



ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ ΔΡΑΣΗΣ

Δράση: «ΣΤΡΩΜΑΤΑ»/"LAYERS". Αρχαιολογικό εργαστήριο για άτομα με ψυχικά νοσήματα (EHDs 2022: Θεσσαλονίκη, 23-24 Σεπτεμβρίου 2022).

Εισηγητής φορέας: Εφορεία Αρχαιοτήτων Περιφέρειας Θεσσαλονίκης

Συνεργάτης φορέας: Α΄ Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική Α.Π.Θ.

Συμμετέχων φορέας: MOMus-Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης

Εισαγωγή

Η πολιτιστική συνταγογράφηση είναι ένα είδος παρέμβασης που ενθαρρύνει τα άτομα που αντιμετωπίζουν ιατρικά προβλήματα να βελτιώσουν την υγεία και την ευημερία τους μέσω της ενασχόλησης με τις τέχνες. Σύμφωνα με την τελευταία ανασκόπηση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (Fancourt & Finn, 2019) η πολιτιστική συνταγογράφηση ως προσθήκη στη συνήθη θεραπεία (φαρμακευτική αγωγή, ατομική ψυχοθεραπεία και ομαδική θεραπεία) θα μπορούσε να βοηθήσει σημαντικά τα άτομα που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες.

Η χρήση της αρχαιολογίας ως θεραπευτικού εργαλείου είναι μία πρόσφατα αναπτυχθείσα τεχνική που έχει μελετηθεί κυρίως στους πάσχοντες από μετατραυματική αγχώδη διαταραχή με ενθαρρυντικά αποτελέσματα (Dobat και συν., 2020). Οι αρχικές αναφορές παρόμοιων μελετών δείχνουν ότι η συμμετοχή ατόμων με ψυχικές ασθένειες σε αρχαιολογικά προγράμματα βελτιώνει σημαντικά την ευημερία των πασχόντων (Everill, Bennett & Burnell 2020), αλλά τα ποσοτικά στοιχεία σχετικά με τον βαθμό βελτίωσης και τον διαρκή αντίκτυπο της συμμετοχής παραμένουν μέχρι στιγμής περιορισμένα.

Στο πλαίσιο των Ευρωπαϊκών Ημερών Πολιτιστικής Κληρονομιάς 2022, η Α΄ Ψυχιατρική Κλινική του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης σε συνεργασία με την Εφορεία Αρχαιοτήτων Θεσσαλονίκης πραγματοποίησε διήμερο αρχαιολογικό εργαστήριο για νοσηλευόμενους και εξωτερικούς ασθενείς με τίτλο "Στρώματα". Το εργαστήριο σχεδιάστηκε από αρχαιολόγους, ειδικούς σε θέματα τέχνης και ειδικούς ψυχικής υγείας και βασίστηκε στην ενεργητική εμπλοκή των ασθενών με στόχο την ενίσχυση της συναισθηματικής έκφρασης, της ρύθμισης των συναισθημάτων, της γνωστικής διεγέρσης και της κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Για τον σχεδιασμό της τελικής μορφής του εργαστηρίου πραγματοποιήθηκαν τρεις ομάδες εστίασης και δύο πιλοτικές αναπαραστάσεις του εργαστηρίου.

Μεθοδολογία

Το διήμερο πιλοτικό εργαστήριο πραγματοποιήθηκε στις 23-24 Σεπτεμβρίου 2022 και περιελάμβανε: α. Επίσκεψη σε μία ενεργή σωστική ανασκαφή, τον αρχαιολογικό χώρο Αγρεπαύλεως Παλαιοκάστρου, και κατόπιν σε ένα μνημείο όπου διενεργούνται εργασίες συντήρησης, αποκατάστασης και διαμόρφωσης του άμεσου περιβάλλοντος χώρου του, τον βυζαντινό ναό Μεταμόρφωσης Χορτιάτη (1η ημέρα). β. Περίπατο στον αστικό πυρήνα του κέντρου με αφετηρία την πλατεία Δικαστηρίων και κατάληξη, μέσω των ιστορικών αξόνων του Σχεδίου Hébrard στο MOMus-Μακεδονικό Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης, όπου και πραγματοποιήθηκε το καταληκτικό στάδιο της δράσης (2η ημέρα). Οι συμμετέχοντες επισκέφθηκαν μνημεία και ορόσημα του ιστορικού κέντρου της πόλης, την Παναγία των Χαλκίων, την Αγία Σοφία και τον Λευκό Πύργο, εστιάζοντας στην παρατήρηση του αστικού τοπίου. Στόχος του εργαστηρίου ήταν να διερευνηθεί η πιθανή λειτουργία των μνημείων ως θεραπευτικό ερέθισμα για τους ασθενείς με διαταραχές ψυχικής υγείας. Βασική υπόθεση ήταν ότι το εργαστήριο θα επιφέρει θετική επίδραση στην ευημερία των ασθενών.

Συμμετέχοντες

Δέκα συμμετέχοντες, 5 νοσηλευόμενοι (3 με διπολική διαταραχή, 1 με ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή και 1 με σχιζοσυναισθηματική διαταραχή) και 1 εξωτερικός ασθενής (με σχιζοσυναισθηματική), καθώς και 4 επαγγελματίες ψυχικής υγείας (1ψυχίατρος, 2 ψυχολόγοι και ένας νοσηλευτής)

παρακολούθησαν το εργαστήριο την πρώτη ημέρα. Τη δεύτερη ημέρα, ένας από τους ασθενείς δεν μπόρεσε να συμμετάσχει λόγω συμπτωμάτων ακαθαρσίας. Επιπλέον, στην ομάδα προστέθηκαν πέντε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, καθώς ο περίπατος στο κέντρο της πόλης έκρυβε περισσότερες προκλήσεις. Όλες οι επισκέψεις υποστηρίχθηκαν από ειδικούς επιστήμονες (1 αρχαιολόγος, 2 αρχιτέκτονες, 1 συντηρητής τέχνης και 1 μουσειολόγος), οι οποίοι παρείχαν πολύτιμες πληροφορίες και γνώσεις που βοήθησαν τους συμμετέχοντες να αξιοποιήσουν στο έπακρο την εμπειρία.

Εργαλεία

Το εργαστήριο αξιολογήθηκε με ποσοτικά και ποιοτικά μέτρα. Συγκεκριμένα, χρησιμοποιήθηκαν οι ακόλουθες μετρήσεις αποτελεσμάτων:

- Ο Δείκτης Ευημερίας του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO-5). Το WHO-5 είναι ένα ευρέως χρησιμοποιούμενο ερωτηματολόγιο που αξιολογεί την υποκειμενική ψυχολογική ευημερία και περιλαμβάνει 5 ερωτήσεις που βαθμολογούνται σε μία κλίμακα τύπου Likert-6 διαβαθμίσεων από το 0(Ποτέ) έως το 5(Συνέχεια). Η συνολική ακατέρραστη βαθμολογία, που κυμαίνεται από 0 έως 25, πολλαπλασιάζεται επί 4 για να προκύψει η τελική βαθμολογία, με το 0 να αντιπροσωπεύει τη χειρότερη δυνατή ευημερία και το 100 την καλύτερη δυνατή ευημερία.
- Ερωτήσεις ανοικτού τύπου για τους ασθενείς (Ερώτηση 1: "Τι σας άρεσε περισσότερο", Ερώτηση 2: "Τι σας άρεσε λιγότερο", Ερώτηση 3: "Τι θα θέλατε να αλλάξετε;", Ερώτηση 4: "Θα συμμετείχατε ξανά σε μια παρόμοια δράση;").
- Δύο ερωτήσεις ανοικτού τύπου για τους ειδικούς ψυχικής υγείας (Ερώτηση 1: "Ποια θεωρείτε ως τα δυνατά σημεία της δράσης" Ερώτηση 2: "Ποια θεωρείτε ως τα αδύναμα σημεία της δράσης", και 4 ερωτήσεις κλειστού τύπου (πιθανές απαντήσεις ΝΑΙ-ΟΧΙ) για τους ειδικούς ψυχικής υγείας (Ερώτηση 1: "Θεωρείτε τέτοιου είδους εργαστήρια χρήσιμα για τους ασθενείς;" Ερώτηση 2: "Θεωρείτε τέτοιου είδους εργαστήρια χρήσιμα για εσάς;", Ερώτηση 3: "Θα συμμετείχατε σε ανάλογη δράση;", Ερώτηση 4: "Θα συμμετείχατε σε ανάλογο εργαστήριο που αφορά το προσωπικό;").
- Μία ομαδική συνεδρία που πραγματοποιήθηκε 5 ημέρες μετά το εργαστήριο.

Αποτελέσματα

Πραγματοποιήθηκε έλεγχος ανεξαρτησίας σε ζεύγη δειγμάτων για τη σύγκριση της ευημερίας πριν και μετά το εργαστήριο. Η συνολική βαθμολογία του WHO-5 ($M=47.2$, $SD=7.70$) αυξήθηκε μετά το εργαστήριο ($M=57.4$, $SD=6.59$), αλλά χωρίς στατιστική σημαντικότητα ($p>0.05$). Υπήρξε στατιστικά σημαντική διαφορά [$t(4)=-5.66$, $p=0.005$], όσον αφορά στο 5ο στοιχείο (δηλ. "η καθημερινή μου ζωή έχει γεμίσει με πράγματα που με ενδιαφέρουν"), πριν το εργαστήριο ($M=1.7$, $SD=1.96$) και μετά το εργαστήριο ($M=2.3$, $SD=1.86$). Τα αποτελέσματα αυτά υποδηλώνουν ότι η παρακολούθηση του εργαστηρίου είχε μικρή θετική επίδραση στον τρόπο με τον οποίο οι ασθενείς αντιλαμβάνονται την υποκειμενική τους ευεξία.

Η ανάλυση των ποιοτικών δεδομένων υπογράμμισε το υψηλό επίπεδο ικανοποίησης των ασθενών. Συγκεκριμένα, όλοι οι ασθενείς δήλωσαν ότι θα συμμετείχαν εκ νέου σε ανάλογη δράση, και περιέγραψαν την εμπειρία τους ως εποικοδομητική (π.χ. Ασθενής 5: «ένιωσα ότι συνέβαλα με τις απόψεις μου, ήμουν κι εγώ σημαντική»). Ιδιαίτερη εντύπωση τους έκανε ο χώρος της ανασκαφής ο οποίος προκρίθηκε ως καλύτερος προορισμός από την πλειονότητα ($n=4$) και το μουσείο σύγχρονης τέχνης ($n=3$). Στα αρνητικά, σημείωσαν την ορθοστασία ($n=2$), και τη μικρή διάρκεια που είχε η στάση στο καφέ του Βασιλικού Θεάτρου ($n=3$).

Οι απαντήσεις των ειδικών ψυχικής υγείας πιστοποίησαν την επιτυχία του εγχειρήματος. Συγκεκριμένα, σε ποσοστό 100% ανέφεραν ότι παρόμοια εργαστήρια είναι χρήσιμα τόσο για τους ασθενείς όσο και για τους ίδιους, θα συμμετείχαν σε ανάλογη δράση και σε ανάλογο εργαστήριο που αφορά το προσωπικό. Επιπλέον, ανέφεραν ότι παρόμοιες δράσεις συνεισφέρουν στη θεραπεία ($n=4$), προωθούν την κοινωνικοποίηση ($n=6$), και ότι αναδεικνύονται από τη συμμετοχή ειδικών διαφόρων ειδικοτήτων ($n=5$).

Στην ομαδική συνεδρία, τονίστηκε πώς ο τρόπος που κοιτάμε και παρατηρούμε τα μνημεία της πόλης μας βοηθά να κατανοήσουμε την ιστορικότητά τους και να αποκαλύψουμε την ταυτότητά τους. Παρατηρώντας ένα μνημείο και αποκωδικοποιώντας τα στοιχεία του, συνειδητοποιούμε ότι τα διαφορετικά στρώματα των αρχιτεκτονικών κτιρίων παραπέμπουν σε διαφορετικές εποχές, διαφορετικές χρήσεις και διαφορετικές ανθρώπινες ανάγκες, δίνοντας νόημα ακόμη και στη φθορά τους. Επιπλέον, συζητήθηκε η διαπίστωση ότι οι διαδικασίες συντήρησης και αποκατάστασης των μνημείων αποσκοπούν στη διαφύλαξη της αυθεντικότητάς

τους και ταυτόχρονα στη σύνδεσή τους με τη σύγχρονη εποχή, καθιστώντας έτσι τους ιστορικούς τόπους προσβάσιμους στις σημερινές και μελλοντικές γενιές.

Συμπέρασμα

Με βάση τις ποσοτικές και ποιοτικές απαντήσεις των συμμετεχόντων στο αρχαιολογικό εργαστήριο, συμπεραίνεται ότι είχε ευεργετική επίδραση στην υγεία και την ευημερία των ασθενών. Περαιτέρω έρευνα θα χρειαστεί για να πιστοποιηθεί η εγκυρότητα των αποτελεσμάτων και η αξιοπιστία τους σε βάθος χρόνου.

Βιβλιογραφία

Dobat, A. S., Wood, S. O., Jensen, B. S., Schmidt, S., & Dobat, A. S. (2020). "I now look forward to the future, by finding things from our past..." Exploring the potential of metal detector archaeology as a source of well-being and happiness for British Armed Forces veterans with mental health impairments: 50-year-old male war veteran and survey participant, suffering from PTSD and depression, on the effect of metal detecting. *International Journal of Heritage Studies*, 26(4), 370-386.

Fancourt, D., & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review (2019). *World Health Organization*. <http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-wellbeing-a-scopingreview-2019>.

Everill, P., Bennett, R., & Burnell, K. (2020). Dig in: An evaluation of the role of archaeological fieldwork for the improved wellbeing of military veterans. *Antiquity*, 94(373), 212-227. doi:10.15184/aqy.2019.85