

PSICHIKOS SVEIKATOS CENTRE TAIKOMOS DAILĖS TERAPIJOS NAUDINGUMAS ASMENIMS, SERGANTIEMS ŠIZOFRENIJA

ILONA KUPČIKIENĖ, AUŠRA VAICEKAUSKIENĖ
Kauno kolegijos Sveikatos priežiūros fakultetas

Raktažodžiai: *šizofrenija, dailės terapija, psichikos sveikata.*

Santrauka

Straipsnyje aptariami dailės terapijos taikymo tikslai gydant šizofrenija sergančius asmenis. Išryškinama, kad dailės terapijos procesas tampa terapiniu, kai padeda atskleisti asmens, sergančio šizofrenija, išgyvenimus, vidinius konfliktus, paslėptus jausmus, asmenybės vystymosi etapus, pozityvaus keitimosi galimybes, leidžia suvokti jas pačiam kūrinio autoriui ir padeda jam keistis pozityvia asmenybei linkme. Pristatomi empirinio tyrimo rezultatai, atskleidžiantys asmenų, sergančių šizofrenija, nuomonę apie Psichikos sveikatos centre taikomos dailės terapijos naudingumą. Tyrimo rezultatų analizė parodė, kad, respondentų nuomone, dailės terapija, tai procesas, padedantis jiems pagerinti bendravimo įgūdžius, savijautą, ugdantis pasitikėjimą savimi, kūrybinę vaizduotę ir skatinantis motyvaciją veiklai. Atkreipiamas dėmesys į tai, kad taikydamas dailės terapijos metodą, dailės terapeutas turi kurti saugumo ir pakantumo atmosferą grupėje, skatinti grupės narių tarpusavio palaikymą.

IVADAS

Šizofrenijos gydymui yra vartojami antipsichoziniai vaistai (neuroleptikai), tačiau vien medikamentinio gydymo nepakanka. Liga labai ryškiai sutrikdo emocinius ir kognityvinius procesus. Dažniausiai dėl ligos prarandami darbiniai ir bendravimo įgūdžiai, todėl šizofrenijos gydymas yra kompleksinis. Išskiriami šie šizofrenijos gydymo būdai, kurie padeda kontroliuoti ligą:

1. Gydymas vaistais.
2. Psichosocialinis gydymas (psichosocialinė reabilitacija):
 - apsaugoto būsto, profesinės reabilitacijos, apsaugotos darbo vietos programos ir kt.;
 - sergančiojo ir jo šeimos narių mokymas apie ligą

(psichoedukacija);

- savitarpio pagalbos grupės;
- psichoterapija;
- meno, muzikos, užimtumo terapija.

3. Elektros impulsų terapija [3].

Psichikos sveikatos centrai yra kompleksinių paslaugų teikimo įstaigos. Juose vykdomoje reabilitacijoje psichosocialinėje programoje, skirtoje šizofrenija sergantiems asmenims, greta kitų kompleksinio gydymo komponentų, taikoma ir dailės terapija, kaip viena iš naujausių kompleksinio gydymo metodų ir meno terapijos raiškos formų.

Pasak T. Dalley [2], dailės terapiją galima apibrėžti kaip dailės ir kitų vaizdinių priemonių naudojimą gydant. Tačiau to nereikėtų suprasti kaip gydymo griežtai medicininė prasme, nes dailės terapija yra taikoma dirbant gydomąjį reabilitacinį, pedagoginį ir socialinį darbą. Dailės terapija naudojama daugiau kaip harmonizavimo priemonė asmenybei ugdyti, kaip socialinių konfliktų sprendimo būdas [4].

Mokslinėje literatūroje yra nurodoma, kad dailės terapijos procese svarbiausia yra kūrybos procesas ir asmuo, o dailė naudojama kaip nežodinės komunikacijos priemonė, kuri padeda žmogui konkrečiai, o ne žodžiais išreikšti ir sąmonę, ir pasąmonę, tokiu būdu turėdama gydomąjį poveikį. Kiekvienas žmogus, mokėsis ar nesimokęs dailės, turi gebėjimą perteikti savo vidaus konfliktus vaizdiniuose ir tada jie pasidaro aiškesni jam pačiam, o vaizduodami savo vidinius potyrius, žmonės gali aiškiau reikšti mintis žodžiais. Svarbus ne tik pats kūrybos procesas, bet ir kūrinio aptarimas su dailės terapeutu, tai padeda žmogui ir protu, ir jausmais įsigilinti į kūrinio reikšmę, susiejant ją su savo paties situacija gyvenime, be to, tai suteikia galimybę geriau pažinti aplinkinį pasaulį ir save jame [2,4]. Skirtingai nuo daugelio kitų veiklų, dailės terapija nėra „orientuota į rezultatą“ –pirmiausia svarbus ne techninis įgūdis, bet suvokimo, susitelkimo, darbo kartu, ženklų kūrimo ir interpretavimo būdai, o „galutinis rezultatas“ padeda apmąstyti, išanalizuoti ir nušviesti šiuos aspektus. Taigi

dailės terapijos tikslai:

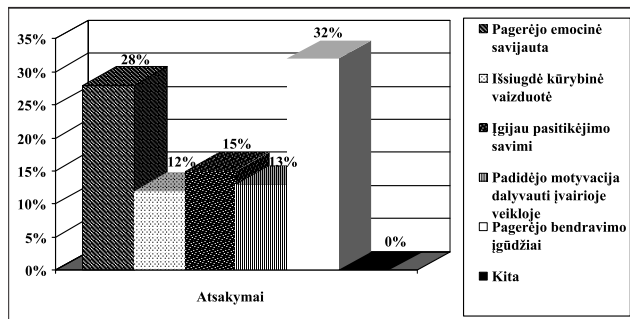
- atkurti adekvačią „aš“ funkciją;
- vaizdinių-simbolių pagalba įsisąmoninti ir interpretuoti savo išgyvenimus;
- plėtoti kūrybiškumą, spontaniškumą, originalumą, paslankumą [4].

Dailės terapijos naudingumą pabrėžia daugelis mokslininkų, dailės terapijos specialistų – P. Richardson, K. Jones, C. Evans, P. Steven, A. Rowe [6], M. J. Crawford, H. Killaspy ir kt. [1], R. Kučinskienė [4], R. M. Purvinaitė, R. Bružaitė [5] ir kt.

R. Ruddy, D. Milnes [7] tyrimai neatskleidė dailės terapijos teigiamo poveikio šizofrenija sergantiems asmenims. Šie autoriai pažymi, kad tikslinga atlikti išsamius tyrimus siekiant išsiaiškinti dailės terapijos naudą ir žalą šizofrenija sergantiems asmenims.

Dailės terapija naudinga gydant asmenis, sergančius psichikos ligomis, tarp jų ir sergančius šizofrenija, nes:

- suteikia galimybę išreikšti agresyvius jausmus socialiai priimtina forma;
- pagreitina terapijos procesą, nes pasąmoniniai konfliktai ir vidiniai išgyvenimai lengviau išreiškiami per regimuosius vaizdinius;
- skatina atsirasti vidinės kontrolės ir tvarkos jausmus, geriau suvokti formas ir spalvas;
- stiprina savo vertės pajautimą, meninę kompetenciją;
- lavina intelektą, stiprina koordinaciją, atmintį, mažina užsisklendimą;
- kūryba dažnai būna atsvara psichikos ligai, kuriai visuomenė dar nėra pakanti;
- klientai tampa nuoširdesni, geriau bendrauja tarpusavyje;
- priešdami patiria malonumą, atsipalaiduoja;
- klientai, aiškindami savo priešinius, ima geriau suprasti save pačius;
- gerėja suvokimas ir pasitikėjimas savimi.



1 pav. Respondentų atsakymų pasiskirstymas pagal tai, kuo dailės terapija buvo naudinga.

Dailės terapijos taikymas asmenims, sergantiems šizofrenija, yra naudingas dar ir tuo, kad gali lemti psichinės sveikatos pagerėjimą, ypač negatyvių ir bendrų ligos simptomų, sunkiausiai pasiduodančių farmakologinei intervencijai, sumažėjimą. Leidžia sukelti paslėptus vidinius išteklius, kuriems veikiant potencialiai pagerėja emocinė būseną ir kasdienė veikla. Taikydamas dailės terapijos metodą, terapeutas turi kurti saugumo ir pakantumo atmosferą, būtiną asmenų, sergančių šizofrenija, raiškiai. Atsižvelgdamas į terapijos tikslus, asmenų, sergančių šizofrenija, poreikius, terapeutas turi daryti įtaką pozityviam pokyčiui struktūruodamas ir nukreipdamas jų veiklą, sutelkdamas asmenų, sergančių šizofrenija, dėmesį į meninę veiklą, skatindamas reikšti savo jausmus ir mintis, palaikydamas ir padrąsindamas, padėdamas suvokti meninės produkcijos turinį ir ryšį su asmenybės ypatumais ir santykių sistema.

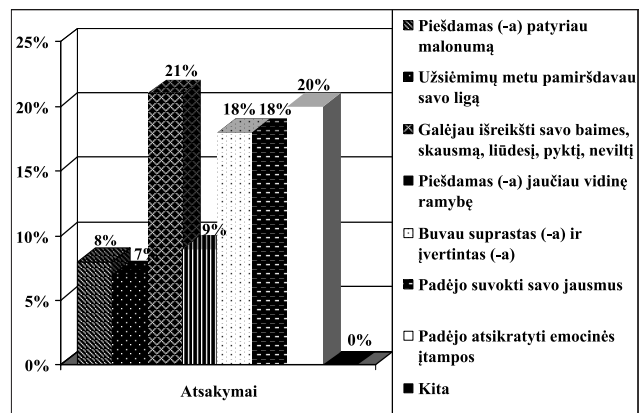
Stripsnio tikslas – ištirti šizofrenija sergančių asmenų nuomonę apie Psichikos sveikatos centre taikomos dailės terapijos naudingumą.

TYRIMO METODAI IR REZULTATAI

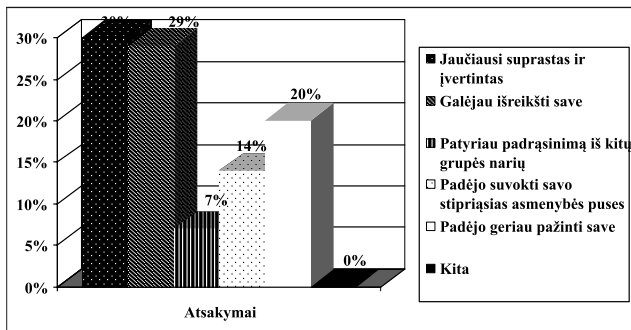
Tyrimo tipas – kiekybinis aprašomasis.

Tyrimo problemai nagrinėti pasirinkti mokslinės literatūros analizės ir anketinės apklausos metodai.

Tyrimas atliktas 2010 m. spalio-gruodžio mėnesiais. Anketinės apklausos metodu buvo apklausta 30 psichikos sveikatos centrą lankančių šizofrenija sergančių asmenų, dalyvavusių dailės terapijos užsiėmimuose 3 mėnesius. Pasak R. M. Purvinaitės ir R. Bružaitės [5], maksimalūs rezultatai priklauso nuo ilgalaikės dailės terapijos taikymo trukmės. Kadangi dailės terapija respondentams buvo taikyta 3 mėnesius, tai tyrimas atskleidė respondentų nuomonę apie trumpalaikės dailės



2 pav. Respondentų atsakymų pasiskirstymas pagal tai, kuo dailės terapija buvo naudinga pagerinant emocinę savijautą.



3 pav. Respondentų atsakymų pasiskirstymas pagal tai, kuo dailės terapija buvo naudinga stiprinant pasitikėjimą savimi.

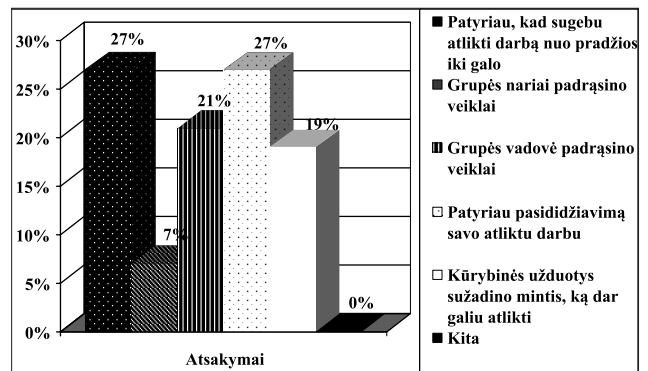
terapijos naudingumą.

Tyrimo dalyvavo 57 proc. 31-40 metų ir 43 proc. 21-30 metų respondentų. Daugiau kaip pusę respondentų sudarė moterys (63 proc.), o vyrai – 37 proc.

Tyrimo duomenys atskleidė, kad daugiau nei pusės (60 proc.) respondentų nuomone, dalyvauti dailės terapijos užsiėmimuose jiems buvo labai naudinga, 40 proc. (N=12) respondentų – naudinga. Didžioji dalis (90 proc.) respondentų yra patenkinti dailės terapijos užsiėmimais, vedamais Psichikos sveikatos centre, o 10 proc. respondentų – patenkinti iš dalies. Nebuvo respondentų, atsakiusių, kad dailės terapijos užsiėmimuose dalyvauti nenaudinga.

Remiantis atlikto tyrimo duomenimis (1 pav.), galima teigti, kad respondentai įžvelgia visapusišką dailės terapijos naudą. Tačiau dažniausiai respondentai paminėjo, kad pagerėjo bendravimo įgūdžiai (32 proc.) ir emocinė savijauta (28 proc.). Bendravimas – tai viena svarbiausių gyvenimo sričių, be kurios neįmanoma įsivaizduoti žmogaus, užsiimančio bet kokia veikla. Todėl, atsižvelgiant į tyrimo rezultatus, galima teigti, kad dailės terapijos naudingumas, pagerinant bendravimo įgūdžius, yra labai svarbus respondentų gyvenimo kokybei bei integracijai.

Dailės terapija pagerino respondentų emocinę savijautą (2 pav.), nes jie galėjo išreikšti savo baimes, skausmą, liūdesį, pyktį, nevilgtį (21 proc.), padėjo atsikratyti emocinės įtampos (20 proc.), buvo suprasti ir įvertinti (18 proc.), padėjo suvokti jausmus (18 proc.). Galimybė išreikšti savo pyktį, baimę ar neapykantą visuomeniškai priimtiniu būdu ne tik palengvina įtampą, bet ir paverčia tuos jausmus mažiau grėsmingais ir parodo, kad emocinė sankaupa gali būti prasmingai išreikšta, o tai labai svarbu stiprinant asmenų, sergančių šizofrenija, prisitaikymo prie aplinkos sugebėjimus ir padedant jiems integruotis į visuomenę.



4 pav. Respondentų atsakymų pasiskirstymas pagal tai, kuo dailės terapija buvo naudinga stiprinant motyvaciją veiklai.

Vienas iš svarbiausių vidinių darinių yra asmenybės savęs vertinimas, pasitikėjimas savimi. Tiesiogiai dalyvaudamas elgesio ir veiklos reguliacijoje, savęs vertinimas nustato tam tikrą pusiausvyrą tarp išorinių poveikių, vidinės asmenybės būsenos ir jos elgesio formų. Tyrimo rezultatai atskleidžia, kuo dailės terapija buvo naudinga stiprinant dalyvavusiųjų tyrime pasitikėjimą savimi (3 pav.). Apibendrinant tyrimo rezultatus, galima teigti, kad galimybė dailės terapijos užsiėmimų metu respondentams jaustis suprastiems ir įvertintiems (30 proc.), išreikšti save (29 proc.) ir tuo pačiu geriau pažinti save (20 proc.) labiausiai sustiprino pasitikėjimą savimi.

Sergantiems šizofrenija pasireiškia valios sutrikimai nuo nežymaus susilpnėjimo iki visiško neveiklumo. Susilpnėjus valiai, sunku prisiversti mokytis, dirbi, rūpintis savimi ar atlikti paprastus namų ruošos darbus. Tyrimas atskleidė (4 pav.), kad ketvirtadaliui respondentų (27 proc.) dailės terapija stiprino motyvaciją veiklai, nes jie patyrė pasididžiuojimą savo atliktu darbu ir sugebėjo jį atlikti nuo pradžios iki galo. Penktadaliui respondentų (21 proc.) buvo svarbus grupės vadovės padaršymas veiklai.

Respondentai, atsakydami į klausimą, kuo dailės terapija buvo naudinga kūrybinės vaizduotės ugdymui, 28 proc. teigė, kad „kūrybinės užduotys padėjo lavinti vaizduotę“, po 25 proc. paminėjo, kad „padėjo atsiskleisti“ ir „išreikšti jausmus formomis ir spalvomis“, 12 proc. teigė, kad „padėjo naujai suvokti formas ir spalvas“.

Atlikus analizę, kuo dailės terapija naudinga respondentų bendravimo įgūdžių stiprinimui, pastebėta, kad trečdaliui (33 proc.) dailės terapija padėjo įvardinti savo jausmus ir mintis, šiek tiek daugiau nei ketvirtadaliui (27 proc.) jaustis suprastiems ir įvertintiems, likusiems bendras kūrinio kūrimas paskatino bendravimą (17 proc.), suteikė drąsos kalbėti grupėje (15 proc.),

išmokė išklaudyti kitus grupės narius (8 proc.). Matyti, kad terapijos metu mokymasis įvardinti savo jausmus ir mintis, gautas supratimas ir įvertinimas labiausiai padėjo gerinti bendravimo įgūdžius. Dauguma (87 proc.) tyrime dalyvavusiųjų norėtų, kad dailės terapijos užsiėmimai vyktų nuolat.

IŠVADOS

1. Dailės terapijos naudingumą asmenims, sergantiems šizofrenija, pabrėžia dauguma dailės terapijos specialistų. Dailės terapijos specialistų teigimu, dailės terapija suteikia galimybę išreikšti agresyviuosius jausmus socialiai priimtina forma, skatina atsirasti vidinės kontrolės ir tvarkos jausmus, geriau suvokti formas ir spalvas, stiprina savo vertės pajautimą, meninę kompetenciją, lavina intelektą, stiprina koordinaciją, atmintį, mažina užsisklendimą, padeda susigrąžinti ar sustiprinti bendravimo įgūdžius, patenkinti socializacijos poreikį, neretai sugrąžina ir gyvenimo džiaugsmą, pagerėja asmenų, sergančių šizofrenija, suvokimas ir pasitikėjimas savimi.

2. Tyrimo duomenys atskleidė, kad dailės terapija buvo naudinga visiems respondentams. Dažniausiai tiriamieji paminėjo, kad dailės terapija naudinga, nes pagerėjo bendravimo įgūdžiai ir emocinė savijauta. Dailės terapijos metu gerinti bendravimo įgūdžius labiausiai padėjo išmokimas įvardinti savo jausmus ir mintis, gautas supratimas ir įvertinimas. Emocinę savijautą dailės terapijos užsiėmimuose gerino galimybė išreikšti baimes, skausmą, liūdesį, pyktį, nevirtį ir galimybė atsikratyti emocinės įtampos. Dar, respondentų manymu, jiems dailės terapija buvo naudinga kūrybinės vaizduotės ugdymui, pasitikėjimo savimi stiprinimui ir motyvacijos dalyvauti įvairioje veikloje didinimui.

3. Tyrimo duomenys atskleidė, kad dailės terapijos užsiėmimų metu svarbu stiprinti asmenų, sergančių šizofrenija, pasitikėjimą savimi, padėti jiems suvokti savo stipriąsias asmenybės puses ir skatinti grupės narių tarpusavio palaikymą, padrašinimą.

Literatūra

1. Crawford M. J., Killaspy H. et al The MATISSE study: a randomised trial of group art therapy for people with schizophrenia. *BMC Psychiatry*. 2010 [žiūrėta 2011 m. gegužės 17 d.] Prieiga per Internetą: <http://www.biomedcentral.com/1471-244X/10/65>.
2. Dalley T. Dailė kaip terapija. – Vilnius: Apostrofa, 2004.

3. Dembinskas A. Psichiatrija. – Vilnius: UAB „Vaistų žinios“, 2003.
4. Kučinskienė R. Dailės terapija seminarų užrašai. Vilnius: Kronta, 2006.
5. Purvinaitė R. M., Bružaitė R. Meno terapijos įtaka gyvenimo kokybei sergant psichikos liga. *Socialinis ugdymas*. 2009;7(18) [žiūrėta 2010 m. rugpjūčio 5 d.] Prieiga per internetą: <<http://www.minfolit.lt/arch/21001/21210.pdf>>.
6. Richardson P, Jones K et. al. Exploratory RCT of art therapy as an adjunctive treatment in schizophrenia. *Journal of Mental Health* 2007; 16(4):483-491.
7. Ruddy R, Milnes D. The benefits and harms of art therapy for people with schizophrenia and schizophrenia-like illnesses remain unclear. *Journal Australian Association of Occupational Therapists* 2007; 79-81.

THE USE OF ART THERAPY, THAT IS BEING USED IN PSYCHICAL HEALTH CENTER TO CURE PEOPLE WITH SCHIZOPHRENIA DISORDER

Ilona Kupčikienė, Aušra Vaicekauskienė

Summary

Key words: schizophrenia, art therapy, mental health.

Schizophrenia is chronicall psychic disorder, that effects all aspects of a person, including whole personality, social life and adaptation. The centre of Psychical health uses integrated treatment of people who have schizophrenia, to help them blend into society properly and to make quality of their lifes better. Art therapy is quite a new method of threatment, and it is used more and more often as a part of integrated treatment of people who have schizophrenical disorder. That is why it is important to find out wether art therapy is useful for patients, and if that is so, what is effectiveness of it.

Aim of the paper – to analyse the use of art therapy that is used in Psychical Health Centre for people, who have schizophrenia.

The object of the research – the use of art therapy, that is used to cure people who have schizophrenia.

Research method. Quantitative. Non-probable objective survey of 30 respondents – persons who have schizophrenia and who were under art therapy treatment in Psychical Health Centre.

Conclusions of the research. Data of the research revealed that art therapy was useful for all of the respondents. One third of respondents mentioned, that art therapy was useful, because it improved their social interacting skills, and more then one fourth of respondents noticed, that their emotional condition got better. Art therapy was useful to improve interacting skills mostly because of possibility to name their emotions and thoughts, to feel understood and appreciated during the therapy. Emotional condition was improved by such things like ability to express their fears, pain, sadness, ander, despair and to get rid of their inner tention. Participants also mentioned that art therapy was useful for improval of their imagination, self confidence and motivation to take part in various activities.

Correspondence to: ilonakupcikien@gmail.com

Gauta 2011-06-21

