ποντικοί τα αυτιά... Σκατά, μύριζε σκατά». Ως αποτέλεσμα αυτών των συνθηκών, τη δεκαετία του 1960 ξεκινάει η κατασκευή νέων εγκαταστάσεων και το 1971 μεταφέρονται στο νέο Ψυχιατρείο Χανίων (στην περιοχή Μελισσόκηποι στη Σούδα) οι 330 έγκλειστοι από το παλιό ψυχιατρείο. Το 1973 το Ψυχιατρείο πήρε την τελική του ονομασία, «Θεραπευτήριο Ψυχικών Παθήσεων Χανίων» (εφεξής ΘΨΠΧ). Παράλληλα, αυξήθηκαν οι κλίνες και αναδιοργανώθηκαν οι υπηρεσίες του. Στόχος πλέον δεν είναι μόνο η νοσηλεία των ασθενών αλλά και η μετατροπή Ασύλου σε σύγχρονο ψυχιατρικό νοσοκομείο. Ωστόσο, πρακτικά η μόνη αλλαγή ήταν οι βελτιωμένες κτιριακές εγκαταστάσεις και ο κανονισμός λειτουργίας, με το ψυχιατρείο στην ουσία να λειτουργεί ως ένας χώρος εγκατάλειψης και εγκλεισμού, ως μια αποθήκη ψυχών. Το ΘΨΠΧ θα λειτουργήσει μέχρι το 2006, χρονιά όπου κλείνει οριστικά.

Η μαρτυρία του Φελάκη Γιώργου, ο οποίος νοσηλεύτηκε για μεγάλα χρονικά διαστήματα σε διάφορα ψυχιατρικά ιδρύματα, συμπεριλαμβανομένου και του ΘΨΠΧ, όπως τη βρήκα στο «Βιογραφική ρήξη και ιδρυματισμός: Θεσμικές και αφηγηματικές διαστάσεις μιας κοινωνικής διαδικασίας» των Σαββάκη και Τζανάκη (2006) μας δίνει μια εικόνα για την κατάσταση στα άσυλα. «Το ψυχιατρείο είναι πολύ δύσκολη ιστορία. Δε θέλω να πω πάρα πολλά, τι είναι και τι δεν είναι. Αλλά είναι ένα γκέτο. Είναι ανάμεσα στη φυλακή και στο στρατό, είναι κάτι παραπάνω κι απ' τη φυλακή κι απ' το στρατό. Συμβαίνουν πράγματα που δεν μπορείς να τα ελέγξεις σαν προσωπικότητα και από ένα σημείο και μετά, εάν οι αντιστάσεις σου είναι μηδενικές είτε δεν έχεις υποστήριξη από την οικογένεια είτε από την κοινωνία, εκμηδενίζεται και η προσωπικότητά σου. Είσαι ένας ρακένδυτος που προχωράει

από τον ένα θάλαμο στον άλλον και δέχεσαι τις υπηρεσίες που σου δίνουν είτε από ανθρωπιά είτε από εθελοντισμό. [...] Κάθε άνθρωπος που βλέπουμε σε τέτοιους χώρους έχει και ένα παρελθόν. Αυτό το παρελθόν έχει να κάνει με μια ταυτότητα, με μια καταγωγή, με μια κουλτούρα, με μια ιστορία. Θέλω να πω ότι εμείς οι άνθρωποι που έχουμε κάποια "τρέλα" έχουμε και μια συγκεκριμένη προσωπικότητα. Αλλά το θέμα είναι ότι όταν ένα άτομο έρθει σε μια έξαρση και μπει σ' ένα ψυχιατρείο, από 'κει ξεκινάει η Οδύσσεια του. Βρίσκεται σ' ένα χώρο που το πρώτο πράγμα που αντιμετωπίζει είναι η καταστολή.»

Πριν το κλείσιμό του, το 1984 το ΘΨΠΧ εντάχθηκε στην ψυχιατρική μεταρρύθμιση μέσω του Κανονισμού 815/84 της Ευρωπαϊκής Οικονομικής Κοινότητας (ΕΟΚ). Στο πλαίσιο αυτό άρχισε σταδιακά η ανάπτυξη εξωνοσοκομειακών υπηρεσιών, με τη λειτουργία των Εξωτερικών Ιατρείων το 1985 και του Πειραματικού Κέντρου Ψυχικής Υγείας το 1987 (Μιγκιάνη, 2020, σ. 164). Κατά τη δεκαετία του 1990 δημιουργήθηκαν νέες δομές αποκατάστασης και κοινωνικής επανένταξης, όπως ξενώνες, προστατευμένα διαμερίσματα, θεραπευτικά εργαστήρια και Νοσοκομείο Ημέρας, σηματοδοτώντας τη σταδιακή μετάβαση από το ασυλικό στο κοινοτικό μοντέλο φροντίδας. Η διαδικασία αυτή ενισχύθηκε περαιτέρω με την εφαρμογή του εθνικού προγράμματος «Ψυχαργώς» από το 1999, το οποίο είχε ως βασικό στόχο την αποασυλοποίηση και την οριστική κατάργηση των ψυχιατρικών ιδρυμάτων. Την περίοδο 2001-2004 αναπτύχθηκαν επιπλέον κοινοτικές και στεγαστικές δομές, προετοιμάζοντας το έδαφος για το οριστικό κλείσιμο του ΘΨΠΧ τον Φεβρουάριο του 2006. Μετά την κατάργησή του, οι υπηρεσίες ψυχικής υγείας μεταφέρθηκαν σε ένα δίκτυο κοινοτικών δομών, με βασικούς πυλώνες το Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων, το Ψυχιατρικό Τμήμα του Γενικού Νοσοκομείου Χανίων, καθώς και ξενώνες, οικοτροφεία, προστατευμένα διαμερίσματα, κινητές μονάδες και κοινωνικούς συνεταιρισμούς επαγγελματικής ένταξης.

2.5 Η Ψυχιατρική Μεταρρύθμιση

Το κλείσιμο του ΘΨΠΧ δεν ήταν απλά το αποτέλεσμα μιας μεταρρύθμισης, αλλά και αγώνας πολλών ανθρώπων. Πέρυσι τον Σεπτέμβριο βρέθηκα σε προφεστιβαλική εκδήλωση του Αντιρατσιστικού Φεστιβάλ Χανίων με θέμα «20 χρόνια από το κλείσιμο του Ψυχιατρείου στα Χανιά. Το μέλλον της ψυχικής υγείας» με ομιλητές τους:

- Θόδωρος Μεγαλοοικονόμου (ψυχίατρος)

- Γιώργος Κοκκινάκος (ψυχίατρος)
- Μανόλης Τζανάκης (καθηγητής Κοινωνιολογίας της Ψυχικής Υγείας στο Πανεπιστήμιο Κρήτης)
- Βασίλης Κούδας (ψυχίατρος, διευθυντής της ψυχιατρικής κλινικής ενηλίκων στο Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου)
- Ερασμία Μπουλιτσάκη (ειδικευόμενη Ψυχιατρικής, εκπρόσωπος Ψυχιατρικής Κλινικής Γ.Ν. Χανίων)
- Ελένη Τάκη (ψυχολόγος, Πρόεδρος Συλλόγου Εργαζομένων πρώην ΘΨΠΧ)
- Νίκη Παπαδάκη (ψυχολόγος στο ΚΨΥ)

Οι ομιλητές εξέφρασαν την ανησυχία και τον προβληματισμό τους για διάφορα θέματα που, όπως τόνισαν, θεωρούν ότι οδηγούν πίσω στην ασυλοποίηση και έθιξαν θέματα όπως η ακούσια νοσηλεία και η ιδιωτικοποίηση δομών ψυχικής υγείας. Αυτό που θέλω να τονίσω με αυτή την παράγραφο, είναι, ότι πίσω από τις μεταρρυθμίσεις και τους νόμους «κρύβονται» άνθρωποι, αγώνες και διεκδικήσεις και ότι δεν πρόκειται περί απρόσωπης διαδικασίας. Ο Μεγαλοικονόμου και ο Κοκκινάκος, οι οποίοι εμφανίζονται πρώτοι στην λίστα των ομιλητών, έχουν σημαντική πορεία στην κριτική ψυχιατρική και το εγχείρημα της αποσυλοποίησης. Ο Μεγαλοικονόμου (2006) γράφει για το ψυχιατρείο: *«Στο βάθος συμπίπτει με την έννοια και την πρακτική του εγκλεισμού, δηλαδή με τη φύλαξη στο όνομα της προστασίας, τη στέρηση ελευθερίας στο όνομα της θεραπείας»*. Ο Κοκκινάκος σε κείμενο του (2007) χαρακτηρίζει το άσυλο «μηχανισμό παραγωγής βίας». Συγκεκριμένα γράφει: *«Η βία αναβλύζει από παντού σε κάθε ολοπαγές ίδρυμα. Το Άσυλο παράγει βία. Όχι μόνο σωματική, αλλά και ψυχολογική. Βία θεσμική, βία καθημερινή σε όλα τα επίπεδα. Ακόμα και βία από τους εγκλείστους, ως μία και μοναδική όμως στιγμή ελευθερίας, επειδή ζουν υπό καθεστώς ανελευθερίας, ετερονομίας, πειθαρχικών κυρώσεων και περιορισμών»*. Παρακάτω στο ίδιο κείμενο, κάνει αναφορά στον μη θεραπευτικό χαρακτήρα του ασύλου που *«στην πραγματικότητα φτιάχτηκε για να αποκλείει, να εγκλείει, να αποκόπτει, να περιθωριοποιηθεί»*.

Αν πάμε ακόμα πιο πίσω στον χρόνο, στις δεκαετίες του 1960 και 1970 σε ΗΠΑ, Αγγλία, Γερμανία και Ιταλία αναδεικνύεται ως βασικό ζήτημα η πολιτική διάσταση της τρέλας. Η έννοια της «πολιτικοποίησης της τρέλας» υποστηρίζει ότι η τρέλα και η ψυχική ασθένεια δεν είναι μόνο ιατρικά ζητήματα. Επηρεάζονται και από την κοινωνία, την πολιτική και την ιστορία. Έτσι, δεν αντιμετωπίζονται ως κάτι ξεκομμένο από την ανθρώπινη ζωή, αλλά ως φαινόμενα που συνδέονται με τις συνθήκες μέσα στις οποίες ζουν οι άνθρωποι. Ο David

Cooper, ο Franco Basaglia, ο Thomas Szasz, μεταξύ άλλων, ασκούν κριτική στον ιδρυματικό θεσμό και την ψυχιατρική καθώς θεωρούν ότι λειτουργούν ως μέσα κοινωνικού ελέγχου (Καλτσή, 2010, σ. 5). Ο Cooper εστιάζει στη βία που ασκείται από τους «υγιείς» πνευματικά ανθρώπους στους «τρελούς» στο όνομα της ψυχιατρικής. Από το έργο του «Ψυχιατρική και Αντιψυχιατρική» (1967) πήρε το όνομα του το κίνημα που αμφισβητεί τις παραδοσιακές ψυχιατρικές μεθόδους, το Αντιψυχιατρικό Κίνημα ή η Αντιψυχιατρική. Εγκλήματα κατά της ανθρωπότητας αποκαλεί ο Szasz τις ψυχιατρικές επεμβάσεις που γίνονται χωρίς τη θέληση των «ψυχικά ασθενών», ενώ υποστηρίζει πως η ψυχιατρική διάγνωση είναι συνώνυμο της κακομεταχείρισης τους. Για τον Szasz η «ψυχική αρρώστια» δεν είναι πραγματική ιατρική νόσος, αλλά ένας κοινωνικός μύθος που χρησιμοποιείται για να εξηγήει και να ελέγχει αποκλίνουσες συμπεριφορές (Καλτσή, 2010, σ. 7).

Όταν πριν μερικούς μήνες άρχισα να ενημερώνομαι και να μελετάω για τα θέματα που σχετίζονται με την ψυχική ασθένεια, είτε μέσω της βιβλιογραφίας είτε μέσω ομιλιών όπως αυτή που προαναφέρθηκε, το «μοντέλο τη Τεργέστης» ήταν συχνά σημείο αναφοράς. Κύριος εμπνευστής του ο Franco Basaglia, ο οποίος ως διευθυντής του ψυχιατρικού νοσοκομείου της Γκορίτσα, προτείνει μια σειρά αλλαγών που θα έχουν ως αποτέλεσμα τη βελτίωση της ζωής των τροφίμων, καθώς θεωρεί ότι ο εγκλεισμός συνιστά μια συνθήκη κοινωνικού θανάτου. Η προσπάθεια αυτή δεν ευοδώθηκε αρχικά, λόγω της αντίστασης της τοπικής αυτοδιοίκησης και της κοινότητας. Ωστόσο, το 1971 ξεκινά στην Τεργέστη τα πρώτα βήματα για την κατάργηση του ιδρυματικού θεσμού, στα οποία περιλαμβάνονταν η μείωση των εισαγωγών, η συστηματική φροντίδα των ασθενών μετά το εξιτήριο και η νομική κατοχύρωση του Συνεταιρισμού Ενωμένων Εργαζομένων (Cooperativa Lavoratori Uniti), με στόχο την αποφυγή της εκμετάλλευσης της εργασίας τους στο πλαίσιο «εργοθεραπευτικών» προγραμμάτων. Το εγχείρημα αυτό ακολούθησε η αναγνώρισή του ως πιλοτικού προγράμματος από τον ΠΟΥ, η ίδρυση του κινήματος της Δημοκρατικής Ψυχιατρικής, καθώς και η δημιουργία των πρώτων Κέντρων Ψυχικής Υγείας στην κοινότητα. Το 1977 το ψυχιατρείο της Τεργέστης έκλεισε, ενώ με την ψήφιση του νόμου 180, το 1978, ξεκίνησε η ψυχιατρική μεταρρύθμιση σε ολόκληρη την Ιταλία.

Στην Ελλάδα μετά τον Β' Π.Π. αναδεικνύεται η σοβαρή ανεπάρκεια της ελληνικής ασυλκής ψυχιατρικής περίθαλψης, η οποία γίνεται αντικείμενο δημόσιου και επιστημονικού προβληματισμού, αλλά και κριτικής από την ίδια την πολιτεία. Τα ψυχιατρεία περιγράφονται ως απαρχαιωμένα και ανεπαρκή, με σοβαρές ελλείψεις σε

προσωπικό, υποδομές και πόρους, γεγονός που οδηγεί σε συνθήκες συνωστισμού και υποβαθμισμένης διαβίωσης των ασθενών. Παράλληλα, διατυπώνονται επιφυλάξεις ως προς την αποτελεσματικότητα των βιολογικών θεραπειών και ενισχύεται η κριτική για τις επιπτώσεις της ιδρυματοποίησης, η οποία συνδέεται με τη χρονιοποίηση και την επιδείνωση της κατάστασης των εγκλείστων (Μιγκιάνη, 2020, σ. 58). Στα δημόσια ψυχιατρεία γίνονται, με πρωτοβουλία των διευθυντών ψυχιάτρων, οι πρώτες προσπάθειες βελτίωσης της οργάνωσης και της καθημερινότητας των ασθενών, ωστόσο, οι αλλαγές αυτές παραμένουν αποσπασματικές και δεν αμφισβητούν το ασυλικό μοντέλο ψυχιατρικής. Έτσι, ιδρύματα εγκλεισμού, κατασταλτικές πρακτικές και δύσκολες συνθήκες διαβίωσης, εξακολουθούν να κυριαρχούν μέχρι τη δεκαετία του 1970, όπου και εμφανίζονται οι πρώτοι «εναλλακτικοί» ψυχίατροι και άλλοι επαγγελματίες ψυχικής υγείας. Συχνά με πολιτική αναφορά στην αριστερά και εμπειρίες σπουδών στο εξωτερικό, επηρεασμένοι από τις διεθνείς εξελίξεις, αμφισβητούν το ασυλικό μοντέλο, ανοίγουν τη συζήτηση για την κοινοτική ψυχιατρική και ξεκινούν τις πρώτες, αποσπασματικές προσπάθειες εξωνοσοκομειακής φροντίδας, σε αντιπαράθεση με το κυρίαρχο ιατροκεντρικό και κατασταλτικό σύστημα (οπ. π., σ. 60).

Όπως, πολύ περιληπτικά, προαναφέρθηκε, το ΘΨΠΧ πριν κλείσει εντάχθηκε στον Κανονισμό 815/84 της Ευρωπαϊκής Οικονομικής Κοινότητας (ΕΟΚ). Γενικότερα, σε ολόκληρη τη χώρα οι κινήσεις της περιόδου (προγράμματα, χρηματοδοτήσεις, δημιουργία κάποιων κοινοτικών δομών) έθεσαν τις βάσεις και έφεραν μια αλλαγή κατεύθυνσης, αλλά στην πράξη η μετάβαση έμεινε ημιτελής. Πολλά μέτρα εφαρμόστηκαν αποσπασματικά, συχνά γραφειοκρατικά ή κατασκευαστικά, χωρίς να αλλάξει ριζικά το ασυλικό μοντέλο. Η ψυχιατρική μεταρρύθμιση ολοκληρώθηκε με μια δεύτερη μεταρρυθμιστική φάση και το εθνικό πρόγραμμα «Ψυχαργός».

Στην πραγματικότητα, όμως, παρά τη μετάβαση από το ψυχιατρικό άσυλο στις κοινοτικές δομές, οι ένοικοι εξακολουθούν να ζουν σε ένα πλαίσιο διαρκούς εποπτείας και ελέγχου. Όπως προκύπτει και από την πρόσφατη εθνογραφική έρευνα της Κράββα¹ (2024, σ. 3) σε ξενώνα ψυχικά ασθενών σε πόλη της Θράκης, η αποσυλοποίηση παρουσιάζεται ως «κατάσταση τετελεσμένη και αδιαπραγμάτευτη, μια συνθήκη που έχει επιτευχθεί πλήρως»,

¹ Τα αποτελέσματα της έρευνας δημοσιεύτηκαν στο άρθρο με τίτλο: «Φθαρμένη ταυτότητα, εν-σώματες δυνητικότητες και συν-κινήσεις: Εθνογραφική έρευνα και Ανθρωπολογικές αναζητήσεις σε έναν ξενώνα ψυχικά ασθενών»

ενώ η πραγματικότητα φαίνεται να είναι διαφορετική. Η καθημερινή λήψη της φαρμακευτικής αγωγής, η διατήρηση της καθημερινής υγιεινής και η συμμετοχή σε δραστηριότητες όπως γυμναστική, ζωγραφική, ανάγνωση και περίπατοι, γίνεται με τη βοήθεια του νοσηλευτικού προσωπικού καθώς και μέσω συστηματικής καθοδήγησης και παρακολούθησης από ψυχολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς. Η Κράββα, στην έρευνα της αυτή, δεν περιορίζεται στην περιγραφή των συνθηκών στον ξενώνα, αλλά εστιάζει στη θεραπευτική διάσταση του πολιτισμού, με στόχο να διερευνήσει αν η συμμετοχή στις καθημερινές δράσεις ενισχύει το αίσθημα συλλογικότητας και του ανήκειν, αν προσφέρει ανακούφιση και αίσθημα ασφάλειας στους διαμένοντες του ξενώνα και αν συμβάλλει στην ενδυνάμωση των σχέσεων τους με τους εργαζόμενους της δομής (οπ. π., σ. 7).

3. Θεραπείες μέσω τέχνης

«Θέλω να φτάσω στο σημείο εκείνο που οι άνθρωποι θα λένε για το έργο μου: αυτός ο άνθρωπος αισθάνεται βαθιά, αυτός ο άνθρωπος αισθάνεται έντονα.» (Vincent van Gogh)

Στο παρόν κεφάλαιο επιχειρείται μια συνοπτική παρουσίαση προσώπων, καλλιτεχνικών ρευμάτων και θεωρητικών προσεγγίσεων που συνέβαλαν στην ανάδειξη του θεραπευτικού χαρακτήρα της τέχνης και στην καθιέρωση της εικαστικής θεραπείας ως θεραπευτικής μεθόδου. Η παρουσίαση δεν αποτελεί εξαντλητική ιστορική καταγραφή, αλλά εστιάζει σε πρόσωπα και ιδέες που θεωρούνται σημαντικά για την κατανόηση του θέματος. Η έμφαση δίνεται στην εικαστική θεραπεία (art therapy), καθώς σε αυτήν εντάσσεται η δράση που υλοποιήθηκε στο πλαίσιο της παρούσας διπλωματικής εργασίας, ενώ στο τέλος του κεφαλαίου γίνεται σύντομη αναφορά στις υπόλοιπες μορφές θεραπείας μέσω τέχνης (art therapies), όπως η μουσικοθεραπεία, η δραματοθεραπεία, η παιγνιοθεραπεία και η χοροθεραπεία.

Παρόλο που κατά τον 20^ο αιώνα η εμφάνιση νέων καλλιτεχνικών κινημάτων, όπως ο εξπρεσιονισμός και ο υπερρεαλισμός, σε συνδυασμό με την ανάπτυξη της ψυχανάλυσης ανέδειξαν εκ νέου τη σημασία της τέχνης ως μέσου προσωπικής έκφρασης και ψυχικής διερεύνησης και οδήγησαν στην ενσωμάτωση της τέχνης σε διάφορες θεραπείες, η τέχνη αποτελεί διαχρονικά αναπόσπαστο στοιχείο της ανθρώπινης ύπαρξης. Από τις ζωγραφικές παραστάσεις των σπηλαίων έως τη «θεραπευτική» λύρα του θεού Απόλλωνα, οι άνθρωποι στρέφονταν διαχρονικά στην τέχνη για να εκφραστούν, να καλύψουν την ανάγκη για επικοινωνία, ψυχική υγεία και ισορροπία. Παράλληλα, η ανάπτυξη της ψυχαναλυτικής θεωρίας, με κύριο εκφραστή της τον Sigmund Freud, ενίσχυσε την αντίληψη ότι η δημιουργική διαδικασία μπορεί να λειτουργήσει ως τρόπος πρόσβασης στο ασυνείδητο, συμβάλλοντας στην αυτογνωσία και τη θεραπεία. Επιπροσθέτως, στα μέσα του 20^{ου} αιώνα, η ανάπτυξη της Κοινωνικής και Κοινοτικής Ψυχιατρικής άλλαξε τον τρόπο προσέγγισης της ψυχικής νόσου και άνοιξε τον δρόμο για την αξιοποίηση της τέχνης τόσο ως μέσου δημιουργικής έκφρασης και επικοινωνίας όσο και ως ψυχοθεραπευτικής πρακτικής (Παπαδημητρίου, Γιώτης, Μαραβελής & Γιαννούλη, 2019).

3.1 Τέχνη, έκφραση και ασυνείδητο

Λίγο πιο αναλυτικά, το 1882 ο Ολλανδός ζωγράφος Vincent van Gogh (1853-1890), αναφέρει σε επιστολή του στον αδερφό του Theo, την επιθυμία του να δημιουργήσει τέχνη ικανή να «αγγίζει» τους ανθρώπους (Van Gogh, 1882). Ο Van Gogh, μέσα από το έργο του, έδωσε έμφαση στην εκφραστική διάσταση της ζωγραφικής, ασκώντας καθοριστική επιρροή στη σύγχρονη τέχνη και λειτουργώντας ως πρόδρομος του εξπρεσιονισμού (Krauss, Bois, Buchloh, & Joselit, 2011, σ. 64).

Ο όρος «εξπρεσιονισμός» επινοήθηκε το 1910 από τον ιστορικό της τέχνης, Antonín Matějček, ως αντώνυμο του ιμπρεσιονισμού (ArtBlock, 2024). Το καλλιτεχνικό ρεύμα του εξπρεσιονισμού, το οποίο περιλαμβάνει διάφορους καλλιτέχνες και καλλιτεχνικές ομάδες που δραστηριοποιήθηκαν στις αρχές του 20^{ου} αιώνα στην Ευρώπη, επιδίωκε να αποτυπώσει στα έργα του όχι την αντικειμενική πραγματικότητα, αλλά μια υποκειμενική «αλήθεια» που πηγάζει από τον εσωτερικό συναισθηματικό κόσμο των δημιουργών και αντιτάσσεται στον ακαδημαϊκό ρεαλισμό που διδασκόταν στις ευρωπαϊκές σχολές τέχνης της εποχής. Οι εξπρεσιονιστές ζωγράφοι με τη χρήση έντονων μη φυσικών χρωμάτων, παραμορφωμένων σχημάτων και με πινελιές με έντονη υφή προσπαθούν να επαναφέρουν το συναίσθημα και την πνευματικότητα στην τέχνη, καταργώντας παράλληλα τα αυστηρά ακαδημαϊκά όρια ανάμεσα στη ζωγραφική, τη μουσική, την περφόρμανς και άλλες μορφές δημιουργικής έκφρασης (Tate, χ.η.). Κοινά θέματα σε έργα εξπρεσιονιστών καλλιτεχνών ήταν το άγχος, η αποξένωση, η απόγνωση (ArtBlock, 2024).

Την ίδια περίοδο αναπτύσσεται από τον Sigmund Freud (1865-1939) η θεωρία της ψυχανάλυσης, η οποία επηρεάζει όχι μόνο τους εξπρεσιονιστές, αλλά και άλλα καλλιτεχνικά ρεύματα, όπως ο υπερρεαλισμός. Σύμφωνα με τη θεωρία του Freud για το ασυνείδητο, ένα μεγάλο μέρος των νοητικών διεργασιών πραγματοποιείται χωρίς τη συνειδητή επίγνωση του ατόμου. Στο ασυνείδητο απωθούνται αρνητικές σκέψεις και τραυματικές εμπειρίες, οι οποίες μπορεί να εκδηλωθούν αργότερα με τη μορφή νευρωτικών συμπτωμάτων, ονείρων ή γλωσσικών ολισθημάτων. (Martin, 2026).

Στο «Μανιφέστο του Υπερρεαλισμού» (1924), ο André Breton ορίζει τον υπερρεαλισμό ως «καθαρό ψυχικό αυτοματισμό», μέσω του οποίου επιχειρείται η έκφραση της πραγματικής λειτουργίας της σκέψης (προφορικά, γραπτά ή με οποιοδήποτε άλλο τρόπο) απαλλαγμένη από κάθε είδους λογικούς, ηθικούς ή αισθητικούς περιορισμούς (Tate, χ.η.). Μέσω της τεχνικής του αυτοματισμού, οι υπερρεαλιστές επιδίωξαν να παρακάμψουν τον έλεγχο του

συνειδητού και να επιτρέψουν στο ασυνείδητο να καθοδηγήσει την καλλιτεχνική δημιουργία.

3.2 Τέχνη και ψυχική υγεία

Γενικότερα, μετά την ανάπτυξη της ψυχαναλυτικής θεωρίας του Freud, παρατηρείται αυξημένο ενδιαφέρον για το ασυνείδητο και για την κατανόηση του εσωτερικού ψυχικού κόσμου του ανθρώπου, το οποίο την ίδια περίπου περίοδο αποτυπώνεται και στο ενδιαφέρον για την τέχνη ψυχικά ασθενών, όπως θα δούμε στη συνέχεια.

Το 1922, ο Γερμανός ψυχίατρος και ιστορικός τέχνης, Hans Prinzhorn (1886-1933), δημοσιεύει το βιβλίο του με τίτλο «Η τέχνη των ψυχικά ασθενών», το οποίο υπήρξε εμβληματικό για τον τρόπο σκέψης γύρω από την ψυχική ασθένεια και τη δημιουργικότητα. Πολλοί καλλιτέχνες της πρωτοπορίας, όπως ο Paul Klee, ο Max Ernst και ο Jean Dubuffet έδειξαν ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τη μελέτη του Prinzhorn. Το βιβλίο αυτό έδωσε φωνή σε ανθρώπους του «περιθωρίου»: σε εγκλειστούς ιδρυμάτων, σε όσους χαρακτηρίζονταν «τρελοί», σε αυτούς που ζούσαν σε συνθήκες φτώχειας, αποκαλύπτοντας, έτσι, τη δυστυχία και την αναταραχή που βρίσκονταν στον πυρήνα της σύγχρονης ζωής. Ο ίδιος κατά τη διάρκεια της ζωής του κατάφερε να συγκεντρώσει πάνω από 5.000 ζωγραφιές, σχέδια και γλυπτά που προέρχονταν κυρίως από ασθενείς με σχιζοφρένεια σε άσυλα της Χαϊδελβέργης και των γύρω περιοχών (Hans Prinzhorn's Artistry of the Mentally Ill, χ.η.). Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει και ο Γάλλος ζωγράφος και γλύπτης, Jean Dubuffet (1901-1985), ο οποίος, όπως ήδη αναφέρθηκε, επηρεάστηκε από το έργο του Hans Prinzhorn. Αφού πέρασε ολόκληρη τη δεκαετία του 1930 αλληλογραφώντας με διάφορους γιατρούς, στα μέσα της δεκαετίας του 1940 ήρθε σε επαφή με έργα ανθρώπων που νοσηλεύονταν σε ψυχιατρικά ιδρύματα μέσα από επισκέψεις του σε ιδρύματα στην Ελβετία (Krauss κ.ά., 2011, σ. 339). Το 1945 ξεκίνησε να συλλέγει αντικείμενα που είχαν δημιουργηθεί από ανθρώπους εκτός των καθιερωμένων καλλιτεχνικών κύκλων, όπως εγκλειστούς σε ψυχιατρικές κλινικές, κρατούμενους, εκκεντρικούς και γενικότερα κοινωνικά απομονωμένα ή περιθωριοποιημένα άτομα, επινοώντας τον όρο «Art Brut» για την τέχνη αυτή. Η συλλογή του, η οποία απαριθμεί περίπου 5.000 αντικείμενα, δωρίστηκε αργότερα στην πόλη της Λωζάνης και σήμερα στεγάζεται στο μουσείο Collection de l'Art Brut, όπου την περίοδο αυτή φιλοξενείται η έκθεση «Art Brut in Switzerland-From the

Origins of the Collection to the Present,» με αφορμή τη συμπλήρωση 50 χρόνων από την ίδρυση του μουσείου (Collection de l'Art Brut, χ.η.).

Παρατηρούμε λοιπόν ότι αρκετοί καλλιτέχνες έδειξαν ενδιαφέρον για τη σχέση δημιουργικότητας και ψυχικής ασθένειας μέσω της επαφής τους με έργα ψυχικά ασθενών, ενώ άλλοι βίωσαν προσωπικά την εμπειρία της «δημιουργικής ψύχωσης». Ο Van Gogh, για παράδειγμα, νοσηλεύτηκε για έναν χρόνο (1889-1890) στο ψυχιατρείο Saint-Paul de Mausole στο Saint-Rémy της Γαλλίας λόγω της ασταθούς ψυχικής του υγείας, περίοδο κατά την οποία μάλιστα δημιούργησε 150 έργα, μεταξύ των οποίων και τα «Άνθη Αμυγδαλιάς» (Van Gogh Museum, χ.η.).

Ο όρος «δημιουργική ψύχωση» χρησιμοποιείται για να περιγράψει τη σύνδεση που έχει παρατηρηθεί μεταξύ υψηλών επιπέδων δημιουργικότητας και ψυχικών διαταραχών, όπως η σχιζοφρένεια ή η διπολική διαταραχή. Σύμφωνα με έρευνα στη Σουηδία, η οποία δημοσιεύτηκε το 2013 και είχε ως δείγμα 1,2 εκ. άτομα που είχαν διαγνωσθεί με διάφορες ψυχικές ασθένειες αλλά και συγγενείς τους, η διπολική διαταραχή συναντάται συχνότερα μεταξύ καλλιτεχνών και επιστημόνων σε σχέση με άλλες ψυχικές ασθένειες. Επιπλέον, ακόμη και συγγενείς ασθενών με διάγνωση σχιζοφρένειας ή διπολικής διαταραχής φαίνεται πως συχνά ακολουθούν κάποιο δημιουργικό επάγγελμα, όπως αυτό του καλλιτέχνη ή του επιστήμονα. Χαρακτηριστικά της διπολικής διαταραχής, τα οποία έχουν συνδεθεί με φάσεις υπομανίας, όπως η αυξημένη παραγωγικότητα, η ευφράδεια λόγου και η ικανότητα για αποκλίνουσα σκέψη είναι στοιχεία τα οποία ενισχύουν τη δημιουργικότητα. Το παράδειγμα του Van Gogh είναι χαρακτηριστικό της έντονης δημιουργικής παραγωγής, ιδίως αν αναλογιστεί κανείς πως μια επταετία πριν τον εγκλεισμό του είχε δημιουργήσει μόλις 68 έργα (Παπαδημητρίου κ.ά., 2019 σ. 4).

Παρόμοια ήταν και τα αποτελέσματα ισλανδικής έρευνας που δημοσιεύθηκε το 2015. Συγκεκριμένα, οι εικαστικοί, μουσικοί, συγγραφείς και άνθρωποι άλλων δημιουργικών επαγγελμάτων είχαν 25% περισσότερες πιθανότητες να διαθέτουν συγκεκριμένα γονίδια που συνδέονται με προδιάθεση για σχιζοφρένεια και διπολική διαταραχή. Ο Kari Stefansson, ιδρυτής και διευθύνων σύμβουλος της deCODE, της εταιρίας που πραγματοποίησε την έρευνα, και κύριος συγγραφέας της μελέτης δήλωσε: «Τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης δεν θα έπρεπε να προκαλούν έκπληξη, γιατί για να είναι κάποιος δημιουργικός πρέπει να σκέφτεται διαφορετικά από το σύνολο, και είχαμε σε

προηγούμενη φάσηδείζει ότι τα άτομα με γενετική προδιάθεση για σχιζοφρένεια συχνά εμφανίζουν διαφορετικούς τρόπους σκέψης» (deCODE genetics, 2015).

Ήδη από τις αρχές του 19ου αιώνα ο Αμερικανός γιατρός, Benjamin Rush, είχε υποστηρίξει πως η ψυχική ασθένεια θα μπορούσε να ενεργοποιήσει την επιθυμία για δημιουργία σε ασθενείς που δεν είχαν προηγούμενη καλλιτεχνική εκπαίδευση (Παπαδημητρίου κ.ά., 2019 σ. 21). Ο Ιταλός Carlo Zinelli ξεκίνησε να ζωγραφίζει κατά τη νοσηλεία του στο ψυχιατρείο San Giacomo alla Tomba στη Βερόνα και δημιούργησε πάνω από 3.000 έργα, πολλά από τα οποία βρίσκονται στο μουσείο Collection de l'Art Brut (Collection de l'Art Brut Laussane, χ.η.). Ο Ονούφριος Κασούμης αποτελεί ένα ακόμη παράδειγμα ανθρώπου που, παρότι δεν είχε εκπαιδευτεί στις τέχνες, εμφάνισε δημιουργικότητα ενώ ζούσε έγκλειστος στο Ψυχιατρικό Νοσοκομείο της Πέτρας Ολύμπου. Έχοντας χάσει την ομιλία του σε μικρή ηλικία, ζωγράφιζε ασταμάτητα αποκαθιστώντας με αυτόν τον τρόπο την ανάγκη του για λεκτική επικοινωνία (Παπαδημητρίου κ.ά., 2019 σ. 22).

3.3 Από το καλλιτεχνικό ενδιαφέρον στη θεραπεία μέσω τέχνης και την εικαστική θεραπεία

«Το πινέλο θαρρείς και παίρνει τ' άνθη του και τ' αγκάθια του μυαλού για να τα μετουσιώσει. Να απελευθερώσει πάνω στο λευκό πίνακα οδύνη, ελπίδα και έρωτα. Να ανοίξει το γαϊτανάκι με τα χρώματα. Άλλοτε “κρύα” στις αποχρώσεις του γαλάζιου, του ουρανού και της θάλασσας, της αύρας της αυγής. Άλλοτε ζεστά “πυρωμένα κόκκινα” σαν ηφαίστεια που σκορπούν απλόχερα τη λάβα τους. Με μηνύματα ηχηρά σαν τους παλμούς στις καρδιές των ερωτευμένων ή σιγανά σαν τον ήχο των φύλλων, όταν εγκαταλείπουν τα δέντρα το φθινόπωρο.» (Από το άρθρο του Γιάννη Λυβιάκη «Ιαματική τέχνη, έκθεση ζωγραφικής τροφίμων στο Θεραπευτήριο Ψυχικών Παθήσεων Χανίων» στην Ελευθεροτυπία)

Το ενδιαφέρον για τα έργα ψυχικά ασθενών και περιθωριοποιημένων δημιουργών, όπως εκφράζεται μέσα από τις μελέτες του Prinzhorn και την έννοια του Art Brut του Dubuffet, συνέβαλε στη διεύρυνση της αντίληψης για τη δημιουργικότητα. Σταδιακά, η τέχνη άρχισε να αντιμετωπίζεται όχι μόνο ως αισθητικό φαινόμενο, αλλά και ως μέσο έκφρασης εσωτερικών ψυχικών καταστάσεων, γεγονός που άνοιξε τον δρόμο για τη μετέπειτα θεραπευτική της αξιοποίηση. Πρέπει να σημειωθεί ότι η ιστορική πορεία που παρουσιάστηκε μέχρι τώρα αφορά κυρίως την εξέλιξη της εικαστικής θεραπείας. Η σχέση

ανάμεσα στη ζωγραφική, τη δημιουργικότητα και την ψυχική έκφραση αποτέλεσε ένα από τα πρώτα πεδία μέσα από τα οποία αναπτύχθηκε η θεραπευτική αξιοποίηση της τέχνης. Ωστόσο, ο όρος «θεραπείες μέσω τέχνης» περιλαμβάνει και άλλες μορφές θεραπείας, όπως η μουσικοθεραπεία, η δραματοθεραπεία και η χοροθεραπεία, η παιγνιοθεραπεία, οι οποίες ακολούθησαν τη δική τους εξελικτική πορεία.

Η αντίληψη της τέχνης ως μέσου έκφρασης και επικοινωνίας εσωτερικών ψυχικών καταστάσεων συνέβαλε σταδιακά και στην αξιοποίησή της σε θεραπευτικό πλαίσιο. Το 1942, ο Βρετανός καλλιτέχνης Adrian Hill, κατά τη διάρκεια της παραμονής του σε σανατόριο, όπου βίωσε και ο ίδιος τη θεραπευτική αξία της τέχνης, επινόησε τον όρο «art therapy». Ο Hill, ο οποίος διαπίστωσε ότι η ζωγραφική λειτουργούσε για τον ίδιο ως μέσο χαλάρωσης και ψυχικής ενδυνάμωσης, εισήγαγε την εικαστική θεραπεία και στους υπόλοιπους ασθενείς, προσφέροντάς τους ανακούφιση από το στρες. Αργότερα ο Edward Anderson, επίσης Βρετανός καλλιτέχνης, βαδίζοντας στον δρόμο που άνοιξε ο Hill κατάφερε να εντάξει την εικαστική θεραπεία στο ψυχιατρικό νοσοκομείο μακράς νοσηλείας Netherne στο Surrey (Arts Therapies, 2023). Μετά από επίσκεψη του εκεί το 1946 του προτάθηκε από τον ψυχίατρο και ιατρικό διευθυντή του ιδρύματος, Eric Cunningham Dax, μερική απασχόληση, ενώ το δύο χρόνια αργότερα ο Adamson έγινε ο πρώτος καλλιτέχνης στο Ηνωμένο Βασίλειο που προσλήφθηκε από νοσοκομείο του NHS (το αντίστοιχο ΕΣΥ), εργαζόμενος εκεί με πλήρη απασχόληση έως τη συνταξιοδότησή του το 1981 (Ostrowska, 2015).

Παράλληλα με την αξιοποίηση της εικαστικής τέχνης ως θεραπευτικής μεθόδου στη Μεγάλη Βρετανία τη δεκαετία του 1940, αντίστοιχες εξελίξεις παρατηρούνται και στις ΗΠΑ με τη Βρετανική Ένωση Εικαστικών Θεραπευτών και την Αμερικανική Ένωση Εικαστικής Θεραπείας να ιδρύονται το 1964 και το 1969 αντίστοιχα. (Παπαδημητρίου κ.ά., 2019, 32).

Σύμφωνα με την Αμερικανική Ένωση Εικαστικής Θεραπείας (American Art Therapy Association-AATA), ο εικαστικός θεραπευτής είναι ένας διαπιστευμένος επαγγελματίας ψυχικής υγείας, ο οποίος, μέσα σε ένα συγκεκριμένο ψυχοθεραπευτικό πλαίσιο, μπορεί να εμπλουτίσει τη ζωή ατόμων, οικογενειών και κοινοτήτων, συνδυάζοντας γνώσεις από την ψυχολογία και την τέχνη (<https://arttherapy.org/what-is-art-therapy/>). Η εικαστική ψυχοθεραπεία απευθύνεται σε άτομα όλων των ηλικιών-από μικρά παιδιά με συμπεριφορικές δυσκολίες έως ηλικιωμένους με άνοια. Οι εικαστικοί θεραπευτές

βρίσκονται δίπλα στους θεραπευόμενους, υποστηρίζοντας τους στην αντιμετώπιση των προκλήσεων της ζωής.

Ανοίγοντας κανείς την αρχική σελίδα του επίσημου ιστότοπου της Βρετανικής Ένωσης Εικαστικών Θεραπευτών (British Association of Art Therapists-BAAT), το πρώτο πράγμα που συναντά είναι η αναφορά στη μεταμορφωτική δύναμη της τέχνης και της φαντασίας (<https://baat.org/>). Με βάση τον ορισμό της BAAT για την εικαστική θεραπεία, η τέχνη αποτελεί το κύριο μέσο έκφρασης κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής διαδικασίας. Μέσα από τη δημιουργική πράξη και με την υποστήριξη του ειδικά εκπαιδευμένου θεραπευτή, ο θεραπευόμενος μπορεί να εκφράσει σκέψεις και συναισθήματα που συχνά είναι δύσκολο να διατυπωθούν με λόγια. Στη δυσκολία της λεκτικής έκφρασης αναφέρεται και η ΑΑΤΑ, υπογραμμίζοντας ότι ο θεραπευτής βοηθά τα άτομα να εκφραστούν με τρόπους που υπερβαίνουν τις λέξεις και τη γλώσσα.

3.4 Άλλες μορφές θεραπειών μέσω τέχνης

3.4.1. Δραματοθεραπεία

Η Δραματοθεραπεία έχει τις ρίζες της στο αρχαίο ελληνικό θέατρο. Η σημασία που είχε το θέατρο στην αρχαία Ελλάδα μαρτυρείται από την ύπαρξη θεάτρων στους θεραπευτικούς χώρους των Ασκληπιείων, όπως αυτό της Επιδαύρου (Παπαδημητρίου κ.ά., 2019 σ. 29). Σύμφωνα με τον ορισμό που δίνει ο Αριστοτέλης στην Περί Ποιητικής (1448b-24 κ.ε.), σκοπός της τραγωδίας είναι να οδηγήσει τους θεατές στην κάθαρση, δηλαδή την ανακούφιση και την ψυχική ανάταση. Οι θεατές κατά τη διάρκεια του έργου ταυτίζονται με τους ήρωες, συμπάσχουν και νιώθουν φόβο για αυτούς, οι οποίοι έρχονται αντιμέτωποι με τη Μοίρα. Όταν τελικά επέρχεται η αποκατάσταση της ηθικής τάξης ή η ηθική νίκη του ήρωα, οι θεατές λυτρώνονται (Ψηφιακό Σχολείο, χ.χ.). Η πρώτη Ένωση Δραματοθεραπευτών ιδρύθηκε το 1977 στη Μ. Βρετανία και στα μέσα της δεκαετίας του 1990 προσλαμβάνονται οι πρώτοι δραματοθεραπευτές από το αγγλικό κράτος ως επαγγελματίες υγείας. Το 1979 ιδρύθηκε και η Ένωση Δραματοθεραπείας Βόρειας Αμερικής. Ενδεικτικά θα ήθελα να αναφέρω ότι ήδη από τον 18ο και 19ο αιώνα σε ψυχιατρικά άσυλα της Ευρώπης και των ΗΠΑ αναπτύχθηκαν θεατρικές παραστάσεις.

3.4.2. Παιγνιοθεραπεία

Το 1903 ο Freud ήταν ο πρώτος που παρατήρησε πως το παιχνίδι, παρά ο λόγος του, ήταν περισσότερο πιθανό να δηλώσει κάποια πράγματα για ένα παιδί. Μέχρι τότε οι θεραπευτές ψυχικής υγείας δεν διέθεταν ειδικά εργαλεία για την αντιμετώπιση των συναισθηματικών δυσκολιών στα παιδιά. Η εξέλιξη και η διαμόρφωση των βασικών κανόνων της παιγνιοθεραπείας έγινε από την Melanie Klein.

Στην Ευρώπη τον 20^ο αιώνα αναπτύχθηκαν διαφορετικές προσεγγίσεις γύρω από τη θεραπεία μέσω παιχνιδιού. Ένα παράδειγμα είναι το αναπτυξιακό-εξελικτικό μοντέλο που διαμορφώθηκε τη δεκαετία του 1980 (developmental model) από τους Jennings & Cattanaah, το οποίο αξιοποιεί τα αναπτυξιακά στάδια του παιχνιδιού του παιδιού. Το παιδί μέσα από το παιχνίδι εξερευνά, πειραματίζεται, δομεί και επαναδομεί χρησιμοποιώντας τις αισθήσεις του και κάνοντας χρήση υλικών που διευκολύνουν τη διαδικασία αυτή, όπως χαρτί, δαχτυλομπογιές, πλαστελίνη και πηλό, μουσικά όργανα, ζωάκια, αυτοκινητάκια κ.α.

Ο παιγνιοθεραπευτής εργάζεται εντός ενός θεραπευτικού πλαισίου και δέχεται παραπομπές από την επιστημονική ομάδα της οποίας είναι μέλος για θέματα όπως η διαχείριση κρίσης, η θεραπεία βραχείας διάγνωσης στο πλαίσιο προετοιμασίας του παιδιού για κάποιο σημαντικό γεγονός, η διαγνωστική αξιολόγηση στο πλαίσιο της διαφοροδιάγνωσης και η θεραπευτική παρέμβαση σε παιδιά με συναισθηματικές δυσκολίες (Παπαδημητρίου κ.ά., 2019 σ. 29).

3.4.3. Μουσικοθεραπεία

Παραπάνω στο κεφάλαιο αυτό έγινε αναφορά στη «θεραπευτική» λύρα του Απόλλωνα, στη μουσικοθεραπεία, όμως, δεν αποδίδεται στη μουσική κάποια μεταφυσική θεραπευτική δύναμη. Από τις αρχές του 20^{ου} αιώνα η μουσική λειτουργούσε ψυχαγωγικά και ως μέσο κοινωνικοποίησης, ενώ στην ιατρική χρησιμοποιούνταν λόγω του καταπραϋντικού και κατευναστικού χαρακτήρα της. Μετά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο η μουσικοθεραπεία αποκτά τη σημερινή της μορφή και γίνεται μέσο επικοινωνίας μέσα σε μια δημιουργική-θεραπευτική σχέση.

3.4.4. Χοροθεραπεία

Αν και οι ρίζες του χορού χάνονται στα βάθη των αιώνων, ο όρος «χοροθεραπεία» χρησιμοποιείται κυρίως μετά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο. Μια από τις σημαντικότερες μορφές στην ανάπτυξη της χοροθεραπείας στις ΗΠΑ είναι η Marian Chace (1896-1970)

Ξεκίνησε ως χορεύτρια και δασκάλα χορού, όμως μέσα από την εργασία της στο ψυχιατρικό νοσοκομείο St. Elizabeths στην Ουάσινγκτον το 1942 χρησιμοποίησε την κίνηση και τον χορό ως θεραπευτικό μέσο επικοινωνίας των ασθενών, συμβάλλοντας ουσιαστικά στη διαμόρφωση της χοροθεραπείας ως νέου επαγγέλματος ψυχικής υγείας. Η ίδια έγινε η πρώτη χοροθεραπεύτρια πλήρους απασχόλησης το 1947 και η πρώτη πρόεδρος της Αμερικανικής Ένωσης Χοροθεραπείας το 1966.

3.5 Κέντημα και επαφή με τη φύση

Αποφάσισα στη σειρά εργαστηρίων στο ΚΨΥ να χρησιμοποιήσουμε την τεχνική του κεντήματος διότι μέχρι ένα βαθμό, είμαι εξοικειωμένη με αυτό· συνεπώς, μπορούσα να το συμπεριλάβω με άνεση στο εργαστήριό μου και να εξηγήσω στους/στις συμμετέχοντες/συμμετέχουσες τις τεχνικές που θα χρησιμοποιούσαν. Επιπροσθέτως, βασισμένη στην προσωπική μου εμπειρία, θεώρησα πως πρόκειται για μια τεχνική/τέχνη που συμβάλλει θετικά στη διάθεση όσων την εξασκούν.

Πράγματι, τα αποτελέσματα της έρευνας της Reynolds (2000), σχετικά με την επίπτωση που έχουν στην κατάθλιψη οι τέχνες στις οποίες χρησιμοποιούνται βελόνες, επαληθεύουν τον παραπάνω ισχυρισμό. Στο άρθρο χρησιμοποιείται ο όρος «needlecraft» για να δηλώσει τις διάφορες τέχνες στις οποίες γίνεται χρήση βελόνας, όπως το κέντημα, το απλικέ, η ταπισερί και το quilting. Επειδή στα ελληνικά δεν υπάρχει κάποιος δόκιμος όρος που να αποδίδει επακριβώς το needlecraft, αποφάσισα να αναφέρομαι σε αυτό ως «κέντημα», αφενός επειδή το κέντημα συμπεριλαμβάνεται στον ευρύτερο όρο needlecraft και αφετέρου επειδή αποτελεί την τεχνική που μας ενδιαφέρει στο πλαίσιο της παρούσας εργασίας.

Πρόκειται για μια ποιοτική έρευνα που βασίζεται στις γραπτές αφηγήσεις 39 γυναικών, οι οποίες είχαν διαγνωστεί με χρόνια ή παροδική κατάθλιψη, προερχόμενη από διαφορετικές καταστάσεις, όπως το αγχωτικό εργασιακό περιβάλλον, το πένθος ή η φροντίδα ενός ασθενούς συγγενή. Η έρευνα εξετάζει τον θεραπευτικό ρόλο του κεντήματος και περιλαμβάνει γυναίκες ηλικίας 18-70 ετών που ασχολούνται με το κέντημα, με την πλειονότητα να ανήκει στην ηλικιακή ομάδα 30-49 ετών και να μην έχει λάβει φαρμακευτική αγωγή για την κατάθλιψη.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, οι 32 από τις 39 γυναίκες αναφέρθηκαν στη χαλάρωση που τους προσέφερε το κέντημα. Η χαλάρωση αυτή, η οποία επιτυγχανόταν

μέσω της συγκέντρωσης στη δραστηριότητα, τις αποσπούσε από τις αρνητικές σκέψεις και τους επέτρεπε να «δραπετεύσουν» σε έναν κόσμο μακριά από αυτές. Μια συμμετέχουσα δήλωσε: «*Η συγκέντρωση σε μια μικρή και χρονοβόρα εργασία απορροφά το μυαλό και την ψυχή μου*», ενώ μια άλλη ανέφερε: «*Ο σύζυγός μου είναι άρρωστος κι εγώ δέσμια της αναπηρίας του... Μεταφέρομαι σε έναν άλλο κόσμο*» (εννοεί μέσω του κεντήματος).

Πέντε συμμετέχουσες δήλωσαν πως βρίσκουν τη δραστηριότητα θεραπευτική ακόμη και για τις σωματικές εκδηλώσεις του στρες, όπως η αυπνία. Μία από αυτές ανέφερε χαρακτηριστικά: «*Το κέντημα είναι ιδανικό για εμένα και νιώθω σαν να καταφέρνω κάτι αντί να καταρρέω μπροστά στην τηλεόραση τα απογεύματα όταν ξεκουράζομαι*».

Παράλληλα, 25 από τις συμμετέχουσες σημείωσαν πως το κέντημα συμβάλλει στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησής τους: «*Νομίζω πως όλοι χρειαζόμαστε να νιώθουμε καλοί σε κάτι, και αυτές οι τέχνες το προσφέρουν αυτό*».

Μεταξύ άλλων, κάποιες συμμετέχουσες σημείωσαν πως, έστω και παροδικά, αισθάνονταν ότι μέσω της αυτονομίας και των επιλογών που τους παρείχε η δραστηριότητα ενισχυόταν το αίσθημα ελέγχου και η δυνατότητα λήψης αποφάσεων, στοιχεία που ενδεχομένως στερούνταν σε άλλους τομείς της ζωής τους.

Παρόλα αυτά, το κέντημα δεν φαίνεται να αξιοποιείται επαρκώς αρκετά στην εκπαίδευση των θεραπειών/θεραπευτριών μέσω τέχνης. Σύμφωνα με το άρθρο των Nurit Wolk & Michal Bat Or (2025), μόλις τα τελευταία χρόνια άρχισε να παρατηρείται εντονότερο ενδιαφέρον για τη χρήση των κλωστοϋφαντουργικών τεχνών-συμπεριλαμβανομένου και του κεντήματος-στη θεραπεία μέσω τέχνης. Το ενδιαφέρον αυτό πηγάζει φυσικά από τις θεραπευτικές ιδιότητες που φαίνεται να έχει το κέντημα, καθώς μπορεί να ξυπνήσει αναμνήσεις, να καλλιεργεί τη διάθεση για παιχνίδι και να διευκολύνει την εμπλοκή των ατόμων τόσο με τα υλικά όσο και με τις συζητήσεις που αναδύονται κατά τη διάρκεια της δημιουργικής διαδικασίας.

Εκτός από το κέντημα, θεωρώ ότι η χρήση φυσικών υλικών στο εργαστήριο ενίσχυσε τον «θεραπευτικό» χαρακτήρα του εργαστηρίου καθώς η έκθεση στη φύση έχει πολλαπλά οφέλη για τον άνθρωπο, όπως παρουσιάζεται και στο άρθρο *From Forest to Focus: The Interactive Effects of Nature Exposure and Nature Relatedness on Attention, Brain Activity, Heart Rate Variability, and Mood* (2025). Οι συγγραφείς, βασιζόμενοι σε προηγούμενες επιστημονικές έρευνες, αναφέρουν ότι η φύση συμβάλλει στη μείωση του στρες, στη βελτίωση της διάθεσης, στην αύξηση της ικανοποίησης από τη ζωή, στην ενίσχυση της

κοινωνικής συνοχής, στη βελτίωση της δημιουργικότητας και των γνωστικών λειτουργιών. Επιπλέον, σύμφωνα με τη Θεωρία Αποκατάστασης της Προσοχής (Attention Restoration Theory), τα φυσικά περιβάλλοντα βοηθούν στην αποκατάσταση της προσοχής και της νοητικής κόπωσης. Άλλες έρευνες έχουν δείξει ότι η επαφή με τη φύση μπορεί να βελτιώσει τη μνήμη εργασίας και τις λειτουργίες της προσοχής, να προκαλέσει καταστάσεις χαλάρωσης μέσω μεταβολών στην εγκεφαλική δραστηριότητα, να αυξήσει τη θετική διάθεση και να μειώσει την αρνητική, να μειώσει φυσιολογικούς δείκτες στρες όπως η κορτιζόλη και η αρτηριακή πίεση, να ενισχύσει την ενσυνειδητότητα (mindfulness) και να βελτιώσει την ικανότητα συγκέντρωσης και καταστολής των περισπασμών. Αξίζει να σημειωθεί πως η έρευνα αυτή έδειξε πως τα οφέλη της φύσης δεν είναι ίδια για όλους αλλά εξαρτώνται από το επίπεδο σύνδεσης του ατόμου με τη φύση (Nature Relatedness).

4. Η βιογραφία των αντικειμένων

Για να γλιτώσω από το καινούριο κύμα πόνου, από ένστικτο, έπιανα ένα αντικείμενο φορτωμένο με αναμνήσεις δικές της και δικές μου, ένα αντικείμενο που είχε κάτι από την ατμόσφαιρα των αναμνήσεων αυτών, το κρατούσα ή το έβαζα στο στόμα μου να το γευτώ, έχοντας ανακαλύψει ότι με αυτόν τον τρόπο μαλάκωνα τον πόνο μου.

(Ορχάν Παμούκ, Το Μουσείο της Αθωότητας, σ. 250)

Πρόσφατα παραβρέθηκα σε ομιλία του Ορχάν Παμούκ, στο πλαίσιο προφεστιβαλικής εκδήλωσης του Φεστιβάλ Βιβλίου Χανίων. Ενώ η συζήτηση περιστρεφόταν γύρω από βιβλία όπως το «Το Όνομα μου είναι Κόκκινο» και «Το Μαύρο Βιβλίο», εγώ σκεπτόμουν πόσο τυχερή ήμουν που το καλοκαίρι του 2025 με συντρόφευσε στην παραλία το Μουσείο της Αθωότητας. Αν και είχα διαβάσει Παμούκ στο παρελθόν, τη στιγμή που γράφω αυτό το κείμενο νιώθω μια ιδιαίτερη σύνδεση με το Μουσείο της Αθωότητας, καθώς θεωρώ πως η ιδιόμορφη -ή ίσως και όχι- συμπεριφορά του πρωταγωνιστή Κεμάλ, ο οποίος συλλέγει αντικείμενα που είχε χρησιμοποιήσει η αγαπημένη του Φισούν, συνέβαλε στην κατανόηση της θεωρίας της Πολιτισμικής Βιογραφίας των Αντικειμένων, όπως την εισήγαγε ο Kopytoff (1986). Η επιλογή του βιβλίου δεν ήταν τυχαία, αλλά προέκυψε από συζήτηση με τη συμφοιτήτριά μου Γεωργία Παντίδου στο πλαίσιο προηγούμενου εξαμήνου, σχετικά με το θέμα των διπλωματικών μας εργασιών. Η ίδια εκπόνησε την εργασία της με τίτλο «Από το εθνικό μουσείο στο Μουσείο της Αθωότητας: η πολιτισμική ζωή των αντικειμένων και ο μετανεωτερικός συνδυασμός μουσειακής και λογοτεχνικής αφήγησης» (2026).

Ο Kopytoff (1986) υποστηρίζει ότι τα αντικείμενα, όπως και οι άνθρωποι, μπορούν να προσεγγιστούν βιογραφικά, καθώς διαθέτουν ιστορίες παραγωγής, χρήσης, ανταλλαγής και επαναταξινόμησης ή ακόμη και ενδεχομένως εγκατάλειψης. Οι άνθρωποι και τα αντικείμενα περνούν από διαφορετικά στάδια μέσα στον χρόνο, όπως ένα άτομο μεταβάλλει ρόλους (παιδί, ενήλικας κ.ο.κ.), έτσι και ένα αντικείμενο μεταβάλλει την κοινωνική του θέση και σημασία. Χρησιμοποιώντας το παράδειγμα της καλύβας της φυλής των Suku του Ζαΐρ (σημερινή Λαϊκή Δημοκρατία του Κονγκό) ο Kopytoff μας δείχνει τα στάδια της βιογραφίας ενός αντικειμένου: η καλύβα, που αρχικά προορίζεται για να στεγάσει ένα ζευγάρι ή μια γυναίκα με τα παιδιά της σε περίπτωση πολυγυνίας, με την πάροδο του χρόνου μετατρέπεται αρχικά σε ξενώνα ή σε κατοικία για τη χήρα, στη συνέχεια σε χώρο όπου

περνούν τον χρόνο τους τα παιδιά, έπειτα σε κουζίνα και τελικά σε κοτέτσι μέχρι αυτό να καταρρεύσει (οπ. π., σ. 67). Γράφοντας την παράγραφο αυτή, θυμήθηκα το σπίτι της γιαγιάς μου, το οποίο αποτελείται από πολλά δωμάτια γύρω από μια εσωτερική αυλή. Τα δωμάτια αυτά αλλάζουν ονομασία σύμφωνα με τον τρόπο με τον οποίο τα χρησιμοποιεί η κάθε γενιά: έτσι, ενώ τα περισσότερα πλέον λειτουργούν ως αποθήκες, κάποτε αποκαλούνταν «η κουζίνα», «ο στάβλος», «η αποθήκη με το κρασί και το λάδι», «ο οντάς» «το σπίτι της προγιαγιάς Μαρίκας» κ.α. Με την πάροδο του χρόνου, κάποια από τα δωμάτια αυτά έχουν καταρρεύσει, ακριβώς όπως και οι άνθρωποι που γεννήθηκαν και έζησαν στο σπίτι αυτό.

Μια άλλη αναλογία μεταξύ αντικειμένων και ανθρώπων είναι ότι μπορούν να κινούνται ανάμεσα σε καθεστώτα εμπορευματοποίησης και αποεμπορευματοποίησης. Στην περίπτωση των ανθρώπων, χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί η δουλεία, όπου το άτομο αποσπάται βίαια από το αρχικό του κοινωνικό περιβάλλον και μετατρέπεται σε εμπόρευμα, ενώ στο νέο περιβάλλον αποεμπορευματοποιείται, χωρίς να αποκλείεται το ενδεχόμενο να εμπορευματοποιηθεί εκ νέου στο μέλλον (οπ. π., σ. 65). Αντίστοιχα, και τα αντικείμενα μπορούν να κινούνται από την εμπορευματοποίηση στην εξατομίκευση και αντιστρόφως. Ο Korytoff χρησιμοποιεί το παράδειγμα των οικογενειακών κειμηλίων, των αυτοκινήτων-αντικών και διάφορων συλλογών, π.χ. γραμματοσήμων, για να δείξει ότι τα αντικείμενα μπορούν να κινούνται διαρκώς μεταξύ εμπορευματοποίησης και μοναδικοποίησης.

Επιπλέον, το ίδιο αντικείμενο μπορεί να εντάσσεται ταυτόχρονα σε διαφορετικά πολιτισμικά και κοινωνικά καθεστώτα αξίας, αποκτώντας πολλαπλές και ενίοτε αντιφατικές ταυτότητες. Σε ένα πλαίσιο μπορεί να αντιμετωπίζεται ως εμπόρευμα, ενώ σε ένα άλλο να αποεμπορευματοποιείται και να συγκροτείται ως «μοναδικό» αντικείμενο με ιδιαίτερη βιογραφία. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί ένα οικογενειακό κειμήλιο που μπορεί για τον κάτοχο του να έχει ανεκτίμητη συναισθηματική και συμβολική αξία, ενώ για έναν κοσμηματοπώλη να αντιμετωπίζεται σαν απλό εμπόρευμα με συγκεκριμένη χρηματική αξία (οπ. π., σ. 80). Αυτό αναδεικνύει την κεντρική θέση της προσέγγισης του Korytoff, σύμφωνα με την οποία η ταυτότητα των αντικειμένων δεν είναι σταθερή, αλλά προκύπτει μέσα από τις κοινωνικές διαδικασίες ταξινόμησης και επαναταξινόμησης.

Θεωρώ ότι το βασικό νόημα της πολιτισμικής βιογραφίας των αντικειμένων, δηλαδή ο τρόπος με τον οποίο ένα αντικείμενο μεταβάλλει χρήση, νόημα και αξία μέσα στον χρόνο συμπυκνώνεται στο απόσπασμα που επέλεξα για να εισάγω το παρόν κεφάλαιο.

Παράλληλα, αισθάνομαι ότι η πρόταση αυτή του Κεμάλ αποτυπώνει, με λίγες μόνο λέξεις, τόσο τον άξονα της έρευνάς μου όσο και τα αποτελέσματά της στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας. Η προσέγγιση της πολιτισμικής βιογραφίας των αντικειμένων αποδείχθηκε ιδιαίτερα χρήσιμη και για την κατανόηση των αντικειμένων που δημιουργήθηκαν στο πλαίσιο της παρούσας έρευνας. Στο ερευνητικό πρωτόκολλο που κατέθεσα στην αρμόδια υπηρεσία, προκειμένου να αιτηθώ τη διεξαγωγή έρευνας στο ΚΨΥ Χανίων, στον σκοπό της έρευνας μου αναφέρω:

«Το εργαστήριο είναι ένα βιωματικό εργαστήριο φυτικών βαφών, κατά το οποίο οι συμμετέχοντες/ουσες θα βάψουν μάλλινα νήματα με φυτικά υλικά, όπως η ξυνίδα. Στη συνέχεια, με τη χρήση των βαμμένων νημάτων και την τεχνική του κεντήματος, θα δημιουργήσουν ένα έργο τέχνης/μια ζωγραφιά πάνω σε ύφασμα ή χαρτί. Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου παρατηρείται η διαδικασία μετασχηματισμού απλών φυσικών υλικών σε αντικείμενα με προσωπική σημασία, καθώς και ο τρόπος με τον οποίο η συμμετοχή σε μια τέτοια δημιουργική διαδικασία μπορεί να λειτουργεί θεραπευτικά για τους συμμετέχοντες, όχι με την έννοια της ίασης, αλλά υποστηρικτικά ως εμπειρία δημιουργίας, έκφρασης και ενδεχόμενης αλλαγής στη διάθεση».

Έτσι, και στα εργαστήρια που πραγματοποιήθηκαν στο ΚΨΥ, πρώτες ύλες όπως το μαλλί, το χαρτί και το ύφασμα ακολούθησαν τη δική τους «βιογραφική» διαδρομή. Μέσα από τη διαδικασία της βαφής, του κεντήματος και της ενεργού συμμετοχής των ωφελομένων, μετασχηματίστηκαν από απλά υλικά σε αντικείμενα με ιδιαίτερη προσωπική και συναισθηματική αξία. Τα αντικείμενα αυτά δεν αντιμετωπίζονται πλέον ως ουδέτερα υλικά, αλλά ως φορείς εμπειριών, αναμνήσεων και σχέσεων και προορίζονται να κοσμήσουν τους προσωπικούς χώρους των συμμετεχόντων ή να προσφερθούν σε αγαπημένα τους πρόσωπα ως έκφραση συναισθηματικής σχέσης και φροντίδας, όπως αναλύεται σε επόμενο κεφάλαιο.

5. Ιστορική αναδρομή της τέχνης της βαφικής

Οι απαρχές της τέχνης της βαφικής ανάγονται, όπως θα δούμε στο κεφάλαιο αυτό, στην προϊστορική περίοδο, ενώ πρόκειται για μια τέχνη που παρουσιάζει γεωγραφική διάδοση. Λόγω των βαθιών αυτών χρονικών και γεωγραφικών διαστάσεων, δεν είναι δυνατόν στο πλαίσιο της παρούσας εργασίας να παρουσιαστεί διεξοδικά η ιστορική της αναδρομή, αλλά μόνο επιγραμματικά.

5.1 Το πρώτο συνθετικό χρώμα

Το 1856 ανακαλύπτεται τυχαία από τον William Henry Perkin, φοιτητή στο Royal College of Chemistry του Λονδίνου, το «μοβ», το πρώτο συνθετικό χρώμα. Στην προσπάθεια του να παραγάγει κινίνη, η οποία χρησιμοποιούνταν για την καταπολέμηση της ελονοσίας, ο Perkin απέτυχε. Όταν στη συνέχεια πρόσθεσε αλκοόλη στο παραχθέν διάλυμα, με σκοπό την απόρριψη του, αυτό έγινε μοβ. Η τυχαία αυτή ανακάλυψη οδήγησε τελικά στην εμπορευματοποίηση του μοβ και μετέπειτα, στην διάδοση και επικράτηση των συνθετικών χρωμάτων, όπως περιγράφεται στο βίντεο *The Fake Color That Made Our Modern World - The Lightbulb Moment* (Cheddar, 2021).

5.2 Τα πρώτα εργαστήρια φυσικών βαφών

Μέχρι τη στιγμή εκείνη, και για διάρκεια χιλιάδων ετών, οι βαφές παράγονταν από φυσικές πρώτες ύλες. Συγκεκριμένα, υπάρχουν μαρτυρίες για οργανωμένα εργαστήρια βαφικής από το 3.000 και 2.500 π.Χ. σε Κίνα και Ινδία αντίστοιχα. Η τέχνη της βαφικής συναντάται από την αρχαιότητα και στον ελλαδικό χώρο, με την πιο δημοφιλή βαφή να είναι η πορφύρα, ενώ υπάρχουν αναφορές και για άλλες φυτικές και ζωικές χρωστικές ουσίες από Έλληνες και Λατίνους συγγραφείς, όπως ο Αριστοτέλης και ο Πλίνιος (Γρηγορίου, 2011). Η λέξη πορφύρα (po-ru-re) εμφανίζεται πρώτη φορά σε πινακίδες της Γραμμικής Β, ενώ αναφέρεται συχνά και στα ομηρικά έπη (Kalaitzaki, Vafiadou, Frony, Reese, Drivaliari, Liritzis, 2017) και παράγεται από διάφορα είδη του θαλάσσιου οστράκου *murex* (όπως *Hexaplex trunculus*, *Bolinus brandaris*, *Stramonita haemastoma*), ενώ οι αποχρώσεις της κυμαίνονταν από μπλε μέχρι μοβ και κόκκινο μέχρι πορφυρό (Καραλή, 2026).

Στην Κρήτη, και συγκεκριμένα στη θέση Αλατσομούρι Παχειάς Άμμου, υπάρχουν ευρήματα που μαρτυρούν την ύπαρξη εργαστηρίου φυτικών βαφών, το οποίο χρονολογείται μεταξύ 1750-1700 π.Χ. Εκτός από τις διάφορες εγκαταστάσεις και το βαθύ πηγάδι της περιοχής², στο σημείο βρέθηκαν επίσης θρυμματισμένα όστρακα *murex*, λίθινα εργαλεία και αγγεία τα οποία είναι καμένα στο εξωτερικό τους (Pareja, Betancourt, Apostolakou, Brogan, & Koh, 2017). Για την παραγωγή της πορφύρας, τα όστρακα έπρεπε να συνθλιφτούν και στη συνέχεια να τοποθετηθούν στη φωτιά. Επιπροσθέτως, η πορώδης φύση των πήλινων αγγείων επέτρεψε τη συλλογή υλικού που είχε απορροφηθεί στα τοιχώματα τους και την ανάλυση αυτού σε εργαστήριο, με τα αποτελέσματα της ανάλυσης να δείχνουν ότι, πράγματι, πρόκειται για υπολείμματα πορφύρας. Επίσης, βρέθηκαν κατάλοιπα από το φυτό *Reseda luteola* που δίνει κίτρινο χρώμα και το φυτό *Rubia Tinctorum*, γνωστό και ως «ριζάρι» καθώς η ρίζα του δίνει κόκκινο χρώμα. Επιπλέον, σε κεραμικά σκεύη, βρέθηκε και λανολίνη, ουσία που βρίσκεται στο μαλλί του προβάτου και η οποία πρέπει να απομακρυνθεί από αυτό μέσω πλυσίματος για να απορροφηθεί στη συνέχεια η βαφή, καθώς και ίχνη ούρων. Η ανάμειξη ούρων και *murex*, σύμφωνα με τον Πλίνιο, παρήγαγε ένα όμορφο απαλό μοβ. Οι χρωστικές ουσίες από τα τρία αυτά φυτά σώζονται σε τοιχογραφίες, οι οποίες χρονολογούνται την ίδια σχεδόν περίοδο, στο Ακρωτήρι της Θήρας (Pareja et al., 2017). Συγκεκριμένα, οι τοιχογραφίες προέρχονται από το κτίριο Ξεστή 3, το οποίο φαίνεται πως αποτελούνταν από δύο τουλάχιστον ορόφους με 14 δωμάτια ο καθένας και στο οποίο μάλλον τελούνταν κάποιου είδους τελετές, όπως αναφέρεται στην ψηφιακή πύλη για την ανάδειξη του ελληνικού πολιτισμού «Οδυσσεύς» (<http://odysseus.culture.gr/>).

Παρόμοια ευρήματα στη θέση Κολώνα στην Αίγινα, όπως θραύσματα κοχυλιών, λίθινα εργαλεία αλλά και η ύπαρξη τελικού προϊόντος, δηλαδή χρωστικής ουσίας, συνηγορούν υπέρ της ύπαρξης εργαστηρίου παραγωγής πορφύρας τον 16ο αιώνα π.Χ. (Berger, Forstenpointner, Frühauf, Kanz, 2024). Από αρχαιολογικές ανασκαφές προκύπτει ότι εργαστήρια παραγωγής πορφύρας υπήρχαν σε πολλές ακόμη περιοχές της Ελλάδος και της Μεσογείου γενικότερα (Kalaitzaki et al., 2017). Συγκεκριμένα, τις τελευταίες δεκαετίες, και με διάφορες επιστημονικές μεθόδους, αποδεικνύεται η ύπαρξη εργαστηρίων πορφύρας σε θέσεις της κεντρικής και ανατολικής Μεσογείου. Στο άρθρο των (Kalaitzaki et al. 2017)

² Η χρήση νερού είναι απαραίτητη κατά τη διαδικασία της βαφής, τόσο στο μούλιασμα και το πλύσιμο του μαλλιού όσο και στη δημιουργία του χρώματος (Pareja et. Al, 2017)

υπάρχει πίνακας, αλλά και χάρτης με 46 εργαστήρια πορφύρας στη Μεσόγειο. Στη χώρα μας, 11 εξ' αυτών βρίσκονται στην Κρήτη, ενώ τα υπόλοιπα κυρίως στις Κυκλάδες, τα Δωδεκάνησα, τα νησιά Βορείου Αιγαίου και την Πελοπόννησο. Σε άλλο πίνακα του ίδιου άρθρου, παρουσιάζονται τα δείγματα που αναλύθηκαν από κάθε περιοχή καθώς και οι διάφορες επιστημονικές τεχνικές που εφαρμόστηκαν προκειμένου να εξεταστεί αν πρόκειται όντως για πορφύρα. Δυστυχώς, στο πλαίσιο αυτής της εργασίας δεν μπορώ να αναφερθώ στις τεχνικές αυτές καθώς δεν εμπίπτουν στο πεδίο γνώσεων μου, θα ήθελα, όμως, ενδεικτικά να αναφερθώ στα δείγματα τα οποία αναλύθηκαν. Στην περίπτωση του Ακρωτηρίου δείγματα πάρθηκαν από τις τοιχογραφίες και από μια μάζα χρώματος, στα Χανιά μελετήθηκαν φιγούρες της ελληνιστικής περιόδου, στο Δασκύλιο της Τουρκίας μια ζωγραφισμένη κλίνη και ένα κομμάτι υφάσματος του 5ου αιώνα π.Χ. και στο Strozzacapponi της Περούτζια ύφασμα του 2ου-1ου αιώνα π.Χ. (Kalaitzaki et al., 2017). Τέλος, και στην Τούμπα της Θεσσαλονίκης, περίπου το 1700 π.Χ. σε ανοικτό χώρο στην άκρη του οικισμού, υπάρχουν ενδείξεις για παραγωγή πορφύρας, όμως, σε μικρή οικιακή κλίμακα· θραύσματα οστράκων, ίχνη καύσης, λίθινα εργαλεία, ένας μικρός κλίβανος κ.α. (Veropoulidou et al., 2008).

5.3 Η σημασία του χρώματος

Η πορφύρα δεν ήταν μόνο η πιο διαδεδομένη αλλά και η πιο πολύτιμη βαφή, αφού προερχόταν από έναν αδένα στο σώμα των θαλάσσιων οστράκων *murex*, με κάθε ένα από αυτά να παράγει ελάχιστη ποσότητα βαφής (Γρηγορίου, 2011). Συγκεκριμένα, υπολογίζεται πως 10.000-12.000 κοχύλια έδιναν 1,5 γραμμάρια χρωστικής ουσίας (Veropoulidou, Andreou, Kotsakis, 2008) ή αλλιώς, για 500 γραμμάρια χρωστικής ουσίας απαιτούνταν οκτώ κιλά σάρκας μαλακίου (Καραλή, 2026). Όμως, η πορφύρα είχε και συμβολική αξία καθώς θεωρούνταν το χρώμα των ευγενών και των βασιλέων. Μάλιστα, κατά τη Ρωμαϊκή περίοδο είχε απαγορευτεί η χρήση μοβ ρούχων από τους κοινούς θνητούς και σύμφωνα με τα άρθρα του νόμου περί πορφυροφορίας, μόνο οι γερουσιαστές και ο αυτοκράτορας επιτρέπεται να φορούν μοβ (Κουκόπουλος, 2012). Αλλά και ακόμη νωρίτερα, στα ομηρικά έπη πολλοί ήρωες συνδέονται με το μοβ χρώμα. Ο Αγαμέμνων φοράει μοβ μανδύα, ο Οδυσσεάς και ο Αχιλλέας χρησιμοποιούν μοβ καλύμματα για τις σκηνές τους, η Ανδρομάχη και η Ελένη κόβουν μοβ υφάσματα και η τέφρα του Έκτορα τοποθετήθηκε σε μοβ ύφασμα

(Kalaitzaki et al., 2017). Η σημασία της πορφύρας ήταν μεγάλη και κατά τη διάρκεια των βυζαντινών χρόνων. Τα ενδύματα του αυτοκράτορα σε όλες τις επίσημες εμφανίσεις του ήταν πορφυρά, ενώ υπέγραφε με πορφυρό μελάνι (Κουκόπουλος, 2012). Ενδεικτικό είναι και το επίθετο «πορφυρογέννητος», το οποίο χρησιμοποιούνταν για τα νόμιμα παιδιά των βασιλευόντων αυτοκρατόρων που γεννιούνταν στην πορφυρή αίθουσα, την ειδική αίθουσα τοκετού στο Αυτοκρατορικό Ανάκτορο στην Κωνσταντινούπολη (Kalaitzaki et al., 2017). Σύμφωνα με περιγραφή της Άννας Κομνημής, πρόκειται για τετράγωνη αίθουσα με τοίχους από ολοπόρφυρο μάρμαρο (Κουκόπουλος, 2012).

Ένα πιο πρόσφατο παράδειγμα για τη σημασία που είχε το χρώμα αποτελούν τα Αμπελάκια Λαρίσης, οικισμός ο οποίος παρουσίασε οικονομική ακμή στα τέλη του 18ου αιώνα λόγω του ριζαριού. Στο ντοκιμαντέρ του Προκόβα, Τα Αμπελάκια, η Κοινή Συντροφιά, μαθαίνουμε πως επρόκειτο για «Πολιτεία ξακουστή σε ολόκληρη την Ευρώπη για τα εξάισια νήματα που βάφονται σε αυτή», «σύγχρονο θαύμα του ελληνισμού», μια «νέα Κνωσός». Το γεγονός πως μια περιοχή η οποία παρήγαγε χρωματιστά νήματα παρουσίασε τόσο μεγάλη οικονομική άνθιση δεν προκαλεί έκπληξη, καθώς το χρώμα πάντα ήταν συνώνυμο του πλούτου, όπως φάνηκε και από την περίπτωση της πορφύρας. Όπως αναφέρεται στο ντοκιμαντέρ «In Search of Lost Colour» των Kwon και McLaughlin, ο έλεγχος του χρώματος μπορούσε να επιφέρει πλούτο σε αυτούς που τον κατείχαν. Συγκεκριμένα, και γύρω στο 35ο λεπτό, ο αφηγητής μας λέει πως στην Ισπανική Αυτοκρατορία, είχαν αντιληφθεί τη δύναμη αυτή και για αιώνες είχαν τον απόλυτο έλεγχο της κοχενίλης, κρατώντας μυστικές τις πληροφορίες γύρω από αυτήν από τους υπόλοιπους Ευρωπαίους. Παρόλο που ήταν εμφανές ότι πρόκειται για διαφορετικό κόκκινο από αυτό του ριζαριού, οι Ευρωπαίοι δεν γνώριζαν την προέλευση του ούτε αν πρόκειται για φυτική ή ζωική βαφή. Το γεγονός αυτό σε συνδυασμό με τις καταπληκτικές αποχρώσεις της κοχενίλης, ήταν ένα πλεονέκτημα για τους Ισπανούς που είχαν τον απόλυτο έλεγχο ενός τόσο προσοδοφόρου προϊόντος.

5.4 Τα στάδια της βαφής

Η προετοιμασία της πρώτης ύλης είναι απαραίτητη προκειμένου να έχουμε ένα καλό αποτέλεσμα. Για να γίνει σωστά η προετοιμασία πρέπει να γνωρίζουμε το υλικό μας και τις ιδιότητες του και στη συνέχεια με βάση αυτές τις πληροφορίες να περάσουμε στο πλύσιμο και το mordanting.

5.4.1 Η πρώτη ύλη

Αρχικά, το υλικό το οποίο θέλουμε να βάψουμε πρέπει να είναι φυσικό και όχι συνθετικό. Τα φυσικά υλικά χωρίζονται σε ζωικά και φυτικά και κάθε μια από τις κατηγορίες αυτές απαιτεί διαφορετική προετοιμασία. Τα κύρια ζωικά υλικά είναι το μαλλί και το μετάξι και τα φυτικά το βαμβάκι, το λινό και το hemp. Γενικά, τα ζωικά υφάσματα και νήματα βάφονται ευκολότερα από τα φυτικά εξαιτίας της χημικής τους δομής. Το κάθε υλικό έχει συγκεκριμένες ιδιότητες, τις οποίες πρέπει να γνωρίζουμε προκειμένου να έχουμε ένα καλό αποτέλεσμα. Το μαλλί, για παράδειγμα, σε υψηλές θερμοκρασίες καταστρέφεται και δεν θα πρέπει να φτάνει σε σημείο βρασμού (Boutrup & Ellis, 2018).

5.4.2 Το πλύσιμο

Το πλύσιμο της πρώτης ύλης και η επιλογή του κατάλληλου υλικού γίνεται πάλι με βάση τον τύπο της ίνας. Το πλύσιμο είναι απαραίτητο για να απομακρυνθούν από την επιφάνεια του υφάσματος ή των νημάτων διάφορες ουσίες που θα εμποδίσουν αργότερα το χρώμα να εισχωρήσει. Το μαλλί, για παράδειγμα, μπορεί να περιέχει μέχρι και 30% του βάρους σε βρομιά, ιδρώτα και λανολίνη, τη φυσική κηρώδη ουσία του μαλλιού στην οποία αναφερθήκαμε παραπάνω. Τα φυτικά υφάσματα καθαρίζονται συνήθως με ένα συνδυασμό σαπουνιού με ουδέτερο pH και πλυστικής σόδας, ενώ για το μαλλί αρκεί μόνο το σαπούνι (Boutrup & Ellis, 2018). Στην Κρήτη για τον καθαρισμό του μαλλιού χρησιμοποιείται το παραδοσιακό πράσινο σαπούνι ελαιολάδου (Τσιριμονάκη, 2005).

5.4.3 Το mordanting

Μετά από το στάδιο του πλυσίματος ακολουθεί το πιο σημαντικό στάδιο στη διαδικασία της βαφής, αυτό του mordanting. Στο στάδιο αυτό τα mordants, ορυκτά άλατα, προσκολλώνται στις ίνες και τις προετοιμάζουν να δεχτούν το χρώμα και να το κρατήσουν. Είναι απαραίτητο βήμα, λοιπόν, όχι μόνο στη βαφή αλλά και στην αντοχή/ανθεκτικότητα του χρώματος στον ήλιο και το πλύσιμο. Στην ιστοσελίδα Botanical Colors (<https://botanicalcolors.com/>) αναφέρονται αναλυτικά οι τύποι mordants και τα υφάσματα για τα οποία ενδείκνυται το καθένα. Θα ήθελα να αναφερθώ στο alum ή στύψη/στυπτηρία όπως κοινώς αποκαλείται στα ελληνικά λόγω των στυπτικών του ιδιοτήτων (Τσιριμονάκη, 2005). Το potassium aluminium sulfate dodecahydrate, όπως είναι το πλήρες όνομα του, με χημικό τύπο $KAl(SO_4)_2 \cdot 12H_2O$, είναι ένα ανόργανο άλας το οποίο εξάγεται από τον βωξίτη

και αποτελεί το πιο ευρέως διαθέσιμο mordant. Το alum χρησιμοποιείται για την προετοιμασία κυρίως των ζωικών ινών κι ενώ παραδοσιακά εξορυσσόταν, πλέον, κυρίως παράγεται με βιομηχανικές μεθόδους (Boutrup & Ellis, 2018).

6. Σχεδιασμός και διεξαγωγή της έρευνας στο ΚΨΥ

6.1 Το Νοσοκομείο Ημέρας του ΚΨΥ Χανίων

Το Κέντρο Ψυχικής Υγείας (Κ.Ψ.Υ.) Χανίων αποτέλεσε, μαζί με το Ψυχιατρικό Τμήμα του Γενικού Νοσοκομείου Χανίων, έναν από τους δύο βασικούς πυλώνες του νέου κοινοτικού δικτύου ψυχικής υγείας που διαμορφώθηκε μετά την ψυχιατρική μεταρρύθμιση. Λειτουργούσε ήδη από το 1996 με τη νέα του μορφή και είχε ως στόχο να λειτουργεί ως «φίλτρο» προς τον εγκλεισμό, παρέχοντας υπηρεσίες πρόληψης, πρωτοβάθμιας περίθαλψης, συμβουλευτικής και ψυχοθεραπευτικής υποστήριξης. Μετά το κλείσιμο του Θεραπευτηρίου Ψυχικών Παθήσεων Χανίων το 2006, ο ρόλος του ενισχύθηκε σημαντικά, καθώς σε αυτό εντάχθηκαν τα εξωτερικά ιατρεία, το Κέντρο Κοινοτικής Ψυχιατρικής και διάφορες στεγαστικές δομές και μονάδες κοινωνικής αποκατάστασης, ώστε η κύρια μέριμνα για την πρόληψη της νοσοκομειακής νοσηλείας και η παρακολούθηση των ληπτών υπηρεσιών ψυχικής υγείας να πραγματοποιείται πλέον σε κοινοτικό επίπεδο. Σύμφωνα με την ιστοσελίδα του Γενικού Νοσοκομείου Χανίων, στα εξωτερικά Ιατρεία του ΚΨΥ πραγματοποιούνται ετησίως περισσότερες από 12.000 συνεδρίες από τους ιατρούς ψυχολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς (Μιγκιάνη, 2020, σ. 289).

Το Νοσοκομείο Ημέρας δημιουργήθηκε στο πλαίσιο της ψυχιατρικής μεταρρύθμισης ως ενδιάμεση δομή μεταξύ της νοσηλείας και της πλήρους ένταξης στην κοινότητα. Στόχος του ήταν να προσφέρει θεραπευτική και ψυχοκοινωνική υποστήριξη σε άτομα με ψυχικές διαταραχές χωρίς να απαιτείται ο εγκλεισμός τους σε ψυχιατρικό ίδρυμα. Η λειτουργία του βασιζόταν σε ημερήσιο πρόγραμμα δραστηριοτήτων, ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης και ανάπτυξης δεξιοτήτων καθημερινής ζωής, επιτρέποντας στους εξυπηρετούμενους να παραμένουν στο οικογενειακό και κοινωνικό τους περιβάλλον. Απευθυνόταν σε ενήλικες με ψυχικές διαταραχές που δεν παρουσίαζαν οξεία συμπτωματολογία, αλλά χρειαζόνταν συστηματική υποστήριξη για την αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών δυσκολιών και την αποφυγή του κοινωνικού αποκλεισμού. Το Νοσοκομείο Ημέρας αποτέλεσε βασικό εργαλείο της μετάβασης από το ασυλικό μοντέλο φροντίδας προς την κοινοτική ψυχιατρική και λειτούργησε σε στενή σύνδεση με το Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων (Μιγκιάνη, 2020, σ. 292). Σύμφωνα με την ιστοσελίδα του Γενικού Νοσοκομείου Χανίων, το Νοσοκομείο Ημέρας λειτουργεί πρωινές ώρες και προσφέρει δομημένο πρόγραμμα δραστηριοτήτων με στόχο τη βελτίωση των δεξιοτήτων καθημερινής ζωής, απευθυνόμενο σε ενήλικες 18-55

ετών με ψυχικές διαταραχές, οι οποίοι δεν παρουσιάζουν οξεία συμπτωματολογία αλλά αντιμετωπίζουν ψυχοκοινωνικά προβλήματα και κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού.

6.2 Σχεδιασμός και προετοιμασία των εργαστηρίων

Η έρευνά μου στο Νοσοκομείο Ημέρας του ΚΨΥ έγινε επιτόπια και με συμμετοχικό τρόπο, χαρακτηριστικά που, σύμφωνα με την Κράββα (2024), αποτελούν βασικά στοιχεία της ανθρωπολογικής έρευνας. Κατά τη διάρκεια των τεσσάρων εργαστηρίων που υλοποίησα στο Νοσοκομείο Ημέρας, αλλά και των επισκέψεών μου που προηγήθηκαν της υλοποίησής τους, η επικοινωνία και η αλληλεπίδραση μου με τους/τις ωφελούμενους/ωφελούμενες ήταν συνεχής. Το εθνογραφικό υλικό συγκεντρώθηκε με ποικίλες μεθόδους, όπως αυτές που περιγράφει η Κράββα στο άρθρο που παρουσιάστηκε στο δεύτερο κεφάλαιο και τις οποίες αξιοποίησα έπειτα από τη σχετική καθοδήγησή της: ημερολογιακές καταγραφές, σημειώσεις πεδίου, φωτογραφικό υλικό και συνεντεύξεις. Παράλληλα, έγινε προσπάθεια διερεύνησης του ιστορικού των συμμετεχόντων, προκειμένου να διαπιστωθεί εάν είχαν νοσηλευθεί στο παρελθόν σε ψυχιατρικά ιδρύματα. Ωστόσο, λόγω καθυστερήσεων στη διαδικασία και της ευαίσθητης φύσης των δεδομένων, περιορίστηκα στην προφορική και γενική πληροφόρηση του προσωπικού, σύμφωνα με την οποία ορισμένοι από αυτούς είχαν πράγματι περάσει από άσυλα.

Στόχος μου με τη σειρά εργαστηρίων που σχεδίασα ήταν οι συμμετέχοντες να δημιουργήσουν χρώμα, αναμνήσεις αλλά και ένα αντικείμενο. Πριν καταλήξω στη δομή και το περιεχόμενο των εργαστηρίων αναρωτήθηκα με ποιο υλικό και σε ποια μορφή του θα μπορούσαμε να δουλέψουμε. Βαμβάκι, μαλλί, ή μετάξι; Απέκλεισα το μετάξι λόγω τιμής και το βαμβάκι γιατί δεν ήξερα πως θα μπορούσε να προκύψει κάποιο αντικείμενο κατάλληλο για το εργαστήριο μας από το υλικό αυτό. Αν βάφαμε κάποιο βαμβακερό ύφασμα θα έπρεπε να το ράψουμε. Πώς θα ήταν, όμως, αυτό εφικτό στο συγκεκριμένο πλαίσιο και συνθήκη; Από όλα τα διαθέσιμα υλικά, λοιπόν, αποφάσισα να χρησιμοποιήσω τα μάλλινα νήματα για διάφορους πρακτικούς λόγους, τους οποίους και παραθέτω αμέσως:

- Είχα ήδη μεγάλη ποσότητα στην κατοχή μου, οπότε δεν θα χρειαζόταν να προβώ στην αγορά κάποιου άλλου υλικού και να επιβαρυνθώ με έξοδα. Στο σημείο αυτό να σημειώσω πως μέλη του προσωπικού του ΚΨΥ είχαν προσφερθεί να συνεισφέρουν οικονομικά στο εργαστήριο από το μισθό τους, προσφορά που απέρριψα.

- Το μαλλί είναι ζωικής προέλευσης άρα βάφεται πιο εύκολα από το βαμβάκι.
- Θα μπορούσαν με μάλλινα χρωματιστά νήματα να κεντήσουν ένα δικό τους θέμα, χρησιμοποιώντας τα όπως θα χρησιμοποιούσαν τους μαρκαδόρους πάνω στο χαρτί. Θεώρησα, λοιπόν, πως αυτή η τεχνική θα τους έδινε μια ελευθερία έκφρασης που δεν θα τους έδινε το να βάψουν και έπειτα ράψουν ένα κομμάτι υφάσματος
- Θεώρησα το κέντημα κατάλληλη τεχνική στο πλαίσιο των εργαστηρίων και σύμφωνα με τον σκοπό και στόχους της εργασίας, καθώς όπως αναφέρεται στο κεφάλαιο 3.5 έχει θεραπευτικές ιδιότητες.

Έτσι, αποφάσισα αφού βάψουμε τα νήματα, με τη βοήθεια τελάρων κεντήματος να κεντήσουμε πάνω σε υφασμάτινες τσάντες που είχα ήδη προμηθευτεί ραμμένες. Έτσι, δεν θα ήταν απαραίτητο να γίνει χρήση ραπτομηχανής. Πρακτικά όμως, στο δεύτερο εργαστήριο όταν τους έδειχνα τι θα κάνουμε στο επόμενο εργαστήριο, παρατήρησα ότι φάνηκε να τους προβληματίζει το επίπεδο δυσκολίας. Πράγματι, το κέντημα σε ήδη ραμμένη τσάντα έχει ένα επίπεδο δυσκολίας παραπάνω από ότι το κέντημα σε ένα απλό κομμάτι υφάσματος, καθώς το πλαίσιο κεντήματος αλλά και τα χέρια των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών θα έπρεπε να τοποθετηθούν και να δουλεύουν μέσα στη τσάντα. Αποφάσισα λοιπόν, το κέντημα να γίνει πάνω σε κάποιο είδος σκληρού χαρτιού. Έτσι, θα έφευγαν όλοι με μια ζωγραφιά.

Πριν την πραγματοποίηση των εργαστηρίων είχαν προηγηθεί αρκετές επισκέψεις στο ΚΨΥ μέχρι να κανονιστούν τα διαδικαστικά. Κατά τις επισκέψεις μου αυτές είχα έρθει σε τριβή με τον χώρο και τους ωφελούμενους του Νοσοκομείου Ημέρας. Το Νοσοκομείο Ημέρας πραγματοποιείται σε μια μεγάλη αίθουσα με ένα μεγάλο τραπέζι γύρω από το οποίο πραγματοποιούνται οι δραστηριότητες και το μεσημεριανό γεύμα. Δεν είχα «τολμήσει» να απευθυνθώ στους ωφελούμενους κατά τις προηγούμενες επισκέψεις μου για να μην διακόψω την οποιαδήποτε διαδικασία στην οποία βρίσκονταν. Το ρήμα «τολμό» αν και το χρησιμοποιώ σε εισαγωγικά μάλλον κυριολεκτικά το χρησιμοποιώ. Κρύβει και μια «ατολμία» και άγχος από πλευράς μου. Μια εβδομάδα πριν το εργαστήριο όμως κάθισα στο τραπέζι μαζί τους και καθώς έκοβαν κάποιες ζωγραφιές που είχαν κάνει σε χαρτόνι για μια εκδήλωση που ετοίμαζαν, συστηθήκαμε. Με τη βοήθεια του Μπλαζάκη, ο οποίος λειτουργεί σαν συνδετικός κρίκος μεταξύ μας, έσπασε ο πάγος. Καθώς αναλαμβάνει τον άτυπο ρόλο του συντονιστή της συζήτησης, εγώ έχω χρόνο να παρατηρήσω λίγο τους

ανθρώπους που είχα απέναντί μου και να διαισθανθώ τα όριά τους. Η συνομιλία τους με τον Μπλαζάκη και οι απαντήσεις τους μου έδωσαν τη δυνατότητα να ξεκινήσω το εργαστήριο ξέροντας, σε πολύ μικρό βαθμό βέβαια, σε ποιον/ποια μπορώ να απευθυνθώ για το καθετί. Γνώρισαν όμως και οι ίδιοι την «κυρία» που διέκοπτε κάθε φορά τις δραστηριότητες τους για να μιλήσει στον Νίκο.

6.3 Η υλοποίηση της έρευνας

6.3.1 Το 1ο εργαστήριο

Την ημέρα του εργαστηρίου με υποδέχτηκαν γύρω από το τραπέζι, στις θέσεις τους, περιμένοντας με. Το εργαστήριο κύλησε ομαλά και είχε διάρκεια 2 ωρών περίπου. Συμμετείχαν όλοι πρόθυμα, με ένα άτομο να συμμετέχει αρκετά πιο ενεργά από τους υπολοίπους, αναλαμβάνοντας, μάλιστα, και ρόλο βοηθού. Δύο συμμετέχουσες δεν εξέφρασαν καμιά απορία ή ερώτηση, όπως επίσης κι ένας συμμετέχοντας ακόμη, ο οποίος όμως στο τέλος φανερά ενθουσιασμένος μου είπε: «Δεν έχω ξαναδεί τέτοιο πράγμα στη ζωή μου. Ήταν ωραίο που μας το έμαθες». Μια ωφελούμενη περιγράφοντας μου τις τσουκνίδες που είχαν φυτρώσει σε κάποιο κτήμα της με ρώτησε αν μπορούμε και με αυτές να βάψουμε. Έγινε μια ευχάριστη συζήτηση γύρω από τις τσουκνίδες και αναφορά στις τσουκνιδόπιτες της Βόρειας Ελλάδας. Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου έγιναν και άλλα τέτοια «ταξίδια», όπως στη Νέα Ζηλανδία και τη Βραζιλία. Στη Νέα Ζηλανδία «μεταφερθήκαμε» εξαιτίας του μάλλινου νήματος που βάφαμε, το οποίο είχε προέλευση από τη συγκεκριμένη χώρα και στη Βραζιλία λόγω του αιματόξυλου (logwood), βαφικό υλικό από εκεί. Άλλος συμμετέχων, με αφορμή τις ξυνίδες, αναφέρθηκε στις κότες. Στο σημείο αυτό λοιπόν, παρατηρώ ότι έχουν μπει στη διαδικασία να συνδέουν τα υλικά που είχαν μπροστά τους με διάφορες προσωπικές τους εμπειρίες.

Ξεκινήσαμε με τους συμμετέχοντες να ξεχωρίζουν τα άνθη ξυνίδας από τον μίσχο και να τα συγκεντρώνουν όλα σε ένα βάζο, στο οποίο αργότερα συμπληρώσαμε ζεστό νερό με σκοπό να απελευθερωθεί, να αποδεσμευτεί το χρώμα. Το υλικό το μάζεψα η ίδια από έναν αγρό, κάνοντας μια στάση καθώς πήγαινα στο ΚΨΥ. Παράλληλα, είχαμε βάλει το μαλλί σε μια κατσαρόλα να μουλιάζει για να απορροφήσει στη συνέχεια ομοιόμορφα το χρώμα. Ο «βοηθός» μου το βύθισε στην κατσαρόλα και στη συνέχεια, και σύμφωνα με την καθοδήγησή μου, το πίεζε με το χέρι του για να τραβήξει νερό. Παρατήρησα ότι του άρεσε η επαφή με το μάλλινο νήμα και το νερό και παρόλο που δεν ήταν πια απαραίτητο, τον

άφησα για αρκετή ώρα να «μαλακώνει το μαλλί», όπως ο ίδιος αποκάλεσε την ενέργεια αυτή. Ενώ περιμέναμε την ξυνίδα να μας χαρίσει όλο της το χρώμα, σε μικρά βαζάκια ετοιμάζαμε βαφές με άλλα φυτά, τα οποία είχα κυρίως προμηθευτεί από το εμπόριο. Η διάθεση και το ενδιαφέρον τους ανέβηκε περισσότερο όταν δείχνοντας τους το αιματόξυλο, φλοιό δέντρου από τη Βραζιλία, τους παρακίνησα να μαντέψουν τι χρώμα θα μας δώσει. Αφού έδωσαν διάφορες απαντήσεις, εκδήλωσαν ταυτόχρονα όλοι τον θαυμασμό τους όταν το αιματόξυλο κατά την επαφή του με το καυτό νερό απελευθέρωσε το μοβ του χρώμα. Επίσης θαυμασμό, εκδήλωσαν και για το πουκάμισο που φορούσα και είχα ζωγραφίσει με την τεχνική του mordant printing και τη βοήθεια της θαυματουργής ξυνίδας. Όλοι/όλες οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες όταν ήρθε η ώρα να αφαιρεθεί το μαλλί το μαλλί από το νερό, αφαίρεσαν ο καθένας από έναν τσιλέ, τον έστυψαν και το τοποθέτησαν σε μια λεκάνη. Σε μια μεγάλη κατσαρόλα τοποθετήσαμε κρεμμυδόφυλλα, τα οποία νωρίτερα είχαν κόψει σε μικρά κομματάκια οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες. Βάλαμε στο dye bath κρεμμυδιού δύο τσιλέδες, το ένα αρκετά αργότερα από το άλλο για να εξετάσουμε αν θα υπάρξει διαφορά στην απόχρωση. Στο σημείο αυτό είχα ήδη διαπιστώσει ότι τους άρεσε να πειραματίζονται οπότε πλέον αυτοσχεδιάζα και τους παρακινούσα σε διάφορες προκλήσεις. Από την αρχή του εργαστηρίου όταν τοποθετούσα τα υλικά του εργαστηρίου στο τραπέζι απόρησαν τι θα κάνουμε με το λεμόνι που είδαν να βγάζω από την τσάντα μου. Τους είπα ότι θα κάνουμε ένα κόλπο κι όταν αργότερα το χρησιμοποίησα για να αλλάξω το pH του αιματόξυλου ενθουσιάστηκαν με το γεγονός πως το ίδιο υλικό μας δίνει δύο διαφορετικά χρώματα. Για να αποφύγουμε τη χρήση θερμότητας αφήσαμε τα νήματα στην άκρη για να τραβήξουν χρώμα αποβραδίζ. Το εργαστήριο ολοκληρώθηκε με ευχαριστίες από τους/τις ωφελούμενους/ωφελούμενες «για την καινούρια τέχνη που τους έμαθα», «για το καλό που τους έκανε» και με μια πρόσκληση να επιστρέψω όποτε μπορώ, «χωρίς να μου φάνε τον χρόνο μου», όπως μου είπαν.

Ακολούθησε συζήτηση/ συνέντευξη με τον Μπλαζάκη και την Παυλιδάκη, όσο το επέτρεψαν οι συνθήκες καθώς ταυτόχρονα έπρεπε να εκτελούν και τα καθήκοντά τους.

6.3.2 Το 2^ο εργαστήριο

Στο δεύτερο εργαστήριο, την επόμενη ημέρα, αφαίρεσα τα νήματα που είχαμε αφήσει στην κατσαρόλα στην πρώτη μας συνάντηση.

Στην πραγματικότητα, το δεύτερο εργαστήριο ήταν μια επανάληψη του πρώτου, αφού σε αυτό απουσίαζε ένα μέλος της ομάδας και δεν θα ήθελα να χάσει την εμπειρία της βαφής. Χρησιμοποιήσαμε, όμως, διαφορετικά φυτά, ενώ κάναμε και overdyeing, βάψαμε δηλαδή πάνω σε ήδη βαμμένο νήμα. Βάψαμε με αιματόξυλο νήματα που στο πρώτο εργαστήριο είχαμε βάψει με ξυνίδα και κρεμμύδι, κι έτσι, αναμειγνύοντας τα χρώματα δημιουργήσαμε νήματα σε διάφορες αποχρώσεις του πράσινου. Αυτή τη φορά στην κατσαρόλα βάλαμε ριζάρι κι επειδή δεν το ζυγίσαμε, εκ του αποτελέσματος φάνηκε, ότι βάλαμε λιγότερο απ' όσο έπρεπε για να μας δώσει το κόκκινο χρώμα του. Μας έδωσε όμως ένα καταπληκτικό ροζ το οποίο δεν είχα ξαναδεί ούτε κι εγώ κι έτσι το συναίσθημα μου στο σημείο αυτό εναρμονίστηκε πλήρως με αυτό της ομάδας καθώς το αποτέλεσμα μας εξέπληξε όλους. Σε κάποια στιγμή μια συμμετέχουσα δήλωσε πως δεν θέλει να συμμετάσχει στο εργαστήριο γιατί είναι κουρασμένη. Μετά το τέλος αυτού του εργαστηρίου τους έκανα μερικές ερωτήσεις καθώς το κομμάτι των εργαστηρίων που αφορούσε τις βαφές είχε ολοκληρωθεί. Δύο άτομα απάντησαν πως πέρασαν «ωραία», ένα πως πέρασε «καλά, πολύ καλά», ενώ ακούστηκαν σκόρπια και οι λέξεις «τέχνη», «ησυχία» καθώς και η επιθυμία να «το ξανακάνουμε».

6.3.3 Το 3ο εργαστήριο

Στόχος του εργαστηρίου αυτού, όπως ήδη αναφέρθηκε στην αρχή του κεφαλαίου, ήταν να κεντήσουν σε χαρτί ένα σχέδιο της επιθυμίας τους χρησιμοποιώντας τα μάλλινα νήματα που βάψαμε. Αφού τους μοίρασα τα χαρτιά, ζωγράφισε ο καθένας ένα θέμα της επιλογής του· δύο καρδιές, μια διπλή καρδιά, ένα αφηρημένο σχέδιο που θύμιζε σύννεφα ή πουλιά κι ένα σπίτι. Στη συνέχεια, κι αφού διάλεξε ο καθένας νήμα σε χρώμα της αρεσκείας του, τους έδειξα την τεχνική της πισωβελονιάς (backstitch), κατά την οποία σε κάθε δεύτερη βελονιά η βελόνα γυρνάει προς τα πίσω για να γεμίσει το κενό που θα άφηνε η απλή βελονιά (running stitch). Η βελονιά αυτή επιτρέπει να δημιουργούνται συνεχείς γραμμές, όπως ακριβώς θα έκανε και ένας μαρκαδόρος πάνω στο χαρτί.

Αρχικά για να διευκολύνω και να επιταχύνω τη διαδικασία, άνοιξα τρύπες στο χαρτί με ένα σουβλί, από τις οποίες θα περνούσαν τη βελόνα ακολουθώντας το σχέδιο τους. Δυστυχώς, στο εργαστήριο αυτό ήρθαμε αντιμέτωποι/αντιμέτωπες με μια δυσκολία που δεν είχα υπολογίσει. Το χαρτί δεν είχε το κατάλληλο πάχος με αποτέλεσμα να σκίζεται αν κάποιος τραβούσε τη βελόνα με περισσότερη δύναμη από ότι χρειαζόταν ή αν έπρεπε να ξηλώσει

κάποιο σημείο για να διορθώσει κάποιο λάθος. Σε αυτό το εργαστήριο δεν κατάφερα να κρατήσω πολλές σημειώσεις ούτε και να παρατηρήσω πολλά πράγματα καθώς σε όλη τη διάρκεια του βοηθούσα κάποιον συμμετέχοντα να διορθώσει κάποιο λάθος ή του υπενθύμιζα την τεχνική.

Μόνο τρία άτομα κατάφεραν να ολοκληρώσουν το έργο τους. Η συμμετέχουσα που δεν ήθελε να συμμετάσχει στην αρχή, κάποια στιγμή μας εγκατέλειψε για να βγει στον κήπο για κάπνισμα. Δεν θεωρώ πως αυτό σχετίζεται με το εργαστήριο καθώς είναι μια συνήθεια της. Σχεδόν σε κάθε μου επίσκεψη (ακόμα και όταν δεν είχαμε εργαστήριο) ερχόταν με μεγάλη καθυστέρηση στο ΚΨΥ και περνούσε την μισή της ώρα καπνίζοντας στην αυλή. Παρόλα αυτά επανήλθε και δήλωσε μετά το τέλος του ότι πέρασε τέλεια: *«Διασκέδασα πάρα πολύ, χαρούμενα συναισθήματα, σκέψη ασημένια»*.

Ωφελούμενος που είχε ταλαιπωρηθεί πολύ κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου, έκανε λάθη, ξήλωνε, έσκιζε το χαρτί και μετά ξεκινούσε καινούριο έργο, δεν κατάφερε να το ολοκληρώσει και δήλωσε πως πέρασε καλά αν και ήταν πολύπλοκο.

Άλλο μέλος της ομάδας που αρχικά είχε σκοπό να κάνει ένα λουλούδι, αλλά διαπίστωσε ότι έκανε μικρότερες γραμμές απ' όσο έπρεπε (τους είχα προτείνει να κάνουν μεγάλες γραμμές διότι το νήμα ήταν χοντρό και δεν θα έβγαине το σχέδιο), έκανε τελικά ένα σπίτι. Και για αυτήν ήταν θετική η επίπτωση του εργαστηρίου: *«Μου άρεσε πάρα πολύ! Ναι, μου άρεσε»*, ενώ άλλη ωφελούμενη που ολοκλήρωσε τη διπλή της καρδιά, όχι με διπλοβελονιά αλλά την απλή βελονιά, γιατί έτσι προτιμούσε, πέρασε *«Ωραία! Αύριο πάλι!»*.

Άλλη συμμετέχουσα δήλωσε πως θέλει να το ξανακάνει γιατί πέρασε πολύ ωραία και αφού ολοκλήρωσε το έργο της, μια καρδιά, δήλωσε πως θα τη χαρίσει στον κύριο Νίκο (εννοεί τον Μπλαζάκη) για να τη θυμάται με πολλή αγάπη γιατί του έχει συμπάθεια. Ξέροντας στο σημείο αυτό πως θα ακολουθούσε ένα ακόμη εργαστήριο πρόσθεσε: *«Την άλλη φορά θα το δώσω στη γιατρό»*.

6.3.4 Το 4ο εργαστήριο

Στην τελευταία μας συνάντηση με υποδέχτηκε ο «βοηθός» μου: *«Πού είσαι κυρία Ολγα; Ήμουν άρρωστος, με έπιασε η αλλεργία μου γι' αυτό δεν ήρθα χθες. Ήρθα δηλαδή, για να πάρω τα φάρμακα μου κι έφυγα μετά»*. Αφού του εξήγησα τι κάναμε την προηγούμενη

ημέρα, του έδειξα και την τεχνική της πισωβελονιάς, τους μοίρασα χοντρό χαρτόνι αυτή τη φορά, το οποίο είχε βρει και κόψει ο Μπλαζάκης.

Μια συμμετέχουσα αυτονομήθηκε εντελώς και έκανε όλα τα βήματα μόνη της. Επειδή έδειξε αυτοπεποίθηση και σιγουριά την άφησα να χειριστεί και το σουβλί, με το οποίο, πράγματι, δεν είχε κανένα πρόβλημα.

Άλλη συμμετέχουσα ήρθε πάλι καθυστερημένη, αλλά κατάφερε να συγκεντρωθεί και δούλεψε αποτελεσματικά και χωρίς λάθη μέχρι το σημείο που κουράστηκε και τη βοήθησα λίγο εγώ προκειμένου να μην εγκαταλείψει την προσπάθεια και, πράγματι, ολοκλήρωσε το έργο της με την καρδιά. Η υπόλοιπη ομάδα την ενθάρρυνε να ολοκληρώσει το έργο.

Ο συμμετέχων που στο προηγούμενο εργαστήριο δεν κατάφερε να ολοκληρώσει την καρδιά του γιατί του σκιζόταν το χαρτί, φαινόταν πολύ αγχωμένος και είχε ιδρώσει. Τον βοήθησα να διορθώσει κάποια λάθη και από ένα σημείο κι έπειτα συνέχισε μόνος του. Όταν μπήκε και η τελευταία βελονιά σήκωσε χαρούμενος το έργο του ψηλά και καθώς το περιέστρεφε για να το δούμε όλοι, σαν μια κίνηση που θύμιζε λίγο ιερέα που σηκώνει κάποια εικόνα ψηλά για να τη δουν οι πιστοί, είπε πως την αφιερώνει σε όλους μας. Μόλις άφησε το έργο του στο τραπέζι άνοιξε τα χέρια του και πέρασε και τα δυο του χέρια στους ώμους των συμμετεχόντων δεξιά και αριστερά του. «*Ουφ, ανακούφιση! Αυτά είναι τα χρώματα που βάψαμε εμείς!*».

Το άτομο που απουσίαζε στο προηγούμενο εργαστήριο, ολοκλήρωσε με επιτυχία το «βαρκάκι» του, το οποίο ενώ στην αρχή μου χάρισε με αγάπη, τελικά το πήρε πίσω για να το χαρίσει στον μπαμπά του. Χαϊδεύοντάς το είπε «*Τι ωραίο που είναι! Είμαι χαρούμενος, θα το πω στον μπαμπά! Με έκανες χαρούμενο που μου θύμισες το βαρκάκι του*» για να προσθέσει στη συνέχεια «*Είμαστε καταπληκτική ομάδα, να γραφτεί αυτό στα πρακτικά! Να έρχεσαι συνέχεια να μας μαθαίνεις καινούρια πράγματα!*».

Η συμμετέχουσα δίπλα του, δείχνοντας μας τη ζωγραφιά της, μας ενημερώνει πως είναι πολύ χαρούμενη και πως θέλει να το ξανακάνουμε. Τότε άλλο μέλος της ομάδας της λέει «μπράβο!» και ο διπλανός της «*Συγχαρητήρια! Στα αγγλικά “congratulations”!*». Έπειτα, με τη σειρά του μας λέει πως θα την κάνει δώρο στη μαμά του για να προσθέσει, ακουμπώντας το αυτί του: «*Μου έχει κολλήσει ένα τραγούδι του Πανταζή. Συγγνώμη, το ακούω*».

Ωφελούμενη, της οποίας η συμπεριφορά είχε την μεγαλύτερη μεταβολή, είπε πως θα βάλει τις ζωγραφιές στο δωμάτιο της και θέλει να το ξανακάνουμε. Την πρώτη μέρα δεν με κοιτούσε καν στα μάτια και έφτασε στο τελευταίο εργαστήρι να χαμογελάει.

Το άτομο που γενικά μονοπωλούσε τις συζητήσεις πρόσθεσε κάποια στιγμή: *«Είναι καλή κινησιοθεραπεία. Να φτιάχνουμε μαλλιά, κεντήματα, να κάνουμε μια παρουσίαση να δει ο μπαμπάς μου τι αξίζει η ομάδα μας! Να μας γράψει η εφημερίδα, να χαρεί ο μπαμπάς. Να χαρεί που με μεγάλωσε με το ψάρεμα»* και χαϊδεύοντας το «βαρκάκι» του αναφώνησε *«Μπαμπάκα μου!»*.

6.4Οι συνεντεύξεις

Στο πλαίσιο της έρευνας μου πραγματοποίησα τρεις ημιδομημένες συνεντεύξεις, στην ουσία συζητήσεις. Η πρώτη συνέντευξη έγινε από κοινού με τον Νίκο Μπλαζάκη, υπεύθυνο καλλιτεχνικής απασχόλησης στο ΝΗ και τη Στέλλα Παυλιδάκη, νοσηλεύτρια στο ΝΗ. Η δεύτερη συνέντευξη έγινε με την Ευγενία Χουρδάκη, διευθύντρια-ψυχίατρο του ΚΨΥ, και η τρίτη με την Παυλιδάκη μόνο.

6.4.1 Η 1^η συνέντευξη

Η συζήτηση με τη και τον Μπλαζάκη και την Παυλιδάκη έγινε ομαδικά και με πολλές διακοπές καθώς και οι δύο βρίσκονταν εν ώρα εργασίας. Σε ερώτηση μου για το εάν θεωρούν θετική τη συμβολή του εργαστηρίου στη συνολική θεραπευτική διαδικασία των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών η Παυλιδάκη απάντησε: *«Βέβαια, εννοείται πως ήταν θετική η συμβολή του εργαστηρίου»*.

Στη συνέχεια πήρε τον λόγο ο Μπλαζάκης και δήλωσε: *«Η επαφή με τη φύση, τα δέντρα και τα φυτά ή με φυσικά προϊόντα όπως το μαλλί είναι πάντα κάτι θετικό. Η επαφή με τα υλικά αυτά ενθουσίασε τους συμμετέχοντες που τα βουτούσαν στο νερό, τα έσφιγγαν για να τα στραγγίζουν, τα βουτούσαν στο χρώμα»* και παρομοιάζει την αίσθηση αυτή, με αυτήν του ζυμώματος ή της επαφής με τον πηλό. *«Ήταν ωραίο που τους εξήγησες την ιστορία του νήματος, ότι είναι φυσικό, ότι το πήρες από το τάδε εργοστάσιο, οι οποίοι είχαν προηγουμένως πάρει το μαλλί από τα πρόβατα στη Νέα Ζηλανδία, ήταν ωραίο ταξίδι. Δεν τους είπες δηλαδή ότι πήγες στο τάδε μαγαζί και το πήρες»*. *«Πέρασαν όμορφα, ένιωσαν τη δύναμη της δημιουργίας»*.

Στη συνέχεια αναφέρθηκαν στην αλλαγή διάθεσης που παρατήρησαν σε κάποιους συμμετέχοντες, οι οποίοι στην αρχή δυσανασχέτησαν μην ξέροντας τι θα κάνουμε, αλλά στη συνέχεια συμμετείχαν με χαρά. Δεν παρατήρησαν κάποιες προκλήσεις κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου αν και συζητήθηκε ότι αν είχαμε προχωρήσει στο κέντημα της υφασμάτινης τσάντας με τη χρήση τελάρου όπως ήταν η αρχική μου ιδέα θα είχαν δυσκολευτεί αρκετά. Τέλος, η Παυλιδάκη δήλωσε *«Το αίσθημα ικανοποίησης ότι κάτι ολοκλήρωσαν, το πήραν»*.

6.4.2 Η 2η συνέντευξη

Η δεύτερη συνέντευξη έγινε με την ψυχίατρο-διευθύντρια του ΚΨΥ, Ευγενία Χουρδάκη, η οποία με ενθουσιασμό περιέγραψε τη σειρά των εργαστηρίων ως μια πολύ ενδιαφέρουσα και πρωτοπόρα εμπειρία. *«Κάνουμε διάφορες ομάδες απασχόλησης ασθενών, αλλά αυτό δεν μου έχει ξανατύχει»*, πρόσθεσε. Σε κάποιο σημείο της συζήτησης με αφορμή τον τίτλο της εργασίας μου και τη λέξη «θεραπευτικός» η Χουρδάκη είπε: *«Βοηθάει σίγουρα! Βοηθάει σίγουρα στη συγκέντρωση, στο να συγκεντρωθεί και να εστιάσει και την προσοχή του σε κάτι, οπότε μαθαίνει να κάθεται περισσότερη ώρα, να έχει υπομονή και όχι με τάμπλετ και οθόνες. Βοηθάει και στην λεπτή κινητικότητα, οπότε είναι πολύ σημαντικό, είναι και σαν εργοθεραπεία. Και μετά χαλαρώνεις, δηλαδή φεύγει η ένταση, οπότε προσφέρει χαλάρωση»*. Η Χουρδάκη αναφέρεται και στο συναίσθημα της χαράς, της ευχαρίστησης. Συγκεκριμένα, αναφέρθηκε σε μια στιγμή του εργαστηρίου όπου ένας συμμετέχοντας μοιράστηκε μαζί μας μια ευχάριστη ανάμνηση στην οποία κατέτρεξε με αφορμή τη δράση μας.

Όταν θέμα της συζήτησης μας ήταν η αλλαγή στη διάθεση των συμμετεχόντων η Χουρδάκη επιβεβαίωσε αυτό που παρατήρησα κι εγώ η ίδια, ότι η διάθεση των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών είχε αλλάξει θετικά. *«Ήταν όλοι πιο χαρούμενοι απ' ότι ήταν συνήθως, αλλά ένα άτομο δεν το είχα δει ποτέ να εκδηλώνει κάποιο συναίσθημα, μάλιστα με είχε προβληματίσει»*. Συγκεκριμένα, αναφέρθηκε στην τεράστια αλλαγή στη συμπεριφορά μιας συμμετέχουσας, και μου είπε *«Είναι καταπλητικό, δεν την έχω ξαναδεί να χαμογελάει!»*. Κατάλαβα αμέσως ότι αναφερόταν στη συμμετέχουσα η οποία όχι μόνο δεν ανταποκρινόταν στους χαιρετισμούς και τις ερωτήσεις μου αρχικά, αλλά απέφευγε ακόμα και να με κοιτάξει. Άκουγε, όμως, συμμετείχε στη διαδικασία και ολοκλήρωσε και το έργο

της, το οποίο όπως τελικά μου είπε όταν ένιωσε την άνεση να μου μιλήσει θα το έβαζε στο δωμάτιο της. «Ήταν πολύ θετικό που μπήκε και συμμετείχε στην ομάδα», πρόσθεσε η Χουρδάκη. Αξίζει να σημειωθεί ότι η συγκεκριμένη συμμετέχουσα ήταν το πιο πρόσφατο μέλος της ομάδας, ενώ τα υπόλοιπα μέλη συνεργάζονται ήδη αρκετά χρόνια ομαδικά. Το εργαστήριο δεν φαίνεται να συνέβαλε καθοριστικά στη συνοχή της ομάδας, καθώς αυτή ήταν ήδη διαμορφωμένη, ωστόσο, ενδέχεται ορισμένα θετικά χαρακτηριστικά του, όπως επισημάνθηκαν και από την ψυχίατρο, να προκάλεσαν τη συμμετοχή του συγκεκριμένου ατόμου, το οποίο πιθανώς δεν είχε ακόμη αναπτύξει πλήρη αίσθηση ένταξης στην ομάδα. «Σίγουρα κάποια άτομα έχουν μεγαλύτερη δυσκολία στο να εκφραστούν, αλλά επιτεύχθηκε ο στόχος γιατί εκφράστηκαν όλοι», καταλήγει. Πάνω στη συζήτηση θυμήθηκα κι εγώ ότι άλλο άτομο, το οποίο δεν ήταν ιδιαίτερα ομιλητικό, στο τέλος του εργαστηρίου εκφράστηκε πολύ θετικά και με εξέπληξε.

Η Χουρδάκη στη συνέχεια αναφέρθηκε και στις αισθήσεις, συγκεκριμένα την αφή, την επαφή με τα φυτά και τα νήματα και το μπλέξιμο αυτό των υλικών και των χρωμάτων. Επίσης, αναφέρει ως θετικό το γεγονός ότι ο καθένας είχε και κάποιον ρόλο, μια αρμοδιότητα να φέρει εις πέρας, καθώς κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου μοίραζα διαφορετικές εργασίες στον καθένα. «Αισθάνονται χρήσιμοι γιατί τα κατάφεραν στον ρόλο που είχαν».

Τη ρώτησα αν παρατήρησε κάποια δυσκολία ή πρόκληση στη διαδικασία και αναφέρθηκε στη συμμετέχουσα, η οποία κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου σηκώθηκε και αποφάσισε να το εγκαταλείψει, αλλά το αποδίδει σε ιατρικό (σωματικό) λόγο, ο οποίος της επικοινωνήθηκε μέσω τηλεφωνικής επικοινωνίας κάποια στιγμή αργότερα.

Τέλος, η Χουρδάκη με απόλυτη σιγουριά απάντησε θετικά στη ερώτηση μου για το κατά πόσο μπορεί να ενταχθεί μια τέτοια δράση στο ευρύτερο θεραπευτικό πρόγραμμα του ΚΨΥ. «Ναι! Μπορεί να ενταχθεί στο γενικότερο πλαίσιο της ψυχοθεραπείας μέσω τέχνης. Εντάξει τώρα, αυτό είναι συγκλονιστικό, είναι μοναδική εμπειρία. Μαθαίνεις πράγματα, ακονίζεις το μυαλό σου, ψάχνεις, πιάνεις, φτιάχνεις κάτι ο ίδιος. Πολύ όμορφο, ήταν ένα δώρο αυτό που μας έκανες. Θα μπορούσαμε να το ξανακάνουμε και με άλλη ομάδα».

6.4.3 Η 3^η συνέντευξη

Η τρίτη και τελευταία συζήτηση έγινε μόνο με την Παυλιδάκη, καθώς την στιγμή εκείνη ήταν η μόνη διαθέσιμη αλλά και η μόνη υπεύθυνη στο Νοσοκομείο Ημέρας και γι' αυτόν

τον λόγο αυτό ήταν και αρκετά πιο σύντομη από τις προηγούμενες συζητήσεις. Στην ουσία απλά επιβεβαιώθηκε ότι είχε ήδη συζητηθεί: *«Τους άρεσε η δραστηριότητα, θετικά συναισθήματα. Όλοι συμμετείχαν. Γενικότερα τους αρέσουν οι δραστηριότητες γιατί ξεφεύγουν από το συνηθισμένο, από τις σκέψεις και τα άγχη τους. Κάτι ωραίο, ασυνήθιστο. Υπήρχε ένα ενδιαφέρον, μια αγωνία για το τι χρώμα θα βγει. Συμμετείχαν και οι ίδιοι».*

7. Συμπεράσματα

7.1. Ευρήματα

Σκοπός της παρούσας διπλωματικής ήταν να διερευνήσει τον τρόπο με τον οποίο οι συμμετέχοντες ενός εργαστηρίου φυτικών βαφών βιώνουν και ερμηνεύουν τη διαδικασία της φυτικής βαφής, τη σημασία που αποδίδουν στα αντικείμενα που δημιουργούν, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο η καλλιτεχνική πρακτική μπορεί να λειτουργήσει ως μέσο έκφρασης, επικοινωνίας και θεραπευτικής υποστήριξης.

Τα ευρήματα της έρευνας δείχνουν ότι οι συμμετέχοντες βίωσαν τη διαδικασία της φυτικής βαφής ως μια ιδιαίτερα θετική και ευχάριστη εμπειρία. Οι λεκτικές τους εκφράσεις αποτύπωσαν συναισθήματα χαράς, ενθουσιασμού και ικανοποίησης, καθώς αναφέρθηκαν στην «καινούρια τέχνη» που γνώρισαν, στο «καλό» που τους έκανε η συμμετοχή τους και στη γενικότερη αίσθηση ευχαρίστησης που αποκόμισαν. Η επαναλαμβανόμενη επιθυμία τους να συνεχιστεί η δραστηριότητα, μέσα από εκφράσεις όπως «Αύριο πάλι!» και «Να το ξανακάνουμε!», φανερώνει το ενδιαφέρον και την ενεργή εμπλοκή τους στη διαδικασία. Παράλληλα, λέξεις όπως «τέχνη» και «ησυχία» υποδηλώνουν ότι η εμπειρία δεν περιορίστηκε στη δημιουργία ενός αντικειμένου, αλλά συνδέθηκε με στιγμές ηρεμίας, συγκέντρωσης και προσωπικής ευχαρίστησης.

Η διαδικασία της φυτικής βαφής περιγράφηκε από τους συμμετέχοντες ως μια δημιουργική εμπειρία μάθησης και έκφρασης. Η επαφή με τα φυσικά υλικά και η παραγωγή πρωτότυπων έργων φαίνεται ότι ενίσχυσαν το αίσθημα δημιουργικότητας και προσωπικής επίτευξης. Τα έργα που παρήχθησαν απέκτησαν προσωπικό και συμβολικό χαρακτήρα, καθώς λειτούργησαν ως φορείς αναμνήσεων, βιωμάτων και σημαντικών σχέσεων. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί η αναφορά συμμετέχοντα στο «βαρκακι» που δημιούργησε, το οποίο συνδέθηκε με αναμνήσεις από τον πατέρα του και τις κοινές εμπειρίες τους γύρω από το ψάρεμα. Το έργο, επομένως, ξεπέρασε τη χρηστική ή αισθητική του διάσταση και μετατράπηκε σε μέσο ανάκλησης προσωπικών βιωμάτων και έκφρασης συναισθημάτων.

Επιπλέον, τα δεδομένα αναδεικνύουν στοιχεία συναισθηματικής και θεραπευτικής ενδυνάμωσης. Οι συμμετέχοντες εξέφρασαν αισθήματα χαράς, υπερηφάνειας και αυτοεκτίμησης, ενώ παράλληλα αναγνώρισαν τη συμβολή της δραστηριότητας στην ψυχική και σωματική τους ευεξία. Η αναφορά στη φυτική βαφή ως «καλή

κινησιοθεραπεία» υποδηλώνει ότι η δραστηριότητα έγινε αντιληπτή και ως μέσο ενεργοποίησης και ενδυνάμωσης. Παράλληλα, οι εκδηλώσεις ομαδικότητας, όπως η φράση «Είμαστε καταπληκτική ομάδα», καθώς και η επιθυμία να παρουσιαστεί το έργο τους σε άλλους και να αναγνωριστεί η αξία της ομάδας, φανερώνουν ότι η συμμετοχή στο εργαστήριο ενίσχυσε το αίσθημα του ανήκειν, της κοινωνικής σύνδεσης και της προσωπικής αξίας. Συνεπώς, η φυτική βαφή λειτούργησε όχι μόνο ως καλλιτεχνική πρακτική, αλλά και ως πεδίο συναισθηματικής έκφρασης, αναγνώρισης και ενδυνάμωσης των συμμετεχόντων.

Η εικόνα που μετέφερε το προσωπικό του εργαστηρίου για τη δράση ήταν ιδιαίτερα θετική, αναδεικνύοντας τόσο την καινοτομία της εμπειρίας όσο και τη θεραπευτική της αξία. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρθηκε, πρόκειται για μια μορφή ομαδικής απασχόλησης που δεν είχε ξαναεφαρμοστεί στο συγκεκριμένο πλαίσιο, γεγονός που προκάλεσε αρχικό ενδιαφέρον και ενθουσιασμό. Η διαδικασία αξιολογήθηκε ως βοηθητική για τους συμμετέχοντες, καθώς συνέβαλε στη συγκέντρωση, την ενίσχυση της προσοχής και της υπομονής, ενώ παράλληλα υποστηρίχθηκε ότι λειτουργεί ενδυναμωτικά για τη λεπτή κινητικότητα και την εργοθεραπευτική τους έκφραση. Επιπλέον, τονίστηκε η χαλαρωτική διάσταση της δραστηριότητας, η οποία φαίνεται να συνέβαλε στη μείωση της έντασης και στην προαγωγή της ψυχικής ευεξίας.

Παράλληλα, το προσωπικό υπογράμμισε τη σημασία της αισθητηριακής και βιωματικής επαφής με τα υλικά της φυτικής βαφής, όπως τα φυτά, τα νήματα και τα χρώματα, η οποία ενίσχυσε την ενεργή συμμετοχή και την εμπλοκή των συμμετεχόντων στη διαδικασία. Ιδιαίτερη αναφορά έγινε στην ανάθεση ρόλων κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου, στοιχείο που φάνηκε να ενισχύει το αίσθημα χρησιμότητας και συμβολής των συμμετεχόντων στην ομάδα, καθώς τους έδινε τη δυνατότητα να ολοκληρώνουν συγκεκριμένες αρμοδιότητες και να βιώνουν την επιτυχία της δημιουργίας. Παράλληλα, παρατηρήθηκε ότι η δραστηριότητα ενθάρρυνε την έκφραση συναισθημάτων και την ανάδυση θετικών βιωμάτων, ακόμη και σε περιπτώσεις ατόμων που αρχικά ήταν πιο εσωστρεφή ή λιγότερο εκφραστικά, γεγονός που επιβεβαιώνει την επίδραση της διαδικασίας στη συναισθηματική ενεργοποίηση των συμμετεχόντων.

Τέλος, το προσωπικό εξέφρασε την άποψη ότι η συγκεκριμένη καλλιτεχνική παρέμβαση μπορεί να ενταχθεί ουσιαστικά σε ένα ευρύτερο θεραπευτικό πλαίσιο, όπως η θεραπεία μέσω τέχνης, λόγω της δυνατότητάς της να συνδυάζει δημιουργικότητα, αισθητηριακή

εμπειρία, κοινωνική αλληλεπίδραση και συναισθηματική έκφραση. Επισημάνθηκε επίσης ότι η εμπειρία των συμμετεχόντων χαρακτηρίστηκε από χαρά, ενδιαφέρον και προσμονή για το αποτέλεσμα, ενώ η ενεργός συμμετοχή τους σε όλα τα στάδια της διαδικασίας συνέβαλε στην αίσθηση ολοκλήρωσης και ικανοποίησης. Συνολικά, η δράση αξιολογήθηκε ως μια θετική, ασυνήθιστη και εμπλουτιστική εμπειρία, τόσο για τους συμμετέχοντες όσο και για το σύνολο της δομής, όπως αυτό προκύπτει από τις αναφορές του προσωπικού στη δυνατότητα ένταξης της δράσης σε θεραπευτικά προγράμματα και επανάληψης του με άλλες ομάδες.

7.2. Συζήτηση ευρημάτων υπό το πρίσμα της βιβλιογραφίας

Η έννοια της «βιογραφίας των αντικειμένων» (Kopytoff, 1986) φαίνεται να επιβεβαιώνεται έντονα μέσα από τα δεδομένα της παρούσας έρευνας, καθώς τα αντικείμενα που δημιουργήθηκαν στο εργαστήριο δεν παρέμειναν απλές κατασκευές, αλλά απέκτησαν σταδιακά προσωπικό και συμβολικό χαρακτήρα. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί το «βαρκάκι», το οποίο συνδέθηκε από τον συμμετέχοντα με αναμνήσεις από τον πατέρα του και βιώματα παιδικής ηλικίας, μετατρέπόμενο σε φορέα συναισθηματικής μνήμης.

Παράλληλα, τα έργα των συμμετεχόντων φαίνεται να επαναπροσδιορίστηκαν ως σημαντικά αντικείμενα, καθώς δεν αντιμετωπίστηκαν ως απλά αποτελέσματα μιας δημιουργικής διαδικασίας, αλλά ως μέσα έκφρασης και επικοινωνίας με το οικείο περιβάλλον τους, όπως φαίνεται από την επιθυμία να τα δείξουν σε μέλη της οικογένειας ή να τα διατηρήσουν στον προσωπικό τους χώρο. Με αυτόν τον τρόπο, τα υλικά του εργαστηρίου (νήμα, ύφασμα, φυτικές βαφές) μετασχηματίστηκαν από ουδέτερα υλικά σε αντικείμενα με ιδιαίτερη βιογραφική διαδρομή, επιβεβαιώνοντας τη δυναμική μετάβαση από την υλικότητα στη συμβολική και συναισθηματική αξία.

Η θεραπευτική διάσταση της τέχνης, όπως περιγράφεται στη σχετική βιβλιογραφία, επιβεβαιώνεται μέσα από τα δεδομένα της παρούσας έρευνας, καθώς η διαδικασία της φυτικής βαφής και του κεντήματος δεν λειτούργησε μόνο ως δημιουργική δραστηριότητα, αλλά και ως μέσο έκφρασης συναισθημάτων, χαλάρωσης και ενίσχυσης της συγκέντρωσης. Χαρακτηριστικά, οι συμμετέχοντες ανέφεραν συναισθήματα χαράς, ηρεμίας και ικανοποίησης, ενώ η ενεργή εμπλοκή τους στη διαδικασία φάνηκε να ενισχύει την αίσθηση της εσωτερικής εστίασης.

Παράλληλα, το κέντημα και η χρήση φυσικών υλικών αναδείχθηκαν ως σημαντικοί παράγοντες ενίσχυσης της βιωματικής εμπειρίας, καθώς συνδέθηκαν με αισθητηριακή επαφή, δημιουργικότητα και μείωση της ψυχικής έντασης. Η επαφή με τη φύση και τα φυσικά υλικά λειτούργησε υποστηρικτικά στη διαδικασία, συμβάλλοντας στη χαλάρωση, στη βελτίωση της διάθεσης και στην ενίσχυση της συγκέντρωσης, όπως έχει τεκμηριωθεί και από τη θεωρία αποκατάστασης της προσοχής και τη σχετική σύγχρονη βιβλιογραφία. Με αυτόν τον τρόπο, η καλλιτεχνική διαδικασία αναδείχθηκε ως μια πολυεπίπεδη εμπειρία που συνδυάζει δημιουργία, αισθητηριακή εμπλοκή και συναισθηματική ενδυνάμωση.

7.3. Περιορισμοί της έρευνας

Η παρούσα έρευνα παρουσιάζει ορισμένους περιορισμούς που σχετίζονται με τον σχεδιασμό και την υλοποίησή της. Αρχικά, το δείγμα ήταν πολύ μικρό, γεγονός που δεν επιτρέπει τη γενίκευση των αποτελεσμάτων σε ευρύτερους πληθυσμούς. Επιπλέον, η παρέμβαση πραγματοποιήθηκε σε τέσσερα δίωρα εργαστήρια, τα οποία, αν και παρείχαν επαρκές υλικό για την αποτύπωση της εμπειρίας, δεν επαρκούν για την παρακολούθηση πιθανών μακροχρόνιων αλλαγών ή για τη διερεύνηση της σταδιακής εξέλιξης των συμμετεχόντων μέσα από μια πιο εκτεταμένη διαδικασία. Ένας ακόμη σημαντικός περιορισμός αφορά την καθυστέρηση στη διαδικασία έγκρισης της άδειας διεξαγωγής της έρευνας, η οποία περιόρισε τον διαθέσιμο χρόνο σχεδιασμού και οδήγησε σε πιο συμπυκνωμένη υλοποίηση της παρέμβασης. Επιπλέον, η διεξαγωγή της έρευνας σε ένα μόνο πλαίσιο και σε μία συγκεκριμένη δομή ψυχικής υγείας περιορίζει τη δυνατότητα σύγκρισης με άλλους πληθυσμούς ή θεραπευτικά περιβάλλοντα. Τέλος, λόγω της ποιοτικής φύσης της έρευνας, τα ευρήματα βασίζονται σε υποκειμενικές εμπειρίες και παρατηρήσεις των συμμετεχόντων και της ερευνήτριας, οι οποίες επηρεάζονται από το συγκεκριμένο πλαίσιο διεξαγωγής της έρευνας και αποτυπώνουν τις εμπειρίες των συμμετεχόντων κατά τη χρονική στιγμή της παρέμβασης.

7.4. Προτάσεις για μελλοντική έρευνα

Μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν να επεκτείνουν τη συγκεκριμένη δράση μέσω μεγαλύτερου αριθμού και διάρκειας εργαστηρίων, καθώς και μέσω εφαρμογής της σε μεγαλύτερες και πιο διαφοροποιημένες ομάδες και σε άλλες δομές ψυχικής υγείας, ώστε να διερευνηθεί πιο συστηματικά η εξέλιξη της εμπειρίας των συμμετεχόντων, η προσαρμογή

και η αποτελεσματικότητα της παρέμβασης σε διαφορετικά θεραπευτικά πλαίσια. Ιδιαίτερη προοπτική αποτελεί η ανάπτυξη ενός οργανωμένου προγράμματος συνεχόμενων εργαστηρίων, στο πλαίσιο του οποίου οι συμμετέχοντες θα δημιουργούν μια σειρά έργων με προοπτική παρουσίασης ή έκθεσής τους στο κοινό, ενισχύοντας έτσι τη βιωματική συνέχεια και τη νοηματοδότηση της δημιουργικής διαδικασίας, ενώ παράλληλα θα λειτουργεί ως άνοιγμα προς την κοινότητα. Τέλος, έχει ήδη συζητηθεί η πιθανότητα υλοποίησης αντίστοιχων εργαστηρίων στο Κέντρο Ημέρας για Ψυχολογική Στήριξη Ατόμων με Ογκολογικά Νοσήματα του Γενικού Νοσοκομείου Χανίων, ως πιθανή μελλοντική εφαρμογή της παρέμβασης σε διαφορετικό θεραπευτικό πλαίσιο.

8. Αντί επιλόγου

Την ημέρα του «επιλόγου» ενός δικού μου ανθρώπου, μέσα στο κλίμα οδύνης που επικρατεί πάντα στην εξόδιο ακολουθία, βλέπω με την άκρη του ματιού μου μια από τις συμμετέχουσες του εργαστηρίου. Ξαφνικά το συναίσθημα μου, έστω και στιγμιαία, μεταβλήθηκε. Δεν ξέρω τι ήταν αυτό που μου προκάλεσε τόση χαρά τη στιγμή εκείνη, ίσως το ότι είχα συνδέσει το άτομο αυτό με τη χαρά και τη δημιουργία του εργαστηρίου. Ίσως, όμως, αν και με τρομάζει η διαπίστωση αυτή, να ήταν το αναπάντεχο της συνάντησης, γιατί μάλλον δεν περίμενα να συνταντήσω τους ανθρώπους του εργαστηρίου σε κάποια κοινωνική περίσταση, έξω από το ΚΨΥ. Πέρασα μήνες να διαβάζω από τη μια, ιστορίες ανθρώπων στιγματισμένων και ταλαιπωρημένων, για τις άθλιες εγκαταστάσεις των ασύλων και για απάνθρωπες «θεραπείες» που πιο πολύ βασανιστήρια θυμίζουν, κι από την άλλη, για τη σημασία της κοινότητας. Βίωσα μαζί τους και η ίδια τη χαρά και τη «θεραπεία» της δημιουργίας, μοιράστηκα στιγμές γέλιου, ήπιαμε μαζί καφέ, είχαν μοιραστεί μαζί μου μέχρι και πού μένουν και με ποια λεωφορεία έρχονται κάθε μέρα στο ΚΨΥ, κι όμως, κάπως αυτόματα, το μυαλό μου τους είχε τοποθετήσει «κάπου αλλού». Στο σημείο αυτό αναρωτιέμαι, είναι το στίγμα τόσο βαθιά ριζωμένο μέσα μας;

Μετά το τέλος της τελετής είχα την ευκαιρία να συνομιλήσω με το άτομο που μου προκάλεσε τόση χαρά αλλά και με την οικογένειά της. Αφού τους εξήγησα πώς γνωριζόμαστε, η μητέρα της μου είπε: «Έχει το έργο της στο δωμάτιο της. Το κοιτάει και χαίρεται» και νομίζω ότι αυτό ήταν η μεγαλύτερη «αμοιβή», ο καλύτερος «βαθμός» της έρευνας και της εργασίας μου.

Βιβλιογραφικές αναφορές

- Γαζέτης, Γ. (2014, Μάρτιος 28). *Τα Αμπελάκια (ντοκυμαντέρ του Γιάννη Προκόβα)* [Βίντεο]. Ανακτήθηκε από <https://www.youtube.com/watch?v=h21ClytlaIs&t=2339s>
- Γρηγορίου, Μ. (2011). Μια μικρή εισαγωγή στις φυτικές και ζωικές βαφές. Στο Δαϊκόπουλος, Γ. & Ζιώγας, Γ. (Επιμ.), *Φύση-Όρια-Υλικά, Εικαστική Διερεύνηση των Υλικών της Φύσης* (σσ. 38-43). Φλώρινα: Κ.Π.Ε. Μελίτης
- Ελληνική Δημοκρατία (1992) Ν. 2071/1992. *Εκσυγχρονισμός και οργάνωση συστήματος υγείας* (ΦΕΚ Α' 123/15.07.1992). Ανακτήθηκε από τον ιστότοπο του Εθνικού Τυπογραφείου <https://search.et.gr/el/>
- Η τραγωδία. (χ.η.). Ψηφιακό Σχολείο. Ανακτήθηκε από https://ebooks.edu.gr/ebooks/v/html/8547/2746/Antigoni-Perikleous-Epitafigios_B-Lykeiou_html-empl/indexa_02.html
- Καλτσή, Β. (2010). *Ανθρωπολογικές προσεγγίσεις της Ψυχικής Αθένειας: Λόγοι Ασθένειας, Αφηγήσεις Ζωής στα Όρια του Ασύλου* (Αδημοσίευτη Μεταπτυχιακή Εργασία). Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών, Αθήνα
- Καραλή, Λ. (2026). *Πορφύρα, μια πολύτιμη χρωστική της αρχαιότητας*. Ανακτήθηκε 3 Μαρτίου, 2026, από <https://brandingheritage.org/2021/04/07/porfyr-mia-polytimh-xrwstikh-ousia-ths-arxaiothtas/>
- Κοκκινάκος, Γ. (2007). *Σημειώσεις για την Ψυχιατρική Μεταρρύθμιση: Το παράδειγμα της Κρήτης*. Χανιά: χ.ε.
- Κουκόπουλος, Κ. (2012). *Το χρώμα των ιερών αμφίων στη λειτουργική μας παράδοση* (Αδημοσίευτη Μεταπτυχιακή Εργασία). Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη
- Κράββα, Β. (2024). Φθαρμένη ταυτότητα, εν-σώματες δυνητικότητες και συν-κινήσεις: Εθνογραφική έρευνα και Ανθρωπολογικές αναζητήσεις σε έναν ξενώνα ψυχικά ασθενών. *Metalogos Systemic Therapy Journal*, 45. Ανακτήθηκε από <https://metalogos-systemic-therapy-journal.eu/>
- Μεγαλοοικονόμου, Θ. (2007). Πολιτικές ψυχικές υγείας: Αποκλεισμός, νεοϊδρυματισμός και το αίτημα της χειραφέτησης. *Κοινωνία & Ψυχική Υγεία*, 2, 57-68.

- Μιγκιάνη, Μ. (2020). *Ιστορική-βιογραφική αποτίμηση της διεργασίας κατάργησης του Ψυχιατρείου Χανίων* (Α δημοσίευτη Διδακτορική Διατριβή). Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη
- Οικονόμου, Μ. (2010). Κοινωνικό στίγμα: Διαχρονική και σύγχρονη πρόκληση. *TVXS*. Ανακτήθηκε από <https://tvxs.gr/news/ygeia/koinoniko-stigma-diachroniki-kai-sygchroni-proklisi/>
- Παμούκ, Ο. (2017). *Το μουσείο της αθωότητας* (Ε. Δημητριάδου, Μετάφρ.) Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη
- Παπαδημητρίου, Γ. Ν., Γιώτης Λ., Μαραβελής, Δ., & Γιαννούλη, Ε. (Επιμ.). (2019). *Η συμβολή των ψυχοθεραπειών μέσω της τέχνης στην ψυχιατρική θεραπευτική*. Αθήνα: Βήτα Ιατρικές Εκδόσεις
- Σαββάκης, Μ. (2022), *Ηθική και δεοντολογία στη σύγχρονη ποιοτική κοινωνιολογική έρευνα: Ζητήματα, αντιφάσεις και διλήμματα στον 21ο αιώνα*. Αθήνα: Κριτική
- Στίγμα (χ.η.). Στο *Lexigram*. Ανακτήθηκε από <https://www.lexigram.gr/lex/omor/%CF%83%CF%84%E1%BD%B7%CE%B3%CE%BC%CE%B1#Hist0>
- Τσιριμονάκη, Μ. (2005). *Φυτικές Βαφές από τους θησαυρούς της κρητικής γης*. Ρέθυμνο: Κέντρο Κρητικής Λαϊκής Τέχνης
- Φουκώ, Μ. (1964). *Η Ιστορία της Τρέλας*. (Φ. Αμπατζοπούλου, Μεταφρ.). Αθήνα: Ηριδανός
- ArtBlock. (2024, Απρίλιος 16). *Expressionism* [Video]. Ανακτήθηκε από <https://www.youtube.com/watch?v=7fsF10yQoKo>
- Art Brut in Switzerland-From the Origins of the Collection to the Present (χ.η.). *Collection de l'Art Brut Laussane*. Ανακτήθηκε από <https://artbrut.ch/en/events/art-brut-in-switzerland-from-the-origins-of-the-collection-to-today>
- Bell, C. N. St George, R. Honan, C. Matthews, A. From Forest to Focus: The Interactive Effects of Nature Exposure and Nature Relatedness on Attention, Brain Activity, Heart Rate Variability, and Mood (2025). *Journal of Cognitive Neuroscience*, 38(5). 1055–1077. <https://doi.org/10.1162/JOCN.a.2416>

- Berger, L. Forstenpointner, G. Frühauf, P. Kanz, F. (2024). More than just a color: Archaeological, analytical, and procedural aspects of Late Bronze Age purple-dye production at Cape Kolonna, Aegina. *PLoS ONE*, Τόμος 19, (6). 19-27. doi: 0304340
- Braff, D. L., Ryan, J., Rissling, A. J., & Carpenter, W. T. (2013). Lack of use in the literature from the last 20 years supports dropping traditional schizophrenia subtypes from DSM-5 and ICD-11. *Schizophrenia Bulletin*, 39(4), 751–753. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbt068>
- Boutroup, J. Ellis, C. (2018). *The Art and Science of Natural Dyes, principles, experiments, and results*. Pensylvania: Schiffer Publishing
- Brief History: The Evolution of Art Therapy in the UK. (2023, Νοέμβριος 13). *Creative Arts Therapies Events*. Ανακτήθηκε από <https://www.artstherapies.org/blog/brushing-away-troubles-the-evolution-of-art-therapy-in-the-uk>
- Cheddar. (2021, Φεβρουάριος 16). *The Fake Color That Made Our Modern World - The Lightbulb Moment* [Βίντεο]. Ανακτήθηκε από <https://www.youtube.com/watch?v=cuqe3rN7WQI>
- Expressionism (χ.η.). *Tate*. Ανακτήθηκε από <https://www.tate.org.uk/art/art-terms/e/expressionism>
- Goffman, E. (2001). Στίγμα: Σημειώσεις για τη διαχείριση της φθαρμένης ταυτότητας. (Δ. Μακρυγιάννη, Μεταφρ.). Αθήνα: Αλεξάνδρεια
- Hans Prinzhorn's Artistry of the Mentally Ill (1922)* (χ.η.). Ανακτήθηκε από <https://publicdomainreview.org/collection/hans-prinzhorn-s-artistry-of-the-mentally-ill-1922/>
- Hansen-Adamidis, P. (2013). Art Therapy and Health Care. (Cathy A. Malchiodi, Επιμ.) *Canadian Art Therapy Association Journal*, 26(2), 40-41. <https://doi.org/10.1080/08322473.2013.11415586>
- Kalaitzaki, A. Vafiadou, A. Frony, A. Reese, D.S. Liritzis, I. (2017). Po-pu-re. Workshops, use and archaeometric analysis in pre-roman central eastern mediterranean. *Mediterranean Archaeology and Archaeometry*, 17(1), 103-130
- Kaplan, H. Sadock, B. Grebb, J. (2000). *Ψυχιατρική: Τόμος Β΄*. Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας

- Kopytoff, I. (1986). The cultural biography of things: commoditization as process. Στο A. Appadurai (Επιμ.) *The social life of things Commodities in cultural perspective*, σσ. 64-91. Cambridge: Cambridge University Press
- Krauss, R., Bois, Y.-A., Buchloh, B. H. D., & Joselit, D. (2011). Στο Μ. Παπανικολάου (Επιμ.), *Η τέχνη από το 1900: Μοντερνισμός, αντιμοντερνισμός, μεταμοντερνισμός*. Θεσσαλονίκη: Επίκεντρο
- Maiwa (2025, Ιανουάριος 23). *In Search of Lost Colour* [Βίντεο]. Ανακτήθηκε από <https://www.youtube.com/watch?v=jcx1xxscxbY&t=5284s>
- Martin, E. (2026, Μάιος 4). Psychoanalytic theory of Sigmund Freud. Στο *Britannica*. <https://www.britannica.com/biography/Sigmund-Freud/Psychoanalytic-theory>
- Mason, J. (2009). *Η διεξαγωγή της ποιοτικής έρευνας* (Ε. Δημητριάδου, Μετάφρ.). Αθήνα:Ελληνικά Γράμματα
- Mental disorders (2025, Σεπτέμβριος 30). *World Health Organization*. Ανακτήθηκε από <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Ostrowska, A. (2015). The Adamson Collection: illustrations of mental illness or a testament to spontaneous artistic expression? *Journal of Visual Communication in Medicine*, 38(3-4), 196-202. <https://doi.org/10.3109/17453054.2015.1108297>
- Pareja, M.N. Betancourt, P. P. Apostolakou, V. Brogan, T.M. & Koh, A. J. (2017). Aegean Dyes, Unearthing the Colors of Ancient Minoan Textiles. *Expedition*, 58, (3), 21-27.
- Psychology Now (2018, Οκτώβριος 14). Ο άνθρωπος που ενόχλησε το σύμπαν [Video]. Ανακτήθηκε από <https://www.youtube.com/watch?v=zll5PgXgS20&t=14s>
- Pompili, M., Amador, X. F., Girardi, P., Harkavy-Friedman, J., Harrow, M., Kaplan, K., Krausz, M., Lester, D., Meltzer, H. Y., Modestin, M., Montross, L. P., Mortensen, P. B., Munk-Jørgensen, P., Nielsen, J., Nordentoft, M., Saarinen, P. I., Zisook, S., Wilson, S. T., & Tatarelli, R. (2007). Suicide risk in schizophrenia: learning from the past to change the future. *Annals of General Psychiatry*, 6, (10). <https://doi.org/10.1186/1744-859X-6-10>
- Schizophrenia (2025, Οκτώβριος 6). *World Health Organization*. Ανακτήθηκε από <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/schizophrenia>

Reynolds, F. (2000) Managing depression through needlecraft creative activities: a qualitative study. *The Arts in Psychotherapy*, 27 (2), 107-114. doi: 10.1016/S0197-4556(99)00033-7

Stylianidis, S., Georgaca, E., Peppou, L. E., Arvaniti, A., Samakouri, M., & the MANE Group. (2022). Involuntary psychiatric hospitalizations in Greece: Contemporary research and policy implications. *Psychiatriki*, 33(1), 5-17. doi: 10.22365/jpsych.2023.006

Surrealism (χ.η.). Tate. Ανακτήθηκε από <https://www.tate.org.uk/art/art-terms/s/surrealism>

The genetics of thinking differently: deCODE uncovers shared roots of psychosis and creativity (2015, Ιούνιος 8). *DeCODE Genetics*. Ανακτήθηκε από <https://www.decode.com/genetics-of-thinking-differently-decode-uncovers-shared-roots-of-psychosis-and-creativity>

Van Gogh, V. (2026). *Letter to Theo van Gogh. The Hague, on or about Friday, 21 July 1882 (Letter 249)*. Ανακτήθηκε 03 Μαΐου, 2026, από <https://vangoghletters.org/vg/letters/let249/letter.html>

Veropoulidou, R. Andreou, S. Kotsakis, K. (2008). Small scale purple-dye production in the bronze age of northern greece: The evidence from Thessaloniki Toumba. Στο C. Alfaro & L. Lilian (Επιμ.), *Symposium International sobre Textiles y Tintes del Mediterráneo en el mundo antiguo (Atenas, 24 al 26 de noviembre, 2005)*. *Purpureae Vestes II. Valencia: Universitat de València*, 171-179. Βαλένθια: Universitat de València

Vincent Van Gogh's Hospitalization (χ.η.). Ανακτήθηκε από <https://www.vangoghmuseum.nl/en/art-and-stories/vincent-life-1853-1890/hospitalization>

Zinelli Carlo (χ.η.). *Collection de l'Art Brut Laussane*. Ανακτήθηκε από <https://artbrut.ch/en/artists/carlo>

Wolk, N., & Bat Or, M. (2025, Φεβρουάριος 6): Embodied embroidery: therapeutic aspects of embroidery in art therapy from therapists' perspectives, *International Journal of Art Therapy*, doi:10.1080/17454832.2025.2457364

Παράρτημα Α: «Έγγραφο αιτήματος διεξαγωγής έρευνας»

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ

Τίτλος έρευνας: Εργαστήριο φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων

Στοιχεία ερευνήτριας

Όνομα: Όλγα Μαστοράκη
Ιδιότητα: Μεταπτυχιακή φοιτήτρια
Πρόγραμμα Σπουδών: «Λαϊκός Πολιτισμός και Νεότερη Πολιτιστική Κληρονομιά»
Ίδρυμα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο

Τίτλος και σκοπός της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας

Τίτλος: « Η πολιτισμική βιογραφία των αντικειμένων και ο θεραπευτικός ρόλος της τέχνης: Η περίπτωση ενός βιωματικού εργαστηρίου φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων»

Σκοπός: Βασισμένη στη θεωρητική προσέγγιση της πολιτισμικής βιογραφίας των αντικειμένων, η εργασία εστιάζει στον τρόπο που τα αντικείμενα συνδέονται με τις εμπειρίες, τις σχέσεις και τις διαδρομές των ανθρώπων που τα χρησιμοποιούν ή τα δημιουργούν. Σε αυτό το πλαίσιο, μελετάται ένα βιωματικό εργαστήριο φυτικής βαφής στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων, ως χώρος όπου η τέχνη γίνεται μια μορφή φροντίδας και έκφρασης, ενώ τα αντικείμενα που παράγονται αποκτούν προσωπικές και συλλογικές σημασίες.

Σκοπός της έρευνας

Το εργαστήριο είναι ένα βιωματικό εργαστήριο φυτικών βαφών, κατά το οποίο οι συμμετέχοντες/ουσες θα βάψουν μάλλινα νήματα με φυτικά υλικά, όπως η ξυνίδα. Στη συνέχεια, με τη χρήση των βαμμένων νημάτων και την τεχνική του κεντήματος, θα δημιουργήσουν ένα έργο τέχνης/μια ζωγραφιά πάνω σε ύφασμα ή χαρτί. Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου παρατηρείται η διαδικασία μετασχηματισμού απλών φυσικών υλικών σε αντικείμενα με προσωπική σημασία, καθώς και ο τρόπος με τον οποίο η συμμετοχή σε μια τέτοια δημιουργική διαδικασία μπορεί να λειτουργεί θεραπευτικά για τους συμμετέχοντες, όχι με την έννοια της ίασης, αλλά υποστηρικτικά ως εμπειρία δημιουργίας, έκφρασης και ενδεχόμενης αλλαγής στη διάθεση. Η συμμετοχή στο εργαστήριο δεν υποκαθιστά ούτε τροποποιεί οποιαδήποτε θεραπευτική διαδικασία.

Πλαίσιο και πεδίο διεξαγωγής της έρευνας

Η έρευνα θα πραγματοποιηθεί στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων, στο πλαίσιο υλοποίησης ενός βιωματικού εργαστηρίου φυτικών βαφών με τη συμμετοχή ωφελούμενων του Νοσοκομείου Ημέρας του ΚΨΥ.

Μεθοδολογία

Η έρευνα ακολουθεί ποιοτική μεθοδολογική προσέγγιση και περιλαμβάνει:
α) τη διεξαγωγή βιωματικού εργαστηρίου φυτικής βαφής και
β) τη διεξαγωγή σύντομων ημιδομημένων συνεντεύξεων με τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες, καθώς και με μέλη του προσωπικού του Κέντρου Ψυχικής Υγείας Χανίων.

Έγγραφο 1: Ερευνητικό πρωτόκολλο Α

Συμμετέχοντες

Οι συμμετέχοντες θα είναι ενήλικες ωφελούμενοι του Κέντρου Ψυχικής Υγείας Χανίων και συγκεκριμένα του Νοσοκομείου Ημέρας. Η συμμετοχή στο εργαστήριο και στην έρευνα θα είναι απολύτως εθελοντική και δεν θα επηρεάζει με κανέναν τρόπο τη θεραπευτική τους πορεία.

Δεοντολογικές αρχές

Η έρευνα θα διεξαχθεί σύμφωνα με τις αρχές της ερευνητικής δεοντολογίας. Θα διασφαλιστεί πλήρως η ανωνυμία και η εμπιστευτικότητα των συμμετεχόντων, ενώ θα ζητηθεί γραπτή ενημερωμένη συγκατάθεση. Δεν θα συλλεχθούν ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα και η έρευνα δεν έχει παρεμβατικό ή θεραπευτικό χαρακτήρα.

Προσδοκώμενα αποτελέσματα

Η εργασία φιλοδοξεί να δείξει ότι τα αντικείμενα της τέχνης δεν είναι απλά υλικά, αλλά φέρουν μνήμες, συναισθήματα και εμπειρίες. Μέσα από τη συμμετοχή στο εργαστήριο, οι άνθρωποι εκφράζονται, δημιουργούν σχέσεις και δίνουν νέο νόημα στην καθημερινότητά τους. Η τέχνη της φυτικής βαφής λειτουργεί έτσι ως ένα μέσο φροντίδας, που «θεραπεύει» μέσα από το μοίρασμα, την αφήγηση και τη δημιουργία.

Χρονικός προγραμματισμός

Η διεξαγωγή του εργαστηρίου και της έρευνας προγραμματίζεται για τον Μάρτιο 2026 με διάρκεια οκτώ ωρών, διαιρεμένο σε τέσσερα δίωρα, με πιθανές ημερομηνίες 05-06/03 και 13-14/03.

Χρήση και διαχείριση δεδομένων

Τα δεδομένα που θα συλλεχθούν θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά για ακαδημαϊκούς σκοπούς, στο πλαίσιο της εκπόνησης της μεταπτυχιακής διπλωματικής εργασίας, και δεν θα δημοσιοποιηθούν στοιχεία που δύνανται να οδηγήσουν στην ταυτοποίηση των συμμετεχόντων.

Έγγραφο 2: Ερευνητικό πρωτόκολλο Β

ΒΕΒΑΙΩΣΗ

Βεβαιώνεται ότι η κ. ΟΛΓΑ ΜΑΣΤΟΡΑΚΗ του ΑΡΙΣΤΕΙΔΗ, με Αριθμό Μητρώου 530901 είναι εγγεγραμμένη με έτος εισαγωγής 2023 και εξάμηνο εγγραφής Α στο Πρόγραμμα Σπουδών "Λαϊκός πολιτισμός και Νεότερη Πολιτιστική Κληρονομιά" στη Σχολή Ανθρωπιστικών Επιστημών του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου.

Η ολοκλήρωσή του οδηγεί σε Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης (Δεύτερος Κύκλος Σπουδών).

Κατά το χειμερινό εξάμηνο του ακαδημαϊκού έτους 2023-2024 ολοκλήρωσε επιτυχώς τις Θεματικές Ενότητες:

- 1 ΛΠΚ50 Θεωρητικές εννοιολογήσεις και μεθοδολογικές προσεγγίσεις του λαϊκού πολιτισμού
Πιστωτικές μονάδες (ECTS): 15
- 2 ΛΠΚ51 Νεότερη πολιτιστική κληρονομιά υλική και άυλη: θεωρητικές προσεγγίσεις και διαχειριστικές πολιτικές
Πιστωτικές μονάδες (ECTS): 15

Κατά το εαρινό εξάμηνο του ακαδημαϊκού έτους 2023-2024 ολοκλήρωσε επιτυχώς τη Θεματική Ενότητα:

- 3 ΛΠΚ52 Νεότερος υλικός πολιτισμός και μουσεία
Πιστωτικές μονάδες (ECTS): 15

Κατά το χειμερινό εξάμηνο του ακαδημαϊκού έτους 2024-2025 ολοκλήρωσε επιτυχώς τη Θεματική Ενότητα:

- 4 ΛΠΚ53 Λαϊκός πολιτισμός, "κοινότητα" και εθνοτοπικές ταυτότητες
Πιστωτικές μονάδες (ECTS): 15

Κατά το εαρινό εξάμηνο του ακαδημαϊκού έτους 2024-2025 ολοκλήρωσε επιτυχώς τις Θεματικές Ενότητες:

- 5 ΛΠΚ61 Αστικός λαϊκός πολιτισμός
Πιστωτικές μονάδες (ECTS): 15
- 6 ΛΠΚ62 Λαϊκός πολιτισμός, δημόσιος λόγος και εκπαίδευση
Πιστωτικές μονάδες (ECTS): 15

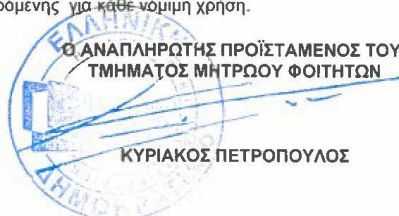
Κατά το χειμερινό εξάμηνο του ακαδημαϊκού έτους 2025-2026 έχει επιλέξει να εκπονήσει τη Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία:

- 1 ΛΠΚΔΕ Η πολιτισμική βιογραφία των αντικειμένων και ο θεραπευτικός ρόλος της τέχνης: Η περίπτωση ενός βιωματικού εργαστηρίου φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων

Για την ολοκλήρωση του Προγράμματος και την απόκτηση Μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης, οι φοιτητές πρέπει να ολοκληρώσουν επιτυχώς 7 Θ.Ε. την Πρακτική Άσκηση ή να ολοκληρώσουν επιτυχώς 6 Θ.Ε. και να εκπονήσουν Διπλωματική Εργασία, ώστε να συμπληρωθούν οι 120 απαιτούμενες Πιστωτικές Μονάδες (ECTS) σύμφωνα με τη Διάρθρωση Σπουδών.

Η ελάχιστη διάρκεια σπουδών είναι τέσσερα (4) ακαδημαϊκά εξάμηνα

Η παρούσα βεβαίωση χορηγείται μετά από αίτηση της ενδιαφερόμενης για κάθε νόμιμη χρήση.



Έγγραφο 3: Βεβαίωση Σπουδών

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΩΝ

Ερωτήσεις προς συμμετέχοντες/ συμμετέχουσες

1. Πώς θα χαρακτηρίζες το αντικείμενο που κρατάς στα χέρια σου;
2. Πριν μερικές ώρες τι ήταν;
3. Θα μου περιγράψεις το έργο σου με δυο λόγια;
4. Θεωρείς πως με τη συμμετοχή σου απλά καθημερινά υλικά μετατράπηκαν σε ένα αντικείμενο με νόημα, ένα αντικείμενο που κάτι μας λέει;
5. Έχει αξία το αντικείμενο αυτό για σένα;
6. Τι θα κάνεις με αυτό; Θα το κρατήσεις/ χαρίσεις;
7. Ποια είναι τα συναισθήματα σου αυτή τη στιγμή;
8. Σε βοήθησε το εργαστήριο να χαλαρώσεις/ να ανακαλύψεις κάτι καινούργιο/ να έρθεις σε επαφή με μια παραδοσιακή τέχνη;

Ερωτήσεις προς εργαζομένους

1. Πώς αξιολογείτε τη συμβολή του εργαστηρίου στη συνολική θεραπευτική διαδικασία των συμμετεχόντων/ συμμετεχουσών;
2. Παρατηρήσατε αλλαγές στη διάθεση/ στις αλληλεπιδράσεις των συμμετεχόντων/ συμμετεχουσών κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου;
3. Ποια χαρακτηριστικά του εργαστηρίου θεωρείτε πως λειτούργησαν θεραπευτικά; (π.χ. ομαδικότητα, φυσικά υλικά)
4. Τι είδους προκλήσεις/ δυσκολίες εντοπίσατε κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου;
5. Μπορεί το εργαστήριο να ενταχθεί στο ευρύτερο θεραπευτικό πρόγραμμα του ΚΨΥ;

Έγγραφο 4: Ερωτηματολόγια συνεντεύξεων

ΕΝΤΥΠΟ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΝΕΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΕ ΕΡΕΥΝΑ

Τίτλος έρευνας: Εργαστήριο φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων

Στοιχεία ερευνήτριας

Όνομα: Όλγα Μαστοράκη

Ιδιότητα: Μεταπτυχιακή φοιτήτρια

Πρόγραμμα Σπουδών: «Λαϊκός Πολιτισμός και Νεότερη Πολιτιστική Κληρονομιά»

Ίδρυμα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο

Λεπτομέρειες εργαστηρίου

Στο πλαίσιο της μεταπτυχιακής μου διπλωματικής εργασίας με τίτλο «Η πολιτισμική βιογραφία των αντικειμένων και ο θεραπευτικός ρόλος της τέχνης: Η περίπτωση ενός βιωματικού εργαστηρίου φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων», διεξάγω έρευνα που αφορά τη διεξαγωγή ενός βιωματικού εργαστηρίου φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων. Το εργαστήριο περιλαμβάνει τη βαφή μάλλινων νημάτων με φυτικά υλικά και τη δημιουργία ενός έργου με την τεχνική του κεντήματος. Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου ή μετά την ολοκλήρωσή του, ενδέχεται να πραγματοποιηθεί σύντομη συζήτηση ή ημιδομημένη συνέντευξη σχετικά με την εμπειρία της συμμετοχής.

Εθελοντική συμμετοχή – Δικαίωμα αποχώρησης

Η συμμετοχή σας είναι **απολύτως εθελοντική**. Μπορείτε να αποχωρήσετε από το εργαστήριο ή/και την έρευνα οποιαδήποτε στιγμή, χωρίς καμία συνέπεια και χωρίς να επηρεαστεί με οποιονδήποτε τρόπο η θεραπευτική σας πορεία.

Προστασία προσωπικών δεδομένων

Η έρευνα διεξάγεται σύμφωνα με τις αρχές της ερευνητικής δεοντολογίας.

- Δεν θα συλλεχθούν ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα.
- Τα στοιχεία που θα προκύψουν από τη συμμετοχή σας θα είναι **ανώνυμα**.
- Το παρόν έντυπο συναίνεσης θα φυλάσσεται **ξεχωριστά** από τα ερευνητικά δεδομένα και **δεν θα υπάρχει δυνατότητα σύνδεσης** της ταυτότητάς σας με το περιεχόμενο της έρευνας.
- Τα δεδομένα θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά για ακαδημαϊκούς σκοπούς.

Δήλωση συναίνεσης

Δηλώνω ότι:

- Ενημερώθηκα επαρκώς για το περιεχόμενο και τον σκοπό της έρευνας
- Κατανόησα ότι η συμμετοχή μου είναι εθελοντική
- Συμφωνώ να συμμετάσχω στο εργαστήριο και στην έρευνα

Αρχικά συμμετέχοντα/ουσας ή κωδικός:

Υπογραφή:

Ημερομηνία:

Έγγραφο 5: Έντυπο ενημέρωσης και συναίνεσης συμμετοχής σε έρευνα



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
7^Η ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ & ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΕΡΕΥΝΑΣ & ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
Ταχ. Δ/ση: 3^ο χλμ Ε.Ο. Ηράκλειου – Μοιρών,
71500, Εσταυρωμένος, Ηράκλειο Κρήτης
Πληροφορίες: Πλατάκης Μιχαήλ
Τηλ: 2813 404444
Email: research@hc-crete.gr

15.06.2026 10:51:16
ΑΚΡΙΒΕΣ ΑΝΤΙΓΡΑΦΟ
ΗΡΘΕΝ
ΥΠΟΓΡΑΦΜΕΝΟ
ΑΠΟ
ΕΙΡΗΝΗ
ΜΑΡΚΑΚΗ

Ηράκλειο, 15/06/2026

Α. Π.: 29121

Απάντηση στο έγγραφο: 3178

ΠΡΟΣ:

ΜΑΣΤΟΡΑΚΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ

Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια της Σχολής
Ανθρωπιστικών Επιστημών του Ελληνικού
Ανοικτού Πανεπιστημίου

ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ :

1. Διεύθυνση Συντονισμού Υπηρεσιών Ψυχικής
Υγείας 7^{ης} Υ.ΠΕ. Κρήτης
(με την παράκληση να κοινοποιηθεί Κ.Ψ.Υ.
Χανίων)
2. Διεύθυνση Ιατρικής Ψυχικής Υγείας 7^{ης} Υ.ΠΕ.
Κρήτης
3. Διεύθυνση Νοσηλευτικής Ψυχικής Υγείας 7^{ης}
Υ.ΠΕ. Κρήτης

ΘΕΜΑ: Έγκριση μελέτης με τίτλο «Η πολιτισμική βιογραφία των αντικειμένων και ο
θεραπευτικός ρόλος της τέχνης: Η περίπτωση ενός βιωματικού εργαστηρίου φυτικών βαφών στο
Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων» στο Κ.Ψ.Υ. Χανίων

ΣΧΕΤΙΚΑ:

1. Η με αριθμό πρωτ. 3178/21-01-2026 Αίτηση της κας Μαστοράκη Όλγας
2. Η με αρ. 8/2026 θετική γνωμοδότηση του Επιστημονικού Συμβουλίου της Ψυχικής Υγείας 7^{ης}
Υ.ΠΕ. Κρήτης (πρακτικό Θέμα 3^ο /2^{ης} Συν./ 03-06-2026)
3. Η με αριθμό πρωτ. 14795/26-03-2026 παροχή έγκρισης του Υπευθύνου Προστασίας Δεδομένων
της 7^{ης} Υ.ΠΕ. Κρήτης
4. Το πρωτόκολλο της έρευνας, το ερωτηματολόγιο, το Έντυπο Ενημέρωσης Συμμετεχόντων και τη
Βεβαίωση Φοίτησης.

Σας ενημερώνουμε ότι, λαμβάνοντας υπόψη τα ανωτέρω σχετικά έγγραφα, καθώς επίσης τους
σκοπούς και τα αναμενόμενα οφέλη από την εν λόγω μελέτη, τη μεθοδολογία της έρευνας, την
απουσία ταπεινών κινήτρων συμμετοχής και την έλλειψη πιθανών κινδύνων για τα υποκείμενα της
έρευνας, **εγκρίνουμε την διεξαγωγή μελέτης με τον διακριτικό τίτλο «Η πολιτισμική βιογραφία
των αντικειμένων και ο θεραπευτικός ρόλος της τέχνης: Η περίπτωση ενός βιωματικού
εργαστηρίου φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων» στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας
Χανίων** μέσω της συλλογής δεδομένων από ενήλικες ωφελούμενους του Κ.Ψ.Υ. Χανίων, από τη
μεταπτυχιακή φοιτήτρια Μαστοράκη Όλγα, στο πλαίσιο εκπόνησης της διπλωματικής της εργασίας
στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών με τίτλο «Λαϊκός Πολιτισμός και Νεότερη Πολιτιστική
Κληρονομιά» της Σχολής Ανθρωπιστικών Επιστημών του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου με
επιβλέπουσα Α' την κα. Κράββα Βασιλική.

Έγγραφο 6: Έγκριση έρευνας Α

Η έγκριση δίνεται, επίσης και με τις ακόλουθες προϋποθέσεις:

- I. Της ενημέρωσης και της ρητής κι ελεύθερης συγκατάθεσης των υποκειμένων της έρευνας.
- II. Της τήρησης της αρχής της ανωνυμοποίησης και της κρυπτογράφησης των δεδομένων,
- III. Της τήρησης της αρχής της ελαχιστοποίησης των δεδομένων για τους σκοπούς της έρευνας
- IV. Η παρουσίαση των δεδομένων θα είναι ανωνυμοποιημένη.
- V. Πριν την παρουσίαση της εργασίας θα **προσκομιστεί περίληψη των αποτελεσμάτων της έρευνας, στη Διοίκηση της 7ης ΥΠΕ Κρήτης και στο Επιστημονικό Συμβούλιο της Ψυχικής Υγείας 7^{ης} Υ.Πε. Κρήτης**. Η υποβολή της περίληψης θα πρέπει να γίνει με τη χρήση της επισυναπτόμενης φόρμας περίληψης αποτελεσμάτων για την 7^η Υ.ΠΕ, η οποία μπορεί να αναζητηθεί και ηλεκτρονικά στον ακόλουθο σύνδεσμο <https://www.7ype.gov.gr/wp-content/uploads/2025/07/researchform.docx>. Η δέσμευση αυτή απευθύνεται στην αιτούσα ή στο φορέα όπου ανήκουν τα πνευματικά δικαιώματα της μελέτης, μετά την ολοκλήρωση της έρευνας.
- VI. Της τήρησης όλων των κανόνων ηθικής και δεοντολογίας, τη διεθνή και εθνική νομοθεσία καθώς και της προστασίας των προσωπικών δεδομένων, της διαφάνειας της επεξεργασίας και γενικότερα της λήψης όλων των τεχνικών και οργανωτικών μέτρων κατάλληλων για την προστασία των προσωπικών δεδομένων των υποκειμένων της έρευνας και τέλος, της μη οικονομικής επιβάρυνσης του νοσοκομείου

Ο ΔΙΟΙΚΗΤΗΣ

7^{ΗΣ} ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΚΡΗΤΗΣ

ΠΑΠΑΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ

Εσωτερική Διανομή: Γραφείο Διοίκησης

Έγγραφο 7: Έγκριση έρευνας Β

6/15/26, 7:54 PM

Gmail - Έγκριση μελέτης στο Κ.Ψ.Υ. Χανίων, Μαστοράκη Όλγα



Έγκριση μελέτης στο Κ.Ψ.Υ. Χανίων, Μαστοράκη Όλγα

1 message

15 June 2026 at 13:38

Έγκριση μελέτης με τίτλο «Η πολιτισμική βιογραφία των αντικειμένων και ο θεραπευτικός ρόλος της τέχνης: Η περίπτωση ενός βιωματικού εργαστηρίου φυτικών βαφών στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας Χανίων» στο Κ.Ψ.Υ. Χανίων, Μαστοράκη Όλγα

Με το παρόν ηλεκτρονικό μήνυμα τονίζεται ότι λόγω τυπογραφικού λάθους ως παραλήπτης του εγγράφου αναγράφεται το όνομα Μαστοράκη Χριστίνα, αντί του ορθού Μαστοράκη Όλγα. Βεβαιώνεται ότι η παρούσα έγκριση δίδεται στα στοιχεία της Μεταπτυχιακή Φοιτήτρια της Σχολής Ανθρωπιστικών Επιστημών του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου, κας Μαστοράκη Όλγας.

Παραμένουμε στην διάθεση σας για οποιαδήποτε διευκρίνιση.

Με εκτίμηση,

Διοίκηση 7ης Υγειονομικής Περιφέρειας Κρήτης

3ο χλμ Εθνικής Οδού Ηρακλείου-Μοιρών, Ηράκλειο 71500, Κρήτη [Κτίριο 7ης ΥΠΕ Κρήτης, 3ος όροφος, Γρ. 19]

 **ΕΓΚΡΙΣΗ.pdf**
831K

<https://mail.google.com/mail/u/0/?ik=7269a739b1&view=pt&search=all&permthid=thread-f:1868059045813061635&simpl=msg-f:1868059045813...> 1/1

Έγγραφο 8: Διόρθωση ονόματος ερευνήτριας

Παράρτημα Β: «Φωτογραφίες Εργαστηρίων»



Εικόνα 1: Συμμετέχων συγκεντρώνει τα άνθη της ξυνίδας



Εικόνα 2: Συμμετέχουσα που μόλις ολοκλήρωσε τη συλλογή των ανθέων



Εικόνα 3: Συμμετέχων που μόλις ολοκλήρωσε τη συλλογή των ανθέων



Εικόνα 4: Συμμετέχουσα κόβει σε μικρά κομμάτια την φλούδα του κρεμμυδιού



Εικόνα 5: Μάλλινα νήματα που βάψαμε στο πρώτο εργαστήριο και διάφορα φυτικά υλικά που μουλιάζουν



Εικόνα 6: Όλες οι αποχρώσεις που δημιουργήσαμε



Εικόνα 7: Συμμετέχοντες σχεδιάζουν το έργο τους



Εικόνα 8: Τα νήματα που επέλεξαν για το κέντημα



Εικόνα 9: Τελικό έργο 1



Εικόνα 10: Τελικό έργο 2



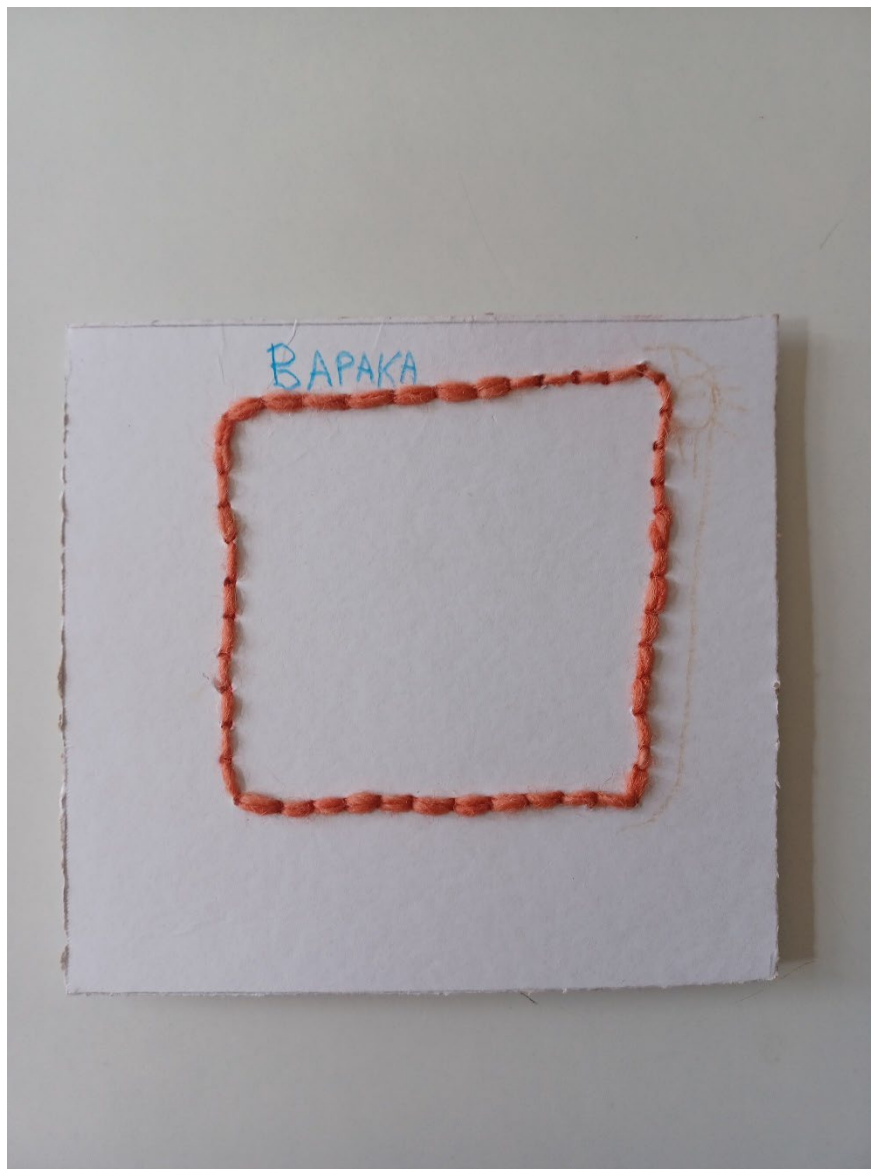
Εικόνα 11: Τελικό έργο 3



Εικόνα 12: Τελικό έργο 4



Εικόνα 13: Τελικό έργο 5



Εικόνα 14: Τελικό έργο 6



Εικόνα 15: Τελικό έργο 7

Υπεύθυνη Δήλωση Συγγραφέα:

Δηλώνω ρητά ότι, σύμφωνα με το άρθρο 8 του Ν.1599/1986, η παρούσα εργασία αποτελεί αποκλειστικά προϊόν προσωπικής μου εργασίας, δεν προσβάλλει κάθε μορφής δικαιώματα διανοητικής ιδιοκτησίας, προσωπικότητας και προσωπικών δεδομένων τρίτων, δεν περιέχει έργα/εισφορές τρίτων για τα οποία απαιτείται άδεια των δημιουργών/δικαιούχων και δεν είναι προϊόν μερικής ή ολικής αντιγραφής, οι πηγές δε που χρησιμοποιήθηκαν περιορίζονται στις βιβλιογραφικές αναφορές και μόνον και πληρούν τους κανόνες της επιστημονικής παράθεσης.