

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<i>Ευχαριστίες</i>	15
<i>Πρόλογος</i>	17
<i>Εισαγωγικό Σημείωμα</i>	19

I. ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΠΟΙΗΣΗΣ

1. ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΠΟΙΗΣΗΣ. ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ

Τι είναι η ποίηση. Μια προσπάθεια αναζήτησης ορισμού	23
Η μυστική ζωή των λέξεων. Η εκφραστική και ψυχολογική αξία της ποίησης	27
Θεραπεία μέσω της ποίησης. Έννοια και περιεχόμενο	28
Θεραπεία μέσω της ποίησης και εκφραστικές δημιουργικές θεραπείες μέσω της τέχνης	32
Ιστορία της θεραπείας μέσω της ποίησης. Η πρώιμη περίοδος	33
Θεραπεία μέσω της ποίησης. Περίοδος της συστηματοποίησης	35
Η βιβλιοθεραπεία	38
Η ποίηση ως μια αναπτυξιακή εμπειρία	39
Η ποίηση ως μέθοδος έρευνας	40
Στόχοι της θεραπείας μέσω της ποίησης	48
Η επιλογή θεραπευτικών ποιημάτων	49
Προϋποθέσεις και περιορισμοί στη θεραπευτική χρήση των ποιημάτων	53
Η θεραπευτική διαδικασία και οι τεχνικές	55
Η ανάγνωση ως εμπειρία αλληλεπίδρασης με το ποιητικό κείμενο	61
Η κάθαρση στην ποίηση και τη θεραπεία	62

Οι θεραπευτικές δυνάμεις της ποίησης	65
Ποιητική μεταφορά και προσωπική αλλαγή	66

2. ΘΕΩΡΗΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΜΟΝΤΕΛΑ

Ψυχανάλυση και λογοτεχνία	71
Ψυχανάλυση και ποίηση	73
Ο Jung και η αναλυτική ψυχολογία για την ποίηση	75
Lacan. Η λογοτεχνία, η ποίηση και το ασυνείδητο ως γλώσσα	77
Η ψυχανάλυση ως ποιητική λειτουργία. Η λακανική οπτική	78
Θεραπεία μέσω της ποίησης και γνωσιακή θεραπευτική πρακτική	79
Η ποίηση και η υπαρξιακή θεραπεία	81
Η προσέγγιση των δυνατών σημείων	85
Βασικά μοντέλα στη θεραπεία μέσω της ποίησης	89
Το βιβλιοθεραπευτικό μοντέλο των Hynes και Hynes-Berry	89
Η ποίηση ως φάρμακο. Το μοντέλο του Jack Leedy	92
Το μοντέλο του Arthur Lerner	93
Το πολυδιάστατο μοντέλο του Mazza	97
Η ποίηση στη βραχεία θεραπεία	100
Το δημιουργικό αναπτυξιακό μοντέλο της Dahlia Lorenz	101

3. ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΚΑΙ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

Ενδείξεις και θεραπευτικές εφαρμογές. Γενικό περίγραμμα	106
Θεραπεία μέσω ποίησης σε ομάδες	112
Ποίηση και θεραπευτικοί παράγοντες στην ομαδική θεραπεία	115
Θεραπεία μέσω ποίησης με παιδιά και εφήβους	119
Θεραπεία μέσω ποίησης και σχολική συμβουλευτική	124
Η ποίηση στην εκπαίδευση	126
Η θεραπεία μέσω της ποίησης στην εκπαίδευση	127
Θεραπεία μέσω της ποίησης σε άτομα τρίτης ηλικίας	129
Η ποίηση στη θεραπεία ζευγαριών και οικογένειας	134
Η ενσωμάτωση ποιητικών τεχνικών στη θεραπεία οικογένειας	136
Η ποίηση στην υπαρξιακή ψυχοθεραπεία ζευγαριών και οικογένειας. Η προσέγγιση του Jim Lantz	140
Ποίηση και τραυματικές εμπειρίες	142
Η θεραπεία μέσω της ποίησης και άλλες θεραπείες μέσω της τέχνης. Δημιουργικοί συνδυασμοί	146
Ποίηση και ιατρική. Προς μια ποιητική ιατρική (Poetic medicine)	150

Η ποίηση και η δημιουργική γραφή στην αυτοφροντίδα των θεραπευτών	154
Η ποίηση στην εκπαίδευση και την εποπτεία των θεραπευτών και των συμβούλων	157
Εκπαίδευση και πιστοποίηση στη θεραπεία μέσω της ποίησης	160
Οδηγοί για εφήβους	162
Ηλεκτρονικές πηγές	162
Επιστημονικά περιοδικά	162
Βιβλιογραφία	162

II. ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ

1. ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ. ΕΞΕΛΙΞΗ, ΘΕΩΡΗΤΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΚΑΙ ΤΥΠΟΙ ΓΡΑΦΗΣ

Η δημιουργική γραφή. Έννοια και περιεχόμενο	201
Η εξέλιξη της δημιουργικής γραφής	203
Η γραφή στη θεραπεία και τις κοινωνικές επιστήμες	204
Η θεραπευτική δημιουργική γραφή. Προσδιορίζοντας το πεδίο	205
Η εξέλιξη της θεραπευτικής δημιουργικής γραφής. Από τη δημιουργική γραφή στη θεραπευτική δημιουργική γραφή	210
Η προϊστορία της θεραπευτικής γραφής	210
Οι ψυχαναλυτικές ρίζες της γραφής	212
Η επίδραση της ανθρωπιστικής σχολής	213
Η συμβολή της βιβλιοθεραπείας	213
Η εξέλιξη της θεραπευτικής γραφής τις τελευταίες δεκαετίες . . .	214
Μεθοδολογικά σχήματα ενσωμάτωσης της γραφής στη θεραπεία . . .	215
Τύποι γραφής	217
Η τυπολογία της θεραπευτικής γραφής του Luciano L'Abate	218
Οι διαστάσεις της γραφής	218

2. ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ. ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ

Οι στόχοι της δημιουργικής γραφής στη συμβουλευτική και τη θεραπευτική παρέμβαση	221
Η διαδικασία εφαρμογής της θεραπευτικής δημιουργικής γραφής . . .	222

Βασικοί κανόνες και αρχές για τη διεξαγωγή του εργαστηρίου - της θεραπευτικής συνεδρίας	226
Η δημιουργική γραφή ως μέθοδος έρευνας	227
Δημιουργική γραφή και αυτογνωσία	229
Γενικό περίγραμμα εφαρμογής της δημιουργικής γραφής στην ψυχική υγεία	231
Η εμπειρία της ασθένειας και τα χαρακτηριστικά της δημιουργικής γραφής	233
Ξεπερνώντας τα εμπόδια στη γραφή. Όταν κάποιος δεν μπορεί να γράψει	234
Θεραπευτική δημιουργική γραφή με ομάδες	236
Θεραπευτική δημιουργική γραφή με παιδιά και εφήβους	239
Δημιουργική γραφή στην εκπαίδευση. Η τέχνη της γραφής στη σχολική τάξη	241
Οι συγγραφείς δεν έχουν ηλικία. Η δημιουργική γραφή για ηλικιωμένους	244
Πολεμώντας τον καρκίνο με τη γραφή	247
Η γραφή στην πρόληψη	249
Η γραφή στην εκπαίδευση και την εποπτεία των θεραπειών και των επαγγελματιών υγείας	253
Η γραφή ως μορφή βοήθειας για τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας	254
Προβλήματα και περιορισμοί της θεραπευτικής δημιουργικής γραφής	257
Βιωματικές ασκήσεις και δραστηριότητες δημιουργικής γραφής. Μια προσπάθεια κατηγοριοποίησης	258
Διευρύνοντας το ακροατήριο της ανάγνωσης	259
Επιστημονικές εταιρείες	260
Επιστημονικά περιοδικά	260
Βιβλιογραφία	260

III. ΒΑΣΙΚΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΓΡΑΦΗΣ

1. Η ΕΚΦΡΑΣΤΙΚΗ ΓΡΑΦΗ. ΤΟ ΝΕΟ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΤΟΥ JAMES PENNEBAKER

Το παράδειγμα της εκφραστικής γραφής	284
Στόχοι της εκφραστικής γραφής	285
Δομή και περιγραφή της διαδικασίας	286

Μεθοδολογικές προσεγγίσεις στη διαδικασία της εκφραστικής γραφής	289
Ένταξη της εκφραστικής γραφής στο σύνθετο μοντέλο της αναπτυξιακής δημιουργικής γραφής. Οι θεωρητικές θέσεις της Sophie Nicholls	292
Οι μηχανισμοί της εκφραστικής γραφής. Θεωρητικά μοντέλα για την εκφραστική γραφή	294
Τα πλεονεκτήματα της εκφραστικής γραφής	295
Εφαρμογές και αποτελεσματικότητα της εκφραστικής γραφής	296
Ενδείξεις, αντενδείξεις και περιορισμοί της εκφραστικής γραφής . . .	300
Η συμβολή και το έργο του James Pennebaker	301
Αξιολόγηση και καταληκτικές παρατηρήσεις	302
Βιβλιογραφία	303

2. Η ΑΥΤΟΒΙΟΓΡΑΦΙΑ. ΕΝΑ ΤΑΞΙΔΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΤΗ ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ ΑΝΑΜΝΗΣΕΩΝ

Η αυτοβιογραφία. Έννοια και περιεχόμενο	312
Η αυτοβιογραφία ως μέθοδος στην κλινική πρακτική	314
Καθοδηγούμενη αυτοβιογραφία σε ομάδες. Η προσέγγιση του James Birren	316
Η αυτοβιογραφία ως μορφή αυτοθεραπείας (self-therapy) ή αυτοβοήθειας	318
Εφαρμογές της αυτοβιογραφίας για θεραπευτικούς σκοπούς	319
Η αυτοβιογραφία στην εκπαίδευση	321
Αξιολόγηση και καταληκτικές παρατηρήσεις	322
Επιστημονικά περιοδικά	324
Βιβλιογραφία	324

3. ΤΟ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΙ ΟΙ ΜΕΘΟΔΟΙ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟΥ

Ζητήματα ορολογίας	331
Το ημερολόγιο ως μέθοδος θεραπείας	331
Το θεραπευτικό ημερολόγιο. Έννοια και περιεχόμενο	332
Η ιστορία του ημερολογίου	333
Η εξέλιξη και διαμόρφωση του ημερολογίου ως θεραπευτικού εργαλείου	334
Μορφές - τύποι ημερολογίων. Προς τη διαμόρφωση μίας τυπολογίας	336

Το ημερολόγιο ως μορφή αυτοβοήθειας	338
Στόχοι του θεραπευτικού ημερολογίου	339
Εξέταση της ετοιμότητας των ασθενών για την εφαρμογή του θεραπευτικού ημερολογίου	340
Εφαρμογές και χρήσεις	341
Οι μέθοδοι ημερολογίου στην πρακτική και τη διαδικασία της θεραπείας	343
Βασικές μορφές θεραπευτικού ημερολογίου	347
Ειδικές τεχνικές και ασκήσεις θεραπευτικού ημερολογίου στη θεραπευτική πρακτική	350
Πλεονεκτήματα από τη χρήση του ημερολογίου	353
Ενδείξεις και εφαρμογές του θεραπευτικού ημερολογίου	356
Εφαρμογές στην εκπαίδευση	357
Περιορισμοί και δυσκολίες στη χρήση των μεθόδων ημερολογίου ...	360
Αποτίμηση - Αξιολόγηση	361
Βιβλιογραφία	363

4. Η ΤΕΧΝΗ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΟΛΗΣ

Ιστορικές ρίζες και χρήσεις της επιστολής	376
Η επιστολή ως κοινωνική πρακτική	377
Σχήματα ενσωμάτωσης της επιστολής στην ψυχοθεραπεία	378
Τύποι επιστολών και κλινικές εφαρμογές	379
Η επιστολή στο σταυροδρόμι πολυθεωρητικών προσεγγίσεων	382
Η ψυχαναλυτική παράδοση	382
Η επιστολή στην αφηγηματική θεραπεία	384
Η επιστολή στη γνωσιακή θεραπεία	387
Η συγγραφή επιστολής στη θεραπεία οικογένειας	389
Η επιστολή στην εκπαίδευση και την εποπτεία των θεραπειών ...	391
Περιορισμοί στη χρήση της θεραπευτικής επιστολής	394
Πλεονεκτήματα, δυσκολίες και προβλήματα	395
Αποτίμηση - Αξιολόγηση	396
Βιβλιογραφία	397

5. Η ΑΥΤΟΕΘΝΟΓΡΑΦΙΑ.
Η ΓΡΑΦΗ ΣΤΟ ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ ΤΗΣ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑΣ
ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΑΣ

Διαστάσεις - χαρακτηριστικά της αυτοεθνογραφίας	406
Προέλευση, συγκρότηση και εξέλιξη της αυτοεθνογραφίας	407
Θεωρητικές προσεγγίσεις	408
Κλινική εφαρμογή της αυτοεθνογραφίας για την αντιμετώπιση τραυματικών εμπειριών	408
Οι θεραπευτικές δυνατότητες της γραφής στην αυτοεθνογραφία . . .	410
Η αυτοεθνογραφία στην έρευνα της ψυχοθεραπείας	411
Κριτική και αποτίμηση	412
Βιβλιογραφία	413

6. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΗ ΓΡΑΦΗ

Βιβλιογραφία	419
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΣ	421