



VILNIAUS UNIVERSITETAS
MEDICINOS FAKULTETAS

Menų terapijos (Dailės terapijos) studijų programa
Reabilitacijos katedra

Enrika Buterlevičiūtė

MAGISTRO BAIGIAMASIS DARBAS

Ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimai dailės terapijos procese

**The Experiences of Patients with
Borderline Personality Disorder in Art Therapy**

Darbo vadovas

Asist. dr. Audronė Brazauskaitė

Katedros vadovas

Asist. dr. Tomas Aukštikalnis

Konsultantas

Dr. Tomasz Femiak

Vilnius, 2024

Studento elektroninio pašto adresas: enrika.buterleviciute@mf.stud.vu.lt

PADĖKA

Dėkoju darbo vadovei dr. Audronei Brazauskaitei už darbo skaitymui skirtą laiką ir visas dalykines rekomendacijas. Už pasidalinimą žiniomis ir už pasitikėjimą.

Dėkoju darbo konsultantui dr. Tomasz Femiak už pagalbą bandant suprasti IFA metodą, už filosofinį požiūrį, humoro jausmą ir palaikymą.

Dėkoju visai „Ribinių būsenų“ skyriaus bendruomenei ir specialistų komandai. Dėkoju skyriaus vedėjui Aleksandriui Alekseičikui už pasitikėjimą ir skleidžiamą išmintį. Ypač dėkoju tyrimo dalyviams už jų nuoširdumą ir jų stiprybę.

TURINYS

SAVOKOS.....	6
ĮVADAS	7
1. RIBINIO ASMENYBĖS SUTRIKIMO SAMPRATA	10
1.1. NEPAKANKAMA AFEKTO REGULIACIJA.....	11
1.1.1. Impulsyvumas.....	11
1.1.2. Emocijų reguliacijos stoka	12
1.1.3. Save žalojantis elgesys	13
1.1.4. Savižudybė	13
1.1.5. Pyktis	14
1.1.6. Disociaciniai simptomai ir paranojiškos mintys.....	14
1.2. TARPASMENINIAI SANTYKIAI.....	15
1.2.1. Savastis	15
1.2.2. Pasitikėjimas savimi	16
1.2.3. Romantiniai santykiai.....	17
1.2.4. Socialiniai santykiai.....	17
2. DAILĖS TERAPIJA RIBINĮ ASMENYBĖS SUTRIKIMĄ TURINTIEMS ASMENIMS	19
2.1. RAS ir grupinės dailės terapijos nauda	19
2.2. Dailės terapija gerina gebėjimą mentalizuoti.....	20
2.3. Dailės terapija ir emocijų reguliavimas	21
2.4. Dailės terapijos nauda pažintinėms funkcijoms.....	21
2.5. Dailės terapija ir jausmų integracija.....	22
2.6. Dailės terapija ir santykis su savimi.....	22
2.7. Dailės terapija ir nevaldomas pyktis	23
2.8. Dailės terapija ir santykis su kūnu	23
2.9. Dailės terapija ir vaikystės traumos patirtis	24
2.10. Dailės terapija ir žmogaus augimas.....	24
2.11. Dailės terapijos pagalba psichikos sveikatos specialistams	25
3. TYRIMO METODOLOGIJA.....	26
3.1. Tyrimo metodo ir duomenų analizės būdo pasirinkimas	26
3.2. Piešinių turinio analizės metodo pristatymas	26
3.3. Piešinių turinio analizės tyrimo organizavimas	28
3.4. Interpretacinės fenomenologinės analizės (IFA) pristatymas	30
3.5. Interpretacinės fenomenologinės analizės teorinis pagrindimas.....	31

3.6. Duomenų rinkimo būdas	32
3.7. Duomenų analizės metodas.....	33
3.8. Tyrimo validumas ir patikimumas	35
3.9. Tyrimo dalyviai	36
3.10. Tyrimo eiga ir procedūra.....	37
3.11. Tyrimo instrumentai.....	37
3.12. Etiniai tyrimo aspektai	38
4. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS	40
4.1. Marko interpretacinės fenomenologinės analizės rezultatai	40
4.1.1. Baimės	41
4.1.2. Noras būti pastebėtam	42
4.1.3. Saugumo poreikis	43
4.1.4. Susitikimas su savimi tikru.....	44
4.1.5. „Kūryboje esu gyvesnis“	46
4.1.6. „Leidžiu sau jausti“	47
4.1.7. „Piešinys atskleidžia tiesą“	49
4.1.8. Pakeitė požiūrį į save.....	51
4.1.9. Liūdesys ir skausmas.....	53
4.2. Paulinos interpretacinės fenomenologinės analizės rezultatai	56
4.2.1. „Pažvelgti į save kitu kampu“	56
4.2.2. „Aš esu“	58
4.2.3. Noriu būti pastebėta.....	59
4.2.4. „Čia galiu jausti“	61
4.2.5. „Kai pykstu, esu gyva“	62
4.2.6. Baimė „išplaukti“	62
4.3. Rūtos interpretacinės fenomenologinės analizės rezultatai.....	64
4.3.1. Atsigręžimas į save.....	64
4.3.2. Jausmų priėmimas	66
4.3.3. „Aš esu talentinga“	67
4.3.4. Savęs pažinimas.....	68
4.3.5. „Kūryba- išlaisvinanti jėga“	69
4.3.6. Ribų svarba.....	70
4.3.7. Galiu būti savimi, kai kuriu	71
4.3.8. Santykis su kitais	72

4.3.9. „Kiti man visai nerūpi“	72
4.3.10. Kitas yra svarbus	73
4.4. Interpretacinės fenomenologinės analizės rezultatų apibendrinimas	75
4.5. Tyrimo dalyvio Marko piešinių turinio analizė	76
4.5.1. Pirmą piešinių grupę - Mėlynos spalvos fonas.....	77
4.5.2. Antra piešinių grupė - Dvi akys.....	81
4.5.3. Trečia piešinių grupė - Apskritimas su tašku centre	84
4.5.4. Ketvirta piešinių grupė - Chaosas.....	88
4.5.5. Marko dailės terapijos darbų apibendrinimas.....	92
4.6. Tyrimo dalyvės Paulinos piešinių turinio analizė	93
4.6.1. Pirmą piešinių grupę - Spiralių kryptis ir dinamika	93
4.6.2. Antra piešinių grupė - Smulkių detalių vaizdavimas piešinio centrinėje dalyje	97
4.6.3. Trečia piešinių grupė - Augimo elementas.....	101
4.6.4. Ketvirta piešinių grupė - Širdies simbolio piešimas.....	106
4.6.5. Paulinos dailės terapijos darbų apibendrinimas	108
4.7. Tyrimo dalyvės Rūtos piešinių turinio analizė.....	109
4.7.1. Pirmą piešinių grupę - Ovalas su akcentuotu centru	110
4.7.2. Antra piešinių grupė - Chaotiškumas (išėjimas už ribų)	113
4.7.3. Trečia piešinių grupė - Spalvotos linijos	117
4.7.4. Ketvirta piešinių grupė - Kompozicijos fragmentiškumas.....	120
4.7.5. Penkta piešinių grupė - Ribos ir rėmai	123
4.7.6. Šešta piešinių grupė - Rožinė pantera	125
4.7.7. Rūtos dailės terapijos darbų apibendrinimas.....	127
5. TYRIMO REZULTATŲ APIBENDRINIMAS.....	129
TYRIMO RIBOTUMAI IR GALIMYBĖS.....	132
TYRĖJOS REFLEKSIJA	134
IŠVADOS	136
REKOMENDACIJOS	138
LITERATŪROS SĄRAŠAS	140
SANTRAUKA.....	149
SUMMARY	150
PRIEDAI.....	151

SAVOKOS

Dailės terapija – viena iš meno terapijos krypčių, apimanti dailės ir psichologijos, psichoterapijos žinias. Tai būdas reikšti savo mintis, jausmus ir potyrius piešiant, tapant, lipdant ar naudojant kitas meninės raiškos priemones su tikslu atrasti sveikesnį, priimtinesnį žmogui gyvenimo būdą. Dailės terapijos procesui vadovauja dailės terapijos specialistas padedantis žmogui įsijungti į kūrybinį procesą bei jį panaudoti ugdant save ir sprendžiant psichologines problemas¹.

Fiksacija – psichoanalizėje, tai vienas iš Ego gynybinių mechanizmų. Egzistuoja kraštutiniai įtampos atpalaidavimo būdai. Pagrindiniai gynybiniai mechanizmai yra *ištūmimas, projekcija, reakcijos formavimasis, fiksacija ir regresija*. Visi gynybiniai mechanizmai turi dvi bendras savybes: 1) jie neigia ir iškreipia tikrovę, 2) jie veikia pasąmoningai, tad žmogus nepastebi, kad jis iškraipo realybę. Taip jie atlieka savo pagrindinę funkciją – sumažinti patiriamą nemalonią įtampą (nerimą), kuri kyla atsiradus konfliktui tarp priešingų psichinių jėgų. Fiksacija gali nurodyti kraštutinį prieraišumą (McWilliams, 2014).

Separacija- atskyrimo veiksmas arba procesas: būti atskirtam (McWilliams, 2014).

Psichologinės gynybos mechanizmai - tai tam tikra reakcija į vidinę grėsmę, psichikos reguliavimo būdai, turintys apsaugoti žmogų nuo vidinių konfliktų, nerimo, kaltės jausmo, bet iškreipiantys tikrovės supratimą. Tokia gynyba gali tiek pagerinti, tiek ir pabloginti žmogaus elgesį. Taip pat gynyba gali būti išreiškiama mintimis ar veiksmais: fobijomis, ritualais, įkyriomis mintimis, depresija ar agresija, kurie paprastai yra įvardijami kaip simptomai (McWilliams, 2014).

Savastis- analitinėje psichologijoje, tai visų žmogaus psichinių fenomenų visuma; asmenybės vienovė (McWilliams, 2014).

Komorbidiškumas- dviejų ar daugiau gretutinių ligų egzistavimas esant pagrindiniam simptomui (McWilliams, 2014).

¹ Lietuvos dailės terapijos asociacija. Teksto autorė Aušra Šūmakarienė.

IVADAS

Remiantis Lietuvos higienos instituto pranešimu, atliktu 2023 m. birželio 30 d., Lietuvoje 2022 metais, bent vienas psichikos ir elgesio sutrikimas nustatytas vienam iš aštuonių Lietuvos gyventojų, tačiau tikėtina, kad tikrasis šių sutrikimų mastas yra didesnis. Ligtumas psichikos ir elgesio sutrikimais kasmet didėjo (nuo 93,9 asmenų, kuriems nustatytas bent vienas psichikos ir elgesio sutrikimas iš 1000 Lietuvos gyventojų, 2016 m. iki 120,3 asmenų, kuriems nustatytas bent vienas psichikos ir elgesio sutrikimas iš 1000 Lietuvos gyventojų, 2022 m.)². Šie skaičiai kelia nerimą ir verčia susimąstyti, ypač tokiu neramiu politiniu laikotarpiu.

Savo darbe pasirinkau tirti RAS (Ribinis asmenybės sutrikimas) turinčius asmenis. Pasak McWilliams, ribinės asmenybės organizacija, parodo asmenybės prisitaikymą prie ankstyvų traumuojančių patirčių (McWilliams, 2014). Daugelių psichikos sveikatos specialistų nuomone, tai patys sudėtingiausi, labiausiai sutrikę ar net turintys keletą sutrikimų, pacientai, kurių gydymas ir korekcija reikalauja daug pastangų ir nemažai metų. Savo esme asmenybė kaip reiškiny yra pakankamai pastovi ir sunkiai kintanti, todėl darbui su RAS turinčiais asmenimis, dažniau pasitelkiamos psichoterapinės bendruomenės modelio gydymo principas (McWilliams, 2014).

Šiuolaikinis sudėtingėjantis, nors ekonomine ir fizine prasme ir lenvesnis, žmogaus gyvenimas, tačiau jame vis daugiau pagalbos prireikia žmonėms tvarkytis su juo. Šiuolaikinių socialinių pokyčių, atsirandančių naujų technologijų sparta, globalių politinių permainų ir senkančių gamtos išteklių akivaizdoje, žmogui darosi vis sunkiau gyventi, o psichologinės pagalbos prireikia vis didesniai skaičiai žmonių. Psichoterapeutai, susiduriantys su globalių pokyčių pasekmėmis, dažnai naudojami įvairiomis požiūrio perspektyvomis, mėgindami suprasti, kaip jų pacientai tvarkosi su šiuolaikinio gyvenimo sunkumais, tačiau, pasak McWilliams, labai svarbu suvokti individualius žmonių skirtumus: temperamentą, prisirišimo tipą, brandą, psichikos gynybas, afektus, kognityvinį pažinimą, tapatumą, savigarbą ir santykių modelius (McWilliams, 2014). McWilliams pabrėžia, kad kiekvieno psichikos sveikatos

² Lietuvos Higienos institutas.

Prieiga: https://www.hi.lt/uploads/Institutas/pranesimai%20spaudai/2023/Pranesimas_ziniasklaidai_psichikos%20sveikatos_sutrikimai_Lietuvoje_2023-06-30.pdf

specialisto principas turėtų remtis prasmės paieška, sąžiningumu ir gilia pagarba kiekvieno paciento unikaliai subjektyviai patirčiai. Autorė teigia, kad psichoterapeutas turėtų laikytis „neišmanančiojo“ ir lygiaverčio žmogaus pozicijos. Visi mes esame unikalūs, nė vienas nesame vadovėlinė obsesinė asmenybė, tobula narcizinė asmenybė, gryna psichozinė arba ribinė, teigia McWilliams, norėdama pabrėžti, kad kiekvienas savyje galime rasti įvairių prisitaikymo būdų, kuriais suvokiame pasaulį (McWilliams, 2014). Todėl labai svarbu, dirbant su psichikos sutrikimų turinčiais žmonėmis, nesivadovauti griežtų „etikečių“, vadovu, bet tik pažinti tam tikras orientacines gaires, padedančias susivokti žmonių subjektyvumo painiavoje. Svarbiausia terapiniame darbe yra terapeuto ir ieškačio pagalbos žmogaus, aljansas, kai visi diagnostiniai konstruktai pasitraukia iš sąmonės ir pradeda ryškėti sudėtingas žmogaus individualumas. Autorė teigia, kad žmogų svarbu vertinti kaip sudėtingą visumą, o ne kaip komorbidinių simptomų rinkinį (McWilliams, 2014).

Šio rašto darbe, atsižvelgdama į dr. Kreisman rekomendacijas, kuris išsamiai tyrinėjo ribinės asmenybės sutrikimą, nevarčiau termino „ribinis“ kalbant apie RAS turinčius asmenis, kaip lengvesnį, skaitytojui suprantamesnį pavadinimą. Taip pat remdamasi TLK- 10, nurodytoje ligų klasifikacijoje, savo darbo pavadinime įtraukiau sąvoką „tipas“ (F60.31- Ribinis tipas). Tiksliausia sąvoka, apibūdinanti šį sutrikimą, būtų- „asmuo, kuriam pasireiškia formalios ribinio asmenybės sutrikimo diagnozės ženklai ir simptomai“ (Kreisman, 2010). Man taip pat rūpėjo, kad šis trumpesnis pavadinimas padėtų žmogui atsikratyti stigmatizuojančios etiketės. Vietoje „ribinė asmenybė“ arba „asmuo su RAS“, svarsčiau naudoti sąvoką „asmuo, kuris turi ribinę asmenybę“, tačiau netgi šis terminas numano nepageidaujamą globą. Tad savo darbe pagrįdai vartosiu sąvoką- „RAS turintys asmenys“. Nesu patenkinta nė vienu iš šių terminų, tačiau nesugebėjau sugalvoti tinkamo pakaitalo. Nepaisant to, noriu pabrėžti pagarbą, kurią jaučiu žmonėms, kenčiantiems nuo RAS ir išreikšti jautrią poziciją jų bei jų artimųjų atžvilgiu.

Magistrinio darbo rašymo laikas buvo itin kūrybingas mano gyvenimo laikotarpis. Gilinimasis į meno terapijos subtilybes, dalyvavimas daktaro Aleksandro Alekseičiko vedamose psichoterapinėse grupėse, pacientų gydymo proceso stebėjimas ir galimybė pačiai vadovauti dailės terapijos grupei, buvo nepaprasta patirtis. Dėl šios patirties man kilo nemažai klausimų, įskaitant klausimą, kaip praktiniai ir teoriniai dailės terapijos pasiekimai siejasi su individualiomis, subjektyviomis dailės terapijos proceso dalyvių patirtimis. Kilo klausimas, kiek individualios pacientų interpretacijos atitinka dailės terapijos interpretacinę liniją. Į šį klausimą iš dalies bandžiau atsakyti analizuodama pacientų darbus pagal dailės terapijos inter-

pretacijos keliamus reikalavimus ir analizuodama tyrimo dalyvių interviu pagal interpretacinės fenomenologinės analizės (IFA) metodą, siekdama atskleisti pačių pacientų suvoktą įprasminimą, patirtos dailės terapijos proceso požiūriu. Taip pat išsiaiškinau, kiek pacientai dailės terapijos procesą vertino kaip veiksmingą ir kaip šis procesas praturtino dalyvių savęs pažinimą. Atsakymai į šiuos klausimus svarbūs tuo, kad jie patvirtina dailės terapijos veiksmingumą, kuris yra reikšmingas šiuolaikinio žmogaus civilizacinių problemų (susvetimėjimo, sumaišties, chaoso ir kt.) kontekste. Mano nuomone, dailės terapija suteikia daug galimybių atskleidžiant, pacientų piešiniuose naudojamų simbolių interpretacijai. Šis naujas pažinimas (simbolių analizė) nustato interpretacinę sistemą ir moko, kaip vykdyti terapinį procesą, labiau suvokiant vidinį žmogaus pasaulį. Susidūrimas su kenčiančių žmonių traumomis ir jų individualia patirtimi išryškina paciento asmenį. Dailės terapija tampa priemone, padedančia suprasti pacientų sukurtų vaizdinių kalbą. Taip sugretinamas objektyvus simbolių pasaulis ir individualus bei unikalus vidinis psichinis paciento pasaulis, išreikštas jo piešiniuose.

Aš dažnai abejodavau ir kritiškai vertindavau dailės terapijos piešinių interpretavimo sistemą, kuri nustato tarytum „rėmus“ tam, ką apskritai galima prasmingai ir simboliškai pamatyti. Man visada buvo svarbu suvokti kiek tai atitinka vidinį, be galo sudėtingą ir platų individualaus žmogaus pasaulį. Atliekant tyrimą, siekiau nors šiek tiek priartėti ir pabandyti atverti tą subtilų ir nematomą skydą, kuris apsaugo kenčiančio žmogaus trapų vidinį pasaulį. Individualios dailės terapijos dalyvių patirtys ir supratimai, unikaliai įkūnija bendrąją prasmę individo gyvenime su jo kančia ir džiaugsmu. Tokiu būdu, dailės terapija yra tarsi vietovės žemėlapis, o individualūs jausmai ir patyrimai, kuriuos gauname iš paciento, yra tarsi kompasas, nurodantis, kur pacientas yra esamu momentu. Taip galime padėti pacientui sąmoningai orientuotis ir pažinti savo vidinį pasaulį. Tuo pat metu, pažindami konkrečių žmonių individualius pasaulius, jų naudojamus (dažnai nesąmoningai) simbolius ir jiems prasmingas reikšmes. Tokiu būdu praturtiname dailės terapiją, sugretindami dailės terapijoje priimtą objektyvų simbolių pasaulį su individualia konkretaus žmogaus, laiko ir vietos patirtimi. Mano tyrime IFA metodas veikė kaip įrankis, kurio pagalba galėjau susipažinti su labai individualia ir subjektyvia patirtimi, su prasmingomis reikšmėmis, kurias pacientai suteikė savo pačių menui (piešiniams). Perduodama savo darbą skaitytojams, tikiu, kad jame esantys elementai, simbolių analizės aprašymai, pasirodys jiems įdomūs ir kūrybingi ir prasmingi. Skaitydama mokslinę literatūrą, neradau, kad Lietuvoje dailės terapijos proceso patyrimai būtų tyrinėti tokiu aspektu. Toks galėtų būti šio tyrimo **naujumas**.

Sekančiame skyriuje, pateiksiu ribinio asmenybės sutrikimo sampratą.

Darbo tikslas- atskleisti ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimus dailės terapijos procese.

Darbo uždaviniai:

1. Apžvelgti naujausią mokslinę literatūrą apie ribinio asmenybės sutrikimo sampratą ir diagnostinius kriterijus;
2. Atskleisti ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimus dailės terapijos procese;
3. Atlikti ribinio asmenybės tipo pacientų dailės terapijos piešinių turinio analizę;

1. RIBINIO ASMENYBĖS SUTRIKIMO SAMPRATA

Ribinis asmenybės sutrikimas yra dažniausiai klinikinėje praktikoje sutinkamas asmenybės sutrikimas. Manoma, kad jo paplitimas bendroje populiacijoje siekia net 1,6 - 5,9 % (Pohl et al., 2021). Vienas pastebimiausių ribinės asmenybės organizacijos žmonių, bruožų-primityvių gynybų naudojimas, tokių kaip neigimas, projekcinė identifikacija ir skėlimas. Ribinių sutrikimų pagrindu laikoma fiksacija prie separacijos- individuacijos problemų (McWilliams, 2004).

Terminą „ribinė asmenybė“ JAV pasiūlė psichoanalitikas Adolph Stern 1938 m. Stern apibūdino grupę pacientų, kurie netinka nei psichozės, nei psichoneurotikų grupei, ir įvedė terminą „borderline“. Margaret Mahler šiuo terminu apibūdino vaikus, kurie sunkiai toleruodavo frustraciją, sunkiai atsiskirdavo nuo motinų ir naudojosi neurotinėmis gynybomis. Terminą „ribinė asmenybės organizacija“ įvedė Otto Kernberg (1975), kuris detaliai aprašė simptomus ir išvelgė, kad šio funkcionavimo modelį, kuriam būdingas nestabilumas ir sutrikusi psichologinė saviorganizacija, galima pastebėti jau kūdikystėje. Pirmosios bruožų apraiškos, kūdikiuose pasireiškėdavo įgimta agresija, stipriu nerimo jausmu, negebėjimu integruoti teigiamų ir neigiamų patirčių (Health (UK), 2009).

Norint apibrėžti ribinį asmenybės sutrikimą (toliau- RAS), būtina paminėti reikšmingai pasikeitusią asmenybės sutrikimo sampratą, kuri buvo pristatyta TLK-11 versijoje (World Health Organization). Aiškinant asmenybės patologiją, nuo kategorinio buvo pereita į dimensinį požiūrį (Barkauskienė et al., 2021). Barkauskienė ir Gaudiešiūtė teigia (cit. pagal Haslam et al. 2012, Morey et al., 2011), kad didžioji dauguma mokslinių studijų įrodė, jog asmenybės sutrikimai nėra kategorinės kilmės, todėl negali būti skirstomi į atskirus tipus.

Atskiri tipai turi daugiau tarpusavio panašumų nei skirtumų, o RAS nurodo bendrąjį disfunkcijos faktorių, kuris būdingas visiems asmenybės sutrikimams. Metaanalizių duomenys patvirtina, kad asmenybės sutrikimai yra komorbidiški. Vertinami pacientai dažnai atitinka kelių asmenybės sutrikimų diagnostinius kriterijus, dėl to paskatina psichikos sveikatos specialistus dažnai naudoti nepatikslingo asmenybės sutrikimo diagnozę. Lietuvoje 2019 metais, Higienos instituto duomenimis, nepatikslingo asmenybės sutrikimo diagnozė buvo priskirta kas ketvirtam suaugusiam asmeniui (Barkauskienė et al., 2021). TLK – 11 klasifikacijoje vertinami vyraujantys asmenybės bruožai, tie patys bruožai būdingi ir sveikai asmenybei, tik skiriasi jų raiška: nuošalumas, nesivaldymas, neigiamas emocingumas, nevisuomeniškumas, įkyrumas, bei vertinamas asmenybės funkcionavimo sutrikimas (savasties ir tarpasmeninėje srityje). Barkauskienė ir Gaudiešiūtė teigia (cit. pagal Natoli, 2019), kad kiekvieno atskiro asmenybės sutrikimo klinikinis vaizdas gali turėti nuo 64 iki 256 skirtingų raiškos variantų. Nustatant diagnozę reikšmingas simptomų intensyvumo įvertinimas, kuris reiškia prastesnį asmens funkcionavimą ir sunkesnę prognozę (Barkauskienė et al., 2021).

Šiuolaikinis neurologijos mokslas patvirtina, kad RAS turintiems asmenims yra būdingi neurobiologiniai pakitimai. Aiškinant neurobiologiškai, daugelyje atliktų tyrimų stebima sumažėjusi galvos smegenų hipokampo, migdolinio kūno ir priekinės juostinės žievės masė. Šie neurobiologiniai radiniai sutampa su asmenų, patyrusių psichologines traumas ir smurtą vaikystėje (Stanley et al., 2018). Dėl to, RAS turintiems asmenims būdingas vykdomųjų funkcijų trūkumas, žemas pasitikėjimas savimi, impulsyvumas, emocijų reguliacijos disfunkcija, atstūmimo baimė, su stresu susijusios paranojinės mintys, disociacijos simptomai, nepakankamas savasties jausmas, savęs žalojimo ir savižudybės mastas. Yra keliamos hipotezės, kad dėl dažno šių sutrikimų pasireiškimo kartu ir sutampančių simptomų, yra tarpusavio ryšys, taip pat manoma, kad didelį vaidmenį turi genetinis faktorius (Perez-Rodriguez et al., 2018). Žemiau įvardinami RAS būdingi simptomai ir diagnostiniai kriterijai.

1.1. NEPAKANKAMA AFEKTO REGULIACIJA

1.1.1. Impulsyvumas

Impulsyvumas yra vienas ryškiausių RAS bruožų, kuris nepasižymi veiksmo apgalvojimu ar apmąstymu. Ribinis elgesys gali atsirasti staigiai ir būti prieštaringas susiklosčiusios situacijos atžvilgiu. Weiner teigia, kad stiprūs akimirkos jausmai tampa izoliuoti, atsieti ir

susiję su patirčių nuotrupomis (Weiner et al., 2019). Impulsyvumas gali pasireikšti ir atkaklumo stoka, kai atliekama užduotis darosi sunki, nuobodi ar reikalaujanti daugiau pastangų. Impulsyvumas gali pasireikšti skubotų sprendimų priėmimu, destruktivaus elgesio atvejais, pavyzdžiui piktnaudžiaujant vaistais, alkoholiu, narkotinėmis medžiagomis, lošimu, neatsakingu vairavimu, vagiliavimu parduotuvėse, laisvamanybe, besaikiu pinigų leidimu. Dažnai tokie impulsyvūs veiksmai kaip piktnaudžiavimas alkoholiu arba narkotikais padeda apsiginti nuo vienatvės ir paliktumo jausmo. Impulsyvumas pasižymi sumažėjusiu gebėjimu pasimokyti iš ankstesnės patirties (Linhartová et al., 2020). RAS impulsyvumas daugiausiai pasireiškia įtemptų, intensyvių emocinių būklių metu. Stipraus negatyvaus afekto būsenoje, būdingas save naikinantis ir pavojingas elgesys, kuris gali pasireikšti savęs žalojimu, bandymu nusižudyti arba gali pasireikšti smurtavimu prieš kitą asmenį (Reichl & Kaess, 2021). Tuo tarpu, teigiamo afekto būsenoje, gali pradėti vartoti alkoholį, psichoaktyvias medžiagas ar įsitraukti į nesaugius ir rizikingus seksualinius santykius (Linhartová et al., 2020).

1.1.2. Emocijų reguliacijos stoka

Emocijų nevaldymas yra dar vienas kertinis RAS simptomas. Yra manoma, kad emocijų reguliacijų sunkumai yra susiję su nepakankamu atsako į stresą slopinimu centrinėje nervų sistemoje. RAS, patyrę stiprų emocinį sužadimą, negali reguliuoti savo emocijų ir greitai grįžti į pradinę būseną. Stipraus sujaudinimo metu, yra provokuojamas kompulsyvus elgesys, kuris lydymas pykčio jausmo, gali pasireikšti destruktiviu ar save baudžiančiu elgesiu (Jacobi et al., 2021). Esant tokios būsenos RAS turintys asmenys, bando nusižudyti, kelia konfliktus visuomenėje arba artimoje aplinkoje. Dauguma RAS asmenų, bent kartą gyvenime bandė nusižudyti, Labiausiai paplitę savęs žalojimo būdai yra pjaustymasis, odos išdeginimas cigaretėmis, perdozavimas, neapdairi rizika, savęs mušimas. Dažnai grasinimai arba neįgyvendinti bandymai nusižudyti nereiškia noro mirti, tai tik būdas prabilti apie savo kančią ir pagalbos ieškojimas (Reichl & Kaess, 2021). Svarbu paminėti, kad RAS asmeniui stiprų emocinį sujaudinimą iššaukti gali palyginti nedideli, dažniausiai su santykių nutraukimu ar klaidingomis bendravimo interpretacijomis, susiję dalykai. Manoma, kad tai susiję su RAS būdinga aleksitimija ir jaučiamų emocijų neatpažinimu. Stanley pažymi, kad RAS asmenims, dėl sutrikusios mentalizacijos, būdingas sumažėjęs kritiškas žvilgsnis į savo transliuojamas emocijas kitų žmonių atžvilgiu. Jiems sunku integruoti skirtingas perspektyvas ir pažvelgti į save iš šalies (Stanley et al., 2018). Moukhtarian atliktas tyrimas atskleidė, kad RAS asmenys

intensyviau patiria liūdesio ir silpniau džiaugsmo afektus, tuo tarpu, tarp susierzinimo ir pykčio reikšmingų skirtumų neatrasta (Moukhtarian et al., 2021).

1.1.3. Save žalojantis elgesys

RAS asmenybėms yra būdingas save žalojantis elgesys, kuris pasireiškia tyčiniu audinių vientisumo pažeidimu (pjaustymasis, smūgiavimas, deginimas), be ketinimo nusižudyti. Manoma, kad toks elgesys siejamas su impulsyvumu ir neapgalvotu elgesiu, tačiau kai kurie mokslininkai teigia, kad ūmus skausmas, ypač jei asmuo pats jį sau sukelia, patenkina kai kuriuos psichologinius poreikius ir siejasi su smegenų elektrinio aktyvumo pokyčiais, greitai endogeninių opioidų (natūralūs kūno narkotikai) išsiskyrimu. Autoriai teigia, kad 90 % asmenų, kuriems nustatyta RAS diagnozė, bent kartą gyvenime yra save žaloję be ketinimo nusižudyti (Reichl & Kaess, 2021). Savęs žalojimas, grasinimas nusižudyti ir savižudiškas elgesys yra vienas iš diagnostinių kriterijų, nustatant RAS (Goldstein et al., 2021).

RAS turinčių asmenų savęs žalojimas siejamas su afektiniu ir tarpasmeninių santykių nestabilumu, manoma, kad tokiu būdu galima sulaukti daugiau kitų žmonių dėmesio ir sukelti didesnę norą rūpintis kenčiančiuoju. Dažniausiai RAS asmenys, žalojasi intensyvių emocijų būklių metu, kas padeda reguliuoti emocijas ir pakeisti afektą pozityviu (Reichl & Kaess, 2021). Tyrimai atskleidžia, kad savęs žalojimo veiksmai esant afekto būsenoje, ilgalaikėje perspektyvoje trukdo išvystyti efektyvesnius adaptacinius mechanizmus. Taip pat yra manoma, kad šis savęs ramino būdas yra lengviausiai prieinamas (Hamza & Willoughby, 2019)

1.1.4. Savižudybė

Bandymai nusižudyti yra glaudžiai susiję su RAS diagnozės apibrėžimo kriterijais, tarp kurių yra tapatybės sutrikimas, tuštumos jausmas ir baimė būti paliktam. 70 % asmenų, kuriems nustatytas RAS, bando žudytis, o įvykdytų savižudybių skaičius siekia 10% (Reichl & Kaess, 2021). Riziką padidina neviltis, impulsyvi agresija, sunki depresija, vartojami narkotikai, vaikystėje patirtas smurtas. Įrodyta, kad sunkėjant RAS simptomatikai, didėja savižudybės rizika, net asmenys turintys tik vieną RAS diagnostinį kriterijų, du kartus dažniau yra bandę gyvenime žudytis, lyginant su asmenimis neatitinkančiais nei vieno RAS diagnostinio kriterijaus (Sękowski et al., 2022). Tyrimais nustatyta, kad savižudiškos mintys ir ketinimai žudytis, koreliuoja su RAS turinčių asmenų patiriamo tuštumos jausmo, identiteto sutrikimo, atstūmimo baimės, disociacijos bei laikinos paranojos simptomų patiriamais

sunkumais. Noras pasitraukti iš priešiško pasaulio, glaudžiai siejasi su varginančiais paranojos sukeltais nerimo, nepsitikėjimo ir persekiojimo simptomais. Šią riziką dar labiau padidina potrauminio streso sutrikimo, lėtinio nuovargio sindromo simptomai (Santangelo et al., 2020).

1.1.5. Pyktis

RAS turinčiam asmeniui, būdingas nederamas, staigus ir kraštutinis pykčio pasireiškimas, kuris gali trukti net kelias valandas, tai dar kartą atspindi emocijų reguliacijos defektus. Tokio pobūdžio nuotaikų svyravimai pasireiškia kaip atsakas į čia ir dabar vykstančias situacijas, o reakcija gali būti neadekvati situacijai. Būdingas nuolatinio įsiūčio demonstravimas, kartais pasireiškiantis muštynėmis. Intensyvus pyktis svarbus diagnozuojant RAS, tai pat pastebėta, kad šis diagnostinis kriterijus, dažnai aptinkamas tarp pirmos eilės RAS turinčių asmenų giminaičių. Drauge su emociniu nestabilumu pyktis laikui bėgant lieka pastoviu RAS simptomu. Įniršio protrūkiai yra nenuspėjami ir gąsdinantys. Smurtas dažnai visiškai neproporcingas jį sukeliančiai nevilčiai. Pykčio labilumas RAS atveju, gali prognozuoti diagnozę 72% tikslumu (Morse et al., 2009). Tyrimais nustatyta, kad RAS turintiems asmenims yra labiau būdingas priešiškas, agresyvumas, o į pykčio protrūkius jie labiau linkę po provokacijų, tačiau dažnai pyktį nukreipia į save (Weiner et al., 2019). Manoma, kad dėl RAS būdingo tikro ar manomo atstūmimo baimės, šie asmenys yra linkę labiau kontroliuoti, o į atstūmimą reaguoti pykčiu. Stiprus įsiūtis dažnai yra nukreipiamas į artimiausius žmones – sutuoktinį, vaikus, tėvus. Ribinis pyktis gali reikšti pagalbos šauksmą, intymumo baimę ar atsidavimo išbandymą. Deja, šis pyktis atstumia visus, kurių RAS turinčiam asmeniui reikia labiausiai (Kreisman & Straus, 2010). Polinkis į staigią agresiją reikšmingai siejasi su mentalizacijos sutrikimais, kurie prisideda prie afektinės empatijos tinklų hiperaktyvacijos ir nerimastingo tipo prieraišumo romantiniuose santykiuose. RAS turintys asmenys, yra jautrūs ir linkę priešišškai vertinti dviprasmiškus signalus socialinėse situacijose (Ripoll et al., 2013). Asmenų, turinčių RAS, intensyvus pyktis koreliuoja su skirtingų socialinių sričių dezorganizacija, galimai tai paaiškina ir RAS funkcionavimo sunkumus (Morse et al., 2009).

1.1.6. Disociaciniai simptomai ir paranojiškos mintys

RAS turinčiam asmeniui būdingos psichozinės patirtys yra netikroviškumo jausmas ir paranojiški kludiesiai. Netikrumo jausmas – tai atsiribojimas nuo įprasto mąstymo. Pats asmuo patiria save kaip netikrą arba tokie jam atrodo kiti. Kai kuriems asmenims būdingas vidinio

„skilimo“ patyrimas, lyg skirtingi jų asmenybės aspektai pasirodytų skirtingose situacijose, kas sukelia iškreipto suvokimo pojūčius (Kreisman & Straus, 2010). Trumpalaikės paranojinės mintys arba disociaciniai simptomai, siejasi su išgyvenamu stresu ir laikomi svarbiu diagnostiniu kriterijumi (Kulacaoglu & Kose, 2018). Šie simptomai pasireiškia varginančiomis, žodinių smurtą primenančiomis, klausos (21- 59%), vaizdinės (30-33%), rečiau uoslės ir taktilinių pojūčių haliucinacijomis. Manoma, kad psichoziniai simptomai pasireiškia 13-60% atvejų. Tikėtina, jog šie simptomai pasireiškia kaip dekompensacija dėl padidėjusio streso (pvz. esant labai nestruktūruotoje aplinkoje) ar trauminių išgyvenimų. Manoma, kad kludiesines idėjas patiria nuo 17- 29% asmenų, kurios dažnai yra paranojinio turinio. Tai siejama su ribotais mąstymo ir suvokimo aspektais, kurie gali trukti kelias valandas ar dienas (D’Agostino et al., 2019). Psichozę taip pat gali skatinti nelegalių narkotikų vartojimas. RAS turinčių asmenų psichozės išskirtinis bruožas- trukmė, po kelių valandų ar dienų, realybės įtrūkliai pradingsta ir žmogus grįžta prie normalaus funkcionavimo (Kreisman & Straus, 2010). Tuo tarpu, disociaciniai simptomai siejami su prastesniu kasdieniu funkcionavimu ir pasireiškia 80% asmenų (D’Agostino et al., 2019). Psichologiškai disociacija pasireiškia atsiskyrimo nuo aplinkos jausmu. Asmuo patiria depersonalizaciją, derealizaciją, atminties fragmentaciją, disociacinę amneziją ir identiteto jausmo sutrikimus. Somatoformiškai disociacija pasireiškia sutrikusiu motorikos valdymu, pakitusiu kūno ir skausmo suvokimu. Manoma, kad disociacijos išgyvenimai atsiranda dėl emocinės įtampos ir siejami su negebėjimu suprasti savo emocijų, sumažėjusiu savo kūno pajautimu ir impulsyviu sprendimų priėmimu. Dėl noro išeiti iš disociacinės būsenos, RAS turintys asmenys, dažnai save žaloja neturėdami savižudiškų ketinimų. Manoma, kad disociacinės būklės sutrikdo asmens vykdomąsias funkcijas ir kenkia darbinei atminčiai (Krause-Utz et al., 2021).

1.2. TARPASMENINIAI SANTYKIAI

1.2.1. Savastis

RAS turintiems asmenims trūksta esminio tapatybės jausmo. Toks žmogus nepriima savo intelekto, patrauklumo ir jautrumo kaip pastovių savybių, jis jas supranta kaip nuo kitų vertinimo priklausančias ypatybes, kurias turi nusipelnyti. Jo patiriama vertė yra reliatyvi, priklausanti nuo lyginimo su kitais. Tik padaręs įspūdį kitiems, pradeda gerbti save. Kad mylėtų save, privalo patenkinti kitus (Kreisman & Straus, 2010). Nepakankamas savasties

jausmas yra vienas iš diagnostinių RAS kriterijų (Bois et al., 2023). Dėl sutrikusios identiteto integracijos, siejasi RAS turinčių asmenų nesugebėjimas kurti ilgalaikių santykių, siekti ilgalaikių ir realistiškų tikslų, būdingas subjektyvus nenuoseklumo ir tęstinumo stokos jausmas, patiriamas nesaugumas keliant klausimą „kas aš esu?“. Stebimas autentiškumo stygius, priklausomybė nuo išorinių objektų, susvetimėjimo jausmas. Savasties sutrikimai siejami su impulsyvumu ir save žalojančiu elgesiu. RAS turintiems asmenims, būdingas sumaištis jausmas dėl savo lyties, seksualumo, gyvenimo vertybių, įsipareigojimo bei ateities (Bois et al., 2023; Kernberg & Yeomans, 2013). Asmenims su RAS būdinga autobiografinio pasakojimo fragmentacija, gyvenimo istorijoje trūksta centrinio subjekto, įvykiuose patiriamo autonomijos jausmo. Tokie simptomai kaip nerimas, sunkumai santykiuose, priešiškas reikšmingai koreliuoja su naratyvinio identiteto fragmentacija (Sajjadi et al., 2021). Kadangi asmenys, turintys RAS, stokoja esminio tapatybės jausmo, jie dažnai skausmingai išgyvena vienatvę, patiria tuštumos jausmą. Tai yra dar vienas RAS reikšmingas diagnostinis kriterijus. Tuštumos jausmą RAS turintys asmenys, apibūdina kaip negebėjimą patirti savęs, kitų ir kalba apie emocinės gelmės stoką. Manoma, kad tuštumos jausmas susijęs su RAS asmenims būdinga disforija, save žalojančiu elgesiu bei suicidiniais bandymais. Nustatytas neigiamas ryšys tarp tuštumos jausmo ir įtemptų gyvenimo situacijų. Atsiradusi socialinė izoliacija apsaugo asmenis nuo stresorių, susijusių su tarpasmeniniais santykiais (Miller et al., 2020).

1.2.2. Pasitikėjimas savimi

Nustatyta, kad RAS turintys asmenys yra labiau linkę į žemą pasitikėjimą savimi, nei bendra populiacija (Pohl et al., 2021). Pasitikėjimas savimi atspindi bendrą nuomonę ir vertę, kurią suteikiame sau kaip asmeniui. Biopsichosocialinis modelis, aiškina, kad RAS vystosi vaikystėje, kuriam didelę įtaką padaro nepriimantis ir vaiko emocinę patirtį menkinantis globėjų požiūris, kuris siejamas su menku gebėjimu priimti save ir savo jausmus. RAS asmenims būdingas mažas gebėjimas užjausti save ir kitus. Manoma, kad prastas požiūris į save, koreliuoja su patirtomis vaikystės traumomis, dabartiniais sunkumais bei emocijų reguliavimo sutrikimais. Nustatyta, kad žemas pasitikėjimas savimi, siejasi su disfunkciniu elgesiu, RAS turintys asmenys stokojo kompensacinių mechanizmų siekiant atstatyti pasitikėjimo savimi būseną (Santangelo et al., 2020). Įrodyta, kad gerinant gebėjimą priimti save ir užjausti, kuriamas tvirtesnis pasitikėjimas savimi (Pohl et al., 2021).

1.2.3. Romantiniai santykiai

Tarpasmeninių santykių sunkumai, yra vienas iš svarbiausių RAS diagnostinių kriterijų. Manoma, kad santykių sunkumai siejasi su pasitikėjimu savimi bei gyvenimo kokybės mažėjimu (Weiner et al., 2019). RAS turintys asmenys dažnai patiria tikro ar menamo atstūmimo baimę, yra linkę interpretuoti sąlyginai nedidelius, socialiai neutralius įvykius kaip ženklą, kad svarbus asmuo juos palieka. Reaguodami į tai pykčiu ar save žalojančiu elgesiu, jie atbaido kitą asmenį (Domsalla et al., 2014; Kulacaoglu & Kose, 2018). Taip pat šie žmonės yra linkę suformuoti abipusiškai neigiamą pirmąjį išpūdį apie save (Hepp et al., 2020). RAS turintiems asmenims, būdingi audringi ir intensyvūs santykiai, ypač su artimaisiais žmonėmis. Jiems būdingas juoda balta mąstymas, todėl žmonės jie linkę matyti tik kaip gerus arba tik kai blogus, linkę idealizuoti arba nuvertinti- jiems būdingas skėlimo gynybos mechanizmas (Kulacaoglu & Kose, 2018). Dėl atstūmimo baimės, saugiau jaučiasi su „pereinamuoju objektu“ (naminiais gyvūnais ar žaislais). Manoma, kad tokia elgesyje, svarbų vaidmenį vaidina nesaugus arba nerimastingas prierašumas. Tokią tarpasmeninių santykių dinamiką, aiškina emocijų sutrikimo kontekste- RAS turintiems asmenims, dažnai pasireiškia prierašumo tipo hiperaktyvacija ir iš jos kylančios perdėtos emocinės reakcijos. Manoma, kad RAS būdingas didelis neigiamų emocijų lygis yra siejamas su prierašumo objektu (Morse et al., 2009). Tokiems asmenims būdingas didesnis reiklumas santykiuose ir priklausomumas nuo partnerio. Nustatyta, kad RAS turinčios moterys, romantiniuose santykiuose buvo linkusios siųsti dviprasmiškus artumo ir priešiško signalus, dėl ko taip ir nesulaukdavo paramos iš savo partnerio. Tyrimai atskleidžia, kad santykių kokybė su artimiausiais žmonėmis, įtakoja RAS simptomų raišką (Miano et al., 2021).

1.2.4. Socialiniai santykiai

RAS turintiems asmenims būdinga dezorganizacija įvairiose socialinėse srityse, kuriose reikia atitikti tam tikrus visuomenės lūkesčius. Manoma, kad socialinio pažinimo funkcijos leidžia tinkamai interpretuoti kitų žmonių ketinimus ir elgesį. Teigiama, kad individo gebėjimą suprasti kitus žmones, priskirti jiems psichines būsenas, suvokti ketinimus, atskleidžia socialinio pažinimo proto teorija (angl. Theory of mind). Tyrimai atskleidė, kad proto teorijos deficitas būdingas RAS turintiems asmenims (Zegarra Valdivia ir Chino, 2019). Taip pat tyrimai atskleidžia, kad RAS asmenims yra būdinga padidėjusi mentalizacija ir atipiški gebėjimai, kurie pasireiškia polinkiu perdėtai interpretuoti kitų žmonių elgesį bei kelti

neigiamas jų poelgio prielaidas (Winsper et al., 2016). Taip pat yra stebima empatijos disfunkcija, kuri gali būti siejama su socialinio pažinimo sunkumais. RAS atveju, esant neaiškioms, sudėtingoms ir socialiai grėsmingoms aplinkybėms, pasireiškia afektinės empatijos hiperaktyvacija ir kognityvinės empatijos hipoaktyvacija, dėl ko tokie asmenys tarpasmeniniuose santykiuose dažnai kliaunasi neverbalinėmis užuominomis, nematydami kompleksiškesnio vaizdo (Ripoll et al., 2013).

Taigi, remiantis pateikta mokslinių straipsnių analize, matome kokia sudėtinga yra RAS turinčio žmogaus psichinė organizacija ir kokia nepaprasta diagnostika. RAS yra kompleksiškas, sunkus psichikos sutrikimas, kuris reikšmingai sutrikdo žmogaus funkcionavimą ir pasireiškia daugelyje gyvenimo sričių, dažnai susijęs su nepalankiais gyvenimo įvykiais ir baigiasi savižudybe. Savižudybė yra blogiausia bet kokio psichikos sutrikimo baigtis. RAS dažnai pasireiškia kartu su kitais psichikos sutrikimais (depresija, bipoliniu sutrikimu, šizoafektiniu sutrikimu, šizofrenija, potrauminio streso sindromu ir kt.), o gydymas pirmiausia yra psichoterapinis ir dažnai užtrunka kelerius metus.

Sekančiame skyriuje pateikiama mokslinių straipsnių apžvalga, atskleidžianti dailės terapijos intervencijų naudą RAS turintiems asmenims.

2. DAILĖS TERAPIJA RIBINĮ ASMENYBĖS SUTRIKIMĄ TURINTIEMS ASMENIMS

Dailės terapija psichikos sveikatos srityje yra sparčiai besivystanti sritis, kuri skatina nemedicininį intervencijų poreikį ir papildo holistinį požiūrį į žmogaus sveikatą. Pasaulyje daugėja atliktų tyrimų, įrodančių, kad dalyvavimas meno veikloje ir meninės intervencijos yra naudingos žmonėms, turintiems psichikos sveikatos problemų. Šiame skyriuje, siekiama atskleisti, kaip dailės terapija gali tapti veiksminga pagalbos priemone, asmenims turintiems RAS, kaip gali pagerinti pacientų psichosocialines funkcijas ir bendrą gyvenimo kokybę.

Vienas iš svarbiausių dailės terapijos tikslų - suteikti neverbalinės raiškos bendravimo galimybes naudojant dailės terapijos priemones, meno kūrimo procesą ir pacientų refleksiją apie sukurtus darbus. Dailės terapijos procesas skirtas apmąstyti asmeninį tobulėjimą, gebėjimus, savo paties asmenybę, interesus, vidinius rūpesčius ir konfliktus (Potash et al., 2015). Potash teigia (cit. pagal Sheikh and Shaffer, 1979), kad remiantis dviejų smegenų pusrutulių teorija, negalima naudoti kairiojo pusrutulio „mygtuko“, dešiniajam pusrutuliui atrakinti. Pasak Potash (cit. pagal Maher ir kt., 2006), manoma, kad kalbos terapija (psichoterapija) veiksmingai ištaiso sutrikimus, kuriuos sukelia neteisingas pažinimas ar mąstymas, tačiau negali susidoroti su emociniais sutrikimais, trauminiais išgyvenimais ir kitomis problemomis, kurių pagrindiniai simptomai yra emocinis išgyvenimas (Potash et al., 2015). Meninės kūrybos ir neverbalinių priemonių naudojimo metu pacientai gali atpažinti kylančius iš pasąmonės užslopintus jausmus ir konfliktus, kurie galimai daro įtaką emocinių, pažintinių ir socialinių funkcijų sutrikimuose (Jensen & Bonde, 2018; Potash et al., 2015).

2.1. RAS ir grupinės dailės terapijos nauda

Tyrimai atskleidžia, kad grupinė dailės terapija, padeda spręsti emocijų reguliavimo problemas ir padeda pažinti kitų žmonių patirtį ir jausmus iš kelių perspektyvų. Tokiu būdu pagerinant gebėjimą aktyviai ugdyti save ir socialinėje sąveikoje su kitais, išreikšti emocijas priimtiniu būdu. Stiprinti autonomiją, lavinti teigiamą savęs vaizdą, įveikti atstumo ir artumo problemas, mokytis jausti ryšį ir intymumą su kitais dailės terapijos dalyviais, bei siekti

asmeninių tikslų (Haeyen & Noorthoorn, 2021). Pasak Haeyen, meno kūrimo procese, asmuo turintis asmenybės sutrikimą ir nevaldantis impulsų, yra atsakingas už meno produkto kūrimą, o tai reikalauja savęs valdymo bei disciplinos. Tyrimas atskleidė, kad dailės terapija padėjo pacientams atpažinti sunkias emocijas, integruoti ir rasti konstruktyvesnį būdą su jomis susidoroti. Tyrimo dalyviai teigė, kad dailės terapijoje, vidinis „aš“ tampa matomas, apčiuopiamas ir konkretus per sukurtą kūrinį, o emocijų valdymas, atkuriant ryšį su pagrindiniais jausmais, tampa aiškesnis per „čia ir dabar“ patirtį (Haeyen et al., 2018; Haeyen & Noorthoorn, 2021). Jewell atlikta kokybinė teminė analizė parodė, kad dailės terapijos dalyvių gebėjimas reguliuoti emocijas ir toleruoti nelaimę pagerėjo. Pagerėjo ryšys su kitais dailės terapijos dalyviais, pagerėjo savęs supratimas, o 77,4% dalyvių teigė, kad atsirado didesnė viltis gyventi gerai (Jewell et al., 2022).

2.2. Dailės terapija gerina gebėjimą mentalizuoti

RAS turintiems asmenims yra būdingas dvilypis, juodai baltas mąstymas, sutrikęs gebėjimas matyti (suprasti ir jausti) save ir kitus, suvokti tiek protu, tiek ir jausmais, kas vyksta tarp manęs ir kito. Sutrikęs gebėjimas suvokti, kad kitų žmonių poelgiai, tai ir yra jų įsitikinimų, jausmų, minčių ir troškimų rezultatas, todėl kiekvieno žmogaus „tiesa“ yra gerbtina. Mentalizavimas padeda bendraujant tiek su kitais, tiek su pačiu savimi, dėl to padeda jaustis gerai. Chilvers ir kt. atliktas tyrimas, pagrįstas mentalizacija dailės terapijos procese, atskleidė, kad tai yra galima intervencija žmonėms, kuriems diagnozuotas RAS. Mentalizuojant tiek intuityviai, tiek intelektualiai yra kuriamas savęs suvokimas, savo tapatumo jausmas. Autoriai teigia, kad dailės terapijos procese, sukurtas meno kūrinys ir refleksija, padeda geriau suprasti ir jausti save bei kitus, padeda jaustis savo elgesio šeiminingais ir priimti save, padeda kurti santykius su kitais. Nebelieka vietos savigraužai ar kitų kaltinimui, išnyksta varginantys simptomai. O dailės terapeutas, laikydamasis „nežinančiojo pozicijos“, su tinkamu neapibrėžtumu ir smalsumu, taip pat gali palengvinti mentalizacijos vystymąsi. Taip pamažu formuojasi žmogaus savastis - pojūtis, kas aš esu ir koks aš esu (ir tą pojūtį lydintys jausmai ir mintys). Tokiu būdu žmogus mokosi sukaupti dėmesį ir reguliuoti jausmus (Chilvers et al., 2021).

Haeyen ir kt. atliktas tyrimas dailės terapijoje, taikant darbą su priešingybėmis (pvz. pyktis/ džiaugsmas), atskleidė, kad prieštaringų emocijų, elgesio ir minčių integravimas, pasiekė teigiamų terapinių tikslų. Emocijų būseną buvo vertinta kaip labiau subalansuota,

reikšmingas pokytis buvo įvertintas priimant emocines reakcijas. Todėl praktikoje rekomenduojama panaudoti priešingybių nagrinėjimą kaip meno terapijos temą (Haeyen et al., 2022). Jensen ir kt., atlikta mokslinių tyrimų analizė, remiasi vis gausėjančiais įrodymais, kad dailės terapijos užsiėmimų veikla, pagerina ne tik psichinės sveikatos problemas, bet ir gali sumažinti fizinius simptomus, tokius kaip nemiga, nuolatinis nuovargio jausmas, energijos trūkumas ar koncentracijos stoka, ką dažnai patiria žmonės susirgę depresija (Jensen & Bonde, 2018).

2.3. Dailės terapija ir emocijų reguliavimas

Dailės terapija gerina emocijų valdymą, bei mažina disociacijos simptomus, ką dažnai patiria RAS turintys asmenys. Mokslininkų atlikta metaanalizė patvirtina, kad dailės terapijos metodai paskatina apmąstymą apie emocijas, kurias sukelia žiūrėjimas į paveikslą ar skulptūrą. Šis procesas apima ir kūrybinį komponentą, pradedant nuo įvairių piešimo, koliažo, kaukių kūrimo ir iki molio lipdymo darbų, kurie siejami su lytėjimo pojūčiais ir gali sukelti pacientui visceralesnį fizinį potyrį, skatinantį prisiminimus. Dailės terapijos metodai gali būti pritaikyti konkrečioms diagnostikos grupėms: pvz. traumą patyrusiems arba haliucinacijas išgyvenantiems pacientams. Tyrimų analizė parodė psichosocialinį savigarbos, saviraiškos, savimonės, emocinės kančios, emocinės gerovės ir meninių įgūdžių pagerėjimą. Dėl dailės terapijos poveikio reikšmingai sumažėjo tikslinių neuropsichiatrinų simptomų, įskaitant ir psichozinius simptomus. Pacientams sumažėjo emocinio streso lygis, padidėjo socialiniai įgūdžiai, buvo laikomasi taisyklių bei būtino vaistų vartojimo. Dailės terapija pagerino pacientų gebėjimą pasiekti emocijas ir apdoroti trauminius prisiminimus. Direktyvinės molio terapijos, pagerino pažinimo funkciją, sumažino depresijos simptomus, pagerino kasdieno gyvenimo funkcionavimą, lyginant su kontrolinės grupės pacientais, kuriems buvo taikomas nedirektyvinis dailės terapijos metodas (Chiang et al., 2019).

2.4. Dailės terapijos nauda pažintinėms funkcijoms

Tong ir kt. atliktas tyrimas pabrėžia laisvo stiliaus (dailės terapeutai neteikia jokių nurodymų) svarbą ir leidžia pacientams kurti laisvai, kas skatina saviveiksmingumo, kūrybiškumo, pažintinių funkcijų atsigavimą ir pagerina gyvenimo kokybę. Tokiose dailės terapijos sesijose, siekiama, kad pacientai apibūdintų savo esamą psichologinę būseną ir

pagerintų pasitikėjimą savimi. Vadovaujant dailės terapeutams, pacientų prašoma pasisemti į vaizdą orientuotos informacijos, saugomos dešiniajame smegenų pusrutulyje, ir išmokti šios naujos meninės kalbos, perteikiant vidinius išgyvenimus išreiškiant juos pozityvia menine kūryba. Pacientai skatinami identifikuoti problemas, atskleisti šių problemų esmę ir kurti sprendimus. Šis metodas pagerina paciento pasitikėjimą susidoroti su sunkumais naudojant įvairius įgūdžius, skatina psichosocialinę reabilitaciją ir įgalina greitesnę grįžimą į visuomenę (Tong et al., 2021).

2.5. Dailės terapija ir jausmų integracija

Daugeliu požiūriu, dailės terapija padeda pacientams su asmenybės sutrikimais, geriau integruoti ir suprasti savo probleminius jausmų, minčių, nelaimės tolerancijos ir elgesio modelius, kurie anksčiau nebuvo sprendžiami ir pasiekę sąmoningo pažinimo lygmenį (Haeyen et al., 2020). Pasak Haeyen, pacientai suvokė daugiau dailės terapijos pranašumų nei visos kitos terapijos (grupinės psichoterapijos, kognityvinės grupinės terapijos, problemų sprendimo grupės, į kūną orientuotos grupinės terapijos, farmakoterapijos ir t.t.). Dailės terapija, turintiems asmenybės sutrikimą, buvo veiksminga provokuojant išgyvenimus ir jausmus (psichines būsenas). Padėjo skatinanti sveiką suaugusiųjų požiūrį į šiuos išgyvenimus, padėjo atpažinti asmeninius elgesio modelius, sustiprinti stabilesnį, teigiamą savęs įvaizdį, skatino autonomiją bei padėjo susidoroti su savo apribojimais ir (arba) pažeidžiamumu. Haeyen, teigia, kad numanomos naudos mastas pacientams labai priklauso nuo tokių veiksnių kaip terapeuto nesmerkiantis požiūris, jausmas, kad į juos žiūrima rimtai, jiems suteikiama pakankama saviraiškos laisvė, bet tuo pat metu siūlomas pakankamai struktūruotas pagrindas (Haeyen et al., 2020).

2.6. Dailės terapija ir santykis su savimi

Haeyen ir Heijman atliktas tyrimas, paskatino sukurti į užuojautą orientuotą dailės terapijos programą klientams, kuriems diagnozuotas B/C klasterio (antisocialus, ribinis, histrioninis, narcisistinis) asmenybės sutrikimas, siekiant stiprinti atjautos įgūdžius ir adaptyvesnę emocijų reguliavimą. Pasak Haeyen ir Heijman, dailės terapija gali sukelti ankstyvas emocines būsenas, iškelti į paviršių jausmus ir padaryti elgesį matomą ir apčiuopiamą

sukurtuose meno kūrinuose. Tokiu būdu paskatindama adaptacinius mechanizmus, mentalizacijos proceso sulėtėjimą bei dėmesingumo stiprinimą, dėl lytėjimo dirbant su įvairiomis meno medžiagomis. Į atjautą orientuota dailės terapija, sukuria palankią terpę ugdyti sąmoningumą, užuojautą sau ir kitiems, padeda vystyti vidinės šilumos, saugumo ir nusiramino jausmą, skatina atvirumą savo kančioms, nesmerkiamą ir nebaudžiamą elgesį, mažina per didelę savikritiką ir gėdą (Haeyen ir Heijman, 2020).

2.7. Dailės terapija ir nevaldomas pyktis

Yra atliktų tyrimų, kai dailės terapijos intervencijos sumažino atviros agresijos riziką. Hackett ir kt., vieno atvejo tyrimas pabrėžia naujo psichoterapinio požiūrio svarbą, kai pacientui, kuriam buvo diagnozuotas asocialus asmenybės sutrikimas ir nuolatinis agresyvus elgesys, saugioje slaugos aplinkoje, buvo taikoma psichodinaminė dailės psichoterapija. Elgesio stebėjimai parodė, kad sumažėjo agresija, atsiskleidė pagrindinės konfliktinių santykių temos (Hackett ir Aafjes-van Doorn, 2019). Taip pat, dailės terapijos programos naudingumą bei reikšmingumą sveikimo procese, parodė tyrimas atliktas ūmios psichiatrijos skyriuje. Tokio tipo intervencija sumažina ligos poveikį, nerimo, streso, agresijos simptomus, skatina savęs priėmimo, gyvenimo tikslo ir bendros psichologinės savijautos pagerėjimą (Laranjeira et al., 2019). Ursuliak ir kt., atliktas tyrimas, taip pat patvirtina, kad sumažėjo neigiamų pykčio, nerimo ir depresijos simptomų, taikant grupinę dailės terapiją panaudojant molį, žmonėms sergantiems ankstyvos fazės psichoze. Kokybinis tyrimas atskleidė, kad pasitikėjimo savimi, savigarbos ir veiklumo jausmo pagerėjimas buvo susijęs su įsitraukimo į intervenciją lygiu (Ursuliak et al., 2020).

2.8. Dailės terapija ir santykis su kūnu

Sergant asmenybės sutrikimu, ypač turintiems RAS, kūno įvaizdis dailės terapijos procese užima svarbią vietą. Šių asmenų atveju, kūnas vaidina pagrindinį vaidmenį savęs reprezentavime dėl mentalizacijos gebėjimo sutrikimo, o išgyvenimai dažnai užrašomi ant kūno supjaustymo randų, cigarečių deginimo žymių ar tatuiruočių pavidalu. Pasak Thomson ir kt., RAS asmenys dažnai patiria disociacijos simptomus, todėl santykis su kūnu vaidina didelę reikšmę sugrįžtant į realybę. Pasaulyje ir Lietuvoje vis dažniau skatinamos dailės terapijos

intervencijos, palaikančios psichosocialinę sveikatą, kurios taikomos sąveikaujant su gamta. Gamtos siūlomi „receptai“ gali skatinti fizinį aktyvumą, o tai teigiamai veikia sveikatą, kontaktas su gamta gali turėti papildomą atkuriamąjį poveikį psichinei gerovei. Thomson ir kt. atliktas tyrimas, atskleidė, kad bendras kūrimas gamtoje, žadino bendrumo jausmą, mažino socialinės izoliacija jausmą, palaikė savigarbos jausmą bei formavo kolektyvinės intervencijos patirtį (Thomson et al., 2020).

2.9. Dailės terapija ir vaikystės traumos patirtis

RAS turintys asmenys, dažnai yra išgyvenę vaikystės traumą, kurią sunku perteikti žodžiais. Kognityviniu požiūriu meno kūrimas suaktyvina skirtingas smegenų sritis, palyginti su verbaliniu bendravimu, todėl šioje srityje vis dažniau pasitelkiama meno kalba, kuri padeda tyrinėti šiuos jausmus neišreiškiant jų žodžiais, padeda labiau suprasti patirtį ir skatina bendradarbiavimą (Lamont et al., 2009). Atvejo tyrime, su paciente, kuriai nustatytas RAS ir save žalojantis elgesys, metus buvo taikoma dailės psichoterapija. Dailės terapijos sukurti vaizdai atskleidė išgyventas traumas. Mintys, jausmai ir intensyvi emocinė išraiška persikėlė iš vidaus į išorę. Šio tyrimo rezultatai parodė terapinę intervencijos naudą (Lamont et al., 2009).

2.10. Dailės terapija ir žmogaus augimas

Pasak Haeyen, pastebėta, kad dailės terapija, darbui su asmenybės sutrikimais, siūlo intervencijos būdus sustiprinančius sveiką suaugusįjį ir tiesiogiai orientuotos į viso žmogaus integraciją ir augimą. Dailės terapija padeda žmonėms išsivaduoti iš destruktivių modelių, tenkinti savo pagrindinius poreikius, kaip nepriklausomų ir atsakingai veikiančių asmenų, turinčių teigiamą ryšį su savimi ir aplinka. Haeyen teigia, kad proceso patrauklumas, skatina gebėjimą žaisti, dėl to lengviau pasiekti patirtį ir išvystyti sveiko suaugusiojo režimą, kuris labiau jaučiamas, nei apmąstomas. Kūrybiškumas vertinamas kaip sveiko suaugusiojo gebėjimas būti lanksčiam ir rasti skirtingus problemos sprendimus. Šis dailės terapijos patrauklumas puikiai atitinka terapinį įgalinimo ir gerovės tikslą (Haeyen, 2019).

2.11. Dailės terapijos pagalba psichikos sveikatos specialistams

Iš sukurtų meno kūrinių dailės terapeutai ir kiti psichikos sveikatos specialistai, gali suprasti pacientų problemas ir psichologinius sunkumus, kurie padeda ieškoti naujų intervencijos galimybių. Dailės terapijos meno kūriniai, padeda sveikatos specialistams geriau pažinti pacientų vidinį pasaulį bei išgyvenamus jausmus. Hu ir kt., atliktas tyrimas patvirtina, kad dailės terapija gali būti ne tik naudingas terapinis metodas, padedantis pacientams atsiverti ir dalytis savo jausmais, požiūriais ir patirtimi, bet gali būti naudojamas kaip papildomas duomenų rinkimo būdas, jungiantis ir kitus psichikos sveikatos specialistus, slaugytojus, kuris padėtų taikyti tikslesnes įgalinimo intervencijas (Hu et al., 2021; Jay et al., 2023). Kitų autorių atlikti tyrimai, taip pat patvirtina, kad dailės terapijos dalyvių piešiniai atskleidė naujas įžvalgas žinias apie pacientų suvokimą, įsitikinimus ir išgyvenimus apie savo būklę, ir buvo susietos su klinikiniais ir psichologiniais sveikatos žymenimis. Piešimas buvo galingas tradicinių duomenų rinkimo metodų priedas ir parodė galimą naudą pacientams, bei sveikatos priežiūros specialistams gerinant priežiūros kokybę, kuri geriau atitiktų asmens poreikius (Cheung et al., 2016; Fenner et al., 2020).

Apibendrinus šios srities tyrimus, galima teigti, kad dailės terapija yra veiksminga intervencijos priemonė dirbant su asmenimis, kuriems diagnozuotas RAS. Dailės terapijos procese pacientams suteikiama galimybė apmąstyti asmeninę patirtį, įgyti naujų įžvalgų apie savo mintis ir emocijas, padeda geriau reguliuoti afektus, stiprinti autonomijos ir identiteto jausmą, giliau suprasti save ir savo ligą, mažinti socialinę atskirtį bei gerinti gyvenimo gerovę. Tikiu, kad dailės terapija turi didelį potencialą klinikinėje psichikos sutrikimų srityje ir viliuosi, kad Lietuvoje ši nemedikamentinė intervencijos priemonė bus taikoma visose gydymo įstaigose.

Sekančiame skyriuje pateikiama ir aprašoma metodologinė dalis.

3. TYRIMO METODOLOGIJA

Tyrimo objektas. Ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimai dailės terapijos procese.

Tyrimo dalyviai. Trys ribinio asmenybės tipo pacientai, kuriems nustatyta diagnozė: F60.31 Ribinis tipas.

Tyrimo vieta. VšĮ Vilniaus miesto psichikos sveikatos centras, Ribinių būsenų dienos stacionaro skyrius.

3.1. Tyrimo metodo ir duomenų analizės būdo pasirinkimas

Baigiamasis magistro darbas buvo rašomas, remiantis fenomenologine tradicija, kurioje kalbant apie žmogaus patyrimą, pabrėžiamas vienintelės objektyvios tiesos neįmanomumas (Pietkiewicz ir Smith, 2012). Pasak Pietkiewicz ir Smith, faktinė, objektyvi realybė egzistuoja, tačiau požiūris į ją priklauso nuo individualios asmens patirties. Realybė ir fenomenai interpretuojami pagal tai, kaip individai juos reflektuoja. Todėl subjektyvų pacientų dailės terapijos proceso patyrimą pasirinkau tirti kokybiškai, duomenis analizuodama interpretacinės fenomenologinės analizės (toliau- IFA) tyrimo metodu. Atliekant dailės terapijos kūrinių analizę, buvo pasitelktas kokybinės turinio analizės metodas.

Toliau pateiksiu tokio savo pasirinkimo priežastis ir pristatysiu turinio analizės bei IFA metodus.

3.2. Piešinių turinio analizės metodo pristatymas

Piešinių duomenys analizuoti remiantis kokybine turinio analize. Šis metodas, naudojamas rašytinės, vaizdinės ar garso medžiagos reikšmei analizuoti ir interpretuoti. Turinio analizė naudojama tiriant įvairias temas, įskaitant kultūrą, literatūrą, žiniasklaidą ir politiką (Sabaliauskas ir Žydžiūnaitė, 2017). Turinio analizės metodas tinka verbalinių, elgesio, vaizdinių duomenų kategorizavimui, siekiant klasifikuoti, sisteminti ir apibendrinti. Pasak Žydžiūtės ir Sabaliausko, duomenų rinkinio turinio analizė apima sisteminę ir kiekybinę jo turinio analizę. Kokybiniai duomenys atskleidžia kokie reiškiniai egzistuoja, kokie jų

bruožai, kaip kokiais būdais ir formomis jie pasireiškia. Kiekybiniai duomenys atskleidžia kiek reiškiniai paplitę, kurie reiškiniai paplitę labiau (Sabaliauskas ir Žydžiūnaitė, 2017). Tyrėjai kokybinę turinio analizę, gali naudoti norėdami kiekybiškai įvertinti ir išanalizuoti konkrečių kategorijų paplitimą ir pasiskirstymą. Pagrindinis turinio analizės tikslas - analizuoti turinį, nustatyti esančius dėsningumus, temas ir ryšius (Myers, 2008).

Turinio analizė apima duomenų kodavimą, siekiant nustatyti modelius ir tendencijas. Tai atliekama suskaidant medžiagą į mažesnius vienetus ir kiekvienam vienetui priskiriant kodus. Kodai naudojami modeliams ir ryšiams tarp vienetų nustatyti, išrinkti informatyvias vietas bei svarbias žinutes. Šios procedūros žingsniai: peržiūrėti savo medžiagą ir sudaryti skirtingų pastebėjimų sąrašą. Perskaityti sąrašo punktus ir kiekvienam jų priskirti tam tikrai kategorijai. Įmanomas tos pačios kategorijos pasikartojimas keletą kartų. Šiame etape sukuriama tiek kategorijų, kiek tik reikia, kategorijų skaičių galima sumažinti vėliau. Vėliau kategorijų sąrašas peržiūrimas ir vertinamas, kai kurios kategorijos gali būti susietos. Jei taip, galima apjungti į stambesnes kategorijas, joms priskiriant smulkesnes. Stambios kategorijos vadinamos temomis (Sabaliauskas ir Žydžiūnaitė, 2017).

Tyrėjai, naudodamiesi sistemingomis ir objektyviomis įžvalgomis, gali visapusiškai suprasti ir interpretuoti duomenis. Atliekant turinio analizę, nustatomos pagrindinės sąvokos, jų pasikartojimo dažnumas ir pokyčiai laikui bėgant. Pasak Myers, taikant šį metodą tyrėjai gali nustatyti dominuojančius naratyvus, identifikuoti pasikartojančias reikšmes, galiausiai turinio analize siekiama pagilinti žinias ir gauti vertingų išvadų, kurios prisideda prie akademinio, socialinio ar praktinio pažinimo (Myers, 2008).

Šis metodas ypač naudingas dirbant su vaizdo turiniu, kadangi suteikia sistemingą ir struktūruotą jo analizės ir interpretavimo metodą. Šiame darbe siekiant sistemingo požiūrio į vaizdinės medžiagos (piešinių) tyrimą, bandant nustatyti pasikartojančias tendencijas ir ryšius, tyrimo dalyvių dailės terapijos kūriniai buvo suskaidyti į mažesnes grupes, pagal pasirinktus pasikartojančius formaliuosius piešinio elementus: kompoziciją, objektus, spalvas, linijas, objektų tarpusavio ryšius. Vėliau kiekvienai piešinių grupei buvo priskiriamas atskiras pavadinimas siekiant klasifikuoti, sisteminti ir apibendrinti.

3.3. Piešinių turinio analizės tyrimo organizavimas

Remiantis fenomenologine dailės terapijos teorija, pirmajame piešinių turinio analizės etape, buvo naudojamas „fenomenologinis žvilgsnis“ į tyrimo dalyvių piešinius, t.y. „suskliaudžiant“³ (pamirštant) visą turimą refleksijos ar tyrėjo dienoraščio informaciją. Sąmoningai nebuvo analizuojama literatūra, siekiant išsiaiškinti kas būdinga ribinio asmenybės tipo žmonių piešinių raiškai. Tokiu būdu buvo ieškoma kas subjektyviai, fenomenologiškai, akivaizdžiai pasireiškia tyrimo dalyvio piešiniuose bei verbalinėje raiškoje; kokie formalieji elementai ar simboliai kartojasi, kas būdinga piešimo proceso raiškai. Visi pasikartojantys, panašūs elementai buvo grupuojami, siekiant nustatyti informatyvias vietas (kas labiausiai krenta į akis žvelgiant į piešinį) ir išrinkti svarbias žinutes tyrimo dalyvių refleksijos garso įrašuose. Peržiūrėjus medžiagą ir sudarius skirtingų pastebėjimų sąrašą, kiekvienas pasikartojantis formalių elementų bruožas, buvo priskirtas tam tikrai kategorijai, kuriai suteikiamas pavadinimas. Šiame tyrimo etape vyko pastovus formaliųjų elementų duomenų ir kategorijų peržiūrėjimas, kol buvo įsitikinta, kad rezultatus apibūdinančios temos yra teisingas ir tikslus duomenų atspindys (Myers, 2008). Myers teigimu, turinys gali būti analizuojamas dviem lygiais. Pirmas analizės lygis yra aprašomojo pobūdžio duomenų analizė to kas buvo pasakyta, nieko nevertinant. Aukštesnis analizės lygis yra interpretacija, kai svarstoma kas buvo pasakyta, kas buvo turima galvoje ar norėta pasakyti (Myers, 2008). Taigi, dailės terapijos kūrinų turinys buvo analizuojamas dviem lygiais pagal Myers. Pirmas analizės lygis yra aprašomojo pobūdžio duomenų analizė to kas buvo pavaizduota piešinyje, nieko nevertinant. Vėliau duomenys buvo papildyti tyrimo dalyvių dailės terapijos užsiėmimų refleksijos garso įrašų citatomis. Aukštesniame analizės lygyje buvo bandoma interpretuoti pasikartojančius formalius vizualinės raiškos elementus, kūrimo proceso raišką, buvo tyrinėjama ar atsiranda kūrinuose simboliai ir gilesnė prasmė (Myers, 2008).

³ Kabučių uždėjimas arba suskliaudimas (įsitikinimai, nuojauta, vertinimas atidedami į šalį, kad pamatyti fenomeną ar situaciją kaip pirmą kartą).

Svarbu priminti, kad tyrimas vyko „Ribinių būsenų“ skyriuje, kuriame darbas vyksta psichoterapinės bendruomenės principu, t. y. aš, kaip specialistė, kartu su skyriaus pacientais dalyvavau psichoterapinėse grupėse, gyvenau kartu „Intensyvų terapinį gyvenimą“⁴. Todėl analizuojant dailės terapijos kūrinius, buvo atsižvelgta į tyrimo dalyvių patirtis, istoriją, išgyvenimus, einamas gyvenimiškas situacijas, psichikos dinامينius procesus; taip pat buvo atsižvelgta ir į mano pačios jausmus, intuciją, emocijas bei įžvalgas. Dėl giliau užsimezgsio terapinio santykio su tyrimo dalyviais, drįstu kelti hipotetinę prielaidą ir ieškoti kūriniuose simbolių. Be abejo, atranka yra neišvengiamai subjektyvi, nes kiekvienas žmogus kuria savą mitologiją ir iškelia sau artimus simbolius (Biedermann, 2002). Tačiau siekiant giliau suvokti šias neabejotinai svarbias kultūrinio gyvenimo sritis ir bandyti geriau atskleisti bendražmogiškų vaizdinių prasmę, buvo remtasi K.G. Jungo, Udo Becker, Hans Biedermann, Dainiaus Razausko ir Rasos Ambraziejienės simbolių aiškinimo interpretacijomis. Dėl apibrėžtos rašto darbo apimties tik priartėsiu prie šios nepaprastai įdomios temos ir pabandyčiau praverti kitą matymo ir mąstymo lauką, praplėsti suvokimo ribas, sujungti teoriją ir praktiką, išgirsti klientą ir integruoti savo žinojimą.

Pasak Biedermann ir Becker, simbolių negalima aiškinti vienareikšmiškai, nes juose slypi keleriopos prasmės, tikrieji simboliai įvairiose pažinimo pakopose gali būti vis kitokie, tačiau visuomet turintys pagrindinį bruožą- perteikti svarbią žinią (Becker, 1996; Biedermann, 2002). Be abejo, simbolių atranka buvo vykdoma asmeniškai. Analizuojant dailės terapijos kūrinius buvo kreipiamas dėmesys į individualius formalius vaizdinės raiškos elementus, būdingus kiekvienam tyrimo dalyviui. Aprašoma tyrimo dalyvių suteikta reikšmė dailės terapijos kūriniams, pasitelkiant refleksijų garso įrašų medžiagą. Pateikiama tyrėjos subjektyvi interpretacija, remiantis tyrėjos dienoraščio užrašais, analizuojami piešimo proceso ypatumai bei užsimezgsio terapinio santykio aspektai. Darbe pateikiamas kiekvieno tyrimo dalyvio piešinių turinio analizės aprašymas. Piešiniai sunumeruoti pagal dailės terapijos sesijų eilę.

Sekančiame skyriuje pristatysiu interpretacinės fenomenologinės (toliau IFA) analizės metodą.

⁴ Psichiatro, psichoterapeuto Aleksandro Alekseičiko psichoterapinis metodas.

3.4. Interpretacinės fenomenologinės analizės (IFA) pristatymas

Kokybinės tyrimo paradigmos pasirinkimą nulėmė tyrimo objekto - subjektyvaus žmogiškojo patyrimo specifika dailės terapijos metu ir mano pačios asmeninės nuostatos, kad pats tyrimo klausimas yra atviras, ieškantis, juo siekiama suprasti ir atskleisti tyrimo dalyvių daugiasluoksniškumą. Nebuvo siekiama apibendrinimų, ar ieškoma vieningos objektyvizuotos tiesos. Tuo labiau, kad tyrimo dalyviai skyrėsi savo amžiumi, nustatyta ligos diagnoze, hospitalizacijų skaičiumi, ar tuo kaip jie išgyvena ir patiria savo ligą. Be to, taikomas tyrimo metodas leidžia pasiekti svarbius individualios patirties, susijusios su unikaliais reiškiniais ir įvykiais, aspektus (Pietkiewicz & Smith, 2012). Neabejotinai tokie yra ribinio asmenybės sutrikimo paveiktų žmonių išgyvenimai ir jų dailės terapijos patyrimo būdas. Pasirinkto metodo naudingumą tokiais unikaliais atvejais patvirtina daugybė tyrimų, kuriuos, be kitų, atliko psichologas Igoris Pietkiewicz, nagrinėdamas depersonalizacijos ir derealizacijos būsenas klinikinėse ir neklinikinėse grupėse⁵ (Murphy et al., 2022; Pańczak ir Pietkiewicz, 2016).

Pasak Pietkiewicz ir Smith, pagrindinis IFA tyrėjų tikslas - ištirti kaip asmenys įprasmina savo patirtį (Pietkiewicz & Smith, 2012; Tindall, 2009). Šio tyrimo metu, man rūpėjo kaip vyksta tyrimo dalyvių asmeninės prasmės, pojūčių, įžvalgų, jausmų paieškos, patyrus dailės terapijos procesą. Atliekant tyrimą, buvo svarbu išlaikyti interpretacinę perspektyvą, atsižvelgti į tą faktą, kad žmogus įprasmina savo pasaulį, pasitelkdamas savirefleksiją, įsitikinimus, motyvus ir samprotavimus, be to jis sąmoningai pasirenka kaip ir ką pasakoti tyrėjui (Pietkiewicz & Smith, 2012). Interpretatyvistai daro prielaidą, kad tikrovė pasiekama per socialines konstrukcijas, tokias kaip kalba, sąmonė, bendros reikšmės ir priemonės (Myers, 2008). Pasak Alharahshel ir Pius, žmogaus gyvenimą galima suprasti tik iš vidaus. Pagal interpretatyvizmą, individai turi sąmonę, vadinasi jie nėra tik prievartos marionetės, kurios tik reaguoja į socialines jėgas, kaip mano pozityvistai. Žmonės yra sudėtingi ir kompleksiški. Skirtingi visuomenės žmonės skirtingai patiria ir supranta tą pačią „objektyvią“ tikrovę ir turi individualių priešasčių savo veiksams (Alharahsheh & Pius, 2019). Taigi, atlikdamas IFA tyrimą, tyrėjas pripažįsta egzistuojantį nesutapimą arba skirtumą tarp to, kas iš tiesų vyksta, ir to, kaip pats žmogus tai suvokia ir siekia šio nesutapimo prigimtį paaiškinti. Atliekant tyrimą

⁵ P. E. Godlewska, Opetanie czy choroba psychiczna? Między wiarą a nauką. Priega: <https://tygodnik.interia.pl/news-opetanie-czy-choroba-psychiczna-miedzy-wiara-a-nauka,nId,4984516>.

buvo labai svarbu „uždėti kabutes“ savo išankstinėms nuostatomis, įsitikinimams ar patyrimams ir leisti reiškiniams kalbėti patiems už save (Pietkiewicz & Smith, 2014).

3.5. Interpretacinės fenomenologinės analizės teorinis pagrindimas

Interpretacinės fenomenologinės analizės (IFA) metodas taikomas siekiant išsamiai išanalizuoti procesą, kurio metu žmonės įprasmina savo patirtį. Pasak Olay ir kt., žmonės būdami „save interpretuojančios“ būtybės, aktyviai interpretuoja įvykius, objektus ir žmones, su kuriais susiduria savo gyvenime (Olay, 2020; Taylor, 1985). Taikant IFA metodą reikia remtis pagrindiniais fenomenologijos, hermeneutikos ir idiografijos principais. Taigi, fenomenologiniai tyrimai sutelkia dėmesį į tai, kaip žmonės suvokia ir kalba apie objektus ir įvykius, o ne apibūdina reiškinius pagal iš anksto nustatytą kategorijų sistemą ar conceptualius kriterijus (Pietkiewicz & Smith, 2014). Kalbant apie mano pasirinktą duomenų analizės būdą - IFA, reikia pasakyti, kad ypatingas dėmesys buvo skiriamas fenomenologiniam žmogaus patyrimo supratimui. Pagrindinis IFA tikslas- išsiaiškinti, kaip konkretus žmogus įprasmina savo asmeninį ir socialinį pasaulį, kokias prasmes jis suteikia tam tikram konkrečiam savo patyrimui, įvykiui ar būsenai, neatmetant to fakto, kad žmogus nuolat yra veikiamas tiek išorinio pasaulio įspūdžių, tiek ir savo vidinių nuostatų bei ankstesnės patirties (Pietkiewicz & Smith, 2014). Remiantis IFA metodu, siekiama ne tik aprašyti konkretaus žmogaus patyrimą, bet ir leidžiama žengti už paties tiriamo žmogaus savo pasaulio suvokimo ribų. Pasak vokiečių filosofo - egzistencialisto, hermeneutikos teoretiko Martino Heideggerio, žmonės visuomet egzistuoja konkrečiame kontekste, todėl jie negali savęs atsieti nuo subjektyvių įtakų ir suteikti objektyvų, gryną apibūdinimą, kaip siūlo Husserlis. Heideggeris pabrėžia žmogiškosios tikrovės pasaulyje situatyvumą, ypatingą žmogaus sąsają ir ryšį su pasauliu, kurį ir siekia suprasti tyrėjas, pasitelkdamas IFA metodą (Pietkiewicz & Smith, 2014).

Atliekant tyrimą pirmajame etape, remiantis fenomenologija, tyrėjo dėmesys sutelkiamas į pagrindinius tam tikro reiškinio ar patirties komponentus, kurie daro jį unikalų. Fenomenologinės pozicijos priėmimas leidžia įsigilinti į tiriamo objekto esmę, atkreipiant dėmesį į tai, kuo ypatingas skirtingų žmonių išgyvenimas. Antra, hermeneutikos principų taikymas sudaro sąlygas interpretuoti tai, ką sako tyrėjas, siekiant „išversti“ jo priskiriamas prasmes į psichologinę kalbą (Sternak, 2023). Taikant IFA metodą, tyrėjui tenka aktyvus vaidmuo, nuo jo dalyvavimo priklauso, kaip giliai jam pavyks išsiskverbti į tiriamojo patirties

pobūdį. Taikant IFA metodą daroma prielaida, kad pažinimas yra nuoseklių interpretacijų rezultatas, ir tai sudaro metodo vertę. Be to, tyrėjo įtaka tyrimui ir jo dalyviams čia laikoma savaime suprantama. Taigi jis neišvengiamai tampa „hermeneutinio rato, kuriame reiškinių supratimas kyla nuolatiniame tyrėjo ir tiriamojo dialoge, dalyviu“ (Sternak, 2023, p. 32).

Toliau pateikiami duomenų rinkimo etapai ir būdas.

3.6. Duomenų rinkimo būdas

Šiame tyrime, siekiant atsakyti į tyrimo tikslo keliamą klausimą, duomenims rinkti naudotas giluminis pusiau struktūruotas interviu, labiausiai atitinkantis kokybinio fenomenologinio tyrimo idėją (Pietkiewicz & Smith, 2014). Kiekvienam tyrimo dalyviui buvo užduodami atviri ir į procesą orientuoti klausimai, sutelkti į asmeninę patirties interpretaciją ir į tai, kaip dalyviai suvokia save šios patirties metu (Pietkiewicz & Smith, 2014). Atliekant pusiau struktūruotą interviu buvo iš anksto parengtas interviu planas, paruošti keli pagrindiniai klausimai susiję su dailės terapija. Interviu eigoje, buvo užduodami papildomi, patikslinantys klausimai, atsižvelgiant į konkretų tyrimo dalyvio pasakojimą ar situaciją (temos vystymas, gilinimasis, apibendrinimas). Tokiu būdu buvo siekiama išsamiau atskleisti patiriamą fenomeną. Interviu metu IFA metodui tinkami klausimai gali būti skirti jutiminiams potyriams, psichikos reiškiniams (mintims, prisiminimams, asociacijoms, fantazijoms) tirti ir ypač didelis dėmesys kreipiamas į asmeninius reiškinių aiškinimo būdus (Pietkiewicz & Smith, 2014).

Interviu klausimų gairės:

1. Prisiminkite savo dalyvavimą dailės terapijoje ir papasakokite savo patyrimą.
2. Prisiminkite situaciją dailės terapijos sesijoje, kuri jums labiausiai įsiminė, sukėlė jausmų, minčių, ar tiesiog šiuo metu iškilo į paviršių. Papasakokite savo patyrimą.
3. Kaip Jus suvokė kiti dailės terapijos dalyviai, pamatę Jūsų piešinį ar išgirdę ką apie jį kalbėjote? Kokias mintis turėjote? Ar Jums tai buvo svarbu?
4. Ar kada nors praeityje patyrėte tokią būseną, kaip dailės terapijos proceso metu?
5. Ar sužinojote daugiau apie savo dėmesingumo prigimtį dailės terapijos metu? Ką galėtumėte pasakyti apie savo dėmesingumą?

Kiti išsamesni klausimai:

1. Kaip patyrėte ryšį su savo kūnu dailės terapijos proceso metu? Kokius kūno pojūčius išgyvenote kurdamas? (Ar esate patyręs tokią būseną kada nors anksčiau? Kokioje situacijoje? Kas sukėlė šią būseną? Ką Jums reiškia? Kas Jums tame svarbu?).
2. Kokios refleksijos situacijos buvo įsimintiniausios dailės terapijos proceso metu? (Koks Jūsų požiūris į kitų dalyvių komentarus apie Jūsų piešinį? Kokius jausmus patyrėte? Ar pasikeitė Jūsų požiūris į dailės terapiją dėl kitų žmonių išsakytų nuomonių?).
3. Kokie buvo Jūsų pirmieji jausmai pratimų pradžios metu, išgirdus temą? (Kaip sekėsi atlikti užduotis? Ką pastebėjote kūrybos proceso metu? Ką Jums davė pratimai/temos?).
4. Ar jautėte ryšį su savimi dailės terapijos pratybų metu? (Koks esate su savimi kūrybos proceso metu? Ką reiškia būti tokiam? Iš kur žinote, kad jaučiate ryšį su savimi, ką patiriate? Kaip suvokiate save, kai jaučiate?).
5. Kokius skirtumus įžvelgiate tarp dailės terapijos ir „įprasto“ piešimo? (Kokių kilo jausmų piešiant? Kaip apibūdintumėte save piešiantį? Koks esate sau kai atliekate dailės terapijos pratimą? Ką sužinojote naujo apie save?).

Toliau pateikiamas duomenų analizės metodo paaiškinimas.

3.7. Duomenų analizės metodas

Interpretacinės fenomenologinės analizės metodas yra grįstas fenomenologijos, hermeneutikos ir ideografijos filosofiniais principais. Pasak Pietkiewicz ir kt., šis analizės metodas nukreiptas į subjektyvią asmens patirtį ir prasmį, kurias pats individas suteikia savo patyrimui, pažinimui, analizei bei interpretacijai atskleisti. Ši duomenų analizės strategija, nukreipta į gilesnį asmens patirties prasmės suvokimą (Pietkiewicz & Smith, 2014). Šiame tyrime buvo siekiama gilumo, detalumo, sistemiškai ir reflektysiai buvo bandoma išsiaiškinti, kaip išgyvenamos konkrečiau tyrimo dalyvio dailės terapijos proceso patirtys, kaip tyrimo dalyviai įprasmina savo patyrimą, kokias reikšmes, esmes ir prasmes jam suteikia. IFA siekiama atlikti išsamų analizuojamo reiškinių tyrimą, o ne generuoti visai populiacijai apibendrintą teoriją (Pietkiewicz & Smith, 2012).

Pirmasis IFA teorinis principas- fenomenologija. Pasak Clarke, fenomenologija yra orientuota į patirties studijavimą, kurią sukūrė vokiečių filosofas, fenomenologijos pradininkas Edmundas Husserlis. Vėliau šią idėją vystė vokiečių filosofas- egzistencialistas, hermeneutikos teoretikas Martinas Heidegeris ir vokiečių filosofas, hermeneutinės krypties kūrėjas Hansas Georgas Gadameris. Husserlio fenomenologija subjektyvų žmogaus patyrimą laiko pagrindiniu žinių šaltiniu, kuri orientuota į jo išgyvenimų pasaulį. Pagrindinis fenomenologijos siekis- atsisakyti išankstinių nuostatų bei šališkumo ir gilintis į reiškinio esmės atskleidimą (Clarke, 2009).

Antrasis IFA principas- *hermeneutika*. Hermeneutika yra Martino Heideggerio išplėtotą filosofinę kryptį, kuri teigia, kad prasmė slypi interpretacijoje (Pietkiewicz & Smith, 2014). Smith ir Osborn (2008) pagrindė dvigubos hermeneutikos procesą, pagal kurį tyrimo dalyviai bando įprasmiti patiriamą pasaulį, o tyrėjas stengiasi šiuos bandymus suprasti ir interpretuoti, dėl ko tyrėjas taip pat yra laikomas tyrimo dalyvių prasmės kūrimo bendraautoriumi (Alsaigh & Coyne, 2021). IFA tyrimuose pripažįstama, kad tyrimo dalyvių patirtis ir tyrėjo interpretacija yra subjektyvi (Pietkiewicz & Smith, 2014).

Trečiasis IFA principas- *idiografija*. Idiografinėje perspektyvoje dėmesys sutelkiamas į išsamią atskirų atvejų analizę ir individų patirtį jų unikaliuose kontekstuose. Dėl šių aspektų IFA apima mažą tyrimo dalyvių imties dydį (Pietkiewicz & Smith, 2014).

IFA duomenų analizės žingsniai:

- 1. Susipažinimas su duomenimis.** Tyrėjos susipažinimas su duomenimis vyko klausantis interviu garso įrašo, transkribuojant ir daug kartų skaitant pažodinę interviu transkripciją. Klausantis garso įrašų, dėmesys kreipiamas į balso intonaciją, pauzes, specifines raiškas ar naudojamas metaforas. Tokiu būdu buvo bandoma suvokti, empatiškai pajauti interviu kaip visumą, prieš suskirstant ir analizuojant tekstą dalimis (Pietkiewicz & Smith, 2014). Daugkartinis teksto skaitymas suteikdavo vis naujų įžvalgų ir atskleisdavo naujų prasmių.
- 2. Duomenų kodavimas.** Šis etapas apėmė temų sistemos kūrimą. Skaitant tekstą, parašėse buvo užrašomos trumpos frazės, pamąstymai, pastabos ar įžvalgos. Dėmesys kreipiamas į tyrimo dalyvių sakomų žodžių ar minčių pasikartojimus. Šio etapo metu buvo pradedamos kurti išskylančios temos, joms suteikiami atitinkami kodai (Pietkiewicz & Smith, 2014).

3. **Preliminarių temų formulavimas.** Šiame etape buvo nustatytos išskylančios temos, kurios buvo identifikuojamos grupuojant skirtingus kodus į naują visumą- temą. Jungiant skirtingus pradinius kodus į temas, kai kurie jų suformuodavo pagrindines metatemas, kai kurie buvo visai atmesti. Analizės dalyje iškilusios temos buvo iliustruojamos tyrimo dalyvių žodžiais, kas patvirtino patyrimo atskleidimą bei grindė tyrimo rezultatų validumą (Pietkiewicz & Smith, 2014).
4. **Kategorijų kūrimas.** Šiame etape, tarp identifikuotų temų buvo ieškoma tarpusavio ryšių, temos buvo jungiamos į klasterines kekes, į kategorijas pagal temų grupes (Pietkiewicz & Smith, 2014).
5. **Temų santraukų sudarymas, duomenų sisteminimas.** Susisteminti tyrimo duomenys buvo perkelti į lentelę, su pateiktomis interviu citatomis, atspindinčiomis tyrimo dalyvių mintis, tiriamo reiškinių patirtį ir prasmes (Pietkiewicz & Smith, 2014).

3.8. Tyrimo validumas ir patikimumas

Turint omenyje tyrėjos subjektyvias interpretacijas, kurios gali paveikti tyrimo rezultatus, iškyla svarbus tyrimo validumo (tinkamumo) ir patikimumo klausimas. Siekiant užtikrinti tyrimo validumą, duomenys pateikiami naudojant tyrimo dalyvių, o ne tyrėjos terminus. Duomenys buvo nagrinėjami indukciniu būdu, remiamasi tik tyrimo dalyvių perspektyvomis (Gaižauskaitė & Valavičienė, 2016). Pasak Sabaliausko ir Žydžiūnaitės, kokybiniame tyrime tyrėjas, turėdamas glaudų asmeninį kontaktą su tyrimo dalyviu, negali išlikti visiškai nešališkas, todėl užima vietą tarp pirminių duomenų, tyrimo rezultatų bei išvadų (Sabaliauskas & Žydžiūnaitė, 2017). Šiame tyrime, norėdama suprasti tyrimo dalyvių požiūrį ir patirtį dailės terapijos procese, sąmoningai stengiausi pamiršti teorines žinias ir prielaidas, o savo lūkesčius bei asmeninę nuomonę atidėti į šalį. Viso tyrimo proceso metu stengiausi išlaikyti asmeninį reflektyvumą, konsultuodavausi ir pasitardavau su gydančiais gydytojais. Kokybiniai tyrimai yra nukreipti labiau į atradimus, o ne į refleksyvias interpretacijas (Myers, 2008). Šio tyrimo kontekste laikomasi nuostatos, kad tyrimo išvados yra specifinės ir atitinkančios tik tam tikrą kontekstą, todėl nesiekama apibendrinti visos RAS sutrikimą turinčių asmenų populiacijos.

Toliau aprašomi tyrimo dalyviai.

3.9. Tyrimo dalyviai

Šiame tyrime dalyvavo trys „Ribinių būsenų” skyriaus pacientai, kuriems buvo nustatyta gretutinė diagnozė: F60.31 Ribinis tipas. Visi tyrimo dalyviai pasirašė sutikimo formą (žiūrėti priedas Nr.1), sutikdami dalyvauti tyrime ir po dailės terapijos sesijų duoti interviu. Siekiant papildyti piešinių turinio analizę, tyrimo dalyviai sutiko, kad dailės terapijos sesijų refleksijos būtų įrašomos į diktofoną (neįrašinėjami buvo tik du užsiėmimai). Visi tyrimo dalyviai, dailės terapijos sesijas lankė reguliariai. Siekiant išlaikyti optimalų dešimties dailės terapijos ciklo skaičių, tyrimo dalyvė Paulina (vardas pakeistas), dėl asmeninių priežasčių, dalyvavo vienoje individualioje dailės terapijos sesijoje. Visi trys tyrimo dalyviai dalyvavo pusiau struktūruotame giluminiame interviu, pasižymėjo galintys dalintis įžvalgomis apie šį patyrimą. Aiškumo dėlei kitus tyrimo dalyvių duomenis pateiksiu 1 lentelėje.

1 lentelė. Tyrimo dalyvių charakteristikos

Tyrimo dalyvis	Amžius	Pagrindinė diagnozė	Gretutinė diagnozė	Dailės terapijos sesijų skaičius
Markas ⁶	22	F33.1	F60.31	10
Paulina	36	F31.2; F25.0	F60.31	10
Rūta	32	F32.20	F60.31	13

Diagnozių kodų paaiškinimas, remiantis TLK- 10:

F33.1- Pasikartojantis depresinis sutrikimas, vidutinio sunkumo depresijos epizodas.

F25.0 - Šizoafektinis sutrikimas, manijos tipas.

F31.2 - Bipolinis afektinis sutrikimas, manija su psichozės simptomais.

F32.20 - Sunkios depresijos epizodas be psichozės simptomų, nepatikslintas kaip atsirandantis postnataliniu periodu.

F60.31- Ribinis tipas (asmenybės sutrikimas).

⁶ Vardai ir visos identifikuojamos detalės čia ir toliau pakeistos, siekiant užtikrinti dalyvių anonimiškumą.

3.10. Tyrimo eiga ir procedūra

Kvietimu dalyvauti tyrime buvo pasidalinta VŠĮ Vilniaus miesto psichikos sveikatos centro, Ribinių būsenų dienos stacionaro skyriaus specialistų, vedamoje psichoterapinėje grupėje, kur atlikau tiriamąją dailės terapeuto praktiką. Sabaliausko ir Žydžiūnaitės teigimu, tyrėjas turi susipažinti su tyrime dalyvaujančia organizacija dar prieš rinkdamas duomenis (Sabaliauskas & Žydžiūnaitė, 2017). Su VŠĮ Vilniaus miesto psichikos sveikatos psichosocialinės reabilitacijos skyriaus veikla, buvau susipažinusi praėjusiųjų metų stebimosios dailės terapeuto praktikos metu. Tiriamąją dailės terapeuto praktiką, nusprendžiau atlikti tos pačios įstaigos, „Ribinių būsenų“ skyriuje, kuriam jau daugiau nei 56 metus vadovauja psichiatras, psichoterapeutas Aleksandras Alekseičikas. Skyrius jau daug metų funkcionuoja psichoterapinės bendruomenės principu, tokiu būdu skatinamas bendruomeniškumo jausmas ir priklausymo poreikis. Taigi, psichoterapinėje grupėje, išsakius norą atlikti tyrimą, pritačius planuojamo tyrimo tikslus, paaiškinus interviu etinius aspektus ir principus, buvo pakviesti savanoriai. Tyrime dalyvauti sutiko trys asmenys, jie prisijungė prie atviros ir jau vedamos kas savaitinės dailės terapijos grupės. Su tyrimo dalyviais buvo aptarti etiniai klausimai, pateikti informuoti sutikimai dalyvauti tyrime su galimybe įrašyti dailės terapijos sesijų refleksijas į diktofoną bei nufotografuoti dailės terapijos metu sukurtus kūrinius. Buvo gauti visų tyrimo dalyvių raštiški sutikimai, užtikrinant, kad įrašai bus naudojami išskirtinai tyrimo tikslams, išsaugant tyrimo dalyvių anonimiškumą. Dailės terapijos sesijos vyko po psichoterapinių grupių. Stengdamasi aktualizuoti tęstinumo principą, dailės terapijos temas sudarinėjau neturėdama išankstinio plano, bet rėmiausi psichoterapijos metu atsiskleidusiomis temomis.

Toliau pateikiamas tyrimo instrumentų aprašymas.

3.11. Tyrimo instrumentai

Tyrimas buvo vykdomas duomenis fiksuojant garso įrašymo bei vaizdo fotografavimo priemonėmis. Dailės terapijos sesijos vyko įprastu būdu, pacientams gerai žinomoje patalpoje. Šiame tyrimo etape duomenys buvo renkami nufotografuojant dailės terapijoje sukurtus kūrinius, bei įrašant refleksijų turinį į diktofoną. Dailės terapijos sesijai pasibaigus, buvo vedamas tyrėjos dienoraštis, pasižymint svarbiausius piešimo raiškos ar kitus neverbalinius

aspektus. Refleksijų garso įrašas buvo transkribuojamas pažodžiui. Tyrimo metu atlikti dailės terapijos kūriniai gražinti tyrimo dalyviams.

Interviu iš kiekvieno tyrimo dalyvio buvo imamas atskirai, prieš tai suderinus abiem pusėms patogų laiką. Suderinus su skyriaus vadovu, interviu buvo imamas toje pačioje, pacientams gerai pažįstamoje ir jaukioje aplinkoje. Laikas sąmoningai buvo pasirinktas savaitgaliais, kai skyriuje nėra didelės dalies personalo ir lankytojų, kad nebūtų trukdžių. Interviu trukmė, su kiekvienu tyrimo dalyviu, tęsėsi nuo 90 min. iki 2,5 valandų (poreikiui esant buvo daromos pertraukos). Kadangi tyrimo dalyviai priklauso psichologiškai pažeidžiamų žmonių grupei, interviu metu buvo nuolat stebima jų emocinė būsena ir siekiama balanso. Interviu klausimai formuluojami jautriai ir atsakingai.

Atliekant surinktų duomenų analizę buvo siekiama atsakyti į tyrimo keliamą klausimą, atskleidžiant RAS turinčių tyrimo dalyvių dailės terapijos patyrimus. Interviu metu surinkti garso įrašų duomenys buvo transkribuojami ir kruopščiai perrašomi, įskaitant tiek žodinį, tiek ir neverbalinį turinį, stengiantis išvengti svarbios informacijos praradimo, bei siekiant išlaikyti kokybinių duomenų kokybės reikalavimus. Garso įrašų klausymas ir transkribavimas užėmė daug laiko, tačiau tai buvo neįkainojama ir vertinga patirtis. Galutiniam etape rezultatai buvo palyginti su piešinių turinio analizės gautais rezultatais.

Toliau pateikiami tyrimo etiniai aspektai.

3.12. Etiniai tyrimo aspektai

Tyrimo metu buvo laikomasi etikos principų. Visų pirma, tai pagarbos ir geranorystės principai. Dalyvavimas dailės terapijos tyrime buvo savanoriškas, pacientams buvo sudarytos sąlygos laisvai apsispręsti. Tyrimo dalyviai galėjo bet kada pasitraukti iš vykdomo tyrimo. Nesutapus grupinės dailės terapijos sesijos laikui, tyrimo dalyviai turėjo galimybę dalyvauti individualioje dailės terapijos sesijoje. Pagarba kiekvienam tyrimo dalyviui įgyvendinama per jų privačių duomenų apsaugą ir anonimiškumo principą. Anonimiškumas buvo grindžiamas suteikiant tyrimo dalyviams pseudonimus arba suteikiant indentifikacijos žymenis (pvz. M, P, R), kuriais buvo manipuluojama pateikiant tyrimo informaciją.

Atliekant tyrimą buvo tikimasi, kad tyrimo dalyviai gaus naudos dalyvaudami grupinėje dailės terapijoje. Etikos principu taip pat laikoma pagarba tyrimo dalyvių autonomijai, privatumui ir orumui. Svarbus tyrėjos nešališkumas, teisingumas ir sąžiningumas (Sabaliauskas ir Žydžiūnaitė, 2017).

Pateikiant raštišką sutikimą dalyvauti tyrime, buvo patikrinta ar tyrimo dalyviai supranta pateiktą informaciją, taip pat buvo atsižvelgta į tyrimo dalyvių kompetenciją, pažintinius gebėjimus ir emocinį pajėgumą sutikti ar nesutikti dalyvauti tyrime. Interviu metu, tyrimo dalyviai galėjo neatsakinėti į nepatogius klausimus. Siekiant maksimalios tyrimo dalyvių apsaugos, atlikus transkribavimą, garso įrašų medžiaga buvo sunaikinta (Pietkiewicz ir Smith, 2014).

Toliau pateikiami tyrimo rezultatai.

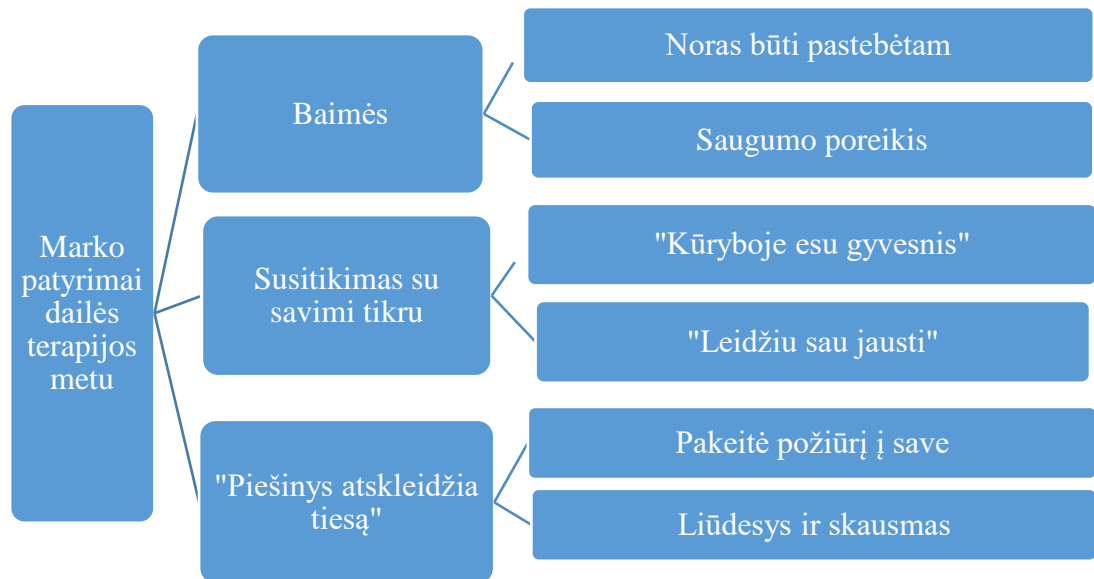
4. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

4.1. Marko interpretacinės fenomenologinės analizės rezultatai

Šioje darbo dalyje bus siekiama atskleisti tyrimo dalyvių – ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimus dailės terapijos procese. Atlikus Marko interpretacinę fenomenologinę analizę buvo išskirtos trys pagrindinės metatemos:

- 1) Baimės;
- 2) Susitikimas su savimi tikru;
- 3) „Piešinys atskleidžia tiesą“.

Šioje darbo dalyje metatemos ir jas sudarančios temos pateikiamos grafiškai (*žiūrėti 1 pav.*), iliustruojamos tyrimo dalyvio interviu ištraukomis ir aiškinamos tyrėjos interpretacijomis. Tyrimo dalyvio kalba pateikiama autentiškai.



1 pav. Marko IFA analizės metatemų grafinis vaizdas

4.1.1. Baimės

Tyrimas rodo, jog sveikstant kaip iššūkis iškyla atsivėrimo baimė ir bendravimo su kitais žmonėmis sunkumai. Atsiverti reiškia būti savimi, nesigėdijant savo patirties, jausmų, pažeidžiamumo ar gyvenimo istorijos. Dailės terapijos procese, svarbu pasitikėti kitu asmeniu, kuriant su juo bendravimo santykį, bandant užmegzti ryšį. Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad dailės terapijos pradžioje, jautė didelę baimę ir pasimetimą: „Pradžioj buvau... Toks nu labiau, labiau jaučiau tokį, nu, labiau buvau pasimetęs. <...> Nežinojau, nežinojau, kas bus kaip daryt, ką aš darau teisingai ar neteisingai. <...> Jaučiau nerimo ateidamas, nes aš nežinojau, su kuo aš išeisiu. Ar, aš išeisiu geresnės nuotaikos ar prastesnės, dažniausiai, dažniausiai aš išeidavau prastesnės nuotaikos. <...> Piešinius, kuriuos aš nupiešdavau, dažniausiai pasakodavo apie mano... Nu mano asmeninius dalykus. Ir žmones, kai jie matydavo, nu kiti pacientai <...> kartais jie pataikydavo, nu, taip į asmeninę erdvę. <...> Tai būdavo sunku ateiti ir sunku išeiti. Toks... Toks visada prislopintas jaučiausi”. Mėgindamas kovoti su savo baimėmis, Markas stengdavosi iš karto suplanuoti piešinį: „Prieš piešdamas, būdavo, kad galvodavau, ką aš šiandien piešiu. <...> Jo, kontroliuodavau. Kai kurios iš tikrųjų... Dabar žiūriu viso piešinius ir atsimenu, kad buvo kai kurie, kurių nekontroliavau visiškai ir kai kurie, kuriuos stengiausi labai stipriai kontroliuoti, kad nu atrodė, kad norėjosi pasirodyti geriau. <...> Jo, nes aš ateidavau jau, kaip ir su idėja ir galvodavau ką aš piešiu. <...> aš sugalvojau kažkokį na, arba aš pamačiau kažką, arba aš prisiminiau kažką tokio, kad nu arba žinojau, ką aš kokių stilium aš piešiu, arba žinau spalvų paletę, kur aš eisiu. <...> arba aš atsimenu kažkokį objektą, kuris man interesus sukėlė ir aš bandysiu kažkaip tą objektą pritaikyti tipo kad per vidurį lapo bus tas objektas ir aplinkui bus mano emocijos ir tas objektas. Kažkaip galbūt susilies su mano emocijom. <...> Nu man sukeldavo tų emocijų, man tiesiog impulsyviai kildavo, kad aš noriu tai nupiešti ir nu vat kažkaip... Tą, nusinešdavau į dailės terapiją. <...> Aš noriu nupiešti, nežinau daiktą ir viskas ir būtinai nupiešiu, nesvarbu, kokia tema aš jį kažkaip įtalpinsiu”. Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad dažnai bijodavo būti išjuoktas, todėl mėgindavo save kontroliuoti: „Baimė buvo labai didelė, baimė buvo, kad būsiu išjuoktas. Labai, labai dažnai. <...> Kontrolės jausmas už nugaros visada, būdavo toksai”. Dailės terapijos procese, labai svarbu būti sąžiningu su savimi ir kitais, tai vienas labiausiai akcentuotinių dailės terapijos principų. Terapijos kliūtimi gali tapti melas, svarbu tai pripažinti ir stebėti elgesį bei kylančius jausmus. Tyrimas atskleidžia, kad piešimo proceso eigoje, emocijos vis tik „įveikdavo“ kontrolės jausmą: „Būdavo, sakykim, norėdavau nupiešti kažką

nu vieno ir kaip piešdavau, gaudavosi gale kažkas kitas, nes nu tiesiog vidury piešimo perimdavo emocijos ir gaudavosi toksai, kaip ir susidūrimus. Tai, ką aš planavau ir tai, ką aš jaučiu. <...> Aš dabar atsimenu, kaip aš norėjau jį nupiešti, ir aš matau, kad tai visiškai ne tas, ką aš norėjau tuo metu, nu tiesiog atėjo, skirtingos emocijos ir nu, kaip ir siluete liko, bet idėja visiškai kita”.

Ši metatema atskleidžia kaip Markas jaučiasi pasaulyje. Ilgainiui, pastebėjęs, kad dailės terapijos aplinkoje yra saugu, tyrimo dalyvis apsipranta: „*Būdavo, taip jaučiau tą pačią riziką pradžioj, kad mane gali išjuokti ar kažkas, kad gali kritikuot ar kaip ten. Bet po to, nu po to kaip supratau, kad nu niekas nieko nekritikuoja, tai ta rizika kaip ir dingo”.*

4.1.2. Noras būti pastebėtam

Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad jam svarbus priklausymo grupei jausmas, taip pat nurodo, kad dažnai kildavo noras būti pastebėtam bei pripažintam: „*Pradžioje vat man svarbiausia pirma dalis buvo išsirinkti, su kuo aš noriu piešti ir kaip aš noriu piešti. <...> Pasirodymas gal būt, nu, tas toksai, kad... Aš padariau, va šitaip va. Kad mano buvo unikaliausia ar kažkas tokio. Pasipuikuoti gal būt. Tyrimo dalyvis prisipažįsta, kad taip jautėsi ne kartą: „ Buvo! Ir ne kartą tikrai, ypač pristatymo metu [šypsosi]. <...> Būdavo tas, kad tipo visi padeda savo piešinius ir aš padedu ir čia wauw, čia kažkas skirtinga. <...> Nu... Galėtų mane matyt, kaip tokį wauw, šitas padarė jo!”*

Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad konkurencija ir noras būti pirmam yra labai svarbus, nes tai siejasi su savęs matymu ir vertinimu: „*Kad.. [atsikrenščia] gyvenime noriu būti pirmas visada. <...> Būti laiminčiu, tai reiškia laimėti. Tai reiškia, nežinau pergalė prieš kitą. <...> Parodo, kad aš galbūt esu pranašesnis už kitą. <...> Man labiau... nu tas, kad jeigu aš ne pirmas, nu gerai, aš nieko tokio ypatingo nepadariau. Toksai nebūdavo labai, kad kažkas kas sėdėdavo ant pasąmonės, bet vis tik skausmingiau išgyvenu pralaimėjimus”.* Kalbėdamas apie norą pirmauti, Markas suvokia, kad galimai taip veikia kompensacinis mechanizmas: „*Jo, kad praradau tą, nebeturiu to, ką anksčiau turėjau. Atrodo, kad nu pralaimėjai, toje situacijoje. Nu vat toksai, toksai su laimėjimais ir pralaimėjimais. <...> Kažkur galiu tai kompensuoju tą momentą, kur kažkada kažko negalėjau. <...> Aš pats iš tikrųjų nežinau, bet man taip skamba, kad jo, aš jaučiu, kad jaučiu, kad turbūt, kad tai kompensacija”.* Tyrimas atskleidžia, jog sveikimo kliūtimi gali tapti ir tam tikros asmenybės savybės ar charakterio bruožai. Psichoterapinėse grupėse dažnai buvo kalbama, kad sveikimui labiausiai trukdo

egocentrizmas ir puikybė, kas neleidžia priimti tiesos apie save būnant nuolankiam. Markas nuoširdžiai prisipažįsta, kad savistaba, savęs pažinimas, emocinių būsenų stebėjimas ir savisaugos plano turėjimas stabdė jo sveikimo procesą.

4.1.3. Saugumo poreikis

Tyrime išryškėjo, kad pokytis dailės terapijoje yra reikalaujantis nuolatinės savistabos ir darbo su savimi procesas. Tyrimo duomenys rodo, kad saugi aplinka dailės terapijoje, sukuria saugią ir sveikimui palankią aplinką: „*Patyriau save kaip tokį nežinau, kaip pasimetusį, galbūt labiau. Tokį, kaip, nu, atrodo, toksai buvo jausmas, man visada, kad aš vienintelis ten sėdėdamas nežinojau, ką aš darau. Atrodė, kad visi aplinkui mane, kaip ir žinojo, ką jie daro. Kad nu aš toksai kaip dalyvis buvau toksai žaliausias [naujokas] nežinau, toksai*”. Markas užsimena apie saugumo poreikį ir kalba apie nerimą keliančius jausmus: „*Jo, ką kiti pamatys, ar mane kritikuos, ar mane šmeiž. Ir dažnai būdavo tas klausimas, vat kai sėdėdavau nu prieš pradėdant šnekėti. Tiksliau, kaip tas būdavo laiko tarpas, tarp mums padėdant piešinius, ir kažkam pradėdant šnekėt. Pradedam šnekėt, tos dvi minutės... Kur aš klausdavau, ar man to reikėjo? Įtampą jaučiau labai stiprią, kai reikėjo išreikšti save tipo, ar man tikrai tas apsimokėjo, nes dabar vat šitie žmonės mato šitą*”. Tyrimo dalyvis labiausiai bijodavo parodyti „tikrąjį save“, kuris yra jautrus ir pažeidžiamas, linkęs užsisklęsti: „*Jo, pas mane visada buvo tiksliau, nu toksai... Nerimas galbūt ką pasakys. Ką pasakys apie mano tikrą save. <...> Labai nedrąsu, apskritai buvo reikštis. Dėl to, kaip ir buvo tas, kad planuodavau daug, ką piešiu. <...> Man tikrai nebuvo lengva, aš labai stipriai užslopindavo tą <...> Nu sakau, jeigu paliesdavo mane asmeniškai, aš turėjau tendenciją užsidaryti. <...> Įsijungia tas, tokia savigny <...> Mane jeigu vieną kartą, va taip va palietė arčiau, tai pas mane viskas užsišarvuoja. Aš toliau klausau, aš girdžiu, bet aš stengiuosi, jeigu man per daug asmeniškai, stengiuosi neimti į galvą*”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad priklausymas grupei, Markui yra labai svarbus: „*Bijau nebūti ne kolektyvo nariu. <...> Bijau, nebūti tame bandos jausme gal būt. Bijau atsiskirti nuo kitų*”. Apie galimybę nesidalinti savo piešiniu, Markas dalinasi: „*Ne, kažkaip, vat, manau, pas mane visada buvo mąstymas, kad blogiausias dalykas, ką aš galėčiau padaryti, tai nepadėti piešinio centre. <...> Kad tipo nu, jeigu mes jau visi darom, tai aš nu tipo..., jeigu visi dedam, tai aš irgi turiu dėti ir automatiškai, nu kažkiek tas ir dar, tuo kad nu turėčiau vis tiek, kad nu geriau, negu nepadaryk, nu tipo toksai. <...> Ir gal iš tikrųjų gerai,*

kad pateikdavau, net kai nenorėdavau, nes nu aš manau, kad jei nebūčiau pateikęs, tai aš namuose po to save labai graužčiau”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad vienijanti ligos patirtis kuria bendrumo jausmą tarp dailės terapijos narių, kurie gali vienas kitą palaikyti ir užjausti. Socialinis palaikymas, yra svarbiausia psichoterapinės bendruomenės charakteristika. Giluminis savęs kaip asmenybės pažinimas, skatina mokėjimą atpažinti kylančias emocijas bei patiriamus jausmus. Skatina sąmoningą jų išgyvenimą. Tyrimo duomenys atskleidė, kad dailės terapijos refleksijų metu, Markas išgyveno savo trapumo bei pažeidžiamumo jausmą: *„kartais taikliai būdavo vienas, du, keli momentai, kada pataikydavo tiesiai. Kur atrodydavo, kad aš nu... Atrodo, kad jie man pasakė tai, ką aš sąsmoniškai galvojau, kai piešiau tą piešinį. <...> Tas bendravimas tarp žmonių... Nežinau, bet kažkas nu mane, taip priversdavo taip, nu vos ne palietė ir užsidarau iš karto. <...> Jo, iš karto užsiblokuoja ir jaučiu tokį nu nežinau... Daugiausiai tokį kaip liūdesį arba nuovargį, labai dažnai jausdavau. <...> O tai būdavo dažniausiai, sakau, sunku ties ties pabaiga”.*

4.1.4. Susitikimas su savimi tikru

Tyrimas atskleidžia, kad dailės terapijos grupės kontekstas, leidžia tyrimo dalyviui išgyventi buvimo priimtu ir suprastu patyrimą. Dailės terapijos kuriamoje aplinkoje galima jaustis savimi. Tyrimo dalyvis atskleidžia savo ankstesnį patyrimą: *„Nu pas mane labai visada gyvenime buvo tas toksai... Spaudimas, kad nu tu negali daryti to ar negali daryt ano. <...> Iš išorės. Ir, aš atsimenu... Labai prieš tai kariaudavau. Jeigu man sakydavo, nedaryk to, būdavo momentais specialiai tą ir padarydavau. <...> Toks jausmas, lyg visi aplinkui bando tave slopinti, kontroliuoti. O čia toksai, nu kontrastas, čia yra pilna laisvė, su šitais, piešiniais... Ir kontrastas mano gyvenime, jeigu aš išvažiuoju kažkur, nežinau, į gamtą ar kažką, aš galiu daryt, ką aš noriu. Niekas man nieko nesakys. <...> Vos ne kaip, nu čia vos ne, kaip noro išpildymas buvo šitoj terapijoj, kad norisi laisvės? O prašau”.*

Tyrimas rodo, jog dailės terapijos procese formuojasi Marko identitetas ir geresnis savęs pažinimas. Šiuo atveju dailės terapijos grupė tampa emocinio palaikymo erdve: *„Aš jaučiausi, daug labiau laisvas. <...> Jaučiausi toksai daug aiškesnėje būsenoje. Ir visada pradėdavau, atsimenu daug greičiau ir piešti. <...> Jaučiausi, kad rankos nebuvo surakintos”.* Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Markas labiau suvokia koks jis yra, kokie jo poreikiai ir kas jam labiau padeda, o kas trukdo: *„Pastebėjau, kad man labai patinka piešti, mažus objektus*

dideliam fone”. Apie didesnės erdvės poreikį Markas sako: „*Man iš tikrųjų su kitais žmonėm buvo sunku. Man, kaip ir sakiau, kai piešiau pyktį man daug lengviau gavosi susitikti su savimi, kai aš nu... Buvau, turėjau savo kampą ir turėjau savo erdvę. Galbūt tai, net nežinau, ar tai dėl žmonių, ar ne, bet tiesiog nu tas savos erdvės jausmas, kad mano, kad mano alkūnės netrukdytų. Nu rankos, kad mano neturi ribų, kad aš galėsiu plėtoti, kaip aš noriu niekam netrukdyti, kad aš galiu pasistatyti viską, kaip man patinka. Nėra tokio trikdžio. Tai šalia žmonių dirbti buvo sunkiau*”. Piešimo priemonių gausa, svarbi savarankiškumo ir atsakomybės jausmo formavimuisi: „*Man labai patinka turėti pasirinkimo laisvę. Kai noriu išsireikšti ir apskritai bet ką darau, aš geriau turėsiu milijonus skirtingų variantų ir turbūt net nematysiu jų visų, negu turėsiu vieną variantą. Man labai patiko naudoti tas nežinau, tas tokias kreideles, pasteles. <...> Pripaišydavai, po to su pirštu jeigu patrindavau, jos tokios po to taip susiliedavo su popierium. Būdavo nu labai labai*”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad dailės terapijos procese, Marko sąmonėje atsiranda naujas „savęs tikro“ pažinimas. Tyrimo dalyvis pabrėžia, kad kūrybos procesas yra reikšmingiausias susitikimui su savimi: „*Per patį procesą. Kai jau padėdavau savo piešinį centre, tai aš nu grįždavau atgal į tą uždarumą. Aš labiau vat, kaip būdavo tas pats piešimo procesas. Jau čia buvo tas laiko tarpas, nu, nežinau. Tos keturiasdešimt minučių, sakykim, kur aš būdavau tikras su savimi. <...> Supratau apie save, tai, kad aš net nesu labai tikras nu, kaip pasakyt, esu uždaresnis negu maniau. Nu vat kaip priešdavau ir susitikdavau su savimi. <...> Susitikimas su savimi. Taip. Čia turbūt arčiausias dalykas būtų. <...> Kūrybos būdavo, tai galbūt ta pati kūryba iš tikrųjų leidžia man su savimi susitikti. <...> Nu turbūt pats piešimas svarbiausia būdavo. Nemanau kad nu... Nors per piešinį labiausiai su savimi ir bendraudavau*”.

Tyrimo dalyvis atskleidžia ir nurodo vietą krūtinėje, kad kinta jo kontaktas su pačiu savimi: „*Jo, kaip ir sakiau, kad atkreipiau dėmesį į savo, nu, savo kontaktą su savimi, kaip priešdavau nu kaip labiau mano emocijos veikdavo. Tai gal labiau ne tai, kad kažkas... Kažkoks kontaktas pasikeitė, bet jis atsirado labiau. <...> Viskas čia, krūtinėje [rodo į krūtinę]. <...> Galbūt tas padėtų mokintis būti tikru*”. Sveikimas yra susijęs su įsisąmoninimu ir geresniu savęs bei kūno pajautimu. O kalbėdamas apie dailės terapijos galimybes, tyrimo dalyvis atskleidžia: „*Galimybė tiesiog, manau, gerinti santykius su savimi. Turbūt čia didžiausia galimybė, kurią duoda tokios terapijos yra apskritai toksai susitikimo su savimi. <...> Ir čia yra tokia kelionė, kurios nu, nesigailiu. Aš manau, man jinai buvo tikrai*

naudinga. Ir aš atsimenu, kai kurias dienas, kur man buvo tikrai, nu sudėtinga ateiti, bet aš džiaugiuosi, kad aš atėjau. Džiaugiuosi, kad nepraleidau nei vienos sesijos, nes tikrai buvo įdomių temų, kurias galėjau praleisti”.

4.1.5. „Kūryboje esu gyvesnis“

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad dailės terapijoje, sveikimas siejamas su vidiniu pasitenkinimu, džiaugsmu ir pilnatve. Piešimas padeda įsisąmoninti ir išreikšti emocijas, prikelia senus malonius prisiminimus, kurie pozityviai veikia emocinę būseną: *„Pas mane labiau galvoje būdavo atsiminimai, kažkokie įvykiai ar kažkas, tokio. Būdavo, keldavo, keldavo pyktį kartais, keldavo atsimenu labai daug liūdesio patirdavau, kai piešdavau. Atsimenu buvo vienu momentu jaučiau tokią kaip ir tokį, kaip nežinau... kaip pasakyti, kaip pasakyti, tokią vaikišką, tokią vaikišką laimę, nežinau. <...> Kai buvau, mažas, kai net negaudavau, kažkokio atsako negatyvaus, kur aš nu... Darydavau kažką bile ką tiesiog ir nebūdavo svarbu, nes nu aš mažas vaikas ir man niekas nieko, niekas nieko nepasakydavo. Atsimenu mėgdavau kasti duobes pas močiutę sode, kai prilydavo, ten būdavo tokia gili, gili, gili bala, ir aš ten kojas kišdavau. Ir tiesiog nu tipo išsipurvindavau ir gale dienos, bet niekas tau nieko nesakydavo. Rykščių neduodavo, nes tu esi mažas, tu laisvas [balso intonacija sušvelnėja]. Gali daryti tokius dalykus, tai man toks turbūt prisiminimas kilo. <...> Jo, tokiu pasijutau. Nu, nežinau lyg būčiau penkių metų. Kažkas tokio... Ir, kai čia tos spalvos matosi šiek tiek, kai braižiau šitas spalvas, atsimenu, jaučiau tą tokį, kad man lyg penki metai būtų. Ta tokia laimė, man atrodo man tada kažkaip galvoje, kažkas darželio atsiminimai kažkokie. Atrodo, kad aš pergyvenau tą... Tą dalį gyvenimo”.*

Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad kūrybos laisvė, nevaržymas, leidžia asmeniui labiau atsiverti ir pasijusti labiau gyvam: *„Jo jaučiuosi gyvesnis. <...> Visas pasirinkimas, kurį turėjau, tenkindavo, kad galėdavau pasirinkti ir lapus įvairiai. Tenkindavo tas, kad nesijaučiau prislopintas ir nesijaučiau toks, kaip pasakyti, prispaustas, kad buvo ne tik pasirinkimai, bet ir nebuvo kritikos ir nieko apskritai, kad nu tu gali realiai daryt, ką tu nori ant to popieriaus. Atrodė, kad nu niekas tavęs nestabdo. Čia yra realiai, tavo pasaulis piešk jį. <...> Man, man tas labiausiai patiko. Ta laisvė, turbūt, kurią turėjau. Nes buvo ne tik laisvė priemonėse, kiek gaudavau, bet ir laisvė išsireikšti kiek galiu. Nebūdavo, kad negali piešti to, negali piešti ano. Viskas buvo taip vat tiesiog pabandyk pateikti tą emociją ir viskas. <...> Nėra to tokio nei spaudimo sau nieko, tokio- nutrink šitą, pataisyk šitą. Ne, aš visiškai nieko*

netaisau, tiesiog darau. Buvau laisvesnis. <...> Jo pasirinkimas turbūt man buvo, nu, vienas iš pagrindinių priežasčių, kodėl man buvo iniciatyva, toliau tęsti terapiją”.

Tyrimo dalyvio požiūriu, dailės terapijos proceso patyrimas yra siejamas su įkvėpimo jausmu bei ryžto naujiems veiksams įgyvendinimu: „*Geriausias atvejis, kaip atsimenu tai jaučiausi nu arčiausiai laimės, ką jaučiau, tai atsimenu, kad jaučiau tokį, kaip įkvėpimą. <...> Jo, įkvėpia kurti. Man atrodo, vienas iš pagrindinių priežasčių, kodėl grįžau prie muzikos dėl to, kad nu, pamačiau, kad aš save išreikšti galiu. Nu, dailės terapijoje, galiu išsireikšti. Ir mane pakvietė groti muzikos grupėj, tai pasirašiau, nes nu, kažkaip daugiau daugiau laiko tam. <...> Jo, eigoje, man atrodo, kad po trečios sesijos mane pakvietė. Maždaug toje savaitės eigoje, po trečios savaitės vaikščiojimo”.* Sveikimas apima daug platesnį ir gilesnį asmens biopsichosocialinį pokytį.

4.1.6. „Leidžiu sau jausti“

Tyrimo dalyvio požiūriu, dailės terapijos procesas padeda praregėti ir pabusti iš iliuzinio pasaulio matymo, piešiniai padeda pamatyti gilesnę tikrovę. Markas dalinasi, kad nuo vaikystės yra išmokęs emocijas slopinti ir neigti: „*Visada nuo vaikystės buvau užsidaręs <...> emocijų stengiuosi nelieti, viskas manyje. <...> Kad nepriima kiti. Galėdavau nukentėti nuo kitų, jeigu liedavau emocijas ir kad, pačiam gėda. Anksčiau sakydavo, kad tipo „ne vyras“. <...> Buvo tas pasakyta, kai buvau mažas, įstrigo ir pasąmonėje pastoviai tas skamba. <...> Baimė, kad aš galiu nukentėti nuo savo, paties emocijų ir baimė, kad kiti gali atstumti, atsiriboti, išjuokti, tai tas ir privertė užsidaryti”.*

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad sveikimo procesą lengvina nuolatinis kylančių emocijų stebėjimas ir konstruktyvi jų raiška. Svarbu išleisti susikaupusias emocijas, būti atviru ir dalintis išgyvenamais jausmais tokiu būdu išveikiant įtampą. Tyrimo dalyvis atskleidė, kaip kūrybos procesas ir dailės terapijos veikla, padėjo atsiverti ir išlieti emocijas: „*Pradedu iš emocijos piešti ir aš per daug negalvoju, kaip variantas atrodys gale. Protas kažkaip apsiramindavo daugiau. <...> Vat kai pradėdavau piešini, viskas būdavo va taip- protas pačiam viršuj ir po to nu va taip va keisdavosi. Daugiau emocijos kildavo, kildavo ir po to ties galu pilnos emocijos būdavo. <...> Nu šito, net nebuvo baimės, nebuvo baimės naudoti kažką naujo. Aš veidavau iš emocinės pusės ir kai iš emocinės pusės piešdavau, man kažkaip gaudavosi labai nu pateikti taip, kaip aš norėdavau ir atrodė, kad aš, paimsiu kažką naujo ir aš moku jau tuo naudotis. Kaip man tai, jau pažįstama, nors niekada prieš tai nenaudojau”.*

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad vienas iš didžiausių iššūkių, su kuriuo susidurdavo Markas, tai gausa įvairiausių nevaldomų emocijų, kurios jį šiek tiek gąsdindavo. Sveikimo procese svarbu emocijų atpažinimas, įsisąmoninimas ir adekvati išraiška. Depresijos liga pažeidžia asmens jausmų pasaulio sritį, užslopina emocijas, todėl sveikstant reikia mokytis reikšti jas konstruktyviais būdais. Dailės terapijoje Markas mokinosi jausti ir neišsigąsti stiprių emocijų: *„Būdavo, kad nu praktiškai aš tiktai pradėdavau piešti eskizą ir man jau užeidavo tiesiog arba būdavo, kad aš nu paimdavau keletą... Aš nu va dažniausiai būdavo, kai aš tiktai pradėdavau dėt spalvas į piešinį. Tada dažniausiai vat, sakykim, uždėdavau kažkokį. Kažkokį foną dažniausiai ir pas mane toksai, kaip ir... perspėjimas, toks atrodytų lyg dopamino dozę gavau ir viskas, pas mane jau emocijų pilna. Tada jau viską ant emocijų darau. <...> Braižai, braižai, braižai, kreidelėm ir toksai vos ne storas sluoksnis gaunasi po to su pirštais pradedi mozoti... Atrodo, kad nu nežinau, ką pastebėjau, kad pametu labai save greitai. Labai stipriai atrodo, kad aš toksai vat visiškai savęs jau nebegaudau ir aš jau ten darau bet ką. Tai atrodo, kad nu viskas toksai rankos automatiškai juda. <...> Aš net nejaučiau iš tikrųjų to laiko limito, kai sakydavai, kad dvi minutės liko ar kažkas, aš net, nu aš girdėdavau, bet aš kažkaip ne priimdavau taip tiesiog nu dvi minutes liko nu ir kas, o aš toliau sau darau.<...> Mano pačio tos emocijos, kurias jaučiau, nu vat mano tas. Pasidavimas, galbūt tam popieriaus lapui, man buvo labai svarbu aš, nu... Save kažkiek pažinau su savo tikrumu gal kažkiek. <...> Čia ir dabar vietoj, nemąstau labai daug apie apie tai, kaip piešinys atrodys, kai aš susitapatinu su savimi. Nesvarbu kokias spalvas naudosisiu, nesvarbu ką darysiu, tiesiog darau. Nes man atrodo, man atrodo, kad taip gerai viskas. Taip kaip ir iš impulsyvumo, tai nelabai mąstau į priekį ir ne... Nu tokie dalykai.<...> Pradedu piešti ir aš nu pradedu jaust kažkokiais emocijas ir jų neatstumi tiesiog, įsigilinu ir tiesiog darau pagal emocijas.*

Tyrimo dalyvio požiūriu, viena sunkiausiai išgyvenamų, įveikiamų ir kontroliuojamų emocijų yra pyktis. Sveikimo kliūtimi taip pat gali tapti kaltės, gėdos, neatleidimo sau jausmai. Markas pripažįsta, kad nemokėjimas atpažinti kylančių emocijų ir įgūdžių jas išreikšti neturėjimas, neigiamai veikia jo sveikatą. Dailės terapijos metu išpieštas pyktis, padėjo tyrimo dalyviui įgyti naują svarbią patirtį: *„Jo, aš atsimenu jausmą, turbūt stipriausias emocijas, kurias turėjau, tai buvo ant šito didelio lapo. Šitas piešinys neturėjo visiškai jokio planavimo. Labai spontaniškas. Man turbūt lengviausia buvo pateikti, nes man pyktis- tokia pažįstamiausia emocija. Tai aš kaip pradėjau jausti pyktį, aš tiesiog, nu, išsijungiau ir tiesiog pradėjau daryti bet ką, kaip aš išreikšdavau pyktį, kaip man gaudavos ir aš atsimenu, nu aš*

taip agresyviai piešiau šitą piešinį. <...> Bet, aš atsimenu, kad po šito piešinio aš nu, realiai labiausiai pavargęs buvau. <...> Pavyko išliet, bet nepilnai, kaip pasakyt... Išskroviau pusę". Markas pabrėžia, kad išreiškiamo pykčio metu, jis geriau jautė save: „Ties šito „Pykčio“ piešiniu nebuvo disociacijos visiškai”.

Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad būtent dailės terapijoje jam pavyko išjausti pykčio jausmą, kad tokia išraška jam padėjo labiausiai: „Sakau su piešimu negalvoju, kad aš galėsiu su savimi susipažinti ir susipažinau, emociškai mane atveria. <...> Jo, bet tas nu iškalbėjimas terapijoje, nu buvo labai sudėtingas reikalas, nes, kaip pasakyt, būdavo kur tiktai išeidavau tiktai iš terapijos, ir nu automatiškai, kaip nu įprotis pradėdavau nuryti tą skausmą.<...> Tik sau šiek tiek atsiveri ir iš karto bandai nuryti, iš karto bandai gesinti kažkaip”. Tyrimo dalyvis dar nurodo, kad pavyko dailės terapijos proceso metu, išgyventi ir labai šiltus teigiamus jausmus: „Daugiausiai, kai atsimenu, kai lipdėme šituos iš molio jo, kai reikėdavo, nu, kai padarėm, padarėm dovanas vienas kitam. Ir man turbūt labiausiai įsiminė, kad nu. Nes dovana man buvo. Eglutė. <...> Nežinau, tiesiog jausdavausi pažeidžiamas ir man tai nu... Kažkaip man tai atrodydavo nepriimtina, būti pažeidžiamam”. Mąstydamas kaip pasikeistų gyvenimas, jei leistų sau labiau jausti, tyrimo dalyvis atsako: „Turbūt būtų lengvesnis gyvenimas. Nes tiek kiek aš laikau viduje – galėčiau pastatyti ant kūrybos ir aš manau, kad tai būtų geras išsiliejimo būdas”. Taip pat svarbu paminėti, kad procesas prasidėjęs dailės terapijoje, tęsdavosi ir už lignoninės durų: „ Jo būdavo, sakau, kaip paliesdavo emociškai tai pataikydavo kažkur, kur pataikydavo, būdavo, užsidarydavau, bet nu po to namuose atsiverdavau sau tiesiog. Nu ne tai, kad atsiverdavau, bet labiau permąstydavau kas buvo pasakyta, kokie komentarai buvo duoti. Ir nu... Pergalvodavau”.

4.1.7. „Piešinys atskleidžia tiesą“

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad piešinys dailės terapijoje yra labai svarbus dalyvis. O grįžtamojo ryšio gavimas iš kitų dailės terapijos dalyvių, ir savo piešinio pamatymas iš šono, tampa lyg atspindinčiu leidžiančiu pamatyti ir įvertinti save tarsi iš šono: „Turbūt sunki dailės terapijos dalis buvo pabaiga, nes nu sakau, dažnai, kai aptarinėdavom piešinius, tai būdavo, kad pataikydavo arba primindavo kažkokią skaudžią temą, arba pataikydavo į asmeninę teritoriją”. Refleksijos iš kitų dailės terapijos dalyvių, leidžia pamatyti neigiamus savo elgesio aspektus ar keistinas asmenybės savybes, kurias pačiam Markui pastebėti yra sunku: „Kad jo asmeninis tas burbulas, ta tokia saugi zona klaustukais šauktukais apgaubta

yra labai maža, kad nuo mažai erdvės. Ir patys klaustukai man ir šauktai, kuriuos aš perteikiau man kažkaip asocijuosi su tokiu pasimetimu. <...> Jo. „Sielos kambarys” [piešinio pavadinimas], nu tai vat kažkaip, aš atsimenu, kad aš labai daug, daug mažiau apie tuos mažesnius simbolius, kuriuos aš piešiau. <...> Pastebėjau, kad žmonės kaip ir suvokia, ką aš bandau, ką aš nu pateikiau? Nu ką mano pasąmonė bandė pateikti”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad piešinys dailės terapijoje, padeda pamatyti ir kitą žmogų, pajauti jo vidinį pasaulį per vizualinę raišką: *„O svarbiausia, turbūt man dalis būdavo, kai. aš sakydavau savo nuomonę apie kitų piešinius ir ką aš matydavau. Nes man kai kurie dalykai nu, atrodė kad sau galiu įsisavinti arba galiu geriau suprasti kitą žmogų. Man padėjo labai Rūtą suprasti, kaip žmogų. Jos piešiniai. <...> Atsimenu, kai ji piešė apskritimą ar kažkas tokio, atrodė lyg jinai nu, užstrigus savo, man taip atrodė, kad jinai užstrigus savo kažkokioj praeity, kurios ji, galbūt, negali irgi paleist, kaip aš. <...> Atsimenu, kai Lukas buvo kartą, piešė tai man... Nu aš pajutau jį, pajutau jo piešinį. Nu apibūdinau, nu, kai pasakiau savo nuomonę sakė, kad labai surezonavo, kad nu lygtais pataikiau tiesiai į dešimtuką. <...> Aš žinau iš širdies, turbūt kažkaip pajutau, nes man tai atrodė labai artima, artima, artima tema, kad pas mane irgi taip yra, kad pas mane nu po skyrybų viskas per tą patį buvo. Dirbi namo, dirbi namo”.* Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad šis procesas padėjo labiau pažinti kitus žmones bei pagerinti santykius su aplinkiniais: *„Turbūt man padėjo, atkreipti dėmesį į... kokie žmonės būna. Kaip jie bendrauja nu, kaip jie skirtingai veikia negu tu. <...> aš pastebėjau, kad man tai padeda bendravime realiame gyvenime jau ir dabar kaip ir pritaikau. <...> Jeigu galiu tai bendrauju daug giliau negu paviršutiniškai. Nes tada ir pats suprantu, tą kitą žmogų ir kitas žmogus labiau mane supranta. <...> Ir konfliktai, kurie anksčiau būdavo mano gyvenime su mano buvusia mergina arba su mano draugais, man atrodo, kad tokie dalykai bus nu, kaip ir retesni. Nu, šito bendravimo dėka, nuo bandymo suprasti kitą”.*

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Markui buvimas dailės terapijos rate yra labai svarbus: *„Nes, aš manau, kad nu, jeigu tu esi žmogus, kuris yra susipažinęs su savimi... aš manau, kad įmanoma atrasti, vis tiek kažką naujo. Bent jau kitų žmonių išvalgose. Aš manau, vis tiek, kai daliniesi savo piešiniu, kiti mato, ką tu pieši, kiti gali apibūdinti, ką tu pieši ir galbūt tu gali sužinoti kažką naujo apie save. <...> Jo, toksai, nu kaip ir... Atsimenu visą šitą, kaip nu... visą savo terapiją kaip gerą dalyką”.*

4.1.8. Pakeitė požiūrį į save

Tyrimo dalyvis nurodo, jog egzistuoja tarsi dvikryptis santykis tarp asmens ir piešinio, tarp piešinio ir kitų dailės terapijos dalyvių, kurie padeda geriau pamatyti ir įsisąmoninti save. Markas sako: „*Jo, jo. Pamačiau, kad yra nu, kad viduj pas mane yra daug skausmo. Ko, aš anksčiau kaip ir nemačiau, nes nu, tas skausmas, kaip tokiu riebiu sluoksniu uždengtas. <...> supratau ant kiek, ant kiek stipriai pas mane. <...>. Kad pas mane viduje yra daug skausmo, kurį aš labai pasąmoniškai, stipriai neigiau labai ilgą laiką*”. Markas labiau suvokia savo gynybos mechanizmus: „*Kad aš, nu labai, kaip pasakyt, labai užsišarvavęs, nu toksai labai užsidengęs, užsisklendęs. Nu yra vis tiek kažkiek, keletas skylių tam burbulė, pro kur galima pažiūrėt. <...> Sužinojau, kad aš esu labai uždaras žmogus ir sau, ir visiems apskritai. Tai tas toksai galbūt suvokimas, kad. Aš nu realiai būnu tikras tik, gal tiktai keturiasdešimt minučių per savaitę, šitoj terapijoj gal [gynybiškai šypsosi]. Su savimi ir su kitais, su praktiškai visu pasauliu. Taip, kad aš būnu tikras, tiktai gal keturiasdešimt minučių per savaitę toksai.. [susimąsto]. <...> Supratau apie save, tai, kad aš net nesu labai tikras nu, kaip pasakyt, esu uždaresnis negu maniau”*”.

Tyrimo duomenys grindžia, jog svarbus veiksnys, paskatinęs nuosekliai lankyti dailės terapiją, buvo atidesnis savęs stebėjimas bei analizavimas. Tyrimo dalyvis atskleidžia: „*Aš labiau po, nu vat, šitų visų dalykų labiau į save žiūrėdavau, labiau į save atkreipdavau dėmesį. Man tas santykis su savim galbūt buvo svarbiausia, svarbiausias dalykas, tai aš kažkaip daugiausiai... Mano mintys daugiausiai ties tuo būdavo*”. Tyrimo dalyvis pastebi, kad turi polinkį į perfekcionizmą, kelia sau didelius reikalavimus, atkreipia dėmesį, kad yra užsispyręs: „*Dar vienas dalykas, kurį pastebėjau tai vat, jeigu aš piešinio nesugebu iki galo pabaigti, po to labai nu... <...> kad visada turi būti nu vat tobulai, pilnai, arba pilnai padaryta, arba niekas nedaryta. <...> kad geriau 100 % padaryt arba nulis, arba 100 toksai. Juoda arba balta, kad jeigu aš jau pradėjau, pat pateikiau vieną piešinį, tai aš jau pateiksiu visus, nesvarbu, kokias nesvarbu, kokia kas man gali būt ar kaip. <...> Ir pas mane jie būna labiau tokie išmąstyti. Aš labai piešiu perfekcionistiškai iš galvos, jo viskas pas mane iš galvos*”.

Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad pastebėjo, jog patiria dėmesio koncentracijos sunkumus, kurie jam trukdo susikaupti ir pilnavertiškai gyventi. Jam sunku buvo klausytis dailės terapijoje vedamų meditacijų arba skaitomų istorijų: „*Nenoriu savęs diagnozuoti, bet man atrodo, kad <...> apskritai su susikaupimu, susikoncentravimu, tokie dalykai ties dėmesio atkreipimu, man yra nemažai problemų. Ir nu buvo toks momentas, kad aš tai*

stebėjau ir bandžiau nu prisiminti kažkaip iš praeities. Tai tiek ir mokykloj turėjau su tuo problemų ir apskritai gyvenime”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Markui dailės terapijos procese pavyko atsipalaiduoti ir leisti sau laisviau reikštis, atsikratyti perfekcionizmo: „*O dailės terapija yra daugiau emocijos, kur pradžioj gal ir yra tas, jog aš noriu kažką pateikti. Bet... [atsikrenkščia] kuo skiriasi, kad aš neturiu tokio rimto žiūrėjimo, kad noriu pateikti viską perfekcionistiškai.<...> Supratau kad mano emocijos yra labai iš tikrųjų stiprios. <...> Buvo tas nusiteikimas, kad čia dailės būrelis nieko ypatingo. Bet, po to, kai supratau, kad nu nėra... Kad taisyklės nėra kaip dailės pamokoje, mokykloje ar ten būreliai kaip būna. Kad taisyklės yra visiškai skirtingos, kad yra duodama daug laisvės ir kai pradėjau pajauti save, kaip pradėjau piešti tai, nuomonė pasikeitė, kad nu čia yra praktiškai tas pats, kaip psichoterapija <...> kad bendrauji ne su aplinkiniais, bet bendrauju su savimi labiau”.* Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad tiek kūrybos procesas, tiek pasidalinimas refleksijų metu, leidžia po truputį atsiverti, Markas jaučia, kad vidinis atsivėrimas įtakoja ir išorinį pasaulio vaizdą: „*Supratau, kad atsidaryti galima [šypsosi]. <...> turėti, nu, daugiau erdvės gyvenime, kad sakykim, kaip aš piešiau vat šitą vaiduoklį tai, kad ta erdvė su klausukais ir šauktukais turėtų būti platesnė, kad aš turėčiau daugiau judėjimo vietos. Kad turėčiau didesnę kambarį sau. <...> Pastebėjau, kad man labai patinka piešti mažus objektus dideliam fone”.*

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad teikiama emocinė parama ir savitarpio pagalba bei socialinių ryšių plėtojimas, teigiamai veikia santykių formavimą. Grįžtamasis ryšys siejamas su gilesniu savęs bei kito asmens suvokimu. Buvimo suprastu ir priimtu patirtį dar labiau sustiprina psichoterapinės bendruomenės specialistai. Tyrimo dalyvis atskleidžia: „*Labiau jausdavausi, kaip nu, toks nežinau, jaučiausi kaip suprantantis atrodo jo, kad aš nu nesu paviršutiniškai mąstantis, kad aš nu galiu įžvelgt. <...> Aš nesu kažkoks toks užslopintos žmogus, kaip aš galvojau, kad aš neturiu jausmų ar tokių dalykų. <...> Sužinojau, kad, kad galiu giliai bendrauti su žmonėm, giliau, kad nu... Ne kiekvienas žmogus su kuriuo bendrauju turėtų būti, nu kaip pasakyt, bendradarbis. Kažkas kur ten viskas paviršutiniškai. Nu, kad supratau <...> po to, kai išsiskyriau, nepraradau kontakto su žmonėm, kad jis vis dar yra neišnyko niekur, tiesiog jisai buvo prislopintas labai stipriai. <...> supratau, kad aš lengvai nepasiduodu”.* Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad ilgainiui dailės terapijos procese, jis ima studijuoti ir tyrinėti save, kas jam sukelia smalsumo bei susidomėjimo jausmus: „*Kad aš, kaip ir mačiau, ką mano protas bandė pateikt pradžioj, bet po to atrodo, kad toksai lygtais... Lyg*

aptemau ir po to atsibudau ir gavosi toksai, kaip ir lyg kažkas iš mano, nu, vidaus persikėlė ant viršaus. <...> labiau buvo įdomu, tiesiog aš praktiškai pats save studijavau kai baigdavau priešinį tiesiog žiūrėdavau į jį ir man buvo įdomu. <...> Pradžioj buvo baugu, bet ties antra savaite tai jau labiau smalsumas kilo. <...> Kaip ir mano rankos tai padarė. Bet labiau būdavo tokie tik įdomu, labiau negu baisu”.

4.1.9. Liūdesys ir skausmas

Tyrimo duomenys atskleidžia, jog sunkių jausmų pripažinimas ir jų išgyvenimas yra svarbi terapinio proceso sąlyga. Kitaip tariant, asmeniui pripažinti pirmiausia pačiam sau, o paskui ir kitiems, kad viduje labai skauda yra svarbu. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvis, dailės terapijos kūrybos proceso metu, išgyveno gilų psichologinį skausmą, dvasinę kančią ir vienišumą. Kalbėdamas apie piešinius ir naudojamas piešimo priemonės, Markas tarytum metaforiškai kalba apie savo per daug slegiančius gyvenimo ir vidinio pasaulio sunkumus: *„vaškinės man labiausiai ir patikdavo, nes jos taip susiliedavo su popierium. <...> Riebumas labai patikdavo, nes nežinau vat man... Tą ryškią spalvą visada naudot norėdavosi. Šitos riebesnės pastelės realiai, nu, tą darbą padarydavo. <...> Ir aš, nu, sakau pastebėdavau, visada tą, pastebėdavau, kad aš, kaip piešiu pas mane visada yra, nu, erdvė už popieriaus yra. Ir, kad nu atrodo, kad aš kai piešiau mano popierius yra daug didesnis, negu man atrodo, tiksliau negu negu jis iš tikrųjų yra. O atrodo, kad tas fonas jisai turi būti toksai nu, didelis toksai, praktiškai kaip jūra.<...> Kad čia yra nu šitas didelis... kad šitas fonas jisai yra be galo plečiantis, o kaip paimčiau didelį lapą ir savimi nelabai pasitikėjau, ar aš galiu perteikti. Nu, ar aš spėsiu tai padaryti. Ar aš galėsiu tai padaryti ir aš jaučiau, kad aš nu, jeigu paimsiu didesnę lapą, aš sau spaudimą darysiu. <...> Nežinau, aš tiesiog kaip emocijos savo piešdavau. Man kažkaip atsimenu, pagrindinė mintis būdavo nu tiesiog užpildyti nes nu, tiesiog būdavo daug jausmų ir tiesiog nu... Kuo daugiau kuo, daugiau sudėti to visko į vieną popierių norėdavosi. Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad kūrybos proceso metu jis giliai pasinerdavo į jausmų pasaulį, tarytum paskėsdavo jame: „Būdavau susikaupęs, jau labiau į tas savo emocijas. <...> Tiktai, tiktai emocijos.<...> Kad pasileisdavau į tą jausmą toksai jausmas būdavo. <...> Pas mane vat sakau, pas mane pagrinde būdavo liūdesys, kai aš piešdavau. <...> Ne iš tikrųjų kažkaip. Po dailės terapijos sakau, dažniausiai eidavau su tokiu nuovargiu, liūdesiu arba kombinacija. Nežinau... Grįždavau namo, trukdavo kokias keletą valandų, po to nosislopindavo ir po to prieš miegą vėl užeidavo”.*

Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad liūdesį paskatindavo ir psichoterapijoje liečiamos temos, ar kitų grupės dalyvių išgyvenimai: „*Daugiausiai atsimenu, kad man susiedavo liūdesys iš temų, kurios eidavo psichoterapijoje. Kurias galėdavau pritaikyti prie savo gyvenimo, kad nu vat kažkam tai buvo, man šitaip irgi, kažkas panašaus. Arba nu vat tokie dalykai arba ten kažkam kažkas atsitiko ir man... Mane taip gniaužia taip. Ir tas toks jausmas, nežinau, kaip kažkas, kažkokią istoriją, kai pasakoja... Pas mane yra tas dalykas, kad aš turiu tendenciją tiesiog įsivaizduoti visus tuos įvykius savo galvoje ir įsijausti. Kad aš nu vaizdiškai matau tą dalyką. <...> Būdavo užeidavo toks liūdesys, tas skyrybų atsiminimas, vis tiek būdavo priminimas. <...> Jaučiausi toksai, nežinau... Toks nu, jaučiausi, realiai netikęs toksai nu lyg... Lyg man niekas gyvenime nepavyko, toks nežinau, kaip paaiškinti. Toksai atrodo, atrodo toksai pasauliui nereikalingas jautiesi. Atrodo, kad iš savęs tokią auką darai kažkiek. <...> O tas liūdesys tai, sakau, labai priklausydavo arba nuo psichoterapijos ir nuo dailės terapijos, arba nuo dailės terapijos. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Markui svarbu buvo piešti foną pirštais, trinti dažus į popierių. Šis procesas jam sukeldavo disociacijos patyrimą. Markas dalinasi: „Aš neįsivaizduoju. Man tiesiog, man tiesiog, buvo tas, kad aš noriu naudoti savo pirštus ir aš naudosisiu. <...> realiai jaučiau, kad aš odą prakertu. <...> Net, jeigu ir jausdavau, kad man žiauriai nepatinka ir, kad žiauriai nemalonu ir tas garsas, tos vibracijos, kurios gaunasi man žiauriai nemalonios, bet aš nu... Bet aš matau, kad pats popierius jisai, nu pats vaizdinys lipdosi taip, kaip aš noriu. Kaip aš jaučiu, kad jisai turėtų lipdytis ir viskas, tiesiog toliau eini ir toliau darai”.*

Kalbėdamas apie išgyvenamus jausmus, tyrimo dalyvis sako: „*Ne savas, ne savas, nu toksai nežinau...Toksai vidinis konfliktas buvo. <...> Artimiausias jausmas, kokį galiu apibūdinti, nu tai kaip guliu lovoj su temperatūra vat toksai atrodo. Mano plaučiai tokie įkaitę... Vidus toksai įkaitęs ir... Nu vat iš tos būsenos kažkaip... Šiek tiek toksai negera per skrandį. <...> Toks jausmas lyg iš šono save stebėtum. <...> Disociacija turėjau per draugo laidotuves, turėjau per patėvio laidotuvės <...> per skyrybas su mergina. <...> Kaip pradėjau jausti tą skausmą pirštų, man tada prasidėjo disociacija atsimenu. Tiesiog nu kaip, atrodė mačiau save iš šono”.* Tyrimo duomenys atskleidžia, kad dailės terapijos kūrybos procesas stimuliuodavo gilių jausmų išgyvenimus: „*Mano protas bandydavo pateikti kažkokį aiškų piešinį, bet po to, manau, mano emocijos, kaip ir vidury piešimo perimdavo tą dalyką. Taip gaudavosi, kad eskizas būdavo iš proto, o pats užpildymas iš emocijų. <...> Tada galėjau daugiausiai su savim susitikti ir tos stipriausios emocijos kaip ir iškilo. <...> sukeldavo tokį*

irgi nemalonius jausmus, nes dėl to, kad man praktiškai kaip šitas kaip rekorderis praktiškai visi atsiminimai taip kaip ir play'ina [naudoja anglikonizmą, nuo žodžio „play“]”.

Tyrimo dalyvis atskleidžia, kad jam pavyko įsisąmoninti, kodėl savo piešiniuose jis daug kur naudojo mėlyną spalvą, taip dar labiau priartėdamas ir pažindamas savo vidinį pasaulį: *„Nu nežinau gal spalvų paletė primena... Priminė tuos santykius ir tiek. <...> Plaukų spalva labai panaši [merginos su kuria išsiskyre]. <...> Mėlyna, tiesiog mėlynos atspalviai būdavo įvairūs. <...> Tai čia ne vienas yra su mėlyna spalva, pateikiau aš nemažai iš tikrųjų per piešinius. <...> Nu galbūt čia stipriausias buvo momentas, nes man atrodo čia pirmą kartą, kada aš pateikiau. <...> Kažkaip pats nesupratau, aš nesupratau, kodėl aš mėlyną pradėjau naudoti, aš nesupratau. Kad aš naudoju, mėlyną, kad, kodėl aš naudoju mėlyną, man atrodė tiktai... Buvo kažkoks dar piešinys man atrodo, kur buvo labai daug mėlynos, bet ten jau... Matau, galimai šitas, man atrodo galimai ties šitu piešiniu, aš supratau, kad aš... Kodėl aš piešiu mėlyna spalva”.*

Apibendrinant tyrimo gautus rezultatus, galima teigti, kad Markui dailės terapijos procese teko patirti iššūkius išgyvenant baimę bei saugumo poreikį. Tyrimas rodo, jog Markui yra svarbus bendravimas su kitais žmonėmis, taip pat svarbus priklausymo grupei jausmas. Tyrimo duomenys rodo, kad saugi aplinka dailės terapijoje, sukuria saugią ir sveikimui palankią aplinką. Tyrimas atskleidė, kad dailės terapijos procesas skatina sąmoningumą bei giluminį savęs kaip asmenybės pažinimą. Tyrimas atskleidžia, kad dailės terapijos grupės kontekstas, leidžia tyrimo dalyviui išgyventi buvimo priimtu ir suprastu patyrimą. Tyrimas rodo, jog dailės terapijos procese formuojasi Marko identitetas ir geresnis savęs pažinimas. Kūrybos procesas padeda įsisąmoninti ir išreikšti emocijas, siejamas su įkvėpimo jausmu. Tyrimo dalyvio požiūriu, dailės terapijos procesas padeda praregėti ir pabusti iš iliuzinio pasaulio matymo, piešiniai padeda pamatyti gilesnę tikrovę. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad piešinys dailės terapijoje yra labai svarbus dalyvis.

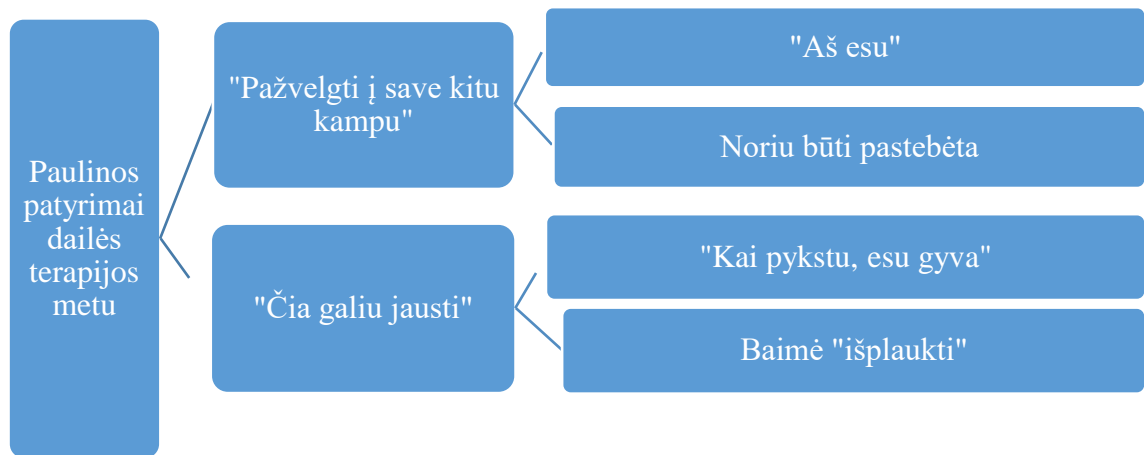
Toliau bus aptarti tyrimo dalyvės Paulinos IFA rezultatai.

4.2. Paulinos interpretacinės fenomenologinės analizės rezultatai

Atlikus Paulinos interpretacinę fenomenologinę analizę buvo išskirtos dvi pagrindinės metatemos:

- 1) „Pažvelgti į save kitu kampu“;
- 2) „Čia galiu jausti“.

Šioje darbo dalyje metatemos ir jas sudarančios temos pateikiamos grafiškai (žiūrėti 2 pav.), iliustruojamos tyrimo dalyvės interviu ištraukomis ir aiškinamos tyrėjos interpretacijomis.



2 pav. Paulinos IFA analizės metatemų grafinis vaizdas

4.2.1. „Pažvelgti į save kitu kampu“

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvei, dailės terapijos sesijų metu, pavykdavo pamatyti save iš šono, pasižiūrėti į save, per kitų dailės terapijos dalyvių prizmę. Paskatino kelti sau klausimus, kad gal taip ir yra kaip jie mato. Tyrimo dalyvė Paulina, atskleidžia: „Nu bent jau meilė, kitiem žinai, kiti sako, kad kitiems, tai gal taip ir yra. <...> meilė, meilė kitiems, mh iš karto supranti, kad nesi supuvęs žmogus. <...> Iš tiesų supranti kažkur giliai pasąmonėj tau išlenda, kad tu nesi blogas žmogus. <...>. Jau dėkinga sau ir už meilę, mhm... nu šitą. Žinojau, kad žinai kažkiek tai yra tos meilės, nu bet. <...> Kad pas mane jos tikrai yra mhm. Meilės ne tik to dėkingumo ir visa ką, bet ir kitiem. <...> Kartais darydama kažkokius veiksmus, sprendimus, kažką, nu supranti, kad vien dėl to, kad myli, tu

nepadarai kažkaip kitaip, o padarai būtent taip, kad biški save mylėt ir pasaugot, tarkim. <...> Galvojau, kad reikia tiesiog pradėt skambinti mamai, kad man bendrauti su ja. Nu taip tokie atrodo maži dalykai, bet“.

Tyrimo dalyvė atkreipia dėmesį, kad jos piešimo raiškai ir piešinių rezultatui įtakos turėjo kiti dailės terapijos dalyviai. Paulina sako, kad piešiniai būtų kitokie, jei nebūtų tam tikrų žmonių: *„Turėjo įtakos tai ir kad galbūt, jeigu jos nebūtų šalia, gal būtų piešiniai kitokie. Aš kitaip nupieščiau, kitaip, laisviau gal jausčiausi. <...> Manau, kad tai turėjo įtakos piešiniam, nes imi spalvą ir galvoji, imti šitą ar imti kitą. <...> Nes aš nenoriu su jais būt“.* Taip pat Paulina reflektuoja, kad gal per mažai kalbėdavo dailės terapijos refleksijų metu: *„Gal aš per mažai šnekėdavau? Nu, toks jausmas, kad vat kiti pasako apie savo piešinius daug daugiau nei aš. Mano būdavo tokie trumpesni kažkokie pasisakymai. Toks kartais jausmas, o kodėl kiti mato, o aš čia nematau? Gal aš labiau jaučiu, nei ten matau“.*

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Paulinai patikdavo vaikščioti į dailės terapijos užsiėmimus, kad ji matydavo tame prasmę ir naudą: *„Naujas patyrimas, naujas kažkas ir tiesiog atėjimas tik į dailės terapiją man žiauriai patikdavo. <...> Galimybė išveikti viską per piešinį“.* Tyrimo dalyvė atskleidžia, supratusi, jog pats piešimo procesas yra svarbus, svarbios piešimo priemonės: *„Pats procesas gal piešimo. <...> Aš pas tave atradau tas kreideles. <...> Nežinau, man labai patiko ir kad aš galiu pirštais po to ištrinti tą visą, padaryt. Ir labai greitai ta spalva gaunasi, nu, tiesiog jeigu nori kažkokį plotą užtušuoti pirštais, greitai viską sutvarkai“.* Taip pat pastebėjo vykstančius terapinės grupės fenomenus: *„Pieši, pieši, pieši, pieši, pieši ir po to tik po kurio laiko pakeli galvą ir taip pasižiūri į kitų šalia piešinius ir žiūri, o, blemba, panašiai pripiešta. Nu, tiesiog su tom rankom čia taip buvo, su visu šituo. Tai tas toks. Bet aš galvoju, aš jau mačiau tą visą, ką aš piešiu, ir aš pradėjau piešti ir nupiešiau ten jau kažkiek ir po to atsisukau, žiūriu, opa čia, opa čia – rankos, rankos, rankos“.*

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvė įsisąmonino, jog kūrybos procese galima jaustis lengviau. Paulina nuolat save kontroliuoja dėl jaučiamo pakilumo, bijo psichozės epizodo. Paulina dalinasi: *„Paleist. Kad ir gyvenime galbūt mokėt paleisti tiesiog“.* Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad patirdavo baimės jausmus prisilietusi, kūrybos procese prie skausmingų temų: *„Nu, tikriausiai labiau mano, jeigu paliečia. Gal su pirmu piešiniu taip buvo. <...> Va čia man buvo kažkas tai, pats sunkiausias tiesiog išėini nusivylus savo darbu. Tiesiog, nu, jo, nepatiko man. Nepatiko, tai, ką nupiešiau. <...> Kai kurios buvo taiklios. Kur,*

tarkim, tas piešinys su durim, tai šita davė dar kartą apsvarstyti, tarkim, temą. <...> Kai kurias labai sunku buvo atlikti. Va tas, mano kambarys”.

4.2.2. „Aš esu“

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvei buvo svarbus savęs patyrimas ir savo reikšmingumo suvokimas, dailės terapijos refleksijų metu. *Tyrimo dalyvė aiškiai laikėsi savo išankstinės nuostatos ir nenorėjo kreipti dėmesio į kitų dailės terapijos dalyvių komentarus: „Galvoju, kai kurių žmonių, kur man ką bepasakytų, aš prieš juos tiesiog nusiteikęs ir man neįdomu, ką sako, arba būna taip, kad aš jau tiek užsitikrinus į piešinį ir aš žinau, ką jisai man reiškia ir kad man nėra svarbu, ką kiti pasakys, vis tiek aš žinau, ką man reiškia, man ne kitų nuomonė svarbi. <...> Manau, kad čia tiesiog ne ta vieta. <...> Kai kiti pasakoja apie mano piešinį, gal man nebuvo taip svarbu, kad aš net neužfiksavau labai stipriai, kas ką pasakė. <...> Nes gali bet ką pamatyt, bet ką pasakyt. Aš ir pati nemėgdavau dalintis apie kitų piešinius. <...> Kai prasideda kitų piešinių aptarimas, tai tiesiog lauki, kada greičiau viskas pasibaigs, kol čia belenką, kas ką pasakys ir visi išeis. <...> Sunku priimti kitų nuomonę. Kas ką pasakys, bet. Tam momentui aš tik išklausydavau ir po to viską išsivalai. <...> Nes man nereikia. Aš žinau apie piešinį pati ir aš tuo metu apie tai galvojau. Ką aš galvojau, o ne ką kiti”.*

Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad jai svarbu būti matomai, Paulina sako: *„Aš nežinau. Va tų spalvų ryškių man norėjosi. Nu nežinau, galbūt matomai, kad mane matytų, žinai, kad mane girdėtų ar kas čia tokio, kad vat... Nesinorėjo man, žinai, labai pieštukų. Ten vienas pieštas pieštuku, antras apačioj, bet pagrinde ryškūs. <...> Tiesiog apie mane, noriu būt matoma, bet kartais aš nenoriu būt matoma, žinai. Ta prasme, vienas su kitu nesusieina. Tai aš noriu, tai nenoriu, tai aš noriu, tai nenoriu, kai kur noriu būt matoma, žinai, kai kur visiškai noriu būt nematoma. Nu man norisi tų ryškių spalvų kartais, o kartais nesinori nieko, tą juodą tik. <...> Ir per piešinius, kad kartais būna, nu, kad man norėjosi, to ryškumo”.* Tyrimo dalyvė atskleidžia, jog piešimo metu, jai norėjosi stipriai spausti piešimo priemonę, kad įsiamžintų, kad paliktų po savęs pėdsaką. Paulina atskleidžia: *„Nu kartais būdavo, kad iš jūsų pieštukų, va ten, man norėjosi spausti labiau, ryškiau. Žinai ne taip, kad švelniai tarsi kažką. Gal išryškinti kažką tai, kai nori. <...> Kažkokias detales ir savo gyvenime kažką išryškinti labiau. <...> Norisi spausti žinai, kad nu, kad liktų, kad nors ir su trintuku ištrintų, bet vis tiek liktų pėdsakai, kaip įamžint, palikti kažką, tai savo. <...> Ne taip, kad nu, tarkim, aš esu, o po to*

manęs nėra ir kad nieks net nepajaustų, kad manęs nėra. Manęs nėra, hm, man norisi, kad jaustų, kad vat aš buvau, tu esi jo, kad aš esu. <...> Kad aš esu, kad kas žinotų mano aplinka, kad žinotų, kad aš esu. <...> Aš esu, jeigu manęs nebūtų, ar ten seniai kažkaip tai manęs nėra, dar nieks ant tiek nepastebėjo. <...> Tikrai jaučiu, kad esu, bet”.

Tyrimo dalyvė atskleidžia savo psichikos sudėtingumą: „*Tik supranti, pas mane yra truputį viskas kitaip. <...> Tarkim, kai pabūni, pakilume ir psichozeje, tu save labai stipriai jauti. <...> Stipriai labai, tas kontaktas su savim visiškai. Belenkoks, ant tiek stiprus, nu. Nežinau, kaip paaiškinti, ant kiek ten yra stipru. Kad po to, kai tu nusileidi į normalų, normalių žmonių gyvenimą, tu savęs nejauti, kol negauni to pakilumo. O tada tu vėl, tau vėl širdis kalatojasi, vėl aplink širdį šyla, žinai viską jauti, visą kūną, va tada tu vėl jauti. Aš išgyvenu save va tokią maksimume, jo man biški kitaip. <...> Po to nusileidus man yra žiauriai didelis kontrastas. <...> Manijoj, ką bepradėtum daryti, viskas gaunasi, viskas sekasi, viskas. Ir tu, laimingas, belenkoks, laimingas ir tave prigauna, žinai ir sako viskas eini gultis dabar gausi vaistų, nu bliamba. <...> Tą vidurį rasti pas mane arba taip, arba kitaip. Nu kartais būna per vidurį, kartais būna. Bet čia būni ties riba, kai tu nežinai, į kurią pusę krisi”.* Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad po manijos epizodo, gyvenimas pasidaro lėkštas ir blankus, vaistai slopina ir neleidžia jausti. Paulina sako: „*Kai nusileidžia, tai tu nejauti, tik lėkšta. Atrodo, viskas taip neįdomu. Viskas taip paprasta ir viskas kažkaip tai ne kaip”.* Tyrimo dalyvė sako, kad piešdama, ji tarsi įsižemina, naudojami pirštais, tuomet jaučia didesnę ryšį su savimi: „*Kai jaučiu ryšį su savimi esu ramesnė. <...> Pagrindinis būtų, kad ta ramybė ateina, tai vat, jauti, jauti ryšį su savimi. Tada kažkokio tokio gal pasitikėjimo žinai labiau daugiau atsiranda pas tave”.*

4.2.3. Noriu būti pastebėta

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvei svarbu būti pastebėtai, įvertintai. Paulina atskleidžia, kad eidama į dailės terapijos grupę, jai norėdavosi pasipuošti, gerai atrodyti. Svarbu buvo, kad kiti psichikos sveikatos specialistai pamatytų ją sveikesniame būvyje. Paulina atskleidžia, kad kai būna viena su savimi, ji nuobodžiauja: „*Kai pati su savimi rami tai, nežinau, tiesiog nuobodu žinai darosi. <...> Aš norėjau, taip. Man, nu, taip, kad norėdavosi ateiti, aš nežinau, su kuo čia susiję. Su kažkuo tikrai susiję. Gal, dėl to, kad aš eidavau tik į dailės terapiją. <...> Jo, kad aš, nu, vat normali šiuo metu ir vat aš taip atrodau*

ir, tipo, žinai, va tokia. <...> Nu, vat kai eidavau čia, pas tave, norėdavosi, žinai, ateiti vat, atrodyti gerai, žinai”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvė, stengdavosi piešti kuo gražiau, pasilygindavo savo piešinius, su kitų dailės terapijos dalyvių piešiniais, norėjo įtikti: *„Ir kažkaip kartais galvodavau, kad man gal visai neblogai kaip kada gaunasi, ne visada. Bet kartais. Ir tas buvo įdomu. Galvojau, nupiešiu, įdomu ką, kaip tu atreaguosi į tą piešinį, ar kiti, kaip, ką pasakys. <...> Gal įtikti kitiems labiau, o ne taip, kad nupiešti, kad tau, kaip tau atrodo. <...> Kai tu imi kažkokią priemonę į rankas, pradedi piešti ir kartais nežinai, kas gausis, ir tada kažkas tai gaunasi ir tada kažkaip, jeigu gaunasi, kaip tu plus minus įsivaizdavai, tada patenkinta būnu. <...> Aš su nekantrumu laukdavau, ką šiandien reikės, kas bus, kokia čia tema, ar man gausis, ar nesigaus kažką tai sugalvoti. <...> Nu, irgi jo, smalsumas, gausis, nesigaus. Nupieši, nenupieši. <...> Tą piešinį ir dabar reikia perkelti į popieriaus lapą ir tu nupiešei visai ne tai, ką norėjai. <...> Jeigu būčiau kur norsėjusi, kažkokių kitus, ten meno mokyklas ir kažką, tai gal mano piešiniai būtų visiškai kitokie”.* Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad prieš piešdama, nusipiešdavo eskizą, kad piešinys gautųsi gražesnis, tobulesnis. Paulina sako: *„Jo, ar man patinka, ar man patiks, ar ne, ar aš jau galiu tada ryškiau. Ne taip, kad iš karto paimti ryškias spalvas ir piešti ir po to galbūt reiktų kažkokių nutrinti ar kažką tai padaryti”.* Paulina lygindavo savo piešinius su kitų dalyvių piešiniais: *„Po to, kai dar sulygini su kitais piešiniais... Mano negeras. Nežinau”.* Abejodavo ar teisingai kalbėdavo dailės terapijos refleksijų metu: *„Gal tada dar buvo tokie, žinai, galvoj pamąstymai, kad to nepasakiau, to nepasakiau, žinai, to. <...> Jo, bet aš ten daug tada papasakojau, bet dar neišsikroviau aš tada”.* Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Paulinai buvo svarbūs dailės terapijos užsiėmimai, mini, kad svarbus santykis su terapeute: *„Jo, dėl savęs. Dėl savęs ir visą laiką džiaugdavausi labai, kai pas tave ateidavau. <...> Supranti, kad gali vat gauti kažko tai, kažkokios naudos sau. Vat ateini, pasėdi, papieši, pasižiūri, pabūni, ateini, pasirodai, išeini, tipo, žinai. <...> Ir šiaip, ir bendrai, ir išvaizda kažkaip, žinai, kad tvarkinga ir pasidažius, ir viską, ir kad ne belenkaip, žinai, ateiti. <...> Mhm kad kažkaip kažką padaryt, mhm tas tai ir svarbu. Kad tu buvai šalia svarbu”.*

4.2.4. „Čia galiu jausti“

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvė labai riboja save jausmų raiškoje, bijo, kad neprasidėtų psichozės epizodas, todėl jausmus reiškia rezervuotai ir saikingai. Tačiau dailės terapijos kūrybos procese, jai pavykdavo susisiekti su vidiniu jausmų pasauliu. Tyrimo dalyvė atskleidžia: „Kol tu pieši, tu kažką tai per save labai daug informacijos, minčių praeina ir kažkas tai, prisiminimai sukyla iš senų laikų ir kažkaip kai gal išpieši, gal paprasčiau pasidaro. <...> Ir jausmų būdavo, jo, būdavo ir taip, kad ir jausmų sukildavo, kad kartais išeidavau ir galvodavau, gal čia paverkt reikia? <...> Ne viską savo vyrui pasakoju <...> Mano atveju nelabai aš galiu, nu, sveika būtų tai daryti. Paleisti ir ten, nežinau, daryt, ką nori. Aš turiu save visą laiką laikyti rankose. Aš negaliu savęs paleisti. <...> Nu, taip ir gal ten, žinai, kai užsidėjus kokį bloką, kad negali tu ten per daug lįsti, nes tau negalima. <...> Per kai kuriuos piešinius labai lengva grįžti į savo praeitį, kažkokią, kažką tai, kur tau buvo ar svarbu, ar skaudu, ar stipru. Kažkokie tokie vat išlenda įvykiai. <...> Savęs kažkoks pajautimas gal labiau, kad nevisiškai pas mane viskas ten atbukę nuo vaistų. Tai pasidžiaugi kartais”.

Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad po dailės terapijos, o ir gyvenime, vengdavo savo jausmų: „Tiesiog išeini iš čia, parūkai ir tada jau važiuoji, darai savo reikalus ir per daug nesigilini. <...> Kai pradedi galvot, tokie piešiniai kartais jo, sujautrina ir, atrodo, verkčiau. <...> Kad buvo žiauriai sunku ir aš tokia ant ribos, aš jau ten vaistai nuimti, žinai, aš jau nebesugebu susitvarkyti ir, atrodo, aš jau verkšiu, žinai, ir aš sėdžiu ir galvoju verkšiu. O šiaip aš neverkianti. <...> Aš beveik niekada neverkiu. Nu, čia būna retas atvejis. Aš verkiau, atrodo, daugiausia per močiutės laidotuves. Aš gal parą verkiau nesustodama. Nu, va, tada, man atrodo, ir aš tada sau pasakiau viskas, daugiau aš gyvenime nebeverkšiu. Ir va šitoj vietoj sau uždėjau tokį ir tada visą laiką, nors ir kaupiasi, tu sėdi, tipo, žinai, laikaisi ir vat neverkšiu, vat ir neverkšiu. <...> Piešiniuose visur aš skaitau išlaikyta čia pas mane”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad prisilietus prie sunkių jausmų, dailės terapijos procese, jie palengva atslūgsta ir palengvėja: „Nu, man kažkas taip ir yra, kad aš palengvėjimą, jau žiūrint į šitą [piešinį], aš jaučiu palengvėjimą. <...> Jis man užaktyvino tuo metu, kai piešiau, jis man žiauriai viską suaktyvino, kai piešiau. Bet man šitas piešinys labiausiai patinka iš visų, man atrodo. Nežinau, kodėl. <...> Nu, taip, ir supranti, taip per piešinius daug ką galima paliesti, pradėti krapštyti ir netgi, jeigu aš galvojau, kad aš neverkianti, neverkianti niekada... tai. <...> Su emocijomis visą laiką pas mane jos užlaikytos užslėptos gal. <...> Ant piešinių aš gal galiu parodyti, bent dalį ir taip subtiliai. <...> Aš tada gyvesnė, kai jaučiu emocijas. <...>

Tada suvokiu save labiau pasitikėjimo įgaunu, kartu tokia žinai, kitokia tokia mandresnė pasidarau. <...> Pradedu piešti, aš nusiraminau, aš nusileidžiu. Aš ramesnė visiškai". Tyrimo dalyvė atskleidžia, jog suvokianti, kad dailės terapija jai buvo naudinga: „Nes man atrodo, kad tai man padeda. Kad jeigu ne terapija, tai neaišku, kokia aš būčiau, kaip kalbėčiau”.

4.2.5. „Kai pykstu, esu gyva“

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvei pavyko įsisąmoninti, jog pyktis gali būti naudingas, o jo slopinimas pavojingas. Svarbu adekvati ir sąmoninga pykčio raiška. Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad dailės terapijos proceso metu, jai buvo svarbu prisiliesti prie pykčio temos. Paulina sako: „Nu, toks, labai labai svarbus man jisai pasirodė [kalba apie pyktį]. <...> Ką sužinojau... Apie save, pasirodo, moku pykti aš. Nu, kad nesu aš tokia švelni, minkšta, gera. <...> Kai pikta būnu, tai eina iš vidaus iš giliai. <...> Dėl pykčio vat, bet čia pastaruuju metu, kad aš labai labai... Bet nežinau, gal aš ant to užsikabliavus, ant pykčio, pastaruuju metu ant savęs. Noriu save matyti per pyktį.<...> Pasirodo patiriamas kontaktas per pykčio jausmą“.

Paulina tyrinėja save ir eksperimentuoja bandydama reikšti savo pyktį: „Bet ir pyktis taip vat atsiranda, gal tada ir sveikas pyktis kažkiek, žinai. <...> Aš tikrai pikta ir man atrodo, jeigu kas nors man ką nors pasakytų, žinai, aš taip kirsčiau atgal, kad maža nepasirodytų. <...> Žiūrėti į save ir stebėti, kokia aš būnu pikta, vat, kai mane suerzina, ir pagauti tą momentą, kai tave suerzina ir stebėti, kokia tu, žinai, būni sterva. Kartais galvoju, ot, gerai, vat tokia man reikia būti, žinai. <...> Kai pasakai pikčiau, tai jie tada biški kažką tai pristabdo, supranta, kad manęs nervuot geriau nereikia”. Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad jausdama pyktį ji jaučiasi labiau gyva, Paulina sako: „Niekada aš taip nesielgdavau, bet vakar vaikštau ir aš pikta. Aš jaučiu, aš pikta, pikta, visą dieną pikta, pikta, pikta. Tai aš jam ir pasakiau [vyru]. <...> Tai labiausiai pyktį atradau, nu jo, pastaruuju metu mano gyvenime jo daugėja. Kai pykstu, esu gyva”.

4.2.6. Baimė „išplaukti“

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvė dailės terapijos kūrybinėje dalyje, labiausiai baimindavosi atitrūkti nuo realybės. Paulina jautri kitų žmonių perspėjimams ir komentarams, ją gąsdino pasinėrimo į save jausmas ir kontrolės praradimas. Paulina atskleidžia: „Piešdama jaučiu, kad aš dabar esu toj vietoj, kad aš arba šausiu, arba aš būsiu.

<...> *Man gal vaikystėj reikėjo labai daug fantazuoti ir įsivaizduoti taip. Gal dėl to pas mane toks yra. Aš susikurdavau pasaulį, kokį noriu, aš galėdavau žaisti viena ir visiškai mažytė, sakydavo, po stalu palenda, žaidžia, žaidžia ir po to užmiega. Aš ten kažką, ten namus statau, darau, kuriu. <...> Visko daug man reikia ir tada supranti, kad oj oj oj”.*

Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad yra praradusi pasitikėjimą savimi, nes nuolat klausosi ką apie jos būseną sako kiti: „*Taip pasakė, kad sako, čia ne tau, tu nelįsk, nes tu labai giliai įlįsi ir po to neišlįsi. <...> Nu, taip kažkaip galvoju, nu, gal ir nereikia čia, jeigu jau taip pasakė, gal ir nelįsiu. Bet po to, jeigu kažkur kažką, gali po truputį. <...> Mane prigąsdino šitose vietose. Čia pirma mano psichoterapeutė, ji mane prigąsdino. Aš tikiu tokiais dalykais. <...> Nu, jeigu tu esi ant bangos tuo metu, tai tu visais tiki. Jeigu pasakys, kai tu esi stabili, tai tu sakysi, žinai ką. <...> Pasako ir po to pradėdi galvoti, nu, jo gal kartais per daug išplaukiu. <...> tai jisai žino, kad, nu, nereikia per daug apie tai šnekėti, nes aš pradėsiu plaukti ir išplauksiu kažkur į savo pasaulį O tada jau...“.*

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad dailės terapijos kūrybos proceso metu, Paulinai norėjosi nuolat patirti išsižeminimo jausmą. Todėl priešdama, ji dažnai naudojosi savo pirštais: „*Įsižeminti jo jo, visą laiką norėjosi išsižeminti, kad neskraidyčiau. <...> Nu ten tikrai išskridus buvau pirmame piešinyje, ten irgi išskridus viduriniam. <...> Nu taip ir tas lietimas gal nu, pajauti, tada nusileidi į kūną sugrįžti”.*

Apibendrinus tyrimo gautus rezultatus, galima teigti, jog tyrimo dalyvei Paulinai, dailės terapijos proceso metu pavykdavo pamatyti save tarsi iš kito žiūros taško. Tyrimo duomenys atskleidžia, jog kūrybos procese galima jaustis lengviau. Kad tyrimo dalyvei buvo svarbus savęs patyrimas ir savo reikšmingumo suvokimas, dailės terapijos refleksijų metu. Tyrimo duomenys atskleidė, kad tyrimo dalyvei svarbu būti pastebėtai, įvertintai. Prisilietus prie sunkių jausmų, dailės terapijos procese, jausmai palengvėja ir atslūgsta. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvei pavyko įsisąmoninti, jog pyktis gali būti naudingas, o jo slopinimas pavojingas. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad tyrimo dalyvė dailės terapijos kūrybinėje dalyje, labiausiai baimindavosi atitrūkti nuo realybės.

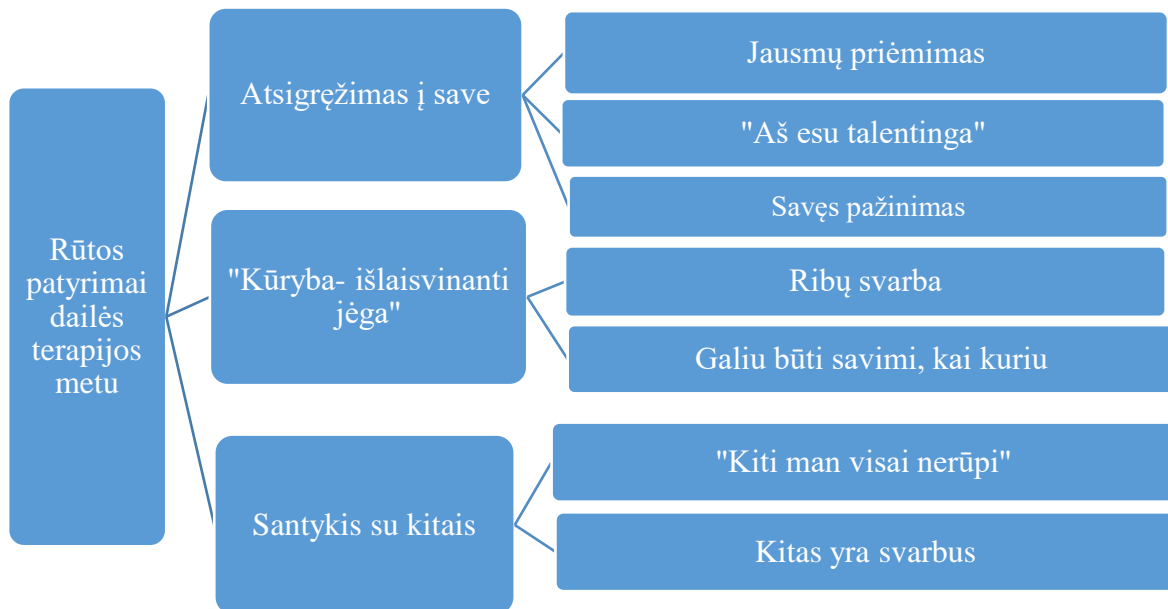
Toliau bus aptarti tyrimo dalyvės Rūtos IFA rezultatai.

4.3. Rūtos interpretacinės fenomenologinės analizės rezultatai

Atlikus Rūtos interpretacinę fenomenologinę analizę buvo išskirtos trys pagrindinės metatemos:

- 1) Atsigrežiau į save;
- 2) Kūryba- išlaisvinanti jėga;
- 3) Santykis su kitais.

Šioje darbo dalyje metatemos ir jas sudarančios temos pateikiamos grafiškai (*žiūrėti 3 pav.*), iliustruojamos tyrimo dalyvės interviu ištraukomis ir aiškinamos tyrėjos interpretacijomis.



3 pav. Rūtos IFA analizės metatemų grafinis vaizdas

4.3.1. Atsigrežimas į save

Analizuojant Rūtos pirmąją metatemą atsiskleidžia, kas jai buvo svarbiausia dailės terapijos proceso metu. Kaip įvardina pati tyrimo dalyvė, tai galimybė pamatyti save, „atsigrežti į save“ ir skirti tam laiko. Šio proceso pripažinimas tampa esmine terapinio proceso sąlyga ir pradžia. Sveikimas susijęs su savęs pažinimu ir mokėjimu atpažinti kylančias emocijas. Tyrinėdama savo vidinį pasaulį, Rūta patiria saugumo jausmą: „*Man saugumas yra supratimas, kad savyje galiu būti, savyje galiu sukurti saugumą kada tik noriu. Bet nedažnai aš tokios būsenos esu. Tai piešiant kartais arba dažnai visgi tas saugumas apsireiškia. Ir*

kontrolė taip pat yra, kur jautiesi, kad kažkaip kontroliuoji ar veiksmus, ar eigą. Nu, tokia mini gyvenimo kontrolė. Kur galbūt gyvenime išvis jos nėra”. Šiame procese tyrimo dalyvė aptinka daug staigmenų ir netikėtumų apie save, smalsiai tyrinėja ir smalsauja, stengiasi atsipalaiduoti, Rūta sako: „Ir paleidi savo kontrolę. Ir nupieši, kas gaunasi. Tada tau visai vienaip atrodo, kas tai yra, bet, kai gauni komentary arba nuomonę iš išorės, tai pradeda atrodyt dar visai kitaip ir galbūt netgi geriau ir pradedi suprasti, ką nupiešei”. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad piešimo procesas padeda geriau susitelkti į save: „ Tas procesas ir tiesiog koncentracijos taške. Arba gal ne ten, o manyje kažkur. Gal kaip jungtis. Dėmesys gal kažkur pasąmonėje ir sąmonėje, o rezultatas ant popieriaus <...> tiesiog iš vidaus kažką imu ir sugalvoju ir dedu”. Dailės terapijos eigoje pradeda vystytis įsisąmoninimo procesai, bunda atsakomybės jausmas: „Nu, jeigu aš esu atsakinga už savo gyvenimą, tai aš ir kontroliuoju dalykus, kiek jie gali būti kontroliuojami. <...> Ne per daug, bet kontrolė savo gyvenimo yra reikalinga. Nors kartais reikia paleist, kad jinai eitų savo vaga ir biški atsitraukti, bet pagrindų kontrolė, jinai yra labai svarbi”. Tyrimo dalyvė pradeda kelti aktualius vertybių klausimus, kas viduje yra svarbiausio ir nepajudinamo, į ką ji remiasi sunkiausiomis savo gyvenimo akimirkomis: „ Kaip save jausti, kaip save apsaugoti, kaip save išreikšti, kaip grįžti į save. Ir kad tos žinios, kad viskas čia yra apčiuopiamoj erdvėj, tai čia yra tik emocijos ir išraiška ir kad visgi yra kažkas didesnio, bent jau man <...> kad vat tu prisilietei prie kažko tokio biški didesnio. Aš nežinau, kaip žodžiais apibūdinti, bet gal tiesiog. Kūrėjas, nežinau, kas šitas kūrėjas, Dievu gi nepavadinsi”. Rūta pabrėžia, kad dailės terapija reikalauja nuolatinės savistabos: „Buvo ir tokių kaip meditacinių momentų ir įėjimų į gilesnę būseną gal, taip sakant. Ir grynai bandymas suprasti tam tikrų emocijų. <...> tam tikra tema, kai yra iškelta, gali būt, kad ji buvo žinoma, bet užmiršta”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad svarbi dailės terapijos dalis yra refleksija: „O refleksijos tai prasideda apmąstymai, kas čia, kodėl čia, kaip čia, kas čia taip sugalvojo”. Rūtai buvo svarbu pripažinti, jog buvo sunku išreikšti save žodžiais: „Patyriau šiek tiek švelnių sunkumų norint apibūdinti. <...> Nupiešiau, tai nupiešiau. Bet kai reikia apipavidalint, kas čia yra ir ką čia simbolizuoja, va tada prasideda problemas”. Panašiai sunku įsisąmoninti ir suvokti kūno pojūčius, nors dailės terapijos metu dažnai naudojosi pirštų tapyba: „ Negirdžiu. Neklausau gal, ne tai, kad negirdžiu, neklausau <...> kaip kūnas nori, tu jam leisk tai daryti. O dažniausiai tai arba neleidžiam, arba nežiūrim, ko jis nori <...> pas mane šiek tiek ir sutrikę šitie. Ne visi, bet kai kurie gal šiek tiek pakrikę [kalba apie kūno

pojūčius]”. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad dailės terapija buvo svarbi sveikimo procesui ir taip pat siejasi su gyvenimo būdo pokyčiais. Rūta vis dažniau susimąsto kas jai patinka, kas praturtina dieną: „Gal šiek tiek realybė tokia jinai, kaip sakant, blanki. Buitiška. Kai, pavyzdžiui, terapijoje esi savyje ir pieši kažką gražaus, arba nu, arba kažką gilaus, arba kažką tokio giluminio, o realybėje grįžti į tą išorinį pasaulį ir šiek tiek toks. Nu... Toks atgal į nuobodybę arba atgal į nesupratingumą”. Po dailės terapijos sesijų pakinta Rūtos santykis su savimi: „Pasidariau švelnesnė ir atsargesnė. Ir šiek tiek labiau su daugiau empatijos ir su daugiau simpatijos sau”.

4.3.2. Jausmų priėmimas

Tyrimo duomenys atskleidė, kad dailės terapijos procesas buvo svarbus sunkių jausmų priėmimui, įsisąmoninimui ir integravimui. Saugi terapinė aplinka leido arčiau susipažinti ir pabūti su intensyviais ir nemaloniais pojūčiais keliančiais jausmais. Suteikė galimybę iš vidinio pasaulio perteikti juos į išorės pasaulį, ant popieriaus. Tyrimo dalyvės požiūriu, šis procesas padeda dar geriau pažinti ir įsisąmoninti sunkiai priimtinius jausmus, išmoko sužinoti apie save kažką naujo: „Nu, iš pradžių tai pamatydavau tokius už užslėptus barjerus, ydas ar fizines ligas. Nu, dabar vat žiūrint, iš pradžių tokius juodulius, labai daug juoduliu. Arba tokių užstrigimų. Bet jau paskutiniai keli darbai, tai, nežinau, apie gyvybę labiau. <...> Nu, gal tie tokie tamsesni buvo vieni iš svarbesnių. <...> Ir kitas buvo, kai piešiau apimta tiesiog siaubingo pykčio. <...> Pavydas va dar irgi buvo gan svarbus, nes svarbi, tiksliau, stipri emocija. <...> Norėjosi šiaip draskyti viską. Nu, toks labiau griauti negu kurti norėjosi”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad sveikimas yra lėtas ir skausmingas procesas, dažnai reikalaujantis drąsos ir nemažai pastangų. Tyrimo dalyvės požiūriu, atkrytis, nors ir neigiamas bei emociškai sunkiai išgyvenamas sveikstančio asmens patyrimas, turi reikšmingą psichoedukacinę prasmę, kadangi šis įvykis išmoko kažko naujo apie ligą, padeda ją dar geriau pažinti ir įsisąmoninti: Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad nugalėti pasipriešinimą verta: „Vat turiu minty, kad gali būti piktas visas ir nepatenkintas ir nusiminęs ir iš vis jokios veiklos tu man į rankas neįkiši, nu, taip galvoti, kad jokios veiklos aš dabar nedarysiu. Bet kai tai padarai ir dar apie kažką kitą pagalvoji ir kažkur dėmesį nukreipi ir po to dar gauni refleksiją kažkokią apie tai... Ir dar plius eigoj iš to viso tamsumo į šiek tiek šviesesnį būvį pereina viskas. Tai tiek. Nu, toks supratimas, kad tai buvo klideshow. Tas buvo klideshow, kad nenoriu piešti, nenoriu nieko daryt ir išvis nenoriu niekur eiti. Tai yra klideshow. Ir kai visgi padarai ir

kažką iš to pamatai ir įvertini, tai gaunas šviesesnis būvis". Dailės terapija yra puiki priemonė neverbaliai išreikšti vidinius skausmus ar giliai įsišaknijusias traumas. Tyrimo dalyvė dalinasi, kad bandė tai išreikšti abstrakčiais vaizdais, nes pritrūkdavo žodžių: „*Aš net nepiešiu tokių vat, tikrai daug traumų turiu, bet aš nepiešiu jų objektais. Tai išeina formom ir kažkokiais abstrakčiais, abstrakčiom išraiškom, ko aš negalėčiau ne intuicijos būdu išpiešti to skausmo. <...> Nes atsimenu, kad pirmi du ar trys kartai, jie buvo ir skausmingi. <...> Buvo išpiešimas kažkoko skaudulio, kuris turėjo būti išverktas, išleistas. <...> Nu, turi pabūti ir suprasti ir pabūti ir tada jį paleisti. <...> Vėlgi prieina prie atsipalaidavimo galų gale, kai tai jau po to. <...> Gal tiesiog priėmimas vyksta. Tavo vidus tau pasako, kad va čia yra skausmas, čia yra tavo kažkoks tai gniužulas, kažkoks vat prašom ir tu tiesiog pieši. Ir aš dažniausiai apipiešdavau arba šalutiniais kokiais štrichais prisiliesdavau prie šito dalyko. Bet jis vis tiek ten likdavo ir aš tiesiog jį pamatydavau*".

Tyrimo duomenys grindžia, kad po sunkių išgyvenimų, visada ateidavo vidinė ramybė, palengvėjimas ir susitaikymas. Vienas akcentuotų sveikimo požymių, tai atsiradęs ramybės ir harmonijos jausmas: „*Tas džiaugsmas panašesnis į ramybę buvo nei į džiaugsmą. Nebuvo to tokio aktyvaus, aktyvaus džiaugsmo. Ramybė ir harmonija. <...> Tiesiog, kai save priimi tokią, kokia esi ir įvertini savo teigiamas savybes ir per daug negrauzi savęs už savo neigiamas savybes. Ir tada tiesiog nebeieškai nieko išorėj ir supranti, kad pilnatvė eina iš vidaus*".

4.3.3. „Aš esu talentinga”

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad dailės terapijos proceso metu, kito tyrimo dalyvės savęs vertinimas ir ateities vizijų numatymas. Kalbėdama apie savo patyrimą, Rūta sako: „*Patyriau save kaip labai talentingą žmogų, kaip labai menišką ir gabų žmogų, o, kai pasižiūri dar, kokie aplinkui priešiniai ir į savo pasižiūriu ir dabar juos visus kartu taip apžiūrėjus, tai tikrai, kad atrodo, kad į tą pusę ir reiktų eit gyvenime*". Tyrimo dalyvės požiūriu, dailės terapijos procesas ir naujų temų piešimas skatina atsipalaidavimą ir žaismingumą, leidžia pabūti dabarties momente, skatina nuostabos jausmą. Tyrimo dalyvė prisimena: „*Pati pradžia, tai toks žaismingumo ir tokio... Kaip čia. Lyg būtum susiruošęs į kelionę, kur nežinai, kas bus. Toks viltis gal ir nenuspėjamumo yra. Ir žiūri į tą lapą ir nežinai, kas gausis, bet žinai, kad tai bus iš to gilesnio vidinio pasaulio. Tai toks labiau susidomėjimas, ką tu dar sau gali parodyt*". Lygindama save su kitais dailės terapijos dalyviais, Rūta labiau supranta save ir pamato kitų pacientų sunkią būklę: „*Nu, kai kurių narių*

tas toks tamsi išraiška ar tokia bjauri išraiška, ar tokia slegianti išraiška. Aš dabar nors ir žiūriu į savo tuos piešinėlius, jie nėra tokie, nu kaip būtų black metal. Nu, jie nėra tokie. Jie yra apie vidų, bet jie nėra tokie jau savižalos ir tokie destruktiniai". Dalyvavimas grupinėje dailės terapijoje vis paskatindavo tyrimo dalyvę įvertinti savo nupieštą kūrinį: „Pasitenkinimas gal ir savim, kad taip gražiai nupiešei. <...> Nu, kad tokiam sunkiam periode mano piešiniai, jie gan šviesūs atrodo man dabar žiūrint. <...> Nors dabar kaip žiūri, tai labai netgi sveikas žmogus ir labai spalvota viskas yra gražu". Taip pat tyrimo dalyvė džiaugiasi, kad refleksijos metu gana taikliai dalindavosi įžvalgomis apie kitų pacientų piešinius: „Jaučiau pasitikėjimą savimi, tai man tikrai nebuvo spraga, kai apibūdinavau, ką matau kitų darbuose". Kalbant apie tai ką tyrimo dalyvė Rūta norėtų išsinešti iš dailės terapijos sesijų, ji prabyla apie viltį: „Tai gal tiesiog norėčiau tą išsinešti norėjimą piešti ir viltingumą, kad rezultatas visada geras gausis. Nu, ne kad visada geras, bet rezultatas tau duos, ko tau šiuo metu trūksta, būtent tą minutę".

4.3.4. Savęs pažinimas

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Rūtos savęs vaizdas yra nepastovus. Prieš akimirką kalbėjusi kaip viskas gerėja, kitą akimirką, ji ima viską nuvertinti ir dvejoti. Tačiau dailės terapijos piešinių vaizdas (piešinys kaip liudininkas, nekintantis vaizdas) ne jai lieka nepakitęs, todėl tyrimo dalyvė pradeda abejoti savimi: „Nu, nieko naujo tai aš tikrai nenupiešiau, man dabar taip atrodo. Aš gal kaip piešiau tuo metu, tomis dienomis, man gal atrodė, kad kažką naujo atradau. Bet dabar kaip žiūriu, tai atrodo nei čia aš kažką naujo sukūriau. Bet vis tiek man kaip apgaulė dabar pradėjo atrodyti. <...> Jaučiau tiesiog gal švelnų pokytį. Kuris, man atrodo, visgi kaip melas, galų gale". Tyrimo dalyvė žvelgdama į savo piešinius, pradeda pastebėti savyje tūnantį konfliktą: „Bet čia vėlgi prie suskilimo grįžtant, į tą temą. Dabar paskutinis tas piešinys, kur buvo juoda balta. Bet ką aš būčiau pastebėjus, man rytoj gali pasirodyt, kad nesąmonė čia buvo ir visiškai melagingoje būsenoje tai buvo nupiešta. <...> Nu, aš dabar jo [konflikto] nejaučiu, bet aš kai žiūriu į šitus visus gražius ir šviesius piešinukus, tai man tiesiog norisi, nesinori, bet aš suprantu, kad kitą dieną man tai gali atrodyti tiesiog apgailėtina. <...> tai čia visai man – pamiršta ir viskas, nieko čia svarbaus man nebuvo. <...> Bet aš dabar jaučiu, kad kažko čia trūksta ir kad viskas buvo lyg paviršiuje daryta. <...> Tiesiog supranti, kad iliuzija gyvenimi". Kalbėdama apie iliuziją, Rūta sako: „Savo šviesią būseną, kai nieko nereikia daryti ir nieko nereikia spręsti ir tiesiog būni ir

džiaugiesi gyvenimu. Nu, aš tiesiog dabar reflektuoju žiūrėdama į kai kuriuos piešinius. Man taip atrodo, kad tai yra tiesiog pleistriukai ant žaizdų. <...> Trumpam laikotarpiui pilnavertiška asmenybė”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Rūta stokoja nuoseklumo ir pastovumo, tačiau piešinių vaizdas (piešinys kaip liudininkas, nekintantis vaizdas) jai labai padeda save analizuoti ir reflektuoti. Rūta ima vėl jausti abejones ir sumaištį, sakydama: *„Ir aš žinau, kad čia yra mano viena pusė, o čia šitie skausmai, aš nežinau, kuri čia mano pusė buvo ir iš kurios pusės ištraukti... Ir dar yra viena pusė, kuri net nėra nupiešta, vat man tas yra keisčiausia”.* Rūta jaučia vidinį poreikį augti, vystytis ir plėstis, tačiau neranda išeities: *„Tai gal sveika mano psichikos dalis nori plėstis. Aš nežinau”.* O kalbėdama apie savo gyvenimo procesą, Rūta sako: *„Kai kuriais momentais atrodo, kad jau yra baigtinis reikalas ir atrodo, kad jau nieko tu čia per daug neprikursi nei geriau, tiktai gal sugadinsi dar labiau. Pavyzdžiui, ką aš susikūriau, tai, nu, nėra tikrai gera kūryba”.*

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Rūta vis labiau priima ir susitaiko su asmenybės sutrikimo diagnoze, kas neabejotinai yra didelis žingsnis sveikimo link: *„ <...> gal tiesiog pasididinau, atsinaujinau savo žinias apie savo talentą gal. Nes jis buvo jau šiek tiek užslopintas. O nauja, tai vat sužinojau, kad turiu ribinio skilimo šitų simptomų. <...> Nu, piešiniuose jis gal čia tas ribinis nesimato, bet man tas skilimas labai... Paskutinį kartą, kai nupiešiau juoda balta, nes ne visur juoda balta piešiama, bet po to paskutinio karto man tai išaiškėjo”.*

4.3.5. „Kūryba- išlaisvinanti jėga”

Tyrimo duomenys atskleidė, kad kūrybos procesas teigiamai veikia motyvaciją sveikti, stiprinti savo vidinį apsisprendimą ir gyvenime siekti pozityvių pokyčių. Rūta įsisąmonina, kad stiprybė ir kūrybos šaltinis yra jos viduje: *„Šiek tiek pastebėdavau atitrūkimą nuo realybės. Ir gal šiek tiek tokią švelnią transo būseną. Atsipalaidavimą gal. Bet gal tame ir esmė, kad viduj tiktai gali atsipalaiduoti. <...> Ateini papiešti apie savo vidinį pasaulį, tai čia jau kaip įėjimas į save, kur gali atsipalaiduoti. <...> Po to, kai nustoji ir kas nors duoda dažų, tai noris pirštus sukišti”.* Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad kūrybos sprocreso metu ji patiria laisvę ir galimybę plėstis: *„Nu, pasirinkimo laisvė turi būti, iš ko daryti ir kur daryti ir kaip daryti. Vidinė laisvė svarbu. Mano vidui reikia daugiau pasirinkimų ir daugiau galimybės plėstis gal. Nors kartais gali duoti ir mažiausią lapelį, degtukų dėžutę ir juodą pieštuką, man turi būti pasirinkimų laisvė, kad aš galėčiau rinktis mažiau”.* Kalbėdama apie dailės terapijos

priemonės, Rūta užsimena, kad spalvos jai daro poveikį ir estetika yra svarbi: „*Bet iš tikrųjų, tai man estetika yra svarbi. Nu, svarbus tas išlikimas tarp priemonės, manęs, popieriaus... Ir priemonė turi man estetiškai taip tvarkingiau, kai aš neprisiliečiu*”. Taip pat tyrimo dalyvė kalba apie įkvėpimą, kuris praskaidrina jos vidinį būvį ir išjudina sąstingį: „*Atsimenu, kad įkvėpė, bet neatsimenu, kad būčiau darius kažką. Bet šiaip įkvėpimas, tai jo, toksai labiau, kaip rūpintis savimi kaip asmeniu, arba kaip būna, nu, tos temos, jos tokios, gal labiau temų palietimas labiau tave patį išjudina*”. O prisimindama skausmingas akimirkas, vis tiek pabrėžia kūrybos proceso naudą: „*Malonu ir lengva. Nu, net jeigu ir per tą skausmą kiek dariau, vis tiek pradėdi per skausmą, baigi malonume*”. Į klausimą ar siūlytų dailės terapiją kitiems žmonėms, tyrimo dalyvė atsako: „*Žinoma! Ir dar ypač jiems reikalinga būtų bent jau 10 sesijų nueit, kad jie suprastų, kas yra ta išlaisvinanti jėga visa ir kad tu tikrai gali, kiekvienas žmogus gali piešti. Nes aš ką mačiau, tai tiesiog užsiblokavimas totalus vyksta. Ko tu pas vaiką nerasi*”.

4.3.6. Ribų svarba

Tyrimo dalyvės požiūriu, griežtai struktūruota dailės terapijos sesija, kurioje nustatyta aiški užsiėmimo eiga, taip pat ribos ir taisyklės, skatinančios atsakomybės ir kitų socialinių įgūdžių formavimąsi, teigiamai veikė sveikimo procesą. Tyrimo duomenys rodo, kad tyrimo dalyvei, dailės terapijos procese, svarbu buvo struktūra ir aiškios ribos: „*Tai vat mane struktūra tenkindavo labiausiai gal. Kad va turim tiek laiko ir dabar bus taip. <...> Yra struktūra, yra formatas [popieriaus lapas] didesnis, mažesnis ir yra vat terpė, laiko terpė, kurioje tu turi tai įgyvendinti ir palikt ramybėj. Nu, ta prasme, pabaigt ir tiek. Nes aš, pavyzdžiui, darbų nepabaigiu ir jie pas mane tęsiasi ir jokios tvarkos*”. Kalbėdama apie ribas, tyrimo dalyvė atskleidžia, kad piešimo priemonės taip pat labai svarbu struktūros ir aiškumo pajautimui: „*Šiaip labai svarbu, nes iš pradžių aš, pavyzdžiui, su kreidelėm išvis nenorėjau nieko daryti. <...> Pas mane būdavo toks, kad tiktai tapyba arba su guašu, ar su kažkuo, tai tiktai tepti tepti ir galo nēr. <...> Nu, tas, kad kreidelėm pieši, tarkim, ir vat čia patrini, čia biški patrini, nėra to tokio, kad jau visom rankom įlįstum ir visu kūnu ir ten jau visiškai atsidoatum tam visam reikalui. <...> Po to šiek tiek kažkaip apsižiūrėjau, kad yra ir kitokių variantų – ir kreidelės labai man pradėjo patikti. Ir popierius vat rudas. Tekstūros visokiausios skirtingos, tai čia labai svarbu, aš manau, yra. Aišku*”. Taip pat rūta užsimena ir apie vidinių ribų pajautimą, kūrybos procese ir kalba apie transformacijos būtinybę: „*Jaučiu*

gal, kad sąmonei, bet nėra jos kaip įvardint. Nes net nepavadinsi, kad vat šiandien paėmiau didžiulį lapą ir vat šiandien mano sąmonė išsiplės tokio dydžio, kaip ir lapas. Taip nėra. Tai yra tik taip, kad kuo tu daugiau išpieši, jeigu vieną kart išpiešei, tai kitą kartą jau to nebepieši ir tada kitą, nu, ta prasme, kitkas tada jau liečiasi. Ir taip kuo toliau, tuo gal mažiau šitų užstrigimų. Gal toks plėtimasis gaunasi”. Kalbėdama apie popieriaus formatą ima suvokti, kad saviraiškai ir pilnam darbo atlikimui, ribos taip pat yra svarbu, tačiau vėl ima abejoti: „*Bet dabar tai nežinau. Imčiau didelį, bet vėlgi labai apmąstyta, nes čia tai toks atrodo labai skubotas, greitas. Tiktai gal kryptingai reikėjo tai daryt. <...> Nu, tokia kaip nesustabdomas toks kūrinys, kaip žmogus toks ne, kur jau nėra stabdžių, ar nėra linijų, nėra jokių ribų. Toks ir vėl grįžtam prie to, kad išsiplėtęs šiek tiek. <...> Bet gali jis ir būt toksai ir gali ir grįžti, bet vis tiek yra erdvė didžiulė, bet yra mano erdvė, į kurią nieks negali eiti ir aš ten galiu daryt ką noriu. <...> Šiek tiek paaiškėjo, kad visiškai esu nelaisvo būdo žmogus mene. Ne gyvenime, bet. Nu, toks – saviraiškai turiu stabdžių”.* Apibendrindama Rūta sako: „*Man tai yra mano mėgstamiausios veiklos sustruktūrinimas tiesiog”.*

4.3.7. Galiu būti savimi, kai kuriu

Tyrimo dalyvė nurodo, kad dailės terapija suteikia saugią erdvę ir galimybę būti tiesiog savimi. Rūta sako, kad šis procesas, jai buvo svarbus ir vidinės įtampos nekeliantis patyrimas: „*kad dailės terapijoje lūkesčių nėra, kad pieši taip, kaip jauti. Tai vat man taip, kaip aš sugebu, tai man labai gerai sekėsi atlikti užduotis. Aš taip suprantu. Aš kitaip nemoku, jeigu kažkaip kitaip reikėtų, gal ir nesisektų. <...> Tai man tai suteikia saugumo jausmą. Nors aš gyvenime kontrolės neturiu, bet aš įeinu į tą piešinį ir ten jau yra saugu. Tada jaučiu ramybę ir savirealizacijos jausmą, per saviraišką. <...> Nu, jo, ten toks pasileidimas ir pasidavimas savo impulsams ir vidiniams ar tai poreikiams, nu, tarkim, spalvų pasirinkimas. <...> Ir piešinys, galų gale, atrodo taip, kaip tu norėjai, o ne kaip kažkas kitas norėjo. Toks dailės terapijos patyrimas, leidžia girdėti savo poreikius ir juos įgyvendinti: „Gal labiau tokį leidimą sau piešti, kaip tu šiuo metu nori. <...> Rami, susikaupus, prasmingas laiko leidimas. <...> Saviraiška ir savo laiko įdėjimas ir leidimas ten, kur tau atrodo tai reikalinga gal, bet, nu, sau pačiam reikalinga Ne kažkam kitam, bet nuo ko tu gerai jautiesi ir ką tu prasmingai padarai, nes aš visada papiešusi ar patapius galiu nueit miegot ir man yra jau gerai”.* Tyrimo dalyvė pabrėžia kūrybos proceso svarba ir patvirtina jo prasmingumą: „*Galėtų kūryba trukti pusvalandį ilgiau. Tai būtų daugiau gal prasmės ir darymo ne dėl darymo, o grynai to pilno darymo”.*

4.3.8. Santykis su kitais

Tyrimo duomenys atskleidžia ambivalentiškus jausmus kitų dailės terapijos dalyvių atžvilgiu. Kartais Rūta užsimena apie nesaugumo jausmą refleksijos metu. Kartais pabrėžia, kad ryšys su kitu yra svarbus, ypač su dailės terapeute: „Gal vienas iš svarbesnių, tai ryšys su tavimi, kad tai yra tęstinis procesas ir kad tu bent jau kažkiek įsivaizduoji, ar supranti, kaip aš veikiu ir apie ką aš galbūt piešiu, ar kur link piešiu. Kad bent jau, nu, kad supratimas, tas tęstinumas”. Tai gali atspindėti nesaugaus prieraišumo modelį, tačiau Rūta mini tęstinumo ir nuoseklumo svarbą. Kūrimas kartu, bendras buvimas kartu yra svarbus: „Būt dalyve, tai tiesiog yra bendras kūrimas. Ir bendras buvimas, pasikalbi, su žmogum kažką išsiaiškini, kas čia nupiešta. Tai tą ir reiškia, kaip ir visuomenės toks, bendros veiklos, visuomeninės veiklos narys. <...> Jeigu aš viena tiesiog sau pieščiau ir žiūrėčiau, kas tai, tai ir nieko”. Taip pat atsiskleidžia Rūtos pažeidžiamumas ir vidinis trapumas: „Aš atsimenu, kad mane lygtais paveikė labai komentarai kitų žmonių, labai mane... <...> Nepribloškė, bet man taip liūdna pasidarė, kad jie taip blogai apie mane galvoja, maždaug taip”.

4.3.9. „Kiti man visai nerūpi“

Tyrimas rodo, kad Rūta santykiyje su kitais žmonėmis, patiria labai ambivalentiškus jausmus. Ji rodo savo kategoriškumą ir šaltumą, kitų dailės terapijos dalyvių atžvilgiu: „Nei man įdomu, nei aš čia noriu visuomenės nariu būti. <...> Bet aišku, atėjus suprasdavau, kad man to reikėjo. Bet tik padarius supranti, kad gal ir reikėjo. Kai paskutinį kartą, tai išvis visiškai kitam lygmeny sąmonės atėjau, o išėjau biški geresniam. Tai čia gal galima sulyginti kaip su psichologo kokio tai seansu. <...> Kad gal supiktindavo mane kitų komentarai ir atliepimai”. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad refleksijų metu, jai nerūpėdavo kitų žmonių komentarai, tačiau ji labai dažnai apie tai kalba: „Aš pamiršdavau labai greit, ką jie pasakydavo, nes nei man įdomu. <...> Nu vat man tokie komentarai, kad... Nes tiek yra, tiek, kiek yra, tiek ir yra, nu, tai, ko tu kimbi, maždaug kažkaip. <...> Tai šitas kažkaip... Bet ir ta refleksija kartais ir daug duodavo, kai žmonės pastebėdavo kažką, ko aš galbūt nepastebiu, bet vėlgi aš bandydavau nepriimti to kaip už gryną tiesą. <...> Aš bandydavau šitą blokuot labai. Ne blokuot, bet bandydavau neįsileist”.

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Rūtai nebuvo įdomu kitų žmonių vidinis pasaulis: „Nes ne mano tai yra ir man to nereikia. <...> Čia yra skirtingo žmogaus mintys, jausmai ir energija ir man to nereikia ir viskas. <...> Kur ten kreipk dėmesį nekreipęs – ten nėra į ką

kreipt dėmesį, arba labai tamsių ir savidestrukcinių. Tai man į tokius dalykus dėmesio per daug kreipt nereikia. <...> Kam man to reikia, čia tiesiog net jeigu būtų mano vyras ar tai, nežinau, artimas žmogus, man neįdomu tokie šlykštuliai. <...> Bet man priimti tai, aš net nematau, kad turėčiau galėti, aš nematau to kaip reikiamybės.<...> Jeigu man jie atsibodo, šitie žmonės, nežadu aš žiūrėti į kažkieno piešinius, kurie man yra visiškai neįdomu. <...> Niekas neįdomu ir manęs net nieks nesieja su šitais žmonėm. <...> Iš bet kokio žmogaus lūpy, tai man tai nebūtų visiškai nei šilta, nei šalta. Gal netgi būtų kaip visiška netiesa, nors tai ir turėtų tiesos atspalvių, bet būtų visiška nesąmonė. Jeigu tas žmogus man yra gan tolimas. <...> Aš jaučiu, ką aš nupiešiau, o ką tu man sakysi, tai čia jau žinai. Bet vėlgi, gal jeigu terapeutas pasako, kas tai galėtų būti, tada gal aš jau ir apžvelgsiu kaip kažkokį arčiau tiesos teiginį”.

Tyrimo dalyvė atskleidžia, kad kitų dailės terapijos dalyvių pasisakymai refleksijos metu, buvo svarbesni tik tie, kurie buvo teigiamo pobūdžio: „Nu, gal koks vienas kitas, jeigu artimesnis žmogus, bet šiaip, jeigu 6 žmonės sėdi, tai 5 nuomonė tikrai bus nesvarbi. Nebent kažkas teigiamo, tai komplimentas, savo ego padidint pasiimi. <...> Būdavo kurias detales ir pasiimdavau, galbūt tas labiau teigiamas. <...> Nematyčiau priežasties, kodėl turėčiau priimti kažkokio žmogaus, kuris manęs nepažįsta, kuris neturi vaizdo arba neturi mano supratimo, kas aš per žmogus, ir jis mato piešinį ir vat mato čia tą raudoną, nu tai čia man jau pavojus. Kur tu čia pavojų matai pas mane? Nu, gal kartais ir priimu kaip tiesos gabalėlį, bet dažniausiai ne”. Tačiau užsimena, kad retsykais atsimindavo kitų dailės terapijos dalyvių komentarus: „Nu, aš manau dar tą kartą gal ir šiek tiek pagalvojau grįžus namo, bet vis tiek tada sau pasakiau, kad čia visgi yra kitų žmonių nuomonė ir gal tai ir turi tiesos, bet visgi ne. Nu, tipo. Kad jie vis tiek nežino, kaip man yra sunku”.

4.3.10. Kitas yra svarbus

Ši tyrimo duomenų kekė nurodo, kad tyrimo dalyvei, vis tik svarbus grįžtamasis ryšis ir kitų žmonių buvimas kartu. Santykyje su kitais žmonėmis Rūta stengėsi būti taktiška ir švelni, nieko neįžeisti

Tyrimo dalyvei vis tik buvo svarbu žvilgterėti į kitų žmonių vidinį pasaulį per piešinius: „Gal kai jau baigdavau savo arba eidavau į pabaigą, gal ir užmesdavau akį, kas čia šone kažką daro, bet šiaip man nelabai nei įdomu, nei. Nes, aš suprantu, bent jau iš mano perspektyvos žiūrint, kad tai yra visai kito žmogaus vidinis pasaulis ir jisai turi būti netrukdomas ir jis turi tas procesas likti, nu, netrukdomas ir neliečiamas. <...> Nedaug, bet kažką pasako apie kitą

žmogų tas piešinys. Tai įdomu būdavo, kad kai kurie nariai, su kuriais buvo jau kažkoks sukurtas ryšys, įdomu būdavo pažiūrėt, kaip jie visgi piešia, nes aš taip suprantu, kad tai yra vidinio pasaulio atspindys, ką tu nupieši. Ir tiesiog tai man... Kartais mane šokiruodavo, kartais nustebindavo. Šokiravo gal ne taip daug, bet nustebindavo, kad visgi ten taip yra. <...> Bet tikrai daug atskleisdavo apie žmogų tai, ką jis piešia. Atsimenu netgi gal tris ar keturis variantus, kur tikrai labai aiškiai pasakydavo, kad nu, blemba, taip vat ir yra. <...> Kad kažkas negerai, bet tai būtent taip aiškiai išdėliota vat, kur yra ribos, kur yra burbulas ir kur yra žmogus, ir tau tiesiog vat nupiešė žemėlapi kaip, nu, gal ne tokį aiškų žemėlapi – kur čia įėjimas neparodyta –, bet bent jau parodyta, kad yra taip. <...> Tai man vis tiek jausdavosi per jų piešimą ir jų išraišką, kuris man galbūt artimesnis galėtų būti.<...> Ir gali būt, kad tas žmogus netgi nežino, kiek jis daug parodo tuo, o aš iš karto vat, nu va, čia taip ir taip”.

Tyrimo dalyvė pastebi, kad kiti žmonės refleksijų metu buvo geranoriškai nusiteikę jos atžvilgiu ir stengdavosi ją palaikyti: „Bet neigiamų nebuvo, jos buvo tokios labiau geranoriškos kritikos gal. Taip pavadinant. Arba viltingo tokio pastūmėjimo, gal tokio labiau būdavo. <...> Ir kad mano viduj čia dar yra tiek ir tiek ir tiek klodų ir... Tai tokie pagrindiniai atsiminimai, kad žmonės pastebėjo, kad čia labai yra didelis kiekis visko, o išreikšta ne tiek daug. Apie mano vidų kalbant. Kalbėdama apie savo įžvalgas kitų žmonių piešinių atžvilgiu, Rūta pradeda jausti savo tiesmukiškumo galimus padarinius: „Gal per daug nuoširdi. Ir gali būt, kad tas žmogus netgi nežino, kiek jis daug parodo tuo, o aš iš karto vat, nu va, čia taip ir taip. <...> Aš nelabai atsimenu tiksliai, ką aš ten buvau pasakius, bet aš tai visada tiesiai šviesiai sakydavau ir kas man atrodo ir gal netgi reikėtų pagalvoti, ar jie, tie žmonės, grįžę namo negalvoja apie tai, ką aš buvau pasakius. <...> Jo, šiek tiek palengvint norisi. Nu, kad save šiek tiek pažintų, suprastų geriau”.

O apie bendrą buvimą kartu, tyrimo dalyvė atskleidžia, kad vis tik tai svarbu ir prasminga: „ Bet tiesiog tas visas buvimas ir rate sėdėjimas ir žiūrėjimas į tuos piešinius svarbu. <...> Ir toks kaip aukso ieškojimas gaunas – nu, ką čia reiškia tas tavo karstas? Nu, toks vis tiek nieks nieko nežinom ir tiesiog toks kažkoks bendra nežinia. <...> Nu, saugus toksai, kad kažkaip lyg ir bendras toks saugumas, kad ir aš galiu pasitikėti, ir manim gali pasitikėti. <...> Man tai svarbu, nes yra tema ir yra žmonės”. Taip pat Rūta linki ir kitiems žmonėms išbandyti dailės terapiją: „Vis tiek, manau, nepakanka vien tiktai terapijos. Nu, tos paprastos. Nežinau, kaip su muzikos, bet dailės, tai man jinai yra reikalinga, kitiems žmonėms, manau, taip pat, ypač tiems, kurie sako, kad jie nemoka piešti.

Apibendrinant tyrimo gautus rezultatus, galima teigti, kad tyrimo dalyvė Rūta, dailės terapijos procese įvardina galimybę atsigręžti į save. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad svarbi dailės terapijos dalis yra refleksija. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad dailės terapija buvo svarbi sveikimo procesui ir taip pat siejasi su gyvenimo būdo pokyčiais. Dailės terapijos procesas buvo svarbus sunkių jausmų priėmimui, įsisąmoninimui ir integravimui. Saugi terapinė aplinka leido arčiau susipažinti ir pabūti su intensyviais ir nemaloniais pojūčiais keliančiais jausmais. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad dailės terapijos proceso metu, kito tyrimo dalyvės savęs vertinimas ir ateities vizijų numatymas. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad Rūtos savęs vaizdas yra nepastovus. Rūta stokoja nuoseklumo ir pastovumo, tačiau piešinių vaizdas (piešinys kaip liudininkas, nekintantis vaizdas) jai labai padeda save analizuoti ir reflektuoti. Tyrimo duomenys atskleidė, kad kūrybos procesas teigiamai veikia motyvaciją sveikti, stiprinti savo vidinį apsisprendimą ir gyvenime siekti pozityvių pokyčių. Tyrimo dalyvės požiūriu, griežtai struktūruota dailės terapijos sesija teigiamai veikė sveikimo procesą. Tyrimo dalyvė nurodo, kad dailės terapija suteikia saugią erdvę ir galimybę būti tiesiog savimi. Tyrimo duomenys atskleidžia ambivalentiškus jausmus kitų dailės terapijos dalyvių atžvilgiu.

Toliau pateikiamas IFA rezultatų apibendrinimas.

4.4. Interpretacinės fenomenologinės analizės rezultatų apibendrinimas

Tyrimo metu surinkta medžiaga leido sukurti išsamų, turtingą aprašymą, kaip ribinio asmenybės tipo pacientai patiria dailės terapijos procesus. Tokio tikslo įgyvendinimas leido geriau pažinti tyrimo dalyvių individualią subjektyvią patirtį, suprasti, kaip unikaliai jie patyrė savo išgyvenimus dailės terapijos procese, kokias prasmes jiems suteikė, padėjo geriau suprasti tyrimo dalyvių funkcionavimo ypatumus.

Atlikus empirinio tyrimo duomenų analizę atskleistos pagrindinės ribinio asmenybės tipo pacientų dailės terapijos proceso patyrimų temos:

Markas: 1) Baimės; 2) Susitikimas su savimi tikru; 3) „Piešinys atskleidžia tiesą“.

Paulina: 1) „Pažvelgti į save kitu kampu“; 2) „Čia galiu jausti“.

Rūta: 1) Atsigręžimas į save; 2) „Kūryba- išlaisvinanti jėga“; 3) Santykis su kitais.

Taip pat atskleisti keli ribinį asmenybės tipą turinčių pacientų dailės terapijos proceso patyrimo aspektai būdingi visiems tyrimo dalyviams. Visi tyrimo dalyviai pabrėžia, kad dailės terapijos procese jiems pavyko pažvelgti į savo vidinį pasaulį, susitikti su savimi. Visiems

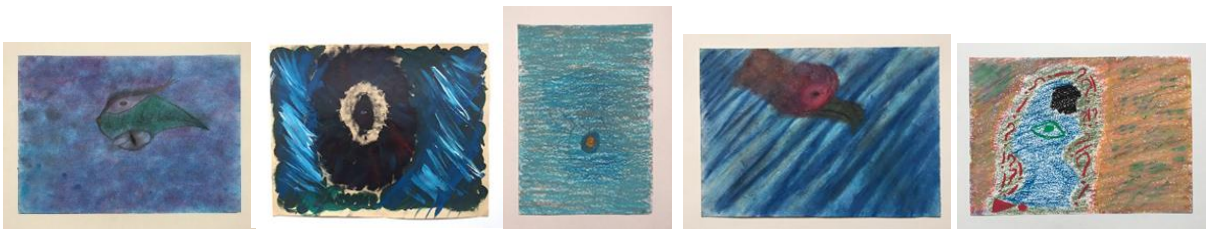
tyrimo dalyviams, vienu ar kitu aspektu, svarbi dailės terapijos dalis yra refleksija. Tyrimo duomenys atskleidė, kad dailės terapija buvo svarbi sveikimo procesui ir siejasi su gyvenimo būdo pokyčiais bei naujais planais. Dailės terapijos procesas buvo svarbus sunkių jausmų priėmimui, įsisąmoninimui ir integravimui. Saugi terapinė aplinka leido arčiau susipažinti ir pabūti su intensyviais ir nemaloniais pojūčiais keliančiais jausmais. Tyrimo duomenys atskleidė, kad dailės terapijos proceso metu, kito tyrimo dalyvių savęs vertinimas. Tyrimo duomenys atskleidė, kad kūrybos procesas teigiamai veikia emocijų pažinimą ir išveiką. Tyrimo dalyviai nurodė, kad dailės terapija suteikia saugią erdvę ir galimybę būti tiesiog savimi. Tyrimo duomenys atskleidė ambivalentiškus jausmus kitų dailės terapijos dalyvių atžvilgiu. Tyrimas atskleidė, kad dailės terapijos procesas skatina ribinio asmenybės tipo pacientų sąmoningumą bei giluminį savęs kaip asmenybės pažinimą. Tyrimas atskleidė, kad dailės terapijos grupės kontekstas, leidžia tyrimo dalyviams išgyventi buvimo priimtu ir suprastu patyrimą. Tyrimas rodo, jog dailės terapijos procese formuojasi ribinio asmenybės tipo pacientų identitetas ir geresnis savęs pažinimas. Kūrybos procesas padeda įsisąmoninti ir išreikšti emocijas, siejamas su įkvėpimo jausmu. Tyrimo duomenys atskleidžia, kad piešinys dailės terapijoje yra labai svarbus.

Toliau pateikiama tyrimo dalyvių piešinių turinio analizė.

4.5. Tyrimo dalyvio Marko piešinių turinio analizė

Markas dalyvavo dešimtyje dailės terapijos sesijų, atsakingai ir noriai lankė užsiėmimus, nors tame laikotarpyje, išgyveno stiprius emocinius svyravimus ir bemieges naktis. Į kūrybos procesą Markas įsitraukdavo noriai, aktyviai dalyvaudavo refleksijose, domėjosi kitų dailės terapijos dalyvių kūriniais bei vidiniais išgyvenimais. Analizuojama ir interpretuojama dešimt jo piešinių (įskaitant kūrinį su moliu). Dailės terapijos kūrinų ciklas sugrupuotas pagal pasikartojančius vizualinės raiškos bruožus, subjektyvius formaliuosius elementus, išryškėjančius simbolius ir sudaro 4 grupes.

4.5.1. Pirma piešinių grupė - Mėlynos spalvos fonas



Nr. 1

Nr. 5

Nr. 10

Nr. 9

Nr. 7

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas augalo lapelis, pasisukęs į kairę pusę ir plaukiantis mėlynai violetinės spalvos vandenyje. Ant lapelio nupieštos dvi akys („*bacilos*“), viena su ilgomis blakstienomis, kita turinti agresyvų akies vyzdį (Nr. 1, „Santykis“; A4 formatas).
- Antrajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas medis (skersinis medžio pjūvis, kurį matome iš viršaus). Aplink medžio šerdį yra tuštuma. Medžio kamieną juosia „išdeginta aplinka“, pavaizduota žalia, balta ir mėlyna spalvomis (Nr. 5, „Medis“; lapo dydis: 29,5 x 35,5 cm).
- Trečiajame piešinyje, lapo centre, pavaizduota peršviečiama lėlės figūra („*marionetė*“) žydrame fone, pakeltomis rankomis į viršų, neturinti kojų, akių vietoje sagos, burna kreivai besišypsanti. Bambos vietoje pavaizduotas apskritimas su aukso centru (Nr. 10, „Už ką esu dėkingas sau“; A4 formatas).
- Ketvirtajame piešinyje, lapo viršutinėje dalyje, pavaizduota plėšraus paukščio („*sakalo*“) galva, fonas žydrai mėlynas, linijinis. Išdidinta paukščio akis (Nr. 9, „Intuicija“; A4 formatas).
- Penktajame piešinyje, labiau kairėje lapo pusėje, pavaizduota žydra būtybė, apjuosta tamsiai žalia spalva ir raudonos spalvos klaustukų bei šauktukų ženklais. Veido vietoje pavaizduota juoda „*skylė*“, „saulės rezginio“ vietoje pavaizduota žaliai apibrėžta akis su vyzdžiu centre. Fonas šiltos smėlio spalvos, daugiasluoksnis, su šviesiai žaliais atspalviais (Nr. 7, „Sielos kambarys“; A4 formatas).

Stebint šią piešinių grupę, yra matomas pasikartojantis mėlynos spalvos vaizdavimas.

Analizuojant šią piešinių grupę, dėmesys buvo kreipiamas į spalvą ir koloritą. Buvo klausomasi refleksijų garso įrašo, bei skaitomas tyrėjos dienoraštis. Taip pat buvo kreipiamas

dėmesys į atlikimo raišką. Aprašoma mėlynos spalvos kaip galimo simbolio reikšmė. Šią piešinių grupę sudaro penki piešiniai.

Marko piešiniuose kartojasi mėlynos, žydros, violetinės spalvos motyvas. Spalva- tai vienas svarbiausių komponentų, kuris žadina tam tikrus jausmus, emocijas ir sukuria, suteikia darbams atitinkamą nuotaiką. Šioje piešinių grupėje spalva byloja žymiai daugiau nei pats piešinys. Marko kūrinį fonui, būdingas daugiasluoksniškumas, gylio įspūdis, tiršta vaškinių kreidelių tekstūra. Mėlyna spalva daro poveikį objekto dydžio suvokimui, proporcijoms, sukuria optinės apgaulės įspūdį (visi darbai kurti naudojant A4 standartinį popieriaus lapo dydžio formatą, išskyrus piešinį Nr. 5, lapo dydis 29,5 x 35,5 cm). Markas daug laiko ir erdvės skirdavo būtent fono piešimui, dažnai įtrindavo jį pirštais. Fono spalva ir faktūra labiausiai ir paveikdavo jo kūrinius. Stebint jį piešiantį kildavo jausmas, kad Markas nugrimzdęs giliai į save, į prisiminimų, jausmų ir apmąstymų lauką. Spalva, pasak Adomonio, taip pat daro poveikį fiziologiniam bei psichologiniam suvokimui. Mėlyna priskiriama chromatinių spalvų grupei ir sukuria šalčio įspūdį. Pastebėta, kad šaltos bei tamsios spalvos tolsta (atitolina paviršių nuo akių), šios ypatybės padeda optiškai transformuoti kūrinį (Adomonis, 1994). Johanas Wolfgangas fon Gėtė, pasak Martin (cit. pagal Hillman, 1993), rašė: „... atrodo, kad mėlynas paviršius atsitraukia nuo mūsų ir traukia paskui save“ (Ronnberg, Martin, 2010). Adomonis teigia, kad spalvos turi savo svorį ir yra skirstomos į sunkias ir lengvas (Adomonis, 1994). Šių piešinių grupėje daugiau dominuoja tamsios, sunkios spalvos, kas psichofiziologiškai veikia nuotaiką. Vadovaujatis intuityviai, mėlyna spalva, Marko piešiniuose, man kelia prislėgtumo ir liūdesio jausmus, šiek tiek vargina ir apsunkina. Tačiau vertinant subjektyviai, Markas derina spalvas harmoningai.

Pagal tradiciją, pasak Adomonio, kai kurios spalvos turi simbolinę prasmę ir yra glaudžiai susijusios su žmogaus būseną. Autorius teigia, kad mėlyna spalva turi magišką ir simbolinę prasmę (Adomonis, 2008). Simbolių žodyne rašoma, kad violetinė spalva (piešinys Nr. 1, „Santykis“), tradiciškai simbolizuoja dvasingumą, siejasi ir su aukojamu krauju. Liturgijoje ši spalva siejama su atgailos semantiniu lauku, išganymu ir meditacija. O dviejų spalvų (raudonos ir mėlynos) susiliejimas simboliškai vienija išmintį ir meilę (Biedermann, 2002). Piešdamas šį kūrinį, Markas mąstė apie skausmingai nutrūkusį artimą ryšį, kėlė prasmingus ir gilius klausimus. Nesąmoningai jo ranka vis brėžė ir brėžė, aplink suvienijančią liniją, kuri apjungė abi akis ir augalo lapelį į vienį. Tačiau refleksijos metu, Markas abejojo, kad sveikas ryšys tarp dviejų žmonių yra įmanomas.

Žydras vanduo (piešinys Nr. 10, „Už ką esu dėkingas sau“) yra siejamas su gyvybės šaltiniu, apšalimo ir transformacijos sampratomis, tačiau kartu reiškia ir pabaigą, nuskendimą. Markas, apibūdindamas savo piešinį sako: „*Skęstanti marionetė, lėlė.... Ji giliai ten po vandeniu. Vanduo man simbolizuoja spaudimą, sunkumus, apskritai iššūkius gyvenimo*“. Pasaulio tvanai, teigia Biedermann, paprastai užbaigia ankstesnius pasaulio kūrimo ciklus ir sunaikina gyvybės formas, kurios nepatinka dievams (Biedermann, 2002). O psichologijos požiūriu, vanduo simbolizuoja giliuosius nesąmoningus asmenybės klodus, praplečia įprastas laiko ir erdvės ribas. Nardymas vandens gelmėse, pasak Jungo, gali reikšti nusileidimo į sąmonę bei savojo „aš“ pajautimo praradimo jausmą. Kaip ir kiti pirminiai simboliai, vanduo yra ambivalentiškas (dvilypis), nes jis atgaivina ir suteikia vaisingumą, kita vertus, reiškia skendimą ir žlugimą (Jung, 2023). Tamsiai mėlyna spalva taip pat siejama su destraktyviomis moteriško archetipo savybėmis, tai mėnulio šviesos spalva (deivė Kali, priskiriama didžiosios motinos griovėjos archetipui ir vaizduojama tamsiai mėlyna spalva), šią spalvą gali naudoti žmonės, kuriems būdingas konfliktas su motina, neigiamas simbiozės su motina aspektas (Jung, 2023). Tuo tarpu, Biedermann rašo, kad psichoanalitikai mėlyną spalvą sieja su „dvasine atgaiva, švelnia, lengva ir susimąstymo kupina būseną“. O Vidurio Europos liaudiškoje simbolikoje, pasak Biedermann, mėlyna laikoma ištikimybės, paslapčių, apgaulinga bei pavojinga spalva, juk sakoma: „mėlynos ūkanos, miglotai kalbėti, kelias per mėlynas miglas“ (Biedermann, 2002, p. 264). Ronnberg ir Martin, atskleidžia, kad mėlyna yra susijusi su amžinybe, anapusybe, antgamtiniu grožiu, religine transcendencija (mėlyna yra Šv. Mergelės Marijos dangiškojo apsiausto spalva), dvasine ir psichine būtimi, kaip kontrastas fizinei ir emocinei realybei, mėlyna siejasi su atitrūkimu nuo žemiškojo patyrimo (Ronnberg & Martin, 2010). Šią mintį labai gražiai išreiškia Markas, apibūdindamas savo piešinį Nr. 9 („Intuicija“), jis sako: „*Daug erdvės daug laisvės nėra apie ką mąstyt, nereikia niekuo rūpintis... Paukštis reprezentuoja laisvę man...kad labiau šitam fone aš esu labiau laisvas, negu čia. Šitam piešiny esu labiau laisvas, negu realiam gyvenime*“. Markui teko išgyventi labai sudėtingas gyvenimo situacijas, jis jaučia per didelę atsakomybę ir per didelę gyvenimo našta. Martin teigia, kad psichologiniu požiūriu mėlyna gali būti laikoma viduriu tarp juodos nevilties ir vilties bei aiškumo (baltumo), o tai rodo apmąstymo ir atitrūkimo būseną. Mėlyna dar vadinama melancholijos ir izoliacijos spalva (Ronnberg ir Martin, 2010). Pasak Abt, fonas gali būti sąmonės atspindys ir išreiškia tam tikrus segmentus arba sritis į kurias patenka sąmonės šviesa, mėlyna spalva, gali būti susijusi su internalizavimo tendencijomis (Abt, 2005). Tikėtina,

kad Markui piešinyje Nr. 9 („Intuicija“), atsvaros suteikia pavaizduotas plėšrus paukštisakalas, tarytum panėręs galvą į mėlynas gelmes. Sakalas- paukštis plėšrūnas su išraiškingu žvilgsniu, sako Biedermann, tarytum viską matanti akis, pergalės prieš juslingumą simbolis (Biedermann, 2002).

Tuo tarpu, Gupta teigia, kad spalva kokybiškai ir kompleksiskai veikia žmogaus psichofiziologinę būseną. Mėlyna spalva slopina CNS (centrinė nervų sistema) ir aktyvina PNS (periferinė nervų sistema). Mėlyna spalva sulėtina širdies veiklą, veikia raminamai ir gali sukelti depresiją. Tai pat mėlyna spalva siejasi su ramybės poreikiu dėl stiprios emocinės perkrovos, rodo harmonijos poreikį arba fiziologinio poilsio, iškrovos, atsipalaidavimo ar gydymo poreikį. Pasak Gupta, mėlyna jaučiasi šalta, ji vėsina ir ramina, lėtina širdies ritmą, mažina kraujospūdį (Gupta, 2021).

Pabaigai trumpai norėtuši apžvelgti piešinį Nr.7 („Sielos kambarys“), kurio smėlio spalvos fonas gaubia žydros, beveidės sielos kambarį. Patį sielos kambarį Markas pavaizduoja labai ankštą: *„Aš nelabai žinojau kaip galėčiau pilnai užpildyt tą sielos kambarį, todėl padariau realiai mažą tarpą ir užskaičiau kaip kambarį, o visa kita aplink yra baimės, <...> Aa... šita... žalia spalva, supanti sielą, reprezentuoja pavydą, o klaustukai šauktukai neaiškumus ir mano pasaulio nesupratimą ir mano tą patį pyktį pasauliui, o aplinkui įvairios spalvos, em... jos reprezentuoja labai daug, em... daugelį mano baimių, kurios suderinus, jos visos yra labai spalvingos, jos turi tokią...atmatų spalvą [pristatė pakiliai]“*. Biedermann teigia, kad psichologams vidutiniškai ruda spalva veikia „šiltai, raminamai, motiniškai, ji artima paprastiems dalykams. Krikščionių pasaulyje ruda yra „žemės, rudens, liūdesio, nusižeminimo bei skurdo simbolis“ (Biedermann, 2002, p. 361- 362). Ronnberg ir Martin antrina, kad ruda yra ir sodri, ir nuolanki, žadinanti švelnumą, šilumą, gilumą ir atokvėpį. Ruda spalva taip pat gali reikšti bespalviškumą arba energijos ar kūrybiškumo nutrūkumą, blankumą, nuobodulį ar sumaištį (Ronnberg, Martin, 2010). Marko piešinyje ruda spalva tikrai neprimena gyvybingos, tvirtos, motinos žemės, suteikiančios atramą spalvos. Veikiau ji parodo atsiskyrimo nuo motinos, konfliktą.

Interpretuojant kūrinių Nr. 9 („Intuicija“) ir Nr. 7 („Sielos kambarys“) kairės- dešinės simboliką, pasak Abt, galima aiškinti kaip judėjimą iš kairės į dešinę, kuris yra susijęs su žmogaus raida (Abt, 2005). Pagrindiniai, svarbiausi piešinių objektai „paukštis“ ir „siela“, pakreipti į dešinę pusę. Pasak Abt, kai paveikslų serijoje atsiranda centrinių objektų raida, poslinkis, kryptis į dešinę pusę, tai gali reikšti, kad stiprėja „ego“, kuris leidžia tolesnį

susitikimą su pašmone. Tačiau taip pat tai gali atspindėti augančią vaizduojamų dalykų kontrolę (Abt, 2005).

Taip pat svarbu paminėti, kad interviu metu, Markas suprato ką jam primena, daugelyje piešinių naudota, mėlyna spalva- tai buvusios jo merginos plaukų spalva. Šis aspektas galimai taip pat atskleidžia pagrindinę šio jaunuolio meilės problemos išraišką. Mano jausmas, apie naudojamą žydrą spalvą, Marko piešinyje (Nr. 10, „Už ką esu dėkingas sau“), sutampa ir su kitų dailės terapijos dalyvių pajautimu. Ši spalva, man atspindi Marko tyrumą, sąžiningumą, aukštas moralės normas, kuklumą, pažeidžiamumą, švelnų prierašumą, abipusio pasitikėjimo ir tarpusavio supratimo siekį.

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, kad tyrimo dalyviui būdingas pasikartojantis mėlynos spalvos naudojimas ir pilnas fono užpildymas.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, galima pasakyti, kad Marko naudojama mėlyna spalva atspindi jo depresijos būseną. Intuityvus spalvos pasirinkimas atliepė jo poreikį apmąstymams, gilesnėms išvalgoms ir saugioms liūdesio bei ilgesio akimirkoms. Piešdamas foną, Markas ilgiausiai užtrukdavo ir pasinerdavo giliai į save.

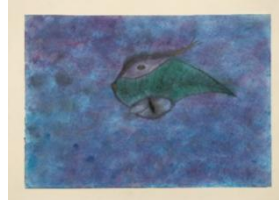
4.5.2. Antra piešinių grupė - Dvi akys



Nr. 4



Nr. 2



Nr. 1



Nr. 8



Nr. 10

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, pavaizduoti du juodos spalvos lašo formos objektai. Lašo centre nupieštas raudonos spalvos apskritimas (blogai matosi). Lašai simbolizuoja „pavydo akis“. Fonas pilnai nuspalvintas įvairiakryptėmis aštriomis, spalvotomis linijomis (Nr. 4, „Pavydas“; A4 formatas).
- Antrajame paveiksle pavaizduotas „riestainis“, pagamintas iš molio (Nr. 2, „Kalėdų dovana“; dydis: 18,5 x 11 cm).
- Trečiajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas augalo lapelis, pasisukęs į kairę pusę ir plaukiantis mėlynai violetinės spalvos vandenyje. Ant lapelio nupieštos dvi akys

(„*bacilos*“), viena su ilgomis blakstienomis, kita turinti agresyvią akies vyzdį (Nr. 1, „Santykis“; A4 formatas).

- Ketvirtajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas karstelis su nupieštu kryželiu viršuje, kurį laiko dvi rankos (Nr. 8, „Noriu, bet bijau“; A4 formatas).
- Penktajame piešinyje, lapo centre, pavaizduota peršviečiama lėlės figūra („marionetė“) žydrame fone, pakeltomis rankomis į viršų, neturinti kojų, akių vietoje sagos, burna kreivai besišypsanti. Bambos vietoje pavaizduotas apskritimas su aukso centru (Nr. 10, „Už ką esu dėkingas sau“; A4 formatas).

Stebint šią piešinių grupę, yra matomas pasikartojantis akių vaizdavimas.

Analizuojant šią piešinių grupę, dėmesys buvo kreipiamas tik į pasikartojantį simbolį- „Akis“. Buvo klausomasi refleksijų garso įrašo ir ieškoma svarbių reikšmių pačiam autoriui. Šią piešinių grupę sudaro penki piešiniai.

Akys yra pagrindinis ir svarbiausias jutiminio pažinimo organas, šis simbolis dažnai sutinkamas žmonių piešiniuose. Pasak Becker, tai yra dvasinio regėjimo simbolis. Akis, kaip sielos veidrodis, atspindi sielos ir dvasios procesus. Akis simboliniais saitais susijusi su šviesa, pažinimu, aiškumu, regėjimu, pranašavimu, budrumu, suvokimu, moraline sąžine bei tiesa. Taip pat akis gali simbolizuoti aiškiaregystę, visažinystę ir vartus į sielą. Pasak Becker, dešinioji akis dažnai siejama su saule, aktyvumu, ateitimi, o kairioji- su pasyvumu, praeitimi ir mėnuliu (Becker, 1996). Šioje piešinių grupėje, dėmesys labiausiai krenta į trečio piešinio (Nr. 1, „Santykis“) pavaizduotas akis, nes jos yra skirtingos ir labiausiai atmerktos. Kairiosios akies žvilgsnis atrodo įdėmus ir grėsmingas, susidaro priešiško, agresyvio ir įtarumo įspūdis. Dešinioji akis yra prailginta, pabrėžtos ilgos blakstienos, sukuria flirtuojančios akies įspūdį, tačiau pavaizduota maža akies rainelė kelia abejingumo ir šaltumo jausmą. Akis, Markas pavadino „*bacilomis*“, jos simbolizuoja jį ir jo buvusią merginą. Refleksijų metu, Markas kalbėjo, kad šių akių susijungimas yra neįmanomas, tačiau jo ranka ilgesingai brėžė jungiančią akis liniją, jis kentėjo nuo nutrūkusio stipraus ryšio, išgyveno liūdesio bei pykčio jausmus. Moteriškos (kitokios) akies vaizdavimas, atspindi, kad Markas vis dar įsileidžia merginą į intymią savo vidinę erdvę.

Pasak Biedermann, akis pagal senovės sampratą, skleidžia „galios spindulius“ ir yra dvasinės raiškos alegorija, žvilgsnis gali būti piktas, turintis maginių galių (Biedermann,

2002). Psichoanalitinėje simbolikoje akis- tai šviesos ir suvokimo organas, duodantis galimybę suvokti pasaulį bei suteikiantis jam realumą (Biedermann, 2002). Martin teigia, kad akis išlaiko magišką aurą, spindi, žėri, spinduliuoja. Akis priima ir skleidžia šviesą, žiūri į išorę ir į vidų, gali daug atskleisti ir suvokti, matyti kiaurai ir atpažinti tikrumą. Taip pat akis gali matyti per daug arba visai nieko. Akies simbolis gali padėti suvokti ir jausti ar mus priima kitų akys, ar esame matomi, ar esame „neregimi“ (Ronnberg, Martin, 2010). Marko piešiniuose, Nr. 6 „Pyktis“ ir Nr. 4 „Pavydas“, vaizduojamos akys yra raudonos, pasrūvusios krauju, tačiau nupieštos labai neryškiai, žvelgiančios iš tamsos gelmių, kas tikėtina atspindi Marko uždaramą ir intravertiškumą. Jos primena baimės užjuodintas akis. Piešinio Nr. 4 („Pavydas“) akys, yra įrėmintos į lašo formos kontūrus, kas gali simbolizuoti vidinį draudimą verkti, tačiau tai gali atspindėti ir priklausomybės poreikio išraišką. Markas skundėsi (ir didžiavosi), kad jau daug metų yra neverkęs. Viso gydymo metu, jis taip pat nieko neprileido prie šios pažeidžiamiausios ir trapiiausios savo asmenybės dalies.

Kituose kūriniuose, tiek Nr. 2 („Riestainis“), tiek Nr. 8 („Noriu, bet bijau“) ir kūrinyje Nr. 10 („Už ką esu dėkingas sau“), akys matomos tuščios, užmerktos arba negyvos, tariamos. Pastarajame piešinyje akys vaizduojamos kaip sagos. Jungas teigia, kad, žmogus priklausantis psichologinei ištirpimo, pasiaukojimo ir pasidavimo psichikos dinamikai, dažnai vaizduoja tuščias, prarastas, dingusias akis. Pasak Jungo, taip vaizduojamos akys gali simbolizuoti ribotą psichinę regą, nesugebėjimą esant šios būsenos teisingai matyti. Tačiau tai gali byloti ir apie galimą vienos sąmonės formos (vienos „matymo“ formos) transformaciją į kitą. Taip pat tai gali reikšti „regėjimą“ ir sąmonę, kuri yra labiau priklausoma ir reaguoja į vidinį regėjimą, o ne į jutimo suvokimą, teigia Jungas. Kalbant apie išmintį, vidinis regėjimas visada buvo laikomas tikslesniu nei kūno akių regėjimas. Taip pat, Jungas teigia, kad akis gali reikšti hiperkontrolę ir pažeidžiamumo jausmą, kad jaustųsi ramus, jam reikia papildomos apsaugos- akių žvelgiančių į jį. Akių simbolis taip pat gali kalbėti apie padidėjusį jautrumą ir ekstrasensorinius sugebėjimus (Jung, 2020). Tuo tarpu, Biedermann teigia, kad aklumas („apakimas“) tai nežinojimo, nešališkumo, atsidavimo likimo valiai simbolis. Kai nekreipiamas dėmesys į išorinį pasaulį ir vadovaujamas tik „vidine šviesa“ (Biedermann, 2002). Jungas mini, kad nematanti akis, dažnai būdinga emociniam nebrandumui ir egocentrizmui (Jung, 2020).

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, kad tyrimo dalyvio piešiniuose dažnai piešiamos akys, kurioms būdingas raudonos spalvos užpildymas ir negyvybingumas.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, galima pasakyti, kad Marko vaizduojamos akys gali simbolizuoti miglotą matymą ir yra nepakankamo gebėjimo diferencijuoti atspindys. Šiuos požymius buvo galima stebėti Marko elgesyje. Markui sunku diferencijuoti realybę, jam trūksta žinių. Formuluodamas mintis nėra tikslus, aplinka pažįstama bendrais bruožais. Savo patiriamuose sunkumuose, Markas, dažnai bando atsiriboti nuo išorinio pasaulio, nuo kontakto su aplinkiniais. Šiame kontekste užmerktos akys, gali reikšti siekį vengti nemalonių vaizdų, bei būti susilpnėjusios sąmonės ženklas.

4.5.3. Trečia piešinių grupė - Apskritimas su tašku centre



Nr. 5

Nr. 10

Nr. 9

Nr. 7

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas medis (skersinis medžio pjūvis, kurį matome iš viršaus). Aplink medžio šerdį yra tuštuma. Medžio kamieną juosia „išdeginta aplinka“, pavaizduota žalia, balta ir mėlyna spalvomis (Nr. 5, „Medis“; lapo dydis: 29,5 x 35,5 cm).
- Antrajame piešinyje, lapo centre, pavaizduota peršviečiama lėlės figūra („marionetė“) žydrame fone, pakeltomis rankomis į viršų, neturinti kojų, akių vietoje sagos, burna kreivai besišypsanti. Bambos vietoje pavaizduotas apskritimas su aukso centru (Nr. 10, „Už ką esu dėkingas sau“; A4 formatas).
- Trečiajame piešinyje, lapo viršutinėje dalyje, pavaizduota plėšraus paukščio („sakalo“) galva, fonas žydrai mėlynas, linijinis. Išdidinta paukščio akis (Nr. 9, „Intuicija“; A4 formatas).
- Ketvirtajame piešinyje, labiau kairėje lapo pusėje, pavaizduota žydra būtybė, apjuosta tamsiai žalia spalva ir raudonos spalvos klaustukų bei šauktukų ženklais. Veido vietoje pavaizduota juoda „skylė“, „saulės rezginio“ vietoje pavaizduota žaliai

apibrėžta akis su vyzdžiu centre. Fonas šiltos smėlio spalvos, daugiasluoksnis, su šviesiai žaliais atspalviais (Nr. 7, „Sielos kambarys“; A4 formatas).

Stebint šią piešinių grupę, yra matomas pasikartojantis objektas apskritimas su tašku centre.

Šios piešinių grupės analizė buvo pradėta nuo kompozicijos peržiūrėjimo ir refleksijų garso įrašų. Buvo stebima kaip kūrinii elementai paskirstomi erdvėje, koks pagrindinių objektų santykis su visuma. Šią piešinių grupę sudaro keturi piešiniai, pagrindinis dėmesys buvo kreipiamas į pasikartojantį objektą- apskritimą/ ovalą su centru viduryje.

Bendrai Marko piešiniams būdinga centrinė kompozicija. Juntama statika (tik dviejuose piešiniuose jaučiama kryptis iš kairės į dešinę, piešiniai: Nr. 9 ir Nr. 7), baigtumo įspūdis, pilnai užpildomas lapo fonas, dažniausiai vaizduojami nereali objektai. Žvelgiant į piešinius, kyla išgyvenamo vienišumo, bejėgiškumo ir prislėgtumo jausmas. Ši įspūdi sustiprina tirštas, daugiasluoksnis ir tankus piešinių fonas. Tačiau kreipiant dėmesį į besiformuojančio ir stiprėjančio simbolio apraiškas, ypač paskutiniajame Nr. 10 piešinyje, jaučiasi ir užgimstančios vilties užuomazgos.

Rato piešimas, pasak dailės terapeutės Audronės Brazauskaitės, yra reikšmingas įvykis vaiko piešinio raidoje. Brazauskaitė teigė (cit. pagal Kramer, 1979), kad apskrito kontūro atsiradimas yra pirmoji kūdikio proto pergalė prieš materiją. Nuo apskritimų yra mažas žingsnelis iki saulių, veidų vaizdavimo. Pasak Brazauskaitės (cit. pagal Dileo, 2002), kai kurie psichoanalizės šalininkai rato piešimą traktuoja kaip motinos krūties vaizdinį, o antroposofinės krypties šalininkai vaiką, piešiantį apskritimą su tašku centre, vadina „save radiusu vaiku“ (Brazauskaitė, 2004). Kiti autoriai taip pat teigia, kad apskritimas su centru viduje yra reikšmingas simbolis. Ambraziejienė rašo, kad visa randasi iš taško, kuris yra pats mažiausias, dar neišplitęs ratas arba dar neblykstelėjęs žaibas, o taškas- taip pat ir skaičius 1 (ženklas)- aiškaus pavidalo neįgijusios pradžių pradžios simbolis. Taškas kartu ir visuotinumui įvaizdis, teigia Ambraziejienė, tai vienovės ir kartu Dievo simbolis, į kurį siekia sugrįžti visos gyvos būtybės, kita vertus, tai ir individualybės vaizdinys (Ambraziejienė, 2003). Ambraziejienė sako, kad „apskritimas“, dažnai įvardinamas, kaip ratas, saulė, mandala, ola, urvas, iščios, kiaušinis, gemalas. Jo esmė ir simbolio samprata yra: Visata, viskas, begalybė, amžinybė (laike ir erdvėje), riba tarp Visatos ir chaoso, nulis (skaičius 0), moteriškasis pradai; simbolizuoja priklausomybę ir ryšius (išplitęs „sprogęs“ taškas). O, tuo tarpu, „taškas“,

įvardinamas kaip bamba, grūdas, sėkla, žvaigždė. Simbolio samprata ir esmė- pradžių pradžia, Kūrėjas, šviesos šaltinis, centras, individualybė, vienintelis, vyriškasis pradus. Ambraziejienė teigia, kad ženklas „apskritimas su tašku centre“, įvardinamas kaip saulė, pasaulis, materija. Simbolio esmė- taškas centre „laiko“ ratą (Visatą); poveikis- apsauga, maginis apribojimas (Ambraziejienė, 2003).

Marko piešinys Nr. 5 („Medis“), primena ratą. Becker sako, kad ratas simboliniu turiniu siejasi su apskritimu, su modifikuojančiu judesio bei tapsmo aspektu (Becker, 1996). Razauskas į rato simboliką taip pat žvelgia, kaip į kaitos, judėjimo, takumo (tekinis, ratlankis) ir rimties, pastovumo (stebulė) darnią jungtį. Jis sako, kad žmogaus kūnas tam tikra prasme yra „ratas“- status stuburas- tai jo stovi, tvirta ašis, minkštieji audiniai, mėsa, kraujagyslės, takus skystas kraujas- kūno „tekinis“, „ratlankis“, padengtas odos „padanga“ (Razauskas⁷, 1999). Taip pat jis pateikia (cit. pagal Toporov, 1995) dar vieną paplitusį „ratą“ simboliškai atitinkantį įvaizdį- tai medžio horizontalus pjūvis: kamienas, stuburas- tai stebulė; šakos- tai stipiniai; o laja- ratlankis, tekinis, stuburą apšvitusi gyvata (Razauskas, 1999). Skersinį medžio pjūvio vaizdą, stebime ir Marko piešinyje Nr. 5 („Medis“), o komentuodamas jis pabrėžė: *„Tai aš bandžiau, kaip ir interpretuoti kažką tokio, nesunaikinamo... Dievą, kažkas tokio <...> to juodo taško, per vidurį, turėtų būti asmuo. Tiesiog stovintis, kaip ir... aplink viskas išdeginta, o centre žmogus- nenutrenkiama būtybė, lyg apsauginiame rate“*.

Labai panašiai apskritimo su tašku centre simbolį aiškina Biedermann, jis rašo, kad Graikų filosofams apskritiminis kūnas simbolizuoja Dievą arba Monadą - kūrinijos pradžios ir amžinybės tašką, astrologų ir astronomų jis buvo aiškinams kaip saulės simbolis, alchemikų - alcheminis auksas, Kabalos- Keter (pirmoji ir aukščiausioji sefira). Autorius teigia, kad žmogaus dvasią simbolizuoja taškas, o sąmoningą veiklą arba intelektą (įgimtą, įgytą) - linija. Sąmoninga veikla yra raktas į intelektą, nes sąmonė priklauso taško sričiai, o veikla - apskritimo sričiai. Centras ir apskritimas susilieja jungiamojoje linijoje - sąmoningoje veikloje arba intelektualėje (Biedermann, 2002). Becker pažymi, kad apskritimas grįžta pats į save, todėl yra vienovės simbolis (Becker, 1996). O Jungas šį simbolį vadino apšviesta siela, kuri yra „Aš esu“ (Jung, 2023).

Biedermann (cit. pagal Eliade, 1962) taip pat rašo, kad šis simbolis gali reikšti vietą, kur galima atsitraukti atgal iš pasaulio, kai viskas gyvenime tampa pernelyg chaotiška. Pasak

⁷ Dainius Razauskas. Rato simbolika.

Prieiga:https://tautosmenta.lt/wpcontent/uploads/2013/12/Razauskas_Dainius/Razauskas_LK_1999_3.pdf

autorius, šiuolaikinį žmogaus sukurtą pasaulį valdo chaosas, kuris supainioja žmones ir klaidina jų sielas. Norint rasti tvarką, pirmiausia reikia pažvelgti į save, į savo vidų, surasti savo tikrąjį „aš“ (Biedermann, 2002). Jungas mini, kad psichoanalitikams akis (piešiniai Nr.9, Nr.7, o ir piešinys Nr. 5) dažnai simbolizuoja moters genitalijas- vulvą (Jung, 2023). Šis simbolis nesąmoningai gali būti reikšmingas Markui, nes jis yra patyręs sudėtingą vaikystę, augo be tėvo, dar nėra atsiskyręs nuo mamos, nei fiziškai, nei psichologiškai. Gydomo proceso metu, išgyveno skausmingas skyrybas su mylima mergina. Piešinyje Nr. 7 („Sielos kambarys“), Marko pavaizduotą būtybę- sielą, juosia ar riboja šauktukų bei klaustukų ženklai. Vienas šauktukas, labai primenantis moters figūrą, kuri guli paminta po „sielos“ kojomis.

Pasak Martin, autoriai, tyrinėjantys archetipinių vaizdų galią, ar psichinę simbolio esmę (cit. pagal Liddel, 1996) mini, kad moteriška vulva, savo forma primena žaizdą, o visų rūšių sužalojimas yra „trauma“, graikiškas žodis, reiškiantis žaizdą. Žaizdos reiškia įpjovimus, skyles, įtrūkimus ir nelaimes, Martin sako (cit. pagal Lewis, 2016), kad žaizdos gali būti matomos ir nematomos, jos atskleidžia žmogaus pažeidžiamumą. Vidinės žaizdos parodo žmogaus sutrikimus, nevaldomas emocijas (tai kas nevaldomai išsiveržia). Martin teigia (cit. pagal Lewis, 2016), kad žaizda kaip atsivėrimas taip pat yra vartai į galimą transformaciją ir langas į naują istoriją (Ronnberg, Martin, 2010). Jungas teigė, kad per psichikos žaizdas taip pat gali gimi nauji būties matmenys. Psichinis procesas apima ir žaizdų gijimą, ir jų atsiradimą. Žaizdos kaip „ego pažeidimai“, sako Jungas, dėl kurių neišvengiamai išplečiamas savęs pažinimas. Žaizdos yra angos, per kurias ambivalentiškos giliųjų struktūrų energijos iškyla į sąmoningą suvokimą arba užvaldo asmenybę su kartėliu ir neviltimi (Jung, 2023). Pasak Jungo, į žaizdą reikia žiūrėti, negalima jos apleisti ar išvengti, žaizda turi būti įvertinta, prižiūrima, išvalyta, galbūt surišama ar švelniai zonduojama, tarsi joje būtų paslėptas gimimo stebuklas (Jung, 2023).

Baigiant analizuoti šią piešinių grupę, noriu trumpam apsistoti ties paskutiniu Marko piešiniu Nr. 10 („Už ką esu dėkingas sau“) ir įtraukti jo komentarus iš refleksijų garso įrašo. Įdomu pastebėti, kad piešdamas Markas, apskritimo simboliu dažniausiai pabaigdavo kūrybos procesą, lyg uždėdamas galutinį štrichą, padėdamas tašką. Piešinyje Nr. 10 („Už ką esu dėkingas sau“), jis apskritimą brėžia gana ilgai, naudodamas priešingą medinę pieštuko dalį. Sukamaisiais judesiais suformavo apskritimą, spaudė taip stipriai, kad ant popieriaus lapo atsispaudė pieštuko korpuso dažai. Centrą Markas nusprendė padaryti auksinį, paimdamas

aukso⁸ spalvos tušą. Paklaustas ką reiškia šis apskritimas piešinio centre, Markas atsakė: „Mažas aukso taškiukas toks kažkoks kaip pozityvas. Tas žmogutis jis giliai, bet jis ten... [atsidūsta] “. O į klausimą ką tai galėtų simbolizuoti ar reikšti, Markas atsakė: „turbūt viltis, kažkas tokio... Simbolizuoja arba viltį arba kaip tokį... nežinau.. tokius gerus gyvenimo momentus, kurie vis dėl to yra ant vandens paviršiaus, o ne skęstantys, tikri. <...> esu dėkingas sau už stiprybę, kad vis dar nepasiduodu emocijoms”.

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, kad tyrimo dalyvio piešinių raiškai būdinga centruota kompozicija, vaizduojamas pasikartojantis objektas- apskritimas su tašku centre.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, kilo jausmas, kad palaiptiesniui Marko nesąmoningos jėgos iškelia į sąmonės šviesą labai svarbią medžiagą. Kuri, tikiu, padės jam vystyti ir plėsti savo gyvybinį potencialą ir nepamiršti naudotis kūrybine jėga. Jaučiau, mačiau, kad Markas stiprėja ir ima labiau pasitikėti savimi.

4.5.4. Ketvirta piešinių grupė - Chaosas



Nr. 6



Nr. 3

- Pirmajame piešinyje, lapo kairės pusės viršuje, pavaizduotas „pykčio veidas“ raudonomis akimis ir iššieptais dantimis. Dešinės pusės apačioje, pavaizduotas tamsiai mėlynos spalvos „plaukų kuokštas“. Piešinio foną sudaro įvairių krypčių rausvos spalvos linijos. Kompozicijos centre yra užrašas „fuck“ (Nr. 6, „Pyktis“; lapo dydis: 44,5 x 64 cm).

⁸ Aukštas reiškia moralinį medžiagos vertinimą. Dvasiniame alchemijos pasaulyje auksas buvo suprantamas ne kaip pats metalas, bet kaip aukščiausia dvasinės raidos pakopa. „Senovės Kinijoje auksas (čin) buvo laikomas Saulės metalu kaip pirminio prado Jang simbolis ir kaip dualinė priešingybė pradui In (sidabras)“ (Biedermann, 2002, p. 50).

- Antrajame kūrinyje, ant stipriai suglamžyto ir ištiesinto, tamsiomis spalvomis nuspalvinto popieriaus lapo, pavaizduota „*mirusio balandžio*“ alegorija (Nr. 3, „Negyvas balandis“; A4 formatas).

Stebint šią piešinių grupę, yra matomas kompozicijai būdingas chaotiškumas.

Analizuojant šią piešinių grupę, dėmesys buvo kreipiamas į kompozicijos nedarnumą, linijos raišką, spalvų pasirinkimą, patį piešimo procesą ir bendrą kūrinių keliamą išpūdį. Taip pat buvo klausoma refleksijų garso įrašo, ieškoma simbolinių prasmų. Šią piešinių grupę sudaro du piešiniai.

Šiai piešinių grupei būdingas linijų raiškos chaotiškumas, dinamiškumas. Linijos juda neritmiškai, piešinyje Nr.6 („Pyktis“) linijos plačios, labiau primena dėmes, pagal atlikimo pobūdį linijos trumpos, lenktos, cirkuliacinės ir įstrižos. Piešinyje Nr. 3 („Negyvas balandis“) linijos ekspresyvios, kampuotos, aštrios. Naudojamos tamsios spalvos. Piešinyje Nr.6 („Pyktis“) nėra pagrindinių piešinio elementų sujungimo į visumą, kas sukelia netvarkos ir disharmonijos jausmą. Nesijaučia aiškios ribos, kyla jausmas, kad kompozicija gali plėstis, o pats kūrimo procesas tapti nevaldomas. Pasak Hinz, vienas iš veiksnių „aktyvuojantis energiją ir emocijas“, yra susijęs su skysta medžiaga (piešimo priemonė), skystos medžiagos yra labiau susijusios su emocijomis ir turi energijos suteikiantį poveikį. Autorė teigia, kad skystų medžiagų naudojimas sumažina savikontrolę (Hinz, 2020). Pykčio išraiškai, Markas intuityviai pasirinko akrilinius dažus, juos galima maišyti, jais piešiant galima suklysti ir sukurti netvarką. Džiaugiausi tai matydama ir tikėjaisi, kad Markas atras įvairesnių saviraiškos būdų, kad įgis įvairesnę terapinę patirtį. Hinz teigia, kad konkrečių nurodymų, formuojant užduotį nebuvimas, veda prie afektinio funkcionavimo arba simbolio formavimosi, todėl buvo tikimasi, kad Markui pavyks išlaisvinti emocinį potencialą ir atrasti asmeninę prasmę (Hinz, 2020). „Pykčio“ temą grupėje pasiūlė Markas.

Analizuojant šios piešinių grupės simboliką, dėmesys bus kreipiamas į „chaosą“, „kraują“ ir „plaukus“. Pasak Becker ir Biedermann, Dievas, visa ko Kūrėjas, pirmiausia iš nieko sukūrė tam tikrą materiją, kurią vadiname chaosu. Chaosas simbolizuoja pasaulio būseną prieš visa ko atsiradimą, tai netvarkinga pirmapradė materija, baigtinio, sutvarkyto kosmoso priešingybė. Chaosas dažnai suprantamas kaip sumaištis, maišymasis (Becker, 1996; Biedermann, 2002). Tuo tarpu psichoanalizėje chaosas simbolizuoja absoliutų pasyvumą ir dažnai siejamas su bedugne, kas neturi pagrindo po kojomis. Pasak Jungo, bedugnė simboli-

zuoja būsenas, kurios galutinai nesusiformavusios ar sąmonės požiūriu neišsivaizduojamos. Jungas sieja bedugnės įvaizdį su mylinčios ir kartu baisios motinos, ar su pasąmonės jėgų archetipais (Jung, 2020; Jung, 2023). Jungas teigia, kad chaoso simbolis taip pat glaudžiai siejasi su meilės dovana ir su kūryba, su galimybe spontaniškai iš savęs generuoti, „gimdyti“ patį save. Chaoso galia, pasak Jungo, mažėja, kai iš beprasmių, nesąmoningų, atsiranda, atsiskiria nauja prasmė, kai jie nebėra tapatūs, gimsta naujas „kosmosas“. „Bet kokiam chaoso yra kosmosas, o bet kokioje netvarkoje, paslėpta tvarka, bet kokioje savivalėje yra įstatymo tęstinumas, nes viskas, kas egzistuoja, remiasi savo priešingybe“, teigia Jungas (Jung, 2023, p. 199). Alchemikams pirminis chaosas arba pirmoji materija veikia kaip motina. Žmogus pabunda jam nesuprantamame pasaulyje ir stengiasi jį interpretuoti, tačiau šiame chaoso, iš tiesų potenciale, egzistuoja svarbi (brangi) esmė, masė iš kurios galima kurti, teigia Jungas. „Žmogus žvelgdamas į savo psichikos užkaborius, atranda siaubingą aklo pasaulio vaizdą, kuriame dėmesys krypta arba ties kūrimu arba ties griovimu, chaosu ir tamsa“, sako Jungas (Jung, 2023, p. 217).

Šioje piešinių grupėje atsiranda dar du svarbūs simboliai, kurie gali pagylinti piešinių turinio prasmę. Markas pavaizdavo kraujo dėmes ir plaukus, jis sako: „*Na aš čia su raudonu pirma pradėjau taškyt visur. Po to man gavosi toksai kaip plaukų kuokštas, em... dešiniam kampe*“. Kraujas, pasak Biedermann, simbolikoje yra vertinamas kaip gyvybės esmė, sakoma „jis karšto kraujo“, „raudonas nuo pykčio“, „veidas užplūdęs krauju“, kraujas išlaisvina pykčio energiją (Biedermann, 2002). Ronnberg ir Martin rašo, kad kraujas simbolizuoja mūsų jausmą dėl gyvenimo šventumo, kol atsiribojame be kraujo. Tai ikūnijamo gyvenimo „siela“, formuojanti žmogaus esminį charakterį (Ronnberg, Martin, 2010). O plaukai, pasak Becker, daugelyje kultūrų reiškia jėgos ikūnijimą, nukirpti plaukai galėjo reikšti patį asmenį ir būti panaudojami ritualiniuose veiksmuose (Becker, 1996). Ronnberg ir Martin, teigia, kad plaukai yra grožio, vaisingumo, gundymo, kūrybiškumo ir dvasios grakštumo simbolis. Plaukai gali būti siejami su nevalingomis fantazijomis, mintimis ir ilgesiais. Plaukus malonu glostyti, liesti, jie sužadina jausmingumą, veikia magnetiškai, taip atsiskleidžia plaukų šešėlinė pusė. O plaukų draskymas, rovimas, kirpimas yra būdai, kuriais parodomas sielvartas, pyktis arba pažymimas atsiskyrimas (Ronnberg, Martin, 2010). Stebint Marko piešimo procesą, atsiskleidžia jo vidinė drama, jis sako: „*Ir aš pradėjau uždėdinti mėlyną, ir tada buvo, vat toj piešinio daly jau kaip ir prasidėjo pyktis, nes aš pradėjau, kaip ir ryškint tuos plaukus <...> man nejaukūs atsiminimai pradėjo eit ir aš tiesiog pradėjau badyt į popierių, po to suglamžiau tą vietą. <...> Ir po to man*

vis tiek labai nervavo šis dešinys kampas ir aš vis tiek užrašiau „FUCK“ ant viršaus“. Kūrinyje Nr. 3 („Negyvas balandis“), vėl stebimas mėlynos spalvos koloritas.

Psichoanalitikas Kalsched, plaukus sieja su ikūnytais, apsėstos ar inkapsuliuotos sielos, vargais. Kol siela neišlaisvina tikrosios, sąmoningos vaizduotės potencialo, tol jos gyvenimą pakeičia idealizuotas, iliuzinis fantazavimas, teigia Kalsched. O asmenybė, svajinga ir izoliuota, praranda gebėjimą įsisaknyti tikrovėje arba kūrybiškai gyventi pasaulyje (Kalsched, 2016).

Stebint Marką kūrybos proceso metu, buvo matyti, kad jam kyla sunkumų išreiškiant pyktį į išorę. Markui lengviau šį jausmą atgręžti į save. Jis išgyveno bejėgiškumo ir diskomforto jausmą, sakydamas: „*toks atrodo lyg distopijoj gyvenčiau, lyg pasaulis prieš mane nusiteikęs*“. Jis pajuto nusivylimo ir kaltės jausmą pristatęs savo kūrinį grupėje, lyg nelegalu ir nenormalu būtų pykti. Pajutęs frustraciją ir įniršį jis tarytum atsitraukė ir leido viskam sugrižti į įprastą vagą, sakydamas: „*Norėjau perkelt tą emociją, bet... em... supratau, kad nereikėjo. Nu tiesiog, tipo... man pavyko taip kaip norėjau, bet em... nu... karoče, tiesiog nemaloniai dabar jaučiuosi*“. Pasak psichoterapeutės Lerner, atsitraukimo problema ta, kad vėliau gyvenime tenka už tai sumokėti, nes visos stiprios neišspręstos emocijos linkusios pasikartoti kituose svarbiuose santykiuose. Autorė teigia, kad svarbu išmokti elgtis su savo pykčiu kitaip. Jaučiamo pykčio metu, svarbu leisti sau emociškai suartėti, nepabėgti, tuomet visi kiti santykiai taps aiškesni, o vidinis „aš“ tiktai tvirtės (Lerner, 2012).

Kūrybos proceso metu, norėjosi, kad Markas pats palengvintų sau, tačiau nusiraminti jam nepavyko, jis tarytum dar giliau pasinėrė į pykčio būseną. Pasak Lerner, afektai vystosi tuomet, kai žmogus nesusitvarko su iškilusia situacija, o kad neapimtų stiprus stresas, kad būtų išeita iš konfliktinės būsenos, reikia išmokti veiksmingų savipagalbos būdų. Išgijimas ateina tuomet, kai žmogus jaučia, jog jį priima ir supranta (Lerner, 2012). Tikiu, kad dailės terapijos užsiėmimuose, Marko tapimas savimi buvo pagrįstas sugebėjimu pasidalyti savo išgyvenimais su kitais grupės nariais, be kaltinimų ir bandant išlaikyti emocinį kontaktą. Marko išgyvenama depresija labai stipriai susijusi su užgniaužtos agresijos problema. Jo pasirinktos tamsios spalvos, piešiant „Pyktį“ ir „Negyvą balandį“ (piešiniai: Nr. 6 „Pyktis“ ir Nr. 3, „Negyvas balandis“), pasak Hinz, gali sietis su depresijos diagnoze, kas pasitvirtina Marko atveju (Hinz, 2020). Taip pat, tai gali atspindėti stereotipinį šio reiškinių suvokimą, pavyzdžiui kokiomis spalvomis vaizduojamas pyktis. Tačiau simbolinė spalvų analizė ir bendras Marko istorijos kontekstas, leidžia pažvelgti į prasmę giliau.

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, jog tyrimo dalyvio piešiniuose, pasikartoja chaotiška kompozicija.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, norisi pasakyti, kad Marko jaučiamas pyktis, nors šiek tiek, kad ir labai nedrąsiai buvo išlietas į išorę ir priimtas kitų dailės terapijos dalyvių. Kad Markui šis procesas padėjo atsitapatinti nuo jaučiamo pykčio ir paskatino terapinį procesą.

4.5.5. Marko dailės terapijos darbų apibendrinimas

Marko darbus pagal formalius elementus, pasikartojančius simbolius, naudojamą pagrindinę spalvą, galima suskirstyti į keturias grupes: 1) Mėlynos spalvos fonas; 2) Dvi akys, 3) Apskritimas su tašku centre; 4) Chaosas.

Trims savo darbams, Markas yra suteikęs pavadinimus, atspindinčius jo vidinę būseną bei išgyvenimus: „Santykis“, „Negyvas balandis“ ir „Pyktis“. Pykčio temą, dailės terapijos užsiėmimui, pasiūlė Markas. Kiti jo darbų pavadinimai atitiko tos dienos dailės terapijos temą: „Noriu, bet bijau“, „Santykis su savimi“, „Už ką esu dėkingas sau“, „Pavydas“, „Medis“, „Sielos kambarys“ ir „Kalėdinė dovana“. Marko piešiniams būdingas mėlynos spalvos fono piešimas, apskritimas su tašku centre, akių vaizdavimas ir chaotiška kompozicija. Dominuoja ryški centrinė kompozicija.

Daugelis Marko darbų atspindi gana gilius išgyvenimus, liūdesio ir atsiskyrimo temą, tą pabrėžia dažnas mėlynos spalvos naudojimas. Pastebimas ilgas ir daugiasluoksnis fono piešimas kelia gylio įspūdį, kuris siekia suformuoti ir perteikti aiškesnę pagrindinio objekto žinutę. Marko piešiniuose dominuoja vienišumo, atsiribojimo, netikrumo, emocinio užliejimo jausmas. Pagrindė vaizduojami nereali objektai, nepiešiamas žmogus. Vaizdiniai labiau simboliški, skatinantys interpretacijas. Piešiniuose pasikartojančių simbolių analizė atskleidė Marko besiformuojančios tapatybės, savasties klausimą. Iškėlė draudžiamo pykčio, savivokos, santykių, laisvės ir baimės temas. Marko dailės terapijos darbai sukurti atsakingai apmąstant temą, neskubant. Kūrybos procese buvo stebimas emocijų užliejimas, pernelyg stiprus tapatinimasis su kuriamais objektais. Refleksijose buvo girdima mąstymo diferenciacijos stoka.

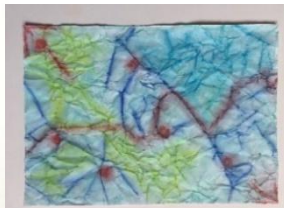
4.6. Tyrimo dalyvės Paulinos piešinių turinio analizė

Paulina dalyvavo dešimtyje dailės terapijos sesijų. Dalį užsiėmimų ji lankė prisijungdama prie grupės, bet jau pabaigusi gydymą ligoninėje. Paulina atsakingai, su džiaugsmu ir aktyviai dalyvavo visose dailės terapijos sesijose. Tačiau santykiyje su ja, buvo matomas ir jaučiamas jos išgyvenamas nerimas, įtampa, dirglumas, chaotiškumas, įtarumas ir baimės jausmas. Analizuojama ir interpretuojama dešimt Paulinos kūrinių (įskaitant kūrinį su moliu). Dailės terapijos kūrinių ciklas sugrupuotas pagal pasikartojančius vizualinės raiškos bruožus, subjektyvius formaliuosius elementus, išryškėjančius simbolius ir sudaro 4 grupes.

4.6.1. Pirma piešinių grupė - Spiralių kryptis ir dinamika



Nr. 1



Nr. 3



Nr. 8



Nr. 6

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas antkapio kryžius „*tėčio kapas*“. Nuo kryžiaus, į dešinės pusės viršutinį kampą, pavaizduota kylanti spiralinė linija. Kiekvienoje spiralinės linijos kilpoje, pavaizduota geltonos spalvos „*kibirkštis*“. Kairėje kryžiaus pusėje, pavaizduotas kylantis į viršų, balkšvų kontūrų paukštis – „*kregždutė*“ (nors labiau primena balandį). Fonas nuspalvintas juoda spalva (Nr. 1, „Mirtis“; popieriaus lapo dydis: 29 x 41,5 cm).
- Antrajame piešinyje, ant suglamžyto lapo, žydrai šviesiai žaliame fone, pavaizduota horizontali raudona linija, kuri atkartoja popieriaus suglamžymo liniją. Piešinyje pavaizduoti šeši raudoni taškai ir dvi raudonos rodyklės, kurios remiasi į viršutinį kairinį ir apatinį dešinį lapo kampus (Nr. 3, „Kelio žemėlapis“; A4 formatas)
- Trečiajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas status kalnas, apjuostas, spiralės formos keliu, kurio kraštuose auga įvairūs medžiai, pagrinde eglės. Kelias „ateina“ iš kairės lapo pusės. Kalno viršūnėje stovi du nameliai, tarsi perskelti į dvi dalis.

Viename namelyje gyvena maža mergaitė, kuri nenori suaugti; kitame viskuo nusivylusi senyvo amžiaus moteris. Virš namelių, piešinyje simboliškai pavaizduotos „mintys“ (stiklinė pieno ir arbata). Apatinėje lapo dalyje pavaizduota žaluma, horizonte žydras dangus (Nr. 8, „Kalno viršūnė“; A4 formatas).

- Ketvirtajame piešinyje, lapo centre, pilkos spalvos apskritime, pavaizduotos durys su „išdaužta skylė“ apačioje. Iš skylės, į visas puses sklinda aštuonios, spiralės formos raudonos linijos. Duris gaubiau juodos, oranžinės, violetinės, raudonos spalvos „žiedai“, apskritimai. Fonas nuspalvintas juoda spalva (Nr. 6, „Pyktis“; A4 formatas).

Analizuojant šią piešinių grupę, dėmesys bus kreipiamas į pasikartojantį formalųjį elementą- spiralės formos liniją, į jos judėjimo kryptį piešinyje bei santykį su popieriaus lapu. Taip pat bus atsižvelgta į piešimo raišką. Trumpai bus aptarta pagrindinio ir svarbiausio Paulinos piešinio Nr. 1 („Mirtis“) galima simbolinė prasmė. Šią piešinių grupę sudaro keturi piešiniai.

Stebint šią piešinių grupę, matomas pasikartojantis spiralės vaizdas, spiralės kryptis kylanti aukštyn.

Tyrėjos įžvalga. Šioje piešinių grupėje, dėmesys labiausiai krenta į patį pirmąjį Paulinos piešinį, kurio temą pasirinko ji pati, piešinys Nr. 1 („Mirtis“). Žvelgiant į objektų proporcijas, dėmesys krypsta ten kur yra energija, kur sklinda šviesa. Paulina simboliškai pavaizdavo anapusių išeinančią savo mirusio tėvo „sielą“. Ji tik per šią dailės terapijos sesiją, įsisauganina, kad neišgedėjo. Manau, kad ne veltui, ji apmąsto mirties ir gyvybės, augimo ir nykimo ciklą, nes turi svajonę susilaukti vaikelio. Jos piešinyje pavaizduota spiralė yra kibirkščiujanti, auganti ir nukreipta į dešinę pusę. Piešinių Nr. 3 („Kelio žemėlapis“) ir Nr. 8 („Kalno viršūnė“) pavaizduotos spiralės taip pat krypsta į dešinę pusę ir aukštyn. Tik piešinio Nr. 6 („Pyktis“) spiralės formos linijos nukreiptos į visas puses. Linijos padėtis plokštumoje daro skirtingą įspūdį, kryptis į dešinę pusę sukuria judėjimo į priekį įspūdį, kaip ir žmogaus patirtis yra dinamiška. Piešinyje Nr. 1 („Mirtis“), pavaizduota spiralė skleidžiasi ir didėja. Pasak Abt, dešinysis viršutinis lapo kampas simbolizuoja naujas ateities galimybes, nepriklausomybę, bandymus ir pasiekimus. Taip pat gali atspindėti kolektyvinę sąmonę, psichinę konfrontaciją su išore. Abt mini, kad užpildyta viršutinė popieriaus lapo erdvė atspindi savęs vystymą, sąmoningą suvokimą, yra susijusi su pakilimu, dvasia ir augimu (Abt, 2005). Jungas mini, kad spiralinė judesio gyvybės linija, parodo vitališkumą, energijos potencialą. Spiralinė progresija simbolizuoja kelią į aukštesnę sąmonės lygį, gali simbolizuoti pradžią, dėmesį, kelionę, motyvaciją, kryptį ir pažangą, tai yra pokyčių ir progreso simbolis.

Tačiau pokyčio rezultatas nėra tikras, o progreso kryptis nebūtinai yra teigiama. Tikra yra tai, kad besisukanti spiralė juda ir parodo, kad žmogaus gyvenimas juda, kad nėra įstrigęs vienoje vietoje. Jungas teigia, kad spiralės simbolis parodo galimybę peržengti esamą situaciją. Ten, kur esama, yra tik atspirties taškas į ten kur einama. Žmogus judėdamas savo gyvenimo spiraliniu keliu gali pamatyti, kad yra galimybė atsinaujinti ir pradėti naują pradžią, teigia Jungas. Gyvenimas gali būti nuolatinis augimo ir naujų žinių kelionė, kuri veda į išmintį, tik svarbu eiti teigiama, konstruktyvia, naudinga ir empatiška kryptimi. Tačiau staigiai kylančios linijos, nukreiptos iš apačios į viršų, gali atspindėti polinkį į energijos švaistymą ir agresyvumą (Jung, 2020). Tuo tarpu Hinz teigia, kad spiralė taip pat gali priminti, kad reikia sulėtinti greitį, kad gyvenimas juda pašėlusiu, o kartais ir chaotišku tempu. Pasak jos, spiralės formos linijos būdingos manijai (Hinz, 2020). Hinz pabrėžia jei asmuo geba integruoti tokią informaciją į savo sąmonę, tai vertinama kaip asmeninė stiprybė. Pavyzdžiui, afekto integravimas į įvaizdį yra privalumas, nes padeda sukurti emociškai išraiškingas formas ir yra gerai veikiančių asmenų bruožas (Hinz, 2020). Pasirinkta horizontali lapo padėtis, pasak Abt, gali simbolizuoti instinktus ir santykį su betarpiška realybe, rodo santykį su žeme. Tačiau stebint Paulinos piešimo raišką, ji dažnai piešdama „išeidavo“ iš popieriaus lapo ribų, kas pasak Abt, parodo užliejimą sąmonės turiniais (Abt, 2005).

Simbolikoje, spiralė taip pat atskleidžia panašią prasmę. Spiralė yra labiausiai paplitusi forma gamtoje. Ji atkartoja embrionų, ragų, sūkurių, uraganų, jūros kriauklių, kankorėžių, naujai išsiskleidusių paparčių, gėlės žiedlapių ir netgi Paukščių Tako, Saulės sistemos, galaktikos formą. Kažkuria prasme, mes visi gyvename gražioje spiralėje. Pasak Biedermann, spiralė nusako psichologinio vystymosi kelią, tarsi vidinis vystymasis pakartotinai apsisuktų į tą patį tašką, bet skirtingu lygmeniu, spiralė charakterizuoja vitalinę energiją, rodo elementarių gyvenimiškų procesų išsaugojimą. Ji gali reikšti augimą, transformaciją, evoliuciją, amžinybę ir tęstinumą (Biedermann, 2002). Pasak Ronnberg ir Martin, matematiškai spiralė yra tiesiog linija, kuri nuolat auga link savo centro arba nuo jo. Tačiau jos simbolinė galia yra archetipinio augimo, transformacijos ir psichologinės ar dvasinės kelionės sužadinimas. Atsižvelgiant į sukimosi kryptį, besiplečiančią į išorę ir didėjančią, ar traukiančią į vidų ir mažėjančią, spiralė, kaip kosminis simbolis, gali reikšti vieną iš dvilypių kelių: augimą arba nykimą, kilimą arba nusileidimą, evoliuciją arba involiuciją, didėjimą arba mažėjimą, išsiplėtimą arba susitraukimą, davimą arba gavimą, atsiskleidimą arba slėpimąsi (Ronnberg, Martin, 2010).

Manau, kad Paulina neatsitiktinai prisimena savo tėtį, ji dažnai minėdavo jį dailės terapijos sesijose, o šis piešinys Nr. 1 („Mirtis“) yra pats didžiausias (formatas: 29 x 41,5 cm). Pasak Biedermann, tėvas analitinėje psichologijoje simbolizuoja tvarkos ir palaikymo instanciją, simbolizuoja super ego (Biedermann, 2002). Paulina tarsi ieško šviesos tamsiame chaoso pasaulyje. Pasak Ronnberg ir Martin, tamsa, dualinėje sistemoje, yra šviesos priešprieša, kuri iš pradžių simbolizavo pirmąsį chaosą, kurio dar neperskrodė Kūrėjo šviesos spinduliai. Tamsa tai pomirtinis pasaulis, aiškumo bei nušvitimo priešybė, labiausiai nuo Dievo nutolusi gelmė. O šviesa, visame pasaulyje, yra dievybės- dvasinio elemento, kuris nuo laikų pradžios peršvietė chaoso tamsybės visatoje ir suvarė tamsą į jos ribas, simbolis (Ronnberg, Martin, 2010). Viduramžių mistikė Šv. Hildegarda Bingenietė, Dievo Dvasią vaizduodavo kaip balandį, kuri kuria šviesą, tardama pirmąjį žodį „Tebūnie“, teigia Biedermann. Paukščiai, pasak Biedermann simbolizuoja „jėgą, kuri padeda žmogui išmintingai kalbėti ir prieš žengiant ryžtingą žingsnį daug ką apgalvoti savyje. Kaip paukščius į orą pakelia ir sklandyti padeda plunksnos, taip ir žmogaus sielą pakelia ir visur plisti padeda mintis“ (Biedermann, 2002, p. 314). Psichoanalitiniu požiūriu, tamsa simbolizuoja išnyrančias mintis iš sąmonės gelmių; introversijos laikotarpį, kai išorinio pasaulio žavesys nutyla, o sąmonės horizonte susiduriama su transpersonalumu- žmogus išeina iš tamsos ir grįžta į tamsą. Žmogaus mikrokosminė būtybė, auganti iščiose, yra apgaubta tamsiosios materijos ir paveldėtos mūsų protėvių tamsiosios energijos, teigia autorės. Pasak Ronnberg ir Martin, tamsa pritraukia žmonių moralinio ar psichinio nepakankamumo projekcijas, kurios virsta aistrų ir žemesnių instinktų valdoma nuodėme ar blogiu. Žmogų gąsdina šis tamsus dalykas, kuris miega ir yra slepiamas jame, kaip aiškiai neatskiriamas chaosas (Ronnberg, Martin, 2010). Pasak Jungo, alchemijoje tamsos vaizdinys siejamas su nigredo- etapu, kai ego susiduria ne tik su savo žemiškumu ir neišgyventomis galimybėmis, bet ir su savo gebėjimu daryti blogį. Bet jei žmogus sąmoningai patenka į tamsą ir išveria ją, tuomet tamsa gali pamažu atskleisti ten slypinčius lobius. Jungas teigia, kad šiame procese tamsa tampa paslaptingu ir pažįstamu transformacijos ir įkvėpimo, augimo ir gydymo šaltiniu (Jung, 2020). Biedermann antrina, kad prisikėlimo per tamsą į šviesą idėja yra daugumos šventųjų mokymų objektas, o juoda gedulo ir atgailos spalva kartu yra būsimos prisikėlimo pažadas, siejama su seno mirtimi ir naujo gimimu. Tamsa yra pirmoji žmogaus tikrovė ir tapsmo mįslė (Biedermann, 2002).

Norisi tikėti, kad ir kibirkštis (tikrosios šviesos dalelės) simbolis, kuris keliauja iš žemiškosios materijos į aukštosios pasaulį (viršus ir apačia) ir durų (slenkstis) simbolis

(piešinys Nr. 6, „Pyktis“), kuris pasak Biedermann, atspindi ribą tarp vidinio ir išorinio pasaulio, simboliškai gali reikšti norą išsiveržti iš ligos užvaldomo pasaulio prie sąmonės slenksčio ir įgyti taip trokštamą pusiausvyrą (Biedermann, 2002).

Apibendrinant šią piešinių grupę, yra stebimas pasikartojantis spiralės vaizdas piešiniuose, kylantis į viršų.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus, šią piešinių grupę, norisi pasakyti, kad yra jaučiamas ir matomas Paulinos noras atrasti savo gyvenime pusiausvyrą ir balansą. Pasirinkta horizontali lapo padėtis galimai tik patvirtina šią hipotezę. O kūrybinė patirtis gali būti terapinė net tada, kai klientai neranda žodžių jai apibūdinti. Pasak Hinz, pirmasis piešinys dažnai perteikia svarbiausią, aktualiausią ir terapinę temą, jaučiu, kad būtent taip ir įvyko terapiniame santykiyje su Paulina.

4.6.2. Antra piešinių grupė - Smulkių detalių vaizdavimas piešinio centrinėje dalyje



Nr. 7



Nr. 4



Nr. 6



Nr. 10

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas skaidrus kubas- „*Sielos kambarys*“. Kubo viduje pavaizduotos smulkios detalės: „*dvi širdelės, muzikinės natos, smuiko raktas, dvi vyno taurės, šuns kauliukas*“. Piešinio centre įstrižai kertasi dvi linijos (oranžinės, raudonos, mėlynos, žalios spalvos). Iš kubo išeina „*spindulys*“ (žydros, šviesiai violetinės ir tamsiai violetinės spalvos). Piešinio foną sudaro violetinės, rožinės, šviesiai žalios, tamsiai žalios, oranžinės spalvos trikampiai (Nr. 7, „*Sielos kambarys*“; A4 formatus).
- Antrajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotos trys žmonių figūros: „*tėtis, mama, vaikas*“. Iš centro, aštriomis zigzaginėmis linijomis, sklinda šeši tamsiai rudos, juodos spalvos spinduliai. Fonas nuspalvintas oranžinės ir rudos (terakota) spalvų deriniais, taip pat paryškintos zigzago formos linijos. Piešinys įrėmintas ruda ir juoda spalvomis (Nr. 4, „*Pavydas*“; A4 formatus)

- Trečiajame piešinyje, lapo centre, pilkos spalvos apskritime, pavaizduotos durys su „išdaužta skylė“ apačioje. Iš skylės, į visas puses sklinda aštuonios, spiralės formos raudonos linijos. Duris gaubiau juodos, oranžinės, violetinės, raudonos spalvos „žiedai“, apskritimai. Fonas nuspalvintas juoda spalva (Nr. 6, „Pyktis“; A4 formatas).
- Ketvirtajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotos suglaustos moteriškos rankos, nukreiptais delnais į viršų. Delnų centre, pavaizduota maža širdelė, iš kurios į visas puses, sklinda geltonos, oranžinės, raudonos, žalios spalvos spinduliai (Nr. 10, „Už ką esu dėkinga sau“; A4 formatas).

Stebint šią piešinių grupę, yra matomas smulkių detalių vaizdavimas, piešinio centrinėje dalyje, kompozicijai būdingas centriškumas, pilnas fono užpildymas.

Analizuojant šią piešinių grupę, dėmesys bus kreipiamas į specifinę raišką- svarbių, esminių, centrinių objektų vaizdavimą labai sumažinant jų dydį. Į bendrą dailės terapijos kūrinį keliamą įspūdį, pojūčius, erdvės organizavimą, kokios medžiagos pagrinde buvo naudojamos bei į piešimą pirštais. Taip pat buvo kreipiamas dėmesys į refleksijų garso įrašus, kas svarbu pačiai autorei, kaip ji pati mato vaizduojamus objektus. Šią piešinių grupę sudaro keturi piešiniai.

Žiūrint į šios grupės piešinius, yra stebima centrinė kompozicija, smulkių detalių vaizdavimas centre, pilnai užpildytas fonas, naudojamos ryškios spalvos, piešimo priemonė stipriai spaudžiama.

Tyrėjos interpretacija. Analizuojant šios piešinių grupės kūrinius, vėl kyla prieštaringi jausmai. Pavaizduotas lyg spindėjimas į išorę, skleidimasis, pvz.: kūrinyje Nr. 10 („Už ką esu dėkinga sau“) pavaizduota kaip „skleidžiasi meilė“, tačiau kylantis jausmas signalizuoja pavojų. Atsiranda kritimo į gylį pojūtis. Daugelis dailės terapijos pacientų yra patyrę susiaurėjusios sąmonės būseną⁹, jie dalinasi, kad šie piešiniai labai primena tunelinį matymą arba mąstymą. Pavyzdžiui piešinyje Nr. 7 („Sielos kambarys“), Paulina kubo centre- „sielos kambaryje“, pavaizduoja svarbiausius savo gyvenime dalykus, ji sako: „Pradėjau natas piešti, širdelės, taurę, po to kaulą. Bet viskas užsispalvino ir dabar nesimato <...> muzika, alkoholis, linksmybės, kaulas- šuo, širdelės- nu aš su vyru“. Į klausimą ar jauku jos sielai tokioje erdvėje,

⁹ Pakitusi sąmonės būseną, struktūrinis sąmonės pakitimas, kai žmogus iškraipo tikrovę, nebesuvokia vietos ir laiko, bet gali save vertinti.

Paulina susimąsto: „Gal ir neblogai, bet gal didesnio norėtuši kambarėlio, kad būtų... Taip, norėčiau išplėsti, labiau ištempti visur ir išryškinti tas visas detales. Nesinori ten per daug prigrūst visko, yra keli pagrindiniai ir man gerai.“. Į pastebėjimus, kad kubas yra gana griežta figūra ir kampai gana aštrūs, Paulina paaiškina: „Kas liečia griežtas formas, šiaip jo, biški apribota aš esu. Apribota vyro. Mane riboja ir alkoholi, viską žiūri. O už ribų tai ten gal ir kažkaip kitaip būna, kai išvažiuoji be vyro, tada dar pasirodai kitom spalvom [šypsosi]. Ne kalėjimas, ne... bet taisyklių yra kažkokių, kartais. Tiesiog saugo, kad neprisidirbčiau [šypsosi]“. Klausantis Paulinos, galima įsivaizduoti kokiam pasaulyje ji gyvena. Spalvas aplink kubą ji apibūdina taip: „Spalvas nupiešiau negalvodama. Kubas labiau kambarys, o čia tiesiog kas iš to kambario išeina“. Paulina nieko kito nenorėtų įsileisti į savo sielos erdvę, nes ten „jau yra pakviesti“, ji sako: „Isileidau visam gyvenimui. Jeigu jau aš įsileidžiu, tai atiduodu visą sielą, visam gyvenimui. Jauki, rami saugi, mano ši erdvė, man gerai“. Šioje vietoje, man norisi prisiminti daktaro A. Alekseičiko vaizdžiai paaiškintą psichotiško asmens vidinio pasaulio būvį. Jis sako, kad „psichotikas“ į pasaulį žvelgia lyg per raktą skylutę. Tuo tarpu, Abt teigia, kad labai mažų formų vaizdavimas lape, atspindi baimę, savęs nureikšminimą, nerimą, nusižeminimą, nereikšmingumą, kuklumą, nepasitenkinimą savimi, vienišumą (Abt, 2005).

Hinz, teigia, kad toks objektų vaizdavimas gali būti susijęs su jaučiamu dideliu afektu. Jei spalva yra vyraujantis organizuojantis veiksnys, klientai laikomi pernelyg emociniais arba linkusiais į emocijas. Kai kurie asmenys, regresuoja naudodami dažus ir greičiausiai yra priklausomi nuo intelekto, kad galėtų kontroliuoti ar slopinti afektą. Hinz teigia (cit. pagal Lusebrink, 1991), kad emocijų raiška per afektinius procesus ir vaizdinius sumažina reflektyvinių atstumą. Kai užvaldo emocinė išraiška, klientai nebūtinai turi galimybę atsiriboti nuo kūrybos proceso ar vaizduojamo objekto, kad galėtų apmąstyti ar galvoti apie tai, kas vyksta ar kas yra vaizduojama. Stiprus emocinis įsitraukimas pasireiškia grafiškai per formos iškraipymą (perdėtas kai kurių formų dalių sureikšminimas, detalių išnykimas, formų sumažinimas) arba formos trūkumą vaizde (Hinz, 2020). Hinz, teigia, kad emocinės informacijos apdorojimo strategijos arba per didelį afektinių procesų naudojimą gali būti pastebimas esant sunkiems nuotaikos, nerimo sutrikimams ir ribiniam asmenybės sutrikimui (Hinz, 2020). Atkreipiant dėmesį į atliktų kūrinių temas, galime pastebėti, kad daugiausiai buvo piešiamas jausmas. Kūrinys Nr. 7 („Sielos kambarys“), Paulinai taip pat sukėlė daug emocijų, nes ji nežinojo kaip jį pavaizduoti. Spalvos taip pat užima didelį erdvės išnaudojimą, kas pasak Hinz, rodo per daug afektinio komponento naudojimą, kas būdinga esant manijai (Hinz, 2020).

Analizuojant piešimo priemonių pasirinkimą, galima pastebėti, jog Paulina naudojosi tik paprastu grafitiniu pieštuku bei minkštomis pastelėmis. Ji tik kartą sušlapino teptuką, norėdama pasižiūrėti kaip pastelės reaguoja su vandeniu (piešinys Nr. 8, „Kalno viršūnė“). Jai būdingas pradinis eskizo nupiešimas, kas pasak Abt, byloja apie galimybę ištrinti atsitiktinumus, spontaniškumo nebuvimą bei kontrolę (Abt, 2005). Pasak Hinz, nuoseklus priemonės pasirinkimas siejasi su aukšto lygio kontrole bei nelankstumu. Klientas gali nenorėti nutolti nuo to, kas gerai žinoma, patogu ir valdoma, o toks gyvenimo būdas gali apriboti psichologinį augimą (Hinz, 2020).

Minkštomis pastelėmis, Paulina naudojosi pirmą kartą. Jai patiko spalvų gausa bei galimybė naudotis pirštais, ji sakydavo: „*tai mane įžemina, geriau jaučiu save*“. Moschini, Abt, Liebmann teigia, kad pastelių naudojimas yra saugus, kontroliuojamas būdas emocijoms išlaisvinti, tačiau jos gali padėti susisiekti su naujais psichikos turiniais, tiesiogiai išlaisvinti sąmonę, patirti tiesioginį kontaktą su kūnu, turi įtakos stipresniam įsitraukimui į kūrybos procesą. Taip pat gali rodyti autonomiją, logišką mintį bei norą vaizduoti realiai (Abt, 2005; Liebmann, 2008; Moschini, 2005). Hinz teigia (cit. pagal Gantt ir Tabone, 1998), kad asmenys, sergantys bipolinio sutrikimo hipomanijos faze (pirminė Paulinos diagnozė), savo piešiniuose paprastai naudoja daug spalvų ir įvairių atspalvių, o spalva užpildo visa puslapį (Hinz, 2020). Pasak Hinz, erdvės naudojimas taip pat gali koreliuoti su kinestetiniu dominavimu, jei popierius buvo padengtas žymėmis dėl padidėjusio judėjimo ir energijos lygio (Hinz, 2020). Šiuos piešinių bruožus galime pastebėti ir Paulinos piešiniuose. Kartais ji stipriai spausdavo, trindavo spalvas tol, kol galiausiai sutepdavo ir kiek sugadindavo savo piešinį. Susidarydavo įspūdis, kad Paulina per ilgai užsibūdavo užduotyje, vargdama nustatyti, kada darbas baigtas. Dažnai jos vaizdai būdavo sugadinami ar net užtemdomi dėl per didelio mąstymo ir nuolatinio darbo papildymo. Pasak Hinz, tokie raiškos požymiai gali rodyti nepasitikėjimą suvokimu (pasitikėjimas, kaip atrodo vaizdas) arba afektinio (pasitikėjimas tuo, kaip jis jaučiasi) apdoravimo nepakankamumą. Hinz taip pat teigia (cit. pagal Gantt, 2015), kad suaugusių psichiatrijos pacientų piešiniuose numanomos energijos lygis reikšmingai koreliuoja su bipoliniu sutrikimu, hipomanijos faze, o per didelis kinestetinės veiklos naudojimas gali būti kaip gynyba nuo judėjimo į suvokimo dimensiją (Hinz, 2020).

Apibendrinant šią piešinių grupę, galime teigti, kad tyrimo dalyvei būdinga vaizduojama centrinė kompozicija, smulkių detalių vaizdavimas centre, pilnai užpildytas fonas, naudojamos ryškios spalvos, piešimo priemonė stipriai spaudžiama.

Tyrėjos įžvalga. Norisi pasakyti, kad vaizdavimo raiška, taip pat gali labai stipriai papildyti informaciją apie kūrinio turinį bei patį asmenį. Kad individualus tikrovės suvokimas yra neurologiškai pagrįstas ir skiriasi nuo kitų asmenų suvokimo. Kad žmogus, dėl dvipolio suvokimo ir (arba) afekto lygmens, kūrybos proceso metu, gali taip stipriai pasinerti į emocijas ir afekto išgyvenimą, kad nesugeba, blokuoja gebėjimą tiksliai ir teisingai suvokti. O kietų piešimo priemonių naudojimas, gali sulaikyti afektą, nes pačių medžiagų fizinės savybės riboja išraiškos galimybes, sulaiko per stiprų emocinį išsilaisvinimą. Refleksijos gali išmokyti atsitraukti nuo patirties ir objektyviai į ją pažvelgti, praplėsti suvokimo dimensiją. Taip pat svarbu paminėti, kad ši piešinių grupė yra vėlyvesnė, t.y. jie piešti tuomet, kai Paulina vėl pradėjo dirbti intensyviu grafiku ir kalbėti, kad pradeda jausti „pakilią nuotaiką“.

4.6.3. Trečia piešinių grupė - Augimo elementas



Nr. 8



Nr. 2



Nr. 5

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas status kalnas, apjuostas, spiralės formos keliu, kurio kraštuose auga įvairūs medžiai, pagrinde eglės. Kelias „ateina“ iš kairės lapo pusės. Kalno viršūnėje stovi du nameliai, tarsi perskelti į dvi dalis. Viename namelyje gyvena maža mergaitė, kuri nenori suaugti; kitame viskuo nusivylusi senyvo amžiaus moteris. Virš namelių, piešinyje simboliškai pavaizduotos „mintys“ (stiklinė pieno ir arbata). Apatinėje lapo dalyje pavaizduota žaluma, horizonte žydras dangus (Nr. 8, „Kalno viršūnė“; A4 formatas).
- Antrajame kūrinyje, iš molio nulipdyta „Kalėdinė eglutė“. Jos viršūnėje nulipdyta žvaigždė, eglutės šakos su smulkiomis, spyglių detalėmis (Nr. 2, „Kalėdų dovana“; dydis: 14 x 9 cm).
- Trečiajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas žydintis medis „vyšnia“. Medžio kairioji šaknis, siekia kairįjį lapo kampą. Tarp medžio šakų pavaizduoti trys žaibai.

Dešiniajame lapo kampe pavaizduota saulė, kurios spinduliai driekiasi per visą piešinį. Lapo viršuje, pavaizduotas tamsus debesis, iš kurio lyja lietus. Medžio žiedai meta savo žiedlapius. Medis stovi ant neryškaus (netvirto) pagrindo. Šaknys menkai įsišaknijusios. Po refleksijos, piešinys buvo papildytas tamsiu žmogaus siluetu (atitinkančiu medžio kamieną bei šakas), kuris iškėlęs rankas į dangų. Taip pat į šaknis, kamieną ir šakas, buvo įvesta raudona „gyvybės“ spalva (Nr. 5, „Medis“; A4 formatas).

Stebint šią piešinių grupę, yra matomas kompozicijai būdingas augimo elementas.

Analizuojant šią piešinių grupę dėmesys buvo kreipiamas į bendrą dailės terapijos kūrinį keliamą įspūdį, pojūčius, į erdvės organizavimą, koks popieriaus lapo formatas buvo pasirenkamas, kokia pagrindinė judėjimo kryptis piešinyje bei koks yra krypties ir objekto santykis su popieriaus lapu. Klausant refleksijos garso įrašų, buvo kreipiamas dėmesys į tai kas svarbu ir kas mažiau svarbu pačiai autorei, taip pat buvo naudojamas tyrėjos dienoraštis ir kreipiamas dėmesys į kūrinio atlikimo raiškos ypatumus. Taip pat buvo ieškoma simbolinių prasmų. Šią piešinių grupę sudaro trys kūriniai.

Stebint Paulinos piešinius, elgesį, bei savo pačios jausmus santykiyje su ja, kildavo labai prieštaringi jausmai. Kartais bendraujant jausdavausi lyg malonioje, ramioje diskusijoje, o kartais lyg patekusi į gyvybei grėsmingą situaciją. Pasak psichoanalitikės McWilliams, psichoziniame spektro krašte esantys žmonės yra labiau chaotiškesni ir daugiau pasimetę (McWilliams, 2014). Tuos pačius jausmus, patirdavau ir žvelgdama į Paulinos piešinius, bei raiškos būdą.

Šiame analizės etape, nebus kreipiamas dėmesys į medį kaip simbolį, kuris dailės terapijoje dažnai simbolizuoja patį žmogų, tačiau bus kreipiamas dėmesys į pačią augimo kryptį ir matomas prieštaras piešiniuose. Pirmiausiai piešiniuose buvo pastebėtas „medžio šaknies“ bei „kelio pradžios“ (piešiai: Nr. 5, „Medis“ ir Nr. 8, „Kalno viršūnė“) objektų padėties pasikartojimas pačioje kompozicijoje, t.y. elementai į kompoziciją įsijungia iš kairiojo lapo kampo į centrą. Tai yra stipriausiai išreikšta horizontali linija piešiniuose. Pasak jungiškosios krypties atstovų, horizontalus linijos judėjimas žemės kryptimi, turi sąsajų su instinktais, žeme ir betarpiška realybe (Abt, 2005). Šis nežymus akcentas kairėje pusėje, gali rodyti kreipimąsi į sąmonę arba gali sietis su prisirišimu prie motinos, tai kas susiję su jos vaizdiniu, arba su praeitimi (Jung, 2020). Stebint subjektyviai, šie abu elementai, kelia įspūdį, lyg pagrindiniai objektai „Kalnas“ ir „Medis“, kurie stiebiasi į viršų, būtų pririšti, susaistyti ar

užfiksuoti. Tai kelia mintis, apie tai, kad Paulina yra „sukaustyta” realybės. Savo ligos istorijoje, ji yra patyrusi trylika psichozijų. Abiems objektams trūksta tvirtos, horizontalios, pagrindo linijos (arba ji neryški), kas pasak Rubin, rodo saugumo jausmo stoką (Rubin, 2009). Medžio šaknys taip pat nėra giliai įsišaknijusios, nors pernelyg stipriai pabrėžtos, kas pasak Jungo galėtų simbolizuoti nestabilumą, bei psichologinės pusiausvyros nebuvimą (Jung, 2020). Stebint Pauliną ir šiek tiek žinant asmeninę istoriją, jos nepasitikėjimas savimi, neigiamos emocijos, depresija ir pasyvumas, yra labai glaudžiai susiję su praeities patyrimais.

Pasak simbolikos tyrinėtojų, šakninė medžiaga yra pagrindas, kilmė ir šaltinis. Vanduo ir mineralai iš žemės patenka į medžio lapus per gilius šaknis; tamsoje ieškoma maistinių medžiagų ir atramos gyvybingoje žemėje (Ronnberg, Martin, 2010). Tačiau Jungas užsimena, kad šaknys siejasi su protėvių kilme, giliais evoliucijos procesais, bei tęsiasi į asmeninio ir archetipinio pagrindo sluoksnius. Kartais šaknys parodo apie sunkumus siekiant tikslo ir bandymą ištraukti save iš nesąmoningų veiksnių raizginio. Tokio įsišaknijimo kokybė, kurią skatina patirtis, vaizduotė, prisiminimai, turi įtakos gebėjimui klestėti ir generuoti naują augimą, arba priešingai (Jung, 2020). Paulinos šeimoje artimiausias asmuo sirgo šizofrenija, todėl ją nuolat persekioja psichikos ligų baimė. Jungas teigia, kad mūsų psichologinės šaknys nusileidžia į giliausią psichosomatinį lygmenį. Simboliškai jos perteikia idėją, kad medžio augimo procesas, kurio metu sąmonė transformuojasi, kyla iš nesąmoningos psichikos dimensijos, kurios dinaminės energijos vaizduojamos archetipinėmis formomis (Jung, 2020). Pasak Ronnberg ir Martin, šaknys, kurios uolėtoje dirvoje randa tik menką pragyvenimą, gali susidoroti tik su tokiomis nepalankiomis aplinkybėmis, kurios visiškai nepalaiko gyvybės. Tvirtų šaknų nebuvimas, teigia Martin, reiškia „nešvankų” judėjimą iš vienos vietos į kitą arba iš vienos tapatybės į kitą. Paviršutiniškumo, nestabilumo ir nuasmeninimo jausmai, būdingi patologiniam narcisizmui, ribinėms būsenoms, afektiniams ir disociacijos sutrikimams, rodo atitrūkimą nuo savo autentiško, maitinančio pagrindo. Pasak Martin, „įleisti šaknis“, reiškia įsitvirtinti, materializuoti potencialą arba atpažinti priklausymo vietą (Ronnberg, Martin, 2010). Paklausta kokį medį pavaizdavo, Paulina suabejoja: „*Aš norėjau sakyti vyšnia, bet taip negalvoju kad kažkokį būtent medį piešiu, nežinau*“.

Refleksijos metu, Paulinai būdingos sutarimo su išoriniu pasauliu paieškos ir abejonės dėl elgesio. Ji turi polinkį teisintis, ieško pritarimo ir palaikymo, vengia priimti savarankiškus sprendimus. Piešinį Nr. 5, „Medis“, Paulina panorė papildyti raudona spalva, bei įterpti žmogaus figūrą kamiene, jau po piešinių aptarimo (pradinę versiją žiūrėti priede Nr. 3).

Paulina sako: „*dar kažkaip šį kartą be spalvų, nors labai norėjosi irgi raudonos įdėt, bet neįdėjau [šypsosi]. <...> Jei būtų šiek tiek daugiau laiko, tai gal būtų truputį kitaip viskas. Raudona simbolizuotų, ką aš žinau? Gyvybę gal, aistrą?*“. Šis pokyčio įvedimas, gali simbolizuoti konkrečios situacijos naują vertinimą arba dvasinės pozicijos kismą.

Taip pat svarbu paminėti, kad Paulinos dailės terapijos cikle, nebuvo besikeičiančio popieriaus formato iš horizontalaus į vertikalų. Nors patys piešiniuose vaizduojami objektai labiau kelia augimo jausmą, tačiau popieriaus horizontalios krypties pasirinkimas, ar „Medžio“ įrėmimas į debesį, sukelia ribojimo ir suspaustumo jausmą. O minėti objektai „kelio pradžia“ ir „medžio šaknis“, vis tik labiau primena judėjimą iš kairės į dešinę ir aukštyn, kas pasak Abt, galėtų rodyti vystymąsi, augimą, koncentraciją į išorinį pasaulį, ateitį, didėjančią poreikį pasiremti autoritetu (Abt, 2005). Tai pat Paulinai būdingas vaizduotės turtingumas, sprendžiant pagal linijų kiekį ir formų originalumą, kuris stebimas piešinyje Nr. 5 („Medis“). Tačiau svarbu paminėti ir tai, kad į piešinį, Paulina bandė sutalpinti, visą perskaitytą istoriją. Ji pavaizdavo audrą, žaibus, saulę, ir medžio žydėjimą ir krintančius lapus, vienu metu (žiūrėti priedą N. 3), kas gali rodyti psichikos diferenciacijos stoką (McWilliams, 2014).

Pagrindinių kūrinių objektų vaizdavimas lapo centre, pasak Rubin, Abt, Moschini, simbolizuoja dabartį, asmenybės centrą- „aš“ reprezentavimą, nurodo į savasties temą, egzistencinį santykį su savo asmenybe, tai kas aktualu, susiję su emociniais procesais. Lapo centras kaip požymis, taip pat rodo norą rasti pritarimą, pusiausvyrą su aplinkiniais, rūpestingos kontrolės poreikį, siekiant išsaugoti psichinę pusiausvyrą; tai pat rodo esant griežtos ir tvirtos sistematizacijos poreikį (Rubin, 2009; Abt, 2005; Moschini, 2005). Visi išvardinti požymiai labai būdingi Paulinai, ji sakydavo: „*Ne, žmonių man nereikia, turiu draugą ir man gana, jis manimi labai rūpinasi. Bet... gal ir reikia?*“.

Kalbant apie raiškos būdą, norisi paminėti, kad visiems Paulinos kūriniams yra būdingas trinimas, stiprus pieštuko spaudimas bei eskizo piešimas. Pasak Rubin, stipriai spaudžiamos linijos, gali byloti apie psichomotorinio sujaudinimo išraišką, kuri būdinga manijos epizodą išgyvenantiems pacientams (Rubin, 2009). Dailės terapijos metu, Paulina išgyveno manijos, vėliau hipomanijos būsenas. Taip pat jai buvo būdingas generalizuotas nerimas, didelė emocinė įtampa. Įdomu pastebėti, kad pačius svarbiausius ir reikšmingiausius dalykus, Paulina nupiešdavo labai nedrąsiai ir vos matomai, bet visuomet apie tai kalbėdavo refleksijų metu. Piešinyje Nr. 8 („Kalno viršūnė“), piešiant namus ant kalno viršūnės, temoje apie asmenybės vientisumą (žiūrėti priedą Nr. 3), Paulina sako: „*va matai, čia aš bandžiau*

dapiešt, bet taip neryškiai, nes aš taip ir galvojau, kad man čia kažko trūksta <...> Todėl paėmiau pieštuką ir neryškiai nupiešiau, ir pagalvojau, kad man taip bus ramiau. Buvo neramu, kad ne iki galo padariau kažką, neišbaigiau <...> bet galvojau gal reikia, gal nereikia, gal ir taip gerai”.

Dažnas trynimasis, rodo neryžtingumą, nepasitenkinimą savimi, taip pat byloja apie nerimo išraišką, rodo bendrą motorinį nerimastingumą, teigia Moschini. Trynimasis, taip pat gali nurodyti konflikto išraišką, parodo mėginimą kažką pakeisti ar pagerinti. Tačiau trinantis forma dažniausiai tik pabloginama, o ne pagerinama, tuo dažniausiai tik patvirtinama, kad trynimasis reiškia vidinį konfliktą (Moschini, 2005).

Apibendrinant šią piešinių grupę, galime teigti, kad tyrimo dalyvei būdinga raiška: centrinio objekto augimo kryptis į viršų, pagrindinių kūrinio objektų vaizdavimas lapo centre, elementai į kompoziciją įsijungia iš kairiojo lapo kampo, trūksta tvirtos horizontalios pagrindo linijos, popieriaus lapo padėtis horizontali. Raiškos būdai būdingas trinimas, stiprus pieštuko spaudimas bei eskizo piešimas. Nestebimas kompozicijos kitimas.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, bei aptarus skirtingų objektų keliamus įspūdžius, norisi pasakyti, kad Paulina ieško pusiausvyros tarp dviejų pasaulių- žemiškojo ir dvasinio, tarp augimo ir saugumo, tarp savarankiškumo ir pagalbos prašymo, tarp vienatvės ir buvimo kartu su kitais, tarp fantazijų ir realybės, tarp manijos ir depresijos, tarp psichozės ir sveiko būvio. Jos vaizduojamas kalnas, pešinyje Nr. 8 („Kalno viršūnė“), simbolizuoja atsiribojimą nuo kasdienybės plotmės ir dvasinį pakilimą, aukštesnę būtį (Becker, 1996). Tačiau man Paulinos kalnas, labiau primena daugiapakopę piramidę arba bokštą, aiškiai išreikštos vertikalios struktūros statinį. Biedermann teigia, kad simbolinė prasme, tai nuoroda į pasaulio ašį- ryšį tarp žemės ir dangaus (Biedermann, 2002).

4.6.4. Ketvirta piešinių grupė - Širdies simbolio piešimas



Nr. 10



Nr. 9



Nr. 7

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotos suglaustos moteriškos rankos, nukreiptais delnais į viršų. Delnų centre, pavaizduota maža širdelė, iš kurios į visas puses, sklinda geltonos, oranžinės, raudonos, žalios spalvos spinduliai (Nr. 10, „Už ką esu dėkinga sau“; A4 formatas).
- Antrajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotos trys raudonos spalvos širdelės, tarytum išnyrančios iš tamsiai mėlynos, geltonos ir raudonos spalvos elipsių („apsauga“). Centrinė širdelė pavaizduota didesnė ir ryškesnė („norimo vaikelio širdis“). Tris širdelės juosia širdies kontūro raudona linija. Iš širdelių, į visas puses, sklinda aštrūs tamsiai raudonos spalvos spinduliai. Fonas nuspalvintas geltonos, šviesiai ir tamsiai žalios spalvomis (Nr. 9, „Santykis su savimi“; A4 formatas).
- Trečiajame piešinyje, lapo centre, pavaizduotas skaidrus kubas- „Sielos kambarys“. Kubo viduje pavaizduotos smulkios detalės: „dvi širdelės, muzikinės natos, smuiko raktas, dvi vyno taurės, šuns kauliukas“. Piešinio centre įstrižai kertasi dvi linijos (oranžinės, raudonos, mėlynos, žalios spalvos). Iš kubo išeina „spindulys“ (žydros, šviesiai violetinės ir tamsiai violetinės spalvos). Piešinio foną sudaro violetinės, rožinės, šviesiai žalios, tamsiai žalios, oranžinės spalvos trikampiai (Nr. 7, „Sielos kambarys“; A4 formatas).

Stebint šią piešinių grupę yra matomas pasikartojantis širdies simbolio piešimas.

Analizuojant šią piešinių grupę, dėmesys bus kreipiamas tik į pasikartojantį širdies simbolio vaizdavimą. Bei bus kreipiamas dėmesys į verbalinę Paulinos ir kitų dalyvių išraišką, klausantis refleksijų garso įrašų. Šią piešinių grupę sudaro trys piešiniai.

Tyrėjos įžvalgos. Paskutiniame dailės terapijos ciklo piešinyje Nr. 10 („Už ką esu dėkinga sau“), Paulina pavaizduoja į išorę skleidžiamą meilę, ji sako: „*dėkingumas per*

skleidžiamą meilę sau ir kitiems. Man norėjosi nupiešti rankas, tiesiog rankos kaip davimas, kad mokėti ne tik imti, bet ir duoti. Kai aš duodu, man toks kaip dėkingumo, toks labai geras jausmas būna. Būnu tuomet labai patenkinta viskuom <...> dėkingumas sau už tai, kad moku mylėti, stengiuosi tai daryti". Šiame piešinyje, ant rankų Paulina pavaizduoja „V“ raidės formos randą, kuris atspindi jos tėčio pirmąją vardo raidę. Kaip matome tėtis jos vidiniame pasaulyje yra labai svarbus. Piešinyje Nr. 9 („Santykis su savimi“), Paulina piešinio centre pavaizduoja „geidžiamo vaikelio“ širdį, kurią iš šonų saugo jos ir jos vyro širdys. Visas tris širdeles gaubia didžioji širdis, kaip „visuma“. Stebint piešinį ir iš širdelių sklindančius raudonus „spindulius“, kyla skausmo ir izoliacijos jausmas. Linijos aštrios ir tarytum veriančios visas keturias širdis, lyg žaizdos. Kiti dailės terapijos dalyviai dalinasi, kad juntamas barjero, atsiribojimo bei vidinio skausmo jausmas. Šioje vietoje norisi prisiminti, kas yra būdinga kūrybos išraiškai, esant psichomotorinio sujaudinimo būsenoje ir susimąstyti kaip nelengva Paulinai yra gyventi, kaip dažnai ji gali būti klaidingai suprasta. Į klausimą ko trūksta jos vidiniam vaikui, Paulina sako: „Meilės reikia ir apsaugos, bandžiau piešti tas apsaugas aplink širdis. Poreikis turėti vaiką ir padaryti jį laimingu, ko neturėjau aš vaikystėje. Man vaikystėje daug ko trūko“.

Širdies simbolis Paulinos piešiniuose gali atspindėti meilės stygių ir tuo pačiu norą ją dalinti Tačiau, kaip sako daktaras A. Alekseičikas, žmogus negali mylėti kito, jei jis nemylti savęs. Nemanau, kad tai yra stereotipinis ar gynybinis širdies simbolio vaizdavimas, padedantis apsimesti, kad problemos nėra. Atvirkščiai manau, kad šie piešiniai rodo, jog problema iš tikrųjų egzistuoja ir Paulina pradeda kelti sau teisingus klausimus apie meilę. Pasak Biedermann, Biblijos požiūriu, širdis yra „vidinis žmogus“. Pirmoje Samuelio knygoje sakoma, kad kai žmogus žiūri į akis, Dievas žvelgia į širdį (Pirmoji Samuelio knyga 16), o Naujajame Testamente teigiama, kad tikėjimu Kristus gyvena širdyje (Laiškas efeziečiams 3, 17). Tuo tarpu, strėlėmis perverta širdis yra žmones mylinčio ir už juos kenčiančio Išganytojo simbolis. „Laiminga širdis pralinksmina veidą, o kenčianti- dvasią palaužia. Protingo žmogaus širdis ieško žinojimo... „ (Patarlių knyga 15, 13) (Biedermann, 2002, p. 416- 417).

Pasak Ronnberg ir Martin, širdies plakimas atitinka besitraukiančius ir besiplečiančius visatos judesius, čia galima atrasti sąsajų su Paulinos piešiama spirale. Širdis yra galios, drąsos ir stiprybės vieta; slapta sąmonės buveinė, užrakinta, nekalta ir neliečiama. Kai norime ką nors įsileisti, turime duoti jiems „raktą“. Alchemikai teigė, kad šviesos reikia ieškoti „ne savyje“, o viduje esančiame Dieve, kuris „nori paversti mūsų širdį savo buveine“, teigia Ronnberg ir

Martin. Šis Dievo veikimas kiekvieną akimirką atsiranda mūsų širdyse, kaip mūsų sąžinė, „tikrasis balsas“ (Ronnberg, Martin, 2010). Tuo tarpu, Biedermann sako, kad širdis yra visų emocijų, teigiamų ir neigiamų, buveinė. Ji yra neapykantos ar meilės, pavydo ar užuojautos, baimės ar drąsos, giliausio liūdesio ar šviesiausio džiaugsmo sąlyčio taškas (Biedermann, 2002).

Apibendrinant šią piešinių, kurioje vaizduojamas pasikartojantis simbolis širdis, kuris turi nevienareikšmišką simbolio prasmę. Plačiaja prasme jis atspindi meilę, o simbolizuoti gali „vidinį žmogų“ (Biedermann, 2002).

Tyrėjos pastaba. Analizuojant šią piešinių grupę, norisi atkreipti dėmesį į piešinių interpretavimo pavojus. Svarbu turėti žinių ir kreipti dėmesį į psichomotorinę raišką, taip pat labai svarbu klausytis ir girdėti patį žmogų.

4.6.5. Paulinos dailės terapijos darbų apibendrinimas

Paulinos darbus pagal formalius elementus, pasikartojančius simbolius, specifinę raišką galima suskirstyti į keturias grupes: 1) Augimo elementas; 2) Smulkios detalės piešinio centre; 3) Spiralių kryptis ir dinamika; 4) Širdies simbolio piešimas.

Paulinos dailės terapijos darbai sukurti energingais, fiziškai aktyviais pirštų ir rankų judesiais, kas atspindi afektinio komponento dominavimą, kuris yra būdingas manijos epizodą išgyvenantiems žmonėms (Hinz, 2020). Dominuoja ryškios spalvos, centrinė kompozicija, augimo elementas, smulkių detalių vaizdavimas, pasikartojantis širdies simbolis ir vaizduojama dinaminė spiralė.

Paulina kai kuriems savo darbams suteikdavo pavadinimus, atspindinčius jos vidinį pasaulį ar to meto vidinę būseną. Pavadinimai: „Mirtis“, „Kalno viršūnė“ ir „Kelio žemėlapis“. Kiti jos darbų pavadinimai atitiko tos dienos dailės terapijos temą: „Kalėdinė dovana“, „Santykis su savimi“, „Už ką esu dėkinga sau“, „Pavydas“, „Medis“, „Sielos kambarys“ ir „Pyktis“. Daugelis Paulinos darbų atspindi gana gilius išgyvenimus, keliamus svarbius meilės, džiaugsmo, vientisumo, mirties ir gimimo klausimus. Paulinos darbuose dominuoja vienišumo, atsiribojimo nuo aplinkos bei skausmingų patirčių temos. Kūriniuose yra matomi keliami per dideli lūkesčiai ir reikalavimai sau. Taip pat atspindi bandymas susitvarkyti su gyvenimo iššūkiais ar ligos sunkumais pačiai, nors ji dažnai mini savo gyvenimo partnerį, tačiau piešiniuose jo nevaizduoja. Refleksijose mini, kad kitų žmonių jai nereikia. Žmogų Paulina pavaizdavo tik viename piešinyje ir tai pasibaigus refleksijai. Šis požymis gali atspindėti svarbius identiteto ir tapatybės keliamus klausimus. Piešiniuose pasikartojančių

simbolių bei turinio analizė atskleidė Paulinos pusiausvyros bei harmonijos paieškas, norą augti ir brandėti, sukurti tikrą šeimą, tapti mama. Refleksijų metu Paulina noriai, tačiau kartais abejodama ir pasitaisydama atskleisdavo aktualias temas ir vidinius išgyvenimus. Dažnai tikėdavosi gauti visus atsakymus ir išgirsti „visą tiesą“ apie ją.

Toliau pristatysiu tyrimo dalyvės Rūtos piešinių turinio analizę.

4.7. Tyrimo dalyvės Rūtos piešinių turinio analizė

Pradžioje, dėl Rūtos elgesiui būdingos raiškos, noriu pristatyti jos dalyvavimo dailės terapijos sesijose ypatumus, kurie skyrėsi nuo kitų tyrimo dalyvių.

Ypatumai dailės terapijos grupėse. Rūta dalyvavo trylikoje dailės terapijos sesijų. Paskutiniuose užsiėmimuose ji dalyvavo svečio teisėmis, jau baigusi gydymą ligoninėje. Pirmuose dailės terapijos užsiėmimuose, Rūta tikrai ieškojo pagalbos dėl išgyvenamos skausmingos ir sudėtingos būsenos, bei patiriamo vienišumo ir apleistumo jausmo. Į kitus dailės terapijos užsiėmimus ji ateidavo savo noru, tačiau kildavo jausmas, kad jai neįdomu gilintis į savo vidinį pasaulį. Tokiose dailės terapijos sesijose, ji per penkias minutes nupiešdavo piešinį ir išsiliedavo verbaliai, bet ne apie piešinį. Rūtos elgesiui būdingas staigus pokytis: kartais ji ateidavo pakeitusi išorės įvaizdį ir gvildenanti ateities planus, kartais atrodydavo „subyrėjusi“ ir be energijos, praradusi bet kokią viltį. Santykiuose su kitais grupės dalyviais, kartais desperatiškai mėgindavo užmegzti ryšį, bet greitai jais nusivildavo. Kartais buvo galima stebėti jos specifines manipuliacijas, kurių ketinimų, galimai ji pati nesuvokdavo. Retsykiais Rūta pasitikrindavo mano ribas ir agresyviai demonstruodavo lyderio savybes. Dažnai būdavo dirgli ir pikta. Būdavo sesijų, kai ji neišbūdavo iki galo ir demonstratyviai išeidavo. Refleksijų metu Rūta dažnai nesuvaldydavo savo impulsų ir grubiai pajuokaudavo, jos įžvalgos dažnai būdavo taiklios bet skausmingos kitiems pacientams. Kažkuria prasme, Rūta buvo sudėtingiausia tyrimo dalyvė, tačiau žavinga, stebėtino energingumo, puikaus humoro jausmo ir labai kūrybiška moteris.

Analizuojama ir interpretuojama trylika Rūtos kūrinių. Dailės terapijos kūrinių ciklas sugrupuotas pagal pasikartojančius vizualinės raiškos bruožus, subjektyvius formaliuosius elementus, galimai išryškėjančius simbolius ir sudaro 6 grupes.

4.7.1. Pirmą piešinių grupę - Ovalas su akcentuotu centru



Nr. 13



Nr. 12 (a)



Nr. 12 (b)



Nr. 12 (c)



Nr. 8



Nr. 10



Nr. 4

- Pirmajame piešinyje, lapo centre pavaizduota stilizuota „vaiko akis“, aplink įvairiomis spalvotomis linijomis pavaizduota abstrakcija: „mano garbanoti plaukai“, „džiaugsmas“, „sperma“ (Nr. 13, „Santykis su savimi“; formatas: 29,5 x 41,5 cm).
- Antrajame piešinyje (poliptikas iš keturių dalių, čia pristatomos trys jo dalys), pavaizduota: a) lapo centre sūkurio formos raudonas apskritimas, įrėmintas juodos spalvos linijomis; b) lapo centre pavaizduotas violetinės spalvos sūkurio formos apskritimas; iš šonų pavaizduoti juodos spalvos keturi sūkurio formos apskritimai. Į šonus sklinda storų linijų raudoni spinduliai. Kompozicija įrėmintą zigzago formos pilka linija; c) lapo centre pavaizduota akis su išsiplėtusiu vyzdžiu, violetinės spalvos rainele ir raudonu baltymu. Per lapo centrą ir akį, nubrėžta vertikali zigzago formos rožinė linija. Aplink akį, kampuose pavaizduoti keturi rombo formos kvadratai. Fonas padalintas į dvi juodai ir baltai nuspalvintas dalis (poliptikas Nr. 12 (a, b, c), „Už ką esu dėkinga sau“; formatas: 4 vnt. 28 x 32,5 cm).
- Trečiajame piešinyje, skirtingomis spalvomis pavaizduotas sūkurio formos spalvotas apskritimas su geltonos spalvos centru ir į šonus išeinančiomis linijomis (Nr. 8, „Pyktis“; formatas: 1, 50 x 1,15 cm).

- Kvirtajame piešinyje, skirtingomis spalvomis pavaizduota geometrinių figūrų ir įvairių spalvotų linijų abstrakcija. Lapo centre, pavaizduotas sūkurio formos apskritimas su mėlynos spalvos centru (Nr. 10, „Noriu, bet bijau“; formatas 29 x 32,5 cm).
- Penktajame piešinyje, lapo centre, pavaizduota rožinė apvali „sėklytė“, kurią juosia geltona „žvaigždė“. Žvaigždę gaubia violetinės, raudonos ir žydros spalvos linijos („energijos“). Aplink sėklytę pavaizduotos žalios spalvos linijos („santykiai“). Fonas nuspalvintas horizontaliomis rudomis, geltonomis ir tamsiai mėlynos spalvos linijoms („nederlinga žemė“) (Nr. 4, „Sėklytė nederlingoje žemėje“; formatas: 30 x 41,5 cm).

Stebint šią piešinių grupę, yra matomas pasikartojantis objektas ovalas su akcentuotu centru.

Šios piešinių grupės analizė buvo pradėta nuo kompozicijos peržiūrėjimo, refleksijų garso įrašų, tyrėjos dienoraščio skaitymo. Dėmesys buvo kreipiamas į pasikartojantį objektą - ovalą su akcentuotu centru viduryje, bei kūrinio atlikimo raišką. Buvo ieškoma simbolinių prasmų. Šią piešinių grupę sudaro septyni piešiniai.

Rūtos kūriniam yra būdinga linijų dinamika, dominuoja afektinis išraiškos pabrėžimas, kuris matomas per ekspresyvias formas, dinamiškus kontūrus, dominuojantį spalvų naudojimą, dideles formas, bei naudojamą jėgą. Piešinio Nr. 8 („Pyktis“) formatas: 1, 50 x 1,15 cm. Rūtai yra būdinga dinaminė kinestetinė išraiška, ji dažnai piešdavo atsistojusi arba ant žemės, dailės terapijos kūrinius pabaigdavo gana greitai. Taip pat būdingas įvairus piešimo priemonių pasirinkimas, bei įvairus popieriaus formato naudojimas, kas pasak Hinz, gali rodyti psichikos lankstumą arba nepastovumą, nestabilumą (Hinz, 2020). Stebint Rūta piešiančią, kartais kildavo jausmas, kad ji neįsitraukia į užduotos temos vaizdavimą, kad pats meno produktas jai nėra toks svarbus kaip veiksmas ar pojūtis, susijęs su kūryba. Galimai Rūta nesąmoningai vengdavo skausmingų patirčių ir trauminių išgyvenimų. Hinz teigia, kad sudėtingos, tarpusavyje susijusios ir kruopščiai suformuotos formos, reikalaujančios analizės ir planavimo, paprastai rodo, kad pirmenybė teikiama pažintiniam komponentui. O geometrinės formos akcentavimas ir formos ar linijos pasikartojimas vaizdinėje išraiškoje, leistų manyti, kad suvokimo veikimas buvo blokuojamas arba klientas yra gynybiškas (Hinz, 2020). Tačiau Rūta užduotį visuomet atlikdavo iki galo. Pasak Hinz, aukštas energijos lygis ir kūrinio užbaigimas, būtų vertinamas kaip kliento turtas, susijęs su susidomėjimu ir vidine motyvacija. O šių kintamųjų kraštutinumai rodytų, kad afektiniai ir kinestetiniai komponentai naudojami netinkamai. Rūtai būdingas aukštas energijos lygis kartu su mažu įsipareigojimo lygiu, kas

pasak Hinz, gali reikšti dėmesio trūkumo, hiperaktyvumo ir impulsyvumo sindromą. Žemas energijos ir įsipareigojimo lygis reikštų užblokuotą afektinį komponentą ir (arba) depresijos diagnozę (Hinz, 2020). Rūtai kūrybos procese buvo būdingas skubėjimas ir paviršutiniškumas.

Rūtos vaizduojami sūkuriniai apskritimai yra dinamiški ir labiau primena vandens sūkurius, besisukančias mandalas, kosmoso galaktikas arba labirintus. Klausantis Rūtos refleksijų, tikrai susidaro įspūdis, kad ji nori pabėgti iš savo sukurto kalėjimo, bet neranda išeities ir būdų. Rūta dalinasi apie savo piešinius Nr. 12 (a, b, c), ji sako: „*Pirmas tai, kažkoks langas iš tamsos į šviesą, bet nesigavo jis. Nesigavo šviesios spalvos ar kokios mėlynos, jisai gavosi raudonas. Su kažkokia mirties sūkurio idėja [kalba piktai]. Tai dėkingumas būtų, kad bent jau langas yra. Langas į niekur. Aš dabar taip jaučiuosi, kad aš gyvenu niekame <...> Tas violetinis burbulas turėjo būti mano kvėpavimas, bet šitie keturi kažkodėl man jie atrodo kaip mano kvėpavimo blokai. Juodi šitie. Violetinis tas gavosi gal kaip filtrai, jis turėtų būti gal purvinesnis. Jis filtruoja šūdą <...> Daugiau aš nieko ir neveikiu, tik kvėpuoju. Pas mane rytais būna, o bliamba ir vėl reikia kvėpuot. <...> Dėkingumas už regą. Ir už tai, kad žiūriu savo akimis. Ir matau vien tik juoda ir balta. Ir dar kraujuota visa, nes man jau atsibodo žiūrėt. O tie žali, tai aš iš viso nesuprantu kas čia jie tokie, kodėl jie žali išlieka? Tai dar kažkaip durniau atrodo“.*

Rūtos vaizduojamos akys (piešiniai Nr. 13, „Santykis su savimi“ ir Nr. 12 (c), „Už ką esu dėkinga sau“), labiau primena tekančio vandens turbulencijos sukurį, arba išsigandusios akies vyzdį. Vienas dailės terapijos dalyvis užsiminė, kad „*ta akies tamsa baugina, toks įspūdis, kad ta juodoji skylė surinks visas tas vaikiškas spalvas ir įtrauks*“ (apie piešinį Nr. 13, „Santykis su savimi“).

Biederamnn teigia, kad tarp spiralės bei labirinto yra simbolinis ryšys, kuris simbolizuoja „sunkų kelią į vidų ir vėl atgal“ gana artimas „mirties bei tapsmo“ simbolikai (Biedermann, 2002, p. 400). Ronnberg ir Martin rašo, kad judėjimas labirintu sukasi pirmyn ir atgal, į išorę ir į vidų, kad padėtų išlaikyti tai, kas iš pradžių buvo nepakeliama. Ilgainiui atsirandantis transcendentinis aspektas, pakelia žmogų į naują žvilgsnio tašką. Autorės teigia, kad iš esmės dvilypis, paradoksalus labirinto pobūdis yra apskritas ir linijinis, paprastas ir sudėtingas, istorinis ir laikinas. Žmogaus kelias ilgas ir sunkus, nuolat vedantis į paslaptinę ir nematomą centrą. Iš vidaus vaizdas yra labai siauras ir painus, o iš viršaus atrandamas aukščiausias meniškumas ir tvarka. Taigi labirintas vienu metu apima sumaištį ir aiškumą, daugialypumą ir vienybę, įkalinimą ir išsivadavimą, chaosą ir tvarką (Ronnberg, Martin,

2020). Jungas teigia, kad šis paradoksalus dvilypumas atspindi psichoterapinį tikslą- apčiuopti savo kelią per kančią, tamsą ir sumaištį, siekiant ugdyti gebėjimą suvokti didesnę išvalgą ir perspektyvą, taip plečiant asmenybę. Jungas teigia, kad kelionėje labirintu pasiekus centrą arba tikslą, kelias atgal visada bus visiškai naujas (Jung, 2020). Psichologine prasme, sako Biedermann, labirintas yra „vidurio ieškojimo“ išraiška ir lygintinas su neužbaigta mandalos forma (Biedermann, 2002).

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, kad tyrimo dalyvės piešiniuose dominuoja centrinis objektas su akcentuotu centru viduryje. Vyrauja ryškios spalvos, sukūrinės linijos. Būdingas skirtingas popieriaus lapo formato pasirinkimas.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, galima teigti, kad dažnas šios formos vyravimas Rūtos piešiniuose, gali turėti simbolinę prasmę ir poreikį ieškoti nejudančios, subalansuotos centrinės ašies, jos per greitai besisukančiame pasaulyje. Abstraktus piešinys gali išreikšti tai ką sunku suprasti, kažką sudėtingo ar neaiškaus, arba bandymą kažko išvengti, autorė gali nežinoti kas slepiasi už jo abstrakcijos. Tačiau dažnas abstrakcijų piešimas, gali rodyti žmogaus vengimą ar psichikos gynybą. Taip pat svarbu paminėti, kad kinestetinis piešimas, galimai padeda Rūtai iš naujo užmegzti geresnį kontaktą su savo kūnu ir labiau pasitikėti juo (Rūtai būdinga disociacija).

4.7.2. Antra piešinių grupė - Chaotiškumas (išėjimas už ribų)



Nr. 1



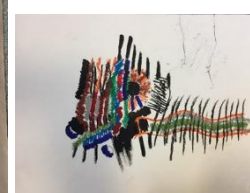
Nr.6



Nr. 5



Nr. 2



Nr. 3

- Pirmajame piešinyje, skirtingomis spalvomis pavaizduota netvarkingų linijų, potėpių dėmių abstrakcija. Piešinio centre pavaizduotas baltos spalvos, vientisos rombo formos ornamentas (Nr. 1, „Apsauga“; formatas: 41 x 29,5 cm).
- Antrajame piešinyje, skirtingomis spalvomis pavaizduota netvarkingų, aštrių, įstrižų, horizontalių ir vertikalinių linijų abstrakcija (Nr. 6, „Pavydas“; formatas: 29,5 x 42 cm).

- Trečiajame piešinyje, pavaizduota abstrakcija, kurios centrinis objektas šviesiai rudos spalvos status trikampis. Kairiajame kampe pavaizduoti septyni žydros spalvos apskritimai, kuriuos juosia raudonos spalvos netvarkingos linijos („žaidžos“). Dešiniajame kampe pavaizduotos žalios vingiuotos ir geltonos įstrižos linijos („kelias“) (Nr. 5, „Mano oda“; A 4 formatas).
- Ketvirtajame piešinyje įvairiomis spalvomis ir įvairiomis linijomis pavaizduota abstrakcija- jausmo išraiška (Nr. 2, „Kaip šiuo metu jaučiuosi“; patiesiamąjo apsauginio lapo formatas: 1,73 x 1,15 cm; piešimui skirtą lapo formatas: 65 x 50 cm)
- Penktajame piešinyje įvairiomis spalvomis, aštriomis vertikaliomis ir lanksčiomis banguotomis horizontaliomis linijomis pavaizduota abstrakcija. (Nr. 3, „Žvilgsnis į skausmą“; formatas: 29,5 x 42 cm)

Stebint šią piešinių grupę, yra matomas kompozicijai būdingas chaotiškumas, fragmentiškumas ir užėjimas už lapo ribų.

Analizuojant šią piešinių grupę dėmesys buvo kreipiamas į bendrą kūrinių keliamą įspūdį, erdvės organizavimą, į tai koks popieriaus lapo formatas buvo pasirenkamas ir ar paisoma popieriaus lapo ribų. Klausant refleksijos garso įrašų, buvo kreipiamas dėmesys į tai kas svarbu pačiai kūrinių autorei. Buvo naudojamas tyrėjos dienoraštis, kreipiamas dėmesys į kūrinių atlikimo raiškos ypatumus. Taip pat buvo keliamą hipotezę, kad pirmajame piešinyje yra matomas simbolis. Šią piešinių grupę sudaro penki kūriniai.

Kaip matome šioje piešinių grupėje vyrauja chaotiškos, aštrios, stipriai spaudžiamos, skirtingų spalvų linijos. Naudojamo popieriaus lapo ribos yra nepaisomos. Ypač ryškiai tai matosi piešiniuose Nr.1 („Apsauga“) ir Nr. 2 („Kaip šiuo metu jaučiuosi“). Tai yra patys pirmieji Rūtos piešiniai, kuriuos ji piešė būdama labai sudėtingos psichinės būklės. Šiame etape daugiau vyravo jutiminis medžiagų ir tekstūrų tyrinėjimas. Piešinį Nr. 1 („Apsauga“), Rūta piešė pirštais, gausiai ir nesaikingai naudodama guašo priemonę. Gydytojo pradžioje, jos kūrinių atlikimo raiškoje labiau buvo matoma dinaminė kinestetinė išraiška, ji piešdavo ant žemės, daug judėdavo, naudojo daug erdvės. Refleksijų metu, Rūtai sunku buvo paaiškinti ką ji vaizduoja, tiesiog atsakydavo, kad jai taip norėjosi.

Pasak Abt, pasirenkamas popieriaus dydis atskleidžia informaciją apie psichinę asmens erdvę ir yra sąmoningas pasirinkimas. Vieni žmonės jaučiasi saugiai didelėje erdvėje, kiti atvirkesčiai. Ribų nebuvimas piešinyje byloja apie sąmoningos kontrolės nebuvimą (Abt, 2005). Rūtos pasirinktas didžiausias popieriaus lapas (formatas: 65 x 50 cm) atspindėjo jos

nevaldomas emocijas. Piešdama, ji vis plėtėsi į viršų ir nepaisė balto popieriaus lapo ribų. Pasak Abt, piešinio judėjimo kryptis į viršų gali rodyti dvasinio tikslo siekimą, taip pat gali reikšti gelmes ir judėjimą gilyn (Abt, 2005). Tuo tarpu, Hinz teigia, kad aukštyn iš lapo ribų sklindančios linijos, rodo nevaldomą impulsyvumą, stiprų nerimą, kartais gali rodyti ribinę arba psichotinę būseną. Pasak Hinz, tokio pobūdžio raiška, gali reikšti demonstruojamos kompensacijos paieškas ir leidžia spręsti kiek reikšmės teikiama savo paties asmenybei, kiek dėmesio jai skiriama realios gyvenimo situacijos fone. Kitaip tariant parodo kokio intensyvumo išgyvenamos emocijos lyginant su išorės įvykiais (Hinz, 2020). Bendras Rūtos nupiešto kūrinio Nr. 2 („Kaip šiuo metu jaučiuosi“), lapo užimamas plotas yra 1,73 x 1,15 cm. Rūta buvo vienintelė iš pacientų, kuri ir vėliau mėgdavo pasirinkti didelio formato lapus. Taip pat svarbu paminėti, kad Rūta turi isterijai būdingų bruožų, kai suvokiama problema, psichikos yra labai stipriai išdidinama. Pasak Hinz, didesniuose popieriaus formatuose, yra daugiau minčių, idėjų ir emocijų, naudojama daugiau dailės priemonių, todėl toks žmogaus ekspansyvumas gali būti susijęs su pirmenybe afektinei dimensijai (Hinz, 2020). Kas puikiai atsispindėjo Rūtos elgesyje visų dailės terapijos sesijų procese. Ji pirmenybę teikdavo ne kūrinio prasmei, bet išraiškai ir emocijų išveikai. Hinz mini, kad popieriaus ribų nepaisymas rodo, emocijų užvaldymą ir rodo, kad yra sutrikusios kognityvinės informacijos apdorojimo strategijos (Hinz, 2020). Dailės terapijos metu, prašant susikoncentruoti į esmę, Rūtos vaizdiniai imdavo mažėti, piešinys Nr. 3 („Žvilgsnis į skausmą“). Refleksijų metu, Rūta kalbėdavo labai trumpai, kartais nelogiškai ir nenuosekliai, jai sunku būdavo įvardinti jausmus ar suvokti prasmes. Tačiau būdavo dailės terapijos sesijų, kai ji puikiai išreikšdavo save verbaliai.

Šioje piešinių grupėje, norėusi patyrinti piešinio Nr. 1 („Apsauga“), centre pavaizduotą rombo formos baltą objektą. Rūta šią figūrą nupiešė pačioje kūrybos proceso pabaigoje, prieš pirštu apibrėždama apsaugos liniją. Paklausta ką šis objektas reiškia, Rūta pasakė: „*nežinau kodėl taip padariau, man labai labai to norėjosi*“. Atkreipiau į tai dėmesį ir pasakiau, kad panašu į brangakmenį chaoso centre, kad panašu į nešlifotą deimantą. Panašius objektus pastebėdavau ir kitų psichikos sveikatos centre besigydančių pacientų piešiniuose, ypač po ūmių ir psichotinių būsenų. Jie piešdavo formas, primenančias deimantą, tačiau sąmoningai negebėdavo paaiškinti ką vaizduoja. Dažnai šį objektą pavaizduodavo pačiame centre. Rūta šį piešinį tepė pirštais ir naudojo daug guašo. Pasak Abt, guašas, kaip skysta priemonė, gali sužadinti paprastus ir primityvius psichikos turinius, suteikia daug galimybių

išreikšti įvairius jausmus (Abt, 2005). Todėl keldama hipotezę, kad Rūtos piešinyje, taip pat galėtų būti vaizduojamas deimantas, trumpai apžvelgsiu simbolio prasmę.

Pasak Biedermann, deimantas centre simbolizuoja tam tikrus dvasinius sugebėjimus. Jų ieškantysis atranda išmintį ir žinias, įgyja pažinimą. Simbolikoje, kristalai nusako tai kas ne fizinė fiziniame pasaulyje, teigia Biedermann. Deimantas simbolizuoja tobulybę, tyrumą ir nepažeidžiamumą. Budizmo kultūroje, deimantas reiškia - „nušvitimo vieta“, o deimantinis griaustinio pleištas suskaldo žemiškuosius geismus. Tuo tarpu, Rytų kultūroje, deimantas nurodo Išganytojo Kristaus alegoriją, gimusio naktį, kuriam visos pasaulio jėgos bando pakenkti. Pasak Biedermann, Rytuose deimantas aptinkamas tik naktį. Viduramžių mistikė ir šventoji, Hildegarda Bingenietė (1098- 1179) rašo: „Velnias šiam akmeniui priešiškas, nes jis atsispiria velnio galioms; todėl velnias jo nekenčia ir dieną ir naktį“. Deimantui priskiriamos tik teigiamos savybės, jis simbolizuoja šviesą, gyvenimą, ištikimybę meilėje ir kančiose, giliausią nuoširdumą ir didžiausią tyrumą. Deimantą laiko veiksmingu nuo vaizduotės pagundų ir piktųjų dvasių (Biedermann, 2002, p. 85). Vėliau, paklausta kas padeda Rūtai išsilaikyti chaotiškame būvyje, ji atsakė: „*Tik žinau, kad niekas iš išorės tam neturi įtakos. Gal vidinė ašis, bet tai jau nėra mano pačios savastis. Aukštesnioji jėga, kuri leidžia judėti į priekį. Net nelabai žemiškos formos elementas.*“

Apibendrinant šią piešinių grupę, galime teigti, kad tyrimo dalyvės vizualinei raiškai yra būdinga chaotiška, fragmentuota ir už lapo ribų išeinanti kompozicija. Naudojamos aštrios formos, piešiamos abstrakcijos, dominuoja ryškios spalvos.

Tyrėjos interpretacija. Analizuojant šią piešinių grupę, galima teigti, kad vaizduojamas piešiniuose chaosas puikiai atspindi vidinio Rūtos pasaulio vaizdą ir emocinę būklę. Norisi tikėtis, kad visa ši nesutvarkyta vidinė medžiaga, kuri yra priešiška kultūrai, vis tik turi savo viduje vienalytį deimantą.

4.7.3. Trečia piešinių grupė - Spalvotos linijos



Nr. 7

Nr. 9

Nr. 10

Nr. 8

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, skirtingų spalvų linijomis, pavaizduota apatinė medžio kamieno dalis. Kairiajame medžio kamieno kampe pavaizduota „Rožinė pantera“. Aplink medį pavaizduotos į šonus sklindančios įstrižos linijos. (Nr. 7, „Medis“; formatas: 30 x 42 cm).
- Antrajame piešinyje, lapo centre, spalvotomis linijomis, pavaizduota moters figūra „mano siela“. Fone įvairių formų bei spalvų linijomis, pavaizduotas sielos kambarys. Taškučiais pavaizduotos „mintys“. (Nr. 9, „Sielos kambarys“; A4 formatas).
- Trečiajame piešinyje, skirtingomis spalvomis pavaizduota geometrinių figūrų ir įvairių spalvotų linijų abstrakcija. Lapo centre, pavaizduotas sūkurio formos spalvotas apskritimas su mėlynos spalvos centru (Nr. 10, „Noriu, bet bijau“; formatas: 29 x 32,5 cm).
- Ketvirtajame piešinyje, skirtingomis spalvomis pavaizduotas sūkurio formos spalvotas apskritimas su geltonos spalvos centru ir į šonus išeinančiomis linijomis (Nr. 8, „Pyktis“; formatas: 1, 50 x 1,15 cm).

Stebint šią piešinių grupę yra matomas gausus ryškių ir kontrastingų spalvų naudojimas.

Analizuojant šią piešinių grupę, dėmesys buvo kreipiamas į pasikartojančias naudojamąs ryškias spalvas, kontrastinius jų derinius, spalvų keliamą įspūdį bei apžvelgiama raudonos spalvos simbolika. Taip pat dėmesys buvo kreipiamas į refleksijų garso įrašus. Šią piešinių grupę sudaro keturi piešiniai.

Stebint Rūtos piešinius, dėmesys labiausiai krenta į naudojamų spalvų gausą, kuri šiek tiek kelia sumaišties jausmą, dėl naudojamų kontrastinių derinių. Spalvotų linijų gausa, kelia nesaikingumo ir chaotiškumo įspūdį, šiek tiek sukelia erzulio ir diskomforto jausmą. Kiti

grupės dalyviai išsakydavo panašius komentarus, kad spalvos per režiančios, agresyvios, pavojingos, deginančios per daug iššaukiančios. Kad Rūtos spalvoti piešiniai primena psichoaktyvias medžiagas vartojančių asmenų piešinius, kiti dalinosi, kad matydavo panašius vaizdinius pavartojus tokių medžiagų. Tačiau kitiems pacientams, tokia spalvų gausa sužadindavo linksmumo, smalsumo, pakilios nuotaikos bei susižavėjimo jausmus. Kiti sakydavo, kad tai labai vaikiškos spalvos, primityvūs jų deriniai. Taigi, kaip matome, nėra vieningos objektyvios nuomonės, deja nepavyko sužinoti ir subjektyvios Rūtos nuomonės ar interpretacijos, ji sakydavo: „*Ką aš žinau, aš visą gyvenimą taip piešiu, nes man taip tiesiog patinka. Ir mane pikdo tų žmonių komentarai! Nieko tos spalvos man nereikia*”.

Pasak Foks, kiekvienas gali būti įtakotas fizinių, cheminių ir biologinių veiksnių, todėl subjektyvios spalvos suvokėjo savybės gali labai skirtis. Tai gali priklausyti nuo žmogaus amžiaus, lyties, kultūros, išsilavinimo, veiklos rūšies ir galiausiai nuo nervų sistemos sandaros, bei psichinės būsenos ypatumų (Fox, 2023). Rubin, Moschini teigia, kad spalvinės asociacijos, kurios sukelia tam tikrus pojūčius, gali būti susijusios su prisiminimais ar nesąmoningais išgyvenimais, žadinti tam tikras emocijas, vaizdus ar psichines būsenas (Moschini, 2005; Rubin, 2009). Hinz teigia, kad spalvos be abejonės turi savąją išraišką ir gali veikti psichiką tiesiogiai. Apie tai byloja pastarųjų metų chromoterapijos bandymai sėkmingai gydant psichinius sutrikimus ir psichologines ligas. Tačiau būtina atsižvelgti į tai, kad ne visi žmonės į spalvas reaguoja vienodai emociškai, kad esama mėgstamų ir nemėgstamų spalvų, veikiančių stimuliuojančiai arba slopinančiai, spalva gali dirginti ir kitus jutimo organus (uoslės, lytėjimo, klausos, skonio), teigia autorė (Hinz, 2020). Rūta psichoterapijoje dažnai patirdavo nuobodulio jausmą, jai buvo neįdomūs kitų žmonių išgyvenimai, dažnai ji tiesiog neiškėsdavo ir išeidavo garsiai trenkdama durimis. Todėl tikėtina, kad Rūta naudoja ryškias spalvas savistimuliacijai arba tam tikrai psichoemociinei būsenai sužadinti. Mes niekada nesužinosime kaip ji patiria spalvas, visos spalvos yra nevienareikšmiškos. Jos mėgiama rožinė spalva, jai asocijuojasi su „Rožine pantera“ (animacinis herojus), nes tik santykiyje su savo pliušiniais žaisliukais, ji patiria meilę ir prieraišumą. Rūta sako: „*Man kas ką nori gali sakyti, vaikiška ar kažkokia nenormali, bet aš sudedu visą meilę į savo panterą ir kai man būna blogai, aš ją apsikabinu ir ta meilė man sugrįžta*”. Kita jos dažnai naudojam spalva, yra raudona. Rūta rodė savo didžiulius paveikslus, tapomus namuose.

Pasak Biedermann, raudona spalva laikoma agresyvia, vitališka ir jėgos teikiančia. Raudona yra gimininga ugniai, ji gali reikšti tiek meilę, tiek kovą. Pavyzdžiui intravertiškus ir

melancholiškus žmones, ši spalva gali erzinti, kelti stiprų susijaudinimą ir veikti atstumiančiai. Dažnai ši spalva asocijuojasi su smurtu, karšta meile, prostitucija; raudonos spalvos kelio ženklai perspėja ir nurodo grėsmę (Biedermann, 2002). Foks taip pat teigia, kad siejant raudoną spalvą su garsu, raudona spalva susijusi su didesniu garsumu. Ši spalva aktyvi, seksuali, valdinga ir nurodo tvirtą valią (Fox, 2023). Jungas mini, kad psichologijos požiūriu raudona gali reikšti gyvybiškai svarbų klausimą, aktualią problemą, emocinę įtampą ar pavojų. Turi stimuliuojantį poveikį motorinėms funkcijoms ir sprendimo priėmimo procesams, taip pat provokuoja impulsyvų elgesį. Šios spalvos perteklius gali reikšti pyktį ir poreikį kažkam atkeršyti (C. Jung, 2020).

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, kad tyrimo dalyvės raiškai yra būdingas ryškių ir kontrastingų spalvų naudojimas. Dominuoja rožinės ir raudonos spalvos atspalviai.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, norisi pasakyti, kad Rūta naudoja spalvas, kaip komunikavimo priemonę, kuri atskleidžia jos emocijas, nuotaikas tiek kūrybos procese, tiek ir gyvenime. Tai pat galima pastebėti, kad išraiškai ji dažniausiai pasitelkdavo spalvą, o ne turinį ar formą, kas galimai parodo afektinių būsenų komunikatorių. Rūtai sunku būdavo suvokti ir įvardinti savo jausmus refleksijų metu, tačiau jos siunčiama žinutė per spalvas padėdavo suvokti kaip kiti žmonės jaučia jos kūrinis. Taip pat tikėtina, kad Rūtos spalvų naudojimas yra susijęs su emocijų sukėlimu, tiek sau, tiek kitiems dailės terapijos dalyviams, nes abejingų jos kūriniais nelikdavo, ji visuomet susilaukdavo dėmesio ir pagyrų. Taip pat tikėtina, kad Rūta demonstruodama savo meninius gebėjimus, tiesiog „žaisdavo“ įvairiomis spalvomis, tuo tik išreikšdama savo drąsą ir pasitikėjimą.

4.7.4. Ketvirta piešinių grupė - Kompozicijos fragmentiškumas



Nr. 2

Nr. 12 (a, b, c, d)

Nr. 13

Nr. 5

- Pirmajame piešinyje įvairiomis spalvomis ir įvairiomis linijomis pavaizduota abstrakcija- jausmo išraiška (Nr. 2, „Kaip šiuo metu jaučiuosi“; patiesiamojų apsauginio lapo formatas: 1,73 x 1,15 cm; piešimui skirtą lapo formatas: 65 x 50 cm)
- Antrajame piešinyje (poliptikas iš keturių dalių), pavaizduota: a) lapo centre sukuriu formos raudonas apskritimas, įrėmintas juodos spalvos linijomis; b) lapo centre pavaizduotas violetinės spalvos sukuriu formos apskritimas; iš šonų pavaizduoti juodos spalvos keturi sukuriu formos apskritimai. Į šonus sklinda storų linijų raudoni spinduliai. Kompozicija įrėmintą zigzago formos pilka linija; c) lapo centre pavaizduota akis su išsiplėtusiu vyzdžiu, violetinės spalvos rainele ir raudonu baltymu. Per lapo centrą ir akį, nubrėžta vertikali zigzago formos rožinė linija. Aplink akį, kampuose pavaizduoti keturi rombo formos kvadratai. Fonas padalintas į dvi juodai ir baltai nuspalvintas dalis; d) lapo centre pavaizduotas geltonos spalvos trikampis, kurį iš šonų gaubia trys raudoni trikampiai, kuriuos iš šonų gaubia trys žalios spalvos trikampiai. Fonas netolygiai nuspalvintas juoda spalva. Kompozicija perbraukta, centre susikryžiuojančiomis juodomis, įstrižai einančiomis linijomis (poliptikas Nr. 12 (a, b, c, d), „Už ką esu dėkinga sau“; formatas: 4 vnt. 28 x 32,5 cm).
- Trečiajame piešinyje, lapo centre pavaizduota stilizuota „vaiko akis“, aplink įvairiomis spalvotomis linijomis pavaizduota abstrakcija: „mano garbanoti plaukai“, „džiaugsmas“, „sperma“ (Nr. 13, „Santykis su savimi“; formatas: 29,5 x 41,5 cm).
- Ketvirtajame piešinyje, pavaizduota abstrakcija, kurios centrinis objektas šviesiai rudos spalvos status trikampis. Kairiajame kampe pavaizduoti septyni žydros spalvos apskritimai, kuriuos juosia raudonos spalvos netvarkingos linijos („žaidžios“).

Dešiniajame kampe pavaizduotos žalios vingiuotos ir geltonos įstrižos linijos („*keltas*“) (Nr. 5, „Mano oda“; A 4 formatas).

Stebint šią piešinių grupę, matomas kompozicijos fragmentiškumas, skirtingas popieriaus lapo formato naudojimas.

Analizuojant šią piešinių grupę, dėmesys buvo kreipiamas į kompozicijos suskaidymą, fragmentaciją. Šią piešinių grupę sudaro keturi piešiniai. Kūrinys, poliptikas Nr. 12, (a, b, c, d), „Už ką esu dėkinga sau“, šioje piešinių grupėje interpretuojamas kaip vienas, nors atskiruose piešiniuose, taip pat yra matoma kompozicijos fragmentacija.

Rūtos piešinių cikle yra matomi du impulsai: kūrimo (stabilizavimas, apibrėžimas, jungimas) ir naikinimo (fragmentacija, neigimas). Pasak Abt, kūrinio kompozicijos fragmentiškumas, parodo sąmoningos kontrolės nebuvimą (Abt, 2005). Moschini, teigia, kad emocinio intensyvumo netoleravimas, kūrinuose gali reikštis kompozicijos fragmentiškumu (Moschini, 2005). Tuo tarpu psichoanalitikė McWilliams teigia, kad žmonės, kurie patiria užvaldančius afektus, tokius kaip pirmųkštis siaubas, baimė, gėda, dažnai ima disocijuoti. Dėl to jų afektai yra nuolatinės disreguliacijos būsenos. Tokiais atvejais gali vyrauti įsiūtis, susijaudinimas ir kaltė. Kuo daugiau ir labiau konfliktuojančių būsenų sužadinama, tuo sunkiau tokį potyrį įsisavinti nedisocijuojant. Kai kurie pacientai disocijuoja taip automatiškai ir chaotiškai, kad išgyvena savyje šimtus „asmenybių“ (McWilliams, 2014). Tikėtina, kad Rūtos nenuoseklumas ir asmenybės vientisumo stygius, pasireiškia tokios kompozicijos kūrinuose. Buvo matyti, kaip ji bando tvarkytis su destabilizuojančiomis intensyviomis emocijomis. McWilliams teigia, kad tokiose situacijose, pacientai pakankamai aktyviai naudojami disociaciniais procesais kaip pagrindine prisitaikymo priemone. Ši psichikos gynyba yra būdinga asmenims, išgyvenantiems lėtinį potrauminį streso sindromą, kurio šaknys glūdi vaikystėje (McWilliams, 2014).

Pasak simbolių tyrinėtojų, kompozicijos fragmentiškumas meno kūrinuose, gali reikšti ir simbolizuoti teigiamą dalyką. Ronnberg ir Martin, teigia, kad senovės alchemikai ištyrė faktą, jog norint tapti vientisu, pirmiausia reikia suskaidyti. Išskaidymas skatina vaisingumą ir prisikėlimą, išlaisvina libido, suardydamas gynybines struktūras, kol išlieka tik asmenybės kaulai, ant kurių sukuriamas naujas kūnas. Šio proceso magija įgyjama paaukojus baigtinumą ir stabilumą. Išgyventas suskaidymas įveda į intymumą tarp aukos ir kūrimo, kančios ir virsmo. Paveiksluose vaizduojamas skilimas, rodo besikuriančias, dar nežinomas gyvybės

formas ir simbolizuoja tobulėjimą, judėjimą link vientisumo. Pasak autorių, pirmapradė visuma taip pat užleidžia vietą išskaidymui, tačiau, kaip ir mėnulio cikle, vėl atsiranda visuma (Ronnberg, Martin, 2020). Psichoanalizėje skilimas taip pat reiškia veiklą- individo suskaidymą į pagrindinius kompleksus. Jungas teigia, kad psichologiniu požiūriu žmogus nėra visada išbaigtas, tobulas, veikiau nuolat yra keičiamas per ardomus praradimo padarinius. Smurtas, praradimas, sielvartas, katastrofa, nepriteklis, liga, neviltis, pavydas, įniršis, ekstazės siautėjimas, nesąmoningos manijos, obsesijos, ribų praradimas, „beprotybė“, sukelia pakitusias sąmonės būsenas, kurios suskaido, atsiskiria asmenybę nuo įprasto būvio, tačiau vėl surenka ją, bet jau kitame lygmenyje ir teikia atgimimo sėklas. Jungas teigia, kad išskaidymo vaisiai yra ir platesnė bei transcendentinė perspektyva, gilus ryšys su nesąmoningais procesais. Kaip archetipinis procesas, išskaidymas yra „atšaukimas“, kuris transformuojasi į kitą registrą nei racionalus supratimas. Psichoterapijoje, teigia Jungas, miršta psichinio turinio projekcija į išorinį pasaulį, miršta žmogaus „senasis kūnas“ (ego mirtis), ši būseną primena grįžimą į pirmykščio chaoso būseną, kuri leidžia atsirasti ir gimti naujam „aš“. „Daugybė kyla iš Vieno, bet Vienintelis atkuriamas iš Daugybės“, teigia Jungas (Jung, 2023, p. 323).

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, kad tyrimo dalyvės vizualinei raiškai yra būdingas ryškių, kontrastinių spalvų naudojimas. Dažniausiai dominuoja rožinės ir raudonos spalvos atspalviai.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, galima teigti, kad Rūtos piešiniai atspindi jos psichikoje vykstančius procesus. Kūrinių kompozicijos fragmentiškumas, galimai parodo psichologinio vystymosi formą ir bandymą pasiekti sintezę. Tačiau tai gali atspindėti ir atskirus savasties ryšius, kas būdinga Rūtos asmenybės sutrikimo požymiams. Dailės terapijos refleksijos metu, Rūtai buvo labai svarbus išorinio stebėtojo patyrimas, kuris galėjo paskatinti diferenciaciją, integraciją ir terapinį augimą.

4.7.5. Penkta piešinių grupė - Ribos ir rėmai



Nr. 12 (a)



Nr. 12 (b)



Nr. 10



Nr. 1

- Pirmajame piešinyje (poliptikas iš keturių dalių, čia pristatomos dvi jo dalys), pavaizduota: a) lapo centre sūkurio formos raudonas apskritimas, įrėmintas juodos spalvos linijomis; b) lapo centre pavaizduotas violetinės spalvos sūkurio formos apskritimas; iš šonų pavaizduoti juodos spalvos keturi sūkurio formos apskritimai. Į šonus sklinda storų linijų raudoni spinduliai. Kompozicija įrėmintą zigzago formos pilka linija (poliptikas Nr. 12 (a, b, c), „Už ką esu dėkinga sau“; formatas: 4 vnt. 28 x 32,5 cm).
- Antrajame piešinyje, skirtingomis spalvomis pavaizduota geometrinių figūrų ir įvairių spalvotų linijų abstrakcija. Lapo centre, pavaizduotas sūkurio formos spalvotas apskritimas su mėlynos spalvos centru (Nr. 10, „Noriu, bet bijau“; formatas: 29 x 32,5 cm).
- Trečiajame piešinyje, skirtingomis spalvomis pavaizduota netvarkingų linijų, potepių dėmių abstrakcija (Nr. 1, „Apsauga“; formatas: 41 x 29,5 cm).

Stebint šią piešinių grupę, matomas centrinio objekto įrėminimas, raiškai būdingas stiprus piešimo priemonės spaudimas.

Šios piešinių grupės analizė buvo pradėta nuo kompozicijos peržiūrėjimo, refleksijų garso įrašų, tyrėjos dienoraščio skaitymo. Dėmesys buvo kreipiamas į kompozicijos įrėminimą, bei buvo ieškoma gilesnės simbolių prasmės. Šią piešinių grupę sudaro keturi piešiniai.

Analizuojant šios piešinių grupės piešinius, noriu atkreipti dėmesį, kad ribos, rėmo piešimas atsiranda sudėtingesniuose Rūtos gyvenimo laikotarpiuose. Piešiniai Nr. 12 (a, b) („Už ką esu dėkinga sau“) puikiai atspindi, kaip Rūta mėgina tvarkytis su ją užplūdusiomis neigiamomis emocijomis. Piešinys Nr. 10 („Noriu, bet bijau“), taip pat parodo ribą, kaip baimę, ko Rūta sau gyvenime neleidžia ar riboja save. Ji sako: „*Tas rėmas kaip langas, kaip horizontas, kaip žvilgsnis į kažkokius tolius. Šitie kvadraciukai apačioj, tai gale buvo pridėti kaip variantai, o juoda spalva, kaip kažkokie laikantys trukdžiai arba vingiai patamsėjimai. Ta*

juoda kaip ir baimės spalva man gavosi <...> Tas rėmas, kad nebenuelit į kažkokių vingius kaip toj pasakoj. Šitie juodi gali būt perspalvinti laiko eigoje. Susipynė gal viskas, gal ta geltona būtų langas į vidų, o kita į išorę?“. O pirmasis piešinys Nr. 1 („Apsauga“, tai Rūtos sugalvotas pavadinimas), atspindi saugumo, bei prarastos kontrolės paieškas. Šiame piešinyje, ribą centre pirštu nubrėžė paskutinę akimirką, nors visas kūrinys yra išsiliejęs iš popieriaus lapo kraštų. Pasak Hinz, tankios riebios linijos, gali sužadinti nevaldomą jausmingumą, geidulingumą (elgesys instinktyvus), kuriam reikalinga kontrolė. Galimas vienašališkas veržlus, spontaniškas elgesys, pasitaikantis tarp suaugusių, kuomet yra asmenybės raidos sutrikimų. Hinz teigia, kad svarbu stebėti kada klientas sustabdo kūrybinį procesą, nes tai tam tikra prasme yra riba. Taip pat svarbu stebėti kokį popieriaus dydį žmogus dažniausiai pasirenka, kiek dažų naudoja. Visi šie aspektai parodo žmogaus vidinį ribų pajautimą (Hinz, 2020). Rubin teigia, kad piešiniuose, kuriuose vyrauja stiprus piešimo priemonės spaudimas, rodo hiperaktyvumą, hipomaniakinę būseną ar agresyvumą. Dažnai pasireiškia esant aštriai stresinei situacijai (Rubin, 2009). Pasak Hinz, svarbu atkreipti dėmesį į tai kokios detalės nupieštos stipriau paspaudžiant, t.y. su kokia sfera susijęs nerimas, agresyvumas ir užsispyrimas. Kokia jėga spaudžiama piešimo priemonė, charakterizuoja psichomotorinio tonuso ypatumus, tai svarbus aktyvumo lygio rodiklis (Hinz, 2020). Piešinyje Nr. 12 (a) („Už ką esu dėkinga sau“), puikiai matoma su kokia jėga yra brėžiama juoda riba. Rūtos elgesyje, dažnai buvo matomas paslėptas agresyvumas, emocinis nepastovumas, nepasitikėjimas savimi bei polinkis kaltinti save. Kartais buvo stebimas bendras sujaudinimas, gavus dailės terapijos užduotį. Rūta suvokdavo, kad būtina kažką daryti, tačiau neaišku ką būtent. Dažnai ji apsiribodavo geometrinių figūrų piešimu ir rezervuotai dalindavosi refleksijų metu. Pasak McWilliams, psichika turi būdą atsiriboti nuo nepakeliamo patyrimo, nei rimtai vertinti faktą, kuris yra nemalonus (McWilliams, 2014). Galimai rėmai atsiradę Rūtos piešiniuose, atspindi savikontrolę, bei bandymą save riboti. Pasak Abt, rėmas gali rodyti ypatingą vertę arba nuorodą į baimę, taip pat gali rodyti norą išlaikyti atstumą. Riba, pasak Abt, gali būti naudinga (Abt, 2005).

Šios piešinių grupės kūrinuose, yra matomas galimo simbolio pasikartojimas - apskritimas kvadratu. Pasak Biedermann, apskritimas simbolizuoja Dievą ir dangų, kvadratas Žemę ir žmogų. Kvadratas, geometrinis simbolis, išreiškiantis žmogaus orientaciją erdvėje. Kvadratu, panašiai kaip ir kryžiumi, siekiama susiorientuoti chaotiškame pasaulyje, pasitelkus kryptis ir koordinates. Kvadratūrai būdingas tvarkos principas, kuris įgimtas žmogui ir dualinėje sistemoje priešpastatomas ratui, kuris priklauso dangiškajai sferai. Posakis „apskritimo

kvadratūra“ (troškimas pakeisti ratą tokio pat ploto kvadratu), simbolizuoja norą idealiai suderinti abu elementus: „dangiškąjį“ ir „žemiškąjį“. Kabloje apskritimas kvadratu suprantamas kaip dieviškosios „kibirkštėlės“ fiziniame apvalkale simbolis (Biedermann, 2002).

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, kad tyrėjos vizualinės raiškos kompozicijai yra būdingas ribų užbrėžimas, stiprus piešimo priemonės spaudimas.

Tyrėjos interpretacija. Išanalizavus šią piešinių grupę, galima teigti, kad Rūtos ribų bei tvarkos paieškos, puikiai atsispindi dailės terapijos kūriniuose. Taip pat užbrėždama aiškias ribas, ji ieškojo saugumo ir pastovumo savo išsiskaidžiusiame pasaulyje, ypač tai matoma pirmajame jos piešinyje.

4.7.6. Šešta piešinių grupė - Rožinė pantera



Nr. 11



Nr. 7

- Pirmajame piešinyje, lapo centre, pavaizduota „Rožinė pantera“. Jai virš galvos, spalvotomis stilizuotomis raidėmis užrašyta „SUPERSTAR“. Panterai ant kaklo kabo medalis su užrašu „SUPER PET“. Dešiniajame ir kairiajame lapo kraštuose, pavaizduoti stilizuoti violetinės, rožinės ir geltonos spalvos rėmai. Panterą gaubia širdelių, žvaigždės, kino atributikos, lanksčių linijų elementai. (Nr. 11, „Intuicija“; formatas: 30 x 42 cm).
- Antrajame piešinyje, lapo centre, skirtingų spalvų linijomis, pavaizduota apatinė medžio kamieno dalis. Kairiajame medžio kamieno kampe pavaizduota „Rožinė pantera“. Aplink medį pavaizduotos į šonus sklindančios įstrižos linijos. (Nr. 7, „Medis“; formatas: 30 x 42 cm).

Stebint šią piešinių grupę yra matomas pasikartojantis objektas- rožinė pantera.

Analizuojant šią piešinių grupę dėmesys buvo kreipiamas į pasikartojantį Rūtos piešinių objektą- „Rožinę panterą“ (animacinis herojus). Taip pat bus kreipiamas dėmesys į refleksijų garso įrašą. Šią piešinių grupę sudaro du piešiniai, tačiau gydymo laikotarpyje,

Rūta yra nupiešusi penkis kūrinius su pasikartojančiu „Rožinės panteros“ elementu (kituose meno užsiėmimuose).

Pasirinkau trumpai paanalizuoti šią piešinių grupę, norėdama parodyti, kad Rūtai būdinga ir visai kitokia piešimo raiška. Kur vyrauja logika, elementų tarpusavio sujungimas bei atsiskleidžia Rūtos talentas ir gebėjimai. Apie piešinį Nr. 11 („Intuicija“), Rūta dalinasi: *„Jei nebūtų mano intuicija buvus tokia durna, ir būčiau nėjus prieš intuiciją, būčiau gal pradėjus gamybą su savo rožinėm panterom. Filmą sukūrus, įžimybe pasidarius, gal būčiau dirbus darbą normalų, o ne tokį kokį dirbau. Ir tiek. Labai paprasta, be jokių traumų [juokiasi].“* Šiame garso įrašė, puikiai atsispindi, kaip Rūta, savo gražiai vaizduojamu piešiniu, bando užmaskuoti rūpesčius ir gilią traumą. Pasak Hinz, gražūs ar stereotipiniai vaizdai gali veikti kaip apsauga nuo asmeninių patirčių ar išgyvenamų skausmingų jausmų (Hinz, 2020). Pastebėjau, kad Rūtos grupinių dailės terapijos užsiėmimų darbai yra labiau gynybiški, nei individualių užsiėmimų metu.

Rūtos vaizduojama „Rožinė pantera“, atspindi jos prierašumo sutrikimus. Savo piešiniuose, ji nevaizduodavo žmogaus, tik piešinyje Nr. 9 („Sielos kambarys“) yra pavaizdavusi savo sielą, kuri užtvėrusi kelią į jos vidinio pasaulio erdvę: *„Čia nupiešiau raganą su raudonais plaukais. Bet kažkaip laikosi ta siela viduj su kažkokiais apsuptais energetiniais vingiais, nebeskraido bilenkur. Čia sielos kambarys, ne mano kambarys. <...> Iš išorės atrodo į mane nuodai pilami ir aš noriu tiesiog įsižemint ir pasitraukt ir likt su savo siela ir su savo namais ir tiesiog ramiai gyvent. Ne, aš nieko nenoriu kviesti į svečius“.*

Pasak McWilliams, pati giliausia psichoanalitinė traumos samprata akcentuoja prisirišimo sutrikimus. Dažnas to rezultatas- vaikas niekada neišauga į emociškai nepriklausomą žmogų. Vėliau gyvenime dėl šios kūdikystės stadijos ribinis suaugęs žmogus, nesugeba sukurti intymumo asmeniniuose santykiuose (Kreisman & Straus, 2010). Panašu, kad Rūtai sunku psichologiškai prisirišti, galimai ji niekada nepriėmė meilės ir nemylėjo. Pasak McWilliams vietoj to vyksta tapatinimasis su „svetimu savasties objektu“ (pereinamieji objektai- pliušiniai žaislai). Autorė rašo apie stoką, pirmiausia gilių ir nesąmoningų identifikacijų su pradine tėviška figūra (Rūtos panteros yra vyriškos giminės), o vėliau archetipinių ir vadovaujančių identifikacijų su visuomene ir visa žmonija. Autorė teigia, kad tokią asmenybę suformavo chaotiška ir nesirūpinanti aplinka (McWilliams, 2014).

Apibendrinant šią piešinių grupę, galima teigti, kad tyrimo dalyvės piešiniuose pasikartoja objektas- rožinė pantera.

Tyrėjos išvalga. Išanalizavus šią piešinių grupę, norisi pastebėti, kad patys harmoningiausi piešiniai Rūtos dailės terapijos cikle yra tie, kur ji vaizduoja savo prisirišimo objektą - „Rožinę panterą“. Tačiau svarbu paminėti, kad už gražiai nupieštos panteros, yra paprastas žmogus, t. y. vienas asmuo su skirtingų savasties dalių subjektyviu patyrimu, kurio keliama kančia yra visiškai tikra.

4.7.7. Rūtos dailės terapijos darbų apibendrinimas

Rūtos darbus pagal subjektyvius formalius elementus, pasikartojančius simbolius, specifinę raišką galima suskirstyti į šešias grupes: 1) Ovalas su akcentuotu centru; 2) Chaotiškumas (išėjimas už ribų); 3) Kompozicijos fragmentiškumas; 4) Ribos ir rėmai; 5) Spalvotos linijos; 6) „Rožinė pantera“.

Rūta yra sugalvojusi vieno dailės terapijos užsiėmimo temą - „Pavydas“, kurią noriai priėmė kiti terapijos dalyviai. Trims darbams pavadinimus suteikė pati Rūta, tai piešiniai: „Apsauga“, „Mano oda“ ir „Pavydas“. Kiti darbų pavadinimai atitiko tos dienos dailės terapijos temą: „Kaip šiuo metu jaučiuosi“, „Žvilgsnis į skausmą“, „Sėklytė nederlingoje žemėje“, „Medis“, „Pyktis“, „Sielos kambarys“, „Noriu, bet bijau“, „Intuicija“, „Už ką esu dėkinga sau“ ir „Santykis su savimi“.

Rūtos piešiniams būdinga ekspresija, dinamika, gausus kontrastingų spalvų derinių naudojimas. Kompozicija dažnai centrinė, kartais fragmentuota arba išeinanti iš popieriaus lapo ribų. Raiškoje yra stebimas kietos priemonės spaudimas, kas charakterizuoja psichomotorinio tonuso ypatumus. Naudojamas įvairių piešimo priemonių pasirinkimas, pagrinde sausa pastelė ir guašas, varijuoja skirtingas popieriaus lapo formatas. Rūtos darbuose dominuoja vidinės savijautos temos, sumaištis, pusiausvyros paieškos, atsiskleidžia vidinio pasaulio chaotiškumas ir nestabilumas, atsispindi pykčio, kančios, skausmo ir kitų sunkių jausmų išgyvenimas. Piešiniuose pagrinde vaizduojamos abstrakcijos, žmogus nupieštas tik viename piešinyje. Santykiuose su kitais žmonėmis yra matomas abejingumas, grubumas, tiesmukiškumas. Spalvų deriniai labiau primena vidinį vaiko pasaulį, o ne suaugusios moters, kas sukuria gynybiškumo įspūdį ir pasitraukimą nuo skausmingos realybės. Tačiau svarbu paminėti, kad spalvų interpretacija yra labiau subjektyvi. Rūtos piešimo raiškai būdingas greitis, spontaniškumas ir menkas turinio apgalvojimas ar planavimas, kas nurodo į jos impulsyvumą, emocionalumą ir kartais paviršutiniškumą. Piešiniuose pasikartojančių simbolių

bei turinio analizė atskleidė Rūtos vidinio gyvenimo pašėlusį greitį, bei bandymą riboti save. Taip pat asispindi vidinis susiskaidymas ir integracijos poreikis.

Toliau bus pristatomos IFA tyrimo ir piešinių turinio analizės sąsajos bei apibendrinimas.

5. TYRIMO REZULTATŲ APIBENDRINIMAS

Visi tyrime dalyvavę ribinio asmenybės tipo pacientai, kalba apie vienaip ar kitaip dailės terapijos proceso metu įgytą naudingą patirtį. Tyrimo dalyvių interviu analizė atskleidė, jog jų dalyvavimo dailės terapijos procese patirtys iš esmės susiję su 1) bendravimu ir bedradarbiavimu su kitais dalyviais; 2) gilesniu ir aiškesniu savęs suvokimu; 3) atsiradusia viltimi.

Plačiau analizuodami šias temas, dalyviai akcentavo baimę atsiskleisti prieš kitus dailės terapijos dalyvius, kuomet bijoma išgirsti neigiamus dalykus apie save. Atsiskleidė aktualus saugumo poreikis ir noras būti išgirstu ir suprastu. Su tuo siejasi ir noras būti pastebėtam bei įvertintam. Dalyvaujant dailės terapijos procese dalyviams svarbus kūrybos procesas, skatinantis kontaktą su jausmais ir emocijomis. Kaip gilesnio savęs pažinimo galimybę, tyrimo dalyviai mini skaudžius atradimus, tokius kaip iškilusį nepasitikėjimą savimi ir gėdą, kilusį sunkumą megzti naujus ryšius, nusivylimą savimi, uždarumą, sutrikimo suvokimą kaip kliūtį, tačiau taip pat akcentuoja ir savo teigiamų savybių atradimą. Visi tyrimo dalyviai pabrėžia, kad dailės terapijos procese jiems pavyko pažvelgti į savo vidinį pasaulį, susitikti su savimi. Nauja dailės terapijos patirtis skatino įveikti išbandymus, pažvelgti į save iš šalies, įkvėpė pasitikėjimo, pakeitė požiūrį į save ir suteikė tam tikros asmeninės naudos: žinių ir įgūdžių. Suvokus savo elgesį kaip nedrąsų, vienas tyrimo dalyvis jį keitė į drąsesnį. Visiems tyrimo dalyviams, vienu ar kitu aspektu, svarbi dailės terapijos dalis yra refleksija.

Gilindamiesi į dailės terapijos kaip paties proceso patyrimą, tyrimo dalyviai akcentavo pradžioje kilusius ambivalentiškus jausmus ir teigė, kad vis dėlto motyvaciją dalyvauti dailės terapijos cikle lėmė smalsumas, dailės terapijos priemonių gausa ir galimybė kurti. Patį procesą tyrimo dalyviai įvardina kaip būdą labiau įsigilinti į save, pasinerti į prisiminimus, dažnai skausmingus. Vėliau proceso dinamika kito, atsirado motyvacijos kurti ir keisti savo gyvenimą. Tyrimo duomenys atskleidė, kad dailės terapija buvo svarbi sveikimo procesui ir siejasi su gyvenimo būdo pokyčiais bei naujais planais.

Taip pat dailės terapijos procesas buvo svarbus sunkių jausmų priėmimui, įsisąmoninimui ir integravimui. Saugi terapinė aplinka leido arčiau susipažinti ir pabūti su intensyviais, nemaloniais pojūčiais keliančiais jausmais. Tyrimo duomenys atskleidė, kad dailės terapijos proceso metu, kito tyrimo dalyvių savęs vertinimas. Atsiskleidė, kad kūrybos procesas

teigiamai veikia sunkių emocijų pažinimą ir išveiką. Tyrimo dalyviai nurodė, kad dailės terapija suteikia saugią erdvę ir galimybę būti tiesiog savimi. Dailės terapijos grupės kontekstas, leidžia tyrimo dalyviams išgyventi buvimo priimtu ir suprastu patyrimą. Tyrimas rodo, jog dailės terapijos procese formuojasi ribinio asmenybės tipo pacientų identitetas ir geresnis savęs pažinimas.

Išanalizavus tyrimo dalyvių piešinius, turinio analizės metodu atskleistos pagrindinės ribinio asmenybės tipo pacientų vizualinei raiškai būdingos grupės bei su jomis susijusios interpretacijos.

Marko: 1) Mėlynos spalvos fonas – kaip depresinės būsenos atspindys, atliepiantis poreikį apmąstymams, gilesnėms išvalgoms ir saugioms liūdesio bei ilgesio akimirkoms; 2) Dvi akys- simbolizuoja miglotą matymą ir nepakankamo gebėjimo diferencijuoti atspindys. Užmerktos akys, kaip siekis vengti nemalonių vaizdų, bei būti susilpnėjusios sąmonės ženklas; 3) Apskritimas su tašku centre- kaip palaipsniui bundančios nesąmoningos jėgos, kurios iškelia į sąmonės šviesą labai svarbią medžiagą; 4) Chaosas- kaip jaučiamas ir išliejamas pyktis, skatinantis terapinį procesą.

Paulinos: 1) Spiralių kryptis ir dinamika - kaip siekis augti išlaikant pusiausvyrą ir balansą; 2) Smulkių detalių vaizdavimas piešinio centrinėje dalyje - kaip reikšmingiausių ir svarbiausių dalykų atspindys. 3) Augimo elementas – kaip dviejų pasaulių- žemiškojo ir dvasinio atspindys, pusiausvyros siekis. 4) Širdies simbolio piešimas - kaip „vidinio žmogaus“ atspindys.

Rūtos: 1) Ovalas su akcentuotu centru - kaip poreikis ieškoti nejudančios, subalansuotos centrinės ašies, per greitai besisukančiame pasaulyje; 2) Chaotiškumas (užėjimas už ribų) – kaip vidinio pasaulio ir emocinės būklės atspindys; 3) Spalvotos linijos – kaip komunikavimo priemonė, atskleidžianti ir žadinanti emocijas bei jausmus; 4) Kompozicijos fragmentiškumas – kaip psichikoje vyraujančių procesų atspindys, psichologinio vystymosi forma ir sintezės siekis. 5) Ribos ir rėmai – kaip ribų ir tvarkos paieškos, saugumo ir pastovumo siekis. 6) Rožinė pantera – kaip pastovaus prisirišimo objektas, kuris skleidžia meilę ir šilumą.

Tyrimo dalyvių piešinių analizė atskleidė, jog jų dailės terapijos piešiniai iš esmės kalba apie panašius dalykus. Visiems būdinga pusiausvyros ir balanso paieška, noras augti, vystytis ir

skleistis. Atsiskleidžia chaotiškos būsenos atspindžiai, ribų bei saugumo ir pastovumo paieškos. Visiems tyrimo dalyviams būdingas gilesnių jausmų kontakto paieškos, atsiskleidžia santykių svarba.

Apibedrinius piešinių turinio analizės ir IFA analizės rezultatus, matomos visiems tyrimo dalyviams būdingos sąsajos, pasireiškiančios vyraujančios emocinės būklės atspindžiais ir išgyvenimais. Tiek verbalinėje, tiek vizualinėje raiškoje matomi keliami identiteto ir savęs pažinimo klausimai, atsispindi pusiausvyros ir stabilumo paieškos, pasikartoja tos pačios esmės.

TYRIMO RIBOTUMAI IR GALIMYBĖS

Tyrėjo asmenybės įtaka tyrimui, nuo tyrimo planavimo iki rezultatų pateikimo yra gyvenimiškas ir neginčytinas faktas, kuris ypač aktualus naudojant kokybinius metodus. Interpretacinė fenomenologinė analizė palieka gana daug erdvės tyrėjo įtakai, renkant tyrimo medžiagą bei ją interpretuojant. Todėl šiame skyriuje norėčiau panagrinėti šių aspektų svarbą. Tiek dėl atlikto tyrimo pobūdžio, tiek dėl mano pačios savybių, tiek dėl mano padarytų pasirinkimų ir tyrimo aplinkybių, čia pateiktą informaciją pasirinkau aprašyti pirmojo asmens forma. Praktiką, o vėliau ir savanorystės pagrindais, dailės terapijos sesijas vedžiau Vilniaus miesto psichikos sveikatos centro, „Ribinių būsenų“ skyriuje. Tokios praktikos patirties anksčiau nebuvau turėjusi, mat „Ribinių būsenų“ skyriaus psichoterapinė bendruomenė, turi savitą gydymo filosofiją bei būdą. Pacientai yra skatinami rūpintis vieni kitais, tarp pacientų ir skyriaus darbuotojų vyksta gana glaudi bendradarbiavimo sąveika. Skyriaus specialistai dalyvauja pacientų psichoterapinėse grupėse. Supratau, kad emociškai man tai nebus lengva patirtis, tačiau sutikau su skyriuje vyraujančiomis taisyklėmis ir ryžausi šiai naujai patirčiai. „Ribinių būsenų“ skyriaus vadovas Aleksandras Alekseičikas man suteikė naują galimybę stebėti psichoterapines grupes ir vesti dailės terapijos sesijas. Todėl vienas iš galimai pasireiškusių tyrimo ribotumų, galėjo būti faktas, kad tyrimo dalyviai mane gerai pažinojo. Taigi išvelgiu, kad dvigubo vaidmens turėjimas galėjo turėti įtakos turiniui, kurį buvo linkę atskleisti tyrimo dalyviai atliekant tyrimą. Kita vertus, darau prielaidą, kad buvimas ne tik tyrėja, bet ir darbuotoja, buvo svarbus veiksnys, leidžiantis skyriuje atlikti tyrimą. Todėl galiausiai, dėl to tyrimas apskritai tapo įmanomas. Atlikdama tyrimą pastebėjau, kad vienu metu atliekamas tyrėjos ir skyriaus darbuotojos vaidmuo turėjo įtakos keliems tyrimo eigos aspektams. Iš dalies mane pažinodami tyrimo dalyviai buvo linkę labiau bendradarbiauti, kita vertus, taip pat gali būti, kad jie jautėsi įpareigoti, nors ir buvo informuoti, kad dalyvavimas tyrime yra savanoriškas. Svarbus tyrimo plano elementas, kuris tikriausiai turėjo įtakos paimtos medžiagos kokybei buvo pokalbių temų seka. Suplanuota tvarka leido lengviau užmegzti gerą ryšį su tyrimo dalyviais ir galiausiai išsinešti turiningą jų patirties aprašymą. Tačiau manau, kad interviu metu nesąmoningai formuluodama klausimus ir turėdama išankstinę nuostatą apie dailės terapijos proceso naudą, galėjau įtakoti tyrimo dalyvių

atsakymus. Tai pat iš anksto naudojant, iš dalies struktūruoto interviu klausimus, galėjau apriboti tyrimo dalyvių pasakojimus ir kliudyti atskleisti vertingus duomenis.

Išanalizavus garsinę interviu medžiagą, pastebėjau, kad kai kuriose situacijose reagavau kaip terapeutė, o ne kaip tyrėja. Interpretuojant duomenis, mano pozityvi nuostata dailės terapijos atžvilgiu, galėjo veikti duomenų interpretavimą. Atliekamo interviu metu galėjo susidaryti socialinio pageidaujiamumo sąlygos. Tyrimas buvo atliktas su maža tiriamųjų imtimi, todėl rezultatų negalima apibendrinti platesniam ribinio asmenybės sutrikimo kontekstui. Tačiau tai nuo pat pradžių ir nebuvo tyrimo tikslas. IFA metodu siekiama atskleisti giluminę analizę, nesiekiami apibendrinimų. Tačiau tyrimo rezultatai gali būti naudingi ateities tyrimams su ta pačia ribinį asmenybės sutrikimą turinčių asmenų grupe. Tyrimo rezultatus galėjo įtakoti pati „Ribinių būsenų“ skyriaus darbo specifika. Dailės terapijos sesijos vyko po psichoterapinių grupių, stengdamasi aktualizuoti tęstinumo principą, dailės terapijos temas sudarinėjau neturėdama išankstinio plano. Antras dalykas išaiškėjo bandant išgryninti gautus tyrimo duomenis ir atskirti dailės terapiją nuo psichoterapijos. Vis primindavau tyrimo dalyviams, kad analizuoju dailės terapijos patyrimą, vis tik dalinai buvo sunku atsieti šiuos du dalykus ir vargu ar įmanoma.

Šiuo savo darbu tikiuosi atskleidžiau ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimus dailės terapijos procese. Viena iš galimybių ateities tyrimams, galėtų būti dailės terapijos intervencija, taikant specialius dailės terapijos metodus, skirtus ribinį asmenybės sutrikimą turintiems asmenims.

Kartu pripažįstu, kad rašydama apie atlikto tyrimo ribotumus, daugelio veiksnių galėjau neidentifikuoti. Reflektyvumą galima ugdyti. Iš tiesų tai yra procesas, kurio metu interpretacijas galima atlikti tiek tyrimo metu, tiek po jo.

TYRĖJOS REFLEKSIJA

Atlikdama tiriamąją dailės terapeuto praktiką Vilniaus miesto Psichikos sveikatos centro, „Ribinių būsenų“ skyriuje, nesitikėjau, kad mano kelionė truks pusę metų. Taip pat nesitikėjau, kad ši patirtis bus tokia praturtinanti, praplečianti suvokimą, pamokanti ir brandinanti.

Pirmasis iššūkis su kuriuo teko susidurti, tai „Ribinių būsenų“ skyriaus darbo specifika, kuri grindžiama psichoterapinės bendruomenės principu. Gyvenimas šioje bendruomenėje tampa panašus į šeimą, kuriai būdingi įprasti žmogaus kasdieniai santykiai. Verta paminėti, kad veikla skyriuje yra grindžiama originalia psichoterapijos sistema- Intensyvus Terapinis Gyvenimas (ITG), kurią sukūrė ir kelis dešimtmečius plėtoja Aleksandras Alekseičikas, gydytojas psichiatras, Lietuvos psichoterapijos patriarchas. Su gydytojo veikla susipažinau dar 2015 metais, dalyvaudama jo vedamuose kasmetiniuose balandžio mėnesio seminaruose. ITG- labai sunkiai apibūdinama psichoterapijos mokykla, tačiau persmelkta ypatingos dvasios ir atmosferos, kurią išdėstyti žodžiais iš esmės neįmanoma. Tai labai asmenišką patirties išgyvenimas ir pajautimas. Skyriaus veikla ir ITG neatsiejama nuo jos kūrėjo Aleksandro Alekseičiko asmenybės, jo unikalumo, dažnai radikalaus ir kategoriško požiūrio.

Prisijungusi prie jau susidariusios psichoterapinės grupės, supratau, kad mano veikla skyriuje, didžiąja dalimi, priklausys nuo mano asmenybės, kurios atspindžius aš regėsiu kitų bendruomenės narių veiduose. Grupė sudarė galimybę pažvelgti į save ir savo problemas kitų akimis, kas mane skatino suprasti savo pačios įprasto elgesio pasekmes ir leido jas koreguoti, išdrįstant saugiai rizikuoti ir pasielgti kitaip. Šioje situacijoje teko įgyti drąsos, pasitikėjimo savimi ir suvokti savo prisiimtą atsakomybę. Gyvenimas grupėje buvo tikrai labai intensyvus, tiek būnant liūdininke kito išgyvenamame skausme, tiek stebint ir patiriant skirtingas perkėlimo reakcijas, ne tik į kitus grupės narius, bet ir į gydytojus ar kitus psichikos sveikatos specialistus. Ši patirtis pagilino suvokimą, kaip mano pačios psichika ir kūnas reaguoja į tokias situacijas, padėjo mokytis pajauti savo ribas ir galimybes, kas be jokios abejonės, teiks naudą dailės terapeutės profesijos kelyje. Stebėdama pacientų būsenas mokiausi atpažinti psichopatologijos raišką, klausytis savo intuicijos, stebėti kūno reakcijas ir įvardinti įžvalgas. Pirmomis savaitėmis po grupių jausdavau nuovargį, ne iš karto supratau kodėl. Psichikos liga yra nematoma, neturint profesinės patirties, galima labai greitai pasiduoti pacientų įtakai bei

manipuliacijoms. Atsispirti šioms įtakoms, kurios veikė tiek psichiškai tiek dvasiškai, padėjo pakitęs požiūris į grupės pacientus. Vietoje išgyvenamo liūdesio, apmaudo, bejėgiškumo ar pykčio, teko priimti realybę tokią, kokia ji yra. Buvo situacijų, kai pastebėdavau, kad man sunku užimti empatišką poziciją dirbant su kai kuriais pacientais. Ypač kai kalba užeidavo apie smurtą patiriančius vaikus. Tačiau mokantis iš skyriaus specialistų, kito mano požiūris žvelgiant į pacientus. Pradėjau matyti kenčiančiame suaugusiame žmoguje, smurtą patyrusį vaiką. Tai atvėrė man naują perspektyvą, kuri į pacientų elgesį įtraukė ir platesnį jų pačių gyvenimo istorijos paveikslą, jų patirtą skriaudą ir nepriteklių. Dabar man tai atrodo savaimė suprantama, bet tuo metu man aiškiai reikėjo išgirsti iš šalies, iš patyrusių specialistų lūpų. Tikriausiai už šį įsitikinimą esu dėkinga „Ribinių būsenų“ skyriaus komandai.

Panašų menkinamąjį požiūrį į psichikos sutrikimų turinčius asmenis, pastebėjau tarp daugelio kitų institucijų darbuotojų, taip pat privačiuose pokalbiuose su žmonėmis. Tai man reiškia, kad toks neigiamas požiūris yra plačiai paplitęs, o poreikis keistis, kad būtų lengviau teikti veiksmingą pagalbą, yra didelis. Susidūrus su sunkumais, dirbant su ligoninėje besigydančiais pacientais, gimė vilties jausmas ir noras, kad galima pagerinti psichikos sveikatos specialistų darbą įtraukiant menų terapeutų paslaugas į Lietuvoje veikiančius psichikos sveikatos centrus ar ligonines.

Šis jausmas tapo paskata atlikti tyrimą, kuris leistų išgirsti asmeninį kenčiančio žmogaus pasakojimą apie savo patiriamus sunkumus, neviltis ir džiaugsmus. Apie asmeninį subjektyvų dailės terapijos proceso patyrimų išgyvenimą.

Kalbant apie atlikto tyrimo aspektus, noriu pasakyti, kad tai buvo pati nuostabiausia ir prasmingiausia kelionė kartu su tyrimo dalyviais, ilgas nueitas kelias savęs pažinimo ir kito pažinimo link. Atlikdama tyrimą, su ypatingais sunkumais nesusidūriau, gal tik norisi prisiminti momentus, kai klausantis interviu garso įrašų ir bandant įsijausti į tyrimo dalyvių patirtį niekaip nepavykdavo suvokti prasmį. Dažnai užmigdavau su ausinėmis, girdėdama pacientų balsus. Tik skaitydama transkribuotą medžiagą supratau, kad jų atsakymuose yra labai daug prieštaravimų. Tai apsunkino tyrimo analizę, tačiau padėjo dar geriau suvokti ribinį asmenybės sutrikimą.

Kalbant apie tyrimo dalyvius, noriu pasakyti, kad mane žavi šių žmonių stiprybė ir pastangos nepasiklysti ribinio asmenybės sutrikimo „mozaikoje“. Žinau, kad Markas ir Rūta yra turėję savižudiškų ketinimų, Paulina yra išgyvenusi trylika psichozių, ir nepaisant to, jie nepraranda vilties ir grumiasi dėl psichikos sveikatos. Viliuosi, jog dailės terapijos sesijos jiems padėjo pakeisti suvokimą apie savo vidinį pasaulį ir jų gautos įžvalgos išsiskyns jų sąmonėje.

IŠVADOS

1. Remiantis išanalizuotais moksliniais straipsniais daroma išvada, kad ribinių sutrikimų pagrindu laikoma fiksacija prie separacijos- individuacijos problemų. Šiais sutrikimais sergantys pacientai patiria sunkumų formuodami santykius su kitais. Tokių žmonių nepatenkina nei artumas, nei atitolimas. Ribinės asmenybės organizacijos žmonėms būdingas chaotiškas blaškymasis tarp įvairių būsenų, nepajėgiant jų surinkti į visumą. Pagrindiniai ribinės asmenybės organizacijos požymiai: tapatumo difuziškumas; primityvios psichologinės gynybos (gynybos mechanizmai remiasi skėlimu); pakankamas realybės suvokimas (galimi laikini sutrikimai streso sąlygomis). Nustatant diagnozę reikšmingas simptomų intensyvumo įvertinimas.

2. Atlikus Interpretacinę fenomenologinę analizę atskleistos pagrindinės ribinio asmenybės tipo pacientų dailės terapijos proceso patyrimų temos:

(M): 1) Baimės; 2) Susitikimas su savimi tikru; 3) „Piešinys atskleidžia tiesą“;

(P): 1) „Pažvelgti į save kitu kampu“; 2) „Čia galiu jausti“;

(R): 1) Atsigrėžimas į save; 2) „Kūryba- išlaisvinanti jėga“; 3) Santykis su kitais.

Taip pat atskleisti keli ribinį asmenybės tipą turinčių pacientų dailės terapijos proceso patyrimo aspektai: jausmų atpažinimas ir priėmimas, aiškesnis savęs vaizdas, išlaisvėjimas ir atsiskleidimas kūrybos procese. Rezultatai leido daryti prielaidą, kad dailės terapija skatina į dabartį orientuotą sąmoningumą ir skatina emocinius procesus, kuriuos sukelia dailės terapijos kūrybos procesas ir sąveika su piešimo priemonėmis.

3. Išanalizavus tyrimo dalyvių piešinius, turinio analizės metodu atskleistos pagrindinės ribinio asmenybės tipo pacientų vizualinei raiškai būdingos grupės:

(M): 1) Mėlynos spalvos fonas – kaip depresinės būklės atspindys; 2) Dvi akys – kaip miglotas matymas; 3) Apskritimas su tašku centre - kaip bundančių jėgų atspindys;

4) Chaosas- kaip pyktis. (P): 1) Spiralių kryptis ir dinamika – kaip siekis augti; 2) Smulkių detalių vaizdavimas piešinio centrinėje dalyje – kaip reikšmingiausi dalykai;

3) Augimo elementas- kaip žemiškojo ir dvasinio pasaulio atspindys; 4) Širdies simbolio piešimas – kaip „vidinio žmogaus“ atspindys. **(R):** 1) Ovalas su akcentuotu centru – kaip centrinės ašies atspindys ; 2) Chaotiškumas (užėjimas už ribų) – kaip vidinio pasaulio atspindys ; 3) Spalvotos linijos – kaip komunikacijos priemonė ; 4) Kompozicijos fragmentiškumas- kaip psichikoje vyraujančių procesų atspindys; 5) Ribos ir rėmai - kaip tvarkos paieškų atspindys; 6) Rožinė pantera – kaip pastovaus prieraišumo poreikio atspindys. Bendrai tyrimo dalyvių vizualinei raiškai būdingas kompozicijos centriškumas, chaotiškumas ir žmogaus figūros nevaizdavimas.

REKOMENDACIJOS

- Siekiant palengvinti RAS turinčių asmenų būseną ir adaptacijos mechanizmus rekomenduojama taikyti dailės terapijos intervencijas. Meninės kūrybos ir neverbalinių priemonių naudojimas padeda pacientams atpažinti kylančius iš sąmonės užslopintus jausmus ir konfliktus, kurie daro įtaką jų emocinių, pažintinių ir socialinių funkcijų sutrikimuose.
- Rekomenduojama taikyti ilgalaikę dailės terapijos programą darbu su RAS turinčiais asmenimis. Ilgalaikė dailės terapija padeda pacientams su asmenybės sutrikimais, geriau integruoti ir suprasti savo probleminius jausmų, minčių, nelaimės tolerancijos ir elgesio modelius, kurie anksčiau nebuvo sprendžiami ir pasiekę sąmoningo pažinimo lygmens.
- Rekomenduojama taikyti individualias dailės terapijos sesijas, kurios padeda žmogui lengviau atsiverti po sunkių trauminių patirčių.
- Rekomenduojama taikyti grupinės dailės terapijos sesijas, kurios padeda spręsti emocijų reguliavimo problemas ir padeda pažinti kitų žmonių patirtį ir jausmus iš kelių perspektyvų. Tokiu būdu pagerinant gebėjimą aktyviai ugdyti save ir socialinėje sąveikoje su kitais, išreikšti emocijas priimtinu būdu. Grupinės dailės terapijos užsiėmimai stiprina autonomiją, lavina teigiamą savęs vaizdą, padeda įveikti atstumo ir artumo problemas, moko jausti ryšį ir intymumą su kitais dailės terapijos dalyviais.
- Dailės terapeutams, dirbantiems su RAS turinčiais asmenimis rekomenduojama laikytis griežtos dailės terapijos sesijų struktūros ir taikyti laisvo stiliaus kūrimo galimybes, kurios skatina saviveiksmingumo, kūrybiškumo, pažintinių funkcijų atsigavimą ir pagerina gyvenimo kokybę.
- Dailės terapeutams rekomenduojama taikyti mentalizaciją gerinančius metodus, mentalizuojant tiek intuityviai, tiek intelektualiai yra kuriamas savęs suvokimas, savo tapatumo jausmas. Dailės terapijos specialistams rekomenduojama ugdyti kantrybę, toleranciją bei pagarbą kenčiančiam žmogui.

- Rekomenduojama diegti psichikos sveikatos priežiūros įstaigose dailės terapijos kabinetus ir plačiau taikyti šios nemedikamentinės efektyvios intervencijos būdą, papildantį holistinį požiūrį į žmogaus sveikatą.
- Rekomenduojama psichikos sveikatos specialistams ir slaugytojams kreipti dėmesį į pacientų atliekamų dailės terapijos kūrinių turinį. RAS turintys asmenys, dažnai yra išgyvenę vaikystės traumą, kurią sunku perteikti žodžiais, todėl meno kūrinys padeda labiau suprasti žmogaus patirtį ir skatina bendradarbiavimą. Meno kūrinys gali būti naudojamas kaip papildomas duomenų rinkimo būdas, kuris padeda taikyti tikslesnes įgalinimo intervencijas.

LITERATŪROS SĄRAŠAS

- Adomonis, J. (1994). *Nuo tasko iki sintezės*. Vilniaus Dailės Akademijos Leidykla.
<https://books.google.lt/books?id=0M7cMgEACAAJ>.
- Ambraziejienė, R. (2003). *Ženklai. Įvaizdiniai. Simboliai*. Kauno Tautinės kultūros centras.
- Barkauskienė, R., Gaudiešiūtė, E., & Skabeikytė, G. (2021). Change in the definition of personality disorder in transition to ICD-11: A look from clinical and developmental perspectives. *Psichologija*, 65, 8–21. <https://doi.org/10.15388/Psichol.2021.36>
- Brazauskaitė, A. (2004). *Vaikų dailės terapinis aspektas*. Gimtasis žodis.
- Gaižauskaitė, I., & Valavičienė, N. (2016). *Socialinių tyrimų metodai: Kokybinis interviu* [Book]. Lituaniaistika; Registrų centras. <https://www.lituanistika.lt/content/78489>
- Sabaliauskas, S., & Žydzūnaitė, V. (2017). *KOKYBINIAI TYRIMAI: PRINCIPAI IR METODAI (Qualitative Research: Principles and Methods)*.
https://www.academia.edu/31606247/KOKYBINIAI_TYRIMAI_PRINCIPAI_IR_METODAI_Qualitative_Research_Principles_and_Methods_
- Abt, T. (2005). *Introduction to picture interpretation: According to C. G. Jung* (1. ed). Living Human Heritage Publ.
- Adomonis, J. (1994). *Nuo tasko iki sintezės*. Vilniaus Dailės Akademijos Leidykla.
<https://books.google.lt/books?id=0M7cMgEACAAJ>
- Alharahsheh, H., & Pius, A. (2019). *A Review of key paradigms: Positivism VS interpretivism*.
- Alsaigh, R., & Coyne, I. (2021). Doing a Hermeneutic Phenomenology Research Underpinned by Gadamer's Philosophy: A Framework to Facilitate Data Analysis. *International Journal of Qualitative Methods*, 20, 16094069211047820.
<https://doi.org/10.1177/16094069211047820>
- Ambraziejienė, R. (2003). *Ženklai. Įvaizdiniai. Simboliai*. Kauno Tautinės kultūros centras.
- Barkauskienė, R., Gaudiešiūtė, E., & Skabeikytė, G. (2021). Change in the definition of personality disorder in transition to ICD-11: A look from clinical and developmental perspectives. *Psichologija*, 65, 8–21. <https://doi.org/10.15388/Psichol.2021.36>
- Becker, U. (1996). *Udo Becker—Simbolių žodynas*. <https://www.juodassuo.lt/products/udo-becker-simboliu-zodynas>

- Biedermann, H. (2002). *Naujasis simbolių žodynas*. Mintis.
<https://books.google.lt/books?id=BBKgmwEACAAJ>
- Bois, C., Fazakas, I., Salles, J., & Goz , T. (2023). Personal Identity and Narrativity in Borderline Personality Disorder: A Phenomenological Reconfiguration. *Psychopathology*, 56(3), 183–193. <https://doi.org/10.1159/000526222>
- Brazauskait , A. (2004). *Vaikų dailės terapinis aspektas*. Gimtasis žodis.
- Cheung, M. M. Y., Saini, B., & Smith, L. (2016). Using drawings to explore patients’ perceptions of their illness: A scoping review. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 9, 631–646. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S120300>
- Chiang, M., Reid-Varley, W. B., & Fan, X. (2019). Creative art therapy for mental illness. *Psychiatry Research*, 275, 129–136. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.03.025>
- Chilvers, S., Chesterman, N., & Lim, A. (2021). ‘Life is easier now’: Lived experience research into mentalization-based art psychotherapy. *International Journal of Art Therapy*, 26(1–2), 17–28. <https://doi.org/10.1080/17454832.2021.1889008>
- Clarke, C. (2009). An Introduction to Interpretative Phenomenological Analysis: A Useful Approach for Occupational Therapy Research. *British Journal of Occupational Therapy*, 72(1), 37–39. <https://doi.org/10.1177/030802260907200107>
- D’Agostino, A., Rossi Monti, M., & Starcevic, V. (2019). Psychotic symptoms in borderline personality disorder: An update. *Current Opinion in Psychiatry*, 32(1), 22–26. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000462>
- Domsalla, M., Koppe, G., Niedtfeld, I., Vollstädt-Klein, S., Schmahl, C., Bohus, M., & Lis, S. (2014). Cerebral processing of social rejection in patients with borderline personality disorder. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 9(11), 1789–1797. <https://doi.org/10.1093/scan/nst176>
- Fenner, P., Ryan, B., Chang, O., Qaloe, S., Nabukavou, T., & Chetty, S. (2020). Art-making in mental health—A Fijian pilot study. *Australasian Psychiatry*, 29. <https://doi.org/10.1177/1039856220970060>
- Fox, J. (2023). *Pasaulis pagal spalvą: Kultūros istorija*. Pegasus.
- Gaižauskaitė, I., & Valavičienė, N. (2016). *Socialinių tyrimų metodai: Kokybinis interviu* [Book]. Lituania; Registru centras. <https://www.lituanistika.lt/content/78489>
- Goldstein, K. E., Feinberg, A., Corniquel, M. B., Szeszko, J. R., New, A. S., Haznedar, M. M., Goodman, M., Chu, K.-W., Tang, C. Y., & Hazlett, E. A. (2021). Anomalous

- Amygdala Habituation to Unpleasant Stimuli Among Unmedicated Individuals With Borderline Personality Disorder and a History of Self-Harming Behavior. *Journal of Personality Disorders*, 35(4), 618–631. https://doi.org/10.1521/pedi_2020_34_495
- Hackett, S. S., & Aafjes-van Doorn, K. (2019). Psychodynamic art psychotherapy for the treatment of aggression in an individual with antisocial personality disorder in a secure forensic hospital: A single-case design study. *Psychotherapy (Chicago, Ill.)*, 56(2), 297–308. <https://doi.org/10.1037/pst0000232>
- Haeyen, S. (2019). Strengthening the Healthy Adult Self in Art Therapy: Using Schema Therapy as a Positive Psychological Intervention for People Diagnosed With Personality Disorders. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00644>
- Haeyen, S., Chakhssi, F., & Van Hooren, S. (2020). Benefits of Art Therapy in People Diagnosed With Personality Disorders: A Quantitative Survey. *Frontiers in Psychology*, 11, 686. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00686>
- Haeyen, S., & Heijman, J. (2020). Compassion Focused Art Therapy for people diagnosed with a cluster B/C personality disorder: An intervention mapping study. *The Arts in Psychotherapy*, 69, 101663. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101663>
- Haeyen, S., & Noorthoorn, E. (2021). Validity of the Self-Expression and Emotion Regulation in Art Therapy Scale (SERATS). *PloS One*, 16(3), e0248315. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248315>
- Haeyen, S., van Hooren, S., van der Veld, W., & Hutschemaekers, G. (2018). Efficacy of Art Therapy in Individuals With Personality Disorders Cluster B/C: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Personality Disorders*, 32(4), 527–542. https://doi.org/10.1521/pedi_2017_31_312
- Haeyen, S., Ziskoven, J., Heijman, J., & Joosten, E. (2022). Dealing with opposites as a mechanism of change in art therapy in personality disorders: A mixed methods study. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1025773>
- Hamza, C. A., & Willoughby, T. (2019). Impulsivity and nonsuicidal self-injury: A longitudinal examination among emerging adults. *Journal of Adolescence*, 75(1), 37–46. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.07.003>

- Health (UK), N. C. C. for M. (2009). BORDERLINE PERSONALITY DISORDER. In *Borderline Personality Disorder: Treatment and Management*. British Psychological Society (UK). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK55415/>
- Hepp, J., Kieslich, P., Schmitz, M., Schmahl, C., & Niedtfeld, I. (2020). Negativity on Two Sides: Individuals With Borderline Personality Disorder Form Negative First Impressions of Others and Are Perceived Negatively by Them. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*. <https://doi.org/10.1037/per0000412>
- Hinz, L. D. (2020). *Expressive Therapies Continuum: A Framework for Using Art in Therapy* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429299339>
- Hu, J., Zhang, J., Hu, L., Yu, H., & Xu, J. (2021). Art Therapy: A Complementary Treatment for Mental Disorders. *Frontiers in Psychology, 12*, 686005. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.686005>
- Jacobi, F., Grafiadeli, R., Volkmann, H., & Schneider, I. (2021). Krankheitslast der Borderline-Persönlichkeitsstörung: Krankheitskosten, somatische Komorbidität und Mortalität. *Der Nervenarzt, 92*(7), 660–669. <https://doi.org/10.1007/s00115-021-01139-4>
- Jay, E.-K., Patterson, C., Fernandez, R., & Moxham, L. (2023). Experiences of recovery among adults with a mental illness using visual art methods: A systematic review. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 30*(3), 361–374. <https://doi.org/10.1111/jpm.12882>
- Jensen, A., & Bonde, L. O. (2018). The use of arts interventions for mental health and wellbeing in health settings. *Perspectives in Public Health, 138*, 175791391877260. <https://doi.org/10.1177/1757913918772602>
- Jewell, M., Bailey, R. C., Curran, R. L., & Grenyer, B. F. S. (2022). Evaluation of a skills-based peer-led art therapy online-group for people with emotion dysregulation. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation, 9*(1), 33. <https://doi.org/10.1186/s40479-022-00203-y>
- Jung, C. (2020). *The Archetypes and the Collective Unconscious (Collecte....* https://www.goodreads.com/book/show/67890.The_Archetypes_and_the_Collective_Unconscious
- Jung, C. G. (2023). *Archetipy i kolektivnoje besoznatelnoje*.

- Kalsched, D. (2016). *Vidinis traumos pasaulis. Archetipinė žmogaus dvasios gynyba*. Leidykla Vaga UAB.
- Kernberg, O. F., & Yeomans, F. E. (2013). Borderline personality disorder, bipolar disorder, depression, attention deficit/hyperactivity disorder, and narcissistic personality disorder: Practical differential diagnosis. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 77(1), 1–22. <https://doi.org/10.1521/bumc.2013.77.1.1>
- Krause-Utz, A., Frost, R., Chatzaki, E., Winter, D., Schmahl, C., & Elzinga, B. M. (2021). Dissociation in Borderline Personality Disorder: Recent Experimental, Neurobiological Studies, and Implications for Future Research and Treatment. *Current Psychiatry Reports*, 23(6), 37. <https://doi.org/10.1007/s11920-021-01246-8>
- Kreisman, J. J., & Straus, H. (2010). *I Hate You--Don't Leave Me: Understanding the Borderline Personality*. Penguin.
- Kulacaoglu, F., & Kose, S. (2018). Borderline Personality Disorder (BPD): In the Midst of Vulnerability, Chaos, and Awe. *Brain Sciences*, 8(11), 201. <https://doi.org/10.3390/brainsci8110201>
- Lamont, S., Brunero, S., & Sutton, D. (2009). Art psychotherapy in a consumer diagnosed with borderline personality disorder: A case study. *International Journal of Mental Health Nursing*, 18, 164–172. <https://doi.org/10.1111/j.1447-0349.2009.00594.x>
- Laranjeira, C., Campos, C., Bessa, A., Neves, G., & Marques, M. (2019). Mental Health Recovery Through “Art Therapy”: A Pilot Study in Portuguese Acute Inpatient Setting. *Issues in Mental Health Nursing*, 40, 1–6. <https://doi.org/10.1080/01612840.2018.1563255>
- Lerner, H. (2012). *Pykčio šokis*. „Alma littera“. 9786090146477
- Liebmann, M. (2008). *Art Therapy and Anger*. Jessica Kingsley Publishers.
- Linhartová, P., Látalová, A., Barteček, R., Širůček, J., Theiner, P., Ejova, A., Hlavatá, P., Kóša, B., Jeřábková, B., Bareš, M., & Kašpárek, T. (2020). Impulsivity in patients with borderline personality disorder: A comprehensive profile compared with healthy people and patients with ADHD. *Psychological Medicine*, 50(11), 1829–1838. <https://doi.org/10.1017/S0033291719001892>
- McWilliams, N. (2004). *Psychoanalytic Psychotherapy: A Practitioner's Guide*. Guilford Press.

- Miano, A., Barnow, S., Wagner, S., Roepke, S., & Dziobek, I. (2021). Dyadic Emotion Regulation in Women with Borderline Personality Disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 45(6), 1077–1092. <https://doi.org/10.1007/s10608-021-10206-8>
- Miller, C. E., Townsend, M. L., Day, N. J. S., & Grenyer, B. F. S. (2020). Measuring the shadows: A systematic review of chronic emptiness in borderline personality disorder. *PloS One*, 15(7), e0233970. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233970>
- Morse, J. Q., Hill, J., Pilkonis, P. A., Yaggi, K., Broyden, N., Stepp, S., Reed, L. I., & Feske, U. (2009). Anger, preoccupied attachment, and domain disorganization in borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, 23(3), 240–257. <https://doi.org/10.1521/pedi.2009.23.3.240>
- Moschini, L. (2005). *Drawing the Line: Art Therapy with the Difficult Client* | Wiley. Wiley.Com. <https://www.wiley.com/en-us/Drawing+the+Line%3A+Art+Therapy+with+the+Difficult+Client-p-9780471694434>
- Moukhtarian, T. R., Reinhard, I., Moran, P., Ryckaert, C., Skirrow, C., Ebner-Priemer, U., & Asherson, P. (2021). Comparable emotional dynamics in women with ADHD and borderline personality disorder. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 8(1), 6. <https://doi.org/10.1186/s40479-021-00144-y>
- Murphy, J., Jones, F. W., Nigbur, D., & Gee, K. (2022). Living in a World With God: An Interpretative Phenomenological Exploration of the Religious Experiences of Five Baptists in Britain. *Europe's Journal of Psychology*, 18(2), 154–167. <https://doi.org/10.5964/ejop.3119>
- Myers, M. (2008). *Qualitative Research in Business & Management*.
- Olay, C. (2020). *Self-interpreting Language Animal: Charles Taylor's Anthropology* (pp. 117–135). https://doi.org/10.1007/978-3-030-33738-4_9
- Pańczak, A., & Pietkiewicz, I. (2016). Work activity in the process of recovery – an interpretive phenomenological analysis of the experiences of people with a schizophrenia spectrum diagnosis. *Psychiatria Polska*, 50(4), 805–826. <https://doi.org/10.12740/PP/44238>
- Perez-Rodriguez, M. M., Bulbena-Cabre, A., Bassir Nia, A., Zipursky, G., & New, A. (2018). The Neurobiology of Borderline Personality Disorder. *Psychiatric Clinics of North America*, 41, 633–650. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2018.07.012>

- Pietkiewicz, I., & Smith, J. (2012). Praktyczny przewodnik interpretacyjnej analizy fenomenologicznej w badaniach jakościowych w psychologii. *Czasopismo Psychologiczne*, *18*, 361–369.
- Pietkiewicz, I., & Smith, J. (2014). A practical guide to using Interpretative Phenomenological Analysis in qualitative research psychology. *CPPJ*, *20*, 7–14.
<https://doi.org/10.14691/CPJ.20.1.7>
- Pohl, S., Steuwe, C., Mainz, V., Driessen, M., & Beblo, T. (2021). Borderline personality disorder and childhood trauma: Exploring the buffering role of self-compassion and self-esteem. *Journal of Clinical Psychology*, *77*(3), 837–845.
<https://doi.org/10.1002/jclp.23070>
- Potash, J. S., Doby-Copeland, C., Stepney, S. A., Washington, B. N., Vance, L. D., Short, G. M., Boston, C. G., & Maat, M. B. ter. (2015). Advancing Multicultural and Diversity Competence in Art Therapy: American Art Therapy Association Multicultural Committee 1990–2015. *Art Therapy*.
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07421656.2015.1060837>
- Reichl, C., & Kaess, M. (2021). Self-harm in the context of borderline personality disorder. *Current Opinion in Psychology*, *37*, 139–144.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.12.007>
- Ripoll, L., Snyder, R., Steele, H., & Siever, L. (2013). The Neurobiology of Empathy in Borderline Personality Disorder. *Current Psychiatry Reports*, *15*, 344.
<https://doi.org/10.1007/s11920-012-0344-1>
- Ronnberg, A., & Martin, K. (Eds.). (2010). *The book of symbols: Reflections on archetypal images*. Taschen.
- Rubin, J. A. (2009). *Art Therapy: An Introduction*. Psychology Press.
- Sabaliauskas, S., & Žydzūnaitė, V. (2017). *KOKYBINIAI TYRIMAI: PRINCIPAI IR METODAI (Qualitative Research: Principles and Methods)*.
https://www.academia.edu/31606247/KOKYBINIAI_TYRIMAI_PRINCIPAI_IR_METODAI_Qualitative_Research_Principles_and_Methods_
- Sajjadi, F., Gross, J., Sellbom, M., & Hayne, H. (2021). Narrative Identity in Borderline Personality Disorder. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, *13*.
<https://doi.org/10.1037/per0000476>

- Santangelo, P. S., Kockler, T. D., Zeitler, M.-L., Knies, R., Kleindienst, N., Bohus, M., & Ebner-Priemer, U. W. (2020). Self-esteem instability and affective instability in everyday life after remission from borderline personality disorder. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 7(1), 25.
<https://doi.org/10.1186/s40479-020-00140-8>
- Sękowski, M., Gambin, M., Sumlin, E., & Sharp, C. (2022). Associations between symptoms of borderline personality disorder and suicidality in inpatient adolescents: The significance of identity disturbance. *Psychiatry Research*, 312, 114558.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114558>
- Stanley, B., Perez-Rodriguez, M. M., Labouliere, C., & Roose, S. (2018). A Neuroscience-Oriented Research Approach to Borderline Personality Disorder. *Journal of Personality Disorders*, 32(6), 784–822. https://doi.org/10.1521/pedi_2017_31_326
- Sternak, A. (2023). *Terapia integracji sensorycznej dzieci w relacjach matek. Interpretacyjna Analiza Fenomenologiczna*. <https://repozytorium.uw.edu.pl/handle/item/4687>
- Taylor, C. (Ed.). (1985). Self-interpreting animals. In *Philosophical Papers: Volume 1: Human Agency and Language* (Vol. 1, pp. 45–76). Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781139173483.003>
- Thomson, L., Morse, N., Elsdon, E., & Chatterjee, H. (2020). Art, nature and mental health: Assessing the biopsychosocial effects of a ‘creative green prescription’ museum programme involving horticulture, artmaking and collections. *Perspectives in Public Health*, 140(5), 277–285. <https://doi.org/10.1177/1757913920910443>
- Tindall, L. (2009). J.A. Smith, P. Flower and M. Larkin (2009), *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*.: London: Sage.
Qualitative Research in Psychology, 6(4), 346–347.
<https://doi.org/10.1080/14780880903340091>
- Tong, J., Yu, W., Fan, X., Sun, X., Zhang, J., Zhang, J., & Zhang, T. (2021). Impact of Group Art Therapy Using Traditional Chinese Materials on Self-Efficacy and Social Function for Individuals Diagnosed With Schizophrenia. *Frontiers in Psychology*, 11.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.571124>
- Ursuliak, Z., Hughes, J., Crocker, C. E., MacKenzie, A., & Tibbo, P. G. (2020). Claymation art therapy in early phase psychosis: A qualitative study to explore participants’

- experiences with the program and identify outcome effects. *Early Intervention in Psychiatry*, 14(6), 698–704. <https://doi.org/10.1111/eip.12896>
- Weiner, L., Perroud, N., & Weibel, S. (2019). Attention Deficit Hyperactivity Disorder And Borderline Personality Disorder In Adults: A Review Of Their Links And Risks. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 15, 3115. <https://doi.org/10.2147/NDT.S192871>
- Winsper, C., Marwaha, S., Lereya, S. T., Thompson, A., Eyden, J., & Singh, S. P. (2016). A systematic review of the neurobiological underpinnings of borderline personality disorder (BPD) in childhood and adolescence. *Reviews in the Neurosciences*, 27(8), 827–847. <https://doi.org/10.1515/revneuro-2016-0026>
- Zegarra Valdivia, J., & Chino, B. (2019). Social cognition and executive function in borderline personality disorder: Evidence of altered cognitive processes. *Salud Mental*, 42, 33–41. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2019.005>

SANTRAUKA

Ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimai dailės terapijos procese.

Tyrimo tikslas - atskleisti ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimus dailės terapijos procese.

Tyrimo metodologija. Atliktas kokybinis tyrimas. Siekiant ištirti patirtį be išankstinių nuostatų ar lūkesčių, duomenims rinkti buvo naudojamas giluminis pusiau struktūruotas interviu. Duomenys analizuoti naudojant interpretacinę fenomenologinę analizę. Tyrime dalyvavo trys ribinio asmenybės tipo pacientai. Siekiant užtikrinti tyrimo validumą, duomenys nagrinėjami induktyviai, netaikant iš anksto numatytų kategorijų. Analizė vykdoma atsižvelgiant į tyrimo dalyvių subjektyvią perspektyvą bei jų vartojamus terminus ir prasmes.

Tyrimo rezultatai. Atlikus duomenų analizę atskleistos pagrindinės ribinio asmenybės tipo pacientų dailės terapijos proceso patyrimų temos. (M): 1) Baimės; 2) Susitikimas su savimi tikru; 3) „Piešinys atskleidžia tiesą“. (P): 1) „Pažvelgti į save kitu kampu“; 2) „Čia galiu jausti“. (R): 1) Atsigręžimas į save; 2) „Kūryba- išlaisvinanti jėga“; 3) Santykis su kitais. Taip pat atskleisti keli ribinį asmenybės tipą turinčių pacientų dailės terapijos proceso patyrimo aspektai: jausmų atpažinimas ir priėmimas, aiškesnis savęs vaizdas, išlaisvėjimas ir atsiskleidimas kūrybos procese. Rezultatai leidžia daryti prielaidą, jog dailės terapija skatina pacientų sąmoningumą, o kūrybos procesas ir sąveika su piešimo priemonėmis stimuliuoja emocinius procesus.

Raktiniai žodžiai: interpretacinė fenomenologinė analizė, ribinis asmenybės tipas, dailės terapija.

SUMMARY

The Experiences of Patients with Borderline Personality Disorder in Art Therapy.

The aim of the research – to reveal the experiences of patients with borderline personality disorder in art therapy.

The methodology of the research. The qualitative research was performed. In order to explore the experience without preconceived notions and expectations, an in-depth semi-structured interview was used to collect data. Data were analyzed using interpretative phenomenological analysis. Three patients with borderline personality disorder participated in the study. In order to ensure the validity of the research, the data are analyzed inductively without reference to predetermined categories. The analysis is carried out taking into account the subjective perspective of the research participants and using terms and meanings they use.

The research results. Data analysis revealed the main themes of art therapy experiences of patients with borderline personality disorder. (M): 1) Fears; 2) Meeting with the real self; 3) “The drawing reveals the truth”. (P): 1) “Look at yourself from a different angle”; 2) “I can feel it over here”. (R): 1) Introspection; 2) “Creation is a liberating power”; 3) Relationship with others. Several aspects of the art therapy process experience of patients with borderline personality type were also revealed: recognition and acceptance of feelings, clearer self-image, liberation and revelation in the creative process. The results allow us to assume that art therapy promotes patients awareness, and the creative process and interaction with drawing tools stimulate emotional processes.

Key words: interpretative phenomenological analysis, borderline personality disorder, art therapy.

PRIEDAI

1 priedas. Sutikimo forma

SUTIKIMAS DALYVAUTI TYRIME „RIBINIO ASMENYBĖS TIPO PACIENTŲ PATYRIMAI DAILĖS TERAPIJOS PROCESĖ“

Sutinku dalyvauti Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto Menų terapijos kurso dailės terapijos specializacijos studentės Enrikos Buterlevičiūtės kokybiniame tyrime „Ribinio asmenybės tipo pacientų patyrimai dailės terapijos procese“.

Tyrimo duomenų rinkimo būdai:

- Interviu atliekamas pasibaigus dailės terapijos sesijoms. Individualiai iš kiekvieno dalyvio bus imamas interviu, kuris truks apie 1- 1,5 val.
- Papildomi duomenų rinkimo būdai – refleksijos raštu (arba įrašoma į diktofoną) terapijos metu ir piešiniai (ar kiti kūriniai) bei tyrėjos dienoraštis (stebėjimas).

Jūsų dalyvavimo tyrime trukmė: 10 terapinių sesijų po 60 min., kartą per savaitę (arba susitarus dažniau).

Interviu bus įrašomas į diktofoną ir vėliau transkribuojamas į raštišką formą. Piešiniai nufotografuojami ir saugomi pas terapeutę viso proceso metu. Tyrime užtikrinamas dalyvių anonimiškumas ir konfidencialumas, interviu metu surinkti ir analizės metu apibendrinti duomenys naudojami tik studijų tikslais.

Dalyvavimas tyrime yra savanoriškas.

Pasirašykite arba užrašykite „sutinku“

(Tyrėjo vardas, pavardė ir parašas)

2 priedas. Tyrimo dalyvio Marko dailės terapijos piešiniai

Piešiniai pateikti chronologine seka:

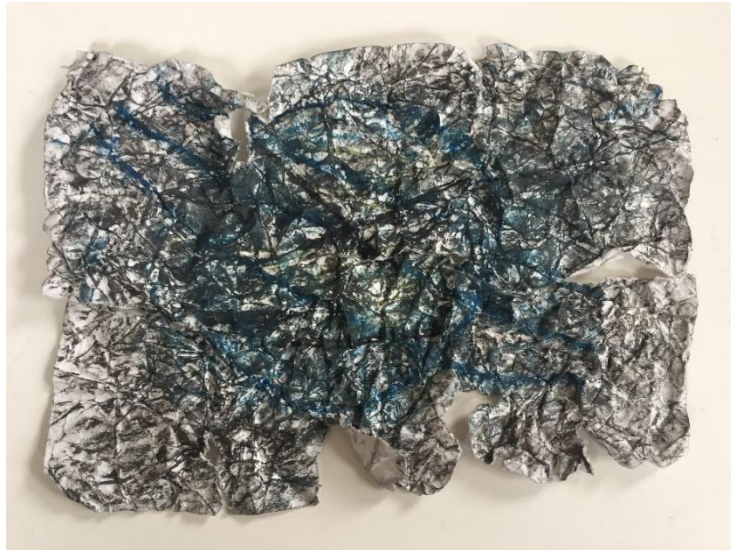
1. TEMA (buvo formuojama „sukant“ asociacijų ratą)– „SANTYKIS“; (formatas: A4; piešimo priemonės: paprastas pieštukas, minkšta pastelė).



2. TEMA- dovana kalėdoms „RIESTAINIS“; (Medžiaga: molis)



3. TEMA - Savivertė „NEGYVAS BALANDIS“; (formatas: A4; piešimo priemonės: minkštos pastelės).



4. TEMA - „PAVYDAS“; (formatas: A4; piešimo priemonės: akys raudonos centre guašas, fonas minkšta ir vaškinės pastelės).



5. TEMA (buvo skaitoma istorija apie medį iš knygos „Vaizduotės receptai“, Gediminas Beresnevičius) - „MEDIS“; (formatas: 29,5 cm x 35,5 cm; piešimo priemonė: guašas).



6. TEMA (pasiūlyta Marko) - „PYKTIS“; (formatas: 44,5 cm x 64 cm; piešimo priemonė: akriliniai dažai).

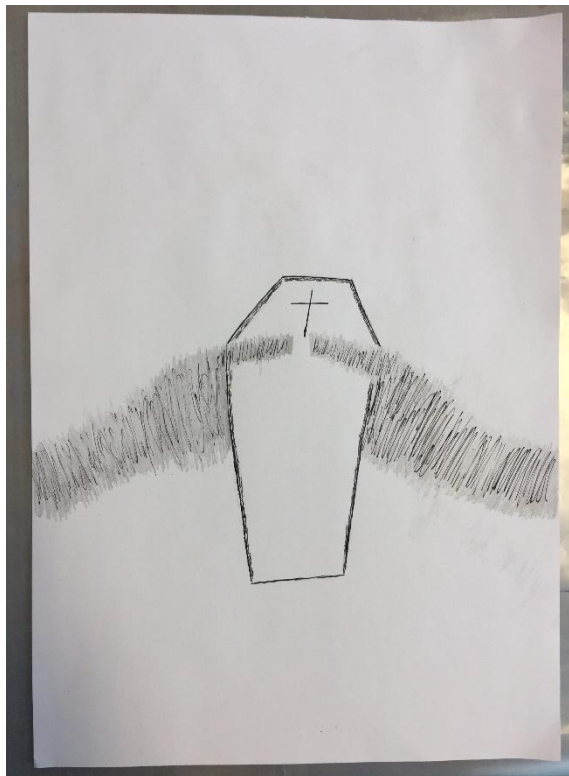
Pastaba: piešta atsisėdus ant žemės, atokiau nuo kitų



7. TEMA - „SIELOS KAMBARYS“; (formatas: A4; piešimo priemonēs: minkšta pastelē, vaškinē pastelē).



8. TEMA- „NORIU, BET BIJAU“; (formatas: A4; piešimo priemonēs: paprastas pieštukas ir tušas).



9. TEMA (formuluojama sakiniu: Jei būčiau paklausęs savęs, tai nebūtų nutikę. Siūloma pakreipti įvykių seką sau palankia linkme.) – „INTUICIJA“; (formatas: A4; minkštos pastelės, vaškinės pastelės).



10. TEMA – „UŽ KĄ ESU DĖKINGAS SAU“; (formatas-A4; paprastas pieštukas, vaškinės kreidelės, pieštuko medinė dalis ir auksinis tušas).



3 priedas. Tyrimo dalyvės Paulinos dailės terapijos piešiniai

Piešiniai pateikti chronologine seka:

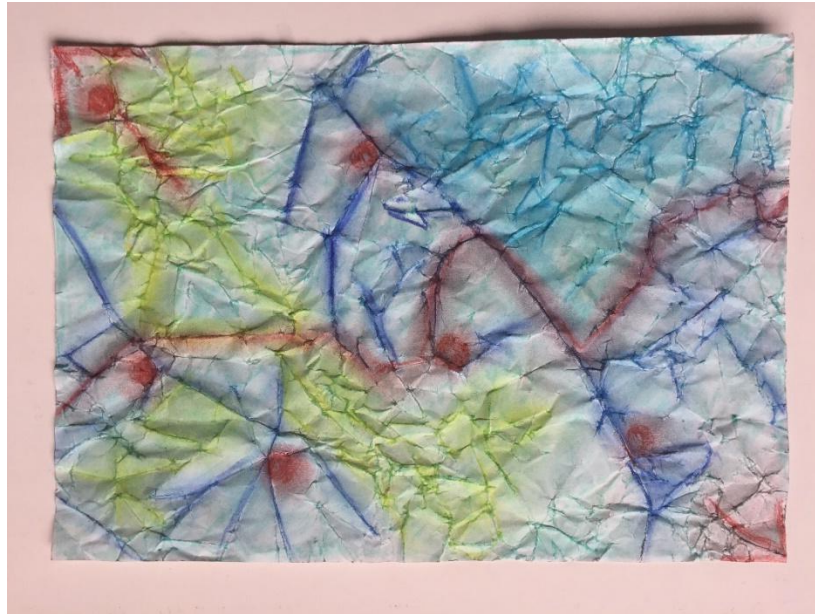
1. TEMA (buvo formuojama „sukant“ asociacijų ratą) – „MIRTIS“; (formatas: 29 cm x 41,5 cm; piešimo priemonės: minkšta pastelė).



2. TEMA- dovana kalėdoms- „KALĖDŲ EGLUTĖ“; (dydis:14 cm x 9 cm; medžiaga: molis).



3. TEMA - Savivertė „KELIO ŽEMĖLAPIS“; (formatas: A4; piešimo priemonės: minkšta pastelė).



4. TEMA- „PAVYDAS“; (formatas: A4; piešimo priemonės: minkšta pastelė, paprastas pieštukas eskizui).



5. TEMA (buvo skaitoma istorija apie medį iš knygos „Vaizduotės receptai“, Gediminas Beresnevičius) - „MEDIS“; (formatas:A4; piešimo priemonės: paprastas pieštukas, spalvotas pieštukas)

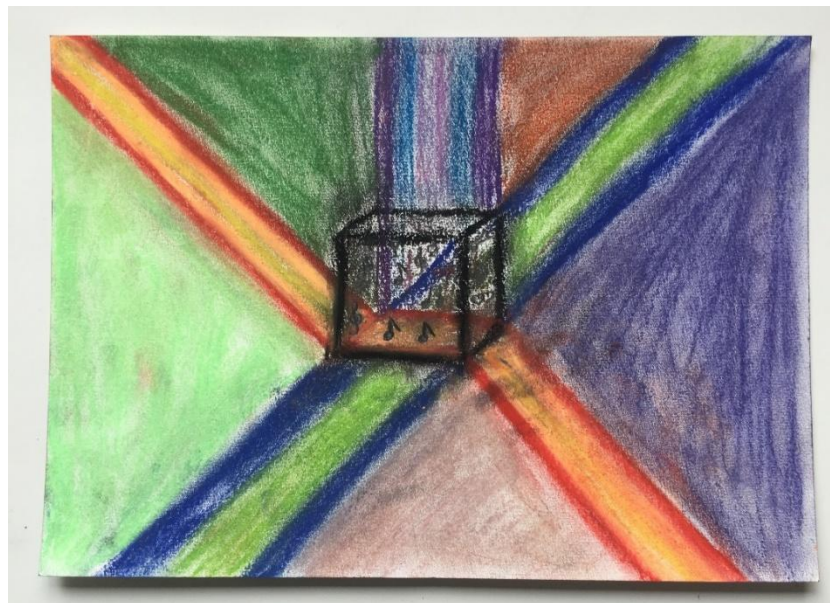
Pastaba: po refleksijos papildė piešinį taip ko norėjosi tą padaryti kūrybos metu, bet neišdrįso.



6. TEMA - „PYKTIS“; (formatas: A4; piešimo priemonės: minkšta pastelė, paprastas pieštukas).



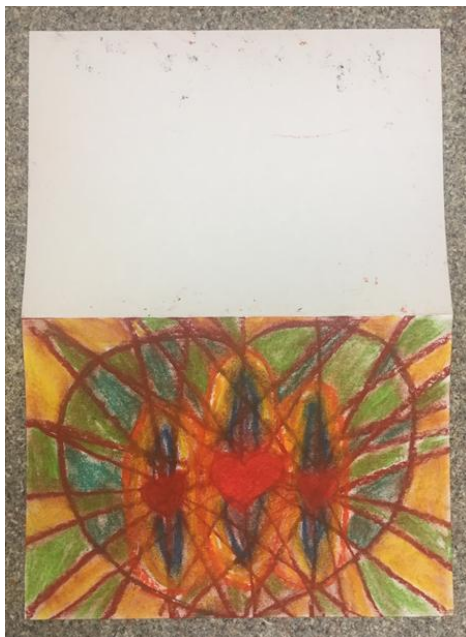
7. TEMA – „SIELOS KAMBARYS“; (formatas: A4; piešimo priemonės: paprastas pieštukas, minkšta pastelė).



8. TEMA (skaitoma istorija apie asmenybės vientisumą iš knygos „Šimtas vidinės galios veidų: įkvepiančios, sielą gydančios ir stiprybę suteikiančios meditacijos“, Alenka Rebula) - „KALNO VIRŠŪNĖ“; (formatas: A4, piešimo priemonės: minkšta pastelė, paprastas pieštukas, vanduo).



9. TEMA (skaitoma meditacija) - „SANTYKIS SU SAVIMI“; (formatas: A4 (paimtas A3, bet vėliau perlenktas); piešimo priemonės: paprastas pieštukas, minkšta pastelė).



10. EMA - „UŽ KAŲ ESU DĖKINGA SAU“; (formatas: A4; piešimo priemonės: paprastas pieštukas, minkšta pastelė).



4 priedas. Tyrimo dalyvės Rūtos dailės terapijos piešiniai

Piešiniai pateikti chronologine seka:

1. TEMA (laisva, tik ypatingas popieriaus lapas) – „APSAUGA“; (formatas: 41 cm x 29,5 cm; piešimo priemonės: gvašas),

Pastaba: tepta pirštais.



2. TEMA - „KAIP ŠIUO METU JAUČIUOSI“; (formatas: 1 m, 73 cm x 1 m, 15 cm; mažas lapas 65 cm x 50 cm; piešimo priemonės: minkšta pastelė).

Pastaba: naudotas vyniojamas rudas popierius patiesimui.



3. TEMA - „ŽVILGSNIS Į SKAUSMĄ”; (formatas: 29,5 cm x 42 cm; piešimo priemonės: guašas, aliejinės pastelės).



4. TEMA (vidinių išteklių paieškos) – „SĖKLYTĖS AUGINIMAS NEDERLINGOJE ŽEMĖJE”;
(formatas: 30 cm x 41,5 cm; piešimo priemonės: paprastas pieštukas, guašas).



5. TEMA – Savivertė „MANO ODA”; (formatas: A4; piešimo priemonės: minkšta pastelė, guašas, spalvotas pieštukas).



6. TEMA (pasiūlyta Rūtos) - „PAVYDAS”; (formatas: 29,5 cm x 42 cm; piešimo priemonės: guašas, flomasteriai).

Pastaba: dažo naudota daug, tirštas sluoksnis.



7. TEMA (buvo skaitoma istorija apie medį iš knygos „Vaizduotės receptai“, Gediminas Beresnevičius) – „MEDIS“; (formatas: 30 cm x 42 cm; piešimo priemonės: minkšta pastelė).

Pastaba: naudotas rudas popierius.



8. TEMA - „PYKTIS“; (formatas: 1 m 50 cm x 1 m 15 cm; piešimo priemonės: guašas).

Pastaba: naudotas vyniojamas rudas popierius, piešta atsistojus.



9. TEMA - „SIELOS KAMBARYS“; (formatas: A4; piešimo priemonės: minkšta pastelė, flomasteriai).



10. TEMA- „NORIU BET BIJAU“; (formatas: 29 cm x 32,5 cm; piešimo priemonės: minkšta pastelė).

Pastaba: naudotas smėlio spalvos popierius.



11. TEMA (formuluojama sakiniu: Jei būčiau paklausius savęs, tai nebūtų nutikę. Siūloma pakreipti įvykių seką sau palankia linkme) – „INTUICIJA“ (formatas: 30 cm x 42 cm; piešimo priemonės: minkšta pastelė, flomasteriai).



12. TEMA- „UŽ KĄ ESU DĖKINGA SAU“; (vieno lapo formatas: 28 cm x 32,5 cm; piešimo priemonės: minkšta pastelė).



13. TEMA (skaitoma meditacija) – „SANTYKIS SU SAVIMI“; (formatas: 29,5 cm x 41,5 cm; piešimo priemonės: akvarelė, minkšta pastelė, guašas).

