

Working with Memory: an art based inter-model procedure

Εργασία με τη μνήμη: Μια θεραπευτική διαδικασία μεταξύ των μοντέλων Τέχνης

Stelios Krasanakis

Many parameters contribute to the creation of a memory: psychological, neurodramatic, mental as well as somatic. We often speak of the psychosomatic ground of a memory. It seems, though, as if it is a multi-collective and multi-faceted phenomenon.

The goal of every psychotherapeutic method is to bring the memory to the 'here and now' and to create the necessary connections and differentiations for us to understand the effect of memories in the everyday life of our clients.

In working with memories, the power of the senses and the dynamic of time have a very important role: two concepts that are a lever in the arts therapies, but also in every creative expression from literature to theatre, dancing and visual arts.

'Here and now' is very significant in the art therapies, because through the creative axis, the use of the colours, clay, costumes, roles, the dramatic distance and the paradox of theatre, fantasy becomes reality and the reality of the stage offers a sensory-aesthetic quality for the memories.

In this lecture I will present an art-based inter-model procedure. Techniques from dramatherapy, art therapy, movement and music therapy in the direction of expressive therapy and creative axis elaborate with memories and find a path towards our personal saga. A lot of questions arise:

How do we prioritize our memories and the stations of our life in the composition of the book of our life?

How do our memories connect to our culture?

How fragmental are our memories?

How many of our memories are authentic and how many are fiction?

It seems, from my experience and my survey, that art therapies offer the appropriate framework and work as a creative and safe transitional space for the exploration of memories in the 'here and now'.

Εργασία με τη μνήμη: Μια θεραπευτική διαδικασία μεταξύ των μοντέλων Τέχνης

Για τη δημιουργία μιας ανάμνησης συμβάλλουν πολλές παράμετροι, ψυχολογικές, νευροδραματικές, διανοητικές όσο και σωματικές.

Συχνά μιλάμε για τον ψυχοσωματικό χαρακτήρα μιας ανάμνησης. Πρόκειται όπως φαίνεται για ένα πολυσχιδές και πολυσυλλεκτικό φαινόμενο.

Στόχος κάθε ψυχοθεραπευτικής μεθόδου είναι να φέρουμε την ανάμνηση στο εδώ και τώρα και να γίνουν οι κατάλληλες συνδέσεις και διαφοροποιήσεις για να κατανοήσουμε την επίδραση των αναμνήσεων στην καθημερινή ζωή των θεραπευομένων.

Στην επεξεργασία των αναμνήσεων σημαντικό ρόλο παίζει η δύναμη των αισθήσεων και η δυναμική του χρόνου, δύο έννοιες που αποτελούν μοχλό στις Θεραπείες μέσω Τεχνών αλλά και σε κάθε δημιουργική έκφραση από τη λογοτεχνία έως τον χορό και τα εικαστικά.

Το «εδώ και τώρα» αποκτά μια ιδιαίτερη αξία στις Θεραπείες μέσω Τεχνών, διότι μέσα από τον δημιουργικό άξονα, τη χρήση των χρωμάτων, του πηλού, των κουστουμιών, των ρόλων, της δραματικής απόστασης και του παράδοξου του θεάτρου, το κατασκευασμένο γίνεται πραγματικό και η σκηνική πραγματικότητα προσφέρει μια αισθητηριακή-αισθητική ποιότητα στις αναμνήσεις.

Στην παρούσα διάλεξη θα παρουσιάσω μία θεραπευτική διαδικασία βασισμένη σε διαφορετικά μοντέλα Τέχνης, όπως η Δραματοθεραπεία, η Εικαστική Θεραπεία, η Κίνηση και η Μουσικοθεραπεία και πως αυτή συνδέεται με την Εκφραστική Θεραπεία και τον Δημιουργικό Άξονα, ώστε να επεξεργαστούμε τη μνήμη και να οδηγηθούμε στην προσωπική μας saga. Πολλές ερωτήσεις αναδύονται:

Πως ιεραρχούμε τις αναμνήσεις μας και τους σταθμούς της ζωής μας, ώστε να
απαρτιώσουμε το βιβλίο της ζωής μας.

Πως οι αναμνήσεις μας συνδέονται με την κουλτούρα μας.

Πόσο κατακερματισμένες είναι οι αναμνήσεις μας.

Πόσες αναμνήσεις είναι αυθεντικές και πόσες κατασκευασμένες.

Φαίνεται, από την εμπειρία μου και την έρευνα μου, ότι οι Θεραπείες Τέχνης προσφέρουν το
κατάλληλο πλαίσιο και δημιουργούν ένα δημιουργικό και ασφαλή μεταβατικό χώρο για την
επεξεργασία των αναμνήσεων στο «εδώ και τώρα».

Biography

Stelios Krasanakis MD is a psychiatrist, psychotherapist-dramatherapist, university lecturer and theatre director. Founder, in 1994, of the Institute of Dramatherapy AEON, offering educational training, treatment and research in dramatherapy and in expressive arts therapy. He lectures on dramatherapy in the National and Kapodistrian University of Athens. He was founding member and 1st president of Greek Association of Dramatherapists (EDPE). Member of the board of directors of the Greek Psychiatric Association. Founding member of the European Federation of Dramatherapy (EFD) and member of the board of directors. Founding member of the World Alliance of Dramatherapy (WADth) International member of the British Association of Dramatherapists (Badth). Director of 23 theatrical performances, founder and art director of Naxos Festival. Many articles published in books, in scientific journals and in psychiatric reviews. Collaboration as editor for the Dramatherapy series with the publishing house Parisianou. Consultant in many psychiatric and dramatherapy scientific journals and reviews.

Recent publications and conference presentations

Publications

Krasanakis, S. (2019) *Psychiatry notebooks* issue 13, September-December 2019 article with the title 'Katerina in the sky'.

Krasanakis, S. (2019) *Psychiatry notebooks* issue 11,12 January-April 2019, article with the title 'Three tall women'.

Conference presentations

2020: Paper: 'Incestuous relationships in the cinema'. 28th Conference of the Hellenic Psychiatric Association. October 2020.

2019: Workshop: 'Working with our mosaic geneogram'. 5th Conference Expressive Therapy in Istanbul. 20-21 September 2019.

2019: Paper: 'Dramatherapy in Greece: Spread-Application-Education' Conference CAIPT in Thessaloniki. March 2019.