



Τέχνη για Κοινωνική Ένταξη

ΕΝΑΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΚΑΛΛΙΤΧΝΕΣ ΠΟΥ ΕΡΓΑΖΟΝΤΑΙ ΣΕ
ΔΥΣΚΟΛΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ
ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ



**Funded by
the European Union**

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι, ωστόσο, αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, η οποία δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη γι' αυτές.

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ ΤΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ: ΕΥΠΡΑΓΙΑ ΑΣΤΙΚΗ ΜΗ ΚΕΡΔΟΣΚΟΠΙΚΗ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ

Πίνακας περιεχομένων

| | |
|---|----|
| Εισαγωγή | 3 |
| Ορισμός των Βασικών Εννοιών | 6 |
| Τα οφέλη της Τέχνης σε απαιτητικά Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης | 9 |
| Απαιτούμενες δεξιότητες των Καλλιτεχνών που εργάζονται σε απαιτητικά Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης | 14 |
| Προκλήσεις και πώς μπορούν να μετριαστούν | 29 |
| Ανάγκες και Περιορισμοί συγκεκριμένων κατηγοριών ομάδων-στόχων | 32 |
| Η σημασία της "εμπειρίας" | 36 |
| Μελέτες περιπτώσεων που συνδέονται με κάθε τομέα έρευνας | 41 |
| Παραδείγματα δραστηριοτήτων βασισμένων στην Τέχνη με άτομα από δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης | 67 |
| Αναφορές | 84 |

Εισαγωγή

Το παρόν εγχειρίδιο έχει ως στόχο να ενδυναμώσει τους καλλιτέχνες και άλλους επαγγελματίες να εργαστούν αποτελεσματικά με άτομα σε δύσκολους τομείς της Υγειονομικής Περίθαλψης χρησιμοποιώντας την Τέχνη ως εργαλείο. Στόχος του είναι να παρέχει προσεγγίσεις και πρακτικά παραδείγματα σε καλλιτέχνες και επαγγελματίες, ώστε να είναι σε θέση να εργαστούν με άτομα που αντιμετωπίζουν χρόνιες ασθένειες, άτομα με άνοια, άτομα με αναπηρία, ηλικιωμένους κ.λπ.

Έχει αποδειχθεί ότι η Τέχνη μπορεί να είναι απίστευτα ευεργετική για τους ανθρώπους σε δύσκολους τομείς της Υγειονομικής Περίθαλψης για διάφορους λόγους. Ο θετικός της αντίκτυπος στην Ψυχική και Συναισθηματική Ευεξία είναι καλά τεκμηριωμένος. Οι τρόποι με τους οποίους η Τέχνη μπορεί να ωφελήσει τα άτομα σε δύσκολα Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων: Μείωση του άγχους, Αντιπερισπασμό, Συναισθηματική Έκφραση, Αίσθηση Επίτευξης, Δημιουργία Κοινότητας, Βελτίωση της Γνωστικής Λειτουργίας, Βελτίωση της Ποιότητας ζωής, Διαχείριση του πόνου, Προώθηση της Ευεξίας, Ενδυνάμωση, Δεξιότητες Επικοινωνίας και Αντιμετώπισης, Υποστήριξη της Οικογένειας και των Φροντιστών. Μέσω της ζωγραφικής, της γλυπτικής, της μουσικής και άλλων μορφών Τέχνης, τα άτομα μπορούν να βρουν παρηγοριά, να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις των καταστάσεων Υγειονομικής Περίθαλψης.

Από την άλλη πλευρά, οι καλλιτέχνες συχνά δεν έχουν την εμπειρία ή τις δεξιότητες για να εργαστούν σε τέτοια Περιβάλλοντα. Οι καλλιτέχνες συνήθως λαμβάνουν εκπαίδευση στη συγκεκριμένη μορφή Τέχνης τους, η οποία επικεντρώνεται στην τελειοποίηση των δημιουργικών και τεχνικών δεξιοτήτων τους. Μπορεί να μην έχουν επίσημη εκπαίδευση ή κατάρτιση στην Υγειονομική Περίθαλψη, την Ψυχολογία ή σε συναφείς Τομείς, οι οποίοι είναι συχνά απαραίτητοι για την κατανόηση της μοναδικής δυναμικής των Περιβαλλόντων Υγειονομικής Περίθαλψης. Πολλοί από αυτούς μπορεί να μην γνωρίζουν τις δυνατότητες χρήσης των δεξιοτήτων τους σε Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης. Η ενσωμάτωση της Τέχνης και της Υγειονομικής Περίθαλψης είναι ένας σχετικά νέος και εξελισσόμενος Τομέας

και οι Καλλιτέχνες μπορεί να μην έχουν εκτεθεί σε αυτές τις ευκαιρίες κατά τη διάρκεια της Εκπαίδευσης ή της Επαγγελματικής τους εξέλιξης.

Το εγχειρίδιο έχει τους ακόλουθους στόχους:

- Να εντοπίσουν και να εξηγήσουν τα οφέλη που μπορεί να έχει η Τέχνη για τους ανθρώπους σε δύσκολα περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης
- Να προσδιορίσει τις δεξιότητες και τους πόρους που είναι απαραίτητοι για να μπορέσει ένας Καλλιτέχνης να εργαστεί αποτελεσματικά σε τέτοια περιβάλλοντα
- Να εντοπίσουν τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι Καλλιτέχνες όταν θέλουν να εργαστούν σε τέτοια Περιβάλλοντα και πώς μπορούν να τις ξεπεράσουν
- Να διερευνήσει πώς οι επαγγελματίες ή και ερασιτέχνες καλλιτέχνες μπορούν να γίνουν μέρος μιας ολοκληρωμένης πολιτικής που θα τους επιτρέψει να συμμετέχουν. Η συνεργασία τόσο των επαγγελματιών όσο και των ερασιτεχνών καλλιτεχνών μπορεί να οδηγήσει σε συνέργειες που μπορούν να δημιουργήσουν περαιτέρω ευκαιρίες για τη συμμετοχή περισσότερων ανθρώπων
- Να εντοπίζουν τις ανάγκες και τους περιορισμούς συγκεκριμένων ομάδων ατόμων σε δύσκολες καταστάσεις Υγειονομικής Περίθαλψης σε σχέση με τη χρήση μεθόδων βασισμένων στην Τέχνη
- Να αναπτύξει ένα σύνολο ιδεών από τους καλλιτέχνες προκειμένου να διασφαλίσει ότι όλες οι μορφές Τέχνης μπορούν να αποτελέσουν ενεργό μέρος του Έργου.
- Να αξιολογηθεί πώς μπορούν να ανταλλάξουν συγκεκριμένες βέλτιστες πρακτικές σε ολόκληρη την Ε.Ε οι Καλλιτέχνες, επαγγελματίες ή και ερασιτέχνες, προκειμένου να δημιουργηθούν συνέργειες που θα οδηγήσουν στα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα. Η αξιολόγηση τέτοιων Πρακτικών θα δώσει τη δυνατότητα σε όλους τους συμμετέχοντες Οργανισμούς και Χώρες να ανταλλάξουν γνώσεις, καθιστώντας το συνολικό έργο πιο βιώσιμο.
- Να παρουσιάσει Μελέτες Περιπτώσεων και συγκεκριμένα Σχέδια Εφαρμογής για το πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν διαφορετικές μορφές Τέχνης σε διαφορετικά

Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης. Τα σχέδια αυτά θα μπορούσαν να εφαρμοστούν άμεσα από τους αναγνώστες του Εγχειριδίου.

Εν κατακλείδι, το παρόν εγχειρίδιο έχει ως στόχο να καθοδηγήσει τους Επαγγελματίες Καλλιτέχνες στην αποτελεσματική συνεργασία με άτομα σε δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης, προωθώντας παράλληλα τη δέσμευση των ασθενών. Αξιοποιώντας την Καλλιτεχνική Έκφραση και τη Δημιουργικότητα, μπορούμε να συμβάλουμε στη βελτίωση της Συναισθηματικής Ευεξίας, της αντιμετώπισης και της Συμμετοχικότητας μεταξύ των ασθενών με Χρόνιες Ασθένειες. Μέσω Συνεργατικών Προσπαθειών και Μελετημένης Εφαρμογής, μπορούμε να εργαστούμε για ένα πιο δίκαιο και ανθεκτικό μέλλον για όλους.

Το Εγχειρίδιο είναι το αποτέλεσμα των εργασιών που πραγματοποιήθηκαν από την Κοινοπραξία του Προγράμματος Erasmus+ "Art for Social Inclusion". Το έργο συντονίζει ο Δήμος Γαλατσίου με τη συμμετοχή των ακόλουθων εταίρων: Action Synergy (Ελλάδα), EUPRAGIA (Ελλάδα), Ίδρυμα Mantovani Castorina (Ιταλία), Οργανισμός Προώθησης Ευρωπαϊκών Θεμάτων (Κύπρος) και Κέντρο Ειδικής Εκπαιδευτικής Υποστήριξης "D-r Peter Beron" (Βουλγαρία).

Ο Οργανισμός που είναι υπεύθυνος για το παρόν Εγχειρίδιο είναι η EUPRAGIA. Περισσότερες πληροφορίες για το έργο μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα: <https://art4si.eu/>

Ορισμός των Βασικών Εννοιών

Σε αυτό το κεφάλαιο, θα ορίσουμε τις Βασικές Έννοιες με τις οποίες θα ασχοληθούμε σε όλο το Εγχειρίδιο.

Ορισμός της Τέχνης

Η Τέχνη είναι μια πολύ ευρεία έννοια που έχει λάβει διάφορους ορισμούς στο πέρασμα των χρόνων, και σε ορισμένες περιπτώσεις οι ορισμοί αυτοί μπορούν να θεωρηθούν αμφιλεγόμενοι. Ωστόσο, η περίφημη εγκυκλοπαίδεια Stanford Encyclopedia έχει προσδιορίσει αρκετούς αποδεκτούς ορισμούς που μπορούν να περιγραφούν και να δώσουν την ευκαιρία να αποσαφηνιστεί αυτή η σημαντική πτυχή, αποφεύγοντας έτσι πιθανές συγκρούσεις σχετικά με την πραγματική έννοια, οι οποίες μπορεί να επηρεάσουν το τρέχον έργο και προφανώς τη συμβολή των Καλλιτεχνών στο πλαίσιο της Κοινωνικής Ένταξης. Ως εκ τούτου, περιγράφονται οι ακόλουθοι ορισμοί¹:

- Ένα είδος αναπαράστασης που έχει αυτοσκοπό και, αν και χωρίς τέλος, προάγει ωστόσο την καλλιέργεια των Νοητικών δυνάμεων για Κοινωνική Επικοινωνία.
- Η ποιότητα, η παραγωγή, η έκφραση, η σφαίρα, σύμφωνα με τις αισθητικές αρχές, αυτού που είναι όμορφο, ελκυστικό περισσότερο από τη συνηθισμένη σημασία.
- Η κατηγορία αντικειμένων που υπόκεινται σε αισθητικά κριτήρια- έργα τέχνης συλλογικά, όπως πίνακες ζωγραφικής, γλυπτά ή σχέδια.
- Η κατασκευή αντικειμένων, εικόνων, μουσικής κ.λπ. που είναι όμορφα ή εκφράζουν συναισθήματα, συμπεριλαμβανομένης της τηλεόρασης.

Ωστόσο, ο Αριστοτέλης έχει ορίσει ότι "η Τέχνη ολοκληρώνει ό,τι η φύση δεν μπορεί να ολοκληρώσει. Ο καλλιτέχνης μας δίνει γνώση των μη πραγματοποιημένων σκοπών της φύσης". Περαιτέρω, ο Λεονάρντο Ντα Βίντσι πρότεινε ότι "η Τέχνη είναι η βασίλισσα όλων των επιστημών που μεταδίδει τη γνώση σε όλες τις γενιές του κόσμου". Επιπλέον, ο Ελ Γκρέκο παρείχε μια πιο ακριβή προσέγγιση που περιλαμβάνει τη φύση και διευκρίνισε ότι "Η Τέχνη

¹ Εγκυκλοπαίδεια Φιλοσοφίας του Στάνφορντ (2018)

είναι παντού όπου την αναζητάτε- χαιρετήστε τα αστέρια που λάμπουν γιατί είναι οι απρόσεκτες πιτσιλιές του Θεού". Τέλος, ο Μιχαήλ Άγγελος δήλωσε ότι "Το αληθινό έργο Τέχνης δεν είναι παρά μια σκιά της θεϊκής τελειότητας". Όλοι οι παραπάνω ορισμοί και επεξηγήσεις παρέχουν το κατάλληλο υπόβαθρο που είναι απαραίτητο για τη συνολική εξέταση του θέματος και το συνδέουν με τις έννοιες του Κοινωνικού Αποκλεισμού και της Κοινωνικής Ένταξης, και φυσικά, πώς οι Καλλιτέχνες μπορούν πραγματικά να διαδραματίσουν ρόλο-κλειδί στη συγκεκριμένη διαδικασία.

Είδη τέχνης

Στο πλαίσιο του Έργου, εστιάζουμε στις παρακάτω μορφές Τέχνης τις οποίες ορίζουμε ως εξής:

Ζωγραφική: Η ζωγραφική είναι μια μορφή Τέχνης που γίνεται μέσω της εφαρμογής ζωγραφίζω, χρώματος ή χρωστικών ουσιών σε ένα μέσο ή μια επιφάνεια.²

Μουσική: Σύμφωνα με τον AiC (2020) "Η μουσική δημιουργείται όταν υπάρχει μια οργάνωση ήχων, ως δονήσεις, που συνδυάζονται για να σχηματίσουν μια ακουστική σύνθεση. Τα στοιχεία μιας μουσικής σύνθεσης περιλαμβάνουν την αρμονία, το ηχόχρωμα, τη μελωδία και το ρυθμό".

Χορός: η κίνηση του σώματος με ρυθμικό τρόπο, συνήθως με μουσική και μέσα σε συγκεκριμένο χώρο, με σκοπό την έκφραση μιας ιδέας ή ενός συναισθήματος, την απελευθέρωση ενέργειας ή απλώς την απόλαυση της ίδιας της κίνησης³.

Θέατρο: Το θέατρο είναι μια συνεργατική μορφή Τέχνης που συνδυάζει λέξεις, φωνή, κίνηση και οπτικά στοιχεία για να εκφράσει νόημα⁴.

Αφήγηση ιστοριών: Αφήγηση είναι η διαδραστική Τέχνη της χρήσης λέξεων και ενεργειών για την αποκάλυψη των στοιχείων και των εικόνων μιας ιστορίας, ενθαρρύνοντας παράλληλα τη φαντασία του ακροατή⁵.

² <https://study.com/academy/lesson/what-is-painting-definition-evolution-major-artists.html>

³ <https://www.britannica.com/art/dance>

⁴ <https://portal.ct.gov/-/media/SDE/Arts/Guide-to-K12-Program-Development-in-the-Arts/Theatre-Introduction-and-CPRC.pdf>

⁵ Εθνικό Δίκτυο Αφήγησης,, <https://storynet.org/what-is-storytelling/>

Άνθρωποι σε απαιτητικά Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης

Με τον όρο αυτό, εννοούμε άτομα που αντιμετωπίζουν μακροχρόνια προβλήματα με την υγεία τους, είτε βρίσκονται σε ιδρύματα είτε όχι. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, τις ακόλουθες κατηγορίες:

- Άτομα με άνοια: Η άνοια είναι ένας γενικός όρος για την απώλεια της μνήμης, της γλώσσας, της επίλυσης προβλημάτων και άλλων ικανοτήτων σκέψης που είναι αρκετά σοβαρή ώστε να παρεμβαίνει στην καθημερινή ζωή⁶.
- Άτομα με αναπηρία: Σύμφωνα με τα Ηνωμένα Έθνη, ο όρος άτομα με αναπηρία χρησιμοποιείται για να εφαρμοστεί σε όλα τα άτομα με αναπηρία, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που έχουν μακροχρόνιες σωματικές, ψυχικές, διανοητικές ή αισθητηριακές βλάβες, οι οποίες, σε αλληλεπίδραση με διάφορα συμπεριφορικά και περιβαλλοντικά εμπόδια, εμποδίζουν την πλήρη και αποτελεσματική συμμετοχή τους στην κοινωνία σε ίση βάση με τους άλλους⁷. Αυτό περιλαμβάνει σωματικές αναπηρίες και ψυχικές αναπηρίες
- Άτομα με χρόνιες ασθένειες: Οι χρόνιες ασθένειες είναι μακροχρόνιες καταστάσεις που συνήθως μπορούν να ελεγχθούν αλλά όχι να θεραπευτούν. Τα άτομα που ζουν με χρόνιες ασθένειες πρέπει συχνά να διαχειρίζονται καθημερινά συμπτώματα που επηρεάζουν την ποιότητα της ζωής τους και αντιμετωπίζουν οξεία προβλήματα υγείας και επιπλοκές που μπορεί να μειώσουν το προσδόκιμο ζωής τους⁸.
- Ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας: Άτομα μεγαλύτερης ηλικίας που έχουν αρχίσει να βιώνουν μείωση των πνευματικών ή σωματικών τους ικανοτήτων

⁶ <https://www.alz.org/alzheimers-dementia/what-is-dementia>

⁷ <https://www.un.org/esa/socdev/enable/faqs.htm>

⁸ <https://cmcd.sph.umich.edu/about/about-chronic-disease/>

Τα οφέλη της Τέχνης σε Απαιτητικά Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης

Οι καλλιτεχνικές δραστηριότητες χρησιμεύουν ως θεραπευτική διέξοδος για τα άτομα που αντιμετωπίζουν δύσκολες Καταστάσεις Υγείας. Με την ενασχόληση με τη δημιουργική έκφραση, οι ασθενείς μπορούν να εκφράσουν τα συναισθήματα, τις εμπειρίες και τις προκλήσεις τους με μη λεκτικό τρόπο, διευκολύνοντας τη συναισθηματική απελευθέρωση και την αυτογνωσία. Ο θεραπευτικός χαρακτήρας της Τέχνης προάγει τη συναισθηματική ευημερία, την ανθεκτικότητα και τους μηχανισμούς αντιμετώπισης, επιτρέποντας στους ασθενείς να περιηγηθούν στο ταξίδι τους στην Υγειονομική Περίθαλψη με αυξημένη αυτοπεποίθηση.

1. **Μείωση του άγχους:** Η δημιουργία ή η εμπειρία της τέχνης, είτε μέσω της ζωγραφικής, της μουσικής ή άλλων μορφών, μπορεί να βοηθήσει στη μείωση του στρες και του άγχους. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τους ασθενείς που αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα υγείας ή μακρά παραμονή στο νοσοκομείο⁹. Ερευνητές διερεύνησαν τον αντίκτυπο της Εικαστικής Τέχνης στα επίπεδα άγχους των ενηλίκων και διαπίστωσαν ότι τα επίπεδα των ορμονών κορτιζόλης μειώθηκαν σημαντικά μετά από μια 45λεπτη συνεδρία καλλιτεχνικής δημιουργίας¹⁰.
2. **Απόσπαση προσοχής:** Η Τέχνη μπορεί να χρησιμεύσει ως πολύτιμος αντιπερισπασμός από τον πόνο, την ταλαιπωρία και τη μονοτονία της ρουτίνας της Υγειονομικής Περίθαλψης. Η ενασχόληση με καλλιτεχνικές δραστηριότητες μπορεί να βοηθήσει τους ασθενείς να επικεντρωθούν σε κάτι θετικό και ελκυστικό. Μελέτες δείχνουν ότι η Τέχνη

⁹ Παρεμβάσεις δημιουργικών τεχνών για τη διαχείριση και την πρόληψη του άγχους-Συστηματική ανασκόπηση, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5836011/>

¹⁰ Μείωση των επιπέδων κορτιζόλης και των αντιδράσεων των συμμετεχόντων μετά την καλλιτεχνική δημιουργία, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07421656.2016.1166832>

έχει τη δυνατότητα να αποσπάσει θετικά την προσοχή των ασθενών απευθυνόμενη σε αυτούς κοινωνικά, πολιτισμικά και υπαρξιακά ως μεμονωμένα ανθρώπινα όντα.¹¹.

3. **Συναισθηματική έκφραση:** Η Τέχνη επιτρέπει στα άτομα να εκφράζουν τα συναισθήματά τους, ακόμη και όταν οι λέξεις μπορεί να μην τους αφήνουν. Για τους ασθενείς που αντιμετωπίζουν σύνθετα συναισθήματα που σχετίζονται με την υγεία τους, η δημιουργία ή η ενασχόληση με την Τέχνη μπορεί να αποτελέσει μια υγιή διέξοδο έκφρασης. Η χρήση μεθόδων Τέχνης μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να βρουν νέους και δημιουργικούς τρόπους επεξεργασίας και έκφρασης των συναισθημάτων τους. Η τέχνη είναι μια μορφή έκφρασης χωρίς λόγια και μπορεί να είναι ιδιαίτερα χρήσιμη όταν κάποιος δεν μπορεί να εκφραστεί μέσω της Λεκτικής Επικοινωνίας. Η δημιουργική διαδικασία μπορεί να βοηθήσει ένα άτομο που δυσκολεύεται με τη συναισθηματική έκφραση να χαλαρώσει τα συναισθηματικά εμπόδια και να προσεγγίσει το υποσυνείδητό του. Αυτή η διαδικασία επιτρέπει στα άτομα να κατανοήσουν καλύτερα τα συναισθήματά τους, να έρθουν σε επαφή με τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους και να αποκτήσουν συναισθηματική κάθαρση μέσω της καλλιτεχνικής έκφρασης¹². Ταυτόχρονα, η διαδικασία της καλλιτεχνικής δημιουργίας μπορεί να αποτελέσει μια ευκαιρία για αυτοαναστοχασμό και ενδοσκόπηση, καθώς και έναν τρόπο επικοινωνίας για άτομα που μπορεί να δυσκολεύονται με τις παραδοσιακές μορφές επικοινωνίας.
4. **Αίσθημα επίτευξης:** Η ολοκλήρωση ενός έργου Τέχνης, είτε πρόκειται για σχέδιο, γλυπτό ή μουσική σύνθεση, μπορεί να προσφέρει μια αίσθηση ολοκλήρωσης. Αυτό μπορεί να είναι ιδιαίτερα σημαντικό για όσους μπορεί να παλεύουν με αισθήματα αδυναμίας ή απώλειας ελέγχου στο ταξίδι τους στην Υγειονομική Περίθαλψη. Η δημιουργικότητα μπορεί να βοηθήσει στην οικοδόμηση της αυτοεκτίμησης και στη

¹¹ Πώς οι ασθενείς βιώνουν και χρησιμοποιούν την τέχνη στα νοσοκομεία; Η σημασία της αλληλεπίδρασης: μια πειραματική μελέτη περίπτωσης προσανατολισμένη στον χρήστη,

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5328392/>

¹² <https://aohealing.com/the-benefits-of-art-therapy-for-emotional-expression/>

βελτίωση της ψυχικής υγείας, ιδίως στους ηλικιωμένους¹³. Η Τέχνη δίνει μια αίσθηση επιτυχίας που κάνει τους ανθρώπους, ιδίως σε δύσκολα Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης, να αισθάνονται καλά και ενισχύει την αυτοπεποίθησή τους. Το επίτευγμα μπορεί να προέρχεται από τη διαδικασία της μάθησης, της πράξης και της δημιουργίας και δεν χρειάζεται να αφορά την επίτευξη του τελικού αποτελέσματος.

5. **Πρώθηση Κοινωνικών Συνδέσεων:** Οι παρεμβάσεις με βάση την Τέχνη δημιουργούν ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς που ενθαρρύνει τη συνεργασία και τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ των ασθενών. Μέσω των ομαδικών συνεδριών Τέχνης, οι ασθενείς έχουν την ευκαιρία να μοιραστούν εμπειρίες, να υποστηρίξουν ο ένας τον άλλον και να αναπτύξουν μια αίσθηση συντροφικότητας. Αυτές οι κοινωνικές συνδέσεις ενισχύουν την αίσθηση του ανήκειν των ασθενών, μειώνοντας τα αισθήματα απομόνωσης και μοναξιάς που συνήθως βιώνουν κατά τη διάρκεια παρατεταμένων καταστάσεων Υγειονομικής Περίθαλψης. Η Τέχνη μπορεί επίσης να ενισχύσει τους δεσμούς μεταξύ των ασθενών και των φροντιστών τους.
6. **Βελτιωμένη Γνωστική Λειτουργία:** Αυτό είναι απαραίτητο για τους ασθενείς που αντιμετωπίζουν νευρολογικές παθήσεις ή γνωστικές διαταραχές. Αποδείχθηκε ότι η δημιουργία Τέχνης βοηθά στην παραγωγή του νευροδιαβιβαστή ντοπαμίνη¹⁴ το οποίο διεγείρει τη δημιουργία νέων νευρώνων και ενισχύει τη διαδικασία εστίασης και μάθησης.
7. **Διαχείριση Πόνου:** Υπάρχουν στοιχεία που δείχνουν ότι η θεραπεία μέσω Τέχνης μπορεί να βοηθήσει στη μείωση της αντίληψης του πόνου. Η ενασχόληση με δημιουργικές δραστηριότητες μπορεί να προκαλέσει την απελευθέρωση ενδορφινών και άλλων φυσικών αναλγητικών του πόνου. Η δημιουργία Τέχνης μπορεί να βοηθήσει το σώμα να απελευθερώσει ενδορφίνες, τα φυσικά παυσίπονα του οργανισμού, τα οποία μπορούν να μπλοκάρουν τα νευρικά κύτταρα που λαμβάνουν σήματα πόνου,

¹³ Θετικές επιδράσεις της καλλιτεχνικής θεραπείας στην κατάθλιψη και την αυτοεκτίμηση ηλικιωμένων σε οίκους ευγηρίας, <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00981389.2018.1564108?journalCode=wshc20>

¹⁴ Δημιουργικότητα, εγκέφαλος και τέχνη: βιολογικές και νευρολογικές εκτιμήσεις, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4041074/>

αμβλύνοντας ουσιαστικά τον πόνο¹⁵. Σύμφωνα με τη Sandra Izhakoff, ζωγράφο, Καθηγήτρια Τέχνης και Θεραπεύτρια Τέχνης στο Forest Hills της Νέας Υόρκης, "οι άνθρωποι με χρόνια πόνο συχνά αισθάνονται ότι έχουν χάσει τον έλεγχο του σώματός τους, των επιλογών τους και του ίδιου του ιστού της ζωής τους". Η Izhakoff λέει ότι "τα υλικά Τέχνης διαφόρων ποικιλιών επιτρέπουν σε ένα άτομο να αποκτήσει τον έλεγχο τον οποίο είχε χάσει εντελώς και ίσως σκόπιμα"¹⁶.

8. **Πρώθηση Ευεξίας:** Η τέχνη μπορεί επίσης να προάγει τη συνολική ευεξία. Οι Καλλιτεχνικές δραστηριότητες ενθαρρύνουν την αυτοφροντίδα και την αυτοέκφραση. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ), αναφέρει ότι "Η δημιουργία και η απόλαυση των Τεχνών συμβάλλει στην προώθηση της ολιστικής ευεξίας και μπορεί να αποτελέσει κίνητρο για την ανάρρωση".¹⁷
9. **Ενδυνάμωση:** Η ενασχόληση με καλλιτεχνικές δραστηριότητες μπορεί να ενδυναμώσει τους ασθενείς, επιτρέποντάς τους να κάνουν επιλογές, να εκφράσουν την ατομικότητά τους και να ανακτήσουν την αίσθηση του ελέγχου της ζωής τους. Σύμφωνα με την ψυχίατρο Dr. Carrie Barron, αυτό συμβαίνει μέσω μιας συνταγής πέντε συνιστωσών: διορατικότητα (αυτογνωσία), κίνηση (άσκηση), ξεκούραση του νου (αποσυνδεθείτε, αράξτε), τα δικά σας δύο χέρια (φτιάξτε πράγματα ή κάντε πράγματα να συμβούν), αλλαγή του νου (καλλιεργήστε μια χρήσιμη νοοτροπία).¹⁸
10. **Υποστήριξη οικογένειας και φροντιστών:** Η Τέχνη μπορεί να αποτελέσει εργαλείο για τα μέλη της οικογένειας και τους φροντιστές για να συνδεθούν με τους αγαπημένους τους σε χώρους Υγειονομικής Περιθαλψής. Μπορεί να προσφέρει ένα μέσο σύνδεσης και έκφρασης. Οι καλλιτεχνικές δραστηριότητες μπορούν να βελτιώσουν την κοινωνική

¹⁵ <https://breakthestigma2.weebly.com/science-behind-mental-illness--positive-affects-of-art.html>

¹⁶ <https://www.healthcentral.com/pain-management/art-therapy-chronic-pain>

¹⁷ <https://www.who.int/initiatives/arts-and-health>

¹⁸ <https://www.beaumont.org/health-wellness/blogs/art-and-healing-wellness-and-empowerment-in-the-community>

σύνδεση και να προωθήσουν την αμοιβαιότητα μεταξύ των ατόμων που ζουν σε περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης και των φροντιστών τους¹⁹.

11. **Καταρρίπτοντας τα εμπόδια:** Η Τέχνη ξεπερνά τα Γλωσσικά και Πολιτισμικά εμπόδια, καθιστώντας την αποτελεσματικό εργαλείο για την άρση των κοινωνικών φραγμών. Στο πλαίσιο της Υγειονομικής Περίθαλψης, η Τέχνη επιτρέπει σε ασθενείς με διαφορετικό υπόβαθρο να συνδεθούν σε μια κοινή πλατφόρμα, προωθώντας την αμοιβαία κατανόηση και ενσυναίσθηση. Με την προώθηση του ανοικτού διαλόγου και της κοινής εμπειρίας, η Τέχνη γίνεται μια γέφυρα που φέρνει τους ασθενείς, τους επαγγελματίες Υγείας και το προσωπικό υποστήριξης πιο κοντά, συμβάλλοντας σε μια Κοινότητα Υγειονομικής Περίθαλψης χωρίς αποκλεισμούς.
12. **Καταπολέμηση του Στίγματος:** Η χρόνια πάθηση οδηγεί σε παρανοήσεις και προκαταλήψεις. Η καλλιτεχνική έκφραση δίνει τη δυνατότητα στους ασθενείς να αμφισβητήσουν αυτά τα στερεότυπα αναδεικνύοντας τις δυνάμεις και την ανθεκτικότητά τους. Μοιραζόμενοι το δημιουργικό τους έργο, οι ασθενείς εξανθρωπίζουν τις εμπειρίες τους, ενισχύοντας την ενσυναίσθηση και ευαισθητοποιώντας την ευρύτερη κοινωνία. Η Τέχνη χρησιμεύει έτσι ως ισχυρό εργαλείο για την καταπολέμηση του Στίγματος και την προώθηση μιας κοινωνίας που θα είναι πιο περιεκτική και αποδεκτή.

Μέσα από όλα τα οφέλη που αναλύθηκαν παραπάνω, η Τέχνη προσφέρει μια μετασχηματιστική προσέγγιση για τη βελτίωση της ζωής των ατόμων που αντιμετωπίζουν την πολυπλοκότητα των χρόνιων ασθενειών και άλλων δύσκολων καταστάσεων Υγειονομικής Περίθαλψης. Οι συστάσεις που διατυπώνονται σε αυτή τη μελέτη αποσκοπούν στην προώθηση της Ενσωμάτωσης της Τέχνης σε χώρους Υγειονομικής Περίθαλψης, προωθώντας ένα πιο περιεκτικό, συμπονετικό και υποστηρικτικό περιβάλλον για όλους τους ασθενείς.

Παρά τα προφανή οφέλη τους, συνήθως, η χρήση μεθόδων που βασίζονται στην Τέχνη δεν είναι πολύ συνηθισμένη στα πλαίσια της Υγειονομικής Περίθαλψης και είναι συνήθως σποραδικές και όχι συνεχείς οι δραστηριότητες που οργανώνονται.

¹⁹ Πώς μπορούν οι τέχνες να επηρεάσουν τις στάσεις των φροντιστών άνοιας;
<https://academic.oup.com/gerontologist/article/60/6/1103/5843559?login=false>

Προκειμένου ο ρόλος των καλλιτεχνών να γίνει πιο αποτελεσματικός, πρέπει να γίνουν οι ακόλουθες ενέργειες:

- Διάλογος με τις Τοπικές και Εθνικές Αρχές προκειμένου να δημιουργηθεί το κατάλληλο Νομικό και Τυπικό υπόβαθρο που θα επιτρέψει τόσο στους καλλιτέχνες όσο και στους ανθρώπους στα δύσκολα περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης να αποκτήσουν πρόσβαση στους σχετικούς πόρους. Οι πόροι αυτοί μπορεί να είναι Τεχνικοί, Υποδομές, Ανθρώπινο Δυναμικό αλλά και Οικονομικοί. Ο συνδυασμός όλων αυτών μπορεί να δημιουργήσει σημαντικά οφέλη για όλα τα εμπλεκόμενα μέρη
- Άμεσος διάλογος μεταξύ των περιβαλλόντων Υγειονομικής Περίθαλψης και της Κοινωνίας, καθώς αυτό θα επιτρέψει στους Καλλιτέχνες να διευρύνουν τις γνώσεις τους σχετικά με τα συγκεκριμένα ζητήματα που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι που ζουν εκεί και, ως εκ τούτου, να γίνουν πιο ακριβείς όταν πρόκειται να σχεδιάσουν και να αναπτύξουν τις πρακτικές τους.
- Ανάπτυξη των Κοινωνικών Δικτύων των Καλλιτεχνών με επιχειρήσεις και άλλους οργανισμούς, όπως οι Μη Κερδοσκοπικοί Οργανισμοί (ΜΚΟ) και οι ΜΚΟ. Η ανάπτυξη αυτού του δικτύου αποτελεί πραγματική ανάγκη για τους Καλλιτέχνες και πρέπει πάντα να θεωρείται προτεραιότητα λόγω του αυξανόμενου αντίκτυπου που έχουν αυτοί οι οργανισμοί στην επιχειρηματική κοινωνία, τόσο σε δημόσιο όσο και σε ιδιωτικό επίπεδο.
- Θέστε προτεραιότητες για τους ανθρώπους σε απαιτητικά Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης, με βάση τη στρατηγική προσέγγιση SMART (Συγκεκριμένα - Μετρήσιμα, Εφικτά - Ρεαλιστικά - Χρονικά περιορισμένα). Αυτό θα βοηθήσει αυτή την κατηγορία ανθρώπων να κατανοήσουν ότι η Τέχνη μπορεί πράγματι να τους παρέχει ευκαιρίες, ωστόσο, θα τους βοηθήσει επίσης να θέσουν τους δικούς τους στόχους και να επιτύχουν τους στόχους τους²⁰

²⁰ Πηγή :Ο Οργανισμός Πολιτιστικών Υποθέσεων της Ιαπωνίας και η Κοινή Ερευνητική Ομάδα του Πανεπιστημίου Kyushu (2020)

Απαιτούμενες δεξιότητες των Καλλιτεχνών που εργάζονται σε Απαιτητικά Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης

Οι καλλιτέχνες που εργάζονται σε απαιτητικά περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης απαιτούν ένα μοναδικό σύνολο δεξιοτήτων για να συνεργαστούν αποτελεσματικά με ασθενείς, φροντιστές και Επαγγελματίες Υγείας. Οι δεξιότητες αυτές υπερβαίνουν το καλλιτεχνικό ταλέντο και περιλαμβάνουν πολλές κοινωνικές δεξιότητες, όπως οι διαπροσωπικές δεξιότητες, η επικοινωνία και η προσαρμοστικότητα. Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζονται οι κύριες δεξιότητες που πρέπει να διαθέτουν οι καλλιτέχνες προκειμένου να μπορούν να εργάζονται αποτελεσματικά σε αυτά τα περιβάλλοντα.

Ενσυναίσθηση

Η κύρια δεξιότητα που πρέπει να διαθέτει ένας Καλλιτέχνης για να μπορεί να εργάζεται με επιτυχία σε απαιτητικά περιβάλλοντα υγειονομικής περίθαλψης είναι η **Ενσυναίσθηση**.

Σύμφωνα με την εγκυκλοπαίδεια της Αμερικανικής Ψυχολογικής Εταιρείας (APA), "ενσυναίσθηση είναι η κατανόηση ενός ατόμου από το πλαίσιο αναφοράς του και όχι από το δικό μας, ή το να βιώνουμε τα συναισθήματα, τις αντιλήψεις και τις σκέψεις αυτού του ατόμου. Η ενσυναίσθηση δεν συνεπάγεται από μόνη της κίνητρο για παροχή βοήθειας, αν και μπορεί να μετατραπεί σε συμπάθεια ή προσωπική στεναχώρια, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε δράση. Στην ψυχοθεραπεία, η ενσυναίσθηση του θεραπευτή για τον πελάτη μπορεί να είναι ένας δρόμος προς την κατανόηση των γνωστικών στοιχείων, των επιδράσεων, των κινήτρων ή των συμπεριφορών του πελάτη". Η πραγματική πρόκληση για την Κοινωνική Ένταξη και τους Καλλιτέχνες είναι να αναπτύξουν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά που θα τους επιτρέψουν να επιτύχουν τους στόχους τους. Η ενσυναίσθηση είναι ένα σημαντικό στοιχείο για την Κοινωνική Ένταξη, για λογαριασμό των Καλλιτεχνών, καθώς ενέχει ηθικές προκλήσεις που πρέπει να ακολουθούνται, καθώς οι άνθρωποι σε δύσκολα Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης είναι πράγματι πολύ ευάλωτοι. Πρέπει επίσης να σημειωθεί ότι παρά το γεγονός ότι η Ενσυναίσθηση θεωρείται σημαντικό στοιχείο στη διαδικασία της Κοινωνικής Ένταξης, δεν μπορεί να θεωρηθεί ως το μοναδικό, καθώς πρέπει να εφαρμόζεται σε όλα τα επίπεδα η

ουσιαστική συμβολή άλλων κοινωνικών και επαγγελματικών δεξιοτήτων (AT, 2022). Σε κάθε περίπτωση, η Ενσυναίσθηση είναι το πρώτο και σημαντικότερο χαρακτηριστικό, καθώς χωρίς την κατανόηση των προβλημάτων κάποιου δεν θα μπορούσαν τα άτομα να δημιουργήσουν τις σωστές συνέργειες και να ενδυναμώσουν τους ανθρώπους.

Επικοινωνία

Οι Επικοινωνιακές Δεξιότητες είναι το δεύτερο σύνολο δεξιοτήτων που είναι απαραίτητο για τους καλλιτέχνες που εργάζονται σε απαιτητικά Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης.

Η επικοινωνία έχει οριστεί ως η χρήση εργαλείων και μέσων που θα επιτρέψουν σε άτομα ή ομάδες ανθρώπων υπό οποιαδήποτε μορφή να ανταλλάσσουν ελεύθερα απόψεις, ιδέες, ανησυχίες, σκέψεις κ.λπ. Η αποτελεσματική επικοινωνία εκ μέρους των Καλλιτεχνών απαιτεί τον προσδιορισμό των πιο σημαντικών καναλιών που θεωρούνται τα εξής:

- **Η Λεκτική Επικοινωνία**, η οποία σύμφωνα με τον McDuffie (2013, σ. 132) έχει οριστεί ως εξής: "Η λεκτική επικοινωνία αναφέρεται στην παραγωγή προφορικού λόγου για την αποστολή ενός σκόπιμου μηνύματος σε έναν ακροατή". Επιπλέον, ο συγγραφέας διευκρινίζει ότι η Λεκτική Επικοινωνία χωρίζεται σε διάφορα στοιχεία/υποκατηγορίες, όπως:
 - ✓ Σημασιολογία (λεξιλόγιο),
 - ✓ Σύνταξη (γραμματική), και
 - ✓ Πραγματική (οι κοινωνικές χρήσεις της γλώσσας).

Μέσω της λεκτικής επικοινωνίας, οι καλλιτέχνες μπορούν να προσεγγίσουν τους ανθρώπους σε χώρους Υγειονομικής Περίθαλψης με τρόπο που θα τους κάνει να αισθάνονται άνετα. Δεδομένου του επιπέδου ευγένειας και ευαισθησίας που συνήθως χαρακτηρίζει τους Καλλιτέχνες, η εφαρμογή τέτοιων δεξιοτήτων θεωρείται μεγάλης σημασίας. Ωστόσο, οι Καλλιτέχνες πρέπει επίσης να εκπαιδεύονται προκειμένου να αναπτύξουν περαιτέρω αυτές τις δεξιότητες, καθώς η επικοινωνία γίνεται όλο και πιο δύσκολη στην περίπτωση των ανθρώπων σε τέτοιου είδους περιβάλλοντα.

- **Μη λεκτική επικοινωνία:** Λεξικό Collins (2018) έχει ορίσει ότι: "Μη λεκτική επικοινωνία είναι Εκείνες οι πτυχές της επικοινωνίας, όπως οι χειρονομίες και οι εκφράσεις του προσώπου, που δεν περιλαμβάνουν λεκτική επικοινωνία, αλλά που μπορεί να περιλαμβάνουν μη λεκτικές πτυχές της ίδιας της ομιλίας (προφορά, τόνος φωνής, ταχύτητα ομιλίας κ.λπ.). Η μη λεκτική επικοινωνία αποτελείται από πράγματα όπως η έκφραση του προσώπου σας, οι κινήσεις των χεριών σας ή ο τόνος της φωνής σας, τα οποία δείχνουν πώς αισθάνεστε για κάτι χωρίς να χρησιμοποιείτε λέξεις.". Είναι σημαντικό για τους Καλλιτέχνες να είναι σε θέση να εφαρμόζουν τη μη λεκτική επικοινωνία, καθώς σε αρκετές περιπτώσεις οι άνθρωποι σε χώρους Υγειονομικής Περίθαλψης μπορεί να μην έχουν την ικανότητα να καταλάβουν τι έχουν να πουν οι άλλοι. Επιπλέον, δεδομένων των δεξιοτήτων που διαθέτουν συνήθως οι καλλιτέχνες, ιδίως οι ηθοποιοί, η μη λεκτική επικοινωνία μπορεί να θεωρηθεί ως ένα σημαντικό εργαλείο που πρέπει να εφαρμοστεί. Αυτό μπορεί να έχει ακόμη μεγαλύτερη σημασία σε περιπτώσεις στις οποίες οι άνθρωποι στα πλαίσια της Υγειονομικής Περίθαλψης είναι άτομα από άλλες χώρες, οπότε η γλώσσα θα αποτελέσει σοβαρό εμπόδιο.
- **Προφορική Επικοινωνία:** Σύμφωνα με το Ανθρώπινοι Πόροι και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων του Καναδά (HRSDC) (2018) "Η προφορική επικοινωνία αναφέρεται στις δεξιότητες ομιλίας και ακρόασης που απαιτούνται για τη λεκτική συμμετοχή σε συζητήσεις, την ανταλλαγή σκέψεων και πληροφοριών, την πραγματοποίηση σαφών και πειστικών παρουσιάσεων και την αλληλεπίδραση με ποικίλα ακροατήρια". Η Προφορική Επικοινωνία είναι σημαντική για την Κοινωνική Ένταξη, καθώς μπορεί να βοηθήσει τους Καλλιτέχνες να εξηγήσουν λεπτομερώς και με τα δικά τους λόγια τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα σε χώρους Υγειονομικής Περίθαλψης μπορούν να συμμετέχουν στις συνολικά σχεδιασμένες δραστηριότητες.
- **Επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο:** Η επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο μπορεί να οριστεί ως η επικοινωνία κατά την οποία ο επικοινωνών μεταδίδει το μήνυμά του/της αυτοπροσώπως στον αποδέκτη προφορικά ή και μη προφορικά. Έτσι, η επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο είναι τόσο λεκτική όσο και μη λεκτική (Drago, 2015). Επιπλέον, η επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο μπορεί να εμφανιστεί τόσο σε τυπικές όσο και σε

άτυπες μορφές, δημιουργώντας έτσι μια ενδιαφέρουσα έννοια η οποία έχει επηρεαστεί σε μεγάλο βαθμό από τη ραγδαία τεχνολογική ανάπτυξη (Misra et al, 2014). Η εξασφάλιση της επικοινωνίας πρόσωπο με πρόσωπο από τον Καλλιτέχνη θα αυξήσει το επίπεδο εμπιστοσύνης και σιγουριάς μεταξύ όλων των συμμετεχόντων και θα δημιουργήσει ευκαιρίες που μπορούν να οδηγήσουν στα επιθυμητά αποτελέσματα. Αυτό μπορεί να θεωρηθεί ως μία από τις πιο σημαντικές μορφές Επικοινωνίας, καθώς φέρνει τους Καλλιτέχνες κοντά στους ανθρώπους στα πλαίσια της Υγειονομικής Περίθαλψης.

- **Επικοινωνία εξ αποστάσεως:** Η τεχνολογική ανάπτυξη οδήγησε στην ανάπτυξη της επικοινωνίας από απόσταση, η οποία ορίζεται ως "κάθε διαπροσωπική επικοινωνία κατά την οποία η φυσική απόσταση μεταξύ των συμμετεχόντων υπερβαίνει τα φυσιολογικά όρια της ανθρώπινης αντίληψης χωρίς βοήθεια" (Λεξικό της Οξφόρδης, 2019 - On-line). Η χρήση της Τεχνολογίας, ειδικά για τα άτομα που ανήκουν στα Γεωγραφικά μειονεκτούντα άτομα, είναι σημαντική, καθώς θα τους επιτρέψει να συμμετέχουν σε εναλλακτικές μορφές Τέχνης, χωρίς να χρειάζεται να βρίσκονται σε ένα μόνο μέρος. Μια τέτοια επικοινωνία θα απαιτήσει από τους Καλλιτέχνες να διασφαλίσουν ότι τα άτομα που βρίσκονται σε δύσκολα Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης θα διαθέτουν τον κατάλληλο εξοπλισμό.
- **Τυπική επικοινωνία:** Σύμφωνα με τους (Zikmund & Babin, 2010) "Η τυπική επικοινωνία αναφέρεται στην αποτελεσματική ανταλλαγή επίσημων πληροφοριών που ρέει κατά μήκος των διαφόρων επιπέδων της οργανωτικής ιεραρχίας και συμμορφώνεται με τους προβλεπόμενους επαγγελματικούς κανόνες, την πολιτική, τα πρότυπα, τις διαδικασίες και τους κανονισμούς του οργανισμού". Αυτή η δεξιότητα είναι σημαντική, καθώς οι Καλλιτέχνες πρέπει να αναπτύξουν συγκεκριμένες δράσεις που απευθύνονται στα Ιδρύματα Υγειονομικής Περίθαλψης ή σε οποιονδήποτε άλλο επίσημο οργανισμό
- **Άτυπη επικοινωνία:** Σύμφωνα με την Business Jargons (2019, On-line) "Η άτυπη επικοινωνία είναι η περιστασιακή και ανεπίσημη μορφή επικοινωνίας κατά την οποία οι πληροφορίες ανταλλάσσονται αυθόρμητα μεταξύ δύο ή περισσότερων προσώπων χωρίς να συμμορφώνονται με τους προβλεπόμενους επίσημους κανόνες, διαδικασίες,

σύστημα, διατυπώσεις και ιεραρχία". Οι Καλλιτέχνες πρέπει να εφαρμόζουν αυτό το είδος Επικοινωνίας τόσο με τους ανθρώπους σε δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης όσο και με τους άλλους ενδιαφερόμενους, προκειμένου να τους βοηθήσουν να ενδιαφερθούν περισσότερο και να αποφύγουν τη χρήση μακροχρόνιων γραφειοκρατικών διαδικασιών που δεν θα έχουν πρακτικά αποτελέσματα.

Σε κάθε περίπτωση, όλες οι παραπάνω μορφές Επικοινωνίας είναι σημαντικές και αλληλένδετες, καλώντας τους Καλλιτέχνες να τις αναπτύξουν όλες. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δοθεί στην επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο, καθώς τα άτομα που βρίσκονται σε καταστάσεις Υγειονομικής Περίθαλψης θα έχουν την ευκαιρία να αισθάνονται πιο άνετα και να βελτιώσουν τις προοπτικές Κοινωνικής Ένταξης.

Ενεργητική ακρόαση

Η ενεργητική ακρόαση είναι μια σημαντική επικοινωνιακή δεξιότητα και ορίζεται ως η ικανότητα ακριβούς λήψης και ερμηνείας των μηνυμάτων κατά τη διαδικασία της επικοινωνίας και θεωρείται βασικό στοιχείο σε όλες τις αλληλεπιδράσεις μεταξύ ανθρώπων, ομάδων, οργανισμών κ.λπ. (Montgomery, 1981- Iwankovitsch, 2001). Ακολουθώντας, το μοντέλο HURIER παρέχει την ευκαιρία να κατανοήσουμε πώς αναπτύσσεται η Ακρόαση και να συνεισφέρουν οι Καλλιτέχνες με πολύτιμες γνώσεις που μπορούν να θεωρηθούν σημαντικές. Το καθένα είναι σημαντικό και όλα τα στοιχεία είναι αλληλένδετα, καθιστώντας ένα χρήσιμο εργαλείο για τις δεξιότητες της Ενσυναίσθησης. Εκτός από το Μοντέλο HURIER (βλ. το παρακάτω γράφημα), το οποίο αποτελεί πράγματι ένα ισχυρό εργαλείο όσον αφορά την Επικοινωνία, η Ακρόαση στις Τέχνες φέρει συγκεκριμένα οφέλη που μπορούν να διανεμηθούν αποτελεσματικά στην ομάδα-στόχο.

Γράφημα. Το μοντέλο HURIER

| |
|--|
| H - Ακρόαση: Η "ακρόαση" χρησιμοποιείται εδώ με μια πολύ ευρεία έννοια. Δεν αναφέρεται μόνο στη φυσική πράξη της ακοής, αλλά και στην αντίληψη μη λεκτικών και άλλων σημάτων: τόνος φωνής, γλώσσα του σώματος και εκφράσεις του προσώπου. |
|--|

| |
|---|
| U - Κατανόηση: Μόλις το μήνυμα "ακουστεί", το επόμενο βήμα είναι η κατανόηση. Αυτό |
|---|

σημαίνει ότι πρέπει να συνδέσετε όλα τα στοιχεία της "ακοής" για να δημιουργήσετε μια συνεκτική κατανόηση του τι επικοινωνήθηκε. Παράγοντες όπως η γλώσσα και η προφορά μπορεί να επηρεάσουν την κατανόησή σας.

R - Θυμάμαι: Το να θυμόμαστε απαιτεί συγκέντρωση. Ένας αποτελεσματικός ακροατής πρέπει να είναι σε θέση να θυμάται το μήνυμα που λαμβάνει στο σύνολό του.

I - Ερμηνεία: Η ερμηνεία του μηνύματος βασίζεται και ενισχύεται από την κατανόηση. Ερμηνεία σημαίνει να λαμβάνονται υπόψη παράγοντες όπως το πλαίσιο στο οποίο στάλθηκε το μήνυμα. Είναι σημαντικό, εδώ ο ακροατής να γνωρίζει και να αποφεύγει τυχόν προκαταλήψεις που μπορεί να έχει και οι οποίες μπορεί να επηρεάσουν τον τρόπο με τον οποίο ερμηνεύει το μήνυμα.

E - Αξιολόγηση: Η αξιολόγηση απαιτεί από τον ακροατή να διατηρεί ανοιχτό μυαλό για τα μηνύματα που λαμβάνει και να μην βγάζει βιαστικά συμπεράσματα για το τι λέγεται. Αξιολογεί όλες τις πληροφορίες και μόνο τότε αρχίζει να διατυπώνει μια απάντηση.

R - Ανταπόκριση: Η απάντηση πρέπει να είναι καλά μετρημένη και να δείχνει ότι έχετε κατανοήσει αυτό που σας ανακοινώθηκε. Μπορεί να είναι απαραίτητο να χρησιμοποιήσετε τεχνικές όπως η διευκρίνιση και ο προβληματισμός ως μέρος της απάντησης.

Συμπόνια

Η συμπόνια έχει πολλά διαφορετικά χαρακτηριστικά από άλλες συναισθηματικές δεξιότητες (π.χ. Ενσυναίσθηση και Αλτρουισμός). Στην Ψυχολογία, η Συμπόνια αναφέρεται στο "να υποφέρουμε μαζί", και αναφέρεται επίσης στην ικανότητα των ανθρώπων να συνδέονται πραγματικά και βαθιά με άλλους ανθρώπους στις πιο δύσκολες στιγμές τους, ακόμα και να υποφέρουν μαζί τους, χωρίς να προσποιούνται αλλά κατανοώντας σαφώς τα προβλήματά τους GGM, 2022. Έχει διαπιστωθεί ότι η συμπόνια έχει άμεση και αποτελεσματική σύνδεση και επίδραση στους ανθρώπους σε δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης.

Ικανότητα Αναγνώρισης των άλλων

Η ικανότητα αναγνώρισης των άλλων αναφέρεται κυρίως στη συναισθηματική νοημοσύνη και κυρίως στη μεγάλη δεξιότητα της αυτογνωσίας, η οποία απαιτεί πράγματι μια βαθιά προσωπική αυτοσυγκέντρωση και την ικανότητα να καταλάβετε τον εαυτό σας πριν προσπαθήσετε να καταλάβετε πραγματικά τους άλλους και, ως εκ τούτου, να είστε σε θέση να τους παρέχετε την προσωπική σας υποστήριξη. Έχει διαπιστωθεί ότι συγκεκριμένες μορφές Τεχνών, όπως η Ζωγραφική και η Φωτογραφία, συμβάλλουν μαζικά στη συναισθηματική ανάπτυξη και την αυτογνωσία των καλλιτεχνών, καθώς έπρεπε να ανακαλύψουν την προσωπικότητά τους και τα πραγματικά τους ενδιαφέροντα που θα αξιοποιούσαν τις καλλιτεχνικές τους δεξιότητες και θα τους ανέβαζαν στο επόμενο επίπεδο τόσο από άποψη επαγγελματικής όσο και αυτο-ανάπτυξης. Για να μπορέσουν οι καλλιτέχνες να βελτιώσουν την Ικανότητά τους να αναγνωρίζουν τους άλλους καθώς και να βελτιώσουν το επίπεδο της αυτογνωσίας τους, πρέπει να εφαρμόσουν κάποιες συγκεκριμένες ενέργειες που μπορούν να οδηγήσουν σε ανώτερα αποτελέσματα.

Ορισμός ορίων

Ακριβώς όπως και στη μορφή ζωής της ενυδρίδας, η θέσπιση ορίων, όχι όμως και φραγμών, θεωρείται μια σημαντική πρόκληση που σχετίζεται με την ικανότητα ενός ατόμου να ελέγχει τα συναισθήματά του, ειδικά όταν αυτό σχετίζεται με συγκεκριμένα θέματα, όπως το υψηλό επίπεδο συναισθηματικής εμπλοκής που μπορεί πράγματι να δημιουργήσει την αδυναμία να κρίνει με σωστό τρόπο. Πιο συγκεκριμένα, πρέπει να σημειωθεί ότι "Συναισθηματική εμπλοκή είναι ο βαθμός στον οποίο ο χρήστης των μέσων ενημέρωσης εμπλέκεται συναισθηματικά με μια εμπειρία, ένα περιεχόμενο ή έναν χαρακτήρα των μέσων ενημέρωσης και βιώνει έντονα συναισθήματα" (Felton & Jackson, σ. 8). Η προσέγγιση αυτή επιτρέπει μια καλύτερη κριτική προσέγγιση, η οποία θεωρείται στοιχείο που μπορεί πρακτικά να επιτρέψει στους καλλιτέχνες να κατανοήσουν τη Συναισθηματική Εμπλοκή και πώς αυτή πρέπει να εφαρμοστεί στην πράξη.

Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε ότι κάθε άτομο, συμπεριλαμβανομένων φυσικά και των Καλλιτεχνών, πρέπει να θέτει όρια και ότι αυτή είναι μια εξαιρετικά υγιής διαδικασία που μπορεί να είναι επωφελής όχι μόνο για τους Καλλιτέχνες, αλλά και για τα μειονεκτούντα

άτομα, καθώς πρέπει να προστατεύονται. Ως εκ τούτου, τα ακόλουθα μπορούν να υιοθετηθούν ως μέρος αυτής της συγκεκριμένης δεξιότητας:

- Συναισθηματική Ενέργεια - Μην σπαταλάτε πολλή Συναισθηματική Ενέργεια, καθώς αυτό μπορεί να δημιουργήσει λανθασμένα συναισθήματα τόσο για τους Καλλιτέχνες όσο και για τα μειονεκτούντα πρόσωπα και μπορεί ενδεχομένως να οδηγήσει σε κάποια σοβαρά προβλήματα σε σχέση με την ανάπτυξη μιας υγιούς και βιώσιμης σχέσης.
- Χρόνος - Οι καλλιτέχνες πρέπει να διασφαλίζουν ότι δεν ξεπερνούν ορισμένα όρια, καθώς αυτό μπορεί να λειτουργήσει εις βάρος τους.
- Προσωπικός χώρος - Ως αποτέλεσμα της κατανομής του κατάλληλου χρόνου, οι Καλλιτέχνες πρέπει να διασφαλίσουν ότι θα επιτρέψουν τόσο στους ανθρώπους σε δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης όσο και στους ίδιους, να έχουν τον κατάλληλο χώρο. Αυτό θα επιτρέψει και στα δύο μέρη να αισθάνονται ελεύθερα και όχι ότι βρίσκονται υπό συνεχή πίεση
- Σεξουαλικότητα - Η προσωπική έλξη είναι πράγματι μια φυσική αντίδραση όλων των ανθρώπων και αυτό πρέπει να γίνει σαφώς κατανοητό από τους Καλλιτέχνες. Πρέπει να διασφαλίσουν ότι δεν εμπλέκονται σε περιττές ενέργειες ή και σχέσεις που μπορεί να προκαλέσουν σύγχυση και απογοήτευση, ιδίως σε άτομα που βρίσκονται σε δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης.
- Ηθική και Δεοντολογία - Η κατανόηση της ηθικής και της δεοντολογίας των ανθρώπων σε απαιτητικά περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης, ιδίως εκείνων που προέρχονται από διαφορετικό υπόβαθρο, είναι πρωταρχικής σημασίας. Ως εκ τούτου, τα εμπόδια αυτά πρέπει να αναδειχθούν προκειμένου να διασφαλιστεί ότι οι πολιτισμικές διαστάσεις θα γίνουν πλήρως κατανοητές και σεβαστές από όλα τα εμπλεκόμενα μέρη.
- Υλικά αγαθά και οικονομικά - Η ενασχόληση με πολύτιμα αγαθά, και κυρίως με τα χρήματα, μπορεί πράγματι να οδηγήσει σε σύγχυση και καταστάσεις υψηλής έντασης. Επομένως, είναι σημαντικό να διασφαλιστεί ότι οι Καλλιτέχνες δεν θα εμπλακούν σε

τέτοιες καταστάσεις, προστατεύοντας έτσι τους εαυτούς τους και τους ανθρώπους σε απαιτητικά περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης.

- Κοινωνικά μέσα - Μία από τις κύριες παγίδες στις οποίες πέφτουν οι άνθρωποι όταν προσπαθούν να βοηθήσουν άλλους, είναι να αναπτύσσουν κλειστές σχέσεις μέσω των κοινωνικών μέσων. Η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τους Καλλιτέχνες πρέπει να περιορίζεται στις ανάγκες και την απαίτηση της βοήθειάς τους, προκειμένου να αποφευχθούν τυχόν περιττές αρνητικές καταστάσεις

Όλα τα παραπάνω είναι σημαντικά στοιχεία που πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη από αυτούς που σχεδιάζουν τις δράσεις των Καλλιτεχνών που θα εμπλακούν στη διαδικασία. Ένας τρόπος για να γίνει αυτό, είναι η κατανόηση των Σημείων Υγιεινών Ορίων και των Πιθανών Ανθυγιεινών Ορίων, όπως αυτά αναφέρονται με σαφήνεια στο παρακάτω γράφημα και αποκαλύπτει πώς μπορούν να αποφευχθούν αποτελεσματικά τέτοιες παγίδες. Ειδικά όσον αφορά τα Ανθυγιεινά Σημάδια, το παρακάτω γράφημα θεωρείται μείζονος σημασίας.

| Signs of Healthy Boundaries | Potential Signs of Unhealthy Boundaries |
|---|---|
| Protect yourself from getting taken advantage of | Vulnerable to being “used” or taken advantage of |
| Own your time | Over-commit your time to others and leave little time for yourself |
| High self-esteem and self-respect | Lower self-esteem and critical inner dialogue |
| Prioritize time for yourself | Give a lot of their time to other people |
| You only take on responsibilities you can handle; you don't overcommit yourself | Feeling exhausted or burnt out by overwhelming commitments and responsibilities |
| Authentically say “no” if you don't have the energy or capacity to do something | Have a hard time saying “no” |
| Set limits for others without feeling bad | Feel guilty for expressing boundaries |
| Strong sense of identity and direction | Change yourself to fit in with different people |
| Take care of your own problems and understand that you cannot heal other people's issues for them | Take on other people's problems as your own |
| You clearly communicate your needs and wants; you prioritize your self-care | You put other people's needs and wants before your own |

Πηγή: Επιστήμη των ανθρώπων (2022).

Αποσύνδεση - ανθεκτικότητα και αποφυγή της επαγγελματικής εξουθένωσης

Η αποστασιοποίηση από συγκεκριμένες στρεσογόνες καταστάσεις θεωρείται πράγματι σημαντική δεξιότητα για τα άτομα που εργάζονται με ανθρώπους σε απαιτητικά περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης. Τέτοιες καταστάσεις απαιτούν βαθύτερη εξέταση των κοινωνικών και προσωπικών καταστάσεων, προκειμένου να διασφαλιστεί η αποφυγή πιθανής σωματικής και ψυχικής εξουθένωσης, που είναι κοινή για τα άτομα που αφιερώνουν πολύ χρόνο για την υποστήριξη άλλων (Di Monte et al., 2020). Σε γενικές γραμμές, ο όρος Αποσύνδεση αναφέρεται σε "Η κατάσταση της αποσύνδεσης στη μνήμη ή στη φαντασία, μιας κατάστασης

κατά την οποία κάποιο ολοκληρωμένο τμήμα της ζωής ενός ατόμου διαχωρίζεται από την υπόλοιπη προσωπικότητα και λειτουργεί ανεξάρτητα". Αυτός ο προσδιορισμός είναι πράγματι σημαντικός, καθώς εγείρει την ανάγκη για τους Καλλιτέχνες, να αναπτύξουν τέτοιες δεξιότητες, προκειμένου να προστατευθούν από σωματικά και ψυχικά προβλήματα, εξασφαλίζοντας κατά συνέπεια τη βιωσιμότητα των δράσεών τους. Σύμφωνα με διάφορες επιστημονικές έρευνες υπάρχουν τρεις βασικές διαστάσεις όσον αφορά την Επαγγελματική Εξουθένωση και αυτές είναι:

- μια συντριπτική εξάντληση που προκύπτει ως συνέπεια της βαθιάς προσωπικής αφοσίωσης για να επιτευχθεί κάτι, ειδικά όταν αυτό θεωρείται ευγενής πράξη και θα οδηγήσει σε πολλά κοινωνικά οφέλη. Επομένως, συνδέεται άμεσα με τους Καλλιτέχνες και την προσπάθειά τους να προσφέρουν αποτελεσματικά τέτοια αποτελέσματα
- αίσθημα κυνισμού και απομάκρυνσης από την εργασία, το οποίο λειτουργεί αντίθετα από το προηγούμενο σημείο και μπορεί να είναι αποτέλεσμα προσωπικής εξουθένωσης, τόσο σωματικής όσο και ψυχικής, η οποία μπορεί να οδηγήσει το άτομο σε πλήρη απομάκρυνση από την εργασία του, παρά το γεγονός ότι στην πραγματικότητα δεν το επιθυμεί και μπορεί να έχει αρνητικές επιπτώσεις στη ζωή του ατόμου.
- αίσθημα αναποτελεσματικότητας και έλλειψης επιτευγμάτων, το οποίο μπορεί να είναι το αρνητικό αποτέλεσμα της έλλειψης του κατάλληλου αισθήματος επίτευξης, ή/και ακόμη και της έλλειψης εκτίμησης από εκείνους που λαμβάνουν αυτή την υποστήριξη. Αυτό μπορεί πράγματι να οδηγήσει το άτομο που παρέχει την υποστήριξη στην άλλη άκρη και να οδηγήσει σε πλήρη αποστασιοποίηση.

Ως αποτέλεσμα όλων των παραπάνω, είναι σημαντικό να προσδιοριστεί ότι πρέπει να ακολουθηθούν συγκεκριμένα στοιχεία, όπως αυτά περιγράφονται στο ακόλουθο γράφημα, το οποίο δημιουργεί μια ολοκληρωμένη κατανόηση του ρόλου της Ανθεκτικότητας, προκειμένου να αποφευχθούν πιθανές απειλές Burn out και, ως εκ τούτου, να αποφευχθεί πιθανή αποστασιοποίηση από το ευρύτερο περιβάλλον, το οποίο περιλαμβάνει τα άτομα που βρίσκονται σε δύσκολες καταστάσεις Υγειονομικής Περίθαλψης και τις οικογένειές τους. Για

τους Καλλιτέχνες, αυτό μπορεί να γίνει ένας αποτελεσματικός οδηγός, ως εκ τούτου, είναι ζωτικής σημασίας το γεγονός αυτό να θεωρηθεί ως ένα σημαντικό στοιχείο της εργασίας τους. Πρέπει να δοθεί προσοχή σε όλα τα στοιχεία, ωστόσο η συνειδητή επίγνωση να θεωρείται ζωτικής σημασίας στοιχείο σε αυτή τη διαδικασία, καθώς επιτρέπει στους καλλιτέχνες να παραμένουν ήρεμοι και επικεντρωμένοι στο στόχο τους. Ωστόσο, όλα τα άλλα στοιχεία παραμένουν ένα ισχυρό εργαλείο, καθώς μπορούν να βοηθήσουν τους καλλιτέχνες να αναπτύξουν τις δεξιότητες δικτύωσης με τις τοπικές κοινότητες, καθώς και να εξασφαλίσουν επαγγελματική φροντίδα.



Πηγή: Υποθέσεων Βετεράνων

Διευκόλυνση και "εμπύχωση"

Εκτός από τις δεξιότητες που αναφέρθηκαν προηγουμένως, ο Καλλιτέχνης πρέπει να είναι σε θέση να αναπτύξει τέτοιες επικοινωνιακές δεξιότητες που θα του επιτρέψουν να γίνει πιο αποτελεσματικός στη διαδικασία επικοινωνίας με τους ανθρώπους σε δύσκολες συνθήκες

Υγειονομικής Περίθαλψης. Οι τέχνες του animation αποτελούν ένα σημαντικό μέρος των σύγχρονων καλλιτεχνικών παραστάσεων που έχει γνωρίσει ταχεία και υγιή ανάπτυξη σε όλο τον κόσμο, δίνοντας τη δυνατότητα σε χιλιάδες ανθρώπους να ενσωματώσουν αυτό το είδος Τέχνης, είτε για επαγγελματικές δράσεις είτε ακόμη και για ερασιτεχνική συμμετοχή στον συγκεκριμένο τομέα. Η συμμετοχή στις Τέχνες Κινουμένων Σχεδίων μπορεί να προσφέρει αρκετά βιώσιμα οφέλη που έχουν μακροπρόθεσμο αντίκτυπο στη ζωή τόσο των καλλιτεχνών κινουμένων σχεδίων όσο και των ανθρώπων σε δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης που βλέπουν την ευκαιρία της αλληλεπίδρασης ως μοναδική πηγή που μπορεί να τους οδηγήσει στην εξάλειψη των εμποδίων που οδήγησαν στον κοινωνικό αποκλεισμό τους. Αρκετοί εμπειρογνώμονες έχουν παράσχει τα οφέλη που περιλαμβάνονται στη διαδικασία και σχετίζονται με την επαγγελματική τους αξία, καθώς και με τον αντίκτυπό τους στην κοινωνία. Αυτό μπορεί δυνητικά να οδηγήσει σε οφέλη για τα δύσκολα Περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης που μπορούν να επωφεληθούν από τη συμμετοχή τους σε τέτοιες δράσεις. Επομένως, είναι σημαντικό να επικεντρωθούμε στο θέμα μέσω μιας στρατηγικής προσέγγισης.

- Οι κινούμενες εικόνες βοηθούν στην εμβάθυνση της οπτικής κατανόησης καλύτερα από τα παραδοσιακά διαγράμματα.
- Η κινούμενη εικόνα παραλείπει περιττό λεξιλόγιο και οπτικό υλικό.
- Σας επιτρέπει να επικοινωνείτε ιδέες γρήγορα και με σαφήνεια.
- Η κινούμενη εικόνα είναι μια επικοινωνιακή στρατηγική εξοικονόμησης κόστους.
- Εκπαιδεύει και δεσμεύει το κοινό μέσω της ψυχαγωγίας.
- Παρέχει επίσης πραγματικά σενάρια ζωής που αντιμετωπίζονται στην καθημερινή ζωή κατά τη διάρκεια της μάθησης και τόσες άλλες δραστηριότητες.

Πηγή: Εξήγηση Ninja (2022).

Σωστή Χρήση της Ενέργειας

Η ενέργεια θεωρείται ζωτικής σημασίας συστατικό για κάθε καλλιτεχνική δραστηριότητα, ιδίως για τα είδη που συνδέονται άμεσα με το κοινό, όπως το θέατρο και το τραγούδι, και φυσικά αυτό ισχύει και για την κοινωνική ένταξη των μειονεκτούντων ατόμων, τα οποία

πρέπει να αναπτύξουν αυτή την ενέργεια προκειμένου να αυξήσουν τις δεξιότητές τους. Σύμφωνα με το Κίνημα Ενεργειακής Τέχνης (2022), η ενέργεια στις τέχνες είναι ζωτικής σημασίας για να εξασφαλιστεί η δημιουργικότητα και η καινοτομία, ειδικά στη σύγχρονη μορφή των Τεχνών στην οποία η τεχνολογία αποτελεί ουσιαστικό μέρος, και αυτό σχετίζεται με "τη χρήση του χρώματος, της μορφής και της σύνθεσης για τη δημιουργία ευρηματικών και εκφραστικών έργων τέχνης που αντηχούν με αντίκτυπο και συναίσθημα. Πρόκειται για εκείνα τα έργα που πάλλονται από μια μυστηριώδη δύναμη, είτε πρόκειται για μια δύναμη πέρα από εμάς είτε για μέρος της δικής μας στοιχειώδους ανθρωπιάς". Σε τέτοιες περιπτώσεις, οι Καλλιτέχνες και οι άνθρωποι σε δύσκολες περιοχές Υγειονομικής Περίθαλψης πρέπει να εξετάζουν συγκεκριμένα ερωτήματα όπως:

- Τι είναι το χάρισμα;
- Τι είναι αυτό που προσελκύει την προσοχή του θεατή;
- Τι χαρακτηρίζει την ικανότητα δράσης;
- Ποια ενέργεια απαιτείται σε κάθε είδος τέχνης;
- Ποιοι άνθρωποι μπορούν να αναπτύξουν αυτή την ενέργεια;
- Ποιος είναι ο ρόλος της ομαδικής εργασίας στην Ενέργεια και το Πάθος;

Η απάντηση σε αυτά τα ερωτήματα θα επιτρέψει την ανάπτυξη δραστηριοτήτων που θα βοηθήσουν τα μειονεκτούντα άτομα καθώς και τους καλλιτέχνες να συνεργαστούν στενά και να δημιουργήσουν δράσεις που θα τους βοηθήσουν να επιτύχουν τους στόχους τους.

Πηγή: Camurri & Zecca (2015)

Ευελιξία και προσαρμοστικότητα

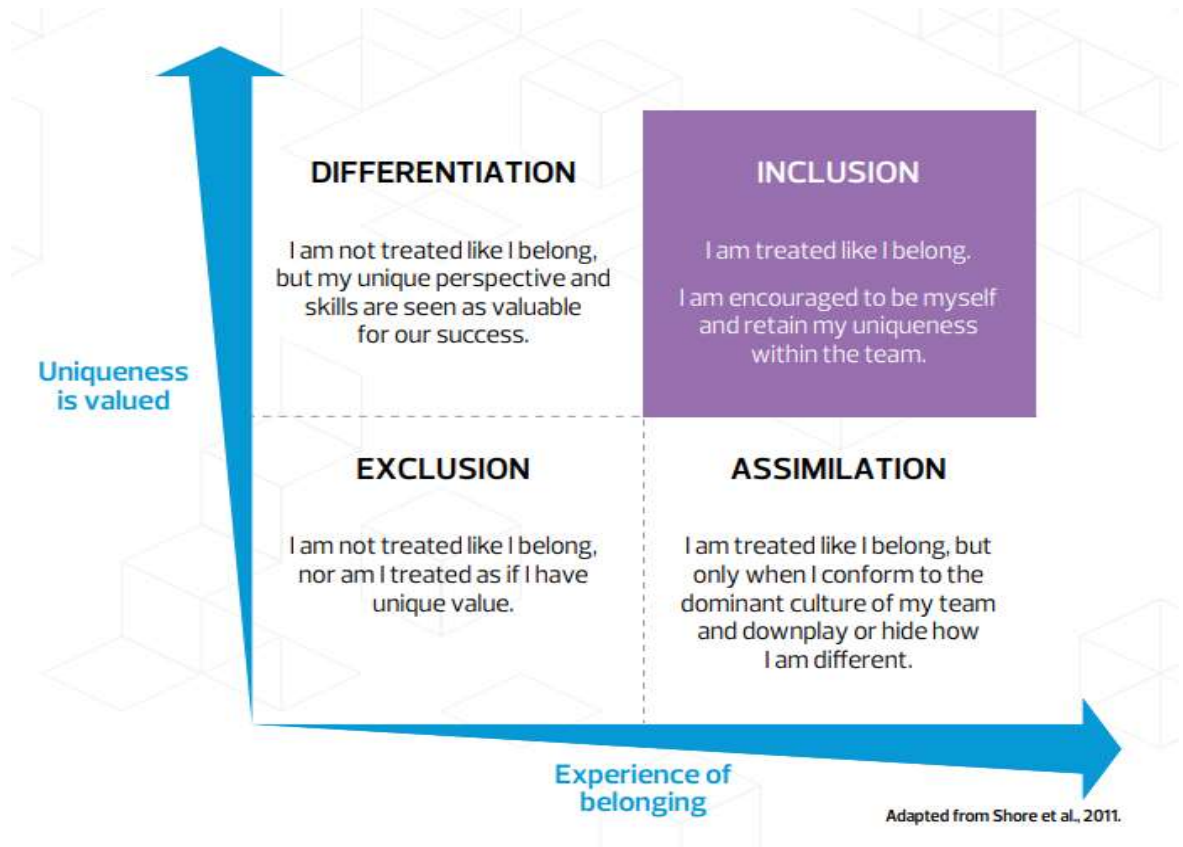
Η Ευελιξία και η Προσαρμοστικότητα θεωρούνται δύο ορισμοί και έννοιες οι οποίες είναι ίδιες χωρίς σημαντικές διαφορές. Ειδικά στους χώρους εργασίας, οι δύο αυτοί όροι συνήθως συγχέονται τόσο από τους εργοδότες όσο και από τους εργαζόμενους. Επιπλέον, οι δύο όροι συγχέονται και στο κοινωνικό περιβάλλον, οδηγώντας σε συγκρούσεις μεταξύ των ανθρώπων

και του εργασιακού περιβάλλοντος τους που μπορεί να οδηγήσουν σε αρνητικά αποτελέσματα (Κέντρο Καριέρας του Λιντς Γιούνι, 2022). Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να αποσαφηνιστούν οι δύο όροι οι οποίοι ορίζονται ως εξής: "Προσαρμοστικότητα είναι η ικανότητα του να αλλάζει για να προσαρμόζεται στις μεταβαλλόμενες συνθήκες" και "Ευελιξία είναι η ικανότητα να κάμπτεται, συνήθως χωρίς να σπάει".

Μετά από όλα τα παραπάνω, η Προσαρμοστικότητα και η Ευελιξία έχει διαπιστωθεί ότι επιτρέπουν στους Καλλιτέχνες όλων των τύπων να συμβάλλουν στην παροχή βοήθειας σε άτομα που βρίσκονται σε δύσκολες καταστάσεις Υγειονομικής Περίθαλψης, ώστε να επιτύχουν κοινωνική ένταξη με μεγάλα αποτελέσματα που επεκτείνονται σε μια σειρά άλλων θεμάτων που σχετίζονται άμεσα με το παρόν έργο.

Ο ρόλος των Καλλιτεχνών προκειμένου να βοηθήσουν τα κοινωνικά μειονεκτούντα άτομα είναι όντως σημαντικός, καθώς καλούνται να αναπτύξουν δραστηριότητες που προσδιορίζονται στο παρακάτω γράφημα και να δημιουργήσουν ευκαιρίες για να γίνουν πιο επιτυχημένοι και, ως εκ τούτου, να δώσουν τη δυνατότητα στο κοινωνικά μειονεκτούν άτομο να επιτύχει τους στόχους του. Όπως προσδιορίζεται σαφώς στο συγκεκριμένο γράφημα, οι καλλιτέχνες πρέπει να αξιολογήσουν δύο συγκεκριμένες καταστάσεις προκειμένου να βοηθήσουν προς την κατεύθυνση της Ευελιξίας και της Προσαρμοστικότητας:

- Αξιολογείται η Ιδιαιτερότητα προκειμένου να εντοπιστεί όχι μόνο η θέση των ατόμων που έχουν ανάγκη, αλλά και να τους παρασχεθεί η υποστήριξη που θα ανταποκρίνεται αποτελεσματικά στις δικές τους δεξιότητες.
- Εμπειρία του Ανήκειν, καθώς αυτό το ανήκειν μπορεί να βοηθήσει τα άτομα που έχουν ανάγκη να αισθάνονται ασφαλέστερα, ιδίως εάν τα άτομα αυτά έχουν στο παρελθόν βιώσει σωματική ή και ψυχική κακοποίηση



Πηγή: Edmonton (2022).

Άλλες δεξιότητες

Εκτός από αυτές τις δεξιότητες, υπάρχουν και άλλες σημαντικές δεξιότητες που πρέπει να έχουν οι Καλλιτέχνες και αναλύονται στον παρακάτω πίνακα.

| Δεξιότητα | Περιγραφή |
|----------------------|--|
| Υπομονή | Η εργασία σε χώρους Υγειονομικής Περίθαλψης μπορεί να απαιτεί υπομονή, ιδίως όταν πρόκειται για ασθενείς που αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας. Η υπομονή είναι ζωτικής σημασίας για την καθοδήγηση των ατόμων μέσω της καλλιτεχνικής διαδικασίας, η οποία μπορεί να πάρει χρόνο. |
| Πολιτιστική επάρκεια | Κατανόηση και σεβασμός των πολιτισμικών διαφορών. Οι καλλιτέχνες πρέπει να είναι ευαίσθητοι στις διαφορετικές πολιτισμικές καταβολές των ασθενών και των φροντιστών. |

| | |
|--|--|
| Συνεργασία | Οι Καλλιτέχνες συχνά εργάζονται ως μέρος μιας ομάδας υγειονομικής περίθαλψης, συνεργαζόμενοι με γιατρούς, νοσηλευτές, θεραπευτές και άλλους επαγγελματίες. Οι δεξιότητες συνεργασίας βοηθούν στην ενσωμάτωση της Τέχνης στο συνολικό σχέδιο υγειονομικής περίθαλψης. |
| Επίλυση προβλημάτων | Οι καλλιτέχνες ενδέχεται να αντιμετωπίσουν υλικοτεχνικές προκλήσεις ή απροσδόκητα ζητήματα σε χώρους υγειονομικής περίθαλψης. Η ικανότητα δημιουργικής σκέψης και αποτελεσματικής επίλυσης προβλημάτων είναι πολύτιμη για την αντιμετώπιση των εμποδίων. |
| Κλινική ευαισθητοποίηση | Ορισμένα περιβάλλοντα υγειονομικής περίθαλψης μπορεί να απαιτούν από τους καλλιτέχνες να έχουν μια βασική κατανόηση των εννοιών και της ορολογίας της Υγειονομικής Περίθαλψης. Οι γνώσεις αυτές βοηθούν στην αποτελεσματική επικοινωνία με τους επαγγελματίες υγείας και στην προσαρμογή των καλλιτεχνικών παρεμβάσεων στις ανάγκες των ασθενών. |
| Προσαρμογή σε διαφορετικούς πληθυσμούς | Οι καλλιτέχνες μπορεί να εργάζονται με διαφορετικούς πληθυσμούς ασθενών, όπως παιδιά, ηλικιωμένους ή άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας. Η προσαρμογή των καλλιτεχνικών προσεγγίσεων ώστε να ανταποκρίνονται στις ανάγκες διαφορετικών ομάδων είναι απαραίτητη. |
| Αξιολόγηση και τεκμηρίωση | Οι καλλιτέχνες ενδέχεται να κληθούν να αξιολογήσουν και να τεκμηριώσουν τον αντίκτυπο του έργου τους. Οι δεξιότητες συλλογής δεδομένων, αξιολόγησης των αποτελεσμάτων και επικοινωνίας της αξίας της Τέχνης στην Υγειονομική Περίθαλψη συμβάλλουν στην τεκμηριωμένη πρακτική. |
| Δεοντολογικοί προβληματισμοί | Οι καλλιτέχνες θα πρέπει να γνωρίζουν και να τηρούν τις δεοντολογικές κατευθυντήριες γραμμές στα πλαίσια της Υγειονομικής Περίθαλψης. Ο σεβασμός του απορρήτου των |

| | |
|-----------|--|
| | ασθενών, η λήψη συγκατάθεσης μετά από ενημέρωση και η διατήρηση του επαγγελματισμού είναι υψίστης σημασίας. |
| Συνηγορία | Οι δεξιότητες συνηγορίας μπορούν να είναι επωφελείς για τους καλλιτέχνες που θέλουν να προωθήσουν την ενσωμάτωση της Τέχνης στην Υγειονομική Περίθαλψη. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την υποστήριξη για πόρους, αλλαγές πολιτικής ή αυξημένη ευαισθητοποίηση σχετικά με τα οφέλη της τέχνης στην υγειονομική περίθαλψη. |

Προκλήσεις και πώς μπορούν να μετριαστούν

Οι καλλιτέχνες που εργάζονται σε δύσκολα περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης μπορεί να συναντήσουν διάφορα εμπόδια που μπορεί να επηρεάσουν την ικανότητά τους να εφαρμόζουν αποτελεσματικά προγράμματα ή παρεμβάσεις Τέχνης. Σε αυτό το κεφάλαιο παρουσιάζουμε ορισμένες κύριες προκλήσεις και πιθανές στρατηγικές για τον μετριασμό τους:

| Πρόκληση | Περιγραφή | Μετριασμός |
|------------------------|---|--|
| Περιορισμένοι πόροι | Τα περιβάλλοντα υγειονομικής περίθαλψης μπορεί να έχουν περιορισμένους προϋπολογισμούς και πόρους για προγράμματα τέχνης. | Αναζητήστε εναλλακτικές πηγές χρηματοδότησης, όπως επιχορηγήσεις, δωρεές ή συνεργασίες με τοπικούς καλλιτεχνικούς οργανισμούς. Επισημάνετε τη σχέση κόστους-αποτελεσματικότητας και τα μακροπρόθεσμα οφέλη των καλλιτεχνικών προγραμμάτων για την ευημερία των ασθενών. |
| Διοικητικές προκλήσεις | Οι χώροι υγειονομικής περίθαλψης μπορεί να έχουν αυστηρούς κανονισμούς, πρωτόκολλα ασφαλείας και μέτρα ελέγχου των λοιμώξεων. | Συνεργάζεστε στενά με τους διαχειριστές και το προσωπικό της υγειονομικής περίθαλψης για την κατανόηση και την τήρηση των πολιτικών της εγκατάστασης. Προσφέρετε να υποβληθείτε σε οποιαδήποτε απαιτούμενη εκπαίδευση ή πιστοποίηση για να ανταποκριθείτε στα πρότυπα υγειονομικής περίθαλψης. |
| Αντίσταση στην αλλαγή | Τα ιδρύματα υγειονομικής περίθαλψης μπορεί να αντιστέκονται στην ενσωμάτωση της Τέχνης στις στρατηγικές φροντίδας τους λόγω παραδοσιακών πρακτικών ή έλλειψης | Δημιουργήστε ένα πειστικό επιχειρήμα για τα οφέλη της τέχνης στην υγειονομική περίθαλψη, συμπεριλαμβανομένων ερευνητικών στοιχείων και ιστοριών επιτυχίας. Ανάπτυξη συνεργασιών με επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης για να καταδειχθεί ο θετικός |

| | | |
|--------------------------|---|--|
| | υαισθητοποίησης. | αντίκτυπος της τέχνης στα αποτελέσματα των ασθενών. |
| Έλλειψη ευαισθητοποίησης | .Οι επαγγελματίες της υγειονομικής περίθαλψης και οι διοικητικοί υπάλληλοι μπορεί να μην γνωρίζουν τα πιθανά οφέλη της Τέχνης στην υγειονομική περίθαλψη. | Διεξαγωγή εκστρατειών ευαισθητοποίησης, εργαστηρίων και παρουσιάσεων για την εκπαίδευση του προσωπικού υγειονομικής περίθαλψης σχετικά με τον θετικό αντίκτυπο της Τέχνης στην ευημερία των ασθενών. Μοιραστείτε σχετικές έρευνες και ιστορίες επιτυχίας για να καταδείξετε την αξία των παρεμβάσεων τέχνης. |
| Πληθυσμοί ασθενών | Διαφορετικοί πληθυσμοί ασθενών μπορεί να έχουν διαφορετικές ανάγκες και προτιμήσεις. | Προσαρμόστε τα καλλιτεχνικά προγράμματα στις ειδικές ανάγκες του πληθυσμού των ασθενών. Εξετάστε το ενδεχόμενο συνεργασίας με επαγγελματίες υγείας για να διασφαλίσετε ότι οι καλλιτεχνικές παρεμβάσεις ευθυγραμμίζονται με τους θεραπευτικούς στόχους των ασθενών. |
| Θεσμική γραφειοκρατία | Τα μεγάλα ιδρύματα υγειονομικής περίθαλψης μπορεί να έχουν πολύπλοκες γραφειοκρατικές δομές που επιβραδύνουν τη λήψη αποφάσεων | Δημιουργήστε σχέσεις με τους βασικούς υπεύθυνους λήψης αποφάσεων, επικοινωνήστε με σαφήνεια την αξία των προγραμμάτων τέχνης και βελτιώστε τις διαδικασίες υποβολής προτάσεων. Τονίστε τον θετικό αντίκτυπο της τέχνης στην ικανοποίηση των ασθενών και στη συνολική εμπειρία της υγειονομικής περίθαλψης. |
| Βιωσιμότητα | Η διατήρηση καλλιτεχνικών προγραμμάτων μακροπρόθεσμα μπορεί να | Ανάπτυξη ενός σχεδίου βιωσιμότητας που περιλαμβάνει τη διαφοροποίηση των πηγών χρηματοδότησης, την οικοδόμηση |

| | | |
|--------------------------------------|---|---|
| | αποτελέσει πρόκληση λόγω των αβεβαιότητων χρηματοδότησης. | κοινοτικών συνεργασιών και την απόδειξη των συνεχιζόμενων οφελών του προγράμματος τέχνης μέσω τακτικών αξιολογήσεων. |
| Ρυθμιστικά και δεοντολογικά ζητήματα | Οι καλλιτέχνες πρέπει να περιηγηθούν στους κανονισμούς υγειονομικής περίθαλψης, στο απόρρητο των ασθενών και σε ζητήματα ηθικής και δεοντολογίας. | Ενημερωθείτε για τους σχετικούς κανονισμούς και τις δεοντολογικές κατευθυντήριες γραμμές. Συνεργάζεστε στενά με τους διαχειριστές της υγειονομικής περίθαλψης για την αντιμετώπιση τυχόν ανησυχιών και τη διασφάλιση της συμμόρφωσης. Λαμβάνετε τις απαραίτητες άδειες και συναινέσεις πριν από την εφαρμογή προγραμμάτων τέχνης. |
| Αξιολόγηση του αντίκτυπου | Η απόδειξη του συγκεκριμένου αντίκτυπου της τέχνης στην υγειονομική περίθαλψη μπορεί να είναι δύσκολη | Εφαρμογή εργαλείων αξιολόγησης για τη μέτρηση του αντίκτυπου των καλλιτεχνικών προγραμμάτων στα αποτελέσματα των ασθενών. Συνεργασία με επαγγελματίες υγείας για τη συλλογή ποιοτικών και ποσοτικών δεδομένων και χρήση αυτών των πληροφοριών για την υποστήριξη της συνεχιζόμενης υποστήριξης. |
| Συνεργασία | Η αποτελεσματική συνεργασία με τους επαγγελματίες του τομέα της υγείας μπορεί να αποτελέσει πρόκληση. | Πρωθήστε την ανοιχτή επικοινωνία και συνεργασία με τη συμμετοχή σε διεπιστημονικές συναντήσεις, ζητώντας τη συμβολή των επαγγελματιών υγείας και ευθυγραμμίζοντας τις παρεμβάσεις τέχνης με τους στόχους της υγείας. Η καθιέρωση μιας συνεργατικής νοοτροπίας μπορεί να |

| | | |
|--|--|--|
| | | οδηγήσει σε πιο επιτυχημένες συνεργασίες |
|--|--|--|

Ανάγκες και Περιορισμοί συγκεκριμένων κατηγοριών ομάδων-στόχων

Στο πλαίσιο των δύσκολων τομέων Υγειονομικής Περίθαλψης, η Τέχνη αναδεικνύεται ως ένα ισχυρό εργαλείο για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης και τη βελτίωση της ευημερίας των ατόμων που αντιμετωπίζουν τις προκλήσεις της άνοιας και των χρόνιων ασθενειών. Αυτή η ενότητα διερευνά πώς η καλλιτεχνική ενασχόληση επηρεάζει θετικά τις συναισθηματικές και κοινωνικές διαστάσεις των ασθενών, παρέχοντας μια αίσθηση του ανήκειν και της ενδυνάμωσης.

Ασθενείς με Άνοια

Θεραπευτικά οφέλη: Καλλιτεχνικές δραστηριότητες έχουν επιδείξει αξιοσημείωτα θεραπευτικά οφέλη για τους ασθενείς με άνοια. Η ενασχόληση με τη δημιουργική έκφραση, όπως η ζωγραφική, το σχέδιο ή τη μουσική, βοηθά στην τόνωση των γνωστικών λειτουργιών και στην ενίσχυση της ανάκλησης της μνήμης. Μέσω της καλλιτεχνικής θεραπείας της ανάμνησης, οι ασθενείς μπορούν να επανασυνδεθούν με τις αναμνήσεις και τις εμπειρίες του παρελθόντος, ενισχύοντας την αίσθηση της συνέχειας και της ταυτότητας.

Κοινωνική ένταξη: Η τέχνη παρέχει στους ασθενείς με άνοια μια κοινή πλατφόρμα έκφρασης, ενισχύοντας τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και την αίσθηση του ανήκειν. Οι ομαδικές συνεδρίες Τέχνης ενθαρρύνουν την επικοινωνία, την αμοιβαία υποστήριξη και τις κοινές εμπειρίες, μειώνοντας τα αισθήματα απομόνωσης που συνήθως βιώνουν τα άτομα με άνοια.

Ενίσχυση της αυτοέκφρασης: Η καλλιτεχνική ενασχόληση ενδυναμώνει τους ασθενείς με άνοια να εκφράζονται πέρα από τους περιορισμούς που επιβάλλει η γλώσσα ή η γνωστική έκπτωση. Αυτή η μορφή αυτοέκφρασης δίνει στους ασθενείς την αίσθηση του ελέγχου και της αυτονομίας πάνω στις εμπειρίες τους, ενισχύοντας την αυτοεκτίμησή τους και τη συνολική ευημερία τους.

Ασθενείς με χρόνιες ασθένειες

Αντιμετώπιση και συναισθηματική ευημερία: Οι ασθενείς με χρόνιες ασθένειες αντιμετωπίζουν συχνά συναισθηματική δυσφορία και αβεβαιότητα. Η καλλιτεχνική

ενασχόληση προσφέρει στους ασθενείς μια εποικοδομητική διέξοδο για την επεξεργασία των συναισθημάτων, ανακουφίζοντας το άγχος και την κατάθλιψη. Εκφράζοντας τα συναισθήματά τους μέσω της Τέχνης, οι ασθενείς μπορούν να αντιμετωπίσουν καλύτερα τις προκλήσεις της υγειονομικής τους διαδρομής.

Δημιουργία κοινωνικών δεσμών: Τα προγράμματα που βασίζονται στην Τέχνη δημιουργούν ένα χώρο χωρίς αποκλεισμούς για τους ασθενείς με χρόνιες ασθένειες, ώστε να αλληλεπιδρούν και να μοιράζονται τις εμπειρίες τους με συνομηλίκους που αντιμετωπίζουν παρόμοιες προκλήσεις. Αυτές οι αλληλεπιδράσεις ενισχύουν την ενσυναίσθηση, μειώνουν τα συναισθήματα απομόνωσης και δημιουργούν ένα δίκτυο υποστήριξης, προωθώντας την κοινωνική ένταξη και την αίσθηση της κοινότητας.

Πρόκληση του στίγματος: Οι χρόνιες ασθένειες μπορεί να φέρουν στιγματισμό, οδηγώντας σε κοινωνικό αποκλεισμό και παρανοήσεις. Η τέχνη δίνει τη δυνατότητα στους ασθενείς να αμφισβητήσουν αυτά τα στερεότυπα αναδεικνύοντας τις δυνάμεις και την ανθεκτικότητά τους. Οι δημόσιες εκθέσεις έργων τέχνης των ασθενών μπορούν να προωθήσουν την κατανόηση και την ενσυναίσθηση της ευρύτερης κοινότητας, καταπολεμώντας το στίγμα και προωθώντας την κοινωνική αποδοχή.

Η καλλιτεχνική ενασχόληση αναδεικνύεται ως μια μετασχηματιστική προσέγγιση για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης και τη βελτίωση της ζωής των ατόμων που αντιμετωπίζουν την πολυπλοκότητα της άνοιας και των χρόνιων ασθενειών. Μέσω της δημιουργικής έκφρασης και των κοινών εμπειριών, η Τέχνη προάγει τη συναισθηματική ευημερία, τις κοινωνικές σχέσεις και την αίσθηση του ανήκειν μεταξύ των ασθενών. Οι μελέτες περίπτωσης που παρουσιάζονται σε αυτή την ενότητα αποτελούν παράδειγμα του βαθύτατου αντίκτυπου της Τέχνης στην καταπολέμηση της απομόνωσης και του στιγματισμού, καθιστώντας την ένα ζωτικής σημασίας εργαλείο για τη βελτίωση της συνολικής ευημερίας των ατόμων σε δύσκολους τομείς Υγειονομικής Περίθαλψης.

Ως σύνοψη, ακολουθεί μια επισκόπηση των αναγκών και των περιορισμών για συγκεκριμένες κατηγορίες ομάδων-στόχων σε σχέση με τις μεθόδους που βασίζονται στην τέχνη:

| Κατηγορία | Ανάγκες | Περιορισμοί |
|----------------------------|--|---|
| Άτομα με άνοια | <p>Διέγερση και δέσμευση: Η τέχνη μπορεί να προσφέρει γνωστική διέγερση και να εμπλέξει τα άτομα με άνοια σε δραστηριότητες με νόημα.</p> <p>Συναισθηματική έκφραση: Η τέχνη επιτρέπει τη μη λεκτική έκφραση συναισθημάτων και αναμνήσεων.</p> <p>Κοινωνική αλληλεπίδραση: Οι ομαδικές καλλιτεχνικές δραστηριότητες μπορούν να ενισχύσουν τις κοινωνικές σχέσεις μεταξύ των ατόμων με άνοια.</p> | <p>Γνωστική έκπτωσηση: Τα άτομα μπορεί να αντιμετωπίζουν προκλήσεις στη συγκέντρωση, τη μνήμη και την παρακολούθηση οδηγιών.</p> <p>Αισθητηριακές ευαισθησίες: Ορισμένα άτομα μπορεί να έχουν αυξημένη ευαισθησία στα ερεθίσματα, επηρεάζοντας τις προτιμήσεις τους για ορισμένα υλικά τέχνης ή περιβάλλοντα.</p> |
| Άτομα με χρόνιες ασθένειες | <p>Διαχείριση πόνου: Η τέχνη μπορεί να αποσπάσει την προσοχή και να συμβάλει στις στρατηγικές διαχείρισης του πόνου.</p> <p>Συναισθηματική υποστήριξη: Η δημιουργική έκφραση παρέχει μια διέξοδο για την αντιμετώπιση των συναισθηματικών πτυχών των χρόνιων ασθενειών.</p> <p>Αίσθηση ελέγχου: Η ενασχόληση με καλλιτεχνικές δραστηριότητες ενδυναμώνει τα άτομα να ασκούν έλεγχο σε πτυχές της ζωής τους.</p> | <p>Σωματικοί περιορισμοί: Προβλήματα κινητικότητας ή κόπωσης μπορεί να περιορίσουν το είδος και τη διάρκεια των καλλιτεχνικών δραστηριοτήτων.</p> <p>Μεταβλητά επίπεδα ενέργειας: Οι χρόνιες ασθένειες μπορεί να οδηγήσουν σε κυμαινόμενα επίπεδα ενέργειας, επηρεάζοντας τη συμμετοχή σε μεθόδους που βασίζονται στην τέχνη.</p> |
| Ηλικιωμένοι | <p>Γνωστική διέγερση: Η τέχνη μπορεί να υποστηρίξει τη γνωστική λειτουργία και την ανάκληση της μνήμης σε ηλικιωμένα</p> | <p>Σωματική υγεία: Προβλήματα υγείας που σχετίζονται με την ηλικία μπορεί να επηρεάσουν</p> |

| | | |
|----------------------------|---|--|
| | <p>άτομα.</p> <p>Κοινωνικοποίηση: Οι ομαδικές καλλιτεχνικές δραστηριότητες ενισχύουν τις κοινωνικές σχέσεις και μειώνουν τα αισθήματα απομόνωσης.</p> <p>Αναψυχή: Οι δημιουργικές δραστηριότητες παρέχουν ευχάριστες και ψυχαγωγικές εμπειρίες.</p> | <p>την κινητικότητα και την επιδεξιότητα.</p> <p>Αισθητηριακές αλλαγές: Αλλαγές στην όραση, την ακοή ή την ευαισθησία στην αφή μπορεί να επηρεάσουν τις προτιμήσεις για ορισμένα υλικά τέχνης ή δραστηριότητες.</p> |
| Άτομα με καρκίνο | <p>Συναισθηματική έκφραση: Η τέχνη προσφέρει ένα μέσο για την έκφραση σύνθετων συναισθημάτων που σχετίζονται με τη διάγνωση και τη θεραπεία του καρκίνου.</p> <p>Απόσπαση της προσοχής: Η ενασχόληση με την τέχνη μπορεί να χρησιμεύσει ως θετικός αντιπερισπασμός κατά τη διάρκεια των θεραπειών.</p> <p>Υποστηρικτική κοινότητα: Οι ομαδικές καλλιτεχνικές δραστηριότητες παρέχουν ένα υποστηρικτικό περιβάλλον για την ανταλλαγή εμπειριών.</p> | <p>Κόπωση: Οι θεραπείες κατά του καρκίνου μπορεί να οδηγήσουν σε κόπωση, επηρεάζοντας τη διάρκεια και την ένταση της συμμετοχής στην τέχνη.</p> <p>Σωματική υγεία: Οι παρενέργειες της θεραπείας μπορεί να επηρεάσουν την κινητικότητα και τον συντονισμό.</p> |
| Άτομα με ειδικές αναπηρίες | <p>Προσβάσιμες δραστηριότητες: Καλλιτεχνικές δραστηριότητες που μπορούν να προσαρμοστούν σε διάφορες ικανότητες και αναπηρίες.</p> <p>Ενδυνάμωση: Η τέχνη παρέχει στα άτομα με αναπηρία ένα μέσο αυτοέκφρασης και ενδυνάμωσης.</p> | <p>Προκλήσεις κινητικότητας: Οι σωματικές αναπηρίες μπορεί να επηρεάσουν τη συμμετοχή σε ορισμένες καλλιτεχνικές δραστηριότητες.</p> <p>Εμπόδια επικοινωνίας: Ορισμένα άτομα μπορεί να</p> |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>Κοινωνική ένταξη: Τα προγράμματα τέχνης για όλους προάγουν τις κοινωνικές σχέσεις και την ένταξη.</p> | <p>έχουν επικοινωνιακές δυσκολίες που πρέπει να ληφθούν υπόψη στις μεθόδους που βασίζονται στην τέχνη.</p> |
|--|---|--|

Η κατανόηση των ειδικών αναγκών και περιορισμών αυτών των ομάδων-στόχων είναι απαραίτητη για την προσαρμογή των παρεμβάσεων που βασίζονται στην Τέχνη ώστε να είναι χωρίς αποκλεισμούς, με σεβασμό και αποτελεσματικά. Η ευελιξία, η προσαρμοστικότητα και η συνεργασία με τους επαγγελματίες του τομέα της Υγειονομικής Περίθαλψης αποτελούν το κλειδί για το σχεδιασμό και την εφαρμογή προγραμμάτων Τέχνης που ανταποκρίνονται στις διαφορετικές ανάγκες των ατόμων σε χώρους υγειονομικής περίθαλψης. Επιπλέον, η συμμετοχή των συμμετεχόντων στη διαδικασία σχεδιασμού μπορεί να βοηθήσει να διασφαλιστεί ότι οι μέθοδοι που βασίζονται στην Τέχνη είναι προσαρμοσμένες στις προτιμήσεις και τις δυνατότητές τους.

Η σημασία της "εμπειρίας"

Ο όρος "Εμπειρία" έχει όντως γνωρίσει αρκετούς ορισμούς και προσεγγίσεις που τον καθιστούν μάλλον πολύπλοκο να κατανοηθεί, να ερμηνευθεί και επομένως να εξηγηθεί, προκειμένου να εξασφαλιστεί μια αποσαφηνισμένη παρουσίαση που θα συμβάλει πράγματι προς τους στρατηγικούς στόχους της παρούσας εργασίας. Ένας από τους καλύτερους ορισμούς που παρέχονται σε σύγχρονα καλά αποδεκτά λεξικά, είναι αυτός του Merriam-Webster (2022) που προσδιορίζει τα εξής: "Εμπειρία είναι " :

α. Η άμεση παρατήρηση και η συμμετοχή σε γεγονότα ως βάση της γνώσης. Το γεγονός ή η κατάσταση του να σε έχει επηρεάσει ή να έχεις αποκτήσει γνώση μέσω άμεσης παρατήρησης ή συμμετοχής. Η πρακτική γνώση και η δεξιότητα που προκύπτει από την άμεση παρατήρηση ή την συμμετοχή σε γεγονότα ή σε μια συγκεκριμένη δραστηριότητα, καθώς και η διάρκεια της συμμετοχής αυτής,

β. Κάτι που συζητήθηκε , υποβλήθηκε ή βιώθηκε προσωπικά. Τα συνειδητά γεγονότα που συνθέτουν την ατομική ζωή και τα γεγονότα που συνθέτουν το συνειδητό παρελθόν μιας κοινότητας ή ενός έθνους ή της ανθρωπότητας γενικά,

γ. Η πράξη ή η διαδικασία της άμεσης αντίληψης των γεγονότων ή της πραγματικότητας

Περαιτέρω στον ορισμό της Εμπειρίας, υπάρχει η Καλλιτεχνική Εμπειρία (IGI, 2021) που αναφέρει ότι "η Καλλιτεχνική Εμπειρία είναι καταστάσεις συναισθηματικής ευαισθησίας που βιώνονται άμεσα κατά τη διαδικασία των καλλιτεχνικών πράξεων αντίληψης, ερμηνείας, δημιουργίας και προβληματισμού. Κατά τη διαδικασία της καλλιτεχνικής εμπειρίας, η προσωπική αυτονομία του μαθητή αναδύεται μέσα από την ανακάλυψη της πνευματικότητας στα καλλιτεχνικά μηνύματα των έργων τέχνης και μέσα από τη δημιουργία και την καλλιέργεια πολιτισμικών αξιών". Όλοι αυτοί οι ορισμοί και οι προσεγγίσεις παρέχουν μια μάλλον αποσαφηνισμένη κατανόηση και, κυρίως, μια κατεύθυνση η οποία μπορεί να θεωρηθεί σημαντικό εργαλείο για την εφαρμογή μοναδικών εμπειριών στο πλαίσιο της έννοιας των Τεχνών και, φυσικά, πώς οι εμπειρίες που αποκτώνται μέσω της συμμετοχής σε καλλιτεχνικές

δραστηριότητες, μπορούν να βοηθήσουν τα μειονεκτούντα άτομα να επιτύχουν κοινωνική ένταξη.

Ταυτόχρονα, αυτό είναι εξίσου σημαντικό και για τους ίδιους τους καλλιτέχνες, καθώς τους δίνει τη δυνατότητα να μεταφέρουν τις εμπειρίες που έχουν αποκτήσει από την προσωπική και επαγγελματική τους ζωή σε όσους έχουν ανάγκη. Έχει διαπιστωθεί ότι οι σύγχρονες μορφές Τέχνης παρέχουν την ευκαιρία για εκπληκτικές εμπειρίες με πολύ χαμηλό κόστος, βοηθώντας τόσο τους καλλιτέχνες όσο και τους ανθρώπους σε δύσκολα περιβάλλοντα Υγειονομικής Περίθαλψης να αλληλεπιδράσουν και να προχωρήσουν προς την κοινωνική ένταξη (CAI, 2021).

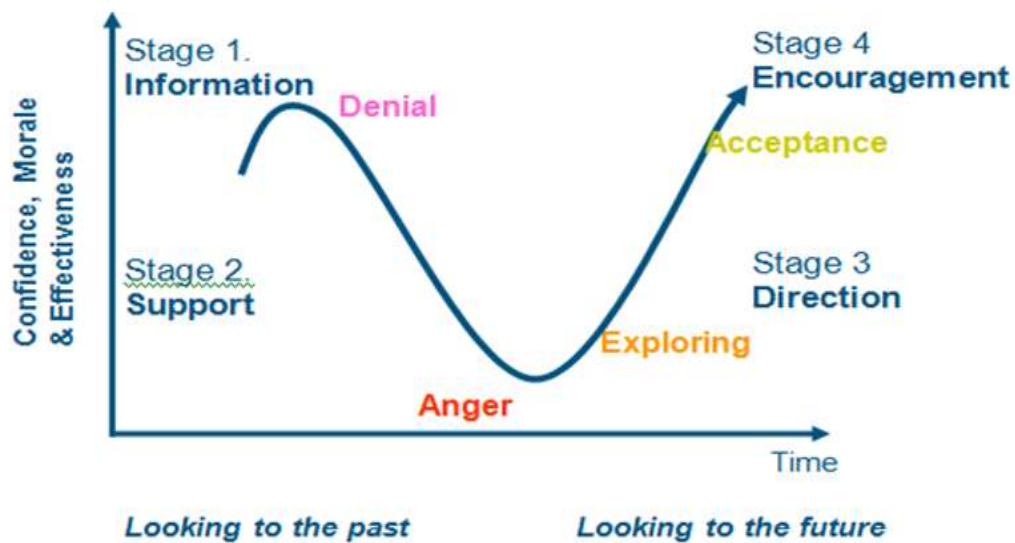
Οι εμπειρίες αυτές παρατίθενται παρακάτω, ωστόσο, πρέπει να σημειωθεί ότι ο κατάλογος δεν είναι ο μοναδικός, επομένως, μπορούν να εφαρμοστούν περισσότερες στο πλαίσιο του Έργου, καθώς και στην πρακτική εφαρμογή μεταξύ των Καλλιτεχνών και των κοινωνικά αποκλεισμένων ατόμων. Είναι σημαντικό ότι το τελευταίο μπορεί να αποτελέσει ένα χρήσιμο όχημα για τους Καλλιτέχνες όλων των τύπων προκειμένου να εμπλουτίσουν το χαρτοφυλάκιο εμπειριών τους, να γίνουν καλύτεροι επαγγελματίες και χαρακτήρες:

- Εμπειρία ζωής - Οι καλλιτέχνες συνήθως ταξιδεύουν από τόπο σε τόπο ή από χώρα σε χώρα, καθώς αυτό τους επιτρέπει να αλληλεπιδρούν με άλλους ανθρώπους και ενδεχομένως να εμπλουτίζουν τις συνολικές τους γνώσεις. Ορισμένοι καλλιτέχνες έχουν δει ολόκληρη τη ζωή τους να αλλάζει ως μέρος των ταξιδιωτικών τους εμπειριών, καθώς αυτές έχουν συμβάλει μαζικά στη συνολική γνώση τους και η μεταμόρφωση ήταν τόσο μεγάλη που τους ώθησε να μετακομίσουν, καθώς τα νέα μέρη που έχουν ζήσει τους παρείχαν νέα καλλιτεχνικά και βιοτικά κίνητρα. Επιπλέον, τέτοιες εμπειρίες ζωής και ταξιδιών τους έδωσαν τη δυνατότητα να εξερευνήσουν νέα (και ενδεχομένως άγνωστα) κομμάτια του εαυτού τους, βοηθώντας τους να γίνουν πιο κοινωνικά ευαισθητοποιημένοι και βοηθώντας τους μειονεκτούντες ανθρώπους να αποκτήσουν μια νέα διαδρομή στη ζωή τους (GAT, 2017).

- Εμπειρία εμπύθισης - Η εμπειρία εμπύθισης αναφέρεται στην κατάσταση κατά την οποία κάποιος συμπεριλαμβάνεται πλήρως σε κάτι συνήθως σχετικό με ένα είδος Τέχνης, ενεργοποιώντας όλες τις αισθήσεις του για να γίνουν μέρος αυτού, οδηγώντας σε μοναδικά συναισθήματα, επιτρέποντας έτσι στο άτομο/καλλιτέχνη να γίνει αναπόσπαστο μέρος αυτής της κατάστασης. Αυτό δίνει τη δυνατότητα στους καλλιτέχνες να αναπτύξουν όχι μόνο τις ήδη γνωστές τους δεξιότητες και εμπειρίες, αλλά και να προσθέσουν περισσότερες που υπερβαίνουν τις τυπικές, όπως αυτή της Τεχνητής Νοημοσύνης (TN).
- Εμπειρία έμπνευσης - Η έμπνευση μπορεί να διαφέρει από άτομο σε άτομο, και φυσικά αυτό ισχύει για τους Καλλιτέχνες, καθώς τα ενδιαφέροντά τους όσον αφορά τις δραστηριότητες, τη ζωή και προφανώς τις Τέχνες, μπορούν ενδεχομένως να καλύψουν ένα ευρύ φάσμα στοιχείων. Όλα αυτά μπορούν να οδηγήσουν τους Καλλιτέχνες σε συγκεκριμένες εμπνεύσεις που μπορούν να μετατραπούν σε ουσιαστικές δραστηριότητες στο πλαίσιο του είδους των Τεχνών τους, επιτρέποντάς τους να γίνουν πιο δημιουργικοί. Σύμφωνα με τον Balogh (2021) "Η έμπνευση στην Τέχνη είναι ένα είδος ενέργειας ή ερεθίσματος που εμπνέει τη δημιουργικότητα. Πολλοί καλλιτέχνες βασίζονται σε αυτή τη μορφή έμπνευσης για να τους βοηθήσει να δημιουργήσουν νέα έργα Τέχνης, επειδή τους δίνει πολλές νέες και πρωτότυπες ιδέες". Οι καλλιτέχνες πρέπει να εμπνέονται από άτομα που πάσχουν από αναπηρίες, είτε σωματικές είτε ψυχικές, καθώς και τα δύο έχουν αναγνωριστεί ότι επιτρέπουν στους καλλιτέχνες να αποκτήσουν μεγαλύτερη κοινωνική ευαισθησία και να συμμετέχουν σε μια σειρά από κοινωνικές δραστηριότητες χρησιμοποιώντας τις καλλιτεχνικές τους δεξιότητες, επηρεάζοντας και, κυρίως, εμπνέοντας άλλους- στη συγκεκριμένη περίπτωση, τα άτομα με αναπηρία. Είναι σημαντικό ότι οι εμπνεύσεις από τις Τέχνες οδήγησαν σε ουσιαστικές αλλαγές όσον αφορά τις πολιτικές του Δημόσιου Τομέα, μετατοπίζοντας έτσι το ενδιαφέρον για την Κοινωνική Ένταξη από τον ιδιωτικό τομέα και τις διάφορες ΜΚΟ, προς την ανάγκη των διαφόρων δημόσιων αρχών που διαθέτουν τόσο το νομικό καθεστώς όσο και τους πόρους (ανθρώπινους, οικονομικούς, τεχνολογικούς, εξοπλισμούς, γη και κτίρια), να ευαισθητοποιηθούν κοινωνικά. Σε αυτές τις

περιπτώσεις, η έμπνευση προήλθε από αρνητικές εμπειρίες που είχαν αντιμετωπίσει οι καλλιτέχνες όταν προσπαθούσαν να βοηθήσουν μειονεκτούντα άτομα να ενταχθούν στην κοινωνία και παρά τις προσπάθειές τους, αντιμετώπιζαν σοβαρά εμπόδια από τις αρχές, καθώς ενεργούσαν με γραφειοκρατικό τρόπο (Hannes, 2021). Επιπλέον, η έμπνευση για τους καλλιτέχνες μπορεί πράγματι να προέρχεται από πολλές άλλες πηγές ή και περιστατικά, όπως:

- ✓ Προσωπικά σωματικά ατυχήματα που ανάγκασαν τους Καλλιτέχνες να αναπτύξουν νέες δεξιότητες και ικανότητες, εμπνέοντας έτσι τη δημιουργικότητά τους και την ανθρώπινη ανάγκη τους να ανήκουν σε μια συγκεκριμένη ομάδα ανθρώπων. Το να είναι οι ίδιοι κοινωνικά αποκλεισμένοι έχει γίνει σημαντικός μοχλός για αρκετούς σύγχρονους Καλλιτέχνες, όχι μόνο για να αναπτύξουν τις δικές τους δεξιότητες, αλλά και, μέσω του έργου και της αποφασιστικότητάς τους, να εμπνεύσουν άλλους όσον αφορά την Κοινωνική Ένταξη
- ✓ Πνευματικά δύσκολες καταστάσεις, που ανάγκασαν τους καλλιτέχνες να ψάξουν βαθύτερα στον εαυτό τους, να γίνουν πιο δημιουργικοί και να βγουν από αυτή την ατυχή κατάσταση. Δεδομένου ότι τέτοιες καταστάσεις μπορεί να είναι πιο δύσκολες από τα σωματικά ατυχήματα, μπορεί να απαιτείται εξειδικευμένη υποστήριξη. Σε αυτή την περίπτωση, και προκειμένου οι Καλλιτέχνες να είναι σε θέση να παρέχουν καλύτερη βοήθεια, πρέπει να έχουν επίγνωση της "Καμπύλης Αντίστασης στην Αλλαγή" (γράφημα παρακάτω), η οποία επιτρέπει την καλύτερη κατανόηση της κατάστασης στην οποία βρίσκονται τα κοινωνικά αποκλεισμένα άτομα, και επομένως, ποιες ενέργειες πρέπει να εφαρμόσουν.



Εμπειρίες συμμετοχής σε εκδηλώσεις - Ως τελική εμπειρία που περιγράφεται για τη συγκεκριμένη εργασία προκειμένου να ληφθεί υπόψη είναι η συμμετοχή σε κοινωνικές εκδηλώσεις. Τέτοιες εκδηλώσεις μπορούν να αναπτυχθούν είτε από τον ιδιωτικό τομέα, είτε από διάφορες ΜΚΟ, είτε από τις επίσημες αρχές (τοπικές, περιφερειακές και εθνικές). Η συμμετοχή σε τέτοιες αποκλειστικές και καλά εστιασμένες Κοινωνικές Εκδηλώσεις έχει διαπιστωθεί ότι αποτελεί σημαντικό κίνητρο για πολλούς Καλλιτέχνες προκειμένου να:

- ✓ Αναπτύσσουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες και την ευαισθητοποίησή τους σχετικά με διάφορα θέματα που αφορούν ολόκληρη την κοινωνία καθώς και συγκεκριμένες ομάδες ανθρώπων που αντιμετωπίζουν σοβαρά κοινωνικά προβλήματα
- ✓ Αναπτύσσουν τη δικτύωσή τους με άλλους Καλλιτέχνες που αντιμετωπίζουν τις ίδιες εμπειρίες και έχουν την ίδια κοινωνική ευαισθησία και προθυμία να παρέχουν υποστήριξη
- ✓ Αναπτύσσουν τη δικτύωσή τους με άλλους κοινωνικούς φορείς από τον ιδιωτικό και τον δημόσιο τομέα προκειμένου να ενισχύσουν το ενδιαφέρον τους για τα θέματα που βρίσκονται στην ατζέντα τους

Όλα τα προαναφερθέντα στοιχεία που σχετίζονται με το εύρος των εμπειριών, οδηγούν στα ασφαλή συμπεράσματα ότι:

- οι εμπειρίες αποτελούν ουσιαστικό εργαλείο για τους καλλιτέχνες προκειμένου να γίνουν πιο καινοτόμοι και δημιουργικοί όσον αφορά το έργο τους, ιδίως όταν αυτό σχετίζεται με ανθρώπους σε δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης
- οι εμπειρίες παρέχουν μια μοναδική ευκαιρία στους καλλιτέχνες να αποκτήσουν μια αποσαφηνισμένη κατανόηση των διαστάσεων των Τεχνών όσον αφορά την κοινωνική ένταξη. Η κατανόηση αυτών των διαστάσεων μπορεί να αποτελέσει βασικό μοχλό για τη μελλοντική επιτυχία
- Είναι πράγματι σημαντικό για το έργο και τους καλλιτέχνες γενικότερα να διασφαλιστεί ότι οι εμπειρίες αυτές θα ενσωματωθούν αποτελεσματικά στο έργο τους. Αυτή η ενσωμάτωση θα πρέπει επίσης να συνοδεύεται από αποτελεσματικά κανάλια και τύπους επικοινωνίας, όπως αυτά έχουν ήδη προσδιοριστεί και εξηγηθεί. Η επικοινωνία αποτελεί ουσιαστικό εργαλείο για όλη τη διαδικασία, καθώς η έλλειψή της μπορεί να αποβεί επιζήμια για όλους τους εμπλεκόμενους φορείς.

Μελέτες περιπτώσεων που συνδέονται με κάθε τομέα έρευνας

Στην ενότητα που ακολουθεί, θα παρουσιαστούν ορισμένες μελέτες περιπτώσεων που αναδεικνύουν με ιδιαίτερο τρόπο ορισμένες από τις δεξιότητες που πρέπει να διαθέτουν οι Καλλιτέχνες, όπως προσδιορίστηκαν στο κεφάλαιο 3.

Ευελιξία και προσαρμοστικότητα

Οι καλλιτέχνες, που συχνά θεωρούνται "ελεύθερα πνεύματα", θα πρέπει να διαθέτουν την ικανότητα προσαρμογής και ευελιξίας με βάση τις μοναδικές ανάγκες της κάθε περίπτωσης. Το διαφορετικό και ποικίλο υπόβαθρο των μειονεκτούντων ατόμων απαιτεί εξατομικευμένες προσεγγίσεις που να ανταποκρίνονται στις ιδιαίτερες συνθήκες τους. Η ευελιξία και ο αυτοσχεδιασμός επιτρέπουν στους καλλιτέχνες να ανταποκρίνονται αποτελεσματικά στις προκλήσεις και τις ευκαιρίες που παρουσιάζονται κατά τη διάρκεια της καλλιτεχνικής εμπλοκής.

Τίτλος της μελέτης περίπτωσης: Θεατρικά εργαστήρια για ασθενείς με καρκίνο του μαστού

Οι παραστάσεις οργανώνονταν εβδομαδιαία για 12 συνεχόμενες εβδομάδες. Ηγούνταν και σκηνοθετούσε ο ηθοποιός Μάριος Ιωάννου, οι παραστάσεις είχαν θέμα τη γυναικεία φύση. Η πρόθεση ήταν μέσα από τον αυτοσχεδιασμό να σβήσουν τα αρνητικά συναισθήματα και να αγκαλιάσουν την πραγματικότητα και να προσαρμοστούν στη νέα κατάσταση της ζωής.

Λόγω των δύσκολων καταστάσεων οι παραστάσεις εκτελέστηκαν με υβριδικό τρόπο. Δημιουργήθηκαν τρία είδη δράσης: υβριδικές εκδηλώσεις, διαδικτυακές και μη διαδικτυακές. Το θέμα που επιλέχθηκε για την τελευταία παράσταση ήταν "**η τέχνη της προσαρμογής**": "αυτές τις μέρες χρειαζόμαστε πραγματικά θετικές εμπνεύσεις, μηνύματα και ιστορίες".

Πιστεύουμε ότι η Τέχνη δημιουργεί κοινωνικό μετασχηματισμό, δίνει θάρρος και έμπνευση και όσοι μας εμπνέουν ανάβουν ένα φως στο σκοτάδι και μας βοηθούν να βρούμε ή να ξαναβρούμε το δρόμο μας. Με τα εργαστήριά μας δίνουμε φωνή στους καλλιτέχνες και στους ασθενείς. Η πρώτη εκδήλωση πραγματοποιήθηκε τον Μάιο του 2020, το έτος της πανδημίας, το πρώτο μέρος ήταν πρόσωπο με πρόσωπο, αλλά γρήγορα έπρεπε να προσαρμοστούμε στο διαδίκτυο, συνεχίζοντας σε υβριδική μορφή.

Προφίλ καλλιτέχνη

Οι παραστάσεις καθοδηγούνταν από ηθοποιούς και οι συμμετέχοντες ήταν πρώην ασθενείς ή ασθενείς υπό θεραπεία. Όλοι οι καλλιτέχνες που επιλέξαμε είχαν την ικανότητα να προσαρμόζονται σε πραγματικές καταστάσεις και να σχεδιάζουν σενάρια που θα έχουν άμεσο όφελος για την ομάδα-στόχο, τους ανθρώπους που παλεύουν με τον καρκίνο και έχουν ανάγκη για ένα θετικό γεγονός στη ζωή τους.

Βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα

Όλες οι παραστάσεις που φιλοξενήθηκαν και δημιουργήθηκαν κατά τη διάρκεια του έργου, έφεραν θετικά αποτελέσματα που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την έναρξη νέων δραστηριοτήτων. Τα θετικά αποτελέσματα αφορούν κυρίως:

- Δημιουργία στιγμών προβληματισμού μέσω των παραστατικών και λογοτεχνικών Τεχνών, όπου η ένταξη δημιουργείται με έξυπνο και ομαλό τρόπο, μέσω του κοινού καλλιτεχνικού πάθους,
- Προώθηση της ευεξίας την εποχή της πανδημίας με την αποδοχή της δεδομένης κατάστασης και την προσπάθεια για καλύτερη κατανόηση των σημερινών συνθηκών
- Προώθηση ενός τοπικού δικτύου μεταξύ καλλιτεχνών, πολιτιστικών φορέων, ιδρυμάτων και συλλόγων, για την ενίσχυση των δεξιοτήτων και των δυνατοτήτων των ατόμων με αναπηρία ή ατόμων που προέρχονται από κοινωνικά μειονεκτική κατάσταση.
- Σύνδεση καλλιτεχνών που προέρχονται από διαφορετικά μέρη της Ιταλίας και προσωπικότητες που δραστηριοποιούνται στον τομέα των σοβαρών και μακροχρόνιων ασθενειών

- Διάδοση μιας κουλτούρας χωρίς αποκλεισμούς μεταξύ των νέων με εκπαιδευτικές παρεμβάσεις και εργαστήρια,
- Υποστήριξη μιας καινοτόμου πολιτιστικής διαδικασίας διδασκαλίας με μια απροσδόκητη καλλιτεχνική εμπειρία,
- Πραγματοποίηση προσιτών καλλιτεχνικών δράσεων με υψηλό επίπεδο καινοτομίας και δημιουργικότητας, πειραματισμός με νέες μορφές υλοποίησης εκδηλώσεων και συμμετοχή του κοινού ψηφιακά ή αυτοπροσώπως,
- Επανεξέταση της Τέχνης, για να την παραδώσουμε στην πιο καθαρή μορφή της Τέχνης από την Τέχνη, πέρα από τις φυσικές, κοινωνικές και πολιτιστικές συνθήκες. Εμπλουτισμός της πολιτιστικής προσφοράς για την κοινωνία με την ενίσχυση θεμάτων ποικιλομορφίας και ένταξης μέσω της Τέχνης.
- Εμπλουτισμός της πολιτιστικής προσφοράς για την κοινωνία με την ενίσχυση θεμάτων διαφορετικότητας και ένταξης μέσω της Τέχνης.

Μακροπρόθεσμα αποτελέσματα:

Τα αναμενόμενα οφέλη είναι επίσης ορατά. Οι ασθενείς/καλλιτέχνες ισχυρίστηκαν ότι η ανταλλαγή δύσκολων εμπειριών μέσω του παιχνιδιού ρόλων βοήθησε. Έλαβαν επίσης ενθάρρυνση από αυτό σε περιόδους άγχους και αποχωρισμού από αγαπημένα πρόσωπα. Οι συμμετέχοντες σημείωσαν ότι η θεραπεία μέσω της Τέχνης βοήθησε τους καρκινοπαθείς να αισθάνονται καλύτερα και να διαχειρίζονται τα συμπτώματά τους.

Ο στόχος της συνεδρίας είναι να δώσει στους ασθενείς μια δημιουργική ώθηση που θα τους βοηθήσει να γράψουν ένα σόλο. Οι συμμετέχοντες καθοδηγήθηκαν στο δρόμο της καλλιτεχνικής μελέτης από τις εκφραστικές ιδιότητες της "καλλιτεχνικής δημιουργίας", ξεκινώντας από προσωπικές συστάσεις και εκφραστικές επιταγές, πειραματιζόμενοι επί σκηνής με διάφορους τρόπους αφήγησης μέσα από τη γλώσσα της παραστατικής Τέχνης. Η διαδρομή επικεντρώθηκε στο θέμα της ταυτότητας που γίνεται αφηγηματικό εργαλείο και στο σώμα ως εκφραστικό μέσο. Μέσω ενός χρωδιακού έργου, η πορεία είχε ως στόχο να ενισχύσει την προσωπικότητα των συμμετεχόντων, σε αναζήτηση μιας προσωπικής καλλιτεχνικής γλώσσας, μιας εκδήλωσης της μοναδικότητάς τους.

Σημαντικές βελτιώσεις στο άγχος, την κατάθλιψη, την κόπωση και την ικανότητα συμμετοχής σε κοινωνικούς ρόλους/δραστηριότητες παρατηρήθηκαν επίσης μεταξύ της έναρξης και του τέλους του προγράμματος.

Κύριοι στόχοι του εργαστηρίου:

- Ανάπτυξη αυτοπεποίθησης,
- Δημιουργικότητα και αφύπνιση του ανεκμετάλλετου ψυχοφυσικού δυναμικού,
- Ξεπέρασμα των συναισθημάτων μοναξιάς και απομόνωσης,
- Ενίσχυση των αρετών,
- Ενίσχυση των καλλιτεχνικών εκφραστικών δεξιοτήτων,
- Επανεξισορρόπηση του σώματος και του νου,
- Μάθηση από τις εμπειρίες των άλλων,
- Απόκτηση νέων δεξιοτήτων.
- Συναισθήματα που μετατρέπονται σε καλλιτεχνικές δράσεις,

Τα βήματα της δημιουργικής διαδικασίας του μαέστρου:

- Εξερευνήστε τα ενδιαφέροντα, τις δεξιότητες και ανακαλύψτε τις πιο κρυφές.
- Εστίαση στην κριτική και εξέταση των προσωπικών αξιών
- Αναλύστε τα θέματα που επιλέγουν οι συμμετέχοντες και εντοπίστε τους κατάλληλους καλλιτεχνικούς τρόπους με χορό, φωνή, ηχογραφήσεις, βιντεοσκοπήσεις, θέατρο, μουσικά όργανα και άλλες μορφές τέχνης
- Συμμετοχικός σχεδιασμός για σόλο παραγωγή
- Πρόβα προσωπικής σκηνοθεσίας

Δημιουργία ad-hoc δραματουργίας που περιλαμβάνει όλα τα σόλο.

Η πραγματοποίηση παραστάσεων που γίνονται για ζωντανό κοινό γίνεται μέσω της κατασκευής ευέλικτης δραματουργίας. Το αυτοσχεδιαστικό στοιχείο των συμμετεχόντων είναι θεμελιώδες τόσο στο δημιουργικό στάδιο όσο και στο στάδιο της παράστασης, ώστε να εστιάζεται στο "εδώ και τώρα". Η ουσία της σκηνοθεσίας είναι να μπορείς να λειτουργείς σε

έναν χώρο πλούσιο σε δυνατότητες ανάμεσα στις "προετοιμασίες" (παρτιτούρες, σενάρια, κείμενα, χορογραφίες, ηχογραφήσεις κ.λπ.) και τις "στιγμές" ως συγκεκριμένες, μη επαναλήψιμες παραστάσεις. Οι παραστατικές Τέχνες δημιουργούν ομορφιά και η ομορφιά δημιουργεί επιθυμία. Αυτό επιτρέπει στους συμμετέχοντες να αλλάξουν, να εμπνευστούν και να θέσουν στον εαυτό τους ερωτήματα. Το κοινό γίνεται συμμετέχον στο παρουσιαζόμενο έργο τέχνης.

Βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα:

Ανάπτυξη της αίσθησης της προσαρμογής σε νέα κατάσταση, αποδοχή του καρκίνου και της θεραπείας του και ταυτόχρονα να κάνεις κάτι όχι απαραίτητο αλλά ανακουφιστικό, όπως η ένταξη σε μια ομάδα που είχε ένα σοβαρό πρόβλημα υγείας και παρόλα αυτά να προσαρμοζόταν και να αντιμετωπίζουν την κατάσταση.

Μακροπρόθεσμα αποτελέσματα:

Ο χρόνος που δαπανήθηκε για την προετοιμασία και το τελικό θεατρικό έργο απελευθέρωσε τους συμμετέχοντες με έναν τρόπο να ξεφύγουν από την καθημερινή ρουτίνα και το αίσθημα ότι πρέπει να αντιμετωπίσουν τον καρκίνο κάνοντας ένα διάλειμμα που βοήθησε στην παραγωγή θετικότητας και θάρρους.

Συμπερασματικές σκέψεις:

Η θεραπεία που προσφέρει η Τέχνη είναι πολυδιάστατη. Στην περίπτωση μας προσφέρει στους ασθενείς μια διέξοδο, έναν τρόπο να βγουν από την κατάσταση του βαριά ασθενούς και να νιώσουν σαν ηθοποιοί, σαν καλλιτέχνες, σαν δημιουργικοί άνθρωποι. Ο χρόνος που πέρασαν κάνοντας πρόβες και παίζοντας ήταν ένα διάλειμμα από την πραγματικότητα και ταυτόχρονα μια στιγμή βαθιάς συνειδητοποίησης και αποδοχής.

Ορισμός ορίων

Αυτή η ενότητα ασχολείται με τη σημασία του καθορισμού σαφών ορίων στην καλλιτεχνική ενασχόληση με μειονεκτούντα άτομα. Τα όρια καθορίζουν το τι μπορεί να επιτευχθεί και καθορίζουν το εύρος της διαπροσωπικής σχέσης μεταξύ καλλιτεχνών και συμμετεχόντων. Ο

καθορισμός ορίων διασφαλίζει ότι η εμπλοκή παραμένει εστιασμένη και παραγωγική, προωθώντας ένα περιβάλλον σεβασμού και ενθάρρυνσης.

Τίτλος της μελέτης περίπτωσης: Θεραπεία Τέχνης για ασθενείς με άνοια στα σπίτια φροντίδας του δήμου

Ένα πιλοτικό πρόγραμμα καλλιτεχνικής θεραπείας ξεκίνησε σε ένα ίδρυμα φροντίδας που ειδικεύεται σε ασθενείς με άνοια. Στόχος του προγράμματος ήταν να βελτιώσει την ευημερία και την ποιότητα ζωής των ηλικιωμένων ασθενών του ιδρύματος. Στο πρόγραμμα συμμετείχαν 10 ασθενείς και των δύο φύλων με διαφορετικά στάδια άνοιας.

Οι καλλιτέχνες που πραγματοποίησαν το εργαστήριο επιλέχθηκαν με βάση το βιογραφικό τους, αλλά και το κοινωνικό τους έργο, ορισμένοι από τους καλλιτέχνες προέρχονταν επίσης από μειονεκτούσες ομάδες, όπως χαμηλού εισοδήματος.

Συνεδρίες καλλιτεχνικής θεραπείας

Σε διάστημα 6 εβδομάδων, οι ασθενείς είχαν εβδομαδιαίες συνεδρίες εικαστικής θεραπείας με τον εικαστικό θεραπευτή. Οι συνεδρίες γίνονταν σε ένα ήσυχο, ήρεμο και φωτισμένο δωμάτιο με απαλή μουσική στο παρασκήνιο. Ο θεραπευτής τέχνης επέλεξε μια σειρά από υλικά τέχνης από χρώματα, χαρτί, πηλό και χρωματιστά μολύβια. Οι ασθενείς ενθαρρύνονταν να εκφραστούν μέσω διαφόρων μορφών Τέχνης παράγοντας τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα και έτσι οδηγούνταν σε μια πραγματικά καινοτόμο και δημιουργική δραστηριότητα.

Προφίλ μαθητών

- Ηλικία: συνήθως 65+ ετών
- Διάγνωση άνοιας ή νόσου Αλτσχάιμερ
- Μπορεί να έχουν άλλες ιατρικές παθήσεις, όπως διαβήτη, καρδιακές παθήσεις ή προβλήματα κινητικότητας
- Μπορεί να έχουν περιορισμένη κινητικότητα, όραση, ακοή ή ικανότητες επικοινωνίας

- Μπορεί να βιώνουν άγχος, κατάθλιψη ή σύγχυση που σχετίζονται με την κατάστασή τους ή το περιβάλλον τους
- Μπορεί να έχουν περιορισμένη ή καθόλου προηγούμενη εμπειρία με την Τέχνη ή την καλλιτεχνική έκφραση
- Μπορεί να ωφεληθούν από δομημένες δραστηριότητες και ρουτίνες που παρέχουν αίσθηση σκοπού και ολοκλήρωσης
- Μπορεί να έχουν διαφορετικά επίπεδα γνωστικής ικανότητας, από ήπια έως σοβαρή άνοια.
- Μπορεί να έχουν διαφορετικές προτιμήσεις και ενδιαφέροντα όσον αφορά τις μορφές τέχνης, τα υλικά και τα θέματα.
- Είναι σημαντικό να έχετε κατά νου ότι κάθε ασθενής είναι μοναδικός και οι ατομικές ανάγκες και ικανότητές του θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά τον σχεδιασμό δραστηριοτήτων τέχνης και την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων.

Όλα αυτά ελήφθησαν υπόψη κατά τη διαδικασία δημιουργίας της ομάδας, δίνοντας στα μέλη και στον επικεφαλής της ομάδας τη δυνατότητα να διασφαλίσουν ότι η συμμετοχή τους δεν θα προκαλέσει ενδεχομένως προβλήματα. Λόγω της ικανότητας του αρχηγού της ομάδας, δημιουργήθηκε ένα παραγωγικό ομαδικό περιβάλλον και αποφεύχθηκαν οι αχρείαστες συγκρούσεις και τα τοξικά περιβάλλοντα. Αυτό επέτρεψε στους συμμετέχοντες να παραμείνουν στο έργο τους και να παράγουν άριστα αποτελέσματα, διατηρώντας παράλληλα την αίσθηση της ενότητας. Το παράδειγμα του κατανεμημένου δασκάλου της διαδικτυακής παράστασης αποτελεί μια πρωτοποριακή κίνηση προκειμένου να διευκολυνθεί η αυξημένη αλληλεπίδραση μεταξύ των ενδιαφερομένων σε διάφορα επίπεδα, όπως:

- Ο επικεφαλής της ομάδας και η ομάδα, καθώς αυτό είναι απαραίτητο προκειμένου να διασφαλιστεί ότι όλοι οι συμμετέχοντες θα αισθάνονται ως αναπόσπαστο μέρος του έργου και, ως εκ τούτου, όλοι οι συμμετέχοντες θα αισθάνονται ευπρόσδεκτοι στο έργο. Αυτό θεωρείται ζωτικής σημασίας στοιχείο για την επιτυχή ένταξη όλων των ατόμων, ιδίως δεδομένου ότι οι Τέχνες εστιάζουν πάντα προς αυτή την κατεύθυνση

- Ο Επικεφαλής της Ομάδας και ο καθένας από τους συμμετέχοντες ήρθαν σε επαφή σε διαπροσωπικό επίπεδο, καθώς αυτό δημιουργεί την ευκαιρία στον Επικεφαλής της Ομάδας να εντοπίσει με σαφήνεια τις μοναδικές δεξιότητες και ικανότητες του καθενός από τους συμμετέχοντες. Αυτό θα οδηγήσει ενδεχομένως σε βελτιωμένη απόδοση τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο

- Μεταξύ όλων των ατόμων σε προσωπικό επίπεδο, καθώς αυτό θεωρείται εξίσου σημαντικό με τα δύο προαναφερθέντα επίπεδα. Η βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων είναι απαραίτητη σε όλες τις μορφές Τεχνών και μπορεί ουσιαστικά να τις βοηθήσει να γίνουν πιο αποτελεσματικές. Αυτό μπορεί επίσης να οδηγήσει σε θετικά αποτελέσματα για τον επικεφαλής της ομάδας

Τα προαναφερθέντα στοιχεία της καινοτόμου διαδικτυακής παράστασης βασίζονται στις βασικές αρχές της Επικοινωνίας, την οποία τόσο ο Αρχηγός της ομάδας όσο και οι μαθητές αξιολόγησαν εξ αρχής ως πολύ σημαντική. Επιπλέον, τα στοιχεία Επικοινωνίας που εφαρμόστηκαν κατά τη διάρκεια αυτής της αλληλεπίδρασης ήταν αποτελεσματικά και αναφέρονται κυρίως στα εξής:

- Ακρόαση - Σε αυτό το πλαίσιο "Η τέχνη ως μέσο επαφής με τους ανθρώπους, ο καλλιτέχνης ως εμψυχωτής". Η δεξιότητα της αποτελεσματικής ακρόασης επέτρεψε σε όλους τους συμμετέχοντες να γίνουν καλοί ακροατές, αντί να ακούν απλώς τους ανθρώπους. Δημιούργησαν καλύτερους διαύλους και κατάφεραν να αναπτύξουν δεξιότητες ενσυναίσθησης, ως αποτέλεσμα της βελτιωμένης κατανόησης. Επιπλέον, η ανάπτυξη της ακρόασης μεταφέρθηκε στη συνολική παράσταση, επιτρέποντας σε ορισμένα από τα παιδιά να μεταφέρουν αυτές τις δεξιότητες στο σχολικό τους περιβάλλον
- Μη λεκτική επικοινωνία - Αυτή αναπτύχθηκε στο πλαίσιο της εξαιρετικά μοναδικής προσέγγισης που ανέπτυξε ο επικεφαλής της ομάδας, ο οποίος διαθέτει μεγάλη εμπειρία σε τέτοιου είδους δραστηριότητες, επιτρέποντας στους συμμετέχοντες μαθητές να καθιερώσουν τον δικό τους κώδικα επικοινωνίας, στον οποίο πράγματι επικράτησε η γλώσσα του σώματος. Η επικεφαλής της ομάδας, μέσω της εκτεταμένης

εμπειρογνωμοσύνης της στον τομέα αυτό, εξασφάλισε και παρακίνησε τους συμμετέχοντες μαθητές να δώσουν έμφαση στην ανάπτυξη των συναισθημάτων τους και των προσωπικών τους μοναδικών ικανοτήτων, καθώς οι κύριοι στόχοι των Τεχνών αναφέρονται σε αυτά τα ζητήματα, ιδίως όταν προκύπτουν δύσκολες καταστάσεις, και πιο συγκεκριμένα, όταν οι συμμετέχοντες προέρχονται από διάφορα μειονεκτικά περιβάλλοντα, δημιουργώντας σοβαρά προβλήματα προσαρμογής. Το Σχέδιο αντιμετώπισε το συγκεκριμένο πρόβλημα εφαρμόζοντας τη διαδικτυακή μη λεκτική επικοινωνία, μέσω της οποίας οι συμμετέχοντες μαθητές κατάφεραν να γίνουν πολύ πιο ευαίσθητοι, να αναπτύξουν υψηλό επίπεδο ενσυναίσθησης προς τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας και, κυρίως, να εδραιώσουν το πολυπόθυτο ομαδικό πνεύμα. Όλα αυτά είναι απαραίτητα για την περαιτέρω ανάπτυξη στον τομέα των Τεχνών.

Στο πλαίσιο αυτής της μοναδικής διαδικτυακής διαδραστικής παρουσίασης και συμμετοχής των μαθητών, οι περισσότεροι από τους οποίους συμμετείχαν για πρώτη φορά σε καλλιτεχνικές εκδηλώσεις, η επικεφαλής της ομάδας κατάφερε να μεταφέρει κάποιες από τις μοναδικές της δεξιότητες που χρησιμοποιήθηκαν σε άλλες παρόμοιες καλλιτεχνικές δραστηριότητες και αναφέρονται σε:

- Ικανότητα διδασκαλίας διαδραστικών θεατρικών παραστάσεων
- Ικανότητα να τραγουδάτε διάφορα είδη τραγουδιών
- Δυνατότητα έκφρασης προσωπικών συναισθημάτων μέσω των Τεχνών
- Ικανότητα μεταφοράς θεωρητικών γνώσεων για τις Τέχνες
- Ικανότητα εστίασης σε διάφορες ηλικιακές ομάδες
- Δυνατότητα να καθιερωθεί η διαφορετικότητα μέσω της μουσικής
- Ικανότητα μεταφοράς γνώσεων από διαφορετικά πολιτισμικά υπόβαθρα
- Ικανότητα αυτοσχεδιασμού και χορογραφίας, προερχόμενη από διαφορετικά είδη Τεχνών και Πολιτισμών

- Ικανότητα συμμετοχής σε ομαδικές εργασίες, π.χ. χορωδιακή ομιλία, ομαδικά χορευτικά κομμάτια, μουσικές συναυλίες και χορωδιακές παραστάσεις

Επιπλέον, προκειμένου ο επικεφαλής της ομάδας να διασφαλίσει ότι η διαδραστική δραστηριότητα θα διεξαχθεί με αποτελεσματικό τρόπο και θα αποφέρει τα αναμενόμενα αποτελέσματα, χρησιμοποιήθηκαν διάφοροι πόροι που παρέχουν χρήσιμες πληροφορίες σχετικά με:

- Η ποιότητα του έργου, κατά την οποία ο επικεφαλής της ομάδας είχε την ευκαιρία να αναπτύξει νέους τρόπους αλληλεπίδρασης και να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να εξερευνήσουν και να αναπτύξουν νέες δεξιότητες που δεν γνώριζαν ότι είχαν.
- Η ανάπτυξη κοινωνικών και προσωπικών δεξιοτήτων σε σχέση με το έργο, δίνοντας τη δυνατότητα στον επικεφαλής της ομάδας να ενεργοποιήσει τις δεξιότητες αυτές μέσω των συγκεκριμένων διαδραστικών δραστηριοτήτων

Συλλογή πληροφοριών σχετικά με το ιστορικό του θέματος

Η συλλογή δεδομένων και πληροφοριών θεωρούνταν πάντα μια πραγματική πρόκληση για κάθε οργανισμό και έργο, καθώς απαιτεί την εφαρμογή δεοντολογικών και επαγγελματικών δεξιοτήτων. Αυτό αποκτά ολοένα και μεγαλύτερη σημασία όταν στο έργο περιλαμβάνονται ευαίσθητα θέματα. Ο επικεφαλής της ομάδας το έλαβε σοβαρά υπόψη πριν από το σχεδιασμό και την εφαρμογή μιας στρατηγικής που θα βοηθούσε στην ανάπτυξη του έργου.

Προκειμένου να γίνει πολύ πιο αποτελεσματική και αποδοτική, λόγω του περιορισμένου διαθέσιμου χρόνου και πόρων, η επικεφαλής της ομάδας δημιούργησε μια σταθερή έρευνα που της επέτρεψε να αποκτήσει πολύτιμα δεδομένα και πληροφορίες. Όλα αυτά προέρχονταν από αξιόπιστες πηγές που εξασφάλιζαν τις ακόλουθες σημαντικές παραμέτρους:

- να διασφαλιστεί ο μοναδικός χαρακτήρας του έργου που επιτρέπει στους συμμετέχοντες να συμμετέχουν ενεργά και να τον μεταφέρουν σε άλλα έργα και, ενδεχομένως, στην περαιτέρω ανάπτυξη των Τεχνών.

- να διασφαλιστεί ότι τα συμμετέχοντα παιδιά δεν θα εκτεθούν σε κανενός είδους σωματικό ή ψυχικό κίνδυνο, καθώς αυτό θα μπορούσε να οδηγήσει σε σοβαρά προβλήματα, όπως ηθικά και νομικά, που βλάπτουν την προσωπικότητά τους
- Διασφάλιση ότι το έργο θα είναι επιστημονικά αποδεκτό και θα αναπτύξει δεξιότητες όπως η ενσυναίσθηση και η κατανόηση μεταξύ του επικεφαλής της ομάδας και των συμμετεχόντων, ειδικά σε καταστάσεις άγχους
- Εγκαθίδρυση αισθήματος ένταξης στους συμμετέχοντες που ενδεχομένως να αισθάνονται "αποκλεισμένοι", ως αποτέλεσμα προηγούμενης συμμετοχής σε άλλα έργα και όχι απαραίτητα στο συγκεκριμένο έργο
- Ελκύει την προσοχή των άλλων, εξασφαλίζοντας έτσι ότι το έργο θα γίνει βιώσιμο και θα συνεχίσει τη συμβολή του στις τέχνες με τη συμμετοχή μειονεκτούντων ατόμων που αναζητούν μια ευκαιρία για διάλειμμα
- Η ανάπτυξη ενός έργου που θα προσελκύσει την προσοχή των τοπικών κοινοτήτων, καθώς και των τοπικών κοινωνιών, επομένως, επεκτείνοντας ουσιαστικά τις δραστηριότητές του σε διαφορετικά επίπεδα και δραστηριότητες

Πέραν όλων των προαναφερθέντων θεμάτων, ο επικεφαλής του Ομίλου, σε σχέση με τη διαδικασία συλλογής των σχετικών πληροφοριών, έχει εστιάσει σε άλλες παραμέτρους που μπορούν ενδεχομένως να θεωρηθούν εξίσου σημαντικές και αναφέρονται στις:

- Ποιοτική - Η οποία διασφαλίζει ότι η κατάλληλη ποιότητα της διαδραστικής δραστηριότητας θα καθοριστεί, επιτρέποντας έτσι στο έργο να γίνει βιώσιμο, δίνοντας την ευκαιρία τόσο στον επικεφαλής της ομάδας όσο και στους συμμετέχοντες να αναπτύξουν περαιτέρω τις δεξιότητές τους. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί είτε μέσω της ανάπτυξης του συγκεκριμένου έργου, είτε μέσω της ανάπτυξης ενός νέου. Ο στόχος αυτός επιτεύχθηκε, καθώς ο επικεφαλής της ομάδας και οι συμμετέχοντες είναι πλήρως ικανοποιημένοι από το σύνολο του έργου και τις δραστηριότητές του και ήδη σχεδιάζουν περαιτέρω παρόμοιες

δράσεις. Αυτές θα περιλαμβάνουν περισσότερους συμμετέχοντες με το υπόβαθρο που αναμένεται να είναι ακόμη πιο διαφοροποιημένο από άποψη δεξιοτήτων και κουλτούρας. Αυτό αναμένεται να δώσει την ευκαιρία να αποκτηθούν συμμετέχοντες από μια μεγαλύτερη δεξαμενή με ακόμη πιο ποιοτικές δεξιότητες και κριτήρια

- Ποιοτικά - Τα οποία επικεντρώνονται στην προσέλκυση αρκετών συμμετεχόντων που θα επιθυμούν να γίνουν αναπόσπαστο μέρος αυτής της δραστηριότητας.

Ως εκ τούτου, για να το διασφαλίσει αυτό, η επικεφαλής της ομάδας εφάρμοσε τις ακαδημαϊκές της δεξιότητες και τις επαγγελματικές της γνώσεις και συγκέντρωσε δεδομένα και πληροφορίες από τις ακόλουθες αξιόπιστες πηγές.

- Επαγγελματικά περιοδικά και εφημερίδες που παρείχαν το κατάλληλο επιστημονικό υπόβαθρο και δημιουργούσαν μια αίσθηση "ασφάλειας" όσον αφορά τις διαδικασίες και τη χρήση των κατάλληλων δεξιοτήτων.
- Επαγγελματικές οργανώσεις που έδωσαν τη δυνατότητα στον επικεφαλής της ομάδας να αναπτύξει σταθερή επικοινωνία, να ανταλλάξει ιδέες και προβληματισμούς, αποκτώντας έτσι πολύτιμη ανατροφοδότηση από διάφορους επαγγελματίες συναδέλφους του
- Επικοινωνία με άλλους επαγγελματίες στο σχολικό περιβάλλον προκειμένου να προσδιοριστεί το επίπεδο διαπροσωπικής σύνδεσης με τους συμμετέχοντες, ως εκ τούτου, αποφεύγοντας πιθανή συναισθηματική διαταραχή
- Επικοινωνία με επαγγελματίες προκειμένου να δοθούν οι κατάλληλες συμβουλές όσον αφορά τη χρήση των καλύτερων δυνατών υλικών και άλλου εξοπλισμού που έχουν θεωρηθεί σημαντικά για την ανάπτυξη του σχεδίου

Όλες οι μορφές επικοινωνίας που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος οδήγησαν σε θετικά αποτελέσματα για όλους τους συμμετέχοντες καθώς και για τον επικεφαλής της ομάδας, τα οποία μπορούν ενδεχομένως να χρησιμοποιηθούν και σε άλλες

παρόμοιες δραστηριότητες. Αυτά τα θετικά αποτελέσματα αναφέρονται κυρίως σε κρίσιμα στοιχεία όπως:

- Ανάπτυξη κατανόησης για τους άλλους, ειδικά όταν τα άτομα αυτά περνούν μια δύσκολη κατάσταση. Αυτό μπορεί να οδηγήσει και σε άλλα οφέλη, όπως η κοινωνική ενσυναίσθηση που υπερβαίνει τα προσωπικά συμφέροντα
- Ικανότητα επίδειξης ανοχής σχετικά με τις απόψεις και τις αντιλήψεις των άλλων. Κατά τη διάρκεια του έργου, αυτό επιτεύχθηκε μέσω θετικών ομαδικών συζητήσεων που επέτρεψαν την ανταλλαγή ιδεών και απόψεων
- Δημιουργία σχέσεων με ένα άλλο άτομο. Η διαδραστικότητα του έργου αποκάλυψε ότι αναπτύχθηκαν θετικές προσωπικές σχέσεις, καθώς οι συμμετέχοντες ανακάλυψαν αρκετά κοινά ενδιαφέροντα
- Η επικοινωνία κατά τη διάρκεια του έργου επέτρεψε επίσης στον επικεφαλής της ομάδας και στους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις γνώσεις τους σχετικά με διάφορα θέματα, δημιουργώντας έτσι συνέργειες για μελλοντικές δραστηριότητες

Αναλύστε τα δεδομένα και καθορίστε ένα αποτέλεσμα. Βραχυπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα αποτελέσματα

Το έργο σχεδιάστηκε με σκοπό να προσφέρει τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα αποτελέσματα, όχι μόνο για τους συμμετέχοντες, αλλά και για τον επικεφαλής της ομάδας. Ταυτόχρονα, κατά την υλοποίηση του Έργου λήφθηκε υπόψη και το κοινωνικό περιβάλλον των συμμετεχόντων, το οποίο πρέπει επίσης να αποκτήσει κάποια από τα οφέλη. Αυτό είναι σημαντικό προκειμένου να διασφαλιστεί η ανάπτυξη τόσο της ποιότητας όσο και της ποσότητας του έργου, μετατρέποντας έτσι τα αναμενόμενα οφέλη σε ένα βιώσιμο περιβάλλον.

Βραχυπρόθεσμα οφέλη

- Αυξημένη εμπλοκή και κοινωνικοποίηση με άλλους
- Ενισχυμένη αυτοέκφραση και δημιουργικότητα

- Μειωμένα επίπεδα άγχους και στρες
- Βελτιωμένη διάθεση και συναισθηματική ευημερία
- Αυξημένη αίσθηση ολοκλήρωσης και αυτοεκτίμησης
- Βελτιωμένη επικοινωνία και γνωστική λειτουργία
- Ενισχυμένη αισθητηριακή διέγερση και αντιληπτικές δεξιότητες
- Αυξημένα κίνητρα και ενδιαφέρον για δραστηριότητες
- Αυξημένη σωματική επιδεξιότητα και συντονισμός
- Βελτιωμένη ποιότητα ζωής και συνολική ικανοποίηση

Μακροπρόθεσμα οφέλη:

Στο τέλος του προγράμματος των έξι εβδομάδων, οι συμμετέχοντες ασθενείς παρουσίασαν θετικά αποτελέσματα στα εξής: - Η μακροχρόνια βελτίωση των αποτελεσμάτων του προγράμματος:

1. Βελτίωση της επικοινωνίας: Οι ασθενείς έγιναν πιο αφοσιωμένοι, επικοινωνιακοί και εκφραστικοί. Οι γλωσσικές τους δεξιότητες και το λεξιλόγιό τους βελτιώθηκαν καθώς επικοινωνούσαν με τον θεραπευτή τέχνης και τους άλλους συμμετέχοντες.
2. Ελαχιστοποίηση του άγχους: Κατά τη διάρκεια των συνεδριών τέχνης, οι ασθενείς έγιναν πιο χαλαροί, συγκεντρωμένοι και παρόντες, γεγονός που οδήγησε σε μείωση των επιπέδων άγχους.
3. Αυξημένη αυτοεκτίμηση: Μέσω της δημιουργικής έκφρασης βελτιώθηκε η αίσθηση της αυτοεκτίμησής τους.
4. Βελτιωμένες κινητικές δεξιότητες: Οι ασθενείς βελτίωσαν την επιδεξιότητα και τις λεπτές κινητικές τους δεξιότητες μέσω της χρήσης πολλαπλών καλλιτεχνικών υλικών, όπως πινέλα, μολύβια και πηλός.

5. Θετικό συναίσθημα: Οι ασθενείς ανέφεραν αίσθημα χαράς και γαλήνης κατά την ενασχόλησή τους με καλλιτεχνικές δραστηριότητες.

Συμπέρασμα

Το πρόγραμμα θεραπείας Τέχνης βοήθησε στη βελτίωση της ποιότητας ζωής και της ευεξίας των ηλικιωμένων ασθενών με άνοια. Ως εκ τούτου, συνιστάται η ενσωμάτωση της καλλιτεχνικής θεραπείας στο σχέδιο φροντίδας των ατόμων με άνοια σε οίκους ευγηρίας.

Η τέχνη ως μέσο επαφής με τους ανθρώπους, ο καλλιτέχνης ως εμπυχωτής:

Η ενότητα αυτή τονίζει ότι η Τέχνη χρησιμεύει ως ισχυρό μέσο για την επίτευξη επαφής και ουσιαστικής επικοινωνίας με μειονεκτούντα άτομα. Οι καλλιτέχνες παίζουν το ρόλο του εμπυχωτή, διευκολύνοντας τις καλλιτεχνικές εκφράσεις που αντικατοπτρίζουν τις μοναδικές ανάγκες και εμπειρίες των συμμετεχόντων. Λειτουργώντας ως επικοινωνιολόγοι, οι καλλιτέχνες μπορούν να γεφυρώσουν το χάσμα μεταξύ των μειονεκτούντων ατόμων και της δημιουργικής διαδικασίας.

Τίτλος της μελέτης περίπτωσης: Καινοτόμες επιδόσεις στο διαδίκτυο

1. Συγκέντρωση πληροφοριών για τη δημιουργία ενός προφίλ για ένα θέμα

Συγκέντρωση πληροφοριών προκειμένου να δημιουργηθεί ένα ρεαλιστικό προφίλ για οποιαδήποτε μορφή καλλιτεχνικού αντικειμένου, και αυτό πρέπει να βασίζεται σε συγκεκριμένα, μετρήσιμα, εφικτά και ρεαλιστικά, μέσα σε ένα συγκεκριμένο χρονικό πλαίσιο. Το τρέχον έργο έχει εφαρμόσει αυτή την αρχή και για να το επιτύχει αυτό, έχει εφαρμόσει ορισμένους καλά σχεδιασμένους και αποδεκτούς πυλώνες που διασφαλίζουν την αποτελεσματική και δίκαιη συμμετοχή όλων των ενδιαφερομένων μερών.

Δεδομένου ότι το έργο περιελάμβανε παιδιά, θέματα όπως η αποτελεσματική προστασία των προσωπικών τους δεδομένων και του προφίλ τους, έχουν τεθεί ως μείζων προτεραιότητα. Σε αυτή τη διαδικασία, η χρήση της Τεχνολογίας Πληροφοριών διαδραμάτισε πράγματι βασικό ρόλο προκειμένου να καταστεί δυνατή η αποτελεσματική Αλληλεπίδραση και, ως εκ τούτου, η δημιουργία Διαδραστικών Δραστηριοτήτων που θα οδηγούσαν τις Διαδικτυακές Επιδόσεις σε υψηλότερα επίπεδα.

Ένας από τους σημαντικότερους στόχους της Διαδικτυακής Απόδοσης είναι να διασφαλιστεί ότι οι συμμετέχοντες θα αισθάνονται Συμμετοχή στο έργο. Δεδομένης της αυξανόμενης σημασίας του Αποκλεισμού που έχει επικρατήσει σε μεγάλο μέρος των σύγχρονων κοινωνιών, η Τέχνη σε Δράση μπορεί πράγματι να θεωρηθεί ως ένα σημαντικό εργαλείο που μπορεί να βοηθήσει τον Επικεφαλής της Ομάδας και τους συμμετέχοντες να αλληλεπιδράσουν με τρόπο που θα αποφέρει τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα και, κατά συνέπεια, θα οδηγήσει σε μια πραγματικά καινοτόμο και δημιουργική δραστηριότητα.

Ως εκ τούτου, οι πυλώνες αυτοί αναφέρονται στα εξής:

Προφίλ των μαθητών

- Συμπεριλαμβάνονται πληροφορίες σχετικά με τις δεξιότητες, τα δυνατά σημεία, τα ενδιαφέροντα, καθώς και τα πιθανά εμπόδια ενός μαθητή, καθώς αυτό βοηθά τους μαθητές που συμμετέχουν σε ένα τέτοιο καινοτόμο έργο, να αποκαλύψουν τις ανάγκες, τις επιθυμίες και, κυρίως, τις ανησυχίες που μπορεί να προκύψουν ως αποτέλεσμα της συμμετοχής τους. Αυτό οδήγησε σε θετικά αποτελέσματα για το συνολικό έργο
- μπορεί να αναδείξει πιθανά εμπόδια στη μάθηση, τα οποία αποτελούσαν σοβαρή ανησυχία για τον επικεφαλής της ομάδας. Ο τελευταίος είχε συζητήσει εκτενώς το συγκεκριμένο θέμα με τους μαθητές που συμμετείχαν στο έργο. Αυτό επέτρεψε στον επικεφαλής της ομάδας να επικεντρωθεί περισσότερο τόσο στο σχεδιασμό όσο και στην υλοποίηση των δραστηριοτήτων
- να κάνει συστάσεις σχετικά με το τι χρειάζεται για την υποστήριξη της μάθησης, ειδικά όταν η συγκεκριμένη δράση δεν γινόταν με φυσική παρουσία, αλλά, αντίθετα, μέσω διαδικτυακής αλληλεπίδρασης. Αυτό απαιτούσε από τον επικεφαλής της Ομάδας να εφαρμόσει ένα σύνολο εξωστρεφών δεξιοτήτων που είναι απαραίτητες για την παροχή όλης της σχετικής μαθησιακής υποστήριξης, με βάση τις ατομικές δεξιότητες.

Το προφίλ των εκπαιδευομένων πρέπει να περιλαμβάνει:

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Τα πεδία στα οποία είστε καλοί • Ενδιαφέροντα και χόμπι • Όνειρα, οράματα και ελπίδες • Αντιπάθειες • Φόβοι • Προθυμία βελτίωσης • Όραμα για εξερεύνηση νέων στοιχείων | <ul style="list-style-type: none"> • Δυσκολίες • Αδυναμίες • Πνευματική και σωματική υγεία • Ομαδικό πνεύμα • Προηγούμενη εμπειρία • Κίνητρα • Ικανότητα προσαρμογής σε νέες συνθήκες |
|--|--|

Όλα αυτά συμπεριλήφθηκαν στη διαδικασία δημιουργίας της ομάδας, επιτρέποντας στους συμμετέχοντες και στον επικεφαλής της ομάδας να διασφαλίσουν ότι η συμμετοχή τους δεν θα οδηγήσει σε πιθανά προβλήματα. Η τεχνογνωσία του επικεφαλής της ομάδας δημιούργησε την κατάλληλη κουλτούρα της ομάδας, απέφυγε τις συγκρούσεις και το περιττό τοξικό περιβάλλον, που μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα. Αυτό επέτρεψε στους συμμετέχοντες να παραμείνουν συγκεντρωμένοι και να επιτύχουν εξαιρετικά αποτελέσματα μέσα σε ομαδικό πνεύμα.

Το παράδειγμα της Διαδικτυακής Απόδοσης αποτελεί μια πρωτοποριακή δράση του εντεταλμένου Εκπαιδευτικού, ο οποίος στην πραγματικότητα λειτουργεί ως αρχηγός ομάδας, προκειμένου να καταστεί δυνατή η μεγαλύτερη αλληλεπίδραση μεταξύ των εμπλεκόμενων σε διάφορα επίπεδα, όπως

- Ο επικεφαλής της ομάδας και η ομάδα, καθώς αυτό είναι απαραίτητο προκειμένου να διασφαλιστεί ότι όλοι οι συμμετέχοντες θα αισθάνονται ως αναπόσπαστο μέρος του έργου και, ως εκ τούτου, όλοι οι συμμετέχοντες θα αισθάνονται ευπρόσδεκτοι στο έργο.

Αυτό θεωρείται ζωτικής σημασίας στοιχείο για την επιτυχή ένταξη όλων των ατόμων, ιδίως δεδομένου ότι οι Τέχνες εστιάζουν πάντα προς αυτή την κατεύθυνση

- Ο Επικεφαλής της Ομάδας και ο καθένας από τους συμμετέχοντες σε διαπροσωπικό επίπεδο, καθώς αυτό δημιουργεί την ευκαιρία στον Επικεφαλής της Ομάδας να εντοπίσει με σαφήνεια τις μοναδικές δεξιότητες και ικανότητες του καθενός από τους συμμετέχοντες. Αυτό θα οδηγήσει ενδεχομένως σε βελτιωμένη απόδοση τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο
- Μεταξύ όλων των ατόμων σε προσωπικό επίπεδο, καθώς αυτό θεωρείται εξίσου σημαντικό με τα δύο προαναφερθέντα επίπεδα. Η βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων είναι απαραίτητη σε όλες τις μορφές Τεχνών και μπορεί ουσιαστικά να τις βοηθήσει να γίνουν πιο αποτελεσματικές. Αυτό μπορεί επίσης να οδηγήσει σε θετικά αποτελέσματα για τον επικεφαλής της ομάδας

Τα προαναφερθέντα στοιχεία της καινοτόμου διαδικτυακής παράστασης βασίζονται στις βασικές αρχές της Επικοινωνίας, την οποία τόσο ο Αρχηγός της ομάδας όσο και οι μαθητές αξιολόγησαν εξ αρχής ως πολύ σημαντική. Επιπλέον, τα στοιχεία Επικοινωνίας που εφαρμόστηκαν κατά τη διάρκεια αυτής της αλληλεπίδρασης ήταν αποτελεσματικά και αναφέρονται κυρίως στα εξής:

- Ακρόαση - Σε αυτό το πλαίσιο "Η τέχνη ως μέσο επαφής με τους ανθρώπους, ο καλλιτέχνης ως εμψυχωτής", η δεξιότητα της αποτελεσματικής ακρόασης επέτρεψε σε όλους τους συμμετέχοντες να γίνουν καλοί ακροατές, αντί να ακούν απλώς τους ανθρώπους, δημιούργησαν καλύτερους διαύλους και κατάφεραν να αναπτύξουν δεξιότητες ενσυναίσθησης, ως αποτέλεσμα της βελτιωμένης κατανόησης. Επιπλέον, η ανάπτυξη της ακρόασης μεταφέρθηκε στη συνολική παράσταση, επιτρέποντας σε ορισμένα από τα παιδιά να μεταφέρουν αυτές τις δεξιότητες στο σχολικό τους περιβάλλον
- Μη λεκτική επικοινωνία - Αυτή αναπτύχθηκε στο πλαίσιο της εξαιρετικά μοναδικής προσέγγισης που ανέπτυξε ο επικεφαλής της ομάδας, ο οποίος διαθέτει μεγάλη

εμπειρία σε τέτοιου είδους δραστηριότητες, επιτρέποντας στους συμμετέχοντες μαθητές να καθιερώσουν τον δικό τους κώδικα επικοινωνίας, στον οποίο πράγματι επικράτησε η γλώσσα του σώματος. Η επικεφαλής της ομάδας, μέσω της εκτεταμένης εμπειρογνωμοσύνης της στον τομέα αυτό, εξασφάλισε και παρακίνησε τους συμμετέχοντες μαθητές να δώσουν έμφαση στην ανάπτυξη των συναισθημάτων τους και των προσωπικών τους μοναδικών ικανοτήτων, καθώς οι κύριοι στόχοι των Τεχνών αναφέρονται σε αυτά τα ζητήματα, ιδίως όταν προκύπτουν δύσκολες καταστάσεις, και πιο συγκεκριμένα, όταν οι συμμετέχοντες προέρχονται από διάφορα μειονεκτικά περιβάλλοντα, δημιουργώντας σοβαρά προβλήματα προσαρμογής. Το Σχέδιο αντιμετώπισε το συγκεκριμένο πρόβλημα εφαρμόζοντας τη διαδικτυακή μη λεκτική επικοινωνία, μέσω της οποίας οι συμμετέχοντες μαθητές κατάφεραν να γίνουν πολύ πιο ευαίσθητοι, να αναπτύξουν υψηλό επίπεδο ενσυναίσθησης προς τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας και, κυρίως, να εδραιώσουν το πωλημένο ομαδικό πνεύμα- όλα αυτά είναι απαραίτητα για την περαιτέρω ανάπτυξη στον τομέα των Τεχνών.

Στο πλαίσιο αυτής της μοναδικής διαδικτυακής διαδραστικής παρουσίασης και συμμετοχής των μαθητών, οι περισσότεροι από τους οποίους συμμετείχαν για πρώτη φορά σε καλλιτεχνικές εκδηλώσεις, η επικεφαλής της ομάδας κατάφερε να μεταφέρει κάποιες από τις μοναδικές δεξιότητές της που χρησιμοποιήθηκαν σε άλλες παρόμοιες καλλιτεχνικές δραστηριότητες.

Περαιτέρω και προκειμένου η Αρχηγός Ομάδας να διασφαλίσει ότι η διαδραστική δραστηριότητα θα διεξαγόταν με αποτελεσματικό τρόπο και θα παρήγαγε τα αναμενόμενα αποτελέσματα, αξιοποιήθηκαν διάφορες πηγές, οι οποίες παρείχαν χρήσιμες πληροφορίες σε σχέση με:

- Η ποιότητα του έργου, κατά την οποία ο επικεφαλής της ομάδας είχε την ευκαιρία να αναπτύξει νέους τρόπους αλληλεπίδρασης και να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να εξερευνήσουν και να αναπτύξουν νέες δεξιότητες που δεν γνώριζαν ότι είχαν.

- Η ανάπτυξη κοινωνικών και προσωπικών δεξιοτήτων σε σχέση με το έργο, δίνοντας τη δυνατότητα στον επικεφαλής της ομάδας να ενεργοποιήσει αυτές τις δεξιότητες μέσω των συγκεκριμένων διαδραστικών δραστηριοτήτων

1. Συλλέξτε πληροφορίες σχετικά με το ιστορικό του υποκειμένου

Η συλλογή δεδομένων και πληροφοριών θεωρούνταν πάντα πραγματική πρόκληση για κάθε οργανισμό ή έργο, καθώς απαιτεί την εφαρμογή δεοντολογικών και επαγγελματικών δεξιοτήτων. Αυτό αποκτά ολοένα και μεγαλύτερη σημασία όταν στο έργο περιλαμβάνονται ευαίσθητα θέματα. Ο επικεφαλής της ομάδας το έλαβε σοβαρά υπόψη πριν από το σχεδιασμό και την εφαρμογή μιας στρατηγικής που θα βοηθούσε στην ανάπτυξη του έργου.

Προκειμένου να γίνει πολύ πιο αποτελεσματική και αποδοτική, λόγω του περιορισμένου διαθέσιμου χρόνου και πόρων, η επικεφαλής της ομάδας δημιούργησε μια σταθερή έρευνα που της επέτρεψε να αποκτήσει πολύτιμα δεδομένα και πληροφορίες. Όλα αυτά προέρχονταν από αξιόπιστες πηγές που εξασφάλιζαν τις ακόλουθες σημαντικές παραμέτρους:

- Να διασφαλιστεί ο μοναδικός χαρακτήρας του έργου που επιτρέπει στους συμμετέχοντες να συμμετέχουν ενεργά και να τον μεταφέρουν σε άλλα έργα και, ενδεχομένως, στην περαιτέρω ανάπτυξη των Τεχνών.
- Να διασφαλιστεί ότι τα συμμετέχοντα παιδιά δεν θα εκτεθούν σε κανενός είδους σωματικό ή ψυχικό κίνδυνο, καθώς αυτό θα μπορούσε να οδηγήσει σε σοβαρά προβλήματα, όπως ηθικά και νομικά, που βλάπτουν την προσωπικότητά τους
- Διασφάλιση ότι το έργο θα είναι επιστημονικά αποδεκτό και θα αναπτύξει δεξιότητες όπως η ενσυναίσθηση και η κατανόηση μεταξύ του επικεφαλής της ομάδας και των συμμετεχόντων, ειδικά σε καταστάσεις άγχους

- Εγκαθίδρυση αισθήματος ένταξης στους συμμετέχοντες που ενδεχομένως να αισθάνονται "αποκλεισμένοι", ως αποτέλεσμα προηγούμενης συμμετοχής σε άλλα έργα και όχι απαραίτητα στο συγκεκριμένο έργο
- Ελκύει την προσοχή των άλλων, εξασφαλίζοντας έτσι ότι το έργο θα γίνει βιώσιμο και θα συνεχίσει τη συμβολή του στις τέχνες με τη συμμετοχή μειονεκτούντων ατόμων που αναζητούν μια ευκαιρία για διάλειμμα
- Η ανάπτυξη ενός έργου που θα προσελκύσει την προσοχή των τοπικών κοινοτήτων, καθώς και των τοπικών κοινωνιών, επομένως, επεκτείνοντας ουσιαστικά τις δραστηριότητές του σε διαφορετικά επίπεδα και δραστηριότητες

Πέραν όλων των προαναφερθέντων θεμάτων, ο επικεφαλής του Ομίλου, σε σχέση με τη διαδικασία συλλογής των σχετικών πληροφοριών, έχει επικεντρωθεί σε άλλες παραμέτρους που μπορούν ενδεχομένως να θεωρηθούν εξίσου σημαντικές και αφορούν τις:

- Ποιοτική - Η οποία διασφαλίζει ότι θα καθιερωθεί η κατάλληλη ποιότητα της διαδραστικής δραστηριότητας, επιτρέποντας έτσι στο έργο να γίνει βιώσιμο, δίνοντας την ευκαιρία τόσο στον Αρχηγό της Ομάδας όσο και στους συμμετέχοντες να αναπτύξουν περαιτέρω τις δεξιότητές τους. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί είτε μέσω της ανάπτυξης του συγκεκριμένου έργου, είτε μέσω της ανάπτυξης ενός νέου. Ο στόχος αυτός επιτεύχθηκε, καθώς ο επικεφαλής της ομάδας και οι συμμετέχοντες είναι πλήρως ικανοποιημένοι από το σύνολο του έργου και τις δραστηριότητές του και ήδη σχεδιάζουν περαιτέρω παρόμοιες δράσεις. Αυτές θα περιλαμβάνουν περισσότερους συμμετέχοντες με το υπόβαθρο που αναμένεται να είναι ακόμη πιο διαφοροποιημένο από άποψη δεξιοτήτων και κουλτούρας. Αυτό αναμένεται να δώσει την ευκαιρία να αποκτηθούν συμμετέχοντες από μια μεγαλύτερη δεξαμενή με ακόμη πιο ποιοτικές δεξιότητες και κριτήρια
- Ποιοτικά - Τα οποία επικεντρώνονται στην προσέλκυση αρκετών συμμετεχόντων που θα επιθυμούν να γίνουν αναπόσπαστο μέρος αυτής της δραστηριότητας.

Ως εκ τούτου, για να το διασφαλίσει αυτό, η επικεφαλής της ομάδας εφάρμοσε τις ακαδημαϊκές της δεξιότητες και τις επαγγελματικές της γνώσεις και συγκέντρωσε δεδομένα και πληροφορίες από τις ακόλουθες αξιόπιστες πηγές.

- Επαγγελματικά περιοδικά και εφημερίδες που παρείχαν το κατάλληλο επιστημονικό υπόβαθρο και δημιουργούσαν μια αίσθηση "ασφάλειας" όσον αφορά τις διαδικασίες και τη χρήση των κατάλληλων δεξιοτήτων.
- Επαγγελματικές οργανώσεις που έδωσαν τη δυνατότητα στον επικεφαλής της ομάδας να αναπτύξει σταθερή επικοινωνία, να ανταλλάξει ιδέες και προβληματισμούς, αποκτώντας έτσι πολύτιμη ανατροφοδότηση από διάφορους επαγγελματίες συναδέλφους του
- Επικοινωνία με άλλους επαγγελματίες στο σχολικό περιβάλλον προκειμένου να προσδιοριστεί το επίπεδο διαπροσωπικής σύνδεσης με τους συμμετέχοντες, ως εκ τούτου, αποφεύγοντας πιθανή συναισθηματική διαταραχή
- Επικοινωνία με επαγγελματίες προκειμένου να δοθούν οι κατάλληλες συμβουλές όσον αφορά τη χρήση των καλύτερων δυνατών υλικών και άλλου εξοπλισμού που έχουν θεωρηθεί σημαντικά για την ανάπτυξη του σχεδίου

Όλες οι μορφές επικοινωνίας που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος οδήγησαν σε θετικά αποτελέσματα για όλους τους συμμετέχοντες καθώς και για τον επικεφαλής της ομάδας, τα οποία μπορούν ενδεχομένως να χρησιμοποιηθούν και σε άλλες παρόμοιες δραστηριότητες. Αυτά τα θετικά αποτελέσματα αναφέρονται κυρίως σε κρίσιμα στοιχεία όπως:

- Ανάπτυξη κατανόησης για τους άλλους, ειδικά όταν τα άτομα αυτά περνούν μια δύσκολη κατάσταση. Αυτό μπορεί να οδηγήσει και σε άλλα οφέλη, όπως η κοινωνική ενσυναίσθηση, η οποία υπερβαίνει τα προσωπικά συμφέροντα

- Ικανότητα επίδειξης ανοχής σχετικά με τις απόψεις και τις αντιλήψεις των άλλων. Κατά τη διάρκεια του έργου, αυτό επιτεύχθηκε μέσω θετικών ομαδικών συζητήσεων που επέτρεψαν την ανταλλαγή ιδεών και απόψεων
- Δημιουργία σχέσεων με ένα άλλο άτομο. Η διαδραστικότητα του έργου αποκάλυψε ότι αναπτύχθηκαν θετικές προσωπικές σχέσεις, καθώς οι συμμετέχοντες ανακάλυψαν αρκετά κοινά ενδιαφέροντα
- Η επικοινωνία κατά τη διάρκεια του έργου επέτρεψε επίσης στον επικεφαλής της ομάδας και στους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις γνώσεις τους για διάφορα θέματα, δημιουργώντας έτσι συνέργειες για μελλοντικές δραστηριότητες

1. Αναλύστε τα δεδομένα και καθορίστε ένα αποτέλεσμα. Βραχυπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα αποτελέσματα

Το πρόγραμμα σχεδιάστηκε με σκοπό να προσφέρει τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα αποτελέσματα, όχι μόνο για τους συμμετέχοντες, αλλά και για τον επικεφαλής της ομάδας. Ταυτόχρονα, κατά την υλοποίηση του Έργου λήφθηκε υπόψη και το κοινωνικό περιβάλλον των συμμετεχόντων, το οποίο πρέπει επίσης να αποκτήσει κάποια από τα οφέλη. Αυτό είναι σημαντικό προκειμένου να διασφαλιστεί η ανάπτυξη τόσο της ποιότητας όσο και της ποσότητας του έργου, μετατρέποντας έτσι τα αναμενόμενα οφέλη σε ένα βιώσιμο περιβάλλον.

Μακροπρόθεσμα οφέλη:

- Οι συμμετέχοντες μπορούν να αναπτύξουν βασικές δεξιότητες, όπως το να μάθουν να σέβονται τους άλλους ως μέρος της ομαδικής προσπάθειας που μπορεί να περιλαμβάνει άτομα με διαφορετικό υπόβαθρο. Αποδεχόμενοι τις διαφορές και αναγνωρίζοντας τις διαφορετικές ικανότητες, οι συμμετέχοντες μπορούν ενδεχομένως να δημιουργήσουν ευκαιρίες για νέες φιλίες μέσα στο ευρύτερο περιβάλλον τους. Αυτό το περιβάλλον μπορεί να είναι η οικογένειά τους, το σχολείο ή οποιοδήποτε άλλο σχετικό, στο οποίο μπορούν να αλληλεπιδράσουν σε κοινωνικό επίπεδο. Αυτό το όφελος αναμένεται να βοηθήσει τους συμμετέχοντες του προγράμματος στο εγγύς

μέλλον, καθώς ορισμένοι από αυτούς σχεδιάζουν να προχωρήσουν σε άλλες ομαδικές εργασίες, συμπεριλαμβανομένου του τομέα των Τεχνών, καθώς και άλλων, όπως ο αθλητισμός, οι οποίες απαιτούν βαθιά αφοσίωση και σεβασμό προς τους άλλους, προκειμένου να εξασφαλιστούν τα καλύτερα θετικά αποτελέσματα.

- Οι συμμετέχοντες μπορούν να μάθουν για τις ικανότητες που διαθέτουν, (ωστόσο, δεν τις γνώριζαν, καθώς δεν είχαν ποτέ την ευκαιρία να τις αναπτύξουν) που σχετίζονται με τη βοήθεια προς τους άλλους, προκειμένου να συμμετέχουν και να μαθαίνουν. Ορισμένες από αυτές μπορεί να είναι η υπομονή και να κερδίζουν την ικανοποίηση βοηθώντας τους άλλους να μάθουν και να συμπεριφέρονται καλύτερα. Η προσωπική ικανοποίηση αξιολογείται ως μακροπρόθεσμο όφελος και έχει συνδεθεί με τους τομείς της Ψυχολογίας και την ικανότητα του ατόμου να βελτιώνεται σε διάφορα επίπεδα κατά τη διάρκεια της ζωής του. Επιπλέον, έχει συνδεθεί και με τον τομέα των Τεχνών, ο οποίος δίνει τη δυνατότητα στους ανθρώπους να γίνουν πιο ευαίσθητοι στα προβλήματα των άλλων ανθρώπων
- ωφελούνται από τη γνωστική προσπάθεια που απαιτείται για να εξηγήσουν τον εαυτό τους και από τις συνεισφορές των συνομηλίκων με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες (ΕΑΕ) από τις οποίες μπορούν να μάθουν. Κατά τη διάρκεια του προγράμματος, οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να αλληλεπιδράσουν με άτομα που αντιμετωπίζουν SEN, επιτρέποντάς τους να συνειδητοποιήσουν ότι δεν έχουν όλα τα παιδιά, και φυσικά, δεν έχουν όλοι οι άνθρωποι τις ίδιες δεξιότητες. Αυτό μπορεί να θεωρηθεί ως μακροπρόθεσμο όφελος, καθώς οι συμμετέχοντες μπορούν να μεταφέρουν αυτές τις σημαντικές δεξιότητες σε διάφορες άλλες δραστηριότητες στη ζωή τους, καθιστώντας τους πιο ανεκτικούς όσον αφορά τη διαφοροποίηση σε προσωπικό επίπεδο. Ταυτόχρονα, μπορούν να κατανοήσουν ότι η συμπερίληψη ατόμων με ειδικές ανάγκες μπορεί να διευρύνει τη δεξαμενή από την οποία ως άτομα μπορούν να αποκτήσουν υποστήριξη και συνεργασία σε σχέση με την ανάπτυξη διαφόρων σχεδίων. Αυτό μπορεί να σχετίζεται με την προσωπική, την εργασιακή, ακόμη και την κοινωνική μας ζωή, καθιστώντας το συγκεκριμένο στοιχείο ως ένα μακροπρόθεσμο πολύτιμο περιουσιακό

στοιχείο που μπορεί να βελτιώσει ουσιαστικά τη συνολική προσωπικότητα και την ικανότητα επίτευξης στόχων, τόσο προσωπικών όσο και ομαδικών, μέσω της αποτελεσματικής συνεργασίας με άλλους.

- Σε σχέση με τον επικεφαλής της ομάδας, το μεγαλύτερο μακροπρόθεσμο όφελος που αποκτά από το συγκεκριμένο εξωστρεφές και διαδραστικό έργο, είναι ότι θα μπορέσει να γίνει πιο συνειδητοποιημένη όσον αφορά τον σχεδιασμό, την ανάπτυξη και, κυρίως, την υλοποίηση τέτοιων εξωστρεφών και καινοτόμων έργων. Τα οφέλη από αυτή τη συμμετοχή μπορούν να θεωρηθούν ως ένα μακροπρόθεσμο πλεονέκτημα που μπορεί να βοηθήσει στην προσέλκυση άλλων ατόμων, είτε επαγγελματιών καλλιτεχνών είτε ερασιτεχνών, που θα επιθυμούσαν να συμμετάσχουν σε τέτοιες διαδραστικές δραστηριότητες. Περαιτέρω, η διάδοση του έργου μπορεί επίσης να συμβάλει στη δημιουργία ενός υψηλότερου επιπέδου ευαισθησίας για τις κοινωνίες. Περαιτέρω, όσον αφορά τους πόρους, τα σημαντικότερα οφέλη είναι ότι μπορούν να αναπτυχθούν παρόμοια διαδραστικά έργα, προσελκύοντας έτσι χρηματοδότηση από τις τοπικές αρχές ή/και τις επιχειρήσεις, στο πλαίσιο των πολιτικών εταιρικής κοινωνικής ευθύνης τους. Όλα τα παραπάνω συνδέονται άμεσα με την προηγούμενη επαγγελματική και προσωπική εργασιακή εμπειρία του επικεφαλής της ομάδας και μπορούν να θεωρηθούν ως πρόσθετο όφελος που μπορεί να έχει μακροπρόθεσμη αξία. Τέλος, το σημαντικότερο μακροπρόθεσμο όφελος για την επικεφαλής του Ομίλου είναι το γεγονός ότι συνειδητοποιεί για άλλη μια φορά ότι η ανάγκη για περαιτέρω ανάπτυξη και διερεύνηση νέων τρόπων βελτίωσης της επαγγελματικής της εξέλιξης αποτελεί μια διαρκή απαίτηση.

Βραχυπρόθεσμα οφέλη

- Το αίσθημα της συμπερίληψης των συμμετεχόντων και των οικογενειών τους κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης του έργου. Αυτό επέτρεψε σε όλους να δημιουργήσουν μια αίσθηση αγάπης και φροντίδας όταν αντιμετώπιζαν κάποια συγκεκριμένα προβλήματα

- Ευκαιρία να εντοπίσουν νέες δεξιότητες που μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε άλλα συναφή έργα και να μην συνδέονται απαραίτητα με το συγκεκριμένο έργο, το οποίο βέβαια μπορεί να θεωρηθεί ως το κύριο σημείο εκκίνησής τους

Κατανοήστε τον αντίκτυπο της αποδοχής και της απόρριψης, ειδικά εφόσον οι συμμετέχοντες είναι παιδιά που τώρα αναπτύσσουν την προσωπικότητά τους. Ως εκ τούτου, αυτό μπορεί ενδεχομένως να μεταφερθεί στο σχολικό τους περιβάλλον.

Παρουσία και σωστή χρήση της ενέργειας:

Αυτή η ενότητα τονίζει τη σημασία της παρουσίας των καλλιτεχνών και της προσαρμογής τους στις συγκεκριμένες συνθήκες και σκηνές όπου λαμβάνει χώρα η καλλιτεχνική ενασχόληση. Η ενέργεια που φέρνουν οι καλλιτέχνες στην εμπλοκή θα πρέπει να ευθυγραμμίζεται με τις ανάγκες και τις ικανότητες των μειονεκτούντων ατόμων, δημιουργώντας μια ατμόσφαιρα που ευνοεί την καλλιτεχνική έκφραση και την κοινωνική ένταξη.

Όνομα της μελέτης περίπτωσης: Η τέχνη της έμπνευσης

Φεστιβάλ Ικανότητας - Η τέχνη της έμπνευσης - Το FdA είναι ένα φεστιβάλ, με επίκεντρο την τέχνη που γίνεται προσβάσιμη. Ένα πολιτιστικό γεγονός που γιορτάζει την κοινωνική ένταξη που γίνεται από καλλιτέχνες με και χωρίς αναπηρία. Η προώθηση μιας κουλτούρας που αναδεικνύει τις ικανότητες όλων μας είναι ο κύριος σκοπός μας, παράλληλα με την αξιοποίηση της ομορφιάς της διαφορετικότητας. Θέλουμε να ανταποκριθούμε στην παρόρμηση να καταστήσουμε την τέχνη και τον πολιτισμό προσβάσιμα στα άτομα με αναπηρία, τόσο ως καλλιτέχνες όσο και ως κοινό.

Για εμάς η προσβασιμότητα στην τέχνη αποτελεί προτεραιότητα, γι' αυτό και όλες οι εκδηλώσεις μας περιλαμβάνουν:

1. Διερμηνεία LIS - Ιταλική νοηματική γλώσσα

2. Υποτιτλισμό σε ζωντανή ροή,

3. Περιγραφή ήχου.

Οι παραστάσεις που ζωντανεύουν το FdA κυμαίνονται μεταξύ γλυπτικής, ζωγραφικής, ποίησης, μουσικής, χορού, θεάτρου και νέων τεχνολογιών, σε ένα παιχνίδι αλληλένδετων επιτελεστικών συνεργειών. Το FdA είναι ένα σύγχρονο συμπόσιο, όπου αλληλεπιδρούν διαφορετικές μορφές τέχνης.

Δημιουργήσαμε τέσσερα είδη δράσης: ζωντανή παράσταση- εργαστήρια- ομιλίες- δραστηριότητες διάδοσης.

Η τελική παρασταση που επιλέχθηκε για το τελευταίο Φεστιβάλ Ικανότητας ήταν "η τέχνη της έμπνευσης": αυτές τις μέρες χρειαζόμαστε πραγματικά θετικές εμπνεύσεις, μηνύματα και ιστορίες.

Πιστεύουμε ότι η Τέχνη δημιουργεί κοινωνικό μετασχηματισμό και όσοι μας εμπνέουν ανάβουν ένα φως στο σκοτάδι και μας βοηθούν να βρούμε ή να ξαναβρούμε το δρόμο μας. Με την FdA δίνουμε φωνή σε αυτό το καλλιτεχνικό και κοινωνικοπολιτικό όραμα.

Η πρώτη έκδοση του φεστιβάλ πραγματοποιήθηκε τον Σεπτέμβριο του 2020, τη χρονιά της πανδημίας, και ήταν μία από τις λίγες ζωντανές εκδηλώσεις που μπόρεσαν να πραγματοποιηθούν στο Μιλάνο. Η δομή του φεστιβάλ, που γεννήθηκε από την ανάγκη να ακολουθηθεί το πρωτόκολλο ασφαλείας του covid-19 σχετικά με την απομάκρυνση και την ανακατανομή των ανθρώπων, έγινε ο "κρίσιμος παράγοντας επιτυχίας": μας επέτρεψε την ταυτόχρονη διεξαγωγή παραστατικών εκδηλώσεων, εργαστηρίων και συζητήσεων που απευθύνονταν σε διαφορετικά ακροατήρια και μετέτρεψε την κοινή εμπειρία της πανδημίας σε ευκαιρία. Σήμερα το φεστιβάλ διατηρεί τον υβριδικό του χαρακτήρα, με μια μορφή σχεδιασμένη για αυτοπρόσωπη παρουσία και streaming. Αυτό επιτρέπει ένα διπλό αποτέλεσμα:

1. Ξεπεράστε την ακουστική αναπηρία όσων δεν είναι νοηματοπιστές μέσω του ζωντανού υποτιτλισμού των εκδηλώσεων,

2. Να υπερβείτε τον "φυσικό" τόπο όπου λαμβάνει χώρα η εκδήλωση.

Σύνδεσμος [Ability Festival 2022 Trailer](#)

Σύνδεσμος [Ability Festival 2021 Trailer](#)

Σύνδεσμος [Ability Festival 2020 Trailer](#)

Προφίλ καλλιτέχνη

Όλοι οι καλλιτέχνες που επιλέξαμε είναι ικανοί να προκαλέσουν περιέργεια και διάλογο μέσω της Τέχνης τους, το πρώτο βήμα για μια συλλογική αλλαγή.

Βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα

Όλες οι παραστάσεις που φιλοξενήθηκαν και δημιουργήθηκαν κατά τη διάρκεια του έργου, έφεραν θετικά αποτελέσματα που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την έναρξη νέων δραστηριοτήτων. Τα θετικά αποτελέσματα αφορούν κυρίως:

- Δημιουργία στιγμών προβληματισμού μέσω των παραστατικών και λογοτεχνικών Τεχνών, όπου η ένταξη δημιουργείται με έξυπνο και ομαλό τρόπο, μέσω του κοινού καλλιτεχνικού πάθους
- Προώθηση ενός τοπικού δικτύου μεταξύ καλλιτεχνών, πολιτιστικών φορέων, ιδρυμάτων και συλλόγων, για την ενίσχυση των δεξιοτήτων και του δυναμικού των ατόμων με αναπηρία ή που προέρχονται από κοινωνικά μειονεκτική κατάσταση
- Σύνδεση καλλιτεχνών που προέρχονται από διαφορετικά μέρη της Ιταλίας και πραγματικότητες που δραστηριοποιούνται στον τομέα της αναπηρίας,
- Διάδοση ενός πολιτισμού χωρίς αποκλεισμούς μεταξύ των νέων με εκπαιδευτικές παρεμβάσεις και εργαστήρια,
- Υποστήριξη μιας καινοτόμου πολιτιστικής διαδικασίας διδασκαλίας με μια απροσδόκητη καλλιτεχνική εμπειρία,
- Εφαρμογή προσβάσιμων καλλιτεχνικών δράσεων που χαρακτηρίζονται από υψηλό βαθμό καινοτομίας και δημιουργικότητας, για να πειραματιστούν με

νέες μορφές υλοποίησης εκδηλώσεων και συμμετοχή του κοινού σε ψηφιακή ή σε φυσική παρουσία,

- Επανεξέταση της τέχνης, για να την παραδώσουμε στην καθαρότερη μορφή της τέχνης από την τέχνη, πέρα από τη φυσική, κοινωνική και πολιτιστική συνθήκη,
- Εμπλουτισμός της πολιτιστικής προσφοράς για την κοινωνία με την ενίσχυση θεμάτων διαφορετικότητας και ενσωμάτωσης μέσω της τέχνης.

Μακροπρόθεσμα αποτελέσματα:

Αυτά είναι τα μακροπρόθεσμα αποτελέσματα του έργου μας. Όσοι ζουν με αναπηρία δεν χρειάζονται νέα δικαιώματα, αλλά απλώς πρέπει να αναγνωριστούν και να τους διασφαλιστούν τα ίδια δικαιώματα με όλους τους άλλους. Η προώθηση προσβάσιμων υπηρεσιών, ενθαρρύνει μονοπάτια αυτονομίας και ατομικής ολοκλήρωσης, καταρρίπτει τα φυσικά, γνωστικά, αισθητηριακά και πολιτιστικά εμπόδια.

Ένα παράδειγμα εργαστηρίου που δημιουργήθηκε κατά τη διάρκεια του FdA είναι το Μετακίνηση Εργαστήριο Παιχνίδι Ταυτότητα που διεξήχθη από τον Marco De Meo. Ένα εργαστήριο έρευνας και παραγωγής για τη δημιουργία ενός σόλο, βασισμένο στην παιδαγωγική της Επιθυμίας.

Στόχος του εργαστηρίου είναι να προσφέρει ένα ερέθισμα στη δημιουργική δραστηριότητα του φοιτητή, χρήσιμο για τη δημιουργία ενός σόλο. Μέσα από τα εκφραστικά χαρακτηριστικά της "καλλιτεχνικής παραγωγής", οι συμμετέχοντες οδηγήθηκαν σε μια πορεία καλλιτεχνικής έρευνας, ξεκινώντας από προσωπικές προτάσεις και εκφραστικές επιταγές, πειραματιζόμενοι επί σκηνής με διαφορετικούς τρόπους αφήγησης, μέσα από τη γλώσσα της παραστατικής τέχνης.

Η πορεία επικεντρώθηκε στο θέμα της ταυτότητας που γίνεται αφηγηματικό εργαλείο και στο σώμα ως εκφραστικό μέσο. Μέσα από ένα χορωδιακό έργο, η διαδρομή στόχευε στην ενίσχυση της προσωπικότητας των συμμετεχόντων, σε αναζήτηση μιας προσωπικής καλλιτεχνικής γλώσσας, μιας εκδήλωσης της μοναδικότητάς τους.

Ο συμμετέχων, με ή χωρίς αναπηρία, θεωρείται ως υποκείμενο της γνώσης, διότι είναι φορέας γνώσεων, παραδόσεων, εμπειριών, πολιτισμού και όχι ως ένα άδειο δοχείο που πρέπει να γεμίσει, να διορθωθεί ή να διδαχθεί. Ο συμμετέχων είναι επίσης το υποκείμενο της Επιθυμίας, όπου η Επιθυμία είναι εκείνη η μηχανή/δύναμη που είναι ικανή να δημιουργήσει μετασχηματισμό, συνειδητοποίηση, ταυτότητα και αυτονομία για να ανακαλύψει τον εαυτό του ως δημιουργό του δικού του σχεδίου ζωής. Με αυτή την έννοια, η ανακάλυψη ή η εκ νέου ανακάλυψη από τα υποκείμενα της Επιθυμίας τους, ενεργοποίησε μια διαδικασία που οδήγησε, από μια αρχική κατάσταση ανεπάρκειας και αίσθησης αποτυχίας, στην ανακάλυψη των δυνατοτήτων και των δυνατοτήτων ανατροπής της κατάστασης του κοινωνικού αποκλεισμού τους. Αυτή η πρακτική διαμορφώθηκε όχι μόνο ως εκπαιδευτικό και μορφωτικό έργο αλλά και ως πολιτική πράξη, μέσω της οποίας το υποκείμενο μπορεί να επιβεβαιώσει την παρουσία του στον εαυτό του και στον κόσμο γύρω του.

Κύριοι στόχοι του εργαστηρίου:

- Δημιουργικότητα και αφύπνιση του ανέκφραστου ψυχοφυσικού δυναμικού,
- Ενίσχυση της αυτοπεποίθησης,
- Ξεπέρασμα του αισθήματος μοναξιάς και απομόνωσης,
- Ενίσχυση των καλλιτεχνικών εκφραστικών δεξιοτήτων,
- Τα συναισθήματα να μετατραπούν σε καλλιτεχνικές δράσεις,
- Ενίσχυση των αρετών,
- Εξισορρόπηση σώματος-μυαλού,
- Μάθηση από τις εμπειρίες των άλλων,
- Επίτευξη νέων δεξιοτήτων.

Τα βήματα της δημιουργικής διαδικασίας του μαέστρου:

- Ερευνήστε τα ενδιαφέροντα και τις δεξιότητες των συμμετεχόντων και ανακαλύψτε τις πιο κρυφές,
- Επικεντρώστε το σημείο της κριτικής και διερευνήστε τις προσωπικές αξίες

- Ανάλυση του θέματος που επέλεξε ο συμμετέχων και προσδιορισμός του κατάλληλου καλλιτεχνικού μέσου (χορός, φωνή, ηχογραφήσεις, βιντεοσκοπήσεις, υποκριτική, μουσικό όργανο κ.λπ.)
- Συμμετοχική δημιουργία της σόλο σκηνοθεσίας
- Προβλέψεις μονής σκηνοθεσίας
- Δημιουργία μιας ad hoc δραματουργίας ικανής να περιέχει όλα τα σόλο.

Η υλοποίηση της παράστασης που θα παρουσιαστεί σε ζωντανό κοινό, πραγματοποιείται μέσω της κατασκευής μιας ευέλικτης δραματουργίας, όπου ο παράγοντας του αυτοσχεδιασμού από τους συμμετέχοντες, τόσο στη δημιουργική όσο και στην ερμηνευτική φάση, είναι θεμελιώδης προκειμένου να βιώσουν και να αφήσουν το κοινό να βιώσει το "εδώ και τώρα".

Το βασικό σκηνοθετικό γνώρισμα είναι η ικανότητα πραγματοποίησης δράσεων σε περιθώρια πυκνά πλούσια σε δυνατότητες, μεταξύ της "προετοιμασίας" (παρτιτούρα, σενάριο, κείμενο, χορογραφία, ηχογραφήσεις κ.λπ.) και της "στιγμής", ως συγκεκριμένη και ανεπανάληπτη παράσταση.

Η επιτελεστική τέχνη παράγει ομορφιά, και η ομορφιά γεννά επιθυμία. Αυτό επιτρέπει στους συμμετέχοντες να μεταμορφωθούν, να ενθουσιαστούν και να θέσουν ερωτήματα στον εαυτό τους. Το ίδιο το κοινό γίνεται συμμετέχων στο έργο τέχνης που εκτελείται.

Βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα:

Ανάπτυξη της αίσθησης του ανήκειν σε μια ομάδα, στην οποία το βασικό στοιχείο είναι να μοιράζεσαι τις ικανότητές σου με τους άλλους και να εστιάζεις στις αρετές αντί στις ελλείψεις. Αυτού του είδους η εξάσκηση ανεβάζει ένα αίσθημα δύναμης, πολύ χρήσιμο για την τελική απόδοση.

Μακροπρόθεσμα αποτελέσματα:

Η επιθυμία που διεγείρεται σε κάθε συμμετέχοντα ενεργοποιεί μια σωτήρια διαδικασία, χρήσιμη για την ίδια τους την ύπαρξη. Η επαφή με την τέχνη και τις εκφράσεις της έχει αποδειχθεί ότι είναι ένας δρόμος ανάπτυξης και έρευνας, επειδή διεγείρει τα υποκείμενα να

αναγνωρίσουν τις ελλείψεις τους, αλλά αυτή τη φορά, να συσχετιστούν με αυτές χωρίς φόβο και πόνο.

Συμπερασματικές σκέψεις:

Ο δρόμος είναι μακρύς και η πρόκληση σημαντική: να συμβάλουμε στην αλλαγή του πολιτιστικού παραδείγματος και να επιβεβαιώσουμε, με θετικό τρόπο, το δικαίωμα όλων στην πλήρη απόλαυση των θεμελιωδών ελευθεριών, ώστε να είμαστε πραγματικά "ελεύθεροι να ζήσουμε όπως όλοι οι άλλοι" (σύνθημα του φεστιβάλ).

Αναφορές

<https://festivaldelleabilita.org/>

<http://www.fmc-onlus.org/>

<https://movelab.video.blog/>

Παραδείγματα δραστηριοτήτων βασισμένων στην Τέχνη με άτομα από δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης

Σε αυτό το τελευταίο κεφάλαιο, παρουσιάζονται συγκεκριμένα παραδείγματα δραστηριοτήτων που θα μπορούσαν να οργανωθούν από καλλιτέχνες όταν εργάζονται σε δύσκολες συνθήκες Υγειονομικής Περίθαλψης. Οι δραστηριότητες χωρίζονται με βάση την Τέχνη που χρησιμοποιείται. Εδώ χρησιμοποιούμε παραδείγματα από τον Χορό, τη Μουσική, το Θέατρο, τη Ζωγραφική, το Κουκλοθέατρο και την Αφήγηση Παραμυθιών.

Χορός

Παρουσιάζονται δύο δραστηριότητες που βασίζονται στο χορό: η μία ονομάζεται "Χορέψτε στα πόδια σας" και η άλλη "Χορέψτε στη θέση σας". Απευθύνονται σε άτομα με διαφορετική ικανότητα σωματικής κίνησης.

Δραστηριότητα 1: Χορέψτε στα πόδια σας

| | |
|--|--|
| Τίτλος | "Χορέψτε στα πόδια σας" - Συνεδρία χορού για την κοινωνική ένταξη των ηλικιωμένων. |
| Διάρκεια | 45 λεπτά. |
| Σκοπός της δραστηριότητας | Να χρησιμοποιήσετε τον χορό και την κίνηση ως κοινωνική δραστηριότητα, να συνδέσετε τους ανθρώπους, να επεκτείνετε την κοινωνική αλληλεπίδραση και να παρέχετε μια συνολική αίσθηση ευεξίας και συντροφικότητας στην κοινότητα. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Μια διασκεδαστική, κοινωνικά ελκυστική συνεδρία χορού για την προώθηση και την οικοδόμηση της αίσθησης της κοινότητας. Οι συμμετέχοντες χορεύουν ως ομάδα, χορός γραμμής, δυτικός χορός αχρῶνα (συνεργαζόμενοι/αντιμετωπίζοντας ο ένας τον άλλον) και κυκλικούς χορούς. Το θέμα της συνεδρίας είναι "Ο γύρος του κόσμου". Α) Χορός σε στάβλο από την Αμερική (άγρια δύση) Β) Τάνγκο από την Αργεντινή Γ) Συρτάκι από την Ελλάδα Δ) Βιρτζίνια Reel από την Αγγλία |
| Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας | 1) Παρουσίαση του καλλιτέχνη σε ηλικιωμένους πολίτες. Η εισαγωγή πρέπει να είναι θετική, ενθουσιώδης και χαρούμενη. Η ευχάριστη συνομιλία με τους συμμετέχοντες είναι πολύ σημαντική, καθώς οι ηλικιωμένοι πολίτες βιώνουν συχνά τη μοναξιά 2) Κύκλος καλωσορίσματος που σπάει τον πάγο - Κάνουμε δύο κύκλους ανθρώπων, κάθε κύκλος κοιτάζει προς την αντίθετη κατεύθυνση. Με μουσική συνοδεία, κινούμαστε ρυθμικά προς τα εμπρός και |

| | |
|---|---|
| | <p>συστηνόμαστε ο ένας στον άλλο (αυτό μπορεί να είναι πολύ διασκεδαστικό, καθώς κάποιοι άνθρωποι θα γνωρίζονται ήδη μεταξύ τους, αλλά τα νέα μέλη της ομάδας έχουν την ευκαιρία να συνδεθούν και να κάνουν νέους φίλους - η συζήτηση μπορεί να είναι απλά ένα απλό "γεια σας... πώς είστε σήμερα;")</p> <p>3) Χορός προθέρμανσης καθισμένοι σε μια καρέκλα Κινήσεις και ασκήσεις για την προθέρμανση κάθε επιμέρους μέρους του σώματος, που φτάνουν μέχρι πάνω για να επιμηκύνουν το σώμα και να τεντώσουν τον άνω κορμό. Χρήση των χεριών με επαναλαμβανόμενο τρόπο για την αύξηση της καρδιαγγειακής ροής του αίματος, εξάσκηση των άνω και κάτω άκρων. Η μουσική είναι αναζωογονητική και ρυθμική.</p> <p>(Μόνο 2 από τους παρακάτω 4 χορούς θα πρέπει να επιλεγούν για να διδαχθούν στη συνεδρία)</p> <p>4) Δυτικός Χορός σε αχυρώνα - βασική χορογραφία 32 μετρήσεων . Κρατάτε τα χέρια με τον παρτενέρ σας και κινείστε αριστερόστροφα σε κύκλο. Στα τελευταία 4 μέτρα προχωράμε μπροστά και αλλάζουμε παρτενέρ. Μουσική όπως Achy Breaky Heart- Billy Ray Cyrus (επιβραδυνόμενη)</p> <p>5) Tango - 64 μετρήσεις βασικών βημάτων tango . Στεκόμαστε σε γραμμές και όλοι κοιτάμε προς την ίδια κατεύθυνση. Χορεύουμε συγχρονισμένα συνδέοντας όλους τους συμμετέχοντες σωματικά και συναισθηματικά σχηματίζοντας μια ενιαία αισθητικοκινητική δραστηριότητα. Μουσική όπως Santa Maria - Gotan Project</p> <p>6) Συρτάκι - ομαδικός χορός σε κύκλο με όλους τους συμμετέχοντες να κρατούν ο ένας τον άλλον από τα χέρια. Εκτός από το κοινωνικό στοιχείο του χορού σε μια ομάδα, ο χορός βελτιώνει την εγκεφαλική λειτουργία και ενισχύει τη μνήμη. Μουσική όπως ο Ζορμπάς - Μίκης Θεοδωράκης</p> <p>7) Βιρτζίνια reel - Ένας κοινωνικός χορός όπου οι παρτενέρ αντικρίζουν ο ένας τον άλλον . Μουσική όπως Μείγμα Βιρτζίνια Reel - Σαμ Rock</p> <p>8) Αποθεραπεία Καθισμένοι όρθιοι σε μια καρέκλα παίρνουν βαθιές αναπνοές διαστέλλοντας τους πνεύμονες, στη συνέχεια με κλειστά μάτια οι συμμετέχοντες φαντάζονται το αγαπημένο τους χρώμα να διαπερνά το σώμα τους από το κεφάλι μέχρι τα νύχια. Ώρα για χαλάρωση.</p> |
| Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα | Μουσική |
| Αξιολόγηση | Οι συμμετέχοντες θα λάβουν συνέντευξη (ερωτήσεις) για την αξιολόγηση του αποτελέσματος. |
| Άλλα σχόλια | This activity must be very flexible and easily adapted for senior citizens with Αυτή η δραστηριότητα πρέπει να είναι πολύ ευέλικτη και να προσαρμόζεται εύκολα για ηλικιωμένους με κινητικά προβλήματα (οι χοροί μπορούν να γίνονται καθιστοί). Οι προφορικές οδηγίες πρέπει να είναι δυνατές και |

| | |
|--|--|
| | σαφείς για τους βαρήκοους. Είναι σημαντικό να υπενθυμίζεται σε όλους να κινούνται εντός της δικής τους ζώνης άνεσης, ο πόνος είναι σήμα για να κάνουν λιγότερα ή να σταματήσουν. |
|--|--|

Δραστηριότητα 2: Χορέψτε στη θέση σας

| | |
|--|---|
| Τίτλος | "Χορέψτε στη θέση σας" - Χοροθεραπεία για την κοινωνική ένταξη ηλικιωμένων ατόμων με άνοια. |
| Διάρκεια | 45 λεπτά |
| Στόχος της δραστηριότητας | Χρήση του χορού και της κίνησης ως εργαλείου για την αντιμετώπιση ηλικιωμένων ατόμων με διαταραχές μνήμης (άνοια). Για την τόνωση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης, τη βελτίωση της διάθεσης, τη μείωση του άγχους και την αύξηση της αυτοέκφρασης. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Μια διασκεδαστική, πολύχρωμη, καθισμένη σε κύκλο, κινητική συνεδρία, όπου οι συμμετέχοντες θα χρησιμοποιήσουν μια σειρά από αισθητηριακά σκηνικά και θα κινηθούν υπό τη συνοδεία μουσικής με διάφορους ρυθμούς και ήχους. |
| Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας | <p>1) Εισαγωγή του καλλιτέχνη σε ηλικιωμένους ενήλικες που πάσχουν από άνοια Η εισαγωγή πρέπει να είναι ήρεμη, χαρούμενη και θετική, έχοντας επίγνωση του τόνου της φωνής μας, των εκφράσεων του προσώπου και των χειρονομιών του σώματος. Το να κρατάμε το χέρι των συμμετεχόντων καθώς μιλάμε μπορεί να προσφέρει παρηγοριά και καθησυχασμό. Το να πάσχετε από απώλεια μνήμης είναι πολύ απογοητευτικό, συγκεχυμένο και τρομακτικό, οπότε η δημιουργία μιας ήρεμης ατμόσφαιρας είναι πολύ σημαντική.</p> <p>2) Χορός προθέρμανσης Κινήσεις και ασκήσεις για την προθέρμανση κάθε επιμέρους μέρους του σώματος, που φτάνουν μέχρι πάνω για να επιμηκύνουν το σώμα και να τεντώσουν τον άνω κορμό. Χρήση των χεριών με επαναλαμβανόμενο τρόπο για την αύξηση της καρδιαγγειακής ροής του αίματος. Η μουσική είναι απαλή με καλό ρυθμό.</p> <p>3) Αντικατοπτριστικός χορός Χορός για την εμπλοκή των άνω άκρων με τη χρήση πολύχρωμων μαντηλιών. Οι κινήσεις με πολύχρωμα κασκόλ θα βελτιώσουν την κινητικότητα, θα ενισχύσουν τη δύναμη, θα δεσμεύσουν τον συμμετέχοντα και θα προσθέσουν απόλαυση και διασκέδαση.</p> <p>4) Χορός για την εμπλοκή των κάτω άκρων με τη χρήση μεγάλων χρωματιστών μπαλονιών. Μια διασκεδαστική δραστηριότητα όπου όλοι είναι διαδραστικοί καθώς προσπαθούμε ως συνδεδεμένη ομάδα να κρατήσουμε το μπαλόνι στον αέρα χρησιμοποιώντας τα πόδια και τα πόδια μας και στη συνέχεια να περάσουμε το μπαλόνι ο ένας στον άλλο στον κύκλο.</p> <p>5) Αφηγηματικός χορός Charleston 6) Χορός με κορδέλα Οι συμμετέχοντες ακολουθούν μαζί με τον καλλιτέχνη, σε έναν χορό που</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>χρησιμοποιεί μουσική από το πολιτιστικό τους υπόβαθρο. Η μουσική διεγείρει ταυτόχρονα πολλά μέρη του εγκεφάλου και έχει αποδειχθεί ότι βοηθάει τη μνήμη.</p> <p>7) Αυτοσχεδιασμός</p> <p>Με τη χρήση κρουστών οργάνων όπως μαράκες, μαλακά τύμπανα και αυτοσχέδια όργανα (όπως... ένα μπουκάλι γεμάτο με ρύζι ή φακές κ.λπ.) Ο καθένας μπορεί να χτυπάει ρυθμικά μαζί με τη μουσική, δουλεύοντας ως ομάδα και ακούγοντας τη μουσική. Με αυτόν τον τρόπο δημιουργούμε τη δική μας ορχήστρα. Στη συνέχεια, ο καθένας με τη σειρά του θα κινηθεί και θα εκφραστεί ως άτομο.</p> <p>Η χρήση ενός δημοφιλούς τραγουδιού από τα νεανικά τους χρόνια μπορεί να ξυπνήσει μνήμες που βρίσκονται βαθιά μέσα τους.</p> <p>8) Παίξτε με ένα θεραπευτικό αλεξίπτωτο.</p> <p>Το αλεξίπτωτο χρησιμοποιείται ως ένας τρόπος προώθησης της χαλάρωσης, της κοινωνικοποίησης, της ψυχικής διέγερσης και πάνω απ' όλα ...του γέλιου.</p> |
| Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα | <p>Στηρίγματα : καρτέκλες, μαντήλια, μπαλόνια, μαράκες, κορδέλες και θεραπευτικό αλεξίπτωτο.</p> <p>Μουσική : μεγάλη ποικιλία από διάφορα στυλ, ρυθμούς και ρυθμούς.</p> |
| Αξιολόγηση | <p>Η επιτυχία αυτής της δραστηριότητας μετράται από την ανταπόκριση του συμμετέχοντα, την κοινωνική αλληλεπίδραση και τον ενθουσιασμό που έχει να συμμετάσχει στη χορευτική συνεδρία. Το να βλέπεις τα μάτια να φωτίζονται, τα χέρια να χτυπούν το μουσικό ρυθμό και να ακούς τους συμμετέχοντες να γελούν είναι μια τεράστια επιτυχία.</p> |
| Άλλα σχόλια | <p>Χρησιμοποιήστε μια μεγάλη ποικιλία μουσικής για να κρατήσετε το ενδιαφέρον όλων. Να είστε πολύ σαφείς με τις οδηγίες και να κρατάτε τον ρυθμό αργό. Μη φοβάστε να επαναλαμβάνετε να αφιερώνετε χρόνο σε κάθε ενότητα. Να έχετε επίγνωση των σωματικών περιορισμών και να είστε πάντα έτοιμοι να προσαρμόσετε τις ασκήσεις και ευέλικτοι στην αλλαγή της μουσικής και του χορού ανά πάσα στιγμή.</p> |

Μουσική

Σε αυτή την ενότητα παρουσιάζονται δύο δραστηριότητες που βασίζονται στη Μουσική. Οι δραστηριότητες αυτές ονομάζονται "Η ευτυχισμένη μου μέρα με τη μουσική" και "Ρυθμός και τέχνη".

Δραστηριότητα 3: Ρυθμός και τέχνη

| | |
|----------------------------------|--|
| Τίτλος | "Ρυθμός και Τέχνη" - Εργαστήρια τυμπανισμού για παιδιά με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ) για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης |
| Διάρκεια | 1 Ώρα |
| Σκοπός της δραστηριότητας | Η χρήση των τυμπάνων ως θεραπευτικό εργαλείο για την εμπλοκή παιδιών με διαταραχή του φάσματος του αυτισμού, την προώθηση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης, τη βελτίωση των επικοινωνιακών δεξιοτήτων και την |

| | |
|--|--|
| | ενίσχυση της αίσθησης της ένταξης. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Ένα δυναμικό εργαστήριο τυμπανισμού ειδικά σχεδιασμένο για παιδιά με διαταραχή του φάσματος του αυτισμού. Μέσα από ρυθμικές ασκήσεις, διαδραστικά παιχνίδια και δημιουργική έκφραση, οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να εμπλακούν σε μια κοινή μουσική εμπειρία και να αναπτύξουν κοινωνικές σχέσεις. |
| Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας | <p>1. Εισαγωγή και Σπάσιμο του πάγου: Ξεκινήστε τη συνεδρία με μια ζεστή και φιλόξενη εισαγωγή, εξασφαλίζοντας ένα ήρεμο και ασφαλές περιβάλλον. Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα, όπως κάρτες με εικόνες, για να παρουσιάσετε κάθε συμμετέχοντα και να μάθετε τα ονόματά του. Ενθαρρύνετε όλους να μοιραστούν κάτι που τους αρέσει ή τους ενδιαφέρει.</p> <p>2. Προθέρμανση με τύμπανα: Ξεκινήστε με μια ρυθμική άσκηση προθέρμανσης χρησιμοποιώντας τύμπανα χειρός, ντέφια ή άλλα κρουστά όργανα. Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες μέσα από απλά ρυθμικά μοτίβα, αυξάνοντας σταδιακά την πολυπλοκότητα όσο προχωράει η συνεδρία. Αυτή η δραστηριότητα βοηθά στη βελτίωση του κινητικού συντονισμού και προετοιμάζει τους συμμετέχοντες για τις κύριες δραστηριότητες με τύμπανα.</p> <p>3. Εισάγετε ασκήσεις κλήσης και απόκρισης, όπου ο συντονιστής παίζει έναν ρυθμό και οι συμμετέχοντες μιμούνται και απαντούν με τη δική τους παραλλαγή. Αυτή η δραστηριότητα προάγει τις δεξιότητες ακρόασης, τη λήψη σειράς και ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να εκφραστούν μέσω των τυμπάνων.</p> <p>4. Ενεργοποιήστε τους συμμετέχοντες σε μια ομαδική εμπειρία τυμπανισμού. Δώστε σε κάθε παιδί ένα τύμπανο ή ένα κρουστό όργανο και καθοδηγήστε τα να παίξουν ένα ρυθμικό μοτίβο μαζί ως ομάδα. Ενθαρρύνετέ τα να ακούνε το ένα το άλλο και να διατηρούν έναν σταθερό ρυθμό. Αυτή η δραστηριότητα προάγει την αίσθηση του ανήκειν, της ομαδικότητας και του συνεργατικού παιχνιδιού.</p> <p>5. Εισάγετε διαδραστικά παιχνίδια που περιλαμβάνουν το πέρασμα ρυθμικών μοτίβων γύρω από τον κύκλο. Για παράδειγμα, κάθε συμμετέχων παίζει μια σύντομη φράση και ο διπλανός του την επαναλαμβάνει πριν προσθέσει τη δική του συμβολή. Αυτή η δραστηριότητα προωθεί την κοινωνική αλληλεπίδραση, την επικοινωνία και ενισχύει τις δεξιότητες ακρόασης και μίμησης.</p> <p>6. Δημιουργική έκφραση: Παρέχετε την ευκαιρία για ατομική έκφραση, επιτρέποντας στους συμμετέχοντες να αυτοσχεδιάσουν και να δημιουργήσουν τους δικούς τους ρυθμούς στα τύμπανα. Ενθαρρύνετέ τους να πειραματιστούν με διαφορετικούς ήχους και τεχνικές, εκφράζοντας τα συναισθήματά τους και το προσωπικό τους στυλ. Αυτή η δραστηριότητα υποστηρίζει την αυτοέκφραση, τη δημιουργικότητα και ενισχύει την αυτοπεποίθηση.</p> |

| | |
|---|---|
| | 7. Συγκεντρώστε όλους σε έναν κύκλο για ένα αναστοχαστικό κλείσιμο. Ζητήστε από κάθε συμμετέχοντα να μοιραστεί την αγαπημένη του στιγμή από τη συνεδρία ή κάτι που του άρεσε στο να παίζουμε μαζί τύμπανα. Παρέχετε θετική ανατροφοδότηση και εκτίμηση για τη συμμετοχή τους. |
| Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα | Τύμπανα χειρός, ντέφια, σέικερ ή άλλα κρουστά όργανα κατάλληλα για παιδιά. Οπτικά βοηθήματα με κάρτες εικόνων για την εισαγωγή. Προαιρετικά: Οπτικά χρονοδιαγράμματα ή χρονόμετρα για να βοηθήσουν στις μεταβάσεις. |
| Αξιολόγηση | Η επιτυχία αυτής της δραστηριότητας μπορεί να μετρηθεί παρατηρώντας τη συμμετοχή των συμμετεχόντων, την κοινωνική αλληλεπίδραση και την επικοινωνία κατά τη διάρκεια της συνεδρίας. Η ανατροφοδότηση από τους γονείς, τους φροντιστές και τους ίδιους τους συμμετέχοντες μπορεί επίσης να προσφέρει πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με την εμπειρία και την πρόδοό τους. |
| Άλλα σχόλια | Είναι σημαντικό να δημιουργηθεί ένα περιβάλλον φιλικό προς τις αισθήσεις, λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες όπως τα επίπεδα θορύβου, ο φωτισμός και οι ατομικές ευαισθησίες. Παρέχετε οπτικά βοηθήματα και σαφείς οδηγίες για να βοηθήσετε την κατανόηση. Προσαρμόστε τις δραστηριότητες ανάλογα με τις ανάγκες και τις ικανότητες κάθε συμμετέχοντα, επιτρέποντας ευελιξία και εξατομικευμένη υποστήριξη. |

Δραστηριότητα 4: Η ευτυχισμένη μου μέρα με μουσική

| | |
|---|---|
| Τίτλος | "Η ευτυχισμένη μου μέρα με τη μουσική" - Εργαστήριο μουσικοθεραπείας για μαθητές με ειδικές ανάγκες, ΔΦΑ, προβλήματα συμπεριφοράς κ.λπ., ακούγοντας και παίζοντας μουσική με τη βοήθεια αυτοσχέδιων οργάνων. |
| Διάρκεια | 1.5 Ώρα |
| Σκοπός της δραστηριότητας | Η μουσικοθεραπεία μπορεί να ωφελήσει τους μαθητές με άγχος και άλλες διαταραχές συμπεριφοράς με τις τεχνικές της, βοηθώντας τους να αισθάνονται ήρεμοι και ικανοί να επικεντρωθούν στις καθημερινές σχολικές εργασίες τους σε ένα περιβάλλον μουσικοθεραπείας. Μετά τη συνεδρία οι μαθητές είναι πιο ικανοί να ξεπεράσουν το άγχος τους και να επιστρέψουν στην κανονική καθημερινή ρουτίνα και την κοινωνική επικοινωνία. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Συνεδρία παιγνιώδους θεραπείας με τη μορφή εργαστηρίου που έχει ως στόχο την αποκατάσταση της σωματικής, συναισθηματικής και πνευματικής υγείας των μαθητών και θα μπορούσε να εφαρμοστεί σε μαθήματα τάξης, στη θεραπευτική διαδικασία ως μέρος της ψυχολογικής εργασίας, στην κινησιοθεραπεία κ.λπ. μέσω της εκτέλεσης τραγουδιών και μελωδιών με αυτοδημιούργητα δημιουργικά όργανα σε συγχρονισμένο παίξιμο, υπό την καθοδήγηση του εκπαιδευτή. |
| Λεπτομερή περιγραφή της δραστηριότητας | Έχει αποδειχθεί ότι η μουσική τονώνει το κεντρικό νευρικό σύστημα, βελτιώνει το μεταβολισμό και την κυκλοφορία του αίματος, γεγονός που καθιστά τη μουσικοθεραπεία μια ψυχοθεραπευτική μέθοδο που βασίζεται |

| | |
|--|---|
| | <p>στη θεραπευτική επίδραση της μουσικής στην ψυχοσυναισθηματική κατάσταση των παιδιών με ειδικές ανάγκες.</p> <p>Για τα παιδιά που παρουσιάζουν σημάδια κατάθλιψης, η μουσικοθεραπεία ως μέσο βελτίωσης της διάθεσης είναι αρκετά επιτυχής. Στην πραγματικότητα, τα παιδιά που εκτίθενται στη δύναμη της μουσικής, ειδικά εκείνα που χρησιμοποιούν την κίνηση και τις χειρονομίες, βρίσκουν μεγαλύτερη ικανοποίηση μέσω της δυναμικής της σωματικής κίνησης.</p> <p>Η εκπαίδευση θα πρέπει να ξεκινά σε θετική και ήρεμη ατμόσφαιρα με σαφή εξήγηση των καθηκόντων: οι συμμετέχοντες θα πάρουν τη θέση εργασίας τους και θα κατασκευάσουν ορισμένα όργανα με τα προσφερόμενα υλικά και αντικείμενα. Αφού ετοιμαστούν με τα όργανα θα εκτελέσουν ορισμένα τραγούδια χρησιμοποιώντας μουσική υπόκρουση.</p> <p>Οι μαθητές θα μπορούσαν να χωριστούν σε 3 ομάδες ανάλογα με τους τρεις τύπους οργάνων που πρέπει να κατασκευάσουν.</p> <p>Κάθε ομάδα θα κατασκευάσει ένα μουσικό όργανο (τύμπανο, φουσαρμόνικα, μαράκες).</p> <p>Εργασίες κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Κατασκευή μουσικών οργάνων 2. Χωρισμός σε 3 ομάδες ανάλογα με το μουσικό όργανο 3. Εκτέλεση μουσικών έργων - "Ο χορός της πάπιας", "Αν είσαι ευτυχισμένος", λαϊκά τραγούδια κ.λπ. <p>Στάδια της διαδικασίας της μουσικοθεραπείας:</p> <ol style="list-style-type: none"> I. Προπαρασκευαστικό - οικοδόμηση εμπιστοσύνης μεταξύ του παιδιού και του θεραπευτή. II. Εμπλουτισμός του λεξιλογίου του μαθητή σχετικά με τα είδη των μουσικών οργάνων και τον ήχο τους (οπτικά και ακουστικά). III. Κατασκευή ενός μουσικού οργάνου από διαθέσιμα υλικά (κρουστά, έγχορδα, χάλκινα πνευστά κ.λπ.) IV. Δημιουργία ομάδων ανά είδος μουσικού οργάνου V. Τραγουδώντας μαζί μικρά έτοιμα μουσικά έργα ή αυτοσχεδιάζοντας επί τόπου. <p>Η μουσικοθεραπεία είναι μια μέθοδος μέσω της οποίας μπορούμε να διατηρήσουμε και να αποκαταστήσουμε τη σωματική, συναισθηματική και πνευματική υγεία του μαθητή. Είμαι επίσης υπεύθυνος για συγκεκριμένες και ατομικές ανάγκες, για διάφορες ασθένειες, δυσλειτουργίες και ειδικές ανάγκες.</p> |
| <p>Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα</p> | <p>Τα απαραίτητα υλικά είναι:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ένα μπαλόνι, ένα μεταλλικό μπολ και ένα ξύλινο μπαστούνι παγωτού, - Αρμόνικα - δύο ξύλινα ξυλάκια παγωτού, λαστιχάκι, δύο σπέρτα και ένα γυαλιστερό μπλοκ, - Μαράκες - επιλογή 1 - θαλασσινό αλάτι σε ένα μικρό μεταλλικό κουτί, επιλογή 2 - φασόλια σε ένα μικρό χαρτόκουτο, επιλογή 3 - φακές σε ένα μικρό πλαστικό κουτί. |
| <p>Αξιολόγηση</p> | <p>Η επιτυχής εκτέλεση της εκπαίδευσης με τη χρήση συνεργατικής εργασίας,</p> |

| | |
|--------------------|---|
| | φωνής, κινήσεων και χειρονομιών θα μπορούσε να οδηγήσει σε θεραπευτική επίδραση στην ψυχοσυναισθηματική κατάσταση των μαθητών με ειδικές ανάγκες, θα πρέπει να βελτιώσει τη διάθεσή τους εκφράζοντας μεγαλύτερη ικανοποίηση μέσω της δυναμικής της σωματικής κίνησης και του τραγουδιού. Ο εκπαιδευτής θα πρέπει να δημιουργήσει μια ατμόσφαιρα μέσα στην οποία τα παιδιά θα μπορούν να αποκαλύψουν τις δυνατότητές τους, μέσω των λέξεων, των ήχων και της δράσης. |
| Άλλα σχόλια | Η διάρκεια της μουσικοθεραπευτικής διαδικασίας δεν έχει ακριβή διάρκεια. Εξαρτάται από το βαθμό της νόσου, τις δυνατότητες και τις ανάγκες του παιδιού. Το "φαινόμενο της βεβαιότητας" είναι σημαντικό για τον έλεγχο των συναισθημάτων και την επίτευξη αποτελεσμάτων. |

Θέατρο

Δημιουργήθηκαν τρεις δραστηριότητες βασισμένες στο θέατρο: "Θέατρο χωρίς εμπόδια", "Παιχνίδι ταυτότητας" και "Θέατρο της ένταξης",

Δραστηριότητα 5: Θέατρο χωρίς εμπόδια

| | |
|--|--|
| Τίτλος | Θέατρο χωρίς εμπόδια - θεατρικό εργαστήριο με επαγγελματίες ή/και ερασιτέχνες ηθοποιούς με και χωρίς προβλήματα ακοής |
| Διάρκεια | 2 συναντήσεις την εβδομάδα διάρκειας 2 ωρών για 4 μήνες |
| Σκοπός της δραστηριότητας | Ξεκινώντας από την παραδοχή ότι κανείς δεν μπορεί να μην επικοινωνήσει και ότι δεν υπάρχει μη συμπεριφορά, η εκμάθηση της συνειδητοποίησης των μέσων έκφρασης του ατόμου μέσα σε μια κοινωνία είναι ζωτικής σημασίας. Εξίσου σημαντικό είναι επίσης να μάθουμε να ακούμε τον άλλον και τις ιστορίες του. Βάζοντας τον εαυτό μας στη θέση κάποιου άλλου ανακαλύπτουμε πόσο όμοιος και διαφορετικός είναι με εμάς, λύνοντας έτσι πολλές παρεξηγήσεις που γεννιούνται απλώς από διαφορετικές γλώσσες ή από την ελάχιστη εκπαίδευση στην ακρόαση, που συχνά ευνοεί το βλέμμα μόνο στον εαυτό μας. Το εργαστήριο στοχεύει να πειραματιστεί με νέες μορφές καρποφορίας της καλλιτεχνικής εμπειρίας μέσω της μόλυνσης των γλωσσών, των γλωσσών και των συναφών πολιτισμών του ανήκειν και της καταγωγής και με στόχο τη διάδοση της ομορφιάς της συνάντησης μεταξύ των διαφορετικοτήτων. Μέσω της κοινής θεατρικής πρακτικής δημιουργείται μια επικοινωνιακή συνύπαρξη στον ίδιο κοινωνικό χώρο με στόχο την άρση των πολιτισμικών, επικοινωνιακών και περιβαλλοντικών φραγμών. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Καλλιτεχνική πορεία θεατρικής έρευνας που στοχεύει στην εξεύρεση μιας κοινής καλλιτεχνικής γλώσσας για ένα μικτό κοινό κωφών που χρησιμοποιούν την Ιταλική νοηματική γλώσσα μαζί με ένα ακουστικό κοινό. |
| Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας | Η θεατρική εμπειρία σας επιτρέπει να εξερευνήσετε τον επικοινωνιακό κώδικα που προκύπτει από τη μη λεκτική γλώσσα, κάνοντας το σώμα να |

| | |
|--|---|
| | <p>φαντάζει ως προνομιακό εργαλείο επικοινωνίας.</p> <p>Αυτός ο τύπος σκηνικού καθιστά δυνατή την ενίσχυση της αυθόρμητης εκφραστικότητας της παράλληλης πρότασης μιας δομημένης νοηματικής γλώσσας (LIS), η οποία μπορεί να γίνει ένα συγκεκριμένο εργαλείο για τη σχέση με όσους μειονεκτούν στη λεκτική επικοινωνία.</p> <p>Η πορεία δομείται με βάση τις ανάγκες της ίδιας της ομάδας, με βάση τις συγκεκριμένες ανάγκες επικοινωνίας που υποδεικνύονται.</p> <p>Η προοπτική εργασίας του προτεινόμενου θεατρικού εργαστηρίου προβλέπει στην πραγματικότητα ότι οι στόχοι και το περιεχόμενο συμφωνούνται με τους συμμετέχοντες, σύμφωνα με τη μεθοδολογία της δημιουργίας μιας διαδρομής κατάλληλης για την ανταπόκριση στις ανάγκες που σκέφτονται και αναφέρουν οι ίδιοι οι συμμετέχοντες.</p> <p>Του εργαστηρίου προηγούνται τουλάχιστον δύο ομαδικές συναντήσεις σχεδιασμού, για τη συλλογή των απαραίτητων πληροφοριών για την ανάπτυξη του έργου.</p> <p>Με βάση τα θέματα και τις ανάγκες που εκφράζονται, ξεκινά μια διαδρομή που αποσκοπεί στη δραματοποίηση των θεμάτων.</p> <p>Αυτή η πρώτη φάση είναι χρήσιμη για τη σταδιακή προσέγγιση μιας διαφορετικής επικοινωνιακής σχέσης.</p> <p>Ζητείται από όλους να μην χρησιμοποιούν λέξεις για να επικοινωνήσουν, ώστε να μην υπάρχουν μειονεκτήματα.</p> <p>Η δεύτερη φάση περιλαμβάνει την εκμάθηση των νοημάτων της Νοηματικής Γλώσσας, μεταφράζοντας κάποια γραπτά μέρη σε σημειωμένες ενέργειες. Μετάφραση της λεκτικής γλώσσας με την οποία αναφερόμαστε σε σκέψεις, χώρους, ενέργειες σε χειρονομιακή μιμητική γλώσσα.</p> <p>Στάδια της εργασίας:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Συνάντηση και πολιτιστική και καλλιτεχνική ανταλλαγή (πρακτική και θεωρητική) 2) Προσδιορισμός του κοινού στόχου μέσω ενός κειμένου, ενός θέματος, μιας θεατρικής ιδέας. 3) Πειραματισμός μέσω του αυτοσχεδιασμού ιδεών και πρακτικών 4) Σύγκριση με ένα επιλεγμένο ακροατήριο εμπειρογνομόνων 5) Σκηνοθεσία 6) Ανατροφοδότηση μεταξύ των συμμετεχόντων |
| <p>Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα</p> | <p>Ανάγκη επαρκούς χώρου για το εργαστήριο, Διερμηνέα Νοηματικής Γλώσσας</p> |

| | |
|--------------------|--|
| Αξιολόγηση | Η αξιολόγηση της προτεινόμενης καλλιτεχνικής δραστηριότητας μετράται με βάση τη μείωση των μειονεκτημάτων, τη μετατροπή των ορίων σε ευκαιρίες. Η αλλαγή που θέλουμε να προκαλέσουμε είναι να ανατρέψουμε την προοπτική του τρόπου με τον οποίο βιώνεται η αναπηρία, είναι η κοινωνία που πρέπει να αλλάξει, δεδομένου ότι το μειονέκτημα απορρέει από την εν όλω ή εν μέρει ανεπαρκή ανταπόκριση της κοινωνίας απέναντι στα άτομα με αναπηρία και τις ιδιαίτερες φυσικές και αισθητηριακές προδιαθέσεις τους. Χτίζοντας γέφυρες εκεί όπου οι μειονότητες τείνουν να γκετοποιούνται. |
| Άλλα σχόλια | Το καλλιτεχνικό μονοπάτι μπορεί να ενεργοποιηθεί όχι μόνο με κωφά άτομα αλλά και με άτομα με γλωσσικές διαταραχές, σε περιβάλλοντα κοινωνικής δυσφορίας, σε φυλακές ή πολυεθνικές ομάδες ανθρώπων. Ένα μονοπάτι προσαρμόσιμο σε διαφορετικά πλαίσια, ρευστό, που έχει ως στόχο, μέσω της αφήγησης και της συνάντησης, να γνωρίσει τη διαφορετικότητα για να νικήσει το φόβο της. |

Δραστηριότητα 6: Παιχνίδι ταυτότητας

| | |
|--|--|
| Τίτλος | Παιχνίδι ταυτότητας - εργαστήριο παραστατικής τέχνης για άτομα με ή χωρίς αναπηρία |
| Διάρκεια | Η συνεδρία μπορεί να ξεκινήσει από μία εβδομάδα (2 ώρες κάθε μέρα), μέχρι 6 μήνες (1 μέρα την εβδομάδα). |
| Στόχος της δραστηριότητας | <p>Στόχος του εργαστηρίου είναι να προσφέρει ένα ερέθισμα στη δημιουργική δραστηριότητα του μαθητή, χρήσιμο για τη δημιουργία ενός σόλο. Μέσα από τα εκφραστικά χαρακτηριστικά της "καλλιτεχνικής δημιουργίας", οι συμμετέχοντες οδηγήθηκαν σε μια πορεία καλλιτεχνικής έρευνας, ξεκινώντας από προσωπικές προτάσεις και εκφραστικές επιταγές, πειραματιζόμενοι επί σκηνής με διαφορετικούς τρόπους αφήγησης, μέσα από τη γλώσσα της παραστατικής τέχνης.</p> <p>Η πορεία επικεντρώθηκε στο θέμα της ταυτότητας που γίνεται αφηγηματικό εργαλείο και στο σώμα ως εκφραστικό μέσο. Μέσα από ένα χορωδιακό έργο, η διαδρομή στόχευε στην ενίσχυση της προσωπικότητας των συμμετεχόντων, σε αναζήτηση μιας προσωπικής καλλιτεχνικής γλώσσας, μιας εκδήλωσης της μοναδικότητάς τους.</p> |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Εργαστήριο κοινωνικής πρακτικής και καλλιτεχνικής έρευνας και παραγωγής για τη δημιουργία ενός σόλο, βασισμένο στην παιδαγωγική της Επιθυμίας. |
| Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας | <p>Διερευνήστε τα ενδιαφέροντα και τις δεξιότητες των συμμετεχόντων και ανακαλύψτε τις πιο κρυφές,</p> <ul style="list-style-type: none"> - Εστίαση στο σημείο της κριτικής και διερεύνηση των προσωπικών αξιών. - Αναλύστε το θέμα που επιλέγει ο συμμετέχων και προσδιορίστε το κατάλληλο καλλιτεχνικό μέσο (χορός, φωνή, ηχογραφήσεις, βιντεοσκοπήσεις, υποκριτική, μουσικό όργανο κ.λπ.) - Συμμετοχική δημιουργία της σόλο σκηνοθεσίας - Πρόβες ενιαίας σκηνοθεσίας |

| | |
|---|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Δημιουργία μιας ad hoc δραματουργίας ικανής να περιέχει όλα τα σόλο. - Πρόβες της τελικής παράστασης - εκδήλωση της παράστασης |
| Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα | Αυτομικά-υλικά από τους συμμετέχοντες χρήσιμα για τη δημιουργία του έργου τέχνης. |
| Αξιολόγηση | <p>Η επιθυμία που διεγείρεται σε κάθε συμμετέχοντα ενεργοποιεί μια σωτήρια διαδικασία, χρήσιμη για τη δική τους ύπαρξη. Η επαφή με την τέχνη και τις εκφράσεις της έχει αποδειχθεί ότι είναι ένας δρόμος ανάπτυξης και έρευνας, επειδή διεγείρει τα υποκείμενα να αναγνωρίσουν τις ελλείψεις τους, αλλά αυτή τη φορά, να συσχετιστούν με αυτές χωρίς φόβο και πόνο.</p> <p>Αξιολόγηση:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Δημιουργικότητα και αφύπνιση του ανέκφραστου ψυχοφυσικού δυναμικού, - Ενίσχυση της αυτοπεποίθησης, - Υπέρβαση του αισθήματος μοναξιάς και απομόνωσης, - Ενίσχυση των καλλιτεχνικών εκφραστικών δεξιοτήτων, - Μετατροπή συναισθημάτων σε καλλιτεχνικές δράσεις, - Ενίσχυση των αρετών, - Επανεξισορρόπηση του σώματος και του νου, - Μάθηση από τις εμπειρίες των άλλων, - Επίτευξη νέων δεξιοτήτων. |
| Άλλα σχόλια | <p>Αυτή η πρακτική έχει διαμορφωθεί όχι μόνο ως εκπαιδευτικό και μορφωτικό έργο αλλά και ως πολιτική πράξη, μέσω της οποίας το υποκείμενο μπορεί να επιβεβαιώσει την παρουσία του στον εαυτό του και στον κόσμο γύρω του.</p> <p>Η πραγματοποίηση της παράστασης που θα παρουσιαστεί σε ζωντανό κοινό, πραγματοποιείται μέσω της κατασκευής μιας ευέλικτης δραματουργίας, όπου ο παράγοντας του αυτοσχεδιασμού από τους συμμετέχοντες, τόσο στη δημιουργική όσο και στην ερμηνευτική φάση, είναι θεμελιώδης προκειμένου να βιώσουν και να αφήσουν το κοινό να βιώσει το "εδώ και τώρα".</p> <p>Το βασικό σκηνοθετικό γνώρισμα είναι η ικανότητα πραγματοποίησης δράσεων σε περιθώρια πυκνά πλούσια σε δυνατότητες, μεταξύ της "προετοιμασίας" (παρτιτούρα, σενάριο, κείμενο, χορογραφία, ηχογραφήσεις κ.λπ.) και της "στιγμής", ως συγκεκριμένη και ανεπανάληπτη παράσταση.</p> <p>Ο συμμετέχων, με ή χωρίς αναπηρία, θεωρείται ως υποκείμενο της γνώσης, επειδή είναι φορέας γνώσεων, παραδόσεων, εμπειριών, πολιτισμού και όχι ως ένα άδειο δοχείο που πρέπει να γεμίσει, να διορθωθεί ή να διδαχθεί. Ο</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>συμμετέχων είναι επίσης το υποκείμενο της Επιθυμίας, όπου η Επιθυμία είναι εκείνη η μηχανή/δύναμη που είναι ικανή να δημιουργήσει μετασχηματισμό, συνειδητοποίηση, ταυτότητα και αυτονομία για να ανακαλύψει τον εαυτό του ως δημιουργό του δικού του σχεδίου ζωής. Με αυτή την έννοια, η ανακάλυψη ή η εκ νέου ανακάλυψη από τα υποκείμενα της > Επιθυμίας, ενεργοποίησε μια διαδικασία που οδήγησε, από μια αρχική κατάσταση ανεπάρκειας και αίσθησης αποτυχίας, στην ανακάλυψη των δυνατοτήτων ανατροπής της κατάστασης του κοινωνικού αποκλεισμού τους.</p> |
|--|---|

Δραστηριότητα 7: Θέατρο ένταξης

| | |
|--|---|
| Τίτλος | “Θέατρο Ένταξης” - Δραματικά εργαστήρια για νέους με σωματικές αναπηρίες για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης |
| Διάρκεια | 120 λεπτά |
| Στόχος της δραστηριότητας | Η αξιοποίηση του δράματος και των θεατρικών τεχνικών ως εργαλείων για την αυτοέκφραση, την ενδυνάμωση και την κοινωνική ένταξη νέων ενηλίκων με σωματικές αναπηρίες. Τα εργαστήρια στοχεύουν στην ενίσχυση της δημιουργικότητας, στην οικοδόμηση αυτοπεποίθησης και στην ενθάρρυνση ουσιαστικών συνδέσεων μέσα σε ένα υποστηρικτικό και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλον. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Ενδιαφέροντα εργαστήρια θεάτρου, όπου νέοι ενήλικες με σωματικές αναπηρίες εξερευνούν διάφορες θεατρικές τεχνικές, την αφήγηση ιστοριών και τον αυτοσχεδιασμό. Μέσα από συνεργατικές δραστηριότητες, οι συμμετέχοντες θα αναπτύξουν δεξιότητες επικοινωνίας, θα ενισχύσουν την αυτοπεποίθηση και θα αγκαλιάσουν τις μοναδικές τους ικανότητες, προωθώντας την κοινωνική ένταξη μέσα στην ομάδα. |
| Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας | <ol style="list-style-type: none"> 1. Εισαγωγή και Παγοθραύστης: Δημιουργήστε μια ζεστή και φιλόξενη ατμόσφαιρα για τους συμμετέχοντες. Ξεκινήστε με συστάσεις, επιτρέποντας σε κάθε νεαρό ενήλικα να μοιραστεί το όνομά του, ένα διασκεδαστικό γεγονός και το ενδιαφέρον του για το δράμα. Ασχοληθείτε με μια δραστηριότητα που θα σπάσει τον πάγο και θα ενθαρρύνει την αλληλεπίδραση μέσα στην ομάδα. 2. Προθέρμανση του σώματος και της κίνησης: Πραγματοποιήστε μια σειρά από ήπιες ασκήσεις προθέρμανσης που εστιάζουν στην επίγνωση του σώματος, τις διατάσεις και την κινητικότητα. Ενσωματώστε στοιχεία χορού, γιόγκα ή τεχνικές σωματικού θεάτρου, προσαρμοσμένα ώστε να ανταποκρίνονται στις διαφορετικές σωματικές ικανότητες. Αυτή η δραστηριότητα προετοιμάζει τους συμμετέχοντες για τις σωματικές πτυχές του εργαστηρίου δράματος. 3. Αφήγηση ιστοριών και οικοδόμηση χαρακτήρων: Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες σε ασκήσεις αφήγησης ιστοριών όπου δημιουργούν και αναπτύσσουν χαρακτήρες χρησιμοποιώντας τη φαντασία τους. Ενθαρρύνετέ τους να εξερευνήσουν διάφορες σωματικές κινήσεις, |

| | |
|---|--|
| | <p>χειρονομίες και φωνές για να ζωντανέψουν τους χαρακτήρες τους. Η δραστηριότητα αυτή προάγει τη δημιουργικότητα, την αυτοέκφραση και την ανάπτυξη αφηγηματικών δεξιοτήτων.</p> <p>4. Αυτοσχεδιασμός και εργασία σε σκηνές: Εμπλέξτε τους συμμετέχοντες σε δραστηριότητες αυτοσχεδιασμού και σκηνικής εργασίας, όπου συνεργάζονται για να δημιουργήσουν αυθόρμητες σκηνές. Παρέχετε προτροπές ή σενάρια που τους επιτρέπουν να εξερευνήσουν διαφορετικά συναισθήματα, συγκρούσεις και σχέσεις. Αυτή η δραστηριότητα ενισχύει τις επικοινωνιακές δεξιότητες, την ομαδική εργασία και ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να σκέφτονται στα πόδια τους.</p> <p>5. Προσβάσιμες τεχνικές θεάτρου: Παρουσιάστε στους συμμετέχοντες συγκεκριμένες θεατρικές τεχνικές που μπορούν να προσαρμοστούν ώστε να εξυπηρετούν διαφορετικές σωματικές ικανότητες. Για παράδειγμα, εξερεύνηση της προβολής της φωνής, των εκφράσεων του προσώπου ή της χρήσης βοηθητικών συσκευών για δημιουργικούς σκοπούς. Αυτή η δραστηριότητα επιτρέπει στους συμμετέχοντες να εξερευνήσουν τα μοναδικά τους ταλέντα και τις ικανότητές τους μέσα στο θεατρικό πλαίσιο.</p> <p>6. Έργο παράστασης χωρίς αποκλεισμούς: Συνεργατική εργασία για τη δημιουργία ενός σύντομου έργου παράστασης που ενσωματώνει στοιχεία που διερευνήθηκαν στα εργαστήρια. Οι συμμετέχοντες μπορούν να συνεισφέρουν μέσω της υποκριτικής, της αφήγησης, της κίνησης ή οποιασδήποτε άλλης μορφής δημιουργικής έκφρασης. Δώστε έμφαση στη σημασία της ομαδικής εργασίας, της αμοιβαίας υποστήριξης και της συμμετοχικότητας καθ' όλη τη διάρκεια της διαδικασίας των προβών.</p> <p>Ανταλλαγή και αναστοχασμός: Οργανώστε μια συνεδρία ανταλλαγής όπου οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να παρουσιάσουν το έργο τους σε ένα προσκεκλημένο κοινό, όπως φίλους, οικογένεια ή άλλα μέλη της κοινότητας. Μετά την παράσταση, διευκολύνετε μια συνεδρία αναστοχασμού όπου οι συμμετέχοντες μπορούν να μοιραστούν τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις εμπειρίες τους κατά τη διάρκεια της διαδικασίας του εργαστηρίου.</p> |
| Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα | Ανοιχτός χώρος για κίνηση, άνετα ρούχα, σκηνικά ή κοστούμια για το κομμάτι της παράστασης (εάν είναι επιθυμητό), βοηθητικές συσκευές ή προσαρμογές ανάλογα με τις ειδικές ανάγκες των συμμετεχόντων. |
| Αξιολόγηση | Η επιτυχία αυτής της δραστηριότητας μπορεί να αξιολογηθεί μέσω της παρατήρησης της συμμετοχής των συμμετεχόντων, της δημιουργικότητας και της ικανότητάς τους να συνεργάζονται αποτελεσματικά μέσα στην ομάδα. Η ανατροφοδότηση των συμμετεχόντων, καθώς και οι αντιδράσεις του κοινού, μπορούν να παράσχουν πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τον αντίκτυπο των εργαστηρίων δράματος στην κοινωνική ένταξη και την προσωπική ανάπτυξη. |

| | |
|--------------------|--|
| Άλλα σχόλια | Εξασφαλίστε ότι το φυσικό περιβάλλον είναι προσβάσιμο και ασφαλές για όλους τους συμμετέχοντες. Παρέχετε υποστήριξη και βοήθεια ανάλογα με τις ανάγκες, λαμβάνοντας υπόψη τις ατομικές απαιτήσεις κινητικότητας. Να γιορτάζετε τη διαφορετικότητα και τη μοναδικότητα κάθε συμμετέχοντα, τονίζοντας τη σημασία της συμμετοχικότητας και του σεβασμού σε όλα τα εργαστήρια. |
|--------------------|--|

Ζωγραφική

Μια δραστηριότητα που δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος σχετιζόταν με την τέχνη της ζωγραφικής. Ονομάζεται "Πινέλα της ενότητας".

Δραστηριότητα 8: Πινέλα της ενότητας

| | |
|--|--|
| Τίτλος | "Πινέλα της ενότητας" - Εργαστήρια εικαστικής θεραπείας για εφήβους με συναισθηματικές και συμπεριφορικές δυσκολίες για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης |
| Διάρκεια | 1.5 Ώρα |
| Σκοπός της δραστηριότητας | Να χρησιμοποιηθεί η θεραπεία τέχνης ως μέσο για την αυτοέκφραση, τη συναισθηματική εξερεύνηση και την κοινωνική σύνδεση μεταξύ εφήβων που αντιμετωπίζουν συναισθηματικές και συμπεριφορικές δυσκολίες. Τα εργαστήρια στοχεύουν στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης, στην προώθηση της ενσυναίσθησης και στην ενθάρρυνση της αίσθησης του ανήκειν και της αποδοχής μέσα στην ομάδα. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Μια σειρά διαδραστικών εργαστηρίων καλλιτεχνικής θεραπείας, όπου έφηβοι με συναισθηματικές και συμπεριφορικές δυσκολίες συμμετέχουν σε διάφορες καλλιτεχνικές δραστηριότητες, με την καθοδήγηση ενός επαγγελματία θεραπευτή τέχνης. Μέσω της δημιουργικής διαδικασίας, οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και να αναπτύξουν σχέσεις με συνομηλίκους, προωθώντας την αίσθηση της κοινωνικής ένταξης. |
| Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας | <p>1. Εισαγωγή και Σπάσιμο του Πάγου: Δημιουργήστε μια φιλόξενη και μη επικριτική ατμόσφαιρα για τους συμμετέχοντες. Ξεκινήστε με μια ομαδική εισαγωγή, επιτρέποντας σε κάθε έφηβο να μοιραστεί το όνομά του και κάτι που του αρέσει ή που τον παθιάζει. Ασχοληθείτε με μια δραστηριότητα που θα σπάσει τον πάγο και θα ενθαρρύνει την αλληλεπίδραση και θα δημιουργήσει μια αίσθηση ενότητας μέσα στην ομάδα.</p> <p>2. Παρέχετε μια ποικιλία από περιοδικά, εφημερίδες, είδη τέχνης και μεγάλα φύλλα χαρτιού. Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες να δημιουργήσουν ένα κολάζ αυτοπροσωπογραφίας χρησιμοποιώντας</p> |

εικόνες, λέξεις και χρώματα που αντικατοπτρίζουν την ταυτότητα, τις δυνάμεις και τις φιλοδοξίες τους. Ενθαρρύνετέ τους να μοιραστούν τα έτοιμα κολάζ τους με την ομάδα και να συζητήσουν το συμβολισμό πίσω από τα στοιχεία που επέλεξαν.

3. Ομαδική τοιχογραφία: Δημιουργήστε συνεργατικά μια μεγάλη τοιχογραφία σε έναν καθορισμένο τοίχο ή καμβά. Αναθέστε διαφορετικά θέματα ή συναισθήματα σε συγκεκριμένα τμήματα της τοιχογραφίας. Κάθε συμμετέχων μπορεί να συνεισφέρει προσθέτοντας τη δική του καλλιτεχνική ερμηνεία του συγκεκριμένου θέματος, χρησιμοποιώντας χρώματα, μαρκαδόρους ή άλλα υλικά. Αυτή η δραστηριότητα προάγει την ομαδικότητα, τη συνεργασία και την κοινή αίσθηση επιτυχίας.

4. Εκφραστική ζωγραφική: Παρέχετε ατομικούς καμβάδες ή πίνακες ζωγραφικής και μια σειρά από χρώματα και πινέλα. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να εκφράσουν ελεύθερα τα συναισθήματά τους μέσω της ζωγραφικής. Η δραστηριότητα αυτή τους επιτρέπει να διοχετεύσουν τα συναισθήματά τους, να εκτονώσουν το άγχος και να επικοινωνήσουν μη λεκτικά. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες μπορούν να μοιραστούν εν συντομία την ιστορία ή τα συναισθήματα που κρύβονται πίσω από το έργο τους, αν νιώθουν άνετα να το κάνουν.

5. Καθοδηγούμενος ομαδικός αναστοχασμός: Οδηγήστε μια καθοδηγούμενη συνεδρία αναστοχασμού όπου οι συμμετέχοντες μπορούν να μοιραστούν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους σχετικά με τα έργα τέχνης που δημιούργησαν. Χρησιμοποιήστε ερωτήσεις ανοιχτού τύπου για να ενθαρρύνετε τον ουσιαστικό διάλογο, την ενσυναίσθηση και την κατανόηση μεταξύ της ομάδας. Αυτή η δραστηριότητα προωθεί την ενεργή ακρόαση, την ανάληψη προοπτικών και προωθεί ένα υποστηρικτικό περιβάλλον.

6. Καλλιτεχνικές συνεργασίες: Ξεκινήστε συνεργασίες μικρών ομάδων ή ζευγαριών, όπου οι συμμετέχοντες συνεργάζονται για να δημιουργήσουν ένα ενιαίο έργο τέχνης. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει το συνδυασμό μεμονωμένων έργων τέχνης, τη συμβολή σε ένα κοινό γλυπτό ή τη δημιουργία ενός κοινού πίνακα ζωγραφικής. Η δραστηριότητα αυτή ενθαρρύνει τη συνεργασία, τον συμβιβασμό και την εκτίμηση των διαφορετικών προοπτικών.

7. Έκθεση και εορτασμός: Διοργανώστε μια έκθεση τέχνης ή μια βιτρίνα όπου εκτίθενται τα έργα τέχνης των συμμετεχόντων. Προσκαλέστε μέλη της οικογένειας, φίλους και άλλα μέλη της κοινότητας για να γιορτάσουν τη δημιουργικότητα και τα επιτεύγματα των συμμετεχόντων. Η εκδήλωση αυτή χρησιμεύει ως πλατφόρμα για να νιώσουν οι έφηβοι ότι αναγνωρίζονται, εκτιμώνται και συμπεριλαμβάνονται κοινωνικά.

| | |
|---|---|
| Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα | Είδη τέχνης, όπως περιοδικά, εφημερίδες, ψαλίδια, κόλλα, χρώματα, πινέλα, καμβάδες, πίνακες ζωγραφικής και ένας χώρος για την τοιχογραφία. Προαιρετικά: Πίνακες, προστατευτικός ρουχισμός και υλικά έκθεσης για την έκθεση. |
| Αξιολόγηση | Η επιτυχία αυτής της δραστηριότητας μπορεί να αξιολογηθεί μέσω της παρατήρησης της συμμετοχής των συμμετεχόντων, της λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας και της προθυμίας τους να μοιραστούν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους. Η ανατροφοδότηση από τους συμμετέχοντες, καθώς και η αυτοαντίληψή τους και οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις εντός της ομάδας, μπορούν να παράσχουν πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τον αντίκτυπο των εργαστηρίων. |
| Άλλα σχόλια | Είναι ζωτικής σημασίας να καθιερωθούν σαφείς κατευθυντήριες γραμμές για την επικοινωνία με σεβασμό και ενσυναίσθηση εντός της ομάδας. Ο θεραπευτής τέχνης θα πρέπει να δημιουργήσει έναν ασφαλή χώρο όπου οι συμμετέχοντες θα αισθάνονται άνετα να εκφραστούν. Να έχει υπόψη του τις ατομικές εκλύσεις ή ευαισθησίες και να παρέχει πρόσθετη υποστήριξη ή εναλλακτικές δραστηριότητες, εάν χρειάζεται. Η ευελιξία και η προσαρμοστικότητα είναι το κλειδί για την προσαρμογή των εργαστηρίων στις μοναδικές ανάγκες και ικανότητες των συμμετεχόντων. |

Αφήγηση ιστοριών

Μια δραστηριότητα που δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του έργου σχετίζεται με την τέχνη της αφήγησης. Ονομάζεται "Ο κίτρινος πελαργός".

Δραστηριότητα 9: Ο Κίτρινος Πελαργός ή Πώς μοιραζόμαστε ένα θαύμα

| | |
|---|--|
| Τίτλος | Ο Κίτρινος Πελαργός ή Πώς μοιραζόμαστε ένα θαύμα |
| Διάρκεια | 60 λεπτά |
| Στόχος της δραστηριότητας | Χρήση της αφήγησης παραμυθιών και της ζωγραφικής για να βοηθήσουν τους συμμετέχοντες να συνδεθούν με την παιδική τους ηλικία (δεδομένου ότι οι περισσότεροι ενήλικες θεωρούν τα παραμύθια και τη ζωγραφική ως "παιδικές" δραστηριότητες), να τονώσουν τη δημιουργικότητά τους, να ανακαλύψουν ξανά τη χαρά της έκφρασης μέσω της τέχνης και το νόημα του μοιράσματος. Να βοηθήσουν τους ανθρώπους που αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα υγείας να συνδεθούν με σημαντικές αναμνήσεις και να ενδυναμωθούν. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Αφήγηση ενός παραδοσιακού κινεζικού παραμυθιού με τίτλο "Ο κίτρινος πελαργός" και στη συνέχεια ένα απλό (δεν απαιτούνται ειδικές γνώσεις) και σχετικό καλλιτεχνικό εργαστήριο. |

| | |
|--|---|
| <p>Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Καθίστε σε έναν κύκλο και συστήστε μας λέγοντας το όνομά μας και το αγαπημένο μας χρώμα! 2. Αφήγηση ιστορίας (η προφορική αφήγηση μπορεί να αντικατασταθεί από ανάγνωση, αν είναι πιο κατάλληλη για τον καλλιτέχνη/εκπαιδευτή που συμμετέχει) 3. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να κλείσουν για λίγο τα μάτια τους και να σκεφτούν κάτι που αποτελεί το θαύμα στη ζωή τους - εξηγήστε ότι μπορεί να είναι οτιδήποτε, ένα πρόσωπο, μια σημαντική στιγμή ή μια καθημερινή συνήθεια. Επιπλέον, η ακρόαση μουσικής ζεν μπορεί να βοηθήσει στη συγκέντρωση. 4. ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ ΤΟΥ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ: Στόχος είναι να φτιάξουν έναν πίνακα που θα αναπαριστά αυτό που ένιωσαν και σκέφτηκαν ως το θαύμα τους. <ul style="list-style-type: none"> -Αυτό μπορεί να συμβεί ξεκινώντας από ένα λευκό χαρτί που δίνεται στον καθένα, όπου μπορεί να εργαστεί με αφηρημένο ή παραστατικό τρόπο, αναπαριστώντας την ιδέα του/της. -Μπορούν να υπάρξουν εναλλακτικές λύσεις όπως: Δώστε ένα χαρτί με ένα έτοιμο περίγραμμα ενός πελαργού και ζητήστε τους να ζωγραφίσουν στην κοιλιά του πελαργού το θαύμα τους. -Αν προτιμούν, μπορούν να χρησιμοποιήσουν το περίγραμμα του πελαργού ως πλαίσιο και να γράψουν μέσα- να περιγράψουν το θαύμα με λέξεις. -Επιπλέον, μπορούν να κόψουν τον πελαργό και να τον κολλήσουν σε ένα πολύχρωμο χαρτί ή να χρησιμοποιήσουν τα χρώματα για να συνεχίσουν στο βάθος και να φανταστούν πού ζει ο πελαργός στη δημιουργία τους. Όλες οι προτάσεις θα πρέπει να εξηγούνται με σαφήνεια, τονίζοντας ότι δίνονται για να διευκολύνουν και όχι για να θέσουν όρια. Όλοι πρέπει να αισθάνονται ελεύθεροι να παίξουν και να εκφραστούν, με τα υλικά σε εύκολη πρόσβαση. 5. Μόλις τελειώσει ο συγκεκριμένος χρόνος, επιστρέφουμε και πάλι στον κύκλο. Ζητήστε από τον καθένα, έναν προς έναν, να δείξει και αν θέλει να πει λίγα λόγια για αυτό που έφτιαξε ως ουσιαστικό μοίρασμα. |
| <p>Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα</p> | <p>Λευκά χαρτιά A4, φωτοτυπημένα χαρτιά με το σχέδιο του πελαργού, πολύχρωμα χαρτιά σε ζωηρά χρώματα, ψαλίδι, κόλλα, μαρκαδόρους, λαδοπαστέλ, μολύβια, χρωματιστά μολύβια, ξύστρες και γόμες.</p> |
| <p>Αξιολόγηση</p> | <p>Η αντίδραση κατά τη διάρκεια του παραμυθιού και η συμμετοχή μετά θα είναι ένας δείκτης για το αν τους άρεσε η όλη διαδικασία.</p> |
| <p>Άλλα σχόλια</p> | <p>Ο ΚΙΤΡΙΝΟΣ ΠΕΛΑΡΓΟΣ - ένα κινέζικο λαϊκό παραμύθι</p> <p>Λέγεται ότι ένας φτωχός φοιτητής ζούσε κάποτε στην Κίνα. Το όνομά του ήταν Μi. Η φτώχεια του ήταν τόσο μεγάλη που δεν μπορούσε να πληρώσει ούτε ένα φλιτζάνι τσάι. Πιθανότατα θα πέθαινε από την πείνα, αν δεν υπήρχε ο ιδιοκτήτης του τσαγιού. Λυπούμενος τον φτωχό άνθρωπο, τάισε και πότισε δωρεάν τον Μi.</p> |

Τότε μια μέρα ο Μι ήρθε στον ιδιοκτήτη και του είπε:

- Φεύγω. Δεν έχω καθόλου χρήματα και δεν έχω τίποτα να πληρώσω για όλα όσα έχω πει και φάει εδώ, αλλά δεν θέλω να είμαι αχάριστη. Ορίστε, κοίτα! Και έβγαλε ένα κομμάτι κίτρινη κιμωλία από την τσέπη του και ζωγράφησε έναν πελαργό στον τοίχο. Ο πελαργός ήταν ολοζώντανος, μόνο που ήταν κίτρινος.

"Αυτός ο πελαργός", είπε ο Μι, "θα σου φέρει δέκα φορές περισσότερα χρήματα απ' όσα σου χρωστάω. Κάθε φορά που ο κόσμος μαζεύεται και χειροκροτεί τρεις φορές, θα κατεβαίνει από τον τοίχο και θα χορεύει. **Αλλά να θυμάσαι ένα πράγμα: ποτέ μην κάνεις έναν πελαργό να χορέψει για ένα άτομο.**

Και τώρα αντί!

Με αυτά τα λόγια, ο μαθητής γύρισε και έφυγε.

Ο ιδιοκτήτης ξαφνιάστηκε αλλά αποφάσισε να δοκιμάσει. Όταν την επόμενη μέρα το τσάι ήταν γεμάτο, ζήτησε από όλους να χειροκροτήσουν τρεις φορές. Και τώρα ο κίτρινος πελαργός βγήκε από τον τοίχο και χόρεψε μερικούς χορούς. Ήταν τόσο διασκεδαστικό και διασκεδαστικό και μετά πήγε πίσω. Οι καλεσμένοι έμειναν έκπληκτοι και δεν πίστευαν στα μάτια τους. Και κάθε φορά που χειροκροτούσαν τρεις φορές συνέβαινε το ίδιο και γέμιζαν τις καρδιές τους με αγνή χαρά!

Η φήμη του θαύματος διαδόθηκε παντού. Το τσαγερί ήταν γεμάτο κάθε βράδυ και ο ιδιοκτήτης έγινε γρήγορα πλούσιος. Η υπόσχεση του Μι έγινε πραγματικότητα.

Αλλά μια μέρα ένας πλούσιος μανδαρίνος μπήκε στο τσαγερό. Είδε μόνο χωρικούς και τεχνίτες να κάθονται γύρω του. Θύμωσε και διέταξε να φύγουν όλοι.

Οι φρουροί του μανδαρίνου απείλησαν τους ανθρώπους με τη χρήση σπαθιών και τους έδιωξαν από το τσαγερί. Τελικά, ο αξιωματούχος έμεινε μόνος του. Έβαλε πολλά χρήματα μπροστά στον ιδιοκτήτη και απαίτησε να δει τον πελαργό να χορεύει μόνο γι' αυτόν. Ο ιδιοκτήτης στη θέα των χρημάτων ξέχασε τα πάντα και χειροκρότησε τα χέρια του τρεις φορές. Ο πελαργός βγήκε αργά από τον τοίχο και χόρεψε μισό χορό. Φαινόταν θλιμμένος και άρρωστος. Μετά γύρισε πίσω και δεν κουνήθηκε πια. Ο μανδαρίνος φώναζε, απειλούσε, αλλά δεν μπορούσε να κάνει τίποτα.

Τη νύχτα ακούστηκε ένα δυνατό χτύπημα στην πόρτα του τεϊοποιείου. Ο οικοδεσπότης πήγε να ανοίξει - βλέπει τον φοιτητή Μι να στέκεται σιωπηλός. Ο Μι έβγαλε την πίπα από την τσέπη του, έπαιξε και έφυγε χωρίς να γυρίσει. Ο πελαργός έτρεμε, πήδηξε από τον τοίχο και τον ακολούθησε. Από τότε, κανείς δεν έχει δει ποτέ τον μαθητή Μι και τον μαγικό κίτρινο πελαργό του.

Στην Κίνα οι παλιοί λένε ότι αν υπάρχει κάπου ένα τέτοιο θαύμα, είναι για όλους να το μοιραστούν και να το απολαύσουν. Όταν μόνο ένα άτομο το κάνει κτήμα του, τότε το θαύμα εξαφανίζεται σαν να μην υπήρξε ποτέ.

Κουκλοθέατρο

Το κουκλοθέατρο έχει επίσης πολύ θετικά αποτελέσματα στο πλαίσιο της υγειονομικής περίθαλψης. Η δραστηριότητα που παρουσιάζεται εδώ έχει τίτλο "Η μαριονέτα μου, η παράστασή μου".

Δραστηριότητα 10: Η μαριονέτα μου- η παράστασή μου

| | |
|--|---|
| Τίτλος | "Η μαριονέτα μου - η παράστασή μου" - Εργαστήρια καλλιτεχνικής θεραπείας για μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, ΔΑΦ, συναισθηματικές και συμπεριφορικές δυσκολίες για τη βελτίωση της κοινωνικής τους ένταξης. |
| Διάρκεια | 1.5 Ώρα |
| Στόχος της δραστηριότητας | Η κουκλοθεραπεία θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί ως μέθοδος για ψυχοδιορθωτική επίδραση, στην οποία οι κούκλες αποτελούν ενδιάμεσο αντικείμενο στην αλληλεπίδραση μεταξύ ενός μαθητή και του εκπαιδευτή, μέθοδος ψυχολογικής βοήθειας, η οποία συνίσταται στη διόρθωση της συμπεριφοράς και της συναισθηματικής κατάστασης του παιδιού ή του μαθητή και χρησιμοποιείται για εκπαιδευτικούς και θεραπευτικούς σκοπούς. Το εργαστήριο στοχεύει στην ανάπτυξη της επικοινωνιακής και εκπαιδευτικής λειτουργίας του συμμετέχοντα. |
| Σύντομη περιγραφή της δραστηριότητας | Η κουκλοθεραπεία λαμβάνει χώρα με τη μορφή μίνι παράστασης με τη χρήση αυτοσχέδιων κούκλων κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης οι στόχοι είναι να βελτιωθούν οι δεξιότητες διαλόγου των μαθητών, η αίσθηση του λόγου και της γλώσσας, η θετική συναισθηματική στάση απέναντι στους συμμαθητές και την εκπαιδευτική διαδικασία. Η διαδικασία κατασκευής των κούκλων και η δημιουργία ενός μαγικού παραμυθιού στο οποίο όλοι οι μαθητές φτιάχνουν κούκλες μπορεί να βελτιώσει τους κύριους νοητικούς δείκτες - προσοχή, παρατηρητικότητα, ακρίβεια στην εκτέλεση εργασιών. |
| Λεπτομερής περιγραφή της δραστηριότητας | Το εργαστήριο ξεκινά με μια εισαγωγή του εκπαιδευτή δημιουργώντας ένα φυσικό περιβάλλον παιχνιδιού κοντά στους μαθητές χτίζοντας εμπιστοσύνη μεταξύ του παιδιού και του θεραπευτή, δημιουργώντας μια ήρεμη ατμόσφαιρα στην οποία ο μαθητής να δημιουργήσει τη δική του κούκλα. Στη συνέχεια ο θεραπευτής καθοδηγεί τον μαθητή στην επιλογή των υλικών για τη δημιουργία της κούκλας του με τα υλικά που του αρέσουν περισσότερο. Ο κύριος στόχος είναι να ληφθούν πληροφορίες σχετικά με το πρόβλημα συμπεριφοράς του κάθε συμμετέχοντα. Στη συνέχεια οι μαθητές χωρίζονται σε τρεις ή τέσσερις ομάδες. Κάθε ομάδα θα σχεδιάσει ένα φύλλο με το πρόβλημα συμπεριφοράς ενός μαθητή όπως το ακόλουθο: <ul style="list-style-type: none">- επιθετικότητα, εχθρότητα,- άγχος,- φόβος,- δύσκολη επικοινωνία με τους συμμαθητές του. |

| | |
|--|---|
| | <p>Η συνεδρία προηγείται μέσα από δύο στάδια της διαδικασίας της κουκλοθεραπείας:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. "Φτιάχνοντας μια κούκλα" 2. "Ζωντανεύοντας την κούκλα" <p>Κάθε ομάδα θα λάβει υλικά για να φτιάξει μια κούκλα. Ο μαθητής φτιάχνει μόνος του την κούκλα, καθοδηγούμενος από τον θεραπευτή σχετικά με την επιλογή των υλικών του. Ο ίδιος ο μαθητής ζωντανεύει την κούκλα όσο καλύτερα μπορεί με τη βοήθεια των συμμαθητών του στην ομάδα του και του εκπαιδευτή. Ο θεραπευτής κάνει ερωτήσεις προκειμένου να βοηθήσει τον μαθητή να δημιουργήσει τον χαρακτήρα της κούκλας του.</p> <p>Δείγμα ερωτήσεων θεραπευτή.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ποιο είναι το όνομα της κούκλας; - Από πού προέρχεται; - Πώς αισθάνεται; - Τι ονειρεύεται; - Τι της αρέσει να κάνει; - Θέλει βοήθεια; <p>Το σενάριο μπορεί να επινοηθεί αυθόρμητα και τα γεγονότα της ιστορίας μπορούν να αλλάζουν συνεχώς, ανάλογα με τα προβλήματα του μαθητή. Πρέπει να φτάσει ο ίδιος σε μια λύση του προβλήματος, ενώ καθοδηγείται από τον θεραπευτή.</p> <p>Ένα τελικό στάδιο κατά το οποίο ο μαθητής παίζει εκ μέρους του χαρακτήρα ή των χαρακτήρων που έχει δημιουργήσει και βιώσει σε καταστάσεις της πραγματικής ζωής βρίσκοντας τον τρόπο να ξεπεράσει το πρόβλημα με τη βοήθεια του εκπαιδευτή και των συμμαθητών του.</p> |
| <p>Υλικά/αντικείμενα που απαιτούνται για τη δραστηριότητα</p> | <p>Υπάρχει μια ποικιλία υλικών που θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν για την εκπαίδευση του χαρτιού, κομμάτια υφάσματος, πλαστικά μπουκάλια για το σώμα της κούκλας, κόλλα, ψαλίδι, κορδόνια, υλικά ζωγραφικής.</p> |
| <p>Αξιολόγηση</p> | <p>Η θεραπευτική συνεδρία θα μπορούσε να αξιολογηθεί ως επιτυχής εάν στο τέλος της οι μαθητές είναι ήρεμοι και με θετική προσέγγιση και λύση για την επίλυση των προβλημάτων.</p> |
| <p>Άλλα σχόλια</p> | <p>Η διαδικασία της κουκλοθεραπείας δεν έχει ακριβή διάρκεια. Εξαρτάται από το βαθμό της πάθησης, τις δυνατότητες και τις ανάγκες του παιδιού. Το "φαινόμενο της βεβαιότητας" είναι σημαντικό για τον έλεγχο των συναισθημάτων και την επίτευξη αποτελεσμάτων.</p> |

References

| |
|--|
| <p>Προσβάσιμες τέχνες (2022). Πώς οι καλλιτέχνες με αναπηρία αντιμετωπίζουν το COVID 19 https://aarts.net.au/news/how-artists-with-disability-are-coping-with-covid</p> |
| <p>Όλοι μαζί (2020). Ενσυναίσθηση: Το πρώτο βήμα προς την ένταξη. https://alltogether.swe.org/2020/07/empathy-first-step-towards-inclusion</p> |
| <p>Αμερικανική Ψυχολογική Ένωση (2022). Ενσυναίσθηση. https://dictionary.apa.org/empathy</p> |
| <p>Η τέχνη στο πλαίσιο (2022). Είδη τέχνης - Μια σύντομη εξερεύνηση των διαφόρων ειδών τέχνης. https://artincontext.org/types-of-art/#:~:text=The%20seven%20major%20forms%20of,music%2C%20cinema%2C%20and%20theater.</p> |
| <p>Balogh, M. (2021). 10 εύκολοι τρόποι για να βρείτε καλλιτεχνική έμπνευση (που λειτουργούν). https://mirandabalogh.com/find-art-inspiration</p> |
| <p>Bell, E., Bryman, A. & Harley, B. (2019). Μέθοδοι Επιχειρηματικής Έρευνας (5η έκδ.) Τύπος του Πανεπιστημίου Οξφόρδης</p> |
| <p>Επιχειρηματικές ορολογίες (2019). Ατυπη επικοινωνία https://businessjargons.com/informal-communication.html</p> |
| <p>CAI (2021). Εισαγωγή: Τι είναι οι 7 μορφές τέχνης; https://www.contemporaryartissue.com/what-are-the-7-forms-of-art-a-complete-overview/</p> |
| <p>Camurri, N. & Zecca, C. (2015). Η ενέργεια της παρουσίας, ο κύριος στόχος της εκπαίδευσης του ηθοποιού. <i>Rev. Bras Estud. Presença</i> 5(2), https://doi.org/10.1590/2237-266047322</p> |
| <p>Cho, C. (2018). Η παγκοσμιοποίηση των τεχνών. Συμβούλιο Συνεδριάσεων. https://www.conference-board.org/blog/corporate-citizenship/Globalization-of-Arts</p> |
| <p>Συμβούλιο Χειροτεχνίας (2022). Πώς να γίνεις γλύπτης. Ψάχνετε για μια θέση εργασίας στη χειροτεχνία; Μάθετε ποιες δεξιότητες και εμπειρία θα χρειαστείτε https://www.craftscouncil.org.uk/learning/craft-careers/how-become-sculptor</p> |
| <p>Λεξικό Collins (2018). Ορισμός του 'nonverbal' https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/nonverbal</p> |
| <p>Daft. R.L. (2007). Νέα εποχή του μάνατζμεντ Thomson South-Western</p> |

| |
|---|
| <p>Ημερίσιο Περιοδικό Τεχνών (2022). 5 μεγαλύτερες εμπειρίες βιωματικής τέχνης. https://www.dailyartmagazine.com/5-greatest-immersive-art-experiences</p> |
| <p>Damery, S. & Mescoli, E. (2019). Αξιοποίηση της ορατότητας και της αορατότητας μέσω των πρακτικών των τεχνών: Εθνογραφικές μελέτες περίπτωσης με μετανάστες καλλιτέχνες στο Βέλγιο. Τέχνες, 8(2):49. https://doi.org/10.3390/arts8020049</p> |
| <p>Di Monte, C., Monaco, S., Mariani, R., & Di Trani, M. (2020). Από την ανθεκτικότητα στην επαγγελματική εξουθένωση: Ψυχολογικά χαρακτηριστικά των Ιταλών γενικών ιατρών κατά τη διάρκεια της έκτακτης ανάγκης COVID-19. Σύνορα στην ψυχολογία, 11, 567201.. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567201</p> |
| <p>Drago, E. (2015). Η επίδραση της τεχνολογίας στην επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο. Από το Elon Εφημερίδα Προπτυχιακής Έρευνα στις επικοινωνίες, 6(1), 1-2. http://www.inquiriesjournal.com/articles/1137/the-effect-of-technology-on-face-to-face-communication</p> |
| <p>Easterly, W. (2006). Η μεγάλη ώθηση Déjà Vu: Ανασκόπηση of Jeffrey Sachs's Το τέλος της Φτώχειας: Οικονομικές δυνατότητες για την εποχή μας. Εφημερίδα της Οικονομικής Λογοτεχνίας, 44 (1), 96-105. https://www.aeaweb.org/issues/34</p> |
| <p>Έντμοντον (2022). Η τέχνη της ένταξης. https://www.edmonton.ca/public-files/assets/document?path=PDF/DI_ArtofInclusion_Final.pdf</p> |
| <p>Κίνηση Ενεργειακής Τέχνης (2022). Σχετικά με την Κίνηση http://www.energyartmovement.org</p> |
| <p>Ευρωπαϊκή Επιτροπή (2014). Κοινωνική ένταξη. https://bit.ly/3ANExlh</p> |
| <p>Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο (2021). Τα τραύματα που υφίστανται οι γυναίκες πρόσφυγες και οι συνέπειές τους για την ένταξη και τη συμμετοχή στη χώρα υποδοχής της ΕΕ. https://rm.coe.int/ipol-stu-2021-691875-en-1-/1680a23902</p> |
| <p>Εξήγηση Ninja (2022). Γιατί τα κινούμενα σχέδια είναι σημαντικό στα πολυμέσα; https://explain.ninja/blog/why-animation-is-important-in-multimedia</p> |
| <p>Felton, W.M. & Jackson, R.E. (2022) Παρουσία: Ανασκόπηση. Διεθνή εφημερίδα για την αλληλεπίδραση των ανθρώπινων κομπιούτερ 38 (1), 1-18. https://doi.org/10.1080/10447318.2021.1921368</p> |
| <p>Ενίσχυση της κοινωνικής ένταξης (2019) : εθελοντισμός, κοινωνική επιχειρηματικότητα και τέχνη</p> |

| |
|--|
| <p>για την κοινωνική ένταξη. Βέλτιστες πρακτικές για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης μέσω της τέχνης, της κοινωνικής επιχειρηματικότητας, του εθελοντισμού και του διαπολιτισμικού διαλόγου. https://www.fostersocialinclusion.eu/wp-content/uploads/2020/10/FSI_Best_Practices_fostering_social_inclusion_through_art_social_entrepreneurship_volunteering_and_intercultural_dialogue.pdf</p> |
| <p>Προχωρήστε μπροστά με ταξίδια (2017). Ένας καλλιτέχνης στην Ευρώπη: Πώς η ζωγραφική και τα ταξίδια άλλαξαν τη ζωή μιας γυναίκας. https://www.goaheadtours.com/travel-blog/articles/painting-and-travel-changed-one-artists-life</p> |
| <p>Περιοδικό Greater Good (2022). Τι είναι η συμπόνια; Το Επιστημονικό Κέντρο Greater Good στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνιας στο Μπέρκλεϊ. https://greatergood.berkeley.edu/topic/compassion/definition</p> |
| <p>Hannes, K. (2021). Τι κάνουν η τέχνη και ο σχεδιασμός για την κοινωνική ένταξη στη δημόσια σφαίρα. <i>Κοινωνική ένταξη</i>, 9(4), 103-105. https://doi.org/10.17645/si.v9i4.5086</p> |
| <p>Holt-Lunstad, J., Lefler, M. (2020). Κοινωνική ενσωμάτωση. In: Gu, D., Dupre, M. (eds) <i>Εγκυκλοπαίδεια της Γεροντολογίας και της γήρανσης του πληθυσμού</i>. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2_646-2</p> |
| <p>Ανθρώπινοι πόροι και ανάπτυξη δεξιοτήτων του Καναδά (2022). https://www.hireimmigrantsottawa.ca/for-employers/success-stories/human-resources-and-skills-development-canadas</p> |
| <p>IGI Global (2021). Τι είναι η Καλλιτεχνική Εμπειρία. https://www.igi-global.com/dictionary/artistic-education-areas/51524</p> |
| <p>Iwankovitsch, I. (2001). Η σημασία της ακρόασης. <i>Περιοδικό η Τέχνη της Γλώσσας του Μίτσιγκαν</i> 17(2), Article 2. https://doi.org/10.9707/2168-149X.1314</p> |
| <p>Ratelle, A. (2015). Alan Cholodenko – Ο εμπυχωτής ως καλλιτέχνης, ο καλλιτέχνης ως εμπυχωτής. <i>Περιοδικό της μμητικής μελέτης</i>. https://journal.animationstudies.org/alan-cholodenko-animator-as-artist-artist-as-animator</p> |
| <p><i>Εγχειρίδιο – Τα παιδιά περιλαμβάνονται μαζί</i> (2022). <i>Γιατί έχει σημασία: Η διαφορετικότητα και η ένταξη της αναπηρίας στις τέχνες</i>. https://www.kit.org/disability-inclusion-in-arts</p> |
| <p><i>Κέντρο Καριέρας Πανεπιστημίου του Λιντς</i> (2022). <i>Προσαρμοστικότητα & Ευελιξία</i></p> |

| |
|---|
| https://bit.ly/3SLI5gs |
| Martiniello M. (2019). Εισαγωγή στο Ειδικό Τεύχος «Τέχνες και Πρόσφυγες: Πολυθεματικές Προοπτικές». Τέχνες 8(3):98. https://doi.org/10.3390/arts8030098 |
| McDuffie A. (2013). <i>Προφορική Επικοινωνία</i> . In: Volkmar F.R. (eds) <i>Εγκυκλοπαίδεια Διαταραχών Αυτιστικού Φάσματος</i> . Springer |
| Merriam-Webster (2021). Σινεμάς. https://www.merriam-webster.com/dictionary/cinema |
| Merriam-Webster (2021). Εμπειρία. https://www.merriam-webster.com/dictionary/experience |
| Misra, S., Cheng, L., Genevie, J., & Yuan, M. (2014). Η Επίδραση του iphone Το εφέ iphone: Η ποιότητα των διαπροσωπικών κοινωνικών αλληλεπιδράσεων παρουσία κινητής συσκευής. <i>Περιβάλλον & Συμπεριφορά</i> , 48(2), 1-24 https://doi.org/10.1177/00139165145397 |
| November, G., Zanon, M., & Silani, G. (2015). Η ενσυναίσθηση για τον κοινωνικό αποκλεισμό περιλαμβάνει την αισθητηριακή-διακριτική συνιστώσα του πόνου: μια μελέτη Fmri εντός του υποκειμένου. <i>Κοινωνική γνωστική και συναισθηματική νευροεπιστήμη</i> , 10(2), 153–164. https://doi.org/10.1093/scan/nsu038 |
| O'Donnell, P., O'Donovan, D. & Elmusharaf, K. (2018). Μέτρηση του κοινωνικού αποκλεισμού σε χώρους υγειονομικής περίθαλψης: μια ανασκόπηση του πεδίου εφαρμογής. <i>Int J Equity Health</i> 17(15). https://doi.org/10.1186/s12939-018-0732-1 |
| Oxford Reference Dictionary (2018). <i>'Distance Communication'</i> http://www.oxfordreference.com/view/10.1093/oi/authority.20110803095722312 |
| Park West Gallery (2022). Γιατί η τέχνη κινουμένων σχεδίων είναι μια από τις σημαντικότερες μορφές τέχνης του 20ού αιώνα. https://www.parkwestgallery.com/animation-art-20th-century |
| Phillipson, C., Lang Reinisch, L., Yarker, S., Lewis, C., Doran, P., Goff, M., & Buffel, T. (2021). COVID-19 και κοινωνικός αποκλεισμός: Εμπειρίες ηλικιωμένων που ζουν σε περιοχές πολλαπλών στερήσεων. Πανεπιστήμιο του Μάντσεστερ, Ινστιτούτο του Μαντσεστερ Συνεργατικής Έρευνας για τη Γήρανση. https://www.research.manchester.ac.uk/portal/files/196683355/Report_final_Covid.pdf |
| Επιτροπή REGI, Ευρωπαϊκή Επιτροπή (2022). Κοινωνικές Προκλήσεις στις Πόλεις. https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2022/699631/IPOL_STU(2022)699 |

[631_EN.pdf](#)

Sabine, H. (2019). Κάτω από τη γραμμή δημιουργικότητα και συγγραφή στα κινούμενα σχέδια: η πραγματικότητα της παραγωγής κινουμένων σχεδίων, Γαλλικό περιοδικό για τις επιστήμες της πληροφορίας και της επικοινωνίας <https://doi.org/10.4000/rfsic.8071>

Επιστήμη των Ανθρώπων (2021). Πώς να θέσετε όρια: 5 τρόποι για να τραβήξετε τη γραμμή ευγενικά. <https://www.scienceofpeople.com/how-to-set-boundaries>

Εγκυκλοπένδια της Φυλοσοφίας του Στάνφορντ (2018). Ο ορισμός της Τέχνης. <https://plato.stanford.edu/entries/art-definition/#SomExa>

Στατιστική (2022). Ποσοστό φτώχειας στη Βουλγαρία από το 2015 έως το 2020. <https://www.statista.com/statistics/1267142/bulgaria-poverty-rate>

Στατιστική (2022). Μερίδιο του πληθυσμού που κινδυνεύει από φτώχεια ή κοινωνικό αποκλεισμό στην Ιταλία από το 2004 έως το 2019. <https://www.statista.com/statistics/619334/people-at-risk-of-poverty-or-social-exclusion-italy/#:~:text=In%202019%2C%20the%20share%20of,decreased%20by%201.7%20percentag,e%20points>.

Στατιστική (2022). Αριθμός ατόμων που κινδυνεύουν από φτώχεια ή κοινωνικό αποκλεισμό στην Κύπρο από το 2010 έως το 2020 (in 1,000s). <https://www.statista.com/statistics/546645/people-at-risk-of-poverty-in-cyprus>

Στατιστική (2022). Αριθμός ατόμων που κινδυνεύουν από φτώχεια ή κοινωνικό αποκλεισμό στην Ελλάδα από το 2010 έως το 2020 (in 1,000s). <https://www.statista.com/statistics/546571/people-at-risk-of-poverty-in-greece>

Στατιστική (2022). Αριθμός ατόμων που κινδυνεύουν από φτώχεια ή κοινωνικό αποκλεισμό στην Ευρωπαϊκή Ένωση (EE 28) από το 2011 έως το 2020 (in 1,000s). <https://www.statista.com/statistics/546486/people-at-risk-of-poverty-in-the-eu>

Στατιστική (2022). Αριθμός ανθρώπων που ζουν κάτω από το όριο της φτώχειας στις Ηνωμένες Πολιτείες το 2020, ανά εκπαίδευση (in millions). <https://www.statista.com/statistics/233168/number-of-people-living-below-the-poverty-line-in-the-us-by-education>

Ο Οργανισμός Πολιτιστικών Υποθέσεων της Ιαπωνίας & Κοινή ερευνητική ομάδα του

| |
|---|
| <p>Πανεπιστημίου Kyushu (2020). Κοινωνική ενσωμάτωση μέσω του πολιτισμού και των τεχνών: Εγχειρίδιο για αρχάριους. http://www.sal.design.kyushu-u.ac.jp/pdf/Handbook_for_Beginners_SAL.pdf</p> |
| <p>Το Λεπτό νήμα (2022). Τέχνη και Αυτογνωσία. Ποιός είμαι? http://theslenderthread.org/art-and-self-knowledge</p> |
| <p>Θέατρο για την Ένταξη (2022). Βαδίζοντας προς την Ένταξη. https://theaterforinclusion.com</p> |
| <p>Thomson, Jr. et al. (2016). <i>Στρατηγικό Μάνατζμεντ – Δημιουργία και Εκτελεστική Στρατηγική, Έννοιες και Υποθέσεις</i> (20th ed.) McGraw-Hill</p> |
| <p>Ηνωμένα Έθνη (2016). <i>Τμήμα Οικονομικών και Κοινωνικών Υποθέσεων Χωρίς να αφήνουμε κανέναν πίσω: η επιτακτική ανάγκη της ανάπτυξης χωρίς αποκλεισμούς Έκθεση για την Παγκόσμια Κοινωνική Κατάσταση 2016</i>. https://www.un.org/esa/socdev/rwss/2016/full-report.pdf</p> |
| <p>Ηνωμένα Έθνη (2022). Εκθέσεις Ανθρώπινης Ανάπτυξης. https://hdr.undp.org/data-center/human-development-index#/indicies/HDI</p> |
| <p>Γυναίκες των Ηνωμένων Εθνών (2022). Στη σκιά της Πανδημίας: Βία κατά των γυναικών κατά τη διάρκεια του COVID-19. https://www.unwomen.org/en/news/in-focus/in-focus-gender-equality-in-covid-19-response/violence-against-women-during-covid-19</p> |
| <p>Πανεπιστήμιο του Μπράντφορντ 2022). Προσαρμοστικότητα και ευελιξία. https://www.bradford.ac.uk/careers/develop-skills/adapt-flex</p> |
| <p>Πολύ καλό μυαλό (2022). 5 Βασικές Δεξιότητες Συναισθηματικής Νοημοσύνης. https://www.verywellmind.com/components-of-emotional-intelligence-2795438#:~:text=Emotional%20intelligence%20is%20the%20ability,as%20those%20of%20other%20people.</p> |
| <p>Υποθέσεις Βετεράνων (2022). https://www.va.gov</p> |
| <p>Welch, G.F., Himonides E, Saunders, J., Papageorgi, I. & Sarazin, M. (2014). Τραγούδι και κοινωνική ένταξη. <i>Front. Psychol.</i>, 29, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00803</p> |
| <p>Ινστιτούτο Wellesley και Δημόσια Υγεία του Τορόντο. (2019). Προώθηση της υγείας και της ευημερίας μέσω της κοινωνικής ένταξης στο Τορόντο: Ανασκόπηση του πεδίου εφαρμογής της βιβλιογραφίας σχετικά με τις παρεμβάσεις για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης</p> |

| |
|--|
| <p>και της υγείας. Απρίλιος, https://www.toronto.ca/wp-content/uploads/2019/07/8f8c-Social-Inclusion-Literature-Review-Phase-1.pdf</p> |
| <p>Παγκόσμια Τράπεζα (2020). Σύνοψη για τη φτώχεια και την ισότητα: Βουλγαρία. https://databankfiles.worldbank.org/data/download/poverty/33EF03BB-9722-4AE2-ABC7-AA2972D68AFE/Global_POVEQ_BGR.pdf</p> |
| <p>Παγκόσμια Τράπεζα (2022). Κοινωνική Ένταξη. https://www.worldbank.org/en/topic/social-inclusion</p> |
| <p>Wright, Frank Lloyd (1953). Το Μέλλον της Αρχιτεκτονικής. Νέα Αμερικανική Βιβλιοθήκη, Ορίζοντας Τύπος, 41, 58–59. https://www.jstor.org/stable/29543489</p> |
| <p>Zikmund, W.G. & Babin, B.J. (2010). Διερεύνηση έρευνας μάρκετινγκ. (10η έκδ.) Thomson</p> |