

DRAMOS TERAPIJOS METODŲ TAIKYMAS ERGOTERAPIJOS STUDIJŲ METU

Salomėja Burneikaitė, Valda Šertvytienė, Andrius Stasiulis

Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakultetas

Raktažodžiai: ergoterapija, dramos terapija, proceso drama, interaktyvūs dramos metodai.

Santrauka

Straipsnyje pristatoma dramos terapijos metodų taikymo patirtis Klaipėdos universitete ergoterapijos studijų metu. Jame atskleidžiama, koku būdu dramos terapijos metodai praktiškai studentams pateikiami kaip kūrybiškumo atskleidimo instrumentai ir viena iš meno terapijos sričių. Grupinių užsiėmimų metu studentai įsitraukė į veiksmą, dalijosi patirtimi, kurdami kartu proceso dramą, kurios pagrindinis veikėjas – judėjimo ir kompleksinę negalią turintis asmuo. Straipsnis supažindina su proceso dramos kūrimo etapais, aptariamomis studentų patirtys jų metu, analizuojamas naudotų dramos terapijos metodų taikymo efektyvumas. Anketinė apklausa, atlikta per empirinių tyrimų ir stebėsenos proceso analizę, atskleidžia, kaip dalyviai jaučiasi ir kaip suvokia dramos terapijos metodų poveikį. Nuosekliai išdėstyti darbo etapai grupės darbe ir proceso dramos plėtojimas, pagal sutartas taisykles, padėjo dalyviams pažinti, drąsiau atsiverti ir išreikšti save, remiantis asmeniniu kūrybiškumu rasti geriausius sprendimus nestandartinėse aplinkybėse.

Proceso dramos „Fredis“ struktūra ir patirtys grupėje pateikiamos I lentelėje, įvardijant atskiras jos dalis, tikslus, užduotis, veiksmus ir įžvalgas. Anketinės dalyvių apklausos rezultatai atskleidžia, kad studentų lūkesčiai buvo mažesni, negu įgytas dramos terapijos metodų praktinis patyrimas. Analizuodami gautus duomenis matome, kaip ženkliai keitėsi jausminė ir kūrybinė grupės narių nuotaika sesijų metu. Visi apklausoje dalyvavę studentai pripažino, kad dalyvaudami dramos terapijos sesijose jie patyrė gerų emocijų, pasijuto artimesni, sužinojo ir gavo netikėtų patirčių apie save, grupės narius ir galbūt būsimus pacientus. Taigi, galima teigti, kad interaktyvių dramos metodų taikymas ergoterapijos

studijų procese, plėtojant proceso dramą, yra tinkamas metodas integruotai mokantis ne tik svarbių profesinių dalykų, bet ir tinkamo bendravimo, profesinės etikos, atsakingai rengiantis ergoterapeuto praktikai.

Įvadas

Dramos terapija yra viena iš meno terapijos sričių. Dramą Dabartinės lietuvių kalbos žodynas apibrėžia kaip kūrinį, parašytą dialogo ir monologo forma, pritaiktą vaidinti scenoje arba rimto turinio vaidinamąjį kūrinį [2]. Iš teatro istorijos žinome, kad drama, kaip „rimtas vaidinamasis kūrinys“, siekia antikos laikus. Atsirasti dramos terapijai postūmį davė XX a. pradžioje J. L. Moreno suformuluota psichodramos idėja. Tai yra grupinio darbo metodai, gimę panaudojant teatro galimybes, tačiau tai, kas grupėje kurama, nėra skirta žiūrovams. Dramos terapija kryptingai renkasi teatro technikų naudojimą asmeniniam augimui, tobulėjimui. Tai interaktyvių veiksmo metodų visuma, padedanti grupės dalyviams vaidmenų žaidimų, improvizacijų, refleksijų metu gauti naujų patirčių, įvardyti emocijas, leidžiančias geriau pažinti save, grupės narius bei gyvenimo dėsnius. Tikslingai dirbant dramos metodai tampa paveikiu terapijos bei asmenybės savireguliacijos instrumentu. Per veiksmą, bendravimą, garsą ir žodį, naudojant lėles ar kaukes, judesio plastiką, dramos terapijos metodai padeda dalyviams giliau pažinti save ir kitą, mokytis atpažinti paciento poreikius, padėti išlaikyti pusiausvyrą tarp savęs ir aplinkos, skatina tobulėti. Ši meno terapijos rūšis, kaip viena iš kūrybiškumo ugdymo instrumentų, itin svarbi ergoterapeutams, siekiantiems padėti žmonėms atgauti prarastas jėgas, atstatyti pažeistas funkcijas arba įgyti naujų kompetencijų.

Reabilitacijos katedros programoje, pagal kurią Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakultete studijuoja būsimeji ergoterapijos bakalaurai, studentai supažindinami su įvairiais kūrybiniais metodais, išbando juos praktiškai. Ruošdamiesi susitikti su pacientais jie turi galimybę patys patirti, kokios svarbios sveikatai yra žmogaus emocijos,

jausmai ir mintys. „Žmonės, kurie nustoja kurti, „įstringa“ negatyvioje savo būsenoje ar ligoje. Jiems sunku įsivaizduoti, kad pasaulis gali būti ir kitoks – žymiai įdomesnis ir spalvingesnis. Neįgalūs žmonės, ypač sergantys sunkesnių formų ligomis – šizofrenija, depresija, autizmu, nustoja vaizduotės galios“ – teigia dailės terapeutė L. Kriukienė [3]. Mokslininkai yra nustatę tiesioginį meno terapijos ir vaizduotės ryšį. Todėl sudaromos sąlygos, kad būsimieji ergoterapeutai, įgydami profesines kompetencijas ir ruošdamiesi dirbti sveikatos atstatymo srityje, ugdytų ir vaizduotės savybes, pažintų savo kūrybines galias, kad galėtų tinkamai padėti pacientams. Dramos terapijos metodai padeda būsimiesiems specialistams pasirengti dirbti ir reabilitacijos komandoje. Įsitraukimo į veiksmą būdu ugdomi jų gebėjimai užmegzti kontaktą su pacientais, atpažinti šių poreikius stebint kūno kalbą, laisvai bendraujant mokyti bendradarbiauti.

Didelę dramos terapijos kurso dalį sudaro dramos elementų pažinimas, parengiamieji pratimai, žaidimai rolėmis, darbas grupėse, suteikiant galimybę improvizuotai veikti įsivaizduojamose aplinkybėse, laisvai reikšti mintis, mokantis koncentruoti bei išlaikyti dėmesį, motyvuotai siekti tikslo.

Darbo tikslas: pristatyti dramos terapijos metodų patyrimą ergoterapijos studijų metu, aptariant grupinio įsitraukimo veiksmus proceso dramos sesijų metu bei išanalizuoti asmeninę studentų nuomonę apie dramos terapijos patirtis.

Medžiaga ir tyrimo organizavimas

Dramos terapijos paskaitų metu penkiolika ergoterapijos programos II kurso studentų dalyvavo empiriniame tyrime, kuris buvo vykdomas kartu kuriant proceso dramą. Užsiėmimai vyko kartą per savaitę, po dvi akademinės valandas. Iš viso buvo aštuoni užsiėmimai, atliekant ir savarankiškas užduotis namuose. Baigus darbą grupėje anketavimo būdu išsiaiškinta dalyvių nuomonė apie dramos terapijos patyrimą. Gauta 10 užpildytų anketų. Dalyvių amžius buvo nuo 20-ies iki 36-rių metų. Apklausa vykdyta po dramos terapijos paskaitų kurso, išdėstyto 2013 m. kovo-gegužės mėnesiais, nenurodant asmeninių duomenų.

Proceso dramos kūrimas dramos terapijos paskaitose. Proceso drama – vienas iš interaktyvių dramos metodų, išbandytų Didžiojoje Britanijoje ir plačiai taikomų Europoje, ypač Anglijoje bei Skandinavijos šalyse. Universitetiniu lygmeniu drama dėstoma aukštosiose mokyklose, kaip dalykas, padedantis kokybiškai mokytis, panaudojant daugybę mokymosi būdų, metodų ir veiklų, kurios atskleidžia grupės narių tam tikrus emocinius, fizinius, intelektualinius gebėjimus ir padeda juos ugdyti. Grupės nariai, dalyvaudami proceso dramoje, tampa kartu ir žiūrovais, ir dalyviais. Remtasi garsaus britų proceso dramos eksperto, *UK Royal*

Society of Arts nario, profesoriaus dr. Alanas Owensas (Allan Owens), kūręs ir propaguojančio dramos metodus, skirtus asmeninėms išvalgoms ir mokymuisi per trisdešimt metų, teiginiu, kad „proceso dramose pateikiamos istorijos skatina individualiai mąstyti ir savas mintis lyginti su grupės ar paplitusia visuomenės nuomone“ [4]. Sąvoka proceso drama pradėta vartoti XX a. 9-jo dešimtmečio pabaigoje. Anot Allan Owens, „proceso drama yra vienas iš teatro įtraukiant žiūrovus būdų, kur pagrindinis vaidmuo tenka dalyviams. Dalyvių tikslas – vaidinant atrasti ryšį tarp tam tikro reiškinių ir svarbaus jų gyvenimo įvykio“ [5].

Dramos terapijos paskaitų metu buvo susitarta kurti proceso dramą, pavadinimu „Fredis“. Jos tema pasirinkta siekiant padėti ergoterapijos studentams suvokti žmonių su negalia gyvenimo bendruomenėje jausmus, problemas, aplinkybes. Pretekstu kurti „Fredžio“ istoriją pasirinkta didelė tekstilinė aštuonkojo lėlė, pasodinta neįgaliojo vežimėlyje, sukurta ir pagaminta prieš penkerius metus VĮ Neįgaliųjų cente „Klaipėdos lakštutė“ ir dovanota Reabilitacijos katedrai. Fredžio vardu dar 2009 m. lėlė žaidybiškai pavadino vienas pirmosios laidos ergoterapijos studentų. Lėlė Fredis nejučia tapo savotišku mediumu komunikacijos [1] ir įsivaizduojamu „laisvuju klausytoju“ ergoterapijos programos studentams, tinkamu „tarpininku“, simboliškai padedančiu jiems bendrauti profesinėmis temomis.

Kaip įprasta, tiriamuoju laikotarpiu kiekviena dramos terapijos paskaita buvo pradedama apšilimu, t.y. draminiiais pratimais-žaidimais, atkreipiant dėmesį į šios dienos temą. Toliau ji buvo vystoma nuosekliai grupei įsitraukiant į veiksmą. Siekiant kurti tikrovišką istoriją buvo naudojami tokie metaforiški dramos struktūros elementai kaip „personažo kūrimas“, „erdvės aprašymas“, „gyvieji paveikslai“, „stop kadras“, „karštoji kėdė“, „laiškas“ ir kt. Po improvizuoto veiksmo etiudų nuolat grupė aptardavo kilusius klausimus, jausmus, mintis, patirtis. Vyko diskusijos, dalinantis asmeninėmis išvalgomis. Bendru sutarimu buvo imamas savarankiškų užduočių namuose. Žemiau pateikiama grupėje kurtos proceso dramos „Fredis“ vystymo eiga ir jos epizodai: **apšilimas** – dramos žaidimų metu pristatoma istorija, supažindinama su situacija; **portretas** – apibūdinama lėlės-personažo „Fredis“ išvaizda, savybės, pomėgiai, biografijos epizodai, jį įtraukiant į studentų ratą; **aplinka** – pasitelkus vaizduotę diskusijų metu kuriamos lėlės-personažo gyvenimo sąlygos, aplinkybės, artimi žmonės ir pan.; **laimingas įvykis** – aptarus mažose grupelėse improvizuotai suvaidinamas ir užfiksuojamas kaip „stop kadras“, brangiausias pagrindinio herojaus gyvenimo įvykis; **paslaptis** – grupelėse aptariamas vidinis herojaus gyvenimas ir surandamas svarbus neviešas jo gyvenimo faktas; **svajonė** – veikiant mažomis grupelėmis ir aptariant jose gau-

tas patirtis, suformuluojama herojaus siekiamybė, vizija, į kurią galima koncentruoti grupės dėmesį, kreipti kūrybinę energiją, ieškant būdų kaip siekti jos įgyvendinimo, spręsti problemą ar teikti pagalbą; **reziumė** – išklausių grupės narių minčių, studentams, vietoj herojaus, t.y. lėlės Fredžio, patiems sėdint rateliuose ir atsakant į dalyvių klausimus, formuluojamos išvados, išvalgos, rekomendacijos; **kaip tai siejasi su jūsų gyvenimu** – refleksija grupėje, aptariant kuriamos proceso dramos „Fredis“ situaciją asmeninių išgyvenimų bei profesinių patyrimų kontekste.

Proceso dramos „Fredis“ struktūra ir patirtys grupėje pateikiamos 1 lentelėje.

Studentų nuomonė apie dramos terapiją. Baigus dramos terapijos kursą dauguma dalyvių sutiko atsakyti į anketos klausimus, kuriais siekta išsiaiškinti studentų nuomonę apie dramos terapiją ir dalyko reikšmę

studijų procese. Gauta dešimt užpildytų anketų. Išanalizavus atsakymus sužinota dalyvių nuomonė apie dramos terapiją. Studentėms buvo pateikti penki atviri klausimai. Atsakymų į juos rezultatai atskleidžia kokybines ir kiekybines nuomonių charakteristikas:

1. Kokios asociacijos kilo iki studijų apie „dramos terapijos“ dalyką?

Dramos terapija asocijuojasi su teatru, vaidyba, saviraiška – 9 studentėms, su emocijomis, nuoširdumu, atvirumu – 1.

2. Ko tikėjotės iš dramos terapijos ciklo?

Tikėjosi geriau pažinti save ir savo bendrakurses 3 studentės, išmokti atsipalaidavimo bei pasitikėjimo savimi – 3, naujų žinių, metodikų būsimam darbui su pacientais – 4.

3. Kaip kito jūsų nuomonė apie dramos terapiją paskaitų metu?

Visos 10 studentėių

pripažino, kad dalyvaudamos dramos terapijos užsiėmimuose patyrė gerų emocijų, sužinojo apie save naujų dalykų ir pripažįsta, kad proceso dramos kūrimas – tinkamas būdas integruotai mokytis svarbių dalykų ergoterapeuto darbe. Visos pažymėjo, jog juto kintančią grupės nuotaiką paskaitų metu. Aštuonioms iš jų pradžioje trūko pasitikėjimo savimi, prisipažino, kad jautė baimę bendrauti, atsiverti, atlikti kai kurias užduotis. Likusios dvi sunkumų nepatyrė. Devynioms grupės narėms didžiausią įspūdį paliko proceso dramos „Fredis“ kūrimas, vienai ryškiausiai atmintyje išliko tam tikros paskaitose pateiktos metodikos – sąmoningi dėmesio fokusavimo būdai, jo koncentracija, tylos funkcija.

4. Kuo naudinga buvo dramos terapija studentei – būsimai ergoterapijos specialistei?

1 lentelė

Proceso dramos dalys	Tikslas	Užduotis arba veiksmas	Išvalgos	
			apie pagrindinį veikėją Fredį	apie asmenines patirtis
Lėlės Fredžio, rateliuose istorija	Nusiteikti kurti grupėje proceso dramą "Fredis", stengiantis jam padėti	Išklaudyti ir suvokti neįgalaus žmogaus gyvenimo aplinkybes ir dabarties situaciją	Fredis – vienas iš mūsų	Susitariama dėl „žaidimo taisyklių“
Individualus Fredžio portretas	Kūrybiškai pristatyti lėlės-tarimo kurso draugo problemą ir situaciją	Įsivaizduoti ir apibūdinti laisvojo klausytojo Fredžio asmenines savybes, būdą, apribojimus	Fredis – svajoja ir turi tikslų	Fredis – mūsų pacientas, kuriam galima padėti
Fredžio vieta grupėje	Patirti kaip jaučiasi žmogus neįgalioje vežimėlyje (judėjimo, savivokos, pažinimo ir kt. galimybės)	Judėti ir atsakinėti į klausimus Fredžio rolėje studentėms pačioms sėdint rateliuose	Fredis nori pamatyti pasaulį, siekia mokytis, žavisi dailės terapija	improvizuojant Fredžio rolėje patiriama kė herojus išgyvena, mąsto, gali
Fredžio problemos	Sukurti aplinkybes empatiškai pajauti bei palyginti savo ir herojaus galimybes	Ištirti su kokiais apribojimais susiduria neįgalus žmogus asmeniškai ir visuomenėje	Fredžiui sunku būti suprastam ir pasiekti tai ko nori	Aš, grupė ir Fredis galime kartu keisti situaciją
Fredis – vienas iš mūsų	Suteikti galimybę atpažinti jausmus, pripažinti juos ir įvardinti	Improvizuoti veiksmo etiudai – „jeigu aš galėčiau“ ...	Nesunku Fredžiui suteikti džiaugsmo ir padėti jaustis gerai	Gera ir malonu jausti, kad galiu padėti kitam
Fredžio gyvenimas keičiasi	Padėti atsiskleisti asmeniniam kiekvieno grupės nario kūrybiškumui	Užduotys namuose, pasiimant „Fredį“ savaitei į kitą aplinką, o grupėje – veiksmo refleksija	Nauji žmonės, nauji iššūkiai, įspūdžiai, svajonės	Fredžio dėka atsiskleidė naujos draugų ir artimųjų savybės
Keičiasi mūsų visų gyvenimas	Atskleisti kūrybiško mąstymo vertę siekiant gyvenimo tikslų	„Laiškas iš ateities“ – iš laiko distancijos įvertinti nueito kelio įvykius ir pasiekimus	Fredis padėdamas panašiams į save padeda sau	Dalyviai tapo artimesni, labiau pasitikintys savimi, profesija

Dvi iš grupės prisipažino, kad išmoko naujovių (naujų technikų) ergoterapeuto darbe, o viena pažymėjo, kad išsiugdė daugiau kantrybės. Net šešios teigė išmokusios geriau komunikuoti bei pažinti žmones iš neverbalinės, t.y. kūno kalbos. Viena studentė įvardijo patyrusi, kas yra grupinė terapija bei komandinio darbo patirtis.

5. Kokią įtaką dramos terapijos dalykas turėjo jums kaip žmogui?

Visos atsakiusios į anketos klausimus studentės pastebėjo, kad po dramos terapijos paskaitų geriau pažįsta save, geriau atskiria savo jausmus. Nurodė, kad dramos terapija padeda vystyti empatiją, kantrybę, pasitikėjimą savimi, laisvą saviraišką.

Išvados

Dramos terapijos dalykas ergoterapijos studijų metu, kai studentai įtraukiami į veiksmą naudojant interaktyvius kūrybinius metodus, padeda įvaldyti ir derinti būtinąs profesines kompetencijas. Dalyvaudami diskusijose, improvizuotai veikdami mažose grupelėse pratybų metu, studentai mokosi reikšti mintis, praktiškai užmegzti ir palaikyti pokalbį, giliau pažinti save, gebėti suprasti kitą žmogų (pacientą, klientą). Jie turi galimybę praktiškai išbandyti savo jėgas modeliuodami idėjas saugioje žaidybiniėje aplinkoje, kartu gilindami savivoką ir ruošdamiesi profesinei praktikai. Empirinio tyrimo metu iš anketinės apklausos ir analizuojant stebėjimo procesą išaiškėjo, kad studentai jaučia ir supranta dramos terapijos metodų poveikį. Proceso dramos kūrimas grupėje padėjo mokytis ieškoti geriausių sprendimų nestandartinėmis aplinkybėmis, atsiskleidžiant ir naujas savo asmenybės kūrybiškas puses, patirti bendros komandinės kūrybos džiaugsmą. Atsakymai į anketos klausimus parodė, kad lūkesčiai ir nuomonės apie dramos terapiją keitėsi, jautėsi ir padėjo kūrybiška atmosfera užsiėmimų metu. Absoliučiai visos studentės pripažino, kad dalyvaudamos dramos terapijos užsiėmimuose patyrė gerų emocijų, pasijuto artimesnės, ėmė labiau pasitikėti savimi, sužinojo apie save daug naujo. Galima teigti, kad proceso dramos kūrimas – tinkamas būdas integruotai mokytis svarbių dalykų, ruošiantis ergoterapeuto praktikai.

Literatūra

1. Burneikaitė S. Lėlių teatro technikų taikymas reabilitacijos procese. Klaipėda, 2012; 13.
2. Dabartinės lietuvių kalbos žodynas 2000; 129.
3. Kriukienė L. Dailės terapija/mokomoji knyga. Kaunas, Vitae Litera, 2009; 39.
4. Owens A., Barber K. Proceso drama: dramos darbai. /Kronta/Vilnius, 2006; 16.
5. Tarptautinio seminaro „Socialinės dramos galimybės ir praktika“ medžiaga./ Metodinis leidinys / Vilnius, 2005; 8.

DRAMA THERAPY METHODS IN OCCUPATIONAL THERAPY STUDIES

S. Burneikaitė, V. Šertvytienė, A. Stasiulis

Key words: occupation therapy, drama therapy, process drama, interactive drama methods.

Summary

The article reveals the experience of application of drama therapy during occupational therapy studies. Drama therapy is presented as one of the fields of art therapy. The experiences of group involvement during drama therapy lectures, while developing a process drama, are discussed, and a personal view of students towards the impact of drama therapy is analysed. The questionnaire survey, conducted during empirical research, and the assessment of monitoring process demonstrated that students feel and perceive the impact of drama therapy methods. Group development of process drama helped to reveal themselves and to use personal creativity, when looking for the best solutions under non-standard circumstances. Responses to questionnaire questions show that the expectations and views towards drama therapy changed, while feeling the creative mood of group during sessions. All surveyed students acknowledged that they had experienced good emotions, had felt closer, had known something new about themselves, while taking part in drama therapy sessions. Thus, it might be stated that interactive drama methods and development of process drama is a suitable method for integrated learning of important subjects, when preparing for practice of occupational therapist.

Correspondence to: salomeja.burneikaite@gmail.com

Gauta 2015-05-21