

MENO TERAPIJA KAIP GYDYMO METODAS ASMENIMS, TURINTIEMS SPECIALIŲJŲ POREIKIŲ (PSICHIKOS SUTRIKIMŲ)

ŽANA DUBODELOVA¹, RIMANTAS MAČIULAITIS²

¹Klaipėdos universitetas, ²Klaipėdos universitetinė ligoninė

Raktažodžiai: *meno terapija, specialieji poreikiai.*

Santrauka

Asmenų kenčiančių nuo psichikos sutrikimų meniniai gebėjimai apima ne vien intuicijos ir jausmų, bet ir intelekto raišką. Skirtingos meno šakos ugdo skirtingas intelekto rūšis: muzikinį, erdvinį, judesio, bendravimo ir kitas, be to, meninėje veikloje ugdomi suvokimo (analizės, lyginimo, apibendrinimo, vertinimo), kritinio mąstymo, problemų sprendimo bei kiti protiniai gebėjimai, turtinama emocinė patirtis, ugdoma jausmų raiškos kultūra, skatinamas asmenybės individualumo ir savarankiškumo atsisikleidimas, meninio ugdymo svarba itin padidėja kuriant intelektualią, kompetentingą ir kūrybingą žinių visuomenę, kurios egzistavimas susijęs su nenutrūkstama ženklių bei informacinių sistemų suvokimo, interpretavimo ir kūrybinių sprendimų priėmimo tėkme. Joje itin reikalingi tampa savęs ir kitų pažinimo bei savikontrolės įgūdžiai, gebėjimai prisitaikyti ir gerbti kitokį (dažnai skirtingą) mąstymo, darbo ir gyvenimo būdą, platus saviraiškos būdų (taip pat ir meninės bei estetiškos) spektras.

IVADAS

Negalia visais žmonijos vystymosi periodais buvo laikoma skirtingumu, nenormalumu, nukrypimu nuo normos, nuo to, kas visuotinai priimta. Didelę įtaką individo gyvenimo kokybei turi asmens fizinė sveikata, psichologinė būseną, savarankiškumo laipsnis, socialiniai ryšiai su aplinka. Žmogaus gyvenimo prasmę nulemia: darbinė veikla ir profesinis apsisprendimas; tarpasmeniniai santykiai, kooperacija ir draugystė, šeiminė situacija [1].

Lietuvoje visuomenės psichikos sveikatos rodikliai nuolat blogėja. Plinta save ir kitus naikinantis socialinis elgesys (savižudybės, didelis alkoholio ir narkotikų vartojimas, prievarta, smurtas žmonių tarpusavio santykiuose), sumažėjo psichologinis atsparumas [18]. Psichinę sveikatą lemia teigiama emocinė ir dvasinė būseną, suteikianti žmogui galimybę džiaugtis gyvenimo pilnatve, saviraiškos galimybe, todėl sveikatos sutrikimams šalinti, atsipalaiduoti

nuo ligų, kūrybinėms galioms plėtoti ir ugdyti yra taikomas meno terapijos metodas. Pasaulinė meno terapijos taikymo patirtis medicinos, švietimo ir socialinėse įstaigose liudija jos potencialumą. Meno terapijos procesas paremtas tuo, kad žmogaus mintys ir emocijos yra užkoduotos pasąmonėje ir jos aiškiau išreiškiamos vaizdais, muzikos garsais, šokio judesiais, dramos išraiškos metodais, o ne žodžiais. Ji yra unikali tuo, kad padeda žmogui išreikšti ir sąmonę, ir pasąmonę. Jos esmę sudaro veiklos, kurios metu kas nors kuriama, poveikis. Čia svarbiausia – procesas ir žmogus, o menas naudojamas kaip nežodinės komunikacijos priemonė, kaip būdas išsakyti sumišusius, ne iki galo suprastus jausmus, siekiant suteikti jiems aiškumo ir tvarkos.

Kompleksiškai gydant psichikos sutrikimus, taikant modernios psichinės sveikatos priežiūros komponentus – farmakoterapiją, psichoterapiją, psichologinę ir socialinę reabilitaciją [19], taip pat gali būti naudingas ir meno terapijos metodas. Meno terapija leidžia pažinti sergančiojo vidinį pasaulį negrėsmingu būdu – per terapinį bendravimą ir meno priemones.

Stripsnio tikslas – apžvelgti ir įvertinti meno terapijos poveikį specialių poreikių (su psichikos sutrikimais) turintiems asmenims.

DARBO OBJEKTAS

Negalios ir meno terapijos sąsajos. Neįgaliam žmogui būdingi įvairūs pažinimo procesų ir psichikos ypatybių sutrikimai: silpnas pojūčių ir suvokimų diferencijuotumas, lėtumas, dėmesio nepatvarumas, įsiminimo sunkumas, mąstymo konkretumas, paviršutiniškumas, orientacijos silpnumas, patologinės nuotaikos, pernelyg didelis jautrumas, siauri pažintiniai interesai, fizinio vystymosi sutrikimai. Visa tai sukelia jų mokymo(-si), auklėjimo ir rengimo gyvenimui problemas. R. Adomaitienė [2] pabrėžia, kad yra du negalios sampratos modeliai: individualus medicininis modelis; socialinis negalių modelis.

Individualus medicininis modelis remiasi negalių asmeninės tragedijos teorija, kuri teigia, kad negalia yra bausis įvykis nutikęs nelaimingam individui. Socialinio neįgaliųjų modelio esmę sudaro idėja, kad neįgaliųjų sunkumai kyla pačioje visuomenėje.

Šiandien dažniausiai vartojami tokie terminai kaip „sveikatos sutrikimas“, „negalia“, „invalidumas“, kurie turi kur kas gilesnę – ne tik medicininę prasmę. Šių sąvokų samprata kito laikmečių bėgyje. XIX a. pabaigoje – XX a. pradžioje Lietuvoje neįgalieji buvo vadinami „nenormaliais“, „defektyviais“ [14]. XX a. viduryje neįgalūs buvo vadinami „anomaliais“ arba sutrikusio vystymosi [9]. Minėtos sąvokos buvo įžeidžiančios, neatitiko tikrovės, todėl atkūrus Lietuvos nepriklausomybę, imta ieškoti tinkamesnių apibūdinimų. Dabartiniu metu neįgalieji asmenys yra vadinami ypatingaisiais arba specialiųjų poreikių. Negalios suvokimas, jos priėmimas, požiūris į neįgaliuosius skyrėsi įvairiais visuomenės vystymosi etapais. Tam turėjo reikšmės savita socialinių problemų suvokimo istorinė raida bei specifinis negalios priėmimas skirtingais visuomenės vystymosi etapais. Šiandien įvairioje literatūroje pateikiami skirtingi negalios apibrėžimai: „Negalia – tai negalavimas, nesveikata“ [5] arba „Ribotas žmogaus pajėgumas atlikti įprastus ir normalius kiekvienam sveikam asmeniui veiksmus“ [21].

J. Ruškus [20] teigia, kad kiekviena epocha ir kiekviena kultūra skiria (konstruoja) specifinį „kitokio“, „svetimo“ žmogaus ar grupės vaizdinį, savaip pavadina nukrypimą nuo socialinės normos. Negalios kategorija simboliškai nurodo socialines nelygybes, pagrįstas individų sutrikimais arba neįgalumais.

Negalia apibūdinama kaip istoriniame-kultūriniame kontekste konstruojamas socialinis vaizdinys, atspindintis stereotipinį visuomenės požiūrį į daugiau ar mažiau žymius raidos, kūno, intelekto ir/ar psichikos sutrikimus, kurie traktuojami kaip nukrypimas nuo visuotinai įsigalėjusių normų bei vertybių ir kurių vertinimas pasižymi kraštutiniu, dažniausiai neigiamu [20].

Psichikos sutrikimus patiriantys žmonės fiziškai neskiria nuo kitų visuomenės narių, kitaip nei yra fizinę negalią turinčiųjų atveju. Dažniausias psichikos sutrikimų palydovas – keistas ir nesuprantamas susirgusio asmens elgesys aplinkiniams, pasireiškiantis įvairiausiomis formomis ir būdais. Pasak J. Ruškaus [20] negalia – tai tik įvairių socialinių vaizdinių sąveika, visai nesvarbu, ar ji atsirado dėl kūno, proto ar psichikos sutrikimų.

Negalią ir su ja susijusias problemas reiktų analizuoti priklausomai nuo to, ar ji įgimta, kokiame amžiuje, prieš kiek laiko diagnozuota. Neįgalumo priežasčių ir jų klasifikacijų, kurių įvairovei įtakos turi konkrečios šalies ekonominės, socialinės, kultūrinės sąlygos, gali būti labai įvairių. Ilgainiui įvairių pažeidimų priežastys keitėsi. Dar prieš keletą šimtmečių dažno fizinio invalidumo priežastis buvo poliomielitas. Šiandien svarbiausios fizinio invalidumo priežastys yra nelaimingi atsitikimai bei ankstyvas smegenų pažeidimas.

Iki 1995 m. situacija Lietuvoje apibūdinant raidos sutrikimus bei negales buvo labai neapibrėžta. Egzistavo sutrikimų pavadinimų įvairovė, neapibrėžti ir nevienareikšmiai buvo kriterijai, pagal kuriuos nustatomi sutrikimai bei jų grupės [3].

A. Bagdonas [4] sutvarkė asmenų, turinčių specialiųjų poreikių, sutrikimų lygmens klasifikaciją, kuri parengta sekančių kitų šalių klasifikacijų pavyzdžiu:

1. Intelektų sutrikimai.
2. Specifiniai pažinimo sutrikimai arba pažinimo procesų neišlavėjimas.
3. Emocijų, elgesio ir socialinės raidos sutrikimai.
4. Kalbos ir kiti komunikacijos sutrikimai.
5. Klausos sutrikimai.
6. Regos sutrikimai.
7. Judesio ir padėties sutrikimai.
8. Lėtiniai somatiniai ir neurologiniai sutrikimai.
9. Kompleksiniai sutrikimai.
10. Kiti raidos sutrikimai.

Lietuvoje sutrikusios psichikos asmenų nuolat daugėja. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, psichikos sutrikimai sudaro daugiau nei dešimtadalį visų pasaulio susirgimų, todėl reikalinga ieškoti būdų jo prevencijai užtikrinti.

Meno terapijos samprata. Meno terapija (toliau MT) skirtingai interpretuojama įvairių šalių mokslinėje literatūroje [24]. Tiek mokslininkai, tiek praktikai ir kitų sričių specialistai, kurių veikla susijusi su menų terapija, pateikia skirtingas šio termino sampratas:

MT – gydymo metodas, naudojant meninę kūrybą.

MT – viena iš labiausiai lanksčių ir tuo pačiu metu gilių metodų psichologų ir psichoterapeutų arsenale. Tapydami, modeliuodami arba aprašydami literatūrine forma savo problemą ar nuotaiką, atrodo lyg gauna užkoduotą žinutę iš savęs, iš savo pasąmonės.

MT – metodas laikomas seniausiu ir natūraliausiu metodu koreguojant emocines būsenas, kuriuo daugelis žmonių naudojami patys, norėdami pašalinti protinę įtampą, atsipalaiduoti, susikaupti.

Pasak N. Norkūnienės [16], mokslininkai, rašantys apie meno terapiją, atsižvelgia į objekto amorfiškumą, kurį lemia terapijų raidos skirtumai įvairiose sociokultūrinėse aplinkose, ir pabrėžia meno terapijos daugialypiškumą bei sudėtingumą, kurį sąlygoja: skirtingos teorinės priegios; metodų įvairovė; meno terapijos raidos praktika su įvairiomis klientų grupėmis.

1 lentelė. Sergamumas psichikos sutrikimais Lietuvoje 2005–2011 m.

Sergančiųjų skaičius metu pabaigoje							
	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011
Psichikos sutrikimai	161 167	162 243	163 732	165 982	164 990	164888	163959

Šiuolaikinė meno terapijos samprata apima: pirma, vizualinės raiškos ir jos kalbos panaudojimą, antra, - tiesioginį žmogaus dalyvavimą meninės kūrybos procese [8].

R. Kučinskienė [13] teigia, kad meno terapiją sudaro trys savarankiškos kryptys, kurias vienija tai, kad menine kūrybine veikla siekiama gydomųjų, nukreipiamųjų arba harmonizuojančių tikslų:

1. Meno psichoterapija – pagrįsta psichoterapiniais santykais, medicinos mokslu ir psichoanalizės teorijomis. Šiuo metu jos formomis labai paplitusios vaikų ir suaugusiųjų psichoterapijos, specialinės pedagogikos srityje.

2. Meno terapija socialinėje srityje – orientuojasi į klientų užimtumą ir kreipia dėmesį į estetinius meninės produkcijos aspektus. Šioje srityje dirba specialistai, kurie dažniausiai neturi specialaus medicininio ar psichologinio pasirengimo.

3. Meno terapija ugdant – akcentuoja sveikąjį asmenybės potencialą. Pagrindiniai tikslai – žmogaus ugdymas ir socializacija. Mokslinėje pedagogikoje terminas „meno terapija“ suprantamas kaip meninės raiškos naudojimas asmenybės, grupės, kolektyvo emocinei savijautai ir psichinei sveikatai gerinti.

Meno terapija – tai savęs pažinimo procesas bet kokia menine raiška, kuri kyla iš emocijų gelmių. Labiausiai paplitusios yra šios rūšys:

Dailės terapija. Šiuo metu dailės terapija yra labiausiai išplėtotą, dažniausiai ir lengviausiai naudojama. Šiai kryptčiai priklauso vizualinis menas – piešinys, visos tapybos rūšys, mozaika, koliažas, makiažas, kūno menas, kaukės, visos modeliavimo rūšys, lėlės, fotografija ir dar daugiau. Tai labiausiai išsivysčiusi kryptis, turinti labai daug metodų ir būdų. Meno terapijos kaip psichoterapijos krypties istorija prasidėjo būtent nuo piešimo. Teigiama, kad meno terapijos privalumai yra naudojimo paprastumas, medžiagų turtingumas, panaudojimas kartu su praktiškai bet kokia kita psichoterapija. Pagrindinis dailės terapijos tikslas – pažadinti aktyvumą, skatinti pacientus realizuoti savo kūrybines galias, išlaisvinti jausmus, siekti harmonijos tarp sielos ir kūno. Dailės terapija yra veiksmingas metodas, lengvai įtraukiamas į bendrą gyvenimo programą. Ypač ji veiksminga psichoterapinėje reabilitacijoje [12].

Muzikos terapija. Tai yra viena iš seniausių kryptčių, turinti labai galingą poveikį. Muzikos terapeutas Donas Campbellas muziką apibūdina kaip gydomųjų, lavinamųjų ir dvasinių savybių visumą. Muzika yra kompleksinis, sudėtinis stimulus, iššaukiantis kompleksą fiziologinių reakcijų. Muzika, kaip viena pagrindinių meno rūšių, pasižymi dideliu emociniu poveikiu žmogui. Ji turi įtakos ne tik emociniam suvokimui, bet ir pažinimui, estetiniam jausmui bei žmonių poelgiams. Savo netiesioginiu poveikiu ji yra

komunikacijos ir integracijos stimulus. Svarbus muzikos meno auklėjamasis pobūdis. J.V.Gėtė rašė, kad muzika – tai auklėjimo elementas. Muzika savaip sustiprina ar susilpnina žmogaus emocinius išgyvenimus.

Šokio (judesio) terapija. Tai toks pats senovinis gydymo metodas, kaip ir muzika. Šokiai padeda asmens integracijos ir augimo procese. Pagrindinis principas šokio terapijos – tai judesio ir emocijos santykiai. Judesys suteikia mums energijos, leidžia peržengti įprastą suvokimą, judesys subalansuoja, gydo psichinę energiją, taip reikalingą visose gyvenimo situacijose, net iki mirties. Šokis – tai judėjimas pagal muzikos ritmą. Šokyje sujungiamos dvi meno terapijos sritys (muzikos ir judesio). Šokant ne tik stiprinami raumenys, imuninė sistema, prailginamas gyvenimas, bet kartu modeliuojamos kūno formos. Šokio terapijos užsiėmimai gali būti grupiniai ir individualūs.

Teatro terapija. Tai viena iš intensyviausiai besivystančių terapijų šiais laikais. Kaip teigia A. Juozulynas [8], vienas iš dramos terapijos kūrėjų gali būti laikomas J. Moren. Metodas nėra paprastas. Jis reikalauja (taip pat kaip ir kitos meno terapijos rūšys) specializuotai apmokyto terapeuto, muzikos ir šokių, makiažo ir piešimo ir kt. išmanymo. Teatro terapija yra puikus būdas dirbti su grupe. Naudojant šią terapiją atsiskleidžiamas sąmoningumas, sąveika su pasauliu ir kitais. Teatras ne tik gydo, bet ir ugdo – leidžia plačiai išsiskleisti žmonių saviraiškai. Teatro terapija – tai dar vienas meno terapijos būdas, kuomet vaikai, paaugliai, suaugusieji išreiškia save teatrinio meno metodais.

Pasakų terapija. Tai pasakų naudojimas siekiant įvairių tikslų: psichodiagnostika (kuri apibūdina asmenybę, jo problemas), psichologinė korekcija (asmenybės vystymasis), psichoterapija ir konsultavimas (išgijimas pasakos pagalba). Išsiskiriamos tokios pasakos terapijos rūšys kaip interpretacija pasirinktos ar sugalvotos pasakos, pasakos kūrimas, meditatyvios pasakos, pasakos dramaterapija, pasakos piešimas, pasakiška kelionė, lėlės. Pasakos terapijos privalumu galima manyti jos visišką metaformizmą, didaktikos nebuvimą, gilią pasakos prasmę, maksimalų psichologinį saugumą (teisingumas visada triumfuoja, gėris nugalė). Pasakos terapija yra labiausiai integruotas metodas meno terapijoje, įskaitant beveik visas kitas sritis – piešimas ir tapyba, dramatinizacija, muzika, šokis, biblioterapija, grimas.

Literatūros ir poezijos terapija. Poezija ir psichoanalizė dalijasi sąmonės medžiaga, o rašymas yra lyg terapinis mediumas, savianalizė. Poetikos terapija yra viena iš ekspresyviojo meno terapijos formų [22]. Ekspresyvioji meno terapija dar gali būti vadinama psichodinamine meno terapija, ji yra išaugusi iš Froido psichoanalizės. L. Kriukelienė [12] paminė, kad poetinė terapija – tai interakcinis procesas, kuriame sąveikauja grožinė literatūra, pacien-

tas (dažniau pacientų grupės) ir profesionalus terapeutas.

Etnoterapija. Ši kryptis buvo pasiūlyta Čekijos psichoterapeuto M.Gausner ir dramos aktorės Z. Kocovos. Egzistuoja daug šios krypties pavadinimų variantų. Per įvairius mechanizmus ir metodus (etnologijos šokis, pantomima, inscenizacija ir t.t.) klientui-pacientui suteikiama galimybė grįžti į senovės kultūros modelius. Tai suteikia korekcijos ir prevencijos galimybes.

Spalvų terapija. Spalvų poveikis buvo tiriamas ir naudojamas senosiose kultūrose, tokiose kaip Egipto, Kinijos, Indijos, Vedų. Senovės Kinijoje, kur spalvą naudojo labai atsargiai ir švelniai, buvo tikima, kad sveikas žmogus yra harmonijoje su visomis spalvomis.

Menas kaip psichoterapija. Menas itin archajiška žmogaus saviraiškos forma, įgalinanti žmogų išreikšti save ir savo išgyvenimus simboliškai meninės metaforos forma. Saviraiška kiekvienam žmogui yra svarbi savęs ieškojimo, individualių patirčių įprasminimo priemonė, kur vaizdinių ir simbolių pagalba atskleidžiami giluminiai, dažnai iki tol sąmoningai nesuvokti jausmai ir mintys [12]. Kūrybos procesas tampa terapiniu, kai jis pagelbėja atskleisti kūrinio autoriaus į jį suprojektuotus išgyvenimus, vidinius konfliktus, paslėptus jausmus, asmenybinio vystymosi etapus, pozityvaus keitimosi potencialus, leidžia suvokti jas pačiam ir padeda jam keistis asmenybiškai pozityvia linkme.

Psichologinių problemų kamuojamam žmogui save išreikšti itin sudėtinga. Jam sunku realiai pajusti savo galimybes, išreikšti savo jausmus, mintis ir norus, užmegzti artimus kontaktus. Šias problemas žmoguje dar sustiprina jo vidiniai gynybos mechanizmai, atblokuojantys jį nuo aplinkinių žmonių, sukeltų izoliacijos ir susvetimėjimo jausmą. Meno terapija, orientuota į saugaus kontakto kūrimą, pagelbėja koreguoti pasipriešinimo mechanizmus. Sveikatos problemų kamuojamam kūrybinis procesas vyksta meno terapeuto akivaizdoje. Meno terapeuto ir paciento-kliento santykiai laikomi vienu svarbiausių psichoterapinio poveikio veiksniais. Meno terapeutas turi vertinti pacientą kaip sau lygiavertį asmenį ir stengtis būti empatišku, kuo geriau suprasti jo jausmus, problemas, užjausti jį ir stimuliuoti potencines jo galias [23]. Terapeutas tampa tarpininku tarp paciento-kliento ir jo kūrinio. Išskiriamos pagrindinės meno terapeuto funkcijos [7]: pakantumo ir saugumo atmosferos kūrimas; kliento veiklos struktūravimas ir tikslingas organizavimas; emocinio rezonanso su klientu atradimas; įvairių interpretacijos metodų naudojimas.

Meno terapijos užsiėmimų pagalba aktyvinami vidiniai žmogaus resursai, todėl terapijos metu keičiasi paciento-kliento santykis su pačiu savimi, jis pradeda vertinti save kaip visavertį žmogų, grįžta jo pasitikėjimas aplinkiniais. Kurdamas žmogus gali išreikšti savo jausmus, atsiverti,

atpažinti savo poreikius ir siekius. Dažnai kūriniai padeda klientams išsiaiškinti savo savijautą, būseną, sveikimo stadiją, prioritetus. Tai sąlygoja iš sąmonės išskylančių vaizdinių, darbų siužeto, plastinių savybių analizę, vadovaujama terapeuto.

Meno terapija orientuota į vidines sergančiojo galias, jo savaiminę vertę. Ši terapija remiasi humanistinės psichologijos koncepcijomis, kur kiekvienas žmogus vertinamas kaip unikalus ir svarbus individas, gebantis pats spręsti savo gyvenimo problemas.

Kitas svarbus aspektas - grupinis meno terapijos užsiėmimų pobūdis. Grupinė terapija yra itin efektyvi darbo su klientais forma, kadangi: pirma – grupėje vyksta tarpasmeninis mokymasis, antra – grupė atitinka individo kasdienę realybę, trečia – tokių pat poreikių žmonės vieni kitus palaiko ir padeda spręsti problemas, ketvirta – grupė padeda susipažinti su kitų asmenų patyrimu, penkta – grupėje sudaromos sąlygos išbandyti naujus vaidmenis [10,15].

Nepaisant skirtingų klientų-pacientų grupių, formuojančių specifinį meno terapijos užsiėmimų pobūdį, išskiriama tam tikri universalūs tikslai [25]:

- Suteikti galimybę socialiai priimtiniu būdu išreikšti agresiją bei kitas negatyvias emocijas (kūrybos procesas saugus būdas išsikrauti).
- Palengvinti gydymosi procesą (nesuvoktus vidinius konfliktus ir išgyvenimus lengviau išreikšti vizualiais pavidalais, silpniau reguliuojamais sąmonės cenzūros, nei juos išreiškiant verbaliu būdu).
- Gauti medžiagos interpretacijai ir diagnostiniams tikslams (kūrybos turinys ir stilius suteikia terapeutui informacijos apie klientą, kuri terapeutui padeda ją interpretuoti).
- Pagelbėti atskleisti slopinamas kliento-paciento mintis ir jausmus (kartais neverbalios priemonės būna vienintelė priimtina forma išreikšti reikšmingas ir intensyvas emocijas bei nuostatas).
- Sureguliuoti santykius tarp terapeuto ir kliento-paciento (bendras dalyvavimas kūrybinėje veikloje padeda empatija ir tarpusavio supratimu grįstų santykių sukūrimui).
- Išsiugdyti vidinės kontrolės jausmą (spalvų ir formų erdvės tvarkymui, komponavimui).
- Sutelkti dėmesį į išgyvenimus ir pojūčius (kūrybos procesas sukuria plačias galimybes eksperimentavimui su kinetiniais ir vizualiais pojūčiais bei jų suvokimo, įsisavinimo ugdymui).
- Išsiugdyti kūrybinius gebėjimus ir pakelti savivertę (atrastų sugebėjimų, kūrybiškumo ir jų ugdymo teikiamas malonumas).
- Jei vedami dailės terapijos užsiėmimai yra grupiniai, sureguliuoti santykius tarp grupės dalyvių (kartu mokantis spręsti išskylančius konfliktus).

Bendravimas yra didžiausia sveikatos priežiūros paslaugų teikimo problema, tačiau, kaip parodė tyrimas, pacientai noriai bendrauja, įdėmiai išklauso pamokymus. Negalios kamuojamam žmogui menas laikomas tam tikra kalba ir komunikacijos priemone, kuriai suprasti bei vartoti reikia meninės ir estetiškos kompetencijos. Asmeniui gebant stebėti, išgyventi ir suvokti meno procesą, tenkinamas jo meninio pažinimo interesas, didinamas sąmoningumas, išplečiamas objektyviojo ir ypač subjektyviojo pasaulio pažinimo ribos [11].

Siekiant įveikti psichinio pobūdžio problemas, meno terapija gali būti kaip pagalbinė priemonė prie medikamentų ir taip padėti sušvelninti bei sumažinti ligų simptomus, gali padėti atsipalaiduoti, suderinti bei įveikti vidinius išgyvenimus. Meno terapija per menines priemones sudaro sąlygas saviraiškai ir savirealizacijai. Galima pažymėti kūrybinę bei terapinę naudą. Meno terapija yra kūryba, galimybė pasireikšti be specialaus pasiruošimo, pacientas per menines priemones gali rasti kūrybinius sprendimus kasdienybėje, o tai padeda ugdyti kūrybinį potencialą. Meninis ugdymas reikalingas kiekvienam žmogui, o ypač psichikos sutrikimų turintiems asmenims. Veiksmingas ir harmoningas ugdymas asmenybės intelektualines, kūrybines, emocines, fizines galias, verbalines ir neverbalines raiškos gebėjimus, vertybinių nuostatų sistemą, – menas gali iš esmės padidinti kiekvieno žmogaus dalyvavimo įvairiose veiklos srityse galimybes.

IŠVADOS

1. Specialiųjų poreikių asmenų gydymas meno terapija apima ne tik meno, bet ir psichologijos bei psichoterapijos žinias. Istoriniu požiūriu, mokslinėje literatūroje specialiųjų poreikių terminas buvo ir yra traktuojamas įvairiai. Šiandien negalia – tai tam tikra būklė, kuri apsunkina arba netgi užkerta kelią visaverčiam individo funkcionavimui. Iš tiesų, nors negalia yra statiška, nekintanti būklė, tačiau pats neįgalus asmuo gali tobulėti, gali keistis ne tik jo poreikiai, bet ir mąstymas tam tikro ugdymo įtakoje. Toks ugdymas – tai būdas reikšti savo mintis, jausmus ir potyrius piešiant, muzikuojant ar naudojant kitas meninės raiškos priemones su tikslu atrasti priimtinesnį gyvenimo būdą, padėti žmogui įsijungti į kūrybinį procesą bei jį panaudoti ugdant save, sprendžiant psichologines problemas. Specialiųjų poreikių asmenų gydymas meno terapijos pagalba nėra skirtas norintiems išmokti groti, piešti arba sukurti estetišką meno kūrinį. Šis metodas nereikalauja specialių meninių sugebėjimų, svarbus pats kūrybinis procesas, kuris pagal poreikius gali būti gydantis, ugdantis, atpalaiduojantis.

2. Išanalizavus meno terapijos sampratą, rūšis bei reikšmę neįgalaus asmens gyvenime paaiškėjo, kad meno tera-

pija, tai ne tik natūrali emocinės būsenos korekcija, bet ir vizualinė raiška ir tam tikras žmogaus ugdymas bei socializacija. Meno terapija suteikia galimybę sumažinti arba pašalinti žmogiškosios nevirties priežastis, kurių pašalinti nepajėgia pati psichikos sveikatos sistema. Meno terapija nukreipia žmogaus kentėjimus ir psichoemocinius išgyvenimus į saviraišką, stimuliuojančią jo kūrybines galimybes ir sugebėjimus. Asmenų turinčių psichikos sutrikimus meniniai gebėjimai apima ne vien intuicijos ir jausmų, bet ir intelekto raišką. Skirtingos meno šakos ugdo muzikinį, erdvinį, judesio, bendravimo gebėjimą, taip pat meninėje veikloje atsiskleidžia suvokimo aspektas (analizė, lyginimas, vertinimas), kritinio mąstymo, problemų sprendimo bei kiti protiniai sugebėjimai, turtinama emocinė patirtis, ugdoma jausmų raiškos kultūra, skatinamas asmenybės individualumo ir savarankiškumo atsiskleidimas.

3. Meno terapija padeda įveikti ne tik psichinio pobūdžio problemas, o kartais yra kaip pagalbinė priemonė medikamentiniam gydymui. Meno terapijos užsiėmimai daugeliui padeda atsipalaiduoti, įveikti vidinius išgyvenimus, sužadinti teigiamas emocijas, padeda atsikratyti bendravimo kompleksų.

Literatūra

1. Adleris A. Žmogaus pažinimas. Vilnius. Vaga, 2003.
2. Adomaitienė R. Taikomoji neįgalųjų fizinė veikla. Kaunas. LKKA, 2003.
3. Ališauskas A. Specialiųjų ugdymosi poreikių tenkinimas bendrojo lavinimo mokyklose: pokyčio analizė. Pedagogika, 2002; 56.
4. Bagdonas A. Sutrikimų klasifikacija. Vilnius, 1995.
5. Dabartinės lietuvių kalbos žodynas/Lietuvių kalbos institutas. Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidybos institutas, 2000.
6. Dalley T. Dailė kaip terapija. Vilnius, Apostrofa, 2004; 233-237.
7. Dapkutė A. Kalba be žodžių / Dailės kaip terapijos taikymo praktika. Vilnius: VŠĮ Rafaelis, 2003.
8. Juozulynas A., Meška V. Streso malšinimas, Vilnius. Pradai, 1996.
9. Karvelis V. Anomalus vaikas – šeima – mokykla, 1979.
10. Kočiūnas R. Psichoterapinės grupės: teorija ir praktika. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 1998.
11. Kreps GL, Thornton BC. Health communication: Theory & practice (2nd ed.). Prospect Heights, IL: Waveland Press). 1992.
12. Kriukelienė L. Dailės terapija, mokomoji knyga, Kaunas, Vitae litera, 2009; 40-48.
13. Kučinskienė R. Dailės terapija, seminarų užrašai, Kronta, 2006; 14-15.
14. Laužikas J. Rinktiniai raštai. I, Kaunas, 1993.
15. Liebmann M. Dailės žaidimai ir grupės struktūros // Dailė kaip terapija/Dailės taikymo gydymui įvadas. Vilnius: Apostrofa. 2004; 186-202.
16. Norkūnienė N. Neįgalųjų meninis ugdymas, Vilnius, Kronta, 2005.
17. Polukordienė O. Meno terapija. Grupinė psichoterapija Lietuvoje. Teoriniai modeliai ir jų taikymas. Vilnius, Via recta, 1999; 193-215.
18. Proškuvienė R. Psichikos sveikatos problemos. Vilnius, 2008.
19. Pūras D. Lietuvos psichikos sveikatos politika ir paslaugų plėtros strategija: kai kurie sistemos vertinimo rezultatai. Psichiatrijos žinios. 2003; 5-6(25/26): 15-17.
20. Ruškus J. Negalios fenomenas. Šiauliai, 2002; 21-190.

21. Socialinės apsaugos terminų žodynas. Vilnius: Sveikatos ekonomikos centras. 1999.

22. Sučylaitė J., Kirkutis A., Šostakienė N. Poetikos terapija – nauja galimybė gydant pauglių psichikos sutrikimus. Sveikatos mokslai, 2007; 3.

23. Копытин А.И. Новые методы и области практического применения арт-терапии. Арт-терапия новые горизонты. Москва: Когито центр, 2006; 7-17.

24. Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.Н., Добровольская Т.А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. Москва, Academia, 2001.

25. Рудестам К. Групповая психотерапия. 2-ое международное издание. Санкт-Петербург: Питер, 2006; 218-223.

ART THERAPY AS A TREATMENT METHOD INDIVIDUALS WITH SPECIAL NEEDS

Žana Dubodelova, Rimantas Mačiulaitis

Summary

Key words: special needs education, art therapy.

Persons suffering from mental illness and artistic skills beyond just

intuition and feelings, but also the expression of intelligence. The different branches of art develops different types of intelligence: musical, spatial, motion, or other communication, in addition to artistic activities developed understanding (analysis, comparison, generalization, evaluation), critical thinking, problem solving and other mental abilities, enhanced emotional experience and raise expression of feelings of culture, promote individuality and personal self-unfolding, the importance of arts education in particular of increasing the development of an intelligent, competent and creative knowledge-based society, which relates to the continued existence of signs and information systems of perception, interpretation and creative decision-making went. It is particularly useful for self and other cognitive skills and self-control, adaptability and respect for other (often different) ways of thinking, working and living, wide expression patterns (as well as artistic and aesthetic) spectrum.

Correspondence to: lormimas@gmail.com

Gauta 2012-07-13
