

## ORGANIZUOTOS VEIKLOS, TAIKANT DAILĖS TERAPIJOS ELEMENTUS, NAUDINGUMAS PARKINSONO LIGA SERGANTIEMS ASMENIMS

Aušra Kavaliauskienė, Ilona Venckienė  
*Kauno kolegijos Medicinos fakultetas*

**Raktažodžiai:** Parkinsono liga, veikla, dailės terapija, identitetas, įgalinimas, naudingumas, laisvalaikio veikla.

### Santrauka

Parkinsono liga - tai lėtinė, progresuojanti liga, kuri anksčiau ar vėliau sutrikdo kasdieninę gyvenimo veiklą ir sukelia neįgalumą. Asmenys, sergantys Parkinsono liga, dažniausiai netenka darbinės veiklos ir jiems ypač svarbi rūpinimosi savimi ir laisvalaikio veikla. Organizacijos, jungiančios tam tikra liga sergančius žmones, pasiūlo jiems veiklas, suteikiančias galimybę pažinti save, ligą, plėsti socialinius ryšius, geriau pažinti, realizuoti kūrybinius sumanymus. Straipsnio tikslas – atskleisti organizuotos veiklos, taikant dailės terapijos elementus, naudingumą Parkinsono liga sergantiems asmenims. Fenomenologinis kokybinis tyrimas atliktas 2017 sausio – vasario mėn., jame dalyvavo 23 asmenys iš Kauno apskrities Parkinsono draugijos Kauno skyriaus. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad organizuota veikla, taikant dailės terapijos elementus, sudaro galimybes Parkinsono liga sergantiems asmenims atrasti, plėtoti ir stiprinti savo identitetą per gilesnę savęs bei kitų pažinimą ir į(si)galinimą. Sutvirtėjęs/suformuotas identitetas leidžia asmeniui pasijausti vertingu grupės nariu bei padidina įgalinimo tikimybę. Tyrimo duomenų analizė parodė, kad organizuotos grupės nariams labai svarbus buvimo grupėje bendrumas, tačiau tuo tarpu kiekvienas grupės narys yra unikalus savo gyvenimo istorija. Bendros veiklos sėkmei labai svarbus kiekvieno grupės nario individualumo priėmimas. Atlikto tyrimo duomenimis, organizuotos veiklos, taikant dailės terapijos elementus, naudingumas pasireiškė šiose srityse: pasitikėjimo augimo, įgalinimo (įsigalinimo), socialinių ryšių kūrimo ir plėtojimo, dienos struktūros formavimo bei prasmingo laiko leidimo, teigiamų emocijų patyrimo, naujovių

išbandymo saugioje aplinkoje, pozityvaus požiūrio skatinimo, bendros grupės istorijos kūrimo. Ypatinga organizuotos veiklos nauda reiškėsi kūrybiškai išbandant naujas veiklas saugioje aplinkoje bei bendros grupės istorijos kūrimo procese.

### Įvadas

Parkinsono liga – tai neurodegeneracinė liga, kurios metu pažeidžiami dopominerginiai, cholinerginiai, serotonineriniai neuronai ir jų tarpusavio ryšiai. Parkinsono ligos diagnozė yra klinikinė, ji nustatoma remiantis paciento nusiskundimais, ligos anamneze ir klinikinio tyrimo duomenimis [8]. Mokslinės literatūros duomenimis, vyrai Parkinsono liga serga dažniau, dažniausiai susergama šeštajame – septintajame gyvenimo dešimtmetyje, bet pastebima ligos jaunėjimo tendencija. Lietuvoje Parkinsono liga serga per 12 000 žmonių [10].

Gyvenimo pokyčiai, sergant lėtine liga, stipriai paveikia asmens tapatumą ir gyvenimo būdą bei kelia sumaištį tiek vidiniame, tiek išoriniame asmens gyvenime. Kiekvienas žmogus per visą savo gyvenimą atlieka daug socialinių vaidmenų, kurių kaita koreguoja žmogaus gyvenimo ritmą ir dienotvarkę, tarsi atsiranda daugiau laisvo laiko ir atrodytų, kad šiuo laikotarpiu galima užsiimti mėgstama, malonumo teikiančia veikla [7]. Parkinsono liga - lėtinė, progresuojanti liga, kuri anksčiau ar vėliau sutrikdo kasdieninę gyvenimo veiklą ir sukelia neįgalumą. Žmogus, susirgęs jaunesniame amžiuje, po kelerių metų netenka darbingumo, vyresniems asmenims prireikia artimųjų pagalbos ir priežiūros, o ligai progresuojant visiems reikalinga slauga [8].

Daugelis tyrinėtojų atskleidė, kad asmenys, sergantys Parkinsono liga, susiduria ne tik su fizinės sveikatos, bet ir psichinės sveikatos problemomis. Sergantieji Parkinsono liga kenčia nuo depresijos, nerimo, apatijos, kognityvinių sutrikimų, demencijos, nuotaikų svyravimo. Tai turi įtakos ir gyvenimo kokybei, nes liga turi santykių problemų tiek šeimoje, tiek už šei-

mos ribų, ligoniai linkę į vienišumą ir izoliaciją [1,6].

Ligos įveikos procese kiekvienam asmeniui svarbu neprarasti savo tapatumo. Tapatumo išsaugojimui ir naujo identiteto kūrimui ligos kontekste labai svarbi tampa veikla. Žmogaus laiko naudojimas skirstomas į keturias, laikomas fundamentaliai skirtingomis, laiko kategorijas: t.y. apmokamą darbą, neapmokamą darbą, rūpinimąsi savimi ir laisvalaikį [4]. Asmenys, sergantys Parkinsono liga, dažniausiai netenka darbinės veiklos ir jiems ypač svarbia tampa rūpinimosi savimi ir laisvalaikio veikla. Asmeniui svarbu kuo geriau pažinti save – kas patinka daryti, ką asmuo sugeba daryti geriausiai, kas yra svarbu asmeniniam gyvenimui bei santykiams su supančiais žmonėmis. Ligos įveikos procese kiekvienam asmeniui ypač svarbu žinoti savo asmenybės bruožus, interesus, vertybes, kompetencijas. Tai sudaro galimybes išryškinti savo stipriąsias asmenybės puses [8].

Savęs pažinimas ir pozityvus savęs vertinimas yra aktyvios veiklos prielaida [7]. Socialiniuose moksluose rekreacijos procesas (organizuoto laisvalaikio veiklos) siejamas su socialine įtrauktimi: rekreacinės veiklos padeda įgalinti žmogų spręsti savo problemas, adaptuotis visuomeninėje veikloje, „valdyti“ savo gyvenimą, būti aktyviam visuomenės nariui [4]. Laisvalaikio veiklos yra asmens tapatybę formuojantis veiksnys, skiriami du jo aspektai: jėgų atgavimas (atsipalaidavimas) ir kognityvinis (naujų dalykų mokymasis) [9].

Laisvalaikio įprasminimas, jo vertybės bei funkcijų supratimas yra visuomenėje pakankamai standartizuoti ir priklauso nuo jos politinės ideologijos, industrializacijos laipsnio, ekonomikos, religinės bei kultūrinės tradicijos konteksto [4]. Įvairios organizacijos, vienijančios tam tikra liga sergančius žmones, pasiūlo jiems organizuotas veiklas, suteikiančias galimybes pažinti save, plėsti socialinius ryšius, geriau pažinti ligą, realizuoti kūrybinius sumanymus. Asmenys, priklausantys draugijoms, turi galimybę patirti prasmingo laiko leidimo džiaugsmą. Viena iš organizuotų veiklų formų – dailės terapija. Dailės terapija yra meno terapijos forma, kurioje svarbiausias yra kūrybinis procesas, padedantis išreikšti save, kontroliuoti savo elgesį, stabilizuoti emocinę būseną, sumažinti stresą, pagerinti savijautą. Dailės terapija turi didelę naudą žmogui, negebančiam savęs, savo minčių išreikšti žodžiais, dailė yra puiki priemonė tai padaryti neverbaliai. Tai puikus būdas norint klientui padėti išsigydyti nuo emocinių ir psichinių traumų, patirtų negatyvių išgyvenimų [2].

**Straipsnio tikslas** – atskleisti organizuotos veiklos, taikant dailės terapijos elementus, naudingumą Parkinsono liga sergantiems asmenims.

#### **Tyrimo objektas ir metodika**

Siekiant atskleisti organizuotos veiklos naudingumą

Parkinsono liga sergantiems asmenims, buvo atliktas fenomenologinis kokybinis tyrimas, padedantis atskleisti realybę tokią, kokią ją mato tiriamieji.

Tyrimo dalyvavo 50 - 85 metų amžiaus 23 asmenys (12 moterų ir 11 vyrų), lankantys Kauno apskrities Parkinsono draugijos Kauno skyriaus veiklas. Tyrimo dalyviai dalyvavo interaktyviuose seminaruose, kuriuose buvo taikomi dailės terapijos metodai. Interaktyvūs seminarai vyko Kauno kolegijos finansuojamos mokslo taikomosios veiklos „Idėjos praktiškai“ projekto „Parkinsono liga sergančių asmenų gyvenimo kokybės gerinimas fiziniu ir psichosocialiniu požiūriu“ metu. Tyrimo patikimumą lėmė trianguliacijos ir saturacijos principų taikymas. Tyrimo metu buvo taikoma trianguliacija pagal duomenų rinkimo instrumentus. Duomenys buvo renkami naudojant šiuos duomenų rinkimo instrumentus: neformalų grupinį interviu, stebėjimą ir dalyvaujantį stebėjimą. Tyrimo duomenys buvo renkami 2017 m. sausio – vasario mėnesį. Vėliau tyrimo duomenys buvo analizuojami: išskiriami kodai, kategorijos ir analitiniai memos. Tyrimo rezultatų interpretacijai naudojamos Egzistencinės socialinio darbo teorijos nuostatos.

Atliekant tyrimą buvo laikomasi tyrimo etikos principų. Tyrimo dalyviams buvo suteikta informacija apie tyrimą. Visų tyrime dalyvaujančių asmenų vardai buvo keičiami, siekiant išsaugoti konfidencialumą.

#### **Tyrimo rezultatai ir interpretacijos**

Egzistencinė filosofija padeda asmeniui įsisąmoninti ir atrasti savo gyvenimo prasingumą, atskleisti savo būtį. Būties pasaulyje yra trys esminiai dalykai – išorės pasaulis (aplinka), buvimas su kitais žmonėmis ir savas pasaulis (žmogus – unikali asmenybė) [3]. Tyrimo rezultatų analizė atskleidė šias kategorijas, atspindinčias savą pasaulį (žmogus – unikali asmenybė): savęs ir kitų pažinimas; pasitikėjimas savimi ir į(si)galinimas. Buvimą su kitais žmonėmis atskleidė šias kategorijos: bendrystė su kitais ir bendravimas, bendradarbiavimas; palaikymas ir parama. Išorės pasaulį (aplinką) atspindinčios kategorijos: dienos struktūra ir prasmingas laikas; teigiamų emocijų patyrimas ir naujovių išbandymas saugioje aplinkoje; pozityvus požiūris/pozityvumo skatinimas ir bendros grupės istorijos kūrimas. Egzistencinis požiūris daugeliu atvejų padeda lėtine liga sergančiam asmeniui priimti besikeičiančią realybę, įžvelgti gyvenimo prasmę ir surasti jėgų keisti gyvenimo stilių pagal kintančią sveikatos būklę.

**Savęs ir kitų pažinimas.** Dalyvavimas užsiėmimuose, kuriuose buvo taikomi dailės terapijos elementai, sudarė galimybę tyrimo dalyviams pažinti naujus grupės narius, su kuriais ateityje bus užmezgami prasmingi socialiniai ryšiai <...> *man praėjusį kartą irgi labai patiko, kadangi plačiau*

*susipažinome su tais, kurie atėjo pirmą kartą <...>* [J.M.].

Nors grupės nariams svarbus buvimo grupėje bendrumas, vis dėlto kiekvienas grupės narys yra unikalus, todėl labai svarbu, kad grupė priimtų kiekvieno nario individualumą. Tai prielaida kiekvienam grupės nariui plėtoti savo autentiškumą. Tyrimo taikytų dailės terapijos metodų metu atsiskleidė, kad grupės nariai priėmė ir palaikė kiekvieno asmens individualius skirtumus.

*Kiekvienas mato kitaip (apie piešinio interpretaciją). Kiekvienas dailininkas... ir tik jis supranta (ką norėjo pa-vaizduoti), o kitas žmogus gali ir nesuprasti.* [A.M.].

*Vienu žodžiu, čia vanduo labai gražus. Debėsy matyti. Čia žmogus ėjo miško keliu. Čia miškas. Pavasarį daug gėlyčių. Ir žmogus ėjo, ėjo... Čia gyvena toks kaimynas. Čia toks raudonų plytų takutis. O čia ežeras, prie ežero auga meldai, pavasarį labai gražiai raudonai pražydo. O čia atbėgo kiaulė (visi kas klausio juokiasi). Čia E.V. laiko raketę, dešinė ranka, aišku* [O.M]

Šios grupelės nariai nebijojo būti kitokie, nestandartiniai tiek piešdami, tiek pateikdami piešinio interpretaciją. Simboliai, atspindintys jų kitoniškumą: *raudoni meldai, raudonų plytų takas, besigananti laukuose kiaulė.*

*Man patiko tai, kad mes gyvenom ir dirbom savo darbuose, bet dabar dauguma nebedirba, susidarė mums didelės ratas, naujos pažintys, naujų žmonių pažinimas teikia mums visiems sveikatos* [G.M.].

*Noriu prisijungti prie visų kalbų. Tikrai labai patiko, labai patiko visas bendravimas ir kad niekas nekritikavo, kad visi reiškė savo nuomonę, mintis ir papildė vienas kitą, ir nebuvo tokių, kaip sakoma, tu blogas, tu geras. Ir labai labai linkiu visiems grįžti į jaunystę, nes tik jauni, maži vaikai atskleidžia visus savo vidinius polėkius, visus savo norus ir sėkmės* [P.V.].

Šių dviejų informantų pasisakymai patvirtina asmens, sergančio Parkinsono liga, tapatumo formavimą per iš naujo padarytas įžvalgas apie save. Susirgus lėtine liga tarsi sugriūva anksčiau turėtas asmens tapatumas, jį reikia iš naujo sukonstruoti prisimenant ir praeitį. Praeityje įgytus tapatumo ženklus svarbu integruoti į dabartinę asmens realybę ir konstruoti naują tapatumą.

**Pasitikėjimas savimi ir į(si)galinimas.** Savęs pažinimas yra savivertės didėjimo prielaida, padedanti formuoti pasitikėjimui savimi. <...> *aš tikiuosi, kad mes išeiname iš čia labiau pasitikintys savimi, ne tikiuosi, bet iš tiesų taip yra* [I.M.]. Šis informantės sakinyje atskleidžia grupinės veiklos, taikant dailės terapijos elementus, prasmę ir naudingumą – įgyti daugiau pasitikėjimo savimi.

<...> *linkiu visiems kuo daugiau judėti, nežiūrėti labai ilgai televizoriaus, na, ir visiems linkiu gerėjančios sveikatos*

<...> [E.V.]. Informanto žodžiuose atsispindi noras, siekis įgalinti savo grupės draugus veiklai, kuri būtų naudinga jų psichinės ir fizinės sveikatos būklei.

<...> *kai čia ateini, liga tarsi išnyksta, pasijunti toks sveikas* <...> [L.V.]. Užsiėmimai padeda žmonėms atrasti ir pamatyti kitus dalykus, nesusikoncentruoti tik į ligą, o daryti tai, ką dar galima padaryti. Užsiėmimai tarsi įgalina dalyvius.

Kaip pažymi tyrimo dalyvė A.M. <...> *čia viską galiu daryti* <...>. Informantės vartojamas žodis „galiu“ atskleidžia įsigalinimą, gautą per grupinę veiklą. Įsigalinimas leidžia asmeniui, sergančiam lėtine liga, pajusti, patirti, kad jis gali kažką prasmingo ir vertingo veikti, atrasti ir priimti kitus socialinius vaidmenis, ne tik ankstesnį ligonio vaidmenį. Anksčiau, prieš susirgdami, dalyviai buvo aktyvūs visuomenės nariai, turėjo darbus, pomėgius, kas leido jiems užimti vertingo visuomenės nario statusą. Susirgus ir netekus šio statuso ir nuvertinant save, kaip visiškai nevertingą – tik ligonį - svarbu vėl atstatyti žmogaus vertingumą, leisti pajusti, patirti ir patikėti, kad asmuo gali būti vertinamas. Svarbiausias pirmasis žingsnis – kad sergantysis pirmiausia patikėtų savimi – įsigalintų.

**Bendrystė su kitais ir bendravimas, bendradarbiavimas.** Savęs pažinimas ir įsigalinimas suteikia galimybę kitam žingsniui – bendrystei su kitais: <...> *praėjusį kartą buvau, man labai patiko tas bendravimas, toks nuoširdus* <...> [J.V.]. Informantas grupinių užsiėmimų naudingumą patiria per bendravimą. Bendravimas patenkina dalyvių priklausymo grupei poreikį, jie jaučiasi išklaustyti <...> *man patiko anąsyk, atėjau ir šiandien* <...> [H.M.]. Iš šių žodžių galima spėti, kad grupė išpildo tyrimo dalyvės lūkesčius – patirti geras, teigiamas emocijas.

*Mane truputėlį stebina, gal nestebina, labai nuoširdus bendravimas ir čia labai malonu* [J.M.]. Ši tyrimo dalyvė centrą pradėjo lankyti neseniai – tik antras užsiėmimas, ir jau po antro ji jaučiasi grupėje priimta. Iš žodžio „stebina“ galima daryti prielaidą, kad informantė nesitikėjo taip greitai pritapti grupėje. Jau antrojo užsiėmimo metu ji jaučiasi „sava“, du kartus pakartojamas žodelis „labai“ atspindi jos geros vidinės būsenos tikrumą.

<...> *labai malonu, kad dar galiu ateiti* <...> [L.V.]. <...> *praeitą kartą patiko, sudomino labai. Smagu apskritai, ir šiandien žinau, kad reikės ateiti* <...> [E.V.]. Iš informantų žodžių jaučiamas džiaugsmas, kuris prasideda dar ruošiantis ateiti į grupės užsiėmimą. Galima daryti prielaidą, kad ta savaitės diena, kai ateinama į užsiėmimą, tampa prasminga. Vien tik žinojimas, kad vyks grupės užsiėmimas, suteikia smagias emocijas „smagu apskritai girdėti“.

<...> *praėjusį kartą nebuvau, bet namuose visa širdimi buvau su jumis. Stengiuosi čia ateiti, nes žinau, kad čia labai smagu, labai gerai. Stengiuosi būt, ateit, kiek tik galėsiu.*

*Ir visiems linkiu to paties <...> [D.M.]. Iš tyrimo dalyvės žodžių jaučiasi liūdesys, kad kartą negalėjo dalyvauti užsiėmime. Jos žodžiai „visa širdimi buvau su jumis“ parodo, kad grupės užsiėmimai jai labai reikšmingi, neateidama į juos tyrimo dalyvė galvoja apie tai, ko neteko. Informantės žodžiai „stengiuosi ateiti“ atskleidžia jos didelį norą, pasiryžimą dalyvauti grupės užsiėmimuose, kuriuose ji patiria teigiamas emocijas „čia labai smagu, labai gerai“. Informantė tarsi perkelia asmeninį džiaugsmo patyrimą ir kitiems grupės dalyviams, tarsi linki, kad gerų, teigiamų emocijų patirtų ir kiti grupės nariai.*

*<...> labai patiko praėjusį sykį, džiaugiuosi, kad gražiai pabendrauvome <...> ir humoro čia yra, patiko, labai smagiai jaučiuosi <...> [A.M.]. Informantei didelį džiaugsmą teikia bendravimas, kuris yra įvairiapusis, tai suteikia smagumo jausmą.*

Bendravimas ir bendradarbiavimas padeda jaustis naujingiems vieni kitiems, tai padidina motyvaciją dalyvauti užsiėmimuose ir suteikia jausmą, kad grupės narių dalyvavimas svarbus vieni kitiems.

**Palaikymas ir parama vienas kitam.** Dalyvaujant organizuotoje veikloje, taikant dailės terapijos elementus, kuriami ir plėtojami socialiniai ryšiai, suteikiama galimybė gilesnėms sąveikoms tarp grupės narių.

*Aš praėjusį kartą nebuvo, bet buvo daktarė, ji sakė, kad buvo labai įdomu, šiandien abejoju eiti ar ne. Bet galvoju, kad eisiu, tikrai neslidu. Taip pat pasakojo, kad labai įdomu buvo, tai negalėsiu neateiti [J.M.]*

*Praėjusį kartą nebuvo, negalėjau ir labai ačiū D.M., kad man skambino ir priminė. Labai dėkoju visam šitam kolektyvui, kurie rūpinasi, visi draugiški. Aš labai patenkinta, kad atėjau, kad D.M. man priminė, linkiu optimizmo [A.M.].*

Tyrimo dalyviai vienas kitam perduoda informaciją, dalijasi patyrimais ir išgyvenimais, palaiko vieni kitus, paskatina (net įgalina) vieni kitus dalyvauti užsiėmimuose. Informančių citatos atskleidžia stiprų pasitikėjimą grupės dalyviais, su kuriais yra užsimezge asmeniniai ryšiai. Skambučiai ir priminimai vieni kitiems neleidžia nedalyvavusiam užsiėmime pasijusti pamirštam ir vienišam. Priešingai – užsiėmime nedalyvavęs asmuo yra prisimenamas, įtraukiamas.

Grupės nariai teikia vienas kitam palaikymą. Palaikymas svarbus elementas asmeniui, kuris nedrįsta įsitraukti į naujas veiklas: *<...> čia gali būti labai sudėtinga papasakoti (apie nupieštą piešinį), labai atsiprašau, jei mano kalba bus nerišli <...> [H.M.]. Tyrimo dalyviai, išgirdę tokius žodžius, iš karto nuramino moterį, kad labai stengsis klausyti, o jei ko nesupras – paklaus.*

*Piešt prireikė, o aš gyvenime nesu piešęs [A.V.] (pasisakantis dalyvis juokiasi, visa grupė ploja). Refleksijos metu tyrimo dalyvis nebijo pripažinti savo negebėjimų, tuo pačiu*

metu gauna grįžtamąjį ryšį ir palaikymą iš grupės – plojimus, reiškiančius padėsinimą.

*Buvo gera nuotaika. Tiesiog jautiesi kažkaip pakylėtas. Ačiū visiems už tai [V.V.]* – Šis dalyvis suvokia, kad gera nuotaika, atmosfera buvo sukurta tik pačių grupės narių dėka, todėl šis dalyvis išgyvenęs ypatingą jausmą – pakylėjimą – yra dėkingas visai grupei.

*Po kiekvienos grupelės (kiekviena piešė atskirus piešinius) piešinio pristatymo ir interpretacijos aidėjo plojimai. Vieni kitų labai atidžiai klausėsi, uždavinėjo klausimus, reagavo, vis skatino daugiau kalbėti sakydami vieni kitiems pagyrimus (stebėjimas).* Plojimai ir pagyrimai vieni kitiems atspindi šiltą, palaikančią atmosferą grupėje, padedančią sergančiam Parkinsono liga plėtoti savo turimus gebėjimus.

**Dienos struktūra ir prasmingas laikas.** Kiekvienam asmeniui svarbu įprasminti savo buvimą pasaulyje, o dalyvaujant organizuotoje grupinėje veikloje lengviau suteikti kiekvienai dienai prasmę.

*<...> jeigu čia būtų blogai, tai per tokį slidų orą, drėgną, tiek daug čia nesusirinkty. Vadinas, čia tikrai labai gerai. Ir tikrai gerai: atsipalaiduojam, išeinam iš namų. Man atrodo, kad visi eisim ir kol dar leis galimybės, na visi eisim su malonumu <...> [J.M.]. Informantės pateiktuose samprotavimuose atsiskleidžia grupės veiklos naudingumas. Tyrimo dalyvės nuomone, jei grupė susirenka ir esant sudėtingoms oro sąlygoms, tai tiesiogiai atspindi grupės narių pasitenkinimą vykstančia veikla ir procesu. Grupinio proceso metu ši tyrimo dalyvė patiria atsipalaidavimą, tarsi palikdama visus rūpesčius už grupės ribų. „Išėjimas iš namų“ informantei savaime yra vertingas, suteikia vienai konkrečiai dienai prasmingą tikslą. Tyrimo dalyvės pasisakyme yra vartojama „mes“ forma. Galima numanyti, jog informantė tiki, kad taip jaučiasi ne tik ji, bet ir kiti grupės nariai.*

Labai svarbi grupės veikla – refleksijos – pasidalinimas asmeninėmis išvalgomis po įvykusios veiklos: *<...> sėdėdama šitam rate, aš dabar supratau, kodėl mes nupiešėm didelę saulę. Pažvelkite – tai liečia mus visus. Ačiū. <...> [H.M.]. Tyrimo dalyvė labai taikliai piešinio simbolį – saulę – sulygina su visa grupe. Šis simbolis atspindi grupės jaukumą, šilumą, rūpestį vienu kitais. Refleksija šiai dalyvei buvo ypač svarbi, nes tik refleksijos metu <...> dabar aš supratau <...> padaro tokias svarbias išvalgas.*

*Patiko kompanija prie stalo, kadangi aš nemoku piešti ir nenoriu, tai pats bendravimas labai malonus su žmonėmis, pasijuokti vienas iš kito [L.V.]. Moteris nebijo būti atvira su grupės nariais, ji atvirai pasako, kokių veiklų ji nenori. Tačiau tuo pačiu metu atranda būdą, kaip dalyvauti toje veikloje – ji mėgaujasi tiesiog grupės procesu – bendravimu ir jį lydinčiu humoru.*

**Teigiamų emocijų patyrimas ir naujovių išbandy-**

**mas saugioje aplinkoje.** Organizuotoje grupinėje veikloje, kurioje taikomi dailės terapijos elementai, yra galimybė išgyventi ir patirti naujų potyrių, kurių paprastai kasdieniame gyvenime asmuo nedrįstų ar nenorėtų išbandyti.

*Džiaugiuosi, man gera šitam rate.* [I.M.]. Čia atsispindi I.M. emocinė būseną, lankant grupinius užsiėmimus „man gera“.

*<...> labai smagu ir iš savęs pasijuokti <...>, <...> čia žinot, kaip smagu, labai daug šypsėnos. Pati iš savęs pasijuokti <...>, <...> saulė labai madinga, išsidažiusi <...> (visi juokiasi, pastebėjimas apie grupės nupieštą saulę). <...galėsime ir namuose tapyti <...> (visi juokiasi).*

Užsiėmimuose dalyviai turėjo galimybę išbandyti naujas veiklas. Tyrimo dalyviams buvo taikyti dailės terapijos metodai, kurie jiems pakankamai nauji.

*<...> va, kaip gražiai padarėte. Labai gražios gėlės (nupieštos).* <...> [L.M.].

*<...> Ant melsvo ežero bangų plaukiojo laivelis (Vienas dalyvis apie nupieštą popieriaus lapę ežerą; dalyvio veide šviečia šypsena, jaučiasi pasididžiavimas, kad prisimena mokyklos laikų eilėraščių). Labai gražiai pasakėte (sureaguoja kitas dalyvis) <...> [A.V.] <...> padėklamuokite, jūs mokate deklamuoti <...> (dar prašo pasakyti eilėraščių).*

*<...> Saulė šviečia, čia tikrai pas mus gražu! <...>. (Dalyvė apie nupieštą saulę piešinyje; piešinys tema – Pavasaris). <...> Man atrodo, kad visai gerai gavosi <...> (dalyvė apie nupieštą bendrą piešinį) <...> labai gražu <...> (dalyvė apie nupieštą bendrą piešinį).*

Nauji darbo būdai, metodai, idėjos visada žmonėms kelia įtampą. Grupės nariai dailės terapijos metodus išbandė pirmą kartą. Išbandydami naujus dalykus, proceso metu jie palaikė vienas kitą. Pagyrimai yra paskatinimas tęsti pradėtą veiklą, užbaigti ir iki galo atlikti užduotį.

*<...> kas pratęsia piešinį? <...>.* Iš šio dalyvio pasisakymo galima spėti, kad grupės narių tarpusavio santykiuose nėra konkurencijos, vyrauja vienas kito palaikymas.

*<...> piešimas labai padeda nusiraminti <...> [J.M.].* Dalyviai padeda vieni kitiems atrasti naujos, neišbandytos veiklos prasmę. Įgarsinimas žodžiais pasiekia kitus dalyvius, padeda ir jiems įprasminti tą veiklą, kurią atlieka čia ir dabar.

*<...galėsime ir namuose tapyti <...> (visi juokiasi) –* Nors ši citata nuskambėjo kaip juokas, vis tik joje galima išžvelgti savęs įgalinimą – daryti naujas, neįprastas, neišbandytas veiklas gyvenime. Tai reiškia ir baimės nugalėjimą (baimės jausmo imtis naujų veiklų sumažėjimą).

*Ir mes taip pat kviečiam visus, kad namuose pieštumėm. Mes labai norim ir namuose piešti. Užsikrėsti jaunyste, energija ir viskuo* [L.M.] – dalyvio pasisakyme atkreiptinas dėmesys į vartojamus žodį „mes“. Naujų veiklų išbandymas tarsi buvimas savo vidumi jaunam, kai kaip tik norisi iš-

bandyti viską, kas yra nepažinta „<...> užsikrėsti jaunyste, energija ir viskuo“.

Iš vienos grupės veiklos gali gimti iniciatyvos ir kitoms veikloms, kurios yra naujos, netikėtos, nebandytos:

*<...> kadangi aš esu siuvinėjusi, tai galėčiau išsiuvinėti kiekvienam po raudoną tulpę <...> [J.M.].*

*<...> mes pavasarį važiuosim į botanikos sodą <...> [B.M.].*

*<...> kitą kartą dainuosim <...> [G.M.].*

*Kiek išryškėjo talentų. Visi gal neįtarėm, kad mes taip mokam, taip sugebam. O va, kaip gražiai pakomentavom, taip nupiešėm, visa istorija išėjo [V.M.].*

*Noriu prisijungti prie visų kalbų. Tikrai labai patiko, labai patiko visas bendravimas ir kad niekas nekritikavo, kad visi reiškė savo nuomonę, mintis ir papildė vienas kitą, ir nebuvo tokių, kaip sakoma, tu blogas, tu geras. Ir labai labai linkiu visiems grįžti į jaunystę, nes tik jauni, maži vaikai atskleidžia visus savo vidinius polėkius, visus savo norus [V.V.].*

Apibendrinant tyrimo dalyvių mintis, galima teigti, kad naujovių išbandymas saugioje aplinkoje sudarė galimybes tyrimo dalyviams atrasti savo turimus gebėjimus, pomėgius, talentus ir paskatino išdrįsti įsitraukti į naujas, nebandytas veiklas.

**Pozityvus požiūris ir bendros grupės istorijos kūrimas.** Bendri užsiėmimai, veikla padeda grupės nariams atrasti daug pozityvaus požiūrio į gyvenimą. Lėtine liga sergantis asmuo gali turėti negatyvų požiūrį į supantį pasaulį, nerasti jame prasmės ir džiuginančių dalykų, o tai gali turėti įtakos tokią emocinei būsenai kaip depresija, nuolatinis nerimas ir pan. Taikant dailės terapijos metodus išryškėjo, kad grupės nariai turi daug vidinio pozityvumo, kuriuo dalijasi vieni su kitais.

*Norim saulės. Ir kad daug būtų, šviestų. Paskui gėlytės pražydo, žolytė, medelis. Čia dar zuikelis Velykų ieško. Na, čia labai gražūs varliukai. Labai gražios gėlytės: čia pienė, rožė, tulpė. (grupės pasakojimas apie savo piešinį).*

Iš grupės narių pasakojimo atsispindi pozityvaus požiūrio į supančią aplinką simboliai: saulė, įvairios gėlės (ypač tulpė – Parkinsono draugijos simbolis).

Kiekviena grupė turi savo istoriją. Išgyventos, išjaustos, išreflektuotos patirtys vienija grupės narius, tai yra grupės identitetas. Taikant dailės terapijos metodus, asmenys taip pat kūrė bendro piešinio interpretacijas, remdamiesi bendra grupės istorine patirtimi:

*Pradėjom mes gyventi prie Nemuno. Mes prie Nemuno užaugom, mūsų miestas Kaunas ir tada mūsų Nemunėlis teka čia pro Balbieriškio kilpą, toliau niūniuoją. Pavasaris prasideda. Kažkas daržoves augina: čia morkos, čia salotos. Pavasaris prasideda pirmiausia lietumi (visa piešinį pristatanti grupė pradeda trypti kojomis), nuplauna po žiemos*

*visus nešvarumus. Tada jau pradeda žydėti mūsų gėlytės. Čia sužydi tulpės, toliau žydi žibuoklės, čia mūsų miniatiūrinės žibuoklės. Čia visos pavasarinės gėlės. Parskrido varnėnas (kažkas mėgdžioja varnėną) (visa grupė juokiasi). Varnėnas renka visus šapelius ir kirminus. Taip pat prie Nemuno atėjo pasivaikščioti šunelis, jaunuolis su šuneliu ir džiaugiasi gamta kartu su mumis.*

Iš grupės narių pasakojimo galima išvelgti bendrus grupės istorijos elementus. Svarbus vartojamas žodis „mūsų“. Labai įdomu, kad kurdama pasakojimą grupelė nebijojo improvizuoti, nupieštus dailės terapijos simbolius papildė naujais komponentais – garsais – kurių nereikalavo užduoties formuluotė. Tai rodo grupės narių kūrybiškumą. Kūrybiškumas, kaip savybė, yra labai svarbus ir kasdieninėje veikloje, ypač asmeniui, sergančiam lėtine liga, kai į daugelį situacijų gyvenime tenka reaguoti kitaip, t.y. kūrybiškai.

### Išvados

1. Organizuota veikla, taikant dailės terapijos elementus, sudaro galimybes Parkinsono liga sergantiems asmenims atrasti, plėtoti ir stiprinti savo identitetą per gilesnį savęs bei kitų pažinimą ir į(si)galinimą. Sutvirtėjęs/suformuotas identitetas leidžia asmeniui pasijausti vertingu grupės nariu bei padidina įgalinimo tikimybę.

2. Tyrimas atskleidė, kad organizuotos grupės nariams labai svarbus buvimo grupėje bendrumas, tačiau drauge kiekvienas grupės narys savo gyvenimo istorija yra unikalus. Bendros veiklos sėkmei labai svarbus priimti kiekvieno grupės nario individualumą.

3. Organizuotos veiklos, taikant dailės terapijos elementus, naudingumas išryškėjo pasitikėjimo augimo, įgalinimo (įsivalinimo), socialinių ryšių kūrimo ir plėtojimo, dienos struktūros formavimo bei prasmingo laiko leidimo, teigiamų emocijų patyrimo, naujovių išbandymo saugioje aplinkoje, pozityvaus požiūrio skatinimo, bendros grupės istorijos kūrimo srityse. Ypatinga organizuotos veiklos nauda reiškėsi kūrybiškai išbandant naujas veiklas saugioje aplinkoje bei bendros grupės istorijos kūrimo procese.

### Literatūra

1. Bouwmans A, Weber W. Neurologist's diagnostic accuracy of depression and cognitive problems in patient with parkinsonism. *Bio-Med Central Neurology* 2012;36:1471-2377.
2. Dawson H., Art therapy benefits for anxiety & Stress at Work – 2015. (žiūrėta 2017-09-12). <http://www.arttherapyblog.com/mental-health/art-therapy-benefits-for-anxiety-stress-at-work/#.V1R1kvmLTIU>.
3. Grakauskaitė-Karkockienė D. Kūrybos psichologija. Vilnius. UAB Logotipas. 2002; 238.
4. Kublickienė L. Laisvalaikio sociologija: paradigmu skirtumai.

Filosofija. *Sociologija*, 2001; 2:35-42.

5. Liasauskienė D., Aleksienė V. Socialinis darbuotojas kaip rekreacinės veiklos organizatorius dirbantis su gatvėje laiką leidžiančiais jaonais žmonėmis. *Visuomenės sveikata*, 2016; 2:83-91.
6. Martignoni E, Citterio A, Zangaglia R. et al. How parkinsonism influences life: the patients' point of view. *Journal of the neurological sciences* 2011; 32:125-31. <https://doi.org/10.1007/s10072-010-0435-x>
7. Staniulienė D. Veikla ir gyvenimo būdas. Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos. Mokymo knyga / Vytauto Didžiojo universitetas. Socialinio darbo institutas. Kaunas. Vytauto Didžiojo universiteto leidykla, 2002; 336.
8. Valeikienė V. ir kt. Parkinsono liga ir neįgalumas. *Sveikatos mokslai*, 2015;25(1):54-57. <https://doi.org/10.5200/sm-hs.2015.009>
9. Žiliukaitė R., Poviliūnas A., Savicka A. Lietuvos visuomenės vertybių kaita per dvidešimt nepriklausomybės metų (monografija). Vilnius. Vilniaus universiteto leidykla, 2016; 316.
10. Žiūgždienė J. Parkinsono liga gali paliesti ir jauną žmogų. *Bernardinai.lt*. -2016. (žiūrėta 2017 09 06): <http://www.bernardinai.lt/straipsnis/2016-04-11-parkinsono-liga-gali-paliesti-ir-jaunazmogu/142938>.

### THE AVAIL OF ORGANIZED ART THERAPY ACTIVITIES FOR PEOPLE WITH PARKINSON'S DISEASE

A. Kavaliauskienė, I. Venckienė

Key words: the avail of organized activities, Parkinson's disease, art therapy, identity, empowerment, usefulness, leisure activities.

#### Summary

The person's identity and lifestyle are greatly affected by changes in life in chronic illnesses. These changes cause confusion in the internal and external life of a person. Parkinson's disease is a chronic, progressive disease that sooner or later disturbs everyday life of a person and causes person's disability. It is important for every person to keep their identity in the process of coping with the illness. Activities are very important in the creation of a new identity in the context of a disease. People with Parkinson's disease usually lose their working routines, self-care and leisure activities, which are especially important for them.

Various organizations combine people with a particular illness to offer them organized activities. These activities provide them possibilities to expand self-knowledge, develop social contacts, get to know better the disease, better realize creative ideas. Those who are members of any organizations have the opportunity to experience the joy of a meaningful time permit. The aim of the article is to reveal the usefulness of organized art therapy activities for people with Parkinson's disease.

A phenomenological qualitative study was conducted. 23 people from the Kaunas Branch of Kaunas County Parkinson's Society participated in the study. The results of the study revealed that organized art therapy activities enable people with Parkinson's disease to discover, develop and strengthen their identity through

a deeper knowledge of themselves and others. The consolidated / formed identity allows a person to feel a valuable group member and increases the possibility of empowerment. The analysis of the research data showed that the members of the organized group are very important for the group commonality but however each member of the group is unique with his life history. The individuality of each group member is very important for the success of a joint activity. According to the results of the research, the usefulness of the organized art therapy activities was found in the following areas: creation and development of social relationships, formation of daily structure and meaningful time-lapse, experience

of affirmation emotions, testing of innovations in a safe environment, promotion of a positive attitude, creation of a group history story. A particular benefit of organized activities was the creative experimentation of new activities in a safe environment and in the process of creating a common history of the group.

Correspondence to: [ausra.kavaliauskiene@go.kauko.lt](mailto:ausra.kavaliauskiene@go.kauko.lt)

Gauta 2017-10-05

---