



VILNIAUS UNIVERSITETAS
MEDICINOS FAKULTETAS

Menų terapijos (Dailės terapijos) studijų programa

Reabilitacijos katedra

Remigija Gilė, II kursas, dailės terapijos specializacija

MAGISTRO BAIGIAMASIS DARBAS

**Vaikų dienos centrą lankančių 11 m. amžiaus mergaičių kūno vaizdo patyrimas
dailės terapijos procese**

**Body Image Experience in the Process of Art Therapy of 11-year-old Girls
Attending a Children Day Care Center**

Darbo vadovas

doc. dr. Rima Breidokienė

Katedros vadovas

asist. dr. Tomas Aukštikalnis

Konsultantas

lekt. Dovilė Jankauskienė

Vilnius, 2024

Studento elektroninio pašto adresas remigija.gile@stud.mf.vu.lt

TURINYS

ĮVADAS	3
1. LITERATŪROS APŽVALGA	6
1.1 Pereinamojo raidos laikotarpio iš vaikystės į paauglystę problematika	6
1.2 Kūno vaizdo koncepcija	9
1.3 Kūno vaizdo svarba pereinamajame laikotarpyje iš vaikystės į paauglystę	10
1.4 Kūno vaizdo formavimosi veiksniai	11
1.4.1 Rizikos veiksniai	11
1.4.2 Apsauginiai veiksniai	14
1.5 Vaikų dienos centrų veikla Lietuvoje	16
1.6 Dailės terapijos privalumai darbe su vaikais ir paaugliais	17
1.7 Dailės terapijos nauda įgyvendinant paauglystės raidos uždavinius	19
1.8 Dailės terapijos nauda kūno vaizdo formavimuisi paauglystėje	20
2. TYRIMO METODAI IR ORGANIZAVIMAS	23
2.1 Tyrimo dalyviai ir eiga	24
2.2 Tyrimo etika	25
2.3 Dailės terapijos metodikos pagrindimas ir programa	25
2.4 Duomenų rinkimo būdai	29
2.5 Duomenų analizės būdai	31
2.5.1 Teminė analizė	31
2.5.2 Kūrinių analizė	31
3. TYRIMO REZULTATAI	33
3.1 Teminės analizės rezultatai	33
3.2 Kūrinių analizės rezultatai	48
3.2.1 Laisvos kūrybos darbų analizė pagal ETC metodiką	48
3.2.2 Žmogaus vaizdinio analizė pagal ETC metodiką	57
REZULTATŲ APTARIMAS	65
TYRĖJOS REFLEKSIJA	69
IŠVADOS	71
REKOMENDACIJOS	72
SANTRAUKA	73
SUMMARY	74
LITERATŪROS ŠALTINIŲ SĄRAŠAS	75
PRIEDAI	79

ĮVADAS

Temos aktualumas ir problematika. 11-ieji gyvenimo metai – tai trumpas, bet itin specifinis laikotarpis mergaičių gyvenime, ypatingas tuo, kad vyksta perėjimas iš vėlyvosios vaikystės į paauglystę. Mokslinėje literatūroje 11-ti gyvenimo metai dažnai priskiriami ankstyvajai paauglystei (Žukauskienė, 2012), tačiau klasikiniai raidos teoriniai modeliai 11-us metus laiko vaikystės etapo pabaiga: šie metai užbaigia latentinę stadiją pagal S. Freudo psichoseksualinės raidos modelį; vėlyvosios vaikystės stadiją pagal E. Eriksono psichosocialinės raidos modelį; konkrečių operacijų stadiją pagal J. Piaget kognityvinę teoriją. Tuo tarpu G. Zuckerman yra pavadinusi 11-us gyvenimo metus raidos psichologijos „niekieno žeme“ (Zuckerman, 2007). Visgi daugiau dėmesio šis amžiaus tarpsnis mokslinėje literatūroje nesusilaukia (galbūt dėl savo trumpumo) ir yra tiesiog priskiriamas arba vaikystės pabaigai, arba paauglystės pradžiai, o tai tik dar kartą patvirtina 11-us metus esant šių svarbių gyvenimo etapų sandūra ir dėl to yra įdomus laukas tyrimui.

J. Tutkuvienė (www.vle.lt, 2024) nurodo, kad Lietuvoje mergaitėms 11-ieji gyvenimo metai yra prepuberteto pabaiga, nes apie 11-12 metus prasideda pubertetas – svarbiausias lytinio brendimo etapas, kurio metu sparčiausiai kinta pirminiai ir antriniai lytinio brendimo požymiai. Taigi šiuo pereinamuoju tarpsniu vyksta dideli biologiniai, kognityviniai ir psichosocialiniai pokyčiai, atnešantys daug emocinės sumaišties į mergaičių gyvenimą. Noras greičiau subręsti, bundantis autonomijos, savarankiškumo, socialinių ryšių poreikis susiduria su vidiniu nerimu dėl kintančio kūno, susirūpinimo savo išvaizda ir šiuo laikotarpiu krintančia saviverte (Park, 2020).

Susirūpinimas savo kūnu ir išvaizda yra būdingas Vakarų kultūrai. Lieknumas yra siejamas su laimės jausmu, sėkme, jaunatviškumu ir socialiniu pripažinimu. Tuo tarpu viršsvorio turėjimas asocijuojamas su tingumu, valios ir kontrolės stoka, yra laikomas nepatraukliu bei siejamas su kitomis neigiamomis žmogaus charakteristikomis (Grogan, 2021). Daug autorių savo moksliniuose darbuose sutinka, kad auklėjimas ir vakarietiškas liekno moters kūno idealas lemia mergaičių didesnę nepasitenkinimą savo kūnu ir išvaizda, taip pat mergaitės patiria didesnę atotrūkį tarp esamo ir idealaus savęs vertinimo, yra linkusios dažniau nei berniukai manyti, kad turi viršsvorio ir laikytis dietų (Ata et al., 2007; Bagdonas ir Padarauskaitė, 2012; Davison & McCabe, 2006; Holsen et al., 2001; Mastauskienė, 2008; Park, 2020; Ramos et al., 2019). Todėl yra kritiškai svarbu dar iki paauglystės laikotarpio padėti pagrindus pozityviam mergaičių kūno vaizdo formavimuisi, kuris siejamas su aukštesne saviverte, sveikais valgymo ir elgsenos įpročiais (Saunders & Frazier, 2017), tai pagrindžia ir šio tyrimo aktualumą.

Daug metų kūno vaizdo koncepciją tyrinėjęs T. F. Cash kūno vaizdą apibrėžia kaip asmens su subjektyviu individo pasitenkinimu ar nepasitenkinimu savo kūnu ir išvaizda (Cash, 2004).

Analizuojant mokslinę literatūrą, išryškėjo rizikos ir apsauginiai veiksniai, turintys įtakos kūno vaizdo formavimuisi ir aktualūs šio darbo tiriamajai grupei. Rizikos veiksniais laikoma: moteriška lytis, socialinė-ekonominė padėtis (visos tyrimo dalyvės gyvena socialiai remtinose, daugiavaikėse šeimose), galimas šeimos ir bendraamžių spaudimas dėl išvaizdos, bendraamžių patyčios, žiniasklaidos ir socialinių tinklų neigiama įtaka. Tuo tarpu teigiamos įtakos kūno vaizdo formavimuisi gali turėti šeimos palaikymas ir sveikos mitybos įpročiai, šeimoje bei mokykloje ugdoma teigiama savivertė bei prevencinės programos.

Kaip viena iš apsauginių veiksmų ir prevencinių galimybių šiame darbe buvo pasitelkta grupinė dailės terapija, įgyvendinta Vaikų dienos centre. Dauguma autorių mokslinėje literatūroje sutinka, kad dailės terapija yra efektyvus psichologinės pagalbos būdas asmenims, kuriems sunku išreikšti savo mintis, jausmus ar skaudžias patirtis žodžiais (Dalley, 2004; Dapkutė, 2003; Malchiodi, 1999, 2012; Moon, 2012; Rubin, 2010). Todėl dailės terapija yra plačiai taikoma dirbant su vaikais ir paaugliais, kurie dažnai patiria sunkumų sklandžiai perteikti savo mintis, emocijas ar išgyvenimus žodžiais. Tuo tarpu kūrybinė vaikų ir paauglių išraiška dailės terapijos metu gali padėti ne tik išlieti viduje slepiamas emocijas, bet ir suteikti joms prasmę, kurti aiškumo, kontrolės jausmą bei nutiesti kelią naujoms įžvalgoms ir savivokai (Malchiodi, 2012). Taip pat dailės terapija padeda patenkinti paauglystės tarpsniui būdingus poreikius: pajusti savarankiškumo, kontrolės, autonomijos jausmus, sužadina norą eksperimentuoti, ieškoti savojo tapatumo, kūrybiškai perteikti savo sunkumus, eksternalizuoti vidinius konfliktus ir atrasti naujas galimybes, naujus požiūrio taškus ar sprendimo būdus. O metaforų ir simbolių kalba kūryboje ne tik padeda išreikšti bei tyrinėti emocijas, tačiau gali būti ir efektyvus būdas skatinti paauglių vidinį augimą bei brandą šiuo sunkiu pereinamuoju asmenybės vystymosi laikotarpiu (Briks, 2007; Malchiodi, 1999, 2012; Riley, 1994, 2001).

Temos naujumas. Šis tyrimas pasižymi naujumu, nes dailės terapijos poveikis kūno vaizdo pažinimui ir formavimuisi tiek lietuvių, tiek užsienio autorių darbuose dažniausiai tyrinėjamas valgymo sutrikimų kontekste. Tuo tarpu besiformuojantis paauglių kūno vaizdas dailės terapijos kontekste Lietuvoje iki šiol nebuvo tyrinėtas, trūksta tyrimų ir užsienio mokslinėje literatūroje. Atlikus mokslinių šaltinių apžvalgą apie dailės terapijos taikymą ir rekomendacijas darbui su kūno vaizdo pažinimu, dailės terapijos programa buvo sudaryta remiantis metodika *Meninės raiškos tąsa terapijoje* (ang. *Expressive Therapies Continuum - ETC*) ir orientuota į kūno vaizdo patyrimą, pasitelkiant skirtingas žmogaus vaizdinio kūrimo technikas bei kinestetiką ir sensorinius kūno pojūčius sužadinančias kūrybos priemones. Kūno pojūčiai daro įtaką mintims, emocijoms bei sprendimų priėmimui, o pasak L. D. Hinz (2020, p. 43), „*kūno pojūčiais paremtas mokymasis yra svarbiausia dailės terapijos gydomoji galia, ypač kuomet kūnas yra tyrinėjimo subjektas*“.

Dailės terapijos programą sudarė 10 kas savaitinių (1,5 val. trukmės) grupinių užsiėmimų, vedamų Vaikų dienos centre, Vilniuje. Pasirinktas kokybinio tyrimo pobūdis, siekiant atskleisti vidinius tiriamųjų išgyvenimus dailės terapijos procese, susijusius su kūno vaizdo suvokimu.

Tyrimo objektas: 11 m. amžiaus mergaičių, lankančių Vaikų dienos centrą, kūno vaizdo patyrimas dailės terapijos procese.

Tyrimo dalyviai: 11 m. amžiaus mergaitės, lankančios Vaikų dienos centrą.

Tyrimo tikslas: atskleisti tyrimo dalyvių kūno vaizdo patyrimą dailės terapijos procese.

Tyrimo metodai: kokybinė teminė analizė ir kūrinių analizė remiantis ETC metodika.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apžvelgti mokslinę literatūrą apie pereinamojo laikotarpio iš vaikystės į paauglystę ypatumus ir kūno vaizdo koncepciją, suvokimą ir svarbą šiuo laikotarpiu.
2. Apžvelgti mokslinę literatūrą apie dailės terapijos taikymo galimybes vaikams bei paaugliams bendrai bei orientuojantis į kūno vaizdo patyrimą.
3. Pasitelkus tyrimo metodus – kokybinę teminę analizę bei kūrinių analizę - atskleisti tyrimo dalyvių kūno vaizdo pažinimą ir patyrimą dailės terapijos procese.

1. LITERATŪROS APŽVALGA

1.1 Pereinamojo raidos laikotarpio iš vaikystės į paauglystę problematika

11-ti gyvenimo metai mokslinėje literatūroje dažniausiai yra priskiriami ankstyvajai paauglystei (Žukauskienė, 2012), tačiau šio amžiaus mergaitės ir berniukai dar dažnai neprimena tipinio paauglio, tačiau jau ir nebėra vaikai. Anglų kalbos terminas „preadolescence“ apibrėžia 9-11 metų amžiaus laikotarpį, esantį tarp vaikystės ir paauglystės, kurio metu vaikai (būsimi paaugliai) susiduria su sunkumais susivokti savyje, kurti ir išsaugoti savivertę, ego stiprumą bei atsparumą, megzti draugystes ir sveikus santykius, priimti hormonų įtakotus kūno pokyčius ir su tuo susijusius iššūkius. Kitaip tariant, jie „stengiasi suprasti save ir pasaulį, kuriame gyvena“ (Lane, 2018, p. 1). Tačiau ir pagal šį apibrėžimą, 11-ti metai patenka į prieš-paauglystės pabaigą (kitai tariant, paauglystės pradžią). Šiuo laikotarpiu vyksta dramatiški psichosocialiniai, kognityviniai ir biologiniai pokyčiai, kuriuos ir norima atskleisti šiame skyriuje, remiantis skirtingais raidos modeliais, kurie taip pat patvirtina 11-tus gyvenimo metus esant skirtingų raidos etapų sandūroje.

Psichosocialinė raida

S. Freudas savo psichoanalitinėje teorijoje 11 metų amžių (lytinio brendimo pradžia) laiko latentinės psychoseksualinės raidos stadijos pabaigą, t. y. santykinai ramų periodą, kuomet seksualiniai poreikiai buvo neišreikšti, sutrikdo prasidėjęs lytinis brendimas. Prasideda genitalinė stadija, kuomet ima dominuoti seksualiniai instinktai ir siekiama lytinio pasitenkinimo. Ši stadija tęsiasi iki suaugusiojo amžiaus (Žukauskienė, 2012).

S. Freudo psychoseksualinės raidos stadijas praplėtė JAV psichoanalitikas E. Eriksonas, pasiūlęs viso gyvenimo psichosocialinės raidos modelį, pagal kurį 11 metų amžius taip pat užbaigia vėlyvosios vaikystės arba pradinės mokyklos stadiją (7-11 metų), kurios pagrindinis uždavinys buvo įgyti meistriskumo jausmą, pajusti savo kompetenciją ir produktyvumą bei išvengti priešingo – menkavertiškumo jausmo. Su šios stadijos pabaiga prasideda nauja - paauglystės – stadija, kurios pagrindinis uždavinys – suformuoti savąjį tapatumą, įgyti seksualinį, etninį, profesinį identiškumą ir išvengti vaidmenų sumaišties (Žukauskienė, 2012).

Taigi remiantis tiek S. Freudo, tiek E. Eriksono teorija, 11 metų amžiaus vaikai tarsi stovi ant paauglystės slenksčio, pasiruošę žengti į naują raidos stadiją – paauglystę, kuri yra iššūkių metas tiek psichologiniu, tiek socialiniu požiūriu.

Intelektualinę ir kognityvinę vaikų ir paauglių raidą tyrinėjo šveicarų psichologas J. Piaget. Remiantis jo kognityvine teorija, 11-ieji gyvenimo metai užbaigia konkrečių operacijų stadiją, kuriai būdingas konkretus mąstymas, ir žengia į formaliųjų operacijų stadiją, kuriai būdingas gebėjimas mąstyti abstrakčiai ir hipotetinėmis sąvokomis, nepriklausomai nuo konkrečių faktų (Žukauskienė, 2012).

Pasak V. Legkausko, abstrakčiam mąstymui būdingi šie keturi gebėjimai (Legkauskas, 2013, p. 111):

- 1) „*galimybių numatymas*“, padedantis modeliuoti situaciją ir numatyti pasekmes;
- 2) „*planavimas, gebėjimas numatyti plano vykdymo etapus*“, kuriuo remiantis paauglys jau gali numatyti žingsnius savo tikslams pasiekti;
- 3) gebėjimas „*refleksija – mąstymas apie mąstymą*“ padeda gilintis į savo vidinį pasaulį - emocijas, jausmus, išgyvenimus;
- 4) „*mąstymas už realybės ribų*“ leidžia svarstyti abstrakčiomis temomis, diskutuoti.

Pasak V. Legkausko (2013), šie kokybiniai mąstymo pokyčiai išlaisvina nuo vaikiško egocentrizmo, bet sukuria paauglišką, kuomet skirtingai nuo vaikų, paaugliai jau geba suvokti kito žmogaus požiūrį, tačiau vis dar stengiasi jį pritraukti prie savojo ir nenori keisti savo požiūrio. Remdamasis D. Elkind (1967), autorius kaip vieną iš paaugliško egocentrizmo formų nurodo *įsivaizduojamą auditoriją*, kurią itin svarbu suprasti šio darbo rėmuose, nes jei prasidėjusi branda ir fiziniai pokyčiai nulemia tai, dėl ko paaugliai ima tiek daug dėmesio skirti savo kūnui, tai paauglių *įsivaizduojama auditorija* yra viena iš priežasčių išaugusio kritinio požiūrio į savo išvaizdą. „Bręstant kintantis kūnas paaugliui kelia nerimą, dėl kurio išvaizda tampa itin svarbi. Be to, nesant vidinio žinojimo, kas ir koks esi, išvaizda tampa aiškiai apčiuopiamu panašumo ir skirtumo kriterijumi.“ (Legkauskas, 2013, p. 114–115).

E. Šliupaitė ir L. Šeibokaitė, remdamosi D. Lapsley (1993), teigia, kad „Paauglišką egocentrizmą galima apibrėžti kaip tendenciją perdėti savo socialinės ir emocinės patirties svarbą bei unikalumą. Kai paaugliai ima galvoti, apie ką mąsto kiti žmonės, jie įsivaizduoja, kad kiti žmonės galvoja apie juos.“ (Šliupaitė ir Šeibokaitė, 2009, p. 29). Paaugliškam egocentrizmui yra būdinga *įsivaizduojama auditorija*, kurios centre yra jis pats, bei tikėjimas, kad visi domisi jo išvaizda. „Tačiau paaugliai, kurie yra fiziškai išsiskiriantys iš kitų, dažnai kenčia dėl susikurtos „nepriimančios“ auditorijos. Net momentinis netaktiškas kitų elgesys tokiam paaugliui būna ypač skausmingas, nes jis yra įsitikinęs, kad visi pastebi jo trūkumą ir jį teisia.“ (Šliupaitė ir Šeibokaitė, 2009, p. 30).

Taigi 11-ieji gyvenimo metai kognityvinės raidos atžvilgiu, kaip ir psichosocialinių raidos modelių atveju, patenka į dviejų raidos stadijų sandūrą. Besiformuojantis formalusis mąstymas lemia,

kad paaugliai ima daugiau mąstyti apie savo galimybes ir ateitį, o ne vien apie realybės kasdienybę. Be to, formalusis mąstymas suteikia daugiau galimybių gilesnei refleksijai ir dailės terapijos procese. Taip pat šie kokybiniai mąstymo pokyčiai ir naujos, abstrakčios mintys sudaro prielaidas paaugliui susirūpinti savuoju *Aš* ir tapti egocentrišku. Ši savybė yra svarbi šnekant ir apie *kūno vaizdą*, kuris paauglystės laikotarpiu sudaro didelę *savęs vaizdo* dalį.

Biologinė raida

Lytinis brendimas

Perėjimas iš vaikystės į paauglystę sutampa su lytinio brendimo pradžia, kuriai būdingi prasidėję fiziologiniai kūno pokyčiai: organizmas auga, kinta kūno formos, dėl hormoninių pokyčių vystosi pirminiai (vidiniai, užtikrinantys reprodukciją) ir antriniai (išoriniai) lytiniai požymiai. Pastarieji yra matomi išoriškai ir labiausiai juntami pačių paauglių: mergaitėms pradeda vystytis krūtys, augti gaktos ir pažastų plaukai (Žukauskienė, 2012).

J. Tutkuvienė Visuotinėje lietuvių enciklopedijoje (www.vle.lt) nurodo, kad Lietuvoje mergaitėms 11-ieji gyvenimo metai yra prepuberteto pabaiga, nes apie 11-12 metus mergaitėms prasideda pubertetas – svarbiausias lytinio brendimo etapas, kurio metu sparčiausiai kinta pirminiai ir antriniai lytinio brendimo požymiai, hormonų veikla, persitvarko neuroendokrininė sistema. Šiuo laikotarpiu, dar vadinamu *greituoju puberteto tarpsniu* (11-14 m.), įvyksta ir pubertetinis augimo šuolis, kuomet iš pradžių kūnas ištįsta, o paskui ima didėti kūno masė, apvalėja mergaičių klubai, tad ima ryškėti skirtumai tarp mergaičių ir berniukų kūno formų. Su išvaizda gali būti susiję ir kiti paauglius trikdantys puberteto požymiai: nemalonus kūno kvapas, spuogai ant veido, nugaros. Menstruacijos paauglėms mergaitėms prasideda puberteto viduryje, apie 12-13 metus.

2005 m. S. Žukauskaitės ir kitų lietuvių autorių publikuotas tyrimas atskleidė, kad tyrime dalyvavusioms mergaitėms krūtų brendimo pradžia buvo vidutiniškai apie 10,2 m., gaktos plaukai ėmė augti apie 11,2 m., o pažastų plaukai – apie 12,7 m. Mergaitėms, kurioms buvo prasidėjęs pubertetas, buvo būdingas ir didesnis kūno masės indeksas, ūgis bei svoris (Žukauskaitė et al., 2005).

Fizinis brendimas

Fizinis kūno organų ir jų sistemų brendimas šiuo laikotarpiu yra netolygus, jį lemia augimo ir lytiniai hormonai. Mergaitės pradeda bręsti greičiau nei berniukai. Maždaug šiuo laikotarpiu, apie 11-us metus, prieš prasidedant menstruacijoms ir per pirmuosius jų atsiradimo metus, sparčiausiai didėja mergaičių ūgis. Augant ūgiui ir svoriui, galūnių kaulai auga sparčiau nei raumenynas, tad prastėja paauglių judesių koordinacija, paaugliai tampa tarsi nerangūs, už visko kliūvantys. Panašus neatitikimas yra tarp kraujagyslių ir širdies raumens augimo, širdis nepajėgia tinkamai aprūpinti

krauju galvos smegenų, tad paaugliai greičiau pavargsta, sunkiau sukaupia dėmesį, prastėja mokymosi rezultatai (Žukauskienė, 2012). Prasidėjus pubertetui (apie 11-12 m.), dėl hormonų veiklos ima didėti mergaičių kūno riebalų masė, o tai lemia jų išvaizdos vis didesnę atotrūkį nuo kultūriškai įdiegto liekno kūno idealo. Tad šio amžiaus mergaitėms būdingas išaugęs nepasitenkinimas savo išvaizda ir mitybos ribojimai (McCabe & Ricciardelli, 2003).

Smegenų vystymasis

Paauglystės laikotarpiu vyksta ir spartus smegenų vystymasis, kuris yra ne taip pastebimas išoriškai kaip kūno pokyčiai, tačiau lemia paauglių mąstymo, jausenos ir elgesio pokyčius. Paauglystėje labiausiai vystosi priešakartinė smegenų žievės dalis, atsakinga už vykdomųjų funkcijų veiklą ir tarpusavio sąveiką, t. y., planavimą, impulsų kontrolę, darbinę atmintį, dėmesio sukaupimą. Šios smegenų srities vystymasis yra itin svarbus ir emociniam brendimui ankstyvoje paauglystėje, menkesnis jos išsivystymas turi įtakos prastesnei impulsų kontrolei, dažnesnei nuotaikų kaitai, konfliktiškumui, pasidavimui bendraamžių spaudimui. Tyrimais nustatyta, kad priešakartinė smegenų žievės dalis mergaitėms labiausiai ima vystytis maždaug nuo 12-os metų (Žukauskienė, 2012).

Apibendrinant galima teigti, kad dėl šiuo laikotarpiu vykstančių psichosocialinių, kognityvinių ir biologinių pokyčių, paaugliams tampa labai svarbus pasitenkinimas savo kūno vaizdu. „Prisitaikymas prie kūno pokyčių, susijusių su brendimu, daro įtaką paauglių psichologinei būklei ir elgesiui, kurie tiesiogiai veikia paauglio sveikatą.“ (Žukauskienė, 2012, p. 496).

1.2 Kūno vaizdo koncepcija

Šiame skyriuje, remiantis moksliniais straipsniais ir atliktais tyrimais, apžvelgiama kūno vaizdo koncepcija bei svarba asmenybės raidai.

Kūno vaizdo koncepcija apima esamą kūno sudėjimą ir funkcionavimą, su kūnu susijusias patirtis, socialinį atsaką į kūno išvaizdą ir sociokultūrinės normas bei idealus, susijusius su kūnu (Holsen et al., 2001). T. F. Cash pabrėžia individo subjektyvią patirtį ir savo išvaizdos vertinimą, kuri pačiam individui yra daug reikšmingesnė už objektyvią ar socialiai matomą išvaizdos realybę. Pasak jo, kūno vaizdo suvokimas apima ir asmens mintis, įsitikinimus, elgesį ir jausmus, susijusius su požiūriu į savo kūną. Taigi kūno vaizdas siejamas su subjektyviu individo pasitenkinimu ar nepasitenkinimu savo kūnu ir išvaizda (Cash, 2004; Cash & Fleming, 2002). „Kitaip tariant, kūno vaizdas psichologijoje suprantamas ne tik tiesiogiai, t. y. kaip žmogus mato save veidrodyje, bet ir ką jis jaučia matydamas save bei kaip jaučiasi turėdamas tokį kūną, todėl savo kūno suvokimas gali visiškai skirtis nuo to, kaip žmogų suvokia aplinkiniai. Nors kūno vaizdas formuojasi nuo pat

vaikystės, paauglystėje pasiekiamas kritinis laikotarpis, kai kūno vaizdas labiausiai pažeidžiamas ir yra didžiausia tikimybė, kad bus suformuotas iš naujo“ (Bagdonas ir Padarauskaitė, 2012, p. 47).

Remdamasi daugeliu autorių, tyrinėjusių kūno įvaizdžio temą, S. Grogan (2021) taip apibendrina kūno vaizdo sąvoką: **Kūno vaizdas – tai asmens nuostatos, mintys ir jausmai savo kūno atžvilgiu.** Šis apibūdinimas, pasak autorės, apima tiek psichologinius *suvokimo* bei *požiūrio* aspektus, tiek asmeninę patirtį, susijusią su kūnu. *Suvokiamas kūno vaizdas* dažniausiai remiasi tuo, kiek individo subjektyvus savo kūno dydžio vertinimas sutampa su realiu jo kūno dydžiu. *O požiūris į savo kūno vaizdą* apima šiuos elementus: *visaapimantis subjektyvus pasitenkinimas* (tai subjektyvus savo kūno vertinimas, kuris gali ir nesutapti su išorine realybe); *afektinis* (tai individo asmeninės emocijos ir jausmai savo kūno atžvilgiu); *kognityvinis* (tai individo mintys ir įsitikinimai apie savo kūną, intencijos dėl išvaizdos) ir *elgesio* (tai žmogaus elgesys, susijęs su savo kūno vertinimu, pvz., vengimas tam tikrų situacijų, kuriose galimas atviresnis kūno rodymas) (Grogan, 2021).

Pasak S. Grogan (2021), kūno vaizdo sąvoka taip pat apima tiek pozityvų, tiek negatyvų kūno vaizdo aspektus, nes **nepasitenkinimą savo kūnu** autorė apibrėžia kaip asmens neigiamas mintis ir jausmus savo kūno atžvilgiu. Kita vertus, apibrėžiant, kas yra **pozityvus kūno vaizdas**, neužtenka pasakyti, kad tai yra priešingybė negatyviam kūno vaizdui. S. Grogan teigia, kad tai yra daugiau apimanti, holistiniu požiūriu paremta koncepcija. Yra išskiriami šie pozityvaus kūno vaizdo elementai: teigiama nuomonė apie savo kūną, nepriklausomai nuo realios išvaizdos; savo kūno priėmimas svorio, formos ir netobulumų atžvilgiu; pagarba savo kūnui, apimanti sveiką elgseną tenkinant kūno poreikius; žiniasklaidos formuojamo įvaizdžio nepriėmimas ir netaikymas sau, tokiu būdu apsaugant savo kūną. Visa tai anaipol nereiškia, kad būtinas visiškas pasitenkinimas savo kūnu, tačiau sveiko ir pozityvaus kūno vaizdo orientacija turėtų būti nukreipta į kūno funkcionalumą, t. y., svarbiau ką kūnas gali daryti, o ne kaip atrodo (Grogan, 2021).

1.3 Kūno vaizdo svarba pereinamajame laikotarpyje iš vaikystės į paauglystę

Tyrinėdami kūno vaizdo koncepciją, įvairūs moksliniai autoriai skiria daug dėmesio tiek moterims, tiek vyrams, taip pat ir skirtingoms amžiaus grupėms. Tačiau šiame darbe, analizuodama mokslinę literatūrą, didžiausią dėmesį skiriu tiems moksliniams šaltiniams, kurie tyrinėja prieš-paauglystės ir ankstyvosios paauglystės laikotarpį, taip pat išskiria mergaičių ir berniukų kūno vaizdo suvokimo skirtumus. Tai yra svarbu, atsižvelgiant į šio darbo tiriamąją grupę – 11 metų amžiaus mergaites.

Pereinamuoju raidos laikotarpiu iš vėlyvosios vaikystės į ankstyvąją paauglystę, suaktyvėja lytinių hormonų veikla, ima ryškėti antriniai lytinio brendimo požymiai, dėl kurių itin išauga susirūpinimas savo išvaizda ir kūno pokyčiais. Pasak L. Smolak (2011, cit. pagal Bird et al., 2013),

nepasitenkinimas savo kūnu formuojasi dar vaikystėje ir 40-50 proc. 6-12 m. amžiaus vaikų teigia esantys nepatenkinti savo išvaizda. Todėl yra kritiškai svarbu dar iki paauglystės laikotarpio padėti pagrindus pozityviam kūno vaizdo formavimuisi (Ata et al., 2007). Kūno vaizdo integracija ir pasitenkinimas savo kūnu turi kompleksinį poveikį asmenybės raidai: psichosocialinei sveikatai, besiformuojantiems elgsenos įpročiams bei emocinei gerovei (Webb & Zimmer-Gembeck, 2014). Pozityvus kūno vaizdas yra susijęs su aukštesne saviverte, sveikais valgymo ir elgsenos įpročiais (Saunders & Frazier, 2017). Tuo tarpu, daugelio skirtingų mokslo autorių nuomone, šiuo laikotarpiu susiformavęs neigiamas požiūris į savo kūną gali tapti terpe valgymo sutrikimų, viršsvorio, žemos savivertės, rizikingo elgesio, depresijos simptomų atsiradimui (Ata et al., 2007; Forney et al., 2019; Holsen et al., 2001; Rodgers et al., 2014; Saunders & Frazier, 2017). Itin dažnai mokslinėje literatūroje minima neigiamo kūno vaizdo ir valgymo sutrikimų sąsaja tik patvirtina būtinybę suteikti pagrindus pozityviam kūno vaizdo formavimuisi šiuo, itin jautriu pereinamojo amžiaus laikotarpiu.

1.4 Kūno vaizdo formavimosi veiksniai

Apibendrinant Lietuvos bei užsienio šalių autorių mokslinius straipsnius bei atliktus tyrimus, galima išskirti rizikos ir apsauginius veiksnius, su kuriais siejasi kūno vaizdas ir kurie yra svarbūs šiame mokslo tiriamajame darbe, atsižvelgiant į tiriamųjų grupę.

1.4.1 Rizikos veiksniai

Pereinamuoju laikotarpiu iš vėlyvosios vaikystės į ankstyvąją paauglystę, galima išskirti šiuos rizikos veiksnius, galinčius daryti neigiamą įtaką kūno vaizdo formavimuisi:

1. Lytis

Paauglės mergaitės labiau nei berniukai yra susirūpinusios savo išvaizda ir teikia jai didesnę svarbą. Taip galbūt yra todėl, kad ir sociokultūriniu požiūriu nuo vaikystės mergaičių išvaizdai skiriamas didesnis dėmesys nei berniukų, mergaitės mokomos rūpintis savo išvaizda, dauguma žurnalų ar televizijos laidų akcentuoja būtent paauglių mergaičių ir moterų išvaizdos svarbą.

Pasak A. Bagdono ir I. Padarauskaitės, „tyrimai rodo, kad paauglės merginos fizinę išvaizdą laiko vienu svarbiausių veiksnių, lemiančių moters laimę bei sėkmę“ (Bagdonas ir Padarauskaitė, 2012, p. 54). Ispanijoje atliktas 13-18 metų amžiaus abiejų lyčių paauglių tyrimas taip pat atskleidė, kad mergaitės ženkliai dažniau nei berniukai išreiškė nepasitenkinimą savo kūnu, buvo linkusios manyti, kad turi viršsvorio bei laikytis dietų (Ramos et al., 2019). L. Smolak taip pat pažymi, kad moteriška lytis yra svarbus faktorius valgymo sutrikimų, tokių kaip nervinė anoreksija ir bulimija,

išsivystymui, be to, savo kūnu nepatenkintos mergaitės yra labiau nei berniukai linkusios į depresiją (Smolak, 2004).

Kiti autoriai pritaria, kad auklėjimas ir vakarietiškas liekno moters kūno idealas lemia mergaičių didesnę nepasitenkinimą savo kūnu ir išvaizda, taip pat mergaitės patiria didesnę atotrūkį tarp esamo ir idealaus savęs vertinimo, yra linkusios dažniau nei berniukai laikytis dietų (Ata et al., 2007; Davison & McCabe, 2006; Holsen et al., 2001; Mastauskienė, 2008; Park, 2020). Vakarietiška kultūrai yra būdingas ir požiūris į moters kūną kaip į objektą. Priimant šį požiūrį, siekiama, kad moters kūnas atrodytų patrauklus ir seksualus, ypač vyrams. Tokią žinutę mergaitės nuo mažumės gauna iš žiniasklaidos, bendraamžių ir tėvų (Smolak, 2004). Savo kūno kaip objekto traktavimas, nuolatinis jo stebėjimas, nerimas dėl kūno formų yra siejamas su įvairaus amžiaus moterų nepasitenkinimu savo kūnu bei kitomis neigiamomis psichologinėmis ir fizinėmis sveikatos problemomis (Grogan, 2021).

2. Socialinė-ekonominė šeimos padėtis

Australijoje atliktas 6-19 metų amžiaus moksleivių tyrimas, tyrinėjęs socioekonominio statuso ryšį su vaikų bei paauglių mityba, kūno vaizdu bei svoriu, atskleidė, kad vaikai iš žemas pajamas gaunančių šeimų buvo ženkliai stipriau linkę turėti viršsvorį. Tai lėmė šeimoje nesuformuoti sveikos mitybos įpročiai: vaikai iš žemas pajamas gaunančių šeimų buvo linkę daug dažniau praleisti pusryčius ir tik 26 proc. teigė, kad turi sveikus valgymo įpročius (O’Dea & Caputi, 2001). Panašią išvadą patvirtino ir Ispanijoje atliktas 13-18 metų amžiaus paauglių tyrimas, atskleidęs koreliaciją tarp paauglių didesnio kūno masės indekso (KMI) ir žemesnių pajamų jų šeimose (Ramos et al., 2019).

Visgi didesnę nepasitenkinimą savo kūno vaizdu demonstravo moksleiviai iš vidutinės ir aukštesnės pajamas gaunančių šeimų (O’Dea & Caputi, 2001). Tą patį patvirtina S. Grogan (2021) ir kiti autoriai (Czyz et al., 2016), tyrinėjęntys kūno vaizdą. Jie nurodo, kad didesnis nepasitenkinimas savo kūno vaizdu yra būdingas vidutinės ir aukštesnės pajamas gaunantioms šeimoms (suaugusiems ir paaugliams). Taip yra galbūt todėl, kad aukštesnio socialinio sluoksnio žmonės yra labiau orientuoti į socialinį pripažinimą, kuris remiasi išvaizdos patrauklumu. Šiose šeimose taip pat yra labiau prieinamos visos žiniasklaidos priemonės, formuojančios idealaus kūno įvaizdį bei siekį jį atitikti (Grogan, 2021).

3. Šeimos ir bendraamžių spaudimas dėl išvaizdos

Šeimos ir draugų palaikymas arba spaudimas gali lemti atitinkamai teigiamą arba neigiamą savo kūno vaizdo suvokimą, nes požiūris į save didžia dalimi priklauso nuo paauglių numanymo, ką kiti apie juos galvoja. Konfliktiški santykiai šeimoje (ypač dukrų ir mamų tarpusavio santykių šaltumas), tėvų kontrolė, paauglės išvaizdos kritika lemia aktyvesnę dietų laikymąsi mergaičių tarpe

bei žemesnį savo kūno vaizdo suvokimą tiek paauglystės, tiek suaugusios moters amžiuje. Artimiausių žmonių (tėvų, brolių, seserų) užgauliojimas dėl išvaizdos ar spaudimas sumažinti kūno svorį, neabejotinai turi didelę reikšmę paauglės savivertei ir savo išvaizdos vertinimui ilguoju laikotarpiu (Ata et al., 2007), taip pat gali turėti įtakos valgymo sutrikimų išsivystymui paauglystėje (Saunders & Frazier, 2017). Australijoje atliktas tyrimas atskleidė, kad ankstyvoje paauglystėje mergaitėms didžiausią įtaką, susijusią su kūno svorio ir išvaizdos keitimu, darė mamos ir geriausios draugės nuomonė (McCabe & Ricciardelli, 2003).

A. Mastauskienė, tyrusi jaunuolių maitinimosi ir fizinio aktyvumo įpročių sąsajas su pasitenkinimu savo kūnu (2008), remdamasi užsienio autorių studijomis (J. L. Carper et al., 2000; A. L. Francis ir L. L. Birch 2006) teigia, kad „nepasitenkinimas savo kūnu ir požiūris į kūną apskritai formuojasi dar vaikystėje ir yra įtakojamas tėvų požiūrio“ (Mastauskienė, 2009, p. 10). Pasak autorės, didelė tėvų kontrolė ir įsitikinimai savo vaikų mitybos ir svorio atžvilgiu galiausiai tampa vaikų vidiniais įsitikinimais ir savikontrolė bei turi įtakos tiek požiūriui į savo kūną, tiek dietos laikymuisi ankstyvame amžiuje, dar iki paauglystės.

Paauglystei būdingi socialiniai pokyčiai, orientacija į bendraamžius taip pat daro įtaką kūno vaizdo formavimuisi (Forney et al., 2019). Webb ir Zimmer-Gembeck (2014) sisteminėje tyrimų apžvalgoje nurodo, kad paauglių mergaičių tarpe draugystės ir pokalbiai apie išvaizdą darė įtaką valgymo įpročiams, dietų laikymuisi bei pastangoms sumažinti kūno svorį. Išvaizda buvo dažna paauglių pokalbių tema, lėmusi išvaizdos svarbą, susimąstymą apie savo svorį, dietų poreikį, nepasitenkinimą savo kūnu bei grožio idealų internalizaciją. Draugų spaudimas būti plonam taip pat sąlygojo didesnę nepasitenkinimą savo išvaizda. Dauguma paauglių išvaizdos patrauklumą siejo su didesnio socialinio dėmesio ir socialinių ryšių lūkesčiais (Webb & Zimmer-Gembeck, 2014).

4. Patyčios

Bendraamžių patyčios dėl išvaizdos buvo viena iš dažniausiai minimų nepasitenkinimo savo kūnu priežasčių (Smolak, 2004; Webb & Zimmer-Gembeck, 2014). HBSC 2022 m. tyrimo duomenimis (HBSC Lietuva, 2022) Lietuvoje patyčias patiria daugiau nei ketvirtadalis (26,9 proc.) 5-9 klasių moksleivių. Pasak A. Bagdono ir I. Padaruskaitės, „ignoruojamos ar užgauliojamos mergaitės, manydamos, kad išvaizda yra svarbiausias kitų palankumą lemiantis veiksnys, taip pat savo išvaizdą vertina neigiamai“. Tyrimas atskleidė, kad savo išvaizdą prasčiausiai vertina mergaitės - patyčių aukos, jos taip pat yra ir labiausiai orientuotos į savo išvaizdą. Pažymėtina, kad stipriai į išvaizdą orientuotos buvo ir mergaitės, patenkančios į skriaudėjų–aukų grupę (Bagdonas ir Padaruskaitė, 2012, p. 48). Patyčios ne tik neigiamai veikia kūno vaizdo suvokimą, sąlygoja nerealistinius lūkesčius savo paties išvaizdai, bet ir sukelia sunkumus paaugliams, bandantiems išvengti tokių situacijų, kuriose gali būti vertinamas jų kūno dydis bei patiriamos patyčios, pvz.,

persirengimas mokykloje fizinio lavinimo pamokai, užsiėmimai baseine ir pan. (Ata et al., 2007; Forney et al., 2019).

5. Žiniasklaidos ir socialinių tinklų įtaka

Kūno vaizdo, ypač paauglių mergaičių, formavimuisi įtaką daro ir sociokultūrinis liekno moters kūno idealas, medijos priemonės bei socialiniai tinklai. Grožio kultą ir liekną moters kūną akcentuojančių žurnalų ir televizijos laidų bei serialų sklaida ir prieinamumas turi poveikį mergaitėms jau nuo vaikystės, yra duomenų, kad jau net 5-erių metų amžiaus vaikai pradeda įsisavininti kultūriškai priimtina liekno kūno idealą ir neigiamai atsiliepia apie viršsvorio turinčius žmones (Smolak, 2004). Tuo tarpu ankstyvosios paauglystės laikotarpiu liekno kūno idealas tampa internalizuotu grožio standartu, kuriuo remiantis keliami lūkesčiai savo išvaizdai, o tai siejasi su neigiamu savo kūno vertinimu (Ata et al., 2007; Dohnt & Tiggemann, 2006; Saunders & Frazier, 2017; Smolak, 2004).

Šiuo metu domėjimasi tradicinėmis žiniasklaidos priemonėmis (televiziją, žurnalus) vis labiau pakeičia paauglių įtraukimas į socialinius tinklus, kuriuose jie patys gali kurti turinį, dalintis savo nuotraukomis ir vaizdo įrašais, burtis į temines grupes ir kt. I. Dominaitės (2014) atliktas tyrimas patvirtino ir užsienio tyrėjų publikuotus rezultatus, kuriais remiantis atsiskleidžia jaunuolių praleisto laiko socialiniame tinkle *Facebook* ryšys su nepasitenkinimu savo kūnu. Ir nors tuo metu tyrime dalyvavo 17-21 metų amžiaus jaunuoliai, šiuo metu socialiniais tinklais ima naudotis vis jaunesni paaugliai ir net vaikai.

1.4.2 *Apsauginiai veiksniai*

Apsauginiai veiksniai, turintys įtakos pozityvaus kūno vaizdo formavimuisi:

1. Šeimos palaikymas ir sveikos mitybos įpročiai

Emocinis šeimos palaikymas ir padrąšinimas paauglystės laikotarpiu tampa atsvara išoriniam sociokultūriniam spaudimui ir gali prisidėti prie ilgalaikio teigiamo mergaičių kūno vaizdo formavimosi (Ata et al., 2007). Šeimos valgymo įpročiai ir kultūra (valgymo dažnumas, valgymo drauge reikšmė, atmosfera ir šeimos dinamika prie valgio stalo) yra svarbus veiksnys, padedantis išvengti dietų ir svorį kontroliuojančio (dažnai žalingo) elgesio paauglystėje. Pozityvi šeimos valgymo atmosfera, manoma, pasitarnauja ir paauglių sociokultūriniam vystymuisi bei aukštesnei savivertei (Saunders & Frazier, 2017).

2. Teigiama savivertė

Lietuvoje S. Derkintienės atliktas tyrimas (Derkintienė, 2011) atskleidė, kad jaunų paauglių teigiamas savo kūno suvokimas koreliuoja su teigiamu savęs vertinimu, t. y. teigiama savivertė yra svarbus veiksnys formuojantis teigiamam kūno vaizdui. Longitūdinis 5 metų trukmės tyrimas, apėmęs 2500 dalyvių (Park, 2020), atskleidė kūno vaizdo ir savivertės ryšį pereinamuoju laikotarpiu iš vaikystės į paauglystę. Pasak autoriaus, savivertės jausmas šiuo laikotarpiu tampa itin svarbus dėl vykstančių kognityvinės raidos pokyčių. Atsirandantis *integracijos* gebėjimas leidžia suvokti globalesnį savęs vaizdą. Tuo tarpu kūno vaizdas paauglystėje yra svarbiausias ir daro didžiausią įtaką savęs vaizdo formavimuisi, lyginant su kitomis sritimis (pvz., akademiniais pasiekimais). Studija tyrinėjusi abipusį ryšį, tiek kūno vaizdo įtaką savivertei, tiek savivertės įtaką kūno vaizdo formavimuisi, atskleidė, kad savivertė sulaukus 10 metų amžiaus palaiapsniui mažėjo ir prasčiausia buvo vidutiniškai tarp 11,9 metų amžiaus respondentų. W. Park, remdamasis ir kitų autorių tyrimais, šį savivertės mažėjimą sieja su puberteto atsiradimu 10-12 metų amžiaus mergaitėms ir ryškėjančiais antriniais lytiniais požymiais. Nepasitenkinimas savo kūno vaizdu piką pasiekia apie 12-14 gyvenimo metus. Vėliau, jei vyksta sėkminga fizinių kūno pokyčių adaptacija ir savęs vaizdo integracija, tiek pasitenkinimas savo kūnu, tiek paauglių savivertė ima vėl didėti. Šis tyrimas atskleidžia prevencinių programų būtinybę pereinamuoju brandos laikotarpiu, kurios padėtų vaikams-paaugliams pažinti ir priimti vykstančius kūno pokyčius bei integruoti juos į globalesnį savęs vaizdą (Park, 2020).

3. Prevencinės programos mokyklose

Remdamasis atliktu tyrimu, W. Park (2020) mano, kad intervencinės priemonės, padedančios gerinti paauglių kūno vaizdą, yra būtinos 12-13 metų amžiuje, kuomet neigiamas kūno vaizdas yra didžiausias. Tačiau norint užbėgti už akių neigiamam kūno vaizdo formavimuisi, prevencinės programos turėtų būti siūlomos 11-12 metų paaugliams, kai labiausiai krinta savivertė, vėliau koreliuojanti su besiformuojančiu neigiamu kūno vaizdu. O dar geriau, jei siekiant išvengti staigaus savivertės kritimo (apie 12 metus) ir jo vėlesnių pasekmių, prevencinės programos būtų pasiūlytos 10-11 amžiaus vaikams (Park, 2020). Taigi remiantis W. Park rekomendacijomis, tinkamas metas prevencinei programai, kuri padėtų sušvelninti savivertės kritimą pereinamuoju brandos laikotarpiu bei ryšium su tuo teigiamai veiktų kūno vaizdo formavimąsi, būtų 5-ta klasė pagal Lietuvos švietimo sistemą.

Mokslinėje literatūroje vienas iš siūlymų kaip gerinti paauglių savivertę bei pasitenkinimą savo kūno vaizdu yra įtraukimas į fizinę veiklą ir motyvacijos sportuoti didinimas. V. Tauklienės atliktas tyrimas (2021) atskleidė, kad „sportuojantiems paaugliams yra būdingas pozityvesnis kūno vaizdas ir intuityvus valgymas, taip pat jie pasižymi aukštesniu savęs vertinimu ir turi mažesnę KMI rodiklį nei nesportuojantys jų bendraamžiai“ (Tauklienė, 2021). Kiti autoriai, tyrinėję paauglių kūno

vaizdą, siūlo mokyklose diegti šviečiamąsias sveikos mitybos programas, kad būtų išvengta mitybos sutrikimų (O’Dea & Caputi, 2001; Ramos et al., 2019), taip pat kovoti su patyčių problema mokyklose (Bagdonas ir Padaruskaitė, 2012). Didžiojoje Britanijoje atliktas tyrimas (Bird et al., 2013) atskleidė, kad 3-jų sesijų (kartą per savaitę) 10-11 m. vaikams adaptuota pozityvaus požiūrio į kūną programa „Happy Being Me“ (liet. „Laiminga būdama savimi“) lėmė ženklų mergaičių požiūrio į savo kūną pagerėjimą, kuris išliko ir pakartojus apklausą 3 mėn. po intervencijos. Tyrimo rezultatai atskleidė ir ženkliai mažesnę kultūrinių išvaizdos idealų internalizacijos lygį.

Apžvelgti tyrimai patvirtina prevencinių programų naudą prepuberteto bei ankstyvosios paauglystės amžiuje.

1.5 Vaikų dienos centrų veikla Lietuvoje

Pasak J. Buzaitytės-Kašalynienės (2015, p. 47), „Tyrimai rizikos veiksnių srityje rodo, kad skurdas yra bendras rizikos veiksnys, mažinantis šeimų išteklius, ribojantis vaikų galimybes laiku gauti kokybiškas sveikatos priežiūros, formaliojo ir neformaliojo švietimo paslaugas. <...> Šiose šeimose vaikams trūksta palaikymo, stimuliacijos, dažniau sutrinka jų socialinė, emocinė, kognityvi raida, jie dažniau turi elgesio sutrikimų, serga depresija, žaloja save, turi savižudiškų minčių, jų menkiau išlavinti socialiniai įgūdžiai“. Šis aspektas yra svarbus šio tiriamojo darbo kontekste, nes žemesnė šeimos socialinė padėtis gali turėti įtakos formuojantis tiriamųjų savivertei, savivokai bei požiūriui į savo kūną. Kaip prevencinė priemonė ir atsvara finansiniam ir emociniam nepritekliui šeimoje veikia Vaikų dienos centrai, skirti vaikams iš sunkumus patiriančių šeimų.

Remiantis LR Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos duomenimis (www.socmin.lrv.lt), vaikų, lankančių Vaikų dienos centrus (toliau – VDC) visoje Lietuvoje kasmet daugėja, 2022 m. veikė 482 valstybės akredituoti VDC, kuriuos lankė beveik 13 tūkst. vaikų (palyginimui, 2018 m. veikė 369 VDC, teikę socialines paslaugas daugiau nei 9 tūkst. vaikų).

Pasak Visuotinės lietuvių enciklopedijos (www.vle.lt), Vaikų dienos centras yra „įstaiga, rengianti ir įgyvendinanti socialines, pedagogines, psichologines ir reabilitacijos programas vaikams ir jų šeimoms“. VDC veikla yra orientuota į edukacinį ir socialinių įgūdžių ugdymą, vaikų laisvalaikio organizavimą. Pagrindinės tikslinės grupės – pradinių klasių vaikai (7-11 m.) ir paaugliai (11-15 m.). Vaikų dienos centrus dažniausiai lanko vaikai iš mažas pajamas gaunančių šeimų, kurioms yra sunku užtikrinti vaikų popamokinį užimtumą, būrelių lankymą, vaikų ekskursijas, keliones ar kitas pramogas.

Pasak Nacionalinio skurdo mažinimo organizacijų tinklo (www.smtinklas.lt, 2023), „Neretai vaikų, lankančių VDC, šeimos susiduria su dideliais sunkumais: vaikai turi bendravimo ir elgesio iššūkių, vyrauja silpni socialiniai ir higienos įgūdžiai, šeimos susiduria su bedarbyste,

pasitaiko, kad šių šeimos suaugusieji kenčia nuo priklausomybių.“ Tad šiuos centrus lanko daug vaikų, kurių psichologiniai, socialiniai bei fiziniai poreikiai namuose nėra tinkamai atliepiami. VDC tampa jiems antrais namais. Atėjusiems į VDC vaikams yra teikiamas maitinimas, padedamos paruošti pamokos, teikiamos socialinių darbuotojų, psichologų, savanorių paslaugos vaikams bei jų šeimoms, organizuojamos išvykos, vasaros stovyklos, ir kitos edukacinės, sporto, meninės, laisvalaikio veiklos. Tai yra svarbi pagalba vaikams iš sunkumus patiriančių šeimų.

Šnekant apie socialinio darbo metodus, dirbant su vaikais, lankančiais VDC, „Sutartos ir vieningos socialinio darbo metodų klasifikacijos nėra, tačiau Lietuvoje labiausiai nusistovėjęs yra metodų skirstymas į individualų, grupinį ir bendruomeninį darbą“ (Pivorienė ir Abeciūnaitė, 2010, p. 6), kuomet individualus darbas remiasi tarpasmeniniu santykiu tarp socialinio darbuotojo ir vaiko, o darbas grupėje lavina tarpasmeninį mokymąsi bei socialinius vaikų įgūdžius. Šie socialinio darbo metodai yra taikomi ir dirbant su vaiko artima aplinka.

Vaikų dienos centrų veikla yra neabejotinai svarbi ir reikalinga, nes čia vaikai iš sunkumus patiriančių šeimų gali gauti tai, ko šeima jiems negali užtikrinti – saugų ir turiningą laisvalaikį, didesnę integraciją į visuomenę, socialinių įgūdžių lavinimą. VDC lankantys vaikai bei jų šeimos gauna ir jiems pritaikytą psichologinę bei socialinę pagalbą. O kasmet Lietuvoje augantis VDC lankančių vaikų skaičius tik patvirtina tokių paslaugų poreikį.

Apibendrinant galima teigti, kad šio darbo tiriamoji grupė – Vaikų dienos centrą lankančios 11 metų amžiaus mergaitės – yra jautri aptartiems rizikos faktoriams, kurie gali turėti įtakos neigiamam kūno vaizdo susiformavimui. Pereinamasis amžius lemia padidintą dėmesį savo kūnui ir išvaizdai, su lytinės brandos požymiais ateina daug sumaišties ir galimo nepasitenkinimo, savo kūno nepriėmimo. Moteriška lytis, mergaičių auklėjimo tradicijos, žiniasklaida ir bendraamžių spaudimas kultūriškai lemia įsigalėjusio liekno kūno internalizaciją ir mergaičių keliamus didesnius lūkesčius savo išvaizdai. Žemesnes pajamas gaunančios tiriamųjų šeimos taip pat patenka į rizikos grupę, kurioje galimai nėra užtikrinami sveiki mitybos įpročiai, psichologinis šeimos palaikymas, ugdoma savivertė ir pasitikėjimas savimi. Tad dailės terapijos grupiniai užsiėmimai, kurie buvo orientuoti į savo kūno vaizdo suvokimą, yra svarbus apsauginis veiksnys kūno vaizdo formavimosi, fizinių pokyčių priėmimo, o kartu ir savivertės augimo procese. Dailės terapijos tinkamumas ir nauda vaikams bei paaugliams yra aptariami kituose skyriuose.

1.6 Dailės terapijos privalumai darbe su vaikais ir paaugliais

Kūrybiškumas yra natūralus mažiems vaikams, kuriems dar būdingas magiškas mąstymas ir vaizduotės žaidimai (Winnicott, 2009). Vyresniame vaikystės/paauglystės amžiuje dailės terapija

gali būti tinkama alternatyva žaidimui, nes per judesį ir išraišką skatina vaizduotę ir kūrybiškumą (Moon, 2012). Dauguma autorių mokslinėje literatūroje sutinka, kad dailės terapija yra efektyvus psichologinės pagalbos būdas asmenims, kuriems sunku išreikšti savo mintis, jausmus ar skaudžias patirtis žodžiais (Dalley, 2004; Dapkutė, 2003; Malchiodi, 1999, 2012; Moon, 2012; Rubin, 2010). Kūryba terapijos procese sukuria alternatyvą verbalinei kalbai, padeda saugiu atstumu tyrinėti savo išgyvenimus bei praturtina ir patį terapinį santykį. Dėl šių priežasčių dailės terapija yra plačiai taikoma dirbant su vaikais ir paaugliais, kurie dažnai patiria sunkumų ne tik išreikšti save verbaliai, bet apskritai susivokti savo mintyse, jausmuose ir kylančiose emocijose.

Dailės terapija naudinga ir tiems vaikams bei paaugliams, kurie nepatiria kalbinių sunkumų, tačiau yra gynybiškai nusiteikę ar nerimastingi pačios psichologinės pagalbos ar terapeuto atžvilgiu. Tokiu atveju įsitraukimas į kūrybinį procesą dailės terapijos metu gali sumažinti nerimą ar įtarumą (Rubin, 2010). Sunkios emocijos, su kuriomis vaikai ir paaugliai susiduria ir kurios dažnai „konteineriuojamos“ viduje, gali būti saugiai išreikštos per kūrybinį procesą, tai – atstūmimo baimė, nerimas, vienišumas, agresija, paaugliams - ir sumaištis dėl kūno pokyčių, žema savivertė, savižalos ar suicidinės mintys ir kt. (Dalley, 2004). Dažnai trauminiai patyrimai, šeimos problemos, kitos sunkiai pakeliamos emocijos yra vaikų ir paauglių slepiamos, neišsakomos ir kaupiamos viduje, kol išsiveržia nekontroliuojamo, afektinio pykčio ar agresijos protrūkiais. Šie jausmai, taip pat ir polinkis į rizikingą elgesį gali būti išreiškiami ir saugiai tyrinėjami dailės terapijos procese. Vidinių stresorių, kurie yra per daug gąsdinantys išsakyti žodžiais, atvaizdavimas piešinyje suteikia struktūrą, kurios ribose vaikai ir paaugliai gali išveikti savo pyktį ar kitas slopinamas emocijas (Moon, 2012).

Skandžios vaikystės emocinės patirtys ar traumos, pasak B. L. Moon (2012) tampa dideliu iššūkiu ankstyvoje paauglystėje, nes neradus tinkamų būdų, kaip išreikšti emocijas, susijusias su nerimu, gėda, pykčiu, baime, vienišumu, paaugliai pasineria į gynybiškumą, atsitraukimą ar apatiją. O bandant suteikti psichologinę pagalbą paaugliams, dažnai susiduriama su priešiška jų reakcija, kurią gali sukelti nenoras atsiverti terapeutui, nesaugumo jausmas ar apsinkinta komunikacija žodžiais. Tad dailės terapija gali būti saugesnis ir priimtinesnis būdas tiek vaikams, tiek paaugliams, patiriantiems įvairių sunkumų.

Verbalinė kalba dailės terapijoje, be abejo, taip pat yra svarbi. Vaikai daug šneka ir kuria istorijas pačio kūrybos proceso metu, o S. Riley (1994) pastebi paradoksą, kad kai paaugliai nejaučia spaudimo kalbėti, jie taip pat prašneka. Paaugliai paprastai nori dalintis apie savo kūrinį, kuris veikia kaip katalizatorius žodinei refleksijai, taigi simbolinė kūrinio kalba bei žodinė refleksija praplečia ir praturtina terapinę komunikaciją, o formuojantis saugiam terapiniam santykiui, plečiasi kūrybinė raiška bei gilėja refleksija. Pasak A. Briks (2007), kūrybinė ekspresija yra pamatas terapinei transformacijai, kuri fiksuojama, išlieka ir yra matoma kūrinuose.

1.7 Dailės terapijos nauda įgyvendinant paauglystės raidos uždavinius

Remiantis raidos psichologija, pagrindinis paauglystės uždavinys yra savo tapatumo atradimas, įtvirtinimas ir atsiskyrimo procesas nuo prigimtinės šeimos (Vaičiulienė, 1999). Dailės terapija atliepia šiuos paauglių poreikius dėl kūrybinio proceso teikiamų galimybių (Briks, 2007; Malchiodi, 1999, 2012; Riley, 1994, 2001):

- suteikia paaugliams kontrolės jausmą išreiškiant save – tiek kūrinyje, tiek jo asmeninėje interpretacijoje. Terapijos metu „atmesdami“ jiems keliamą reikalavimą kalbėti žodžiais ir išreikšti savo jausmus terapeutui, paaugliai jaučiasi kontroliuojantys situaciją, taip patenkindami ir savo autonomijos poreikį, tuo tarpu komunikavimas per kūrybą yra mažiau gąsdinantis būdas vidinei savijautai išreikšti;
- įvairios, terapijoje pasitelkiamos meno priemonės ir pats kūrybos procesas mažina paauglių pasipriešinimą terapijai, sužadina kūrybiškumą, norą eksperimentuoti, suteikia pasitenkinimo jausmą bei kartu atveria kelią terapinio santykio kūrimui;
- kūryboje pasitelkiami asmeniniai ar tam tikram amžiui, grupei būdingi simboliai ir metaforos praturtina terapinį santykį;
- per kūrybą atskleidžiamas ambivalentiškumas paaugliams suteikia galimybę plačiau pažvelgti į atsiskyrimo nuo šeimos, tapatumo paieškos dilemą; pamatyti naujas galimybes, naujus požiūrio taškus;
- vaizduotė sužadina ankstyvasias patirtis, pasaulio pažinimo būdus ir reagavimo ypatybes, todėl kūryba kaip terapinė kalba kartu su žodiniu dialogu pasitelkia visas asmens galimybes rasti sėkmingesnę sunkumų sprendimo būdą ir tai prilygsta mokymosi patirčiai;
- vidinio stresoriaus eksternalizacija (sunkumo, problemiško elgesio atvaizdavimas kūrinyje) tarsi atskiria jį nuo asmens, t. y. išraiška per meną leidžia labiau atsitolinti nuo sprendžiamo konflikto ir lengviau jį tyrinėti tiek pačiam paaugliui, tiek terapeutui, ieškoti sprendimo alternatyvų;
- paauglio piešiniai gali padėti terapeutui pažinti paauglio rūpesčius ir gyvenimo, šeimos aplinkybes, ypač tas situacijas, kurias atskleisti paaugliui yra pernelyg rizikinga arba per daug gėdinga save su jomis susieti;
- dailės terapija tinka bet kokio amžiaus jaunuoliams, išgyvenantiems paauglystės tarpsnio sunkumus, patyrusiems traumines patirtis, turintiems kalbos ar motorinių sunkumų, fizinės ar proto negalias, psichikos, emocijų, elgesio, mokymosi sutrikimus.

Kūryba padeda paaugliams atrasti „savo balsą“: eksperimentuoti, tyrinėti ir geriau pažinti savo poreikius, nerimą, ambivalentiškumą (pvz., norą megzti santykius ir norą atsiriboti, norą tapti

suaugusiu ir baimę palikti vaikystę, norą laimingai gyventi ateityje ir norą užbaigti esamą kentėjimą savizudybe ir kt.). Per kūrybą gali atsiskleisti ir paauglių svajonės, norai, kuriama vertybių ir įsitikinimų sistema, o tai suteikia daugiau pasitikėjimo savo jėgomis ir atveria kelia tapatumo jausmo, savojo *Aš* formavimuisi (Malchiodi, 2012). Taigi dailės terapijos metu suteikta galimybė eksperimentuoti su priemonėmis bei saviraiška yra svarbus faktorius psichologiniam augimui šiame raidos tarpsnyje.

1.8 Dailės terapijos nauda kūno vaizdo formavimuisi paauglystėje

Kūno vaizdo patyrimas dailės terapijos procese tiek lietuvių, tiek užsienio autorių darbuose dažniausiai tyrinėjamas valgymo sutrikimų kontekste. Pvz., V. Adomaitienės tyrimas apie dailės terapijos poveikį valgymo sutrikimų turinčių asmenų kūno savivokai atskleidė, kad „dailės terapija gali būti paveiki bandant suvokti savo realų kūno vaizdinį.“ (Adomaitienė, 2016, p. 75). V. Markevičiūtės, S. Mostauskio ir R. Lūkošaitytės atliktoje mokslinių šaltinių apžvalgoje taip pat pateikiama išvada, kad „Dailės terapijos metodai ir priemonės yra naudingos gydant nuo valgymo sutrikimų kenčiančius klientus bei formuojant adekvačią jų kūno savivoką.“ (Vaida Markevičiūtė et al., 2015, p. 23).

Tuo tarpu besiformuojantis paauglių kūno vaizdas dailės terapijos kontekste Lietuvoje iki šiol netyrinėtas, trūksta išsamesnių tyrimų ir užsienio mokslinėje literatūroje. Daugiau dėmesio yra skiriama paauglių savivertės, savęs pažinimo, tapatumo klausimams, kurie, iš esmės, glaudžiai siejasi su kūno vaizdo formavimuisi, nes paauglystėje kūno vaizdas sudaro didelę dalį savojo *Aš* vaizdo. Kai kuriuose šaltiniuose šios sąvokos net yra tapatinamos.

Tiesioginis tyrimas dailės terapijos naudos kūno vaizdo formavimuisi atliktas Kanadoje (Higenbottam, 2004) su 13-14 m. paauglėmis atskleidė, kad po dailės terapijos 8-ių užsimėmimų programos ženkliai pagerėjo paauglių savivertės ir kūno vaizdo vertinimas. Autorės nuomone, dailės terapijos programa mokyklose, orientuota į paauglių mergaičių pozityvaus kūno vaizdo bei savivertės vystymąsi galėtų ženkliai prisidėti įveikiant adaptacijos periodą paauglystėje.

E. P. McGann (2006) tyrinėjo juodaodžių ir lotynų kilmės 12-18 m. merginų etninio tapatumo ir išvaizdos patirtį dailės terapijos procese. Dominuojančios kultūros siunčiami neigiami signalai iškreipia teigiamą savęs identifikaciją tautinių mažumų paaugliams. Jie ima ambivalentiškai vertinti savo išvaizdą ir etniškumą. Tai atsispindėjo ir paauglių kūniniuose vaizduojant save ir suteikiant sau išorines savybes, kurios išoriškai nėra būdingos: juodaodės merginos dailės terapijos pradžioje vaizdavo save balta oda, šviesiais plaukais ar mėlynomis akimis. Terapinio proceso metu jų kuriamas savęs vaizdas keitėsi, pasirenkant vaizduoti tamsesnę odą, rudas akis bei etnines aprangos

detales. Gebėjimas pamatyti save kūrinuose ir kryptingai juos keisti, pasirinkti sau būdingas fizines savybes, skatino vidinį savęs priėmimą ir kūno vaizdo integraciją (McGann, 2006).

J. Rierdan ir E. Koff (1980) nurodo, kad brendimo metu vykstantys kūno pokyčiai yra integruojami į kūno vaizdo suvokimą ir atsiskleidžia žmogaus figūros piešinyje. O didžiausias susirūpinimas lyčių skirtumais ir savo lyties tapatumu mergaitėms sutampa su menstruacijų pradžia; vėliau šis susirūpinimas ima mažėti, kai mergaitės ima suvokti save kaip seksualiai subrendusias ir integruoja šį suvokimą į platesnį psichosocialinį savęs vaizdą (Rierdan & Koff, 1980). V. Lusebrink (1990, cit. pg. Malchiodi 2012) pastebi, kad dailės terapijos metu sukurti vaizdiniai yra tarsi tiltas tarp kūno ir proto arba tarp sąmoningo mąstymo ir fizinių pokyčių kūne.

T. Dalley (2004) pažymi, kad esant sutrikusiam santykiui su savo kūnu (valgymo sutrikimų atveju), žmogaus figūros vaizdavimas dažnai yra apsunkintas dėl pacienčių iškreipto savo kūno vaizdo suvokimo, visgi autorės nuomone, valgymo sutrikimų atveju dailės terapija gali būti naudingesnė ir saugesnė gydymo būdas už tradicinę terapiją, nes „pagrindinė bendravimo priemonė yra veikiau vaizdai, o ne žodžiai” (Dalley, 2004, p. 128). O vaizdiniais galima ne tik saugiai išlieti sunkias emocijas, vidinius psichologinius konfliktus, bet ir vizualiai analizuoti savo kūno įvaizdį, pamatyti ir įsisąmoninti tikroviškesnį savo kūno dydį - tam dažnai pasitelkiamas realaus kūno dydžio kontūro atvaizdavimas.

Dailės terapijoje savojo *Aš* bei kūno vaizdo tyrinėjimui yra pasitelkiamas ir autoportreto metodas, kuriuo remdamasis dailės terapeutas gali geriau suvokti paciento požiūrį į save bei jo vidinį pasaulį (Muri, 2007). Kaukės kūrimo metodas dailės terapijos procese gali padėti paaugliams geriau suprasti ir atskirti savo vidinį pasaulį nuo išorinio, tyrinėti tapatumo jausmą bei savo suvokimą apie tai, kaip juos mato kiti žmonės (Malchiodi, 2012). Kognityviniai brendimo pokyčiai bei atsirandantis abstraktus mąstymas leidžia paaugliams išreikšti save simbolinėmis reprezentacijomis, tai atveria platesnes savęs atvaizdavimo ir pažinimo galimybes bei refleksijos gebėjimą (Rubin, 2005). O pats kūrinys dažnai juntamas lyg savęs tęsinys. Tai, pasak J. A. Rubin (2005), galbūt susiję su tuo, kad dailės terapijos procese vaikai ir paaugliai yra simboliškai maitinami kūrybos priemonėmis, kurias jie kurdami tarsi suvirškina rankomis, o galiausiai atsiradę unikalūs jų kūriniai yra kūno virškinimo produktų analogija. Tikra savęs išraiška ir kūrybiškumas atsiranda tuomet, kai vaikas, paauglys ar suaugęs identifikuoja save su kūrybiniu patyrimu bei kūrybos priemonėmis (Lowenfeld, 1952, cit. pg. Hinz, 2020, p. 149).

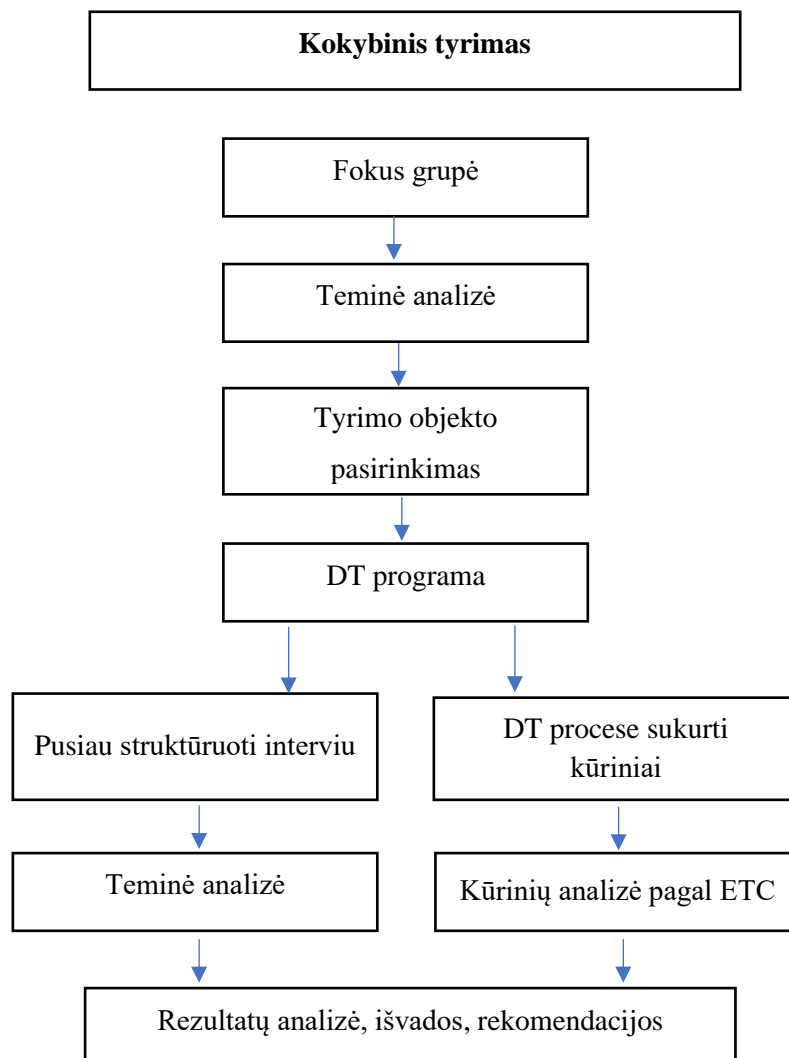
Kūrybiškumas ir vaizduotė yra būtini ego stiprumo vystymuisi visą paauglystės laikotarpį, nes padeda spręsti vidinius konfliktus bei paauglystės uždavinius, tokius, kaip atsiskyrimo - individuacijos, psychoseksualinės raidos bei asmens tapatumo formavimosi. Kūrybiniai procesai prisideda prie emocinio brendimo ir gali veikti kaip gydomoji jėga vystymuisi, kuris buvo uždelstas arba sutrikęs (Briks, 2007). Pietų Korėjoje buvo tirtas ego atsparumas, taikant grupinę dailės terapiją

su moliu 13-15 m. paaugliams iš žemas pajamas gaunančių šeimų. 18-os užsiėmimų programos rezultatai atskleidė teigiamą dailės terapijos poveikį ego atsparumui tarp eksperimentinės grupės paauglių. Tai susieta su sėkminga proceso įveikimo patirtimi: iš lankstaus ir plastiško molio formuojant kūrinį ir jį užbaigiant išdegimu krosnyje (Jang & Choi, 2012).

Mokslinės literatūros apžvalga patvirtino, kad 11 metų amžius yra riba tarp vaikystės ir paauglystės, pereinamasis laikotarpis, kurio metu vyksta svarbūs kūno, mąstymo ir emociniai pokyčiai. Tinkama terapinė prevencija šio amžiaus mergaitėms gali turėti naudingos įtakos pozityviam kūno vaizdo formavimuisi, kuris paauglystės metu padėtų išvengti neigiamo požiūrio į savo kūną ir iš to kylančių mitybos sutrikimų bei kito žalingo elgesio. Dailės terapija būtų tinkama prevencija, nes itin tinka darbui su vaikais bei paaugliais: pasitelkiant kūrybinį procesą dažnai įveikiami kalbos, minčių ir jausmų raiškos barjerai. Taip pat padeda spręsti paauglystės uždavinius: kūryba dailės terapijos procese gali pasitarnauti tapatumo ir asmenybės integracijai, ego ir savivertės stiprinimui, o tai yra sąveikaujantys veiksniai teigiamam kūno vaizdo formavimuisi. Remiantis užsienio autorių patirtimi ir rekomendacijomis buvo atitinkamai parinkti dailės terapijos metodai darbui su tyrimo grupe.

2. TYRIMO METODAI IR ORGANIZAVIMAS

Šioje dalyje aprašoma empirinio tyrimo organizavimas ir eiga, dalyviai, tyrimo duomenų rinkimo ir analizės metodai, pagrindžiama pasirinkta dailės terapijos metodika. Šio **tyrimo tikslas** yra atskleisti tyrimo dalyvių kūno vaizdo patyrimą dailės terapijos procese, tad pasirinkti kokybiniai tyrimo metodai, galintys padėti užčiuopti giluminį kūno vaizdo formavimosi ir integracijos procesą, kuris vyksta dar ikiverbaliniame lygmenyje. Pagrindinė **tyrimo intervencija** – grupinė dailės terapija. Dailės terapijos programa sudaryta remiantis metodika *Meninės raiškos tęsa terapijoje* (ang. „*Expressive Therapies Continuum*“), toliau šiai metodikai įvardinti naudojamas angliškas trumpinys ETC. **Tyrimo vieta** – Vaikų dienos centras, skirtas 5-8 klasių moksleiviams iš socialiai remtinų šeimų. Kokybinio tyrimo struktūra ir eiga pateikta 1 pav.



1 pav. Kokybinio tyrimo struktūra

2.1 Tyrimo dalyviai ir eiga

Planuojant tyrimą, pirmiausia buvo pasirinkta dominanti tikslinė grupinė – ankstyvo amžiaus paaugliai (11-13 metų) ir rasta įstaiga, kurioje galima pasiekti šią tikslinę grupę (Vaikų dienos centras). Susitarus su įstaiga, pažintinio užsiėmimo metu susirinko mišraus amžiaus ir lyčių paauglių grupė, kuri buvo supažindinta su dailės terapija, tyrimo eiga, konfidencialumo sąlygomis, išdalinti sutikimo dalyvauti tyrime lapai, skirti vaikų tėvams. Norą dalyvauti tyrime bei pačiame dailės terapijos procese išreiškė bei tėvų sutikimus gavo 6-ios penktokės mergaitės, visgi tyrimo eigoje 2 mergaitės atsisakė dalyvauti tyrime, tačiau liko patirti dailės terapijos proceso, todėl į tyrimą yra įtrauktos 4-ios grupės dalyvės (1 lentelė). Tyrimo grupė yra labai homogeniška, visos 4-ios tyrimo dalyvės yra to paties amžiaus, lankančios Vaikų dienos centrą, kilusios iš daugiavaikių, socialiai remtinių šeimų. 11-os metų amžius – tai itin jautrus pokyčiams, pereinamasis laikotarpis iš vėlyvosios vaikystės į ankstyvąją paauglystę.

1 lentelė. Tyrimo dalyvės

Dalyvė	Amžius	Lankytų užsiėmimų skaičius	Dalyvavo fokus grupės diskusijoje	Dalyvavo individualiame interviu
T1	11 metų	10	Taip	Taip
T2	11 metų	9	Taip	Taip
T3	11 metų	9	Taip	Taip
T4	11 metų	8	Taip	Taip

Tyrimas buvo atliekamas 2023 m. spalio – gruodžio mėn., VDC patalpose. Intervenciją sudarė 10 kasavaitinių dailės terapijos užsiėmimų (neskaitant pažintinio užsiėmimo), kurių trukmė buvo 1,5 val. Dailės terapijos programa įgyvendinta, laikantis tyrimo dalyvių saugumo ir konfidencialumo sąlygų, stebint grupės dinamiką, dalyvių vaizdinę bei verbalinę raišką, nuotraukose fiksuojant proceso metu dalyvių sukurtus darbus.

Po pirmų dviejų laisvos kūrybos (remiantis ETC metodika) dailės terapijos užsiėmimų, fokus grupės būdu buvo organizuota grupės dalyvių diskusija, su tikslu iškelti svarbiausias ir labiausiai tyrimo dalyvėms rūpimas temas (savęs pažinimo aspektus). Diskusija įrašyta ir transkribuota, atlikta teminė analizė, kurios rezultatais remiantis buvo patikslinta šio tiriamojo darbo tema ir aktualumas, susiaurinant temą nuo „savęs pažinimo“ iki „kūno vaizdo patyrimo“, pakoreguotos užsiėmimų temos, kad atitiktų tyrimo tikslą bei dalyvių poreikius.

Užbaigus 10-ies dailės terapijos užsiėmimų programą, 4-ios tyrimo dalyvės dalyvavo individualiuose pusiau struktūruotuose interviu apie savo patirtį dailės terapijos procese. Interviu buvo įrašomi ir transkribuojami. Gauti duomenys analizuojami kokybinės teminės analizės metodu.

Lygiagrečiai buvo vykdoma pasirinktų dalyvių kūrinių analizė (remiantis ETC metodika), atskleidžiant dalyvių kūno vaizdo patyrimą ir raišką kūrybos procese. Verbalinės bei vizualinės raiškos rezultatai ir jų sąsajos atskleidė išsamesnį suvokimą apie tyrimo dalyvių kūno vaizdo patyrimą dailės terapijos procese, kuriuo remiantis suformuluotos tyrimo išvados ir rezultatai.

2.2 Tyrimo etika

Tyrimas įgyvendintas laikantis *privatumo* (saugant duomenis nuo trečiųjų asmenų), dalyvių *anonimiškumo* (nenurodomi vardai, Vaikų dienos centro pavadinimas, dalyvės nefotografuotos) bei *konfidencialumo* (tyrimo duomenys naudojami tik mokslo tikslais) reikalavimų. Dalyvės iš anksto buvo supažindintos su dailės terapijos procesu ir tyrimo eiga, jų tėvai pasirašė dalyvavimo tyrime sutikimus. Įgyvendinus fokus grupės diskusiją bei patikslinus tyrimo objektą (kūno vaizdo patyrimas), dalyvių tėvų buvo dar kartą paprašyta pasirašyti sutikimus, kuriuose buvo įvardinta patikslinta tyrimo tema (1 priedas). Dalyvės (žodžiu) ir jų tėvai (laišku) buvo supažindinti su pagrindiniais etikos principais, kurių laikomasi šio tyrimo metu (privatumas, anonimiškumas ir konfidencialumas). Pačios dalyvės davė žodinius sutikimus dalyvauti tyrime ir kartu žinojo, kad bet kuriame etape gali atsisakyti dalyvauti tyrime, tačiau likti patirti pačio dailės terapijos proceso. Šia galimybe pasinaudojo 2 iš 6 mergaičių, kurios ir nėra įtrauktos į šį tyrimą. Siekiant sukurti ir išlaikyti saugumo jausmą viso proceso metu, buvo svarbu dalyvėms užtikrinti galimybę savarankiškai rinktis, ar nori dalyvauti tyrime, kad dėl savo jauno amžiaus nesijaustų spaudžiamos nei tyrėjos, nei tėvų duoto sutikimo.

2.3 Dailės terapijos metodikos pagrindimas ir programa

Tyrimo pagrindinė intervencija - dailės terapijos programa - buvo sudaryta bei kūrinių analizė atliekama remiantis metodika *Meninės raiškos tąsa terapijoje* (ang. *Expressive Therapies Continuum*, toliau – ETC). Ši metodika, išplėtota S. L. Kagin ir V. B. Lusebrink (1978), yra konceptualus modelis, skirtas psichoterapijai, pasitelkiant įvairias išraiškos formas, įtraukiant vizualinę raišką, judesį, lytėjimą, klausą, verbaliką. Modelio kontinuumą (meninės raiškos tąsą) sudaro 4-i lygiai (žr. 1 pav.), reprezentuojantys žmogaus 4-is sąveikos su meninėmis priemonėmis būdus, kurie teoriškai atspindi tai, kaip žmogus priima ir apdoroja informaciją bei sąveikauja su priemonėmis ne tik kurdamas terapinėje aplinkoje, bet ir kaip mąsto, jaučia ir veikia gyvenime. Šių lygių hierarchija (apatinis - kinestetinis-sensorinis lygis, aukštesnis suvokimo-emocinis ir galiausiai kognityvinis-simbolinis lygis) atspindi ir žmogaus raidos etapus. O ketvirtasis – kūrybiškumo – lygmuo yra tarsi sintezė kitų 3-jų lygių. Kūrybiškumas čia apibrėžiamas kaip patirties integracija,

transformacija bei naujų formų išraiška ir gali pasireikšti bet kuriame iš kontinuumo lygių (Kagin & Lusebrink, 1978, p. 171). Ne tik teorinį, bet ir praktinį, į dailės terapiją orientuotą ETC modelio pritaikymą pateikia L. D. Hinz savo knygoje „Expressive Therapies Continuum: a Framework for Using Art in Therapy“ (2022), kuriuo ir yra remiamasi šiame tyrime.

Kūrybinis (Creative) lygis
(*integruojanti funkcija*)

<i>(Kairiojo smegenų pusrutulio funkcijos)</i>	<i>(Dešiniojo smegenų pusrutulio funkcijos)</i>
Kognityvinis (Cognitive) komponentas	Lygis Sombolinis (Symbolic) komponentas
Suvokimo (Perceptual) komponentas	Lygis Emocinis (Affective) komponentas
Kinestetinis (Kinesthetic) komponentas	Lygis Sensorinis (Sensory) komponentas

2 pav. ETC modelis (pg. (Hinz, 2020, p. 5)

ETC metodikos taikymas dailės terapijoje yra naudingas, nes padeda įvertinti, kaip klientas/pacientas sąveikauja su kūrybos priemonėmis, apdorodamas informaciją ir ją perteikdamas per vizualinę raišką. Tai padeda dailės terapeutui ne tik geriau pažinti konkretų asmenį ir jo mąstymo bei veikimo ypatumus, bet ir numato darbo su juo kryptį: iškeliamas tikslas, parenkamos tinkamos kūrybos priemonės ir metodai.

Dailės terapijos tikslas, remiantis ETC metodu

Sudarant šio tyrimo dailės terapijos programą, pagrindiniu tikslu buvo kūrybiškumo skatinimas - kūrybinio lygmens įgalinimas. Nes kūrybinis lygmuo dar apibrėžiamas kaip integruojanti funkcija, atverianti didesnes informacijos priėmimo ir apdorojimo bei vizualinės raiškos galimybes. Kūrybiškumo integruojanti funkcija yra svarbi šio tyrimo objekto – kūno vaizdo patyrimo - kontekste, nes integruojantys procesai tiriamųjų amžiaus grupei vyksta pagrindė kūrybos, o ne verbaliniame lygmenyje. Kūrybiškumui atsirasti turi būti sudarytos tinkamos sąlygos, saugi terapinė erdvė, taip pat svarbus yra balansas tarp ribų ir laisvės. Klientas/pacientas turi jaustis laisvas per kūrybą išreikšti

save, bet kartu turi jausti terapeuto paramą įveikiant iššūkius, rizikuojant, nes tokiu būdu atveriamos naujos galimybės ir naujas žvilgsnis. Svarbus yra tinkamas kūrybos priemonių parinkimas, nes per daug nepažįstamos priemonės gali sužadinti ne kūrybiškumą, bet frustraciją, o pernelyg įprastos priemonės, nesukeliančios jokio iššūkio, gali kelti nuobodulį (Hinz, 2020).

Atsižvelgiant į rekomendacijas ir siekiant sukurti saugią terapinę erdvę ir ribas, dailės terapijos užsiėmimai vyko kiekvieną savaitę tuo pačiu laiku ir vietoje, išsaugant vienodą užsiėmimų trukmę ir struktūrą. Šiose užsiėmimo ribose kūrybiškumui buvo teikiama pirmenybė ir visiška laisvė. Trys laisvos kūrybos užsiėmimai (pirmi du ir paskutinis) buvo taip pat skirti kūrybiškumo skatinimui. O teminių užsiėmimų metu užduotys būdavo pateikiamos sąmoningai laikantis žemo užduoties struktūravimo ir kompleksiško lygio, vengiant tiesioginių instrukcijų, nenurodant popieriaus formato, konkrečių priemonių ir kt., nes neapibrėžtumas sukuria iššūkį ir skatina vaizduotę bei kūrybiškumą. Tuo tikslu viso proceso metu taip pat buvo užtikrinta didelė kūrybos priemonių įvairovė.

Dailės terapija, orientuota į kinestetinį-sensorinį lygmenį

Atsižvelgiant į tyrimo tikslą – atskleisti kūno vaizdo patyrimą – pasirinkta dailės terapijos veikla, sutelkta į ETC modelio kinestetinį-sensorinį lygmenį. Tam viso proceso metu buvo pasitelktos kuo įvairesnės priemonės, sužadinančios įvairius kūno pojūčius: rankų dažai, kuo įvairesnės tekstilės atraižos, įvairūs papuošimai (sagos, karoliukai, plunksnos ir kt.), klėjai, folija, servetėlės, lipni juosta, žurnalų iškarpos koliažams, netradicinio formato popierius, molis, plastilinas. Žinoma, buvo siūlomos ir tradicinės piešimo bei tapymo priemonės: aliejinės ir pastelinės kreidelės, pieštukai, flomasteriai, markeriai, guašas, akvarelė.

Informacija, gaunama per kūno pojūčius ir judesius veikia ne tik mažus vaikus, bet turi įtakos kognityviam informacijos apdorojimui viso gyvenimo tėkmėje. Pasak F. Cane (1951, cit. pg. Hinz, 2020, p. 41) dauguma žmonių ignoruoja kinestetinius pojūčius ir neatpažįsta kūno siunčiamos informacijos bei nežino kaip ją efektyviai panaudoti. Kūno pojūčiai daro įtaką mintims, emocijoms bei sprendimų priėmimui, o tai atsispindi ir ETC modelyje, kuomet kinestetinis veiksmas kūryboje pereina į suvokimo komponentą (vaizdinį) bei sužadina kognityvinį komponentą (mąstymą). Pasak L. D. Hinz (2020, p. 43), „***kūno pojūčiais paremtas mokymasis yra svarbiausia dailės terapijos gydomoji galia, ypač kuomet kūnas yra tyrinėjimo subjektas***“.

Dailės terapijos programa buvo sudaryta siekiant per kinestetinį-sensorinį lygmenį suaktyvinti tiriamųjų kūrybiškumą ir platesnes informacijos priėmimo, apdorojimo bei vizualinės raiškos galimybes. O teminiai užsiėmimai parinkti remiantis įvairių autorių rekomendacijomis (Buchalter, 2004; Hinz, 2020; Jang & Choi, 2012; Malchiodi, 1999, 2012; Muri, 2007; Richardson, 2016; Rubin, 2005), siekiant kūno vaizdo patyrimo ir integracijos, pasitelkiant skirtingas priemones ir techniką.

Dailės terapijos užsiėmimų temos:

1. Laisva kūryba pagal ETC metodiką.
2. Laisva kūryba pagal ETC metodiką.
3. Žmogaus vaizdinio kūrimas.
4. Savo kaukės kūrimas.
5. Savęs kaip indo kūrimas iš molio.
6. Žmogaus figūros kūrimas iš molio.
7. Natūralaus dydžio kūno kontūro piešinys ir emocijų raiška kūne.
8. Lėlyčių kūrimas.
9. Žmogaus vaizdinio kūrimas.
10. Laisva kūryba pagal ETC metodiką.

Su tikslu sukurti saugią terapinę erdvę ir ribas, dailės terapijos užsiėmimai vyko kartą per savaitę, tuo pačiu laiku ir vietoje, išsaugant vienodą užsiėmimų trukmę (1,5 val.) ir struktūrą.

Dailės terapijos užsiėmimų struktūra:

1. Apšilimo pratimas, piešiant ant lentos (apie 5 min.)
2. Pasisveikinimo ratas (15-20 min.)
3. Kūrybinis procesas (45-60 min.)
4. Refleksija (10-15 min.)

Įprastoje dailės terapijos praktikoje apšilimo pratimas būna po pasisveikinimo rato, tačiau šių etapų eiliškumas sukeistas jau antrojo užsiėmimo metu, atsižvelgiant į tiriamųjų poreikius. Apšilimo pratimui pasinaudota ant sienos kabančia mokykline lenta, ant kurios grupės dalyvės sukreida trumpai (iki 5 min.), bet du didele energija tušuodavo, piešdavo keverzones, rašydavo užrašus, kol lenta pilnai užsipildydavo. Tuomet taip pat energingai lentą nuvalydavo ir tarsi iškvėpusios, nurimusios susirinkdavo į pasisveikinimo ratą. Pasisveikinimo rate dalyvės, nors ir buvo skatinamos įvardinti jausmą ar tos dienos emociją, labiau dalinosi tos dienos įvykiais, o jausmų ir emocijų įvardijimas dar buvo sudėtingas uždavinys. Kūrybinio proceso trukmė priklausė nuo grupės įsitraukimo, kuris dažniausiai būdavo itin aktyvus, jau nuo pirmųjų užsiėmimų. Refleksija po ilgo kūrybinio proceso dažnai būdavo trumpa ir skurdoka. Visgi tyrimo dalyvėms būdavo svarbu užsiėmimo pabaigoje susėsti į ratą ir parodyti savo kūrinį visai grupei.

Viena iš dailės terapijos pradininkių E. Kramer tikėjo paties kūrybinio proceso gydomąja galia, meną laikė „karališku keliu“ į sublimaciją, kaip būdą integruoti konfliktiškus jausmus ir impulsus estetiškai patenkinančia forma (cit. pg. Rubin, 2010, p. 58). Šia minčiai pritaria ir L. D.

Hinz (2020, p. 177), remdamasi skirtingais autoriais (Lusebrink, 1990; McNiff, 1998; Moon, 2016), kad žodinė refleksija ne visuomet yra būtina dailės terapijos procese, kūrybinis patyrimas pats savaime gali būti terapinė patirtis, net jei klientas/pacientas neranda žodžių jai apibūdinti.

2.4 Duomenų rinkimo būdai

Fokus grupė

Tyrimo pradžioje buvo svarbu išsiaiškinti, kokie savęs pažinimo klausimai yra aktualūs tyrimo dalyvėms, atsižvelgiant į jų pokyčių kupiną pereinamąjį amžių. Tad antro dailės terapijos užsiėmimo pabaigoje buvo organizuota bendra diskusija, pasitelkus fokus grupės metodą. Fokus grupė pasirinkta kaip tinkamas būdas bendroms temoms iškelti grupėje. Taip pat atsižvelgta ir į metodo patrauklumą tyrimo dalyvėms: kadangi fokus grupė organizuota grupės gyvavimo pradžioje, dalyvės saugiau jautėsi diskutuodamos bendrame rate, papildydamos viena kitą.

Fokus grupės eiga: diskusijoje, kuri truko 30 minučių, dalyvavo 4 tyrimo dalyvės. Fokus grupė buvo organizuota po dviejų jau įvykusių dailės terapijos užsiėmimų, kurių metu mergaitės kūrė laisva tema. Šių užsiėmimų tikslas plačiau aprašytas pristatant dailės terapijos ETC metodą. Be numatomo tyrimo tikslo, mergaitės pirmųjų užsiėmimų metu galėjo susipažinti su dailės terapijos proceso eiga, priemonėmis bei laisvos kūrybos metu atpažinti svarbias kylančias asmenines temas. Diskusija vyko sėdint rate, tyrimo dalyvės šalia savęs buvo išsidėliojusios jau sukurtus piešinius, kad žvelgdamos į juos galėtų reflektuoti apie tai, kas joms svarbu savęs pažinimo ir dailės terapijos procese. Aš, kaip tyrėja, uždaviau atvirą pradinį klausimą. Pagrindinis tyrėjos uždavinys buvo moderuoti diskusiją, pakalbinti mažiau šnekančias dalyves ir stengtis nedaryti įtakos tam, kokias temas kelia diskusijos dalyvės. Pradinis diskusijos klausimas buvo: „Prisimindamos jau įvykusius dailės terapijos užsiėmimus ir žvelgdamos į savo kūrinius, ar galite pasidalinti, kokios jums svarbios temos iškilo ir apie ką norėtumėte kalbėti bei kurti ateinančiuose užsiėmimuose?“.

Fokus grupės diskusija, su dalyvių sutikimu, buvo įrašinėjama į diktofoną, vėliau transkribuojama ir atliekama teminė analizė. Viena pagrindinių temų, atsiskleidusių teminės analizės metu – „Išaugusi kūno vaizdo suvokimo svarba“ – pagrindžia pagrindinio tyrimo aktualumą bei yra pateikta prie šio darbo rezultatų.

Tyrėjos užrašai

Tiriamųjų grupei, dėl jų jauno amžiaus, buvo būdingas sąlyginai žemas refleksijos gebėjimų lygis, tačiau jį kompensavo itin aukštas įsitraukimas į kūrybinį procesą. Kurdamos tyrimo dalyvės, ypač pirmųjų užsiėmimų metu, daug bendravo tarpusavyje ar įgarsindavo tai, ką kuria (kas yra dažnai būdinga vaikams). Šie įgarsinti pasidalinimai, taip pat kūno kalba kūrybos metu, sąveika su

priemonėmis, tarpusavio bendravimas dažnai atrodė net svarbesni už daug skurdesnę refleksiją užsiėmimo pabaigoje. Tad viso proceso metu buvo pildomi tyrėjos užrašai, kuriuose fiksuoti asmeniniai pastebėjimai iš kūrybinio proceso, tiriamųjų verbalinė ir kūno kalba, elgesys su priemonėmis ir kūrinium, emocinės reakcijos ir kt. Tyrėjos užrašai buvo itin naudingi atliekant kokybinę teminę analizę bei kūrinų analizę.

Dailės terapijos procese sukurti kūriniai

Viso dailės terapijos užsiėmimų ciklo metu gimę tiriamųjų kūriniai yra svarbi šio tyrimo duomenų dalis, panaudota kūrinų analizei. Kiekvieno užsiėmimo pabaigoje visi dalyvių kūriniai būdavo užfiksuojami nuotraukose ir yra pateikiami šio darbo 2 priede. Išskyrus vieną užsiėmimą su moliu, kurio metu kai kurių dalyvių sukilusios emocijos lėmė tai, kad kūriniai buvo sunaikinti dar nespėjus jų nufotografuoti. Tyrimo metu visi kūriniai buvo saugomi užsiėmimų vietoje Vaikų dienos centro patalpose, rakinamoje spintelėje. Tyrimo dalyvės žinojo, kad galės pasiimti kūrinus užsiėmimų ciklo pabaigoje.

Individualūs interviu

Pasibaigus dailės terapijos užsiėmimų ciklui, įgyvendinti individualūs, pusiau struktūruoti interviu su 4-iomis šio tyrimo dalyvėmis. Interviu vyko VDC atskirose patalpose, individualiai su kiekviena tiriamąja, išsidėliojus ir apžvelgiant dailės terapijos proceso metu sukurtus darbus. Dėl sukurto saugaus ryšio viso proceso metu, dalyvės drąsiai, noriai ir su smalsumu dalyvavo individualiuose interviu, kurie, atsižvelgiant į jų jauną amžių ir ribotas refleksijos galimybes, truko sąlyginai neilgai, vidutinė vieno interviu trukmė – 34 min. Iš anksto paruoštas interviu klausimynas pateikiamas 3 priede. Pasirinktas lankstesnis pusiau struktūruoto interviu metodas sudarė galimybę dalyvėms laisviau reikšti savo mintis, o tyrėjai užduoti pasitikslinimo klausimus. Šių interviu tikslas buvo surinkti duomenis apie tiriamųjų patirtį dailės terapijos procese. Atsižvelgiant į kūno vaizdo problematiką, užduoti klausimai apie kūno pojūčius proceso metu, kilusias reakcijas, jausmus, žmogaus vaizdavimą, tačiau vengta tiesioginių klausimų, pvz., „Kaip vertini savo išvaizdą? Ar pasikeitė nuomonė apie savo kūną?“ ir pan. Individualūs interviu su dalyvių sutikimu buvo įrašomi, vėliau transkribuojami, koduojami ir jų pagrindu atliekama kokybinė teminė analizė.

2.5 Duomenų analizės būdai

2.5.1 Teminė analizė

Kokybinis teminės analizės metodas pasirinktas norint atskleisti tyrimo dalyvių kūno vaizdo patyrimą dailės terapijos procese, remiantis dalyvių papasakota patirtimi individualių interviu metu.

Pasak V. Braun ir V. Clarke, teminė analizė yra kokybinis duomenų analizavimo metodas, leidžiantis identifikuoti, analizuoti ir interpretuoti pasikartojančias duomenų prasmes (temas) (Clarke & Braun, 2017, p. 1). Kokybiniai tyrimo metodai vis plačiau pasitelkiami ir taikomi sveikatos psichologijos srityje (Braun & Clarke, 2023). Pasak autorių (2017) teminė analizė yra patraukli dėl savo lankstumo pasirenkant tyrimo objektą, imties dydį bei sudėtį, duomenų rinkimo instrumentą. Be to, šis kokybinių tyrimų metodas leidžia ne tik fiksuoti tiriamųjų patirtį, pažiūras ar elgesį, bet ir suprasti gilesnes elgesio priežastis, mintis ir jausmus.

Teminė analizė šiame darbe buvo atliekama tiek analizuojant fokus grupės metu gautus duomenis tyrimo pradžioje, tiek individualių intervių medžiagą, surinktą pasibaigus dailės terapijos užsiėmimams. Remiantis V. Braun ir V. Clarke rekomenduojamais 6-iais žingsniais (Braun & Clarke, 2006, p. 87), teminė analizė abiem atvejais buvo atliekama šiais etapais:

1. Susipažinimas su duomenimis juos transkribuojant ir skaitant.
2. Pradinių kodų generavimas, nuosekliai skaitant ir suteikiant reikšminį pavadinimą mažai teksto daliai (sakiniui, ar jo daliai).
3. Temų formulavimas, grupuojant gautus kodus į prasmines potemes bei temas.
4. Temų ir joms priskirtų potemių, kodų pakartotinis peržiūrėjimas, įvertinant temos svarbumą, vientišumą, išskirtinumą (ar temos nepersidengia).
5. Temų išgryninimas ir pavadinimų joms suteikimas, atsižvelgiant į kiekvienos temos aspektus bei visą tyrimo problematikos kontekstą.
6. Rezultatų pateikimas, aprašant suformuluotas temas ir potemes, pasiremiant iliustruojančiomis tiriamųjų citatomis.

Taigi kokybinė analizė padėjo apdoroti pirminius fokus grupės ir individualių interviu metu gautus duomenis iki prasminių temų suformulavimo ir aprašymo.

2.5.2 Kūrinių analizė

Tiriamųjų kūrinių analizė buvo įgyvendinama dviem etapais:

1. Įvertinta bei palyginta kiekvienos tyrimo dalyvės laisvos kūrybos darbų vizualinė raiška bei informacijos apdorojimo lygis pagal ETC metodiką.

2. Aprašyti ir palyginti kiekvienos tyrimo dalyvės žmogaus vaizdinio piešiniai, remiantis ETC metodika.

Dailės terapeuto darbas pagal ETC metodiką prasideda nuo įvertinimo, kuris modelio komponentas (-ai) dominuoja kliento/paciento vizualinėje raiškoje (atitinkamai ir gyvenime) ir yra atliekamas iš pirmųjų kliento/paciento 3-5-ių laisvos kūrybos darbų. Šiuo tikslu pirmi 2 dailės terapijos užsiėmimai su tiriamųjų grupe buvo skirti laisvai kūrybai, neužduodant jokios temos ir suteikiant galimybę pasirinkti norimas kūrybos priemones iš pateiktos įvairovės. ETC metodika rekomenduoja dailės terapijos procese pakartoti laisvos kūrybos užsiėmimą (ši kartą užtenka 1-o kūrinio), kad būtų galima įvertinti kliento/paciento progresą. Tam buvo skirtas paskutinis dailės terapijos užsiėmimas su tiriamųjų grupe. Vertinami buvo ne tik kūriniai ir jų formalieji elementai, bet stebimas ir visas procesas (priemonių pasirinkimas ir sąveika su jomis, verbalinė ir kūno kalba). Viso proceso metu kiekvienam kūriniui buvo pildoma atskiro kūrinio vertinimo lentelė, pasiūlyta L. D. Hinz (2020, p. 167) ir adaptuota pagal numatomus stebėti elementus (4 priedas). Šių lentelių apibendrinimai pateikiami tyrimo rezultatuose.

Tam, kad būtų galima įvertinti tiriamųjų informacijos priėmimo lygmenį pagal ETC modelį, laisvos kūrybos vizualinė raiška papildomai įvertinta ETC komponentų vertinimo forma (4 priedas) pagal V. B. Lusebrink (2008, cit. pg. Hinz, 2020, p. 180). Gauti rezultatai palyginti tarpusavyje, didžiausią dėmesį skiriant tiriamųjų kūrybiškumo pasireiškimui ir įvertinimui dailės terapijos užsiėmimų pradžioje ir pabaigoje.

Siekiant kokybiniais instrumentais išanalizuoti kūno vaizdo patyrimą dailės terapijos procese, 3-ias ir 9-tas užsiėmimai buvo skirti žmogaus vaizdinio piešimui. Kiekvienos tyrimo dalyvės piešiniai aprašyti remiantis jau minėta L. D. Hinz (2020, p. 167) adaptuota atskiro kūrinio vertinimo lentele (4 priedas), gauti rezultatai lyginami tarpusavyje. Pažymėtina, kad nebuvo laikomasi F. Goodenough-Harris sukurto „*Draw-a-Person*“ („*Nupiešk žmogų*“) testo rekomendacijų. Tiriamųjų buvo prašoma ant A3 formato lapo nupiešti žmogaus pilną figūrą, naudojant pasirinktas priemones. Kūrybos trukmė nenurodyta, ją riboja tik užsiėmimo trukmė ir struktūra.

3. TYRIMO REZULTATAI

Šioje dalyje pristatomi empirinio tyrimo rezultatai – teminės analizės bei kūrybių analizės rezultatai.

3.1 Teminės analizės rezultatai

Šiame skyriuje pateikiami dviejų teminių analizių (fokus grupės diskusijos bei individualių interviu) rezultatai. Fokus grupės diskusijos būdu surinktų duomenų teminė analizė padėjo patikslinti tyrimo objektą (*kūno vaizdo patyrimas*) bei pagrindžia šio darbo temos aktualumą tiriamųjų grupei. Rezultatų pristatyme pateikiamas šio darbo rėmuose aktualiausias temos „Išaugusi kūno vaizdo suvokimo svarba“ aprašymas. Tuo tarpu pasibaigus dailės terapijos užsiėmimams imtų individualių interviu teminės analizės temos aprašomos pilnai.

Fokus grupės būdu surinktų duomenų teminės analizės rezultatai

2 lentelė. Fokus grupės diskusijos teminės analizės rezultatai – temos ir potemės

Tema	Išaugusi kūno vaizdo suvokimo svarba	Perėjimas iš ketvirtos į penktą klasę – staigus šolis iš vaikystės į paauglystę	Poreikis pažinti savo vidinius ir išorinius pokyčius
Potemės	<ul style="list-style-type: none">- Pakitęs kūno vaizdo suvokimas: išaugęs susirūpinimas savo išvaizda- Bendraamžių vertinimas pagal išvaizdą: atsiradęs lyginimasis su kitais didina nepasitikėjimą savimi- Pasitenkinimas savo išvaizda – kaip aukštesnės savivertės esminė sąlyga	<ul style="list-style-type: none">- Pereinamojo laikotarpio dvilypumas: priešara tarp noro elgtis laisvai ir noro atitikti naujus saukeliamus reikalavimus- Išaugusi bendraamžių svarba: noras pritapti ir didelė baimė suklysti, būti atstumtai- Atsiradusios mintys ir nerimas dėl ateities	<ul style="list-style-type: none">- Prieštara tarp nerimo dėl vykstančių pokyčių bei noro geriau save pažinti- Dailės terapija – kaip saugesnis savęs atskleidimo būdas: lengviau išreikšti save per kūrybą, o ne žodžiais

1 TEMA: Išaugusi kūno vaizdo suvokimo svarba

Kūno vaizdo suvokimo tema dominavo visos diskusijos metu – nuo jos dalyvės pradėjo diskusiją ir vis sugrįždavo. Diskusijos metu galima buvo jausti dalyvių nejaukumą ir kartu labai didelį poreikį kalbėtis apie savo išvaizdą, stiliaus, aprangos svarbą bei tai, kaip pasitenkinimas savo išvaizda

ir savęs suvokimas lemia pasitikėjimą savimi, savivertę bei bendravimą su bendraamžiais. Šie aspektai smulkiau pateikiami šios temos potemių aprašymuose.

1 POTEMĖ. Pakitęs kūno vaizdo suvokimas: išaugęs susirūpinimas savo išvaizda

11-os metų amžius (arba 5-ta klasė) – tarsi riba, kuomet staiga išaugo savo kūno vaizdo suvokimo svarba: „*Aš pradinėse klasėse visai nesusimąstydavau apie savo stilių, savo išvaizdą. Bet penktoje klasėje jau ėmiau susimąstyti, kaip aš atrodau.*“ (tyrimo dalyvė T1), „*Gal tada [ketvirtoje klasėje] ir apie išvaizdą dar taip negalvojau, o dabar ji daug svarbesnė tapo,*“, „*Nu... tai, kaip aš atrodau – daug daugiau apie tai galvoju, ką apsirengti ir pan.*“ (tyrimo dalyvė T4). Šiuo pereinamuoju laikotarpiu, žengiant iš vaikystės į paauglystę, susirūpinimas savo išvaizda tapo natūralus ir kartu labai svarbus dalykas: „*Kai tu tampi paaugliu, daugiau pradedi galvoti apie išvaizdą, ką kiti apie tave galvoja, kaip viskas atrodys*“ (T2). Be abejo, šį susirūpinimą lemia ir kūno pokyčiai, prasidėjusi fizinė branda. Visgi šiam ankstyvosios paauglystės amžiui būdingi brandos netolygumai tarp bendraamžių (vienos mergaitės pradėjo bręsti anksčiau, kitos – vėliau) verčia tyrimo dalyves naujai pažvelgti į savo išvaizdą, tarsi matuojant savo kūno fizines savybes pagal „paauglystės kartelės“ atitikimą. Pradinėse klasėse mažai rūpėjusi išvaizdos tema staiga tampa esmine ir savo kūno vertinimas vyksta pagal tai, kiek išvaizda atitinka paauglystės įvaizdį ir poreikį atrodyti „*didelė*“ bei „*penktoje*“. Šis naujas savęs vertinimas suteikia pasitikėjimo aukštesnėms, anksčiau bręsti pradėjusioms mergaitėms: „*Aš sau visai patinku, nes... nu... Aš jau visai didelė ir tokia... nu... nebe vaikas. Aš paauglė.*“ (T4), „*Aš jaučiuosi gerai, man patinka būti aukštai... Nu man patinka savam kūne.*“ (T2). Tačiau susvyruoja pasitikėjimas savimi tų mergaičių, kurių išvaizda vis dar vaikiška: „*Man atrodo, kad aš išvis nepanaši į penktoją. <...> Nu aš manau, kad kol kas aš panaši į ketvirtąją iš veido <...>.*“ (T1), „*O aš – išvis į trečioją, visi galvoja, kad aš – trečiojė.*“ (T3).

Tačiau noras atrodyti vyresnėmis vienija visas tyrimo dalyves, nes atrodymas vyresne patvirtina, kad jos nebėra vaikai, tapimas paaugle – tai svarbi transformacija tiek išorinėmis savybėmis, tiek vidine jausena, tai žingsnis link suaugusiųjų pasaulio („*aš tokia, na, lyg suaugusi tapau*“, T4), tai noras pasijusti *didelė ir svarbia* šiame pasaulyje. Tyrimo dalyvės noriai dalinosi, kokių fizinių pokyčių jos tikisi ir laukia: „*Aš manau, kad aš... Mano veidas stipriai pasikeis, <...> manau, kad jis pasikeis į gerąją pusę. Tikiuosi, aš tapsiu aukštesnė, nes aš aukšta tik su batais.*“ (T1); „*Norėčiau pažiūrėti, kaip atrodyčiau su tamsiais plaukais. Įdomu, ar man tiktų. Ir gal atrodyčiau vyresnė.*“ (T2). Šnekantis su mergaitėmis jautėsi jų nepasitikėjimas savimi dėl išvaizdos, tačiau kartu ir daug optimizmo, viliantis teigiamų kūno pokyčių.

Tyrimo dalyvių pasisakymuose išryškėja veido svarba, kai šnekant apie savo kūną pirmiausia pamini „*vaikiškus veido bruožus*“ ir tikėjimą, kad „*veidas keisis į gerą pusę*“ (T1). Veidas

– atviriausia ir visų pirmiausiai pastebima kūno dalis, per jį tarsi vyksta ir savęs išorinė identifikacija, nepasitenkinimas savo išvaizda pirmiausia kyla dėl nepasitenkinimo savo veidu. Atrodo, kad kūno vaizdas dar yra fragmentuotas, nėra suvokiamas kaip visuma.

Atliekant teminę analizę išryškėjo vienas iš būdų, kaip tyrimo dalyvės siekia įgyti daugiau pasitikėjimo savo išvaizda – tai skiriamas dėmesys drabužiams ir asmeninio stiliaus paieškos: „*Man labai norisi kitokios aprangos, tokios neformalios, skirtingų spalvų. Aš suprantu, aš ieškau ir noriu rasti tokią aprangą, kuri man tiks, pavyzdžiui, batai man patinka.*“ (T1). Svarbu tai, kad stiliaus ieškoma ne tik žvelgiant į bendraamžius, juos kopijuojant („*Jo, labai svarbu stilius, pvz., toks „oversized“ kaip kiti paaugliai nešioja.*“ T1), bet ir atsižvelgiant į savo vidinę jauseną, charakterio savybes: „*Noriu, kad... Nu, kad man tiktų, kad gerai jausčiausi su tais drabužiais, atitiktų mano charakterį.*“ (T1). Nauji drabužiai – tai ir džiaugsmo šaltinis juos gavus („*labai labai džiaugiasi, kai mama man juos nupirko*“, T4), ir pasitenkinimas juos dėvint („*<...> paskui aš su džiaugsmu tuos drabužius nešioju, nes man nėra nemėgstamų drabužių.*“ T4). Didžiausią pasitenkinimą savo apranga bei jos teikiamą pasitikėjimą savimi demonstravo mergaitės, kurioms tėvai suteikė galimybę pačioms išsirinkti drabužius („*Manau, kad mano visi drabužiai, aš juos pati renkuosi, visi jie man labai patinka.*“ T4). Laisvė pasirinkti šiuo atveju padeda pasijusti savarankiškesne ir *labiau suaugusia*. Tai, be abejo, stiprina paauglių mergaičių pasitikėjimą savimi.

2 POTEMĖ. Bendraamžių vertinimas pagal išvaizdą: atsiradęs lyginimasis su kitais didina nepasitikėjimą savimi

Ankstesnėje potemėje aprašytas savo kūno ir išvaizdos naujas vertinimas glaudžiai susijęs su atsiradusiu savęs lyginimu su kitais bendraamžiais. Tai tarsi naujas žvilgsnis į save kitų akimis („*man pradėjo rūpėti kaip kiti mane mato*“ T1), savo skirtumų pamatymas („*O kai ateini į penktą [klasę], palygini save su kitais, supranti, kad tu kažkoks kitoks.*“ T3). Deja, atrasti skirtumai kelia sumaištį, nes dar nėra suvokti ir priimti kaip savo unikalumo, tapatumo dalis („*aš kažkokia tai... net nežinau kokia*“ T1), o lyginimas savęs su kitais skatina nepasitikėjimą savimi ir kelia patyčių baimę. T1 tyrimo dalyvė dalinosi, kad numano, jog iš jos šaipomasi dėl jos mažo ūgio ir vaikiškos išvaizdos, nors kitos dalyvės teigė to nepastebėjusios. Visgi patyčių stebėjimas klasėje kelia tyrimo dalyvių užuojautą ir empatiją tiems klasiokams, iš kurių tyčiojamosi („*Ir aš tada suprantu tuos žmones, kaip jie turi jaustis, nes o kam patiktų, jei jį pravardžiuotų, pavyzdžiui, „storu“.*“ T4), kartu bandoma suvokti ir paaiškinti patyčių priežastis – galbūt patyčias iš kitų bendraamžių skatina savęs paties nepriėmimas: „*Galbūt jiems jų pačių kūnas nepatinka ir todėl jie kažkaip pravardžiuoja kitus?*“ (T4).

Svarbu pastebėti, kad atsiranda suvokimas, jog visi negali būti vienodi („*panašaus ūgio ten ar pan., kaip vaikystėje*“ T4), nes paauglystės laikotarpiu ryškėja individualūs pokyčiai ir skirtumai

(„*Ne tik aš, bet ir klasiokai auga – vieni greičiau, kiti lėčiau, paskui turbūt dar labiau skirsis.*“ T2). Taigi santykiyje su bendraamžiais atsiranda du matymo aspektai: ne tik jau minėtas žvilgsnis į save kitų akimis, bet ir naujas žvilgsnis į kitus („*Nustebau, kai pamačiau, kaip po vasaros kai kurie klasiokai atėjo labai pasikeitę, nu, taip išaugę stipriai.*“ T2).

Nors tyrimo metu buvo jaučiamas nepasitikėjimas savo išvaizda ir dvejonė, kad išskirtinumas gali būti teigiama savybė („*Nežinau, ar norėčiau labai išsiskirti pagal išvaizdą... gal ne...*“ T3), bet kitų bendraamžių brendimo pokyčių pastebėjimas ir priėmimas („*<...> tai aš matau, kaip jie [klasiokai] keičiasi iš išvaizdos, bet man svarbiau kaip jie bendrauja su manimi.*“ T3), galbūt gali padėti tyrimo dalyvėms ateityje priimti ir savo kūno pokyčius bei išvaizdos savitumą kaip teigiamai vertinamą bruožą.

3 potėmė: Pasitenkinimas savo išvaizda – kaip aukštesnės savivertės esminė sąlyga

Visos tyrimo dalyvės įvardino, kad pagrindinė aukštos savivertės sąlyga yra pasitenkinimas savo išvaizda. Tai liudija kūno vaizdo suvokimo ir priėmimo svarbą šio amžiaus mergaitėms: tai, kaip jos suvokia save, lemia pasitikėjimą savimi, vidinę būseną, nuotaiką, jausmus bei bendravimą su bendraamžiais: „*aš pasitikiu savimi, nes esu aukšta*“ (T2), „*Aš atrodau kaip trečiokė, užtai man, nu, būna nejauku... nu net nebendrauju su kitais penktokais koridoriuje, nes jie galvoja, kad aš jaunesnė. <...> Žodžiu, su kitais net nebendrauju, nes jie nustemba sužinoję, kad aš penktokė, nenori tikėti ir nu, man sugadina nuotaiką.*“ (T3).

Diskusijos ir teminės analizės metu susidarė įspūdis, kad išvaizdos svarba yra gerokai hiperbolizuota, tarsi raktas į visų problemų sprendimus. Net diskusijai pakrypus kita tema (pvz., šnekant apie svajones, kas teikia laimę arba priešingai – su kokiais sunkumais susiduriama mokykloje, bendraujant), dalyvės vis sugrįždavo prie kūno vaizdo temos, tarsi atsakymo į visus klausimus: „*Norėčiau būti aukštesnė, kad nustočiau užsikirtinėti. O dar norėčiau tapti gražesne.*“ (T1 tyrimo dalyvės atsakymas į klausimą „O kaip norėtum, kad būtų?“; prieš tai dalyvei pasakojus apie mokymosi ir bendravimo sunkumus); „*Man tai labai daug džiaugsmo priduoda mano nauji drabužiai, arba nebūtinai nauji, bet gražūs. Aš kai gražiai apsirengiu, tada net daug geriau jaučiuosi mokykloje, daug laisviau bendrauju.*“ (T4 dalyvės atsakymas į klausimą „O kas padeda gerai jaustis?“; prieš tai šnekėjus apie besikeičiančias nuotaikas, vis dažniau aplankančius galvos skausmus); „*Nežinau... Man atrodo, bendraujant svarbu ir kaip pats jautiesi tą dieną – kaip atrodai sau, kaip kitiems...*“ (T3 dalyvės atsakymas į klausimą „O kas padėtų labiau sutarti su bendraamžiais?“; prieš tai dalijusis apie bendravimo sunkumus).

Tyrimo dalyvių nuomone, išvaizda didžia dalimi nulemia tai, *kaip tave vertina kiti* („*Šiaip tai kiti vertina pagal išvaizdą ir daug kas nenori draugauti su koku storu vaiku, pavyzdžiui. O jei*

graži mergaitė, tai visi su ja draugiški.“ T4), o nuo kitų vertinimo labai priklauso tai, *kaip aš pati save vertinu („<...> rūpi, ką kiti galvoja apie mano išvaizdą, jeigu kokia draugė pagiria – tai smagu būna, pasijuntu geriau, labiau pasitikiu savimi.*“ T1; „*Kai tu tampi paaugliu, daugiau pradedi galvoti apie išvaizdą, ką kiti apie tave galvoja, kaip viskas atrodo ir nu, kaip, tu šitaip gali nusižeminti savivertę dėl to, nes gali atrodyti, kad iš tavęs šaiposi*“ T2).

Be didelės reikšmės, skiriamos veidui, antroji labiausiai pastebima ir svarbi savybė yra ūgis: susidaro įspūdis, kad ūgiu matuojama ne tik fizinė kūno savybė, bet ir savo ar bendraamžių svarba, tarsi *aukštesnis* reikštų *svarbesnis*: „<...> *ir tarkim, jei koks klasiokas tapo aukštesnis, jie sako, kad aš pasidariau žema, o jie aukštesni ir nu, svarbesni.*“ (T2). Taigi diskusijoje daug kartų nuskambėjęs dalyvių noras *būti aukštesnei* tarsi atskleidžia neįvardintą norą būti svarbesnei, kitų matomai, tokiai, kurios nuomonės paisoma. Ūgis šiame amžiaus tarpsnyje tarsi atspindi *suaugumo lygį* ir *asmens reikšmingumą* tarp bendraamžių.

Taigi šiame amžiuje išvaizdai skiriama labai didelė reikšmė, o pasitenkinimas savo išvaizda lemia vidinę jauseną (pasitikėjimą savimi, aukštesnę savivertę, geresnę nuotaiką) bei elgesį (laisvesnį bendravimą su bendraamžiais). Tačiau pasitenkinimas savo išvaizda šiuo laikotarpiu yra labai trapus ir sąlyginis, tai lemia vykstantys fiziniai pokyčiai dėl prasidėjusio brendimo, savo kūno vaizdo nepažinumas ir savęs vertinimas kitų akimis - *ką kiti apie mane galvoja.*

Individualių interviu būdu surinktų duomenų teminės analizės rezultatai

3 lentelė. Individualių interviu teminės analizės rezultatai – temos ir potemės

Tema	Terapinės erdvės ir kūrybiškumo nauda atliepiančių tiriamųjų poreikius	Dailės terapijos nauda kūno vaizdo pažinimui
Potemės	<ul style="list-style-type: none"> - Dailės terapija – saugus būdas pažinti save - Terapinė erdvė – kaip saugumo ir ramybės užuovėja - Laisva kūryba dailės terapijoje – galimybė atliepti paauglystės poreikius 	<ul style="list-style-type: none"> - Kūryba DT procese – kaip fizinė jausmų ir emocijų iškrova - Sensoriką sužadinančios DT priemonės - pagalba atpažįstant kūno pojūčius - Per kūrybą dailės terapijoje atsiskleidžiantis požiūris į savo kūną

1 TEMA. Terapinės erdvės ir kūrybiškumo nauda atliepiančių tiriamųjų poreikius

Ši tema atskleidžia, kaip dailės terapija padėjo atliepti tiriamųjų savęs pažinimo, saviraiškos, saugumo ir paauglystės laikotarpiui būdingus poreikius. O raktas į visa tai buvo saugios terapinės erdvės kūrimas bei meninės raiškos laisvė. Tai sukūrė sąlygas tyrimo dalyvėms atsipalaiduoti ir

jaustis saugiai tiek kūrybos procese, tiek refleksijos metu, atviraujant apie save bei savo kūrinys. Procese užgimęs bendrumo jausmas tarp dalyvių skatino mokytis išklaudyti kitą žmogų, suprasti, nevertinti bei patirti kitų priėmimą ir palaikymą. Didelis tiriamųjų įsitraukimas į kūrybos procesą, noras eksperimentuoti bei suteikta galimybė laisvai kurti inspiravo svarbius ir jautrius klausimus apie save, kurie atsispindi tyrimo dalyvių interviu ir kūrinuose.

1 POTEMĖ. Dailės terapija – saugus būdas pažinti save

Visos tyrimo dalyvės interviu metu pasakodamos apie patirtą dailės terapijos procese, akcentavo savęs pažinimo svarbą. Šis poreikis – pažinti save – kyla iš didelių vidinių ir išorinių pokyčių, susijusių su brendimo pradžia, greita emocijų ir minčių kaita: „*Aš visą [užsiėmimų] laiką labai norėjau daugiau sužinoti apie save, nu ir apie santykius... <...> Dažnai savęs nesuprantu, ryte man viena nuotaika, mokykloje – kitokia, o vat namuose atrodo, kad nu, aš dar kitas žmogus.*“ (T2); „*Man buvo įdomu piešti ir paskui šnekėtis. Aš kažką tai, nu daugiau sužinojau apie save pačią. Nes nu... Aš jaučiu, kad aš labai keičiuosi, keičiasi mano išvaizda, bendravimas su draugais, nu ir mano charakteris keičiasi... taip atrodo.*“ (T4); „*Aš turbūt.. na man turbūt labiausiai patiko kažką sužinoti apie save naujo.*“ (T3). Tiek refleksijų metu dailės terapijos procese, tiek interviu išsakytose mintyse jaučiamas mergaičių vidinis sutrikimas dėl prasidėjusios brandos, kuri atneša daug emocinės sumaišties. Ši emocinė sumaištis kyla iš savęs nepažinumo – tyrimo dalyvės dažnai minėjo nesuprantančios savo nuotaikų kaitos, pakitusio bendravimo su bendraamžiais, mokytojais bei šeima: „*Aš kažkaip... nu kažkaip, būna, kad pasakau visai ne tai, ką turiu omeny, pvz., pasakau ką nors bjauraus draugei, nes man kažkodėl bloga nuotaika ir ji įsižeidžia, nors aš visai net nenorėjau jos įžeisti. O dar blogiau, jei atsikertu kažkaip ten negražiai mamai arba net mokytojai.*“ (T1).

Tuo tarpu kūrybos procesas, pasak tyrimo dalyvių, joms leido išreikšti save lengviau nei žodžiais, kūryba ir pats kūrinys sukeldavo daugiau minčių apie save ir tokiu būdu padėjo geriau save pažinti: „*Aš supratau, kad man lengviau piešti nei kalbėti. <...> Va čia [rodo į savo piešinį pagal temą „Žmogaus vaizdinys“] pirmiausia norėjau piešti draugę, bet kai baigiau, supratau, kad čia – aš. Tokia susimąsčiusi, linksma ir liūdna tuo pačiu metu.*“ (T2); „*Aš čia [rodo į savo kūrinį tema „Mano kaukė“] su karūna, ji va visaip išpuošta. Kai klausėt, kam ji man, nežinojau tada, bet tik paskui pagalvojau, kad noriu tokią karūną turėti, kad visi mane matytų.*“ (T3); „*Man labai patiko piešti šitą piešinį su dažais [rodo į abstraktų laisvos kūrybos piešinį]. Daug negalvojau jį piešdama, bet gavosi kažkoks kosmosas. Čia kaip aš – kai užsisvajoji, panyru į savo mintis... Namie aš išvis mažai šneku, dažnai būnu tokia išplaukusi.*“ (T1). Šios dalyvių citatos atskleidžia jautrų ir gilų jų vidinį pasaulį – ambivalentiškas, paauglystės laikotarpiui būdingas emocijas (T2), norą būti matomai, kitų pastebėti (T3), panirimą į save (T1). Šios interviu frazės padeda užčiuopti, kad nepaisant

skurdokos ir trumpos refleksijos užsiėmimų metu, tyrimo dalyvės kūrybinio proceso dėka, per susitapatinimą su savo kūriniais, panirdavo į savo vidinį pasaulį, o kūrybos metu prasidėjęs procesas vyko ir pasibaigus užsiėmimui. **Kūryba dailės terapijos procese buvo tyrimo dalyvėms tarsi katalizatorius, vartai į savo emocijų, jausmų, vidinių būsenų, poreikių, svajonių pažinimą** („Man dar patiko klijuoti iš žurnalų nuotraukų ir kai aš dėliočiau savo svajones, supratau, kiek daug visko noriu.“ (T3)). Nors tyrimo dalyvėms buvo sunku išreikšti savo mintis ar jausmus žodžiais, tačiau jų itin didelis įsitraukimas į kūrybos procesą ir išraiškingi kūriniai byloja apie savęs pažinimo ir saviraiškos poreikį, kuris patenkinamas suteikiant mergaitėms saugią erdvę ir galimybę kurti.

2 POTEMĖ. Terapinė erdvė – kaip saugumo ir ramybės užuovėja

Dailės terapijos proceso, taip pat ir interviu metu dalyvės vis įvardindavo saugumo ir ramybės jausmą, apimančią būnant dailės terapijos užsiėmimuose ir net po jų, einant namo. Viena dalyvė (T1) interviu metu prisiminė dieną, kai mokyklą pasiekė grasinimas (kaip ir daugelį kitų Vilniaus mokyklų), kad yra padėta bomba ir mokyklą žadama susprogdinti. Tyrimo dalyvė T1 pasakojo, kad tą dieną visų pamokų metu jautė didelį nerimą ir baimę, negalėjo apie nieką daugiau galvoti, tik apie pavojų gyvybei, ir norėjo kuo greičiau eiti namo. Tačiau dailės terapijos metu tos mintys dingo, ji įsijautė į kūrybą ir nurimo: „Aš visiškai pamiršau apie tą bombą, aš taip susikaupusi dariau tada tą portretą <...> ir visai užmiršau. Ir paskui man buvo daug ramiau“. Ji taip pat dalinosi, kad šis ramybės jausmas apimdavo ir kitų užsiėmimų metu: „Man čia būdavo taip gera vos atėjus. Atrodo, kad aš tiesiog, nu kaip pasakyt, nu patekdavau visai į kitą erdvę, tarsi nebebūčiau mokykloj. Ir po to išeidavau labai rami, tokia užsisvajojusi, ir namie būdavau rami tą vakarą“.

Tuo tarpu T3 tyrimo dalyvei saugumą kūrė galimybė būti savimi, nevaidinti emocijų ir tuo pačiu žinoti, kad jos jausmai čia bus priimti: „Man dažnai būna liūdna nuotaika, nu kai nenoriu su niekuo bendrauti, ir tada aš tyliu... <...> o dėl to pyksta draugė ar mama. Ir per pamoką negaliu gi tylėti, jei manęs mokytoja klausia ko nors. O čia atėjusi ir būdama aš atsipalaiduodavau, galėjau būti kaip noriu - ir linksma, ir liūdna, galėjau šnekėti arba, jeigu noriu, patylėti. Ir, nu, niekas čia už tai nepyko ant manęs“.

Kita dalyvė (T2) dalinosi, kad dailės terapijos užsiėmimuose ji jautėsi saugiai šnekėti apie save ir savo emocijas: „Man patiko kalbėti apie save. <...> daugiau niekur to nedarau, nekalbu apie save. Nežinau, būtų gėda su kitais... kalbėti ten, pavyzdžiui, apie savo jausmus. <...> Ne, niekur nekalbu, nei mokykloj, nei namie“. Tai liudija apie saugios emocinės erdvės trūkumą, kur ši dalyvė galėtų būti išklausyta, suprasta ir priimta. Nei mokykla, nei šeima tokios galimybės nesukuria, greičiau priešingai – susidaro įspūdis, kad yra gėda šnekėti apie save ir savo jausmus. Tuo tarpu dailės

terapijos procesas sukūrė šiai dalyvei saugią emocinę erdvę ir patenkino poreikį išreikšti savo jausmus, mintis, emocijas be baimės būti sugėdintai, išjuoktai ar nepriimtai.

T4 tyrimo dalyvė, paklausta, kaip jautėsi dailės terapijos užsiėmimuose, taip pat įvardino saugumo ir ramybės jausmą. O į klausimą kas jai padėjo jaustis saugiai, atsakė „*tai, kad mes užsirakindavome duris*“.

Leidus VDC socialinei darbuotojai bei sutikus mergaitėms, nuo trečio užsiėmimo aš iš vidaus užrakindavau mūsų patalpos duris. Pirmųjų užsiėmimų metu duris nuolat kas nors varstė, įkišdavo galvą pažiūrėti kas čia vyksta, vaikščiojo mokytojos ką nors atsispausdinti, pasiimti ir t.t. Be to, antro užsiėmimo metu įvyko nemalonas incidentas, kai energingai įlėkusi mokytoja, susirado T4 dalyvę, visų akivaizdoje apšaukė dėl praleisto šokių būrelio ir vėl išlėkė. Atsitokėjusi po tokio mokytojos elgesio, aš priėjau prie mergaitės paklausti kaip ji dabar jaučiasi, tyrimo dalyvė atsakė „*viskas gerai*“, tačiau rankos taip drebėjo, kad išliejo stiklinaitę su vandeniu.

Taigi trečio užsiėmimo pradžioje mergaitės, paklaustos, ar sutinka, kad užsirakintume duris, iš pradžių labai nustebo, kad apskritai yra tokia galimybė – tą išdavė jų plačios akys ir burnos. Tačiau patikinus, kad mes tikrai galime užsirakinti, kad niekas nelandžiotų, atsitokėjęsios iš pradinės nuostabos, jos entuziastingai ir džiaugsmingai tam pritarė.

Šis durų rakinimo faktas, T4 dalyvės paminėtas ir interviu metu, man sukėlė ir daugiau minčių. Atsižvelgiant į tai, kad visos tyrimo dalyvės yra iš daugiavaikių, mažas pajamas gaunančių šeimų, yra labai tikėtina, kad jų gyvenimuose išties trūksta fizinės saugios erdvės, kur jos galėtų pabūti vienos, niekieno netrukdomos. Nes tai, kad pradžioje bet kas užsiėmimo metu galėjo įsiveržti ir net apšaukti, mergaitėms atrodė labiau įprasta nei tai, kad mes turime teisę užsiėmimo metu būti saugiai, ramiai ir be trukdymų.

Saugumą kūrė ir bendrystės jausmas, užgimęs proceso eigoje, taip pat grupės dalyvių susitelkimas ir viena kitos palaikymas, išklausymas. Grupinė dailės terapija sudarė sąlygas ne tik savęs pažinimui, bet ir tarpasmeniniam mokymuisi. Tyrimo dalyvės turėjo galimybę saugiai dalyvauti grupės gyvenime, kurti tarpusavio santykius, mokytis išklaustyti viena kitos, išdrįsti atsiverti bei priimti kitų atvirumą. Interviu metu dalyvės dalinosi: „*Man patiko kalbėti apie save ir klausytis kitų, kartu apžiūrėti piešinius.*“ (T4); „*Čia nebijojau kalbėti apie save, nes ir kitos kalbėjo, ir žinojau, kad čia niekas iš manęs nepasijuoks ir nesakys ten ko nors blogo.*“ (T2); „*Buvo įdomu gale pažiūrėti kaip skirtingai, o kartais labai panašiai visoms gaunasi [kūriniai], <...> gerai jaučiaus, kai visos kartu piešdavom ten ar lipdėm, o paskui susėsdavom apžiūrėti, aptarti.*“ (T1).

Dalyvių pasisakymai tik patvirtina, kaip svarbu dailės terapijos procese yra saugios erdvės (fizinės ir emocinės) kūrimas. Saugi erdvė yra pamatinė sąlyga kūrybiškumui, laisvai emocijų ir minčių raiškai. Dailės terapijos procesas tyrimo dalyvėms suteikė saugumo jausmą, galimybę

atsiriboti nuo išorinių dirgiklių bei visoms kartu pajusti bendrystės, priėmimo, supratimo jausmus. O durų užsirakinimas iš vidaus tyrimo dalyvėms buvo naujiena, parodžiusi joms, kad jos turi teisę į privatumą ir saugų laiką sau, be pašalinių įsikišimo.

3 POTEMĖ. Laisva kūryba dailės terapijoje – galimybė atliepti paauglystės poreikius

Interviu metu uždavus klausimą, kuris dailės terapijos užsiėmimas patiko labiausiai, trys iš keturių tiriamųjų atsakė, kad laisvos kūrybos užsiėmimai. Kaip priežastis įvardijo galimybę atsipalaiduoti („Patiko, kad nėra kažkokios užduoties kaip pamokoj <...>, tada galėjau piešti daug negalvodama ten, tokia atsipalaidavusi, nu tokia rami.“ T4), galimybę eksperimentuoti („Tada galėjau išbandyti visokius naujus būdus piešimo arba sugalvoti kažką pati naujo, arba pasiimti kažkokią nebandytą priemonę, kaip, pvz., rankų dažus.“ T1), taip pat galimybę reikštis kūrybiškumui („Patiko pačiai sugalvoti, ką noriu daryti, piešti. Tada labai patikdavo ir kas gaudavosi.“ T3). Taigi galimybė laisvai kurti, suteikiant priemonių pasirinkimą ir nenurodant jokios temos, skatino tiriamųjų saviraišką, norą išbandyti naujas kūrybos priemones ir technikas, norą eksperimentuoti bei didelį įsitraukimą į kūrybos procesą.

O taip pat labai svarbu, kad individualiuose tiriamųjų interviu **išryškėjo kūrybos procese patenkinti paauglystės laikotarpiui būdingi poreikiai – tai galimybė pačiai rinktis ir priimti sprendimus, planuoti ateitį, ieškoti tapatumo jausmo, pajusti pasitenkinimą savo kūriniais ir savimi.** Dalyvė T4 dalindamasi, kuo jai labiausiai patiko laisvos kūrybos užsiėmimai, sakė, kad „Man geriausia, kai niekas nenurodinėja, ką turiu daryti. <...> Aš pati galėjau sugalvoti ir rinktis, ką piešti, su kuo. Nu tokia laisvė! Jo... Tas labiausiai ir patiko – laisvė.“ T1 dalyvė taip pat dalinosi, kad „Patiko, nes aš galėjau pati sugalvoti, ką noriu piešti ar lipdyti, ar klijuoti. <...> O paskui net nustebdavau, kad čia aš padariau – taip fainai, kažkaip net netikėtai gaudavosi. <...> Kaip, pvz., tas kosmosas... Nu supratau, kad čia aš – tokia išplaukusi. Bet man patinka, aš esu kokia esu. Vat tokia.“. Dalyvė T3 dalijosi, kad laisvos kūrybos metu jai labiausiai patiko kurti savo svajonių koliažą: „Aš taip... lyg ir... nu supratau, ko aš noriu ateityje. Kokius namus noriu turėti, kokią šeimą, kuom dirbti. <...> Noriu turėti gerą darbą, kad uždirbčiau daug pinigų“. Dalyvė T4, apibūdindama savo kūrinį, kuriame ji vaizdavo moters veidą su skrybėle, taip pat palietė savo ateitį ir tapatumą: „Aš vat norėčiau tokia būti. Tokia dama – stilinga, turtinga. Ji čia atsipalaidavusi, nes atostogauja. Aš net turiu namie panašią skrybėlę.“.

Taigi dailės terapijos procesas ir laisva kūryba suteikė galimybę patenkinti paauglystės laikotarpiu svarbius pasirinkimo bei sprendimų priėmimo aspektus. Ši laisvė pasirinkti darė įtaką ir pasitenkinimui savo kūriniais, o tuo pačiu ir savimi – per identifikaciją su savo kūriniais. Pasirinkimo galimybė ir pasitenkinimas galutiniu rezultatu skatina ir pasitikėjimą savimi, ugdo savivertę, įgalina

veikti. Taip pat stebimi bandymai užčiuopti savąjį tapatumą, atsakyti į paauglystės metu kylančius klausimus „Kokia aš esu?“, „Kokia noriu tapti?“. Jaučiamas ir pasitenkinimas, kylantis iš savęs pajautimo („*Bet man patinka, aš esu kokio esu.*“ T1). Tyrimo dalyvams svarbus ir finansinis aspektas, turbūt kylantis iš dabartyje nepatenkintų poreikių, tačiau ateityje jos tikisi sau finansinės gerovės.

Galima teigti, kad laisvos kūrybos užsiėmimų metu iškilo tyrimo dalyvams svarbios temos, o dailės terapijos procesas padėjo jas plėtoti, pažvelgti į save per kūrinį, per meninę raišką projektuoti savęs vaizdą bei ateities troškimus.

2 TEMA. Dailės terapijos nauda kūno vaizdo pažinimui

Šioje temoje atskleidžiama dailės terapijos nauda išveikiant prieštaringas emocijas, atpažįstant kūrybos proceso metu kylančius kūno pojūčius bei kūrybiškai perteikiant savo kūno vaizdą.

1 POTEMĖ. Kūryba DT procese – kaip fizinė jausmų ir emocijų iškrova

Tiek pasisveikinimo rate, tiek refleksijų metu tyrimo dalyvams būdavo sunku įvardinti savo jausmus, emocijas ar net tos dienos nuotaiką, dažniausiai skambėjęs atsakymas buvo „*gerai*“. Tačiau tikrosios emocijos, procese pačių dalyvių dar neatpažintos ir neįvardintos žodžiais, labiausiai buvo matomos ir juntamos kūrybos metu, ypač dirbant su sensomotoriką sužadinančiomis priemonėmis – moliu, tekstile, rankų dažais. Šią emocijų raišką galima užčiuopti ir tiriamųjų interviu pasisakymuose.

Paprašytos prisiminti, kaip jautėsi pirmųjų dailės terapijos užsiėmimų metu, tyrimo dalyvės minėjo nejaukumą, nežinojimą: „*Buvo truputį nejauku, nes nežinojau, ką reikės daryti.*“ (T1), „*Aš tai norėjau ateiti, bet tada, kai reikėjo kažką piešti, pačiai sugalvoti, tai nu, nežinojau, ką.*“ (T3). Galima suprasti, kad pirmojo užsiėmimo metu, jau susirinkus į uždara tyrimo grupę, tyrimo dalyvės išgyveno nerimą ir nežinomybę, kas gana dažnai pasitaiko naujose, nepažįstamose situacijose. Tačiau pasakodamos toliau, jos atskleidžia, kas padėjo įveikti pradžios nerimą: „*<...> bet kai paisėme bele ką ant lentos, visokius ten užrašus, ženklus, veidukus, pasidarė labai linksma.*“ (T1); „*Man tai palengvėjo, kad čia nereikia mokėti piešti ir kai galima buvo makaliones, nu, kai tuos kregelius visokius kai paisėm, o paskui aptarinėjom.*“ (T3). Dalyvė T1 mini apšilimo pratimą – paišymą ant lentos, kurį tyrimo dalyvės energingai ir noriai atlikdavo kiekvieno užsiėmimo pradžioje, o dalyvė T3 prisimena patį pirmą užsiėmimą, kai buvo metas laisvai kūrybai, tačiau jai nežinant nuo ko pradėti, pasiūliau pradėti nuo keverzonės. Abiem šiais atvejais laisvas keverzėjimas išvadavo nuo būtinybės „*mokėti piešti*“, o energingi, motoriką įtraukiantys veiksmai padėjo per kūno judesius išveikti nerimą bei sukėlė pozityvias emocijas („*pasidarė labai linksma*“, „*palengvėjo*“).

Tyrimo dalyvė T1 kalbėdama apie jau anksčiau minėtą dieną, kai mokykla gavo sprogdinimo grasinimą, taip pat pasakojo, kaip išitraukimas į kūrybos procesą jai padėjo įveikti baimę: „<...> kirpau tas medžiagas, dėliojau visaip, klijavau, rinkau papuošimus ir išvis pamiršau apie tą bombą, ir kad visą dieną iki tol bijojau.“. Šiuo atveju įtraukiantis kūrybos procesas pasitarnavo kaip nusiramino būdas, dėmesio koncentraciją perkeliant nuo baimės į kūrybą.

Didžiausia jausmų iškrova vyko užsiėmimų su molio metu, šiuos užsiėmimus tyrimo dalyvės minėjo kaip labiausiai įsimintinus. Antrojo užsiėmimo su molio pradžioje, net ir po apšilimo pratimo ant lentos, tyrimo dalyvės pasisveikinimo rate atrodė vangios ir pasakojo apie tai, kaip tą naktį neišsimiegojo. Pasiūlius pradėti nuo molio patrankymo į stalą ar metimo į žemę, užsikūrė tikra energijos *fiesta*: mergaitės lipo ant stalų ir šokdamos nuo jų, kartu visa jėga tēkšdavo molį žemyn.

Interviu metu prisimindamos šį užsiėmimą, jos pasakojo: „*Aš kaip Maiklas Džordanas ten buvau – pašoku į orą ir metu. Nu ne kasdien taip... tikrai. Nu labai išsidūkau...*“ (T4). Paklausta, ar prisimena, ką tą kartą nulipdė (tema buvo iš molio nulipdyti žmogaus figūrą, kurią ji užsiėmimo pabaigoje sunaikino), T4 dalyvė atsakė: „*Lipdžiau galvą, tokią negražią, tyčia, kad būtų juokinga. <...> tada ėmiau kažko pykti. Nu, sukilo toks pyktis ir nervas. Tada tą galvą [iš molio] vėl ėmiau mėtyti į stalą, kol liko blynas, o paskui visai sumaigiau. <...> Nu ir buvo geriau.*“.

Apie tą patį užsiėmimą interviu metu pasakojo ir tyrimo dalyvė T3: „*Kai reikėjo nulipdyti žmogų, aš vietoj to iš molio padariau šulinį, o jame buvo varlė, kuri išgėrė visą vandenį ir prarijo tą žmogų.*“ (juokiasi). Paklausta, ar prisimena, kaip baigėsi užsiėmimas, T3 dalyvė atsakė: „*Taip, aš subadžiau tą šulinį. <...> Ai, nežinau kodėl... taip norėjosi...*“.

Šiuose pasisakymuose galima justti daug sukilusių emocijų ir vidinių konfliktų, nors mergaitės dar ir negeba to įvardinti. Vangi užsiėmimo pradžia, peraugusi į didelę fizinę iškrovą molio mėtymo metu, tuomet žmogaus lipdymas iš molio pareikalavo iš tiriamųjų daug energijos ir sukėlė daug emocijų, kurias sunku įvardinti žodžiais. Dalyvė T4 siautulio metu juto džiaugsmą, tačiau lipdant žmogaus galvą linksmumas peraugo į pyktį, kas galimai liudija apie savo kūno ar fizinių trūkumų (lipdė „*negražią*“ galvą) nepriėmimą. Šis pyktis vėlgi buvo išveiktas per kūno veiksmą – mėtant nulipdytą galvą į stalą, sunaikinant savo kūrinį.

Užliejusias emocijas po fizinės iškrovos mėtant molį, galima pastebėti ir tyrimo dalyvės T3 pasisakyme. Apie tai šneka net ir jos kūrinio simbolika: šulinio ir vandens metafora priskiriama jausmų sferai, o varlė – primityvių instinktų simbolis. T3 dalyvės kūrinyje varlė išgėrė visą vandenį ir kartu prarijo žmogų – interpretuojant metaforiškai, instinktai ir emocijos užvaldė racionalią sąmonę. Baigusi lipdinį, T3 dalyvė jį energingai, net su įniršiu subadė teptuko smailiuoju galu.

Taigi per aktyvų fizinį veiksmą mėtant molį, sensoriką sužadinantį lipdymą ir galiausiai kūrinų destrukciją sukilo ir buvo išlietos prieštaringos, stiprios emocijos, kurias tyrimo dalyvėms buvo sunku įvardinti žodžiais, tačiau jos išraiškingai atsispindėjo kūrybos procese.

Įdomu, kad po emocinės iškrovos ir darbo su moliu, šio užsiėmimo pabaigoje trims iš keturių tiriamųjų iškilo maisto tema: T3 nupiešė tuščią lėkštę ir puodelį; T2 (ji taip pat sunaikino savo lipdytą žmogaus figūrėlę, nes ji niekaip nestovėjo ant kojų) nulipdė grybą, kuris labai primena falo formą; o T4 tiesiogiai išsitraukė iš kuprinės sumuštinį. Paprašyta palaukti ir nevalgyti, kol baigsis užsiėmimas, T4 pikta išlėkė į koridorių. Galima sakyti, kad kinestetinis ir sensorinis sujaudinimas buvo toks didelis, kad sukilusios emocijos ir jų iškrova išvargino tiriamąsias. O žvelgiant simboliškai, maisto poreikis iškilo kaip meilės stygius ar pasirūpinimo poreikis.

Nors ir energingai dalyvavo molio mėtyme, po to ramiausiai iš visų tiriamųjų su moliu dirbo dalyvė T1, kuri buvo patenkinta nulipdyta mergaitės figūrėle ir jos nesunaikino. Tai gali liudyti apie didesnę Aš integraciją bei savo kūno vaizdo priėmimą.

Šis užsiėmimas man taip pat yra įsimintiniausias, sukėlęs įvairių emocijų ir minčių, kartu atskleidęs, kiek daug įtakos turi priemonių ir metodų parinkimas dailės terapijoje. Molis – tai ypatinga priemonė, kurios poveikį reikia išmanyti ir naudoti atsakingai.

2 POTEMĖ. Sensoriką sužadinančios DT priemonės - pagalba atpažįstant kūno pojūčius

Dailės terapijos programa, siekiant atskleisti kūno vaizdą, buvo orientuota į įvairius kūno pojūčius, pasitelkiant sensomotoriką sužadinančias priemones: molį, įvairaus audinio tekstilę, foliją, klijus, servetėles, rankų dažus. Interviu metu tyrimo dalyvės pasakojo, kokius kūno pojūčius joms sukėlė kūrybinis procesas. Tyrimo dalyvė T1, pasakodama apie iš tekstilės sukurtą dvilypę savo kaukę, dalinosi kokius potyrius jai kėlė darbas su tekstile ir kaip tie pojūčiai atspindi ją pačią: „Šitas raudonas kailiukas toks švelnus, norisi jį glostyti, dėti prie veido. Čia kokia aš būnu mokykloje – tokia gera, paklusni. <...> O džinsas toks šiurkštus, kietas. Jį visaip turėjau jį stipriai spausti, kad priliptų. Nu net rankas man kažkaip paskaudo. <...> Bet džinsai – gi kieta, jie stilingi. Kaip aš būnu, kai keliauju – tokia greita, ekstremali“. Įdomu, kad net tas pats žodis „kieta“ naudojamas apibūdinti tiek džinsą keliamą fizinį, tiek emocinį pojūtį.

Paklausta, kokius kūno pojūčius jai sukėlė kūryba vieno ar kito užsiėmimo metu, T4 tyrimo dalyvė minėjo kūno drebulį daug emocijų sukėlusio užsiėmimo su moliu metu - „Net drebėjau kažkaip... <...> Nežinau, gal iš piktumo.“, taip pat fizinį ir emocinį pasitenkinimą dirbant su rankų dažais: „Patiko juos tepti ant rankų, su teptuku va taip švelniai, nu toks va geras jausmas buvo. <...> O dar tada taip mozojau tuos dažus tarp rankų, nu va taip [rodo], kol pasidarė lipnu. Nu bet buvo faina, toks geras jausmas“. Tuo tarpu tiriamajai T3 lipnumas ir darbas su moliu kėlė nemalonių pojūčius, proceso metu ji be perstojo valėsi rankas į šlapias servetėles, o interviu metu išsakė: „Jis [molis] labai lipnus, nu glitus toks. <...> O man norisi, kad rankos neliptų, nu, kad rankos būtų švarios. Atai purto tas lipnumas. Nu tikrai, norisi nusipurtyti, taip veee [rodo]“.

O užsiėmimas, kurio metu tyrimo dalyvės vaizdavo emocijas ant natūralaus dydžio kūno kontūro, prieš tai apvedžiojus kūną ant popieriaus, padėjo T2 dalyvei geriau pajusti savo kūną ir jo ribas: „*Tada jutau taip, nu kaip apvedžioja viską: rankas, kojas, galvą, liemenį, nu net kiekvieną pirštėlį.*“.

Šio užsiėmimo metu tyrimo dalyvės turėjo atvaizduoti įvairias emocijas savo kūno kontūre – spalva, simboliu. Tačiau mergaitėms ši užduotis nelabai patiko ir sunkiai sekėsi išreikšti jausmus ir emocijas vaizdiškai, dauguma užrašė emocijas už kūno ribų ir strėlytėmis nuvedė į tas kūno vietas, kur galimai tos emocijos juntamos.

Tačiau interviu metu T3 pasidalino, kad šis užsiėmimas jai buvo naudingas, nes po jo, sukilus kokiai nors emocijai gyvenime, ji bando atpažinti, kur ją jaučia kūne: „*<...> Nu ir tada aš taip net užsimerkiu ir bandau pagalvoti, tai kurioj vietoj dabar man kas nors jaučiasi. Va. Nu ir pavyksta kartais, pvz., pastebėjau, kai labai supykstu, sugniaužiu kumščius, atrodo, galiu tuoj trenkti – nu tai rankose tas pyktis. O kai liūdna – merkiasi akys, kaip pavargusios jaučiasi, nors iš tikrųjų tai gal nuo ašarų taip, nu kai jos kaupiasi, bet nenori, kad pradėtų bėgti. <...> Ai, o kai stipriai labai išsigandau, <...> tada taip suspaudė krūtinę, net atrodo oro nebėra, išėjo visas.*“.

Taigi tyrimo dalyvių pasisakymai patvirtina, kad dailės terapija ir ypač sensoriką sužadinančios kūrybos priemonės padeda pajusti savo kūną, stebėti jį, atkreipti dėmesį į tai, kas kelia pozityvius pojūčius, norą liesti, glostyti, o kas pasibjaurėjimą, norą nusipurtyti. Dailės terapija paskatino stebėti ir kokį pojūtį sukelia emocijos („*drebėjau <...> iš piktumo*“), stengtis atpažinti emocijas kūne.

3 POTEMĖ. Per kūrybą dailės terapijoje atsiskleidžiantis požiūris į savo kūną

Tiriamųjų interviu pasisakymuose skleidžiasi ir požiūris į savo kūną – ne tiesiogiai, bet per identifikaciją su savo kūriniais. Pvz., T1 ir T4 tyrimo dalyvės, kalbėdamos apie mažiausiai patikusį dailės terapijos užsiėmimą, įvardija emocijų vaizdavimą natūralaus kūno dydžio kontūre ir pasakoja, kas joms nepatiko: „*Nežinau, aš kažkaip nemoku piešti tokio didelio veido, nu man tiesiog labiau patinka ant mažesnio lapo. <...> Jis toks didelis [kūno kontūras], norėjosi tiesiog greičiau pabaigti tą užduotį.*“ (T1); „*Man nepatiko į jį žiūrėti [kūno kontūrą], nes nu... atrodė per didelis, nelygus toks... Nu lyg ne mano...*“ (T4). Tai galimai liudija apie brendimo metu kintančio kūno, moteriškėjančių proporcijų nepriėmimą, nenorą stebėti save iš šalies, nes sunku susitaikyti su vykstančiais fiziniais pokyčiais. Kita vertus, T4 dalyvė netiesiogiai įvardijo ir kas jai savo išvaizdoje patinka.

Kūrybos proceso metu ilgai užtrukusi prie veido piešimo, ji vis dailino lūpas, kol galiausiai išsitraukė lūpdažį, nusidažė juo lūpas ir bučiuodama paliko savo lūpų atspaudą ant nupiešto kūno kontūro, taip demonstruodama didelį įsijautimą ir kūrinio suasmeninimą.

O interviu metu, žvelgdama į šį piešinį, tyrimo dalyvė pakomentavo: „*Užtat kokios dailios lūpytės! Aš čia tada nusidažiau lūpdažiu, <...> ir pridėjau taip, kad liktų mano lūpos*”. Taigi galima pastebėti dvilypius jausmus, formuojantis kūno vaizdui: nenorą matyti kaip keičiasi kūnas, pokyčių nepriėmimą, ir tuo pačiu metu pasitenkinimą tam tikromis kūno vietomis (veidu, lūpomis), kurios buvo atvaizduotos itin suasmenintai ir intymiai, bučiuojant kūrinį. O pats lūpdažio turėjimas – lyg užuomina į norą palikti vaikystę ir žengti brandos, moteriškumo link.

Kūno vaizdo suvokimas juntamas ir T3 tyrimo dalyvės interviu pasisakymuose. Prisimindama jau minėtą užsiėmimą su moliu, kuomet nulipdė šulinį ir žmogų prarijusią varlę, T3 taip apibūdino žmogų: „*Vargšas žmogelis, toks mažutis, jį varlė prarijo*.“ Paklausta, dėl ko žmogus toks mažutis, tyrimo dalyvė spontaniškai atšovė: „*Nes aš tokia maža!*”

Ši tyrimo dalyvė, būdama labai smulkaus, dar vaikiško kūno sudėjimo, fokus grupės diskusijos metu kelis kartus akcentavo, kad norėtų būti aukštesnė, nes dabar aplinkiniai mano, kad ji yra trečioje, o ne penktoje klasėje. Tad ir jos žmogus iš molio – net nenulipdytas, bet menamas (prarytas varlės), yra toks „*mažutis ir vargšas*“.

Tačiau po poros savaičių, kuomet užsiėmimo metu tyrimo dalyvės iš įvairių medžiagų kūrė lėlytes, ši dalyvė mėgavosi kūrimo procesu, o užbaigusi savo lėlytę, norėjo iš karto parsinešti ją namo (buvo leista). Interviu metu ši tyrimo dalyvė taip atsiliepė apie lėlytės kūrimą: „*Man dar labai patiko tas kartas, kai darėme lėlytes. Aš labai stengiausi, nu norėjau padaryti tokią mielą, gražią, su plaukais, su veidu. <...> Nesigavo visai taip, kaip norėjau, bet vistiek labai patinka. Tokia mažytė ir miela lėlytė*“. Šiuose žodžiuose jau girdimas savęs ir savo kūno vaizdo priėmimas – ne tobula, bet priimtina, *mažytė*, bet *miela*. Savęs priėmimą patvirtina ir tai, kad iš karto po užsiėmimo tyrimo dalyvė pasiėmė savo kurta lėlytę namo.

Interviu metu, paklaustos kokios mintys kyla žvelgiant į savo pirmą ir antrą žmogaus piešinį, tyrimo dalyvės komentavo: „*Čia [pirmas piešinys] – tokia stilinga, turtinga moteris, o čia [antras piešinys] – tai aš. Irgi taip stilingai apsirengusi. Kelnės va tokios plačios. Nu tik rankų pirštai man nesigavo.*” (T1) – vyksta susitapatinimas su antruoju kūrinium, be to, pirmu atveju tyrimo dalyvė vaizdavo ne visą figūrą, o portretą; o antrajame kūrinyje, kuriame ji mato save, pavaizduota visa žmogaus figūra. Abiem atvejais išlieka poreikis atrodyti gražiai – *stilingai*.

Tyrimo dalyvė T2, pirmąjį kartą taip pat piešusi portretą vietoje visos žmogaus figūros, taip dalinosi apie antrąjį piešinį, kuriame pavaizduota jau pilna žmogaus figūra: „*Nu va, o čia pavyko nupiešti visą kūną. Prieš tai rimtai galvojau, kad nemoku, nu net nebandydavau, tikrai. Nu ir kojos*

va, ir rankos čia yra pas mane, ir pirštai. Prisimenu kai piešėm, nu net apsičiupinėjau kojas, galvą, rankų pirštus, kaip siūlėt, ir užtai nupiešiau.“

T3 dalyvės pasidalijimas: „Šitas [antras piešinys] daug labiau patinka. Čia toks gražus veidelis, stengiausi visaip padaryti tinkamą odos spalvą ir lūpas gražias, ir akis.“. Ši dalyvė užsiėmimo metu nupiešti veidui skyrė maždaug 50 min. ir kūnui – apie 20 min. Šis kūrybos laiko paskirstymas ir refleksija interviu metu liudija, kad didžiausią kūno vaizdo dalį sudaro veido svarba ir jo reprezentacija.

T4 tyrimo dalyvė: „Pirmam piešinį tokia mergina, nu ji tokia moteriška, turtinga, su suknele, o antrame iš pradžių ji man atrodė kaip vyras, su kostiumu ir raumeninga kažkokia, rankos tokios, kojos raumeningos. <...> Bet plaukai kaip mano. <...> ir jai svarbus makiažas. Ai, ir kostiumas jai tinka, stilinga gi, nu.“ Šiame pasisakyme taip pat daug dėmesio skiriama išvaizdai ir rūbams, stiliui, veidui ir jo patobulinimui makiažo dėka. Jaučiamas bipoliškumas tarp moteriškumo ir vyriškumo – ryškėjantys lytiškumo skirtumai ir jų suvokimas, taip pat identifikacija su kūniniu („plaukai kaip mano“).

Dailės terapija padėjo tyrimo dalyvėms netiesiogiai, saugiu atstumu – per kūninius - perteikti savo kūno vaizdą. Visų tyrimo dalyvių pasisakymuose juntama didelė svarba, teikiama išvaizdai, veidui, rūbams. Ne viena dalyvė pabrėžia ir finansinę padėtį („turtinga moteris“), kai pinigai suvokiami kaip priemonė atrodyti geriau, stilingiau, nes suteikia galimybę įsigyti gražius drabužius.

Taip pat dailės terapijos metu buvo užčiuopti vidiniai kūno vaizdo konfliktai (kaip pvz., kūno kontūras, kuris atrodo per didelis, arba atvirkščiai – tokio mažumo žmogelis, kad jį prarijo varlė). Šie vidiniai konfliktai nebuvo tiriamųjų nei įvardinti žodžiais, nei įsisąmoninti, tačiau kūrybos galia, emocijų išveika per kūną, kūno pojūčių atpažinimas, tikiu, kad prisidėjo prie kūno vaizdo formavimosi ir integracijos ikiverbaliniame lygmenyje.

Tyrėjos refleksija

Jau ne kartą minėjau, kad kūrybinė tiriamųjų išraiška gerokai lenkia jų verbalinę raišką – tiek refleksijų, tiek interviu metu jos atsakinėjo trumpai, tik paprašytos patikslinti, papasakoti daugiau, praplėsdavo atsakymą į klausimą. Visgi atliekant teminę analizę ir koduojant tiriamųjų pasisakymus, aiškiai išsiskyrė dvi aprašytos temos bei ėmė skleisti gilesnę minčių prasmę – tai ir saugumo poreikis, ir ryškėjantys paauglystei būdingi laisvės, pasirinkimo, savęs pažinimo ir saviraiškos poreikiai. Taip pat teminė analizė atskleidė, kad pasiteisino į sensomotorikos sužadimą bei žmogaus kūno vaizdavimą orientuota dailės terapijos programa, nes tyrimo dalyvės proceso metu „įdarbino“ ir kūną – per jį išveikė emocijas, stebėjo kūno potyrius, galiausiai per kūrybą vyko ir savo

kūno vaizdo integracija ir priėmimas, kurį galima užčiuopti, analizuojant kaip tyrimo dalyvės kalba apie savo kūrinius, juos lygina.

Dailės terapijos proceso metu bei atliekant teminę analizę, man dažnai atrodė, kad viskas, ko reikia šioms mergaitėms, tai suteikti saugią erdvę, kūrybai skirtą laiką bei priemones. Nes to užtekdavo, kad jos įsitrauktų į procesą, būtų sužadintas jų kūrybiškumas, o per jį – jausmai, emocijos, mąstymas ir kognityviniai gebėjimai. Dirbant su šia tiriamųjų grupe, stebint jų įsitraukimą į kūrybą bei išraiškingus kūrinius, visiškai sutinku su dailės terapijos pradininkės E. Kramer nuomone, kad gydo jau pats kūrybinis procesas. Ypatingai priešpaskutinio užsiėmimo metu, kuomet antrą kartą piešė žmogaus vaizdinį, tyrimo dalyvės įsitraukusios kūrė daugiau nei 1 valandą, aš nenorėjau jų stabdyti, bet vis žvilgčiojau į laikrodį, nes užsiėmimo laikas artėjo į pabaigą. Tik tuomet jos visos, viena paskui kitą, staiga baigė savo piešinius, tarsi giliai iškvėpė užlaikytą orą ir net pamiršusios susėsti į refleksijos ratą, ėmė rengtis striukes. Man tai buvo tarsi ženklas, kad viską, ką galėjo ir norėjo, jos jau išsakė – kūrybos būdu.

Tyrimo dalyvių kūrybiškumas mane stebino viso proceso metu ir kartu padėjo įsitikinti, kad kūryba iš tiesų atlieka integruojančią funkciją, kuri apjungia kūno potyrius ir emocijas, praeities ir dabarties išgyvenimus, padeda spręsti vidinius gelminius konfliktus bei orientuoja kuriantįjį į ateitį – padeda ieškoti atsakymų, sprendimų, išreikšti ateities troškimus, planus. Tiriamųjų grupės įsitraukimas, stipri kūrybinė raiška ir teminės analizės būdu iškilusios temos dar kartą patvirtina dailės terapijos tinkamumą šiai grupei.

3.2 Kūrinių analizės rezultatai





3.2.1 Laisvos kūrybos darbų analizė pagal ETC metodiką

Tyrimo dalyvių laisvos kūrybos darbų analizė ir palyginimas, pagal ETC metodiką vertinant vizualinę raišką, atskleidė dailės terapijos procese išaugusį tiriamųjų kūrybiškumo lygį. Visų tyrimo dalyvių užpildytos ETC elementų vertinimo laisvos kūrybos piešiniuose formos yra pateikiamos 5 priede, o aprašant rezultatus pateikiami visų tyrimo dalyvių laisvos kūrybos darbai bei jų analizę apibendrinančios lentelės.

T1 tyrimo dalyvės ETC elementų vertinimas laisvos kūrybos darbuose (žr. 5 priedą) atskleidžia, kad T1 dalyvės vizualinė raiška bei informacijos priėmimo funkcija dominuoja ETC modelio suvokimo-jausmų lygmenyje - šių dviejų polių taškoje. Dauguma piešiniams ir procesui būdingų bruožų pateko į šio lygmens kūrybinio pokyčio erdvę (ang. „*Creative Transition Area*“, Hinz, 2020), kur abu šio lygmens poliai (suvokimas ir jausmai) sąveikauja taip, kad skatintų asmens kūrybiškumą ir jo raidą. Išsiskiria dinamiška kinestetinė raiška su sensoriniu atsaku, kūrybiškas

spalvų panaudojimas, jų persidengimai bei išitraukimas į raiškos procesą. Taip pat stebima ir aukštesniam kognityviniam-simboliniam lygmeniui būdingų raiškos bruožų. Ypač išsiskiria trečiasis laisvas piešinys, kurio metu dalyvė T1 rinkosi abstraktų vaizdavimą savo būsenai apibūdinti.

4 lentelė. Tyrimo dalyvės T1 laisvos kūrybos darbai

1 užsiėmimas	
	
1. „Graži mergina“	2. „Linksmą mergaitę“
2 užsiėmimas	10 užsiėmimas
	
3. „Kosmosas. Mėnulis“	4. „Žiema“

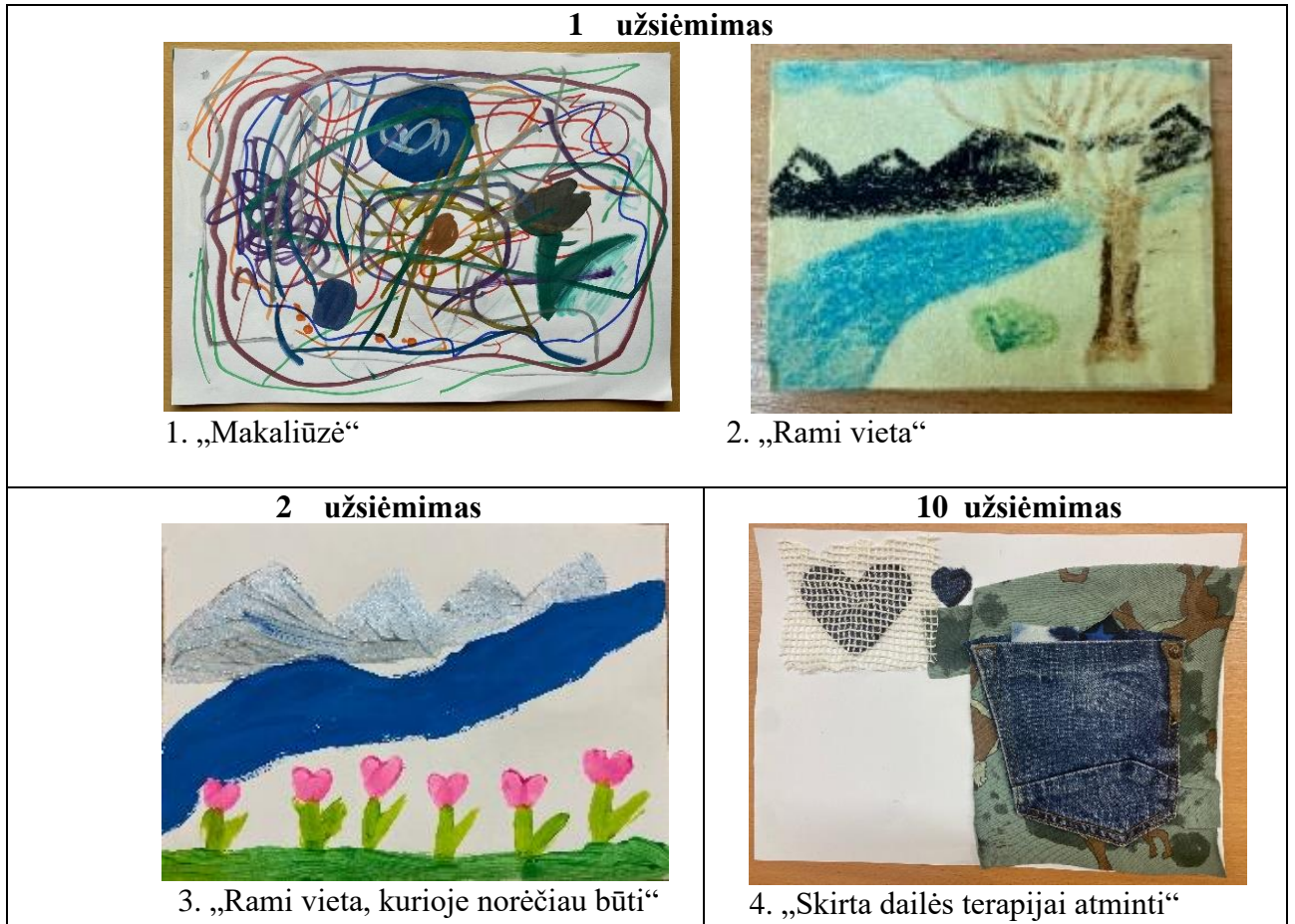
Atskirų kūrinių analizė (žr. apibendrinančią 5 lentelę) atskleidžia drąsų įvairių kūrybos priemonių pasirinkimą, polinkį kūrybiškai eksperimentuoti su lapo forma ir orientacija, priemonių ir spalvų bei technikų maišymu. Stebimas palaiptinis perėjimas nuo kietesnių kūrybos priemonių prie dažų, tuo pačiu kinta ir lapo orientacija, auga emocinis atsakas į kūrybą. Palaiptiui didėjantis erdvės užpildymas, laisvėjančios linijos ir dažų potėpiai, taškymai liudija apie sužadintą kūrybiškumą, frustracijos toleranciją bei ribų lankstumą. O 4-tasis laisvos kūrybos darbas tarsi apjungia kognityvinę ir jausminę sferas, kuomet konkretūs objektai derinami su jusliniu abstraktaus fono vaizdavimu, o savikontrolei būdinga priemonė (markeris) derinama su skystais dažais ir jų laisvu maišymu ant lapo. Refleksija apie kūrinius atskleidžia savęs bei savo aplinkos tapatinimą su kūriniais, savęs atpažinimas

kūriniuose – augančią savistabą, asmenybės dvilypumą (*ekstremali, drąsi bet kartu ir drovi, susigėdusi*), kas yra būdinga pereinamajam laikotarpiui iš vaikystės į paauglystę. Visa tai liudija potencialą augti asmenybei ir kūrybiškumui, pasitelkiant raiškos priemones dailės terapijoje.

5 lentelė. Tyrimo dalyvės T1 laisvos kūrybos darbų analizė ir palyginimas pagal ETC metodiką (adaptuota pg. Hinz, 2020)

Vertinamas elementas	1-3 kūriniai (1-2 užsiėmimai)	4 kūriny (10 užsiėmimas)
Pasirinktos kūrybos priemonės: teikiama pirmenybė, naujovių išbandymas	Piešiniams pasitelktos skirtingos priemonės: nespalvotas pieštukas eskizavimui, aliejinės kreidelės, markeriai, medžiagos atraižėlė, žirkklės, klėjai, guašas. Pirmus 2 piešinius dominuoja kreidelės, 3-iame – guašas. Eksperimentuoja su lapo forma ir orientacija, skirtingomis priemonėmis, pasitelkiama tekstilės atraiža.	Viename kūrinyje panaudotos skirtingos priemonės: nespalvotas pieštukas eskizavimui, markeris kontūrams, guašas. Kietos priemonės piešinyje derinamos su skystomis, dominuoja dažų pasirinkimas. Išbandytas spalvų persidengimas, spalvų ir priemonių maišymas.
Sąveika su priemonėmis: santykis su ribomis, frustracijos toleravimas, įsitraukimo lygis	Išbandomos lapo ribos, pasitelkiant skirtingus formatus, skirtingą erdvės užpildymą, lapo apkirpimą. Kreidelės stipriai spaudžiamos pirmame darbe, proceso eigoje – laisvėja judesiai, pasirenkamos skystesnės, mažesnio pasipriešinimo reikalaujančios priemonės, atsiranda laisvi dažų potėpiai, taškymo technika. Didelis kinestetinis ir emocinis įsitraukimas į procesą.	100 proc. užpildyta lapo erdvė. Aukštas frustracijos toleravimas maišant spalvas tiesiai ant lapo, stengiantis išgauti norimą atspalvį. Stebima, kad tapant su dažais, pasirenkamas mažesnis A4 lapo formatas – tarsi nustatomos siauresnės ribos emocijų raiškai, kurias dažnai iššaukia skystos priemonės (dažai). Didelis įsitraukimas į procesą.
Formalieji kūrinio elementai: linijų ir formų kokybė, erdvės užpildymas, spalvos	Erdvės užpildymas varijuoja nuo 50 iki 100 proc. Linijų ir formų kokybė ryškėja 2 piešinyje, tačiau 3-iame išnyksta konkrečios linijos ir formos, vaizduojamus objektus pakeičia abstrakcija, ryškias, ugingas spalvas – ramios, šaltos spalvos. 1-2 laisvos kūrybos darbuose vaizduojamas žmogaus vaizdinys.	Proceso pabaigos laisvas piešinys tarsi apjungia pirmus tris, kuomet konkretūs vaizduojami objektai derinami su laisvų potėpių fonu – tokiu būdu įtraukiami tiek emociniai, tiek kognityviniai raiškos komponentai pagal ETC. Objektų ribas nuo fono skiria markerio kontūras. Vietomis dažais peržengtos kontūro ribos galimai liudija frustracijos toleranciją, ribų lankstumą.
Verbalinė komunikacija: kalbos greitis, garsumas, logika, refleksija apie kūrinių	Kalba greita, logiška, noriai pasakoja, ką pavaizdavo. Refleksija apie 2-ą kūrinių: „ <i>Skirtingų spalvų akys gavosi netyčia, sumaišius markerius, bet pagalvojau „ai, tegu būna“</i> “. Apibūdina nupieštą mergaitę: „ <i>drąsi, ekstremali, linksma, gera ir šiek tiek drovi, susigėdusi</i> “. 3 piešinys pavadinimu „Kosmosas. Mėnulis“ T1 primena pačią save, kai „ <i>giliai susimąstau ir panyru į savo mintis</i> “.	Energingai pasakoja, kad iš karto žinojo ką nori piešti – žiemą, nes įkvėpė sniegas už lango: „ <i>Tokia graži žiema dabar, man labai patinka. Ir dar mėgstu piešti visokius gyvūnelius, bet labiau patinka dangus – toks susimaišęs, spalvotas, lyg vakarėja</i> “. Grožėjimasis gamta, esamu metų laiku, spalvų pajutimas liudija apie kūrybišką informacijos priėmimą, savęs ir aplinkos stebėjimą.

6 lentelė. Tyrimo dalyvės T2 laisvos kūrybos darbai



T2 tyrimo dalyvės ETC elementų vertinimas laisvos kūrybos darbuose (žr. 5 priedą) atskleidžia, kad T2 dalyvės vizualinė raiška bei informacijos priėmimo funkcija dominuoja ETC modelio suvokimo-jausmų lygmenyje. Pirmame laisvame piešinyje taip pat daug kinestetikos elementų, energingo keverzavimo, spalvų maišymo, 2 ir 3 piešiniuose atsikartoja formos, o 4 darbas pasižymi daugiasluoksniškumu. Visuose darbuose dominuoja viena pasirinkta priemonė: markeriai (1 pieš.), kreidelės (2 pieš.), guašas (3 pieš.) ir tekstilė (4 kūrinys). Stebimas kūrybinio lygmens augimas, ypač paskutiniajame darbe, kurio daug elementų pateko į kūrybinio pokyčio erdvę: dominuoja kūrybiškas priemonių pasirinkimas, formų įvairovė, jų persidengimas. Tekstilės panaudojimo dėka buvo įtraukti tiek kinestetiniai, tiek sensoriniai pojūčiai, padėję sukurti asmeninę prasmę („Skirta dailės terapijai atminti“) – tad pasiektas kūrybiškumas ir kognityviniame - simboliniame lygmenyje.

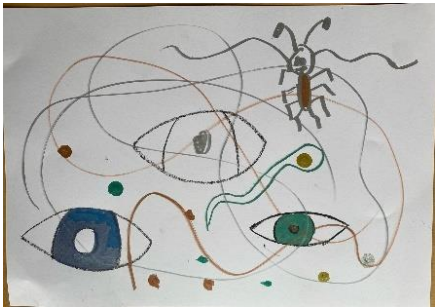


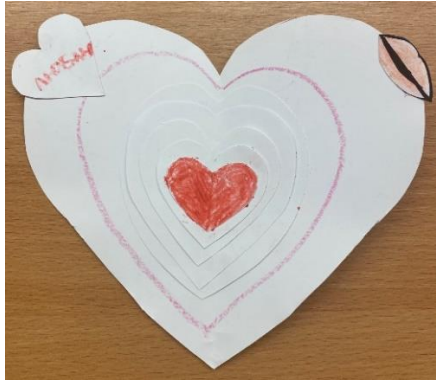
Atskirų kūrinių analizė (žr. apibendrinančią 7 lentelę) atskleidžia tyrimo dalyvės polinkį ir drąsą išbandyti kas kartą vis kitas kūrybos priemones, lapo dydžius. 3 ir 4 kūriniai suteikiama asmeninė, simbolinė prasmė. Tekstilės panaudojimas paskutiniame darbe bei trimatės erdvės

sukūrimas atskleidžia poreikį estetiniam išoriniam pasitenkinimui (sluoksniuojamos medžiagos, siekiant vizualaus efekto) bei vidiniam emociniam turiniui (nuotraukoje nematyti, tačiau prilipdytos džinsų kišenės viduje slepiasi daug skirtingų spalvų ir formų tekstilės atraižėlių – „*Kaip ir dailės terapija buvo įvairi ir įdomi.*“). Šis kūrinys įvairialypis ir daugiasluoksnius tiek vizualine, tiek simboline prasme, sukurtas dailės terapijos procesui atminti, neginčijamai liudija apie tyrimo dalyvės pažadintą kūrybiškumą bei simbolinį mąstymą.

7 lentelė. Tyrimo dalyvės T2 laisvos kūrybos darbų analizė ir palyginimas pagal ETC metodiką (adaptuota pg. Hinz, 2020)

Vertinamas elementas	1-3 kūriniai (1-2 užsiėmimai)	4 kūrinys (10 užsiėmimas)
Pasirinktos kūrybos priemonės: teikiama pirmenybė, naujovių išbandymas	Piešiniuose dominuoja po vieną pasirinktą priemonę, palaipsniui mažėjant priemonės kietumui ir pasipriešinimui: markeriai (1 pieš., A3), aliejinės kreidelės (2 pieš., A6), guašas (3 pieš., A4). Išlaikoma horizontali orientacija, bet eksperimentuojama su lapo forma.	Kūrybiškai panaudotos tekstilės atraižos, pasitelkiant A4 lapą kūrinio pagrindui, žirkles, klijus. Išlaikoma horizontali lapo orientacija.
Sąveika su priemonėmis: santykis su ribomis, frustracijos toleravimas, įsitraukimo lygis	Išbandomos lapo ribos, pasitelkiant skirtingo dydžio formatus, kas kartą pasirenkama nauja priemonė liudija apie T2 dalyvės įvairiapusiškumą, polinkį į naujovių išbandymą. Vidutinis įsitraukimas į procesą.	Tekstilės atraižos buvo kruopščiai atrenkamos, siekiant estetinio vaizdo ir pasitenkinimo, derinamos tarpusavyje, sluoksniuojamos. Didelis kinestetinis, sensorinis, emocinis ir kognityvinis įsitraukimas į procesą.
Formalieji kūrinio elementai: linijų ir formų kokybė, erdvės užpildymas, spalvos	Erdvės užpildymas varijuoja nuo 75 iki 100 proc. Stebima spalvų ir linijų ryškumo, storio, krypties įvairovė nr.1 piešinyje. Formos atsikartoja 2-3 piešiniuose, tačiau pasirinktos skirtingos priemonės, spalvos ir lapo dydis kuria skirtingą emocinį atsaką.	Užpildyta iki 75 proc. lapo erdvės, varijuoja skirtingos formos, jų persidengimas. Formoms suteikta simbolinė prasmė (širdelės). Panaudojus džinsų kišenę, sukurta trimatė erdvė – į kišenę pridėta daug skirtingų formų ir spalvų tekstilės atraižėlių.
Verbalinė komunikacija: kalbos greitis, garsumas, logika, refleksija apie kūrinį	Kalba sklandi, lėtoka, refleksija trumpa. Apie 2 piešinį: „ <i>Šiaip, gražu. Man patinka kalnai.</i> “, pasakojant apie 3 piešinį juntamas daug didesnis emocinis atsakas ir įsitraukimas, kurį galimai sužadino dažų pasitelkimas kūrybai: „ <i>Čia norėčiau dabar būti – tai rami, graži vieta.</i> “	Kūrinys vadinasi „ <i>Skirta dailės terapijai atminti</i> “. Apie jį pasakoja šypsodamasi, šiltu tonu: „ <i>norėjau į kišenę [kūrinio] įsidėti kuo daugiau ir kuo įvairesnių medžiagos gabalėlių.</i> <...> <i>Kaip ir dailės terapija buvo įvairi ir įdomi</i> “. Šį darbą T2 dalyvė kūrė paskutinį užsiėmimą, su intencija parsinešti jį namo, nes visus kitus kūrinius atsisakė pasiimti, sakydama „ <i>man užteks šito prisiminimui</i> “.

8 lentelė. Tyrimo dalyvės T3 laisvos kūrybos darbai

1 užsiėmimas			
 <p>1. Be pavadinimo</p>	 <p>2. „Mano svajonių namai“</p>		
2 užsiėmimas			
 <p>3. „Mano svajonės“</p>	<th colspan="2" style="text-align: center;">10 užsiėmimas</th>	10 užsiėmimas	
 <p>4. „Dovana mamai“</p>			

T3 tyrimo dalyvės ETC elementų vizualinė raiška laisvos kūrybos darbuose (žr. 5 priedą) pasiskirstė per visus ETC modelio lygius: kinestetinį-sensorinį, suvokimo-emocinį, kognityvinį-simbolinį bei apėmė kūrybinio lygmens pasireiškimą visuose minėtuose lygiuose. Kai per kūrybos procesą, gimusius kūrinius ir refleksiją yra pasiekiami visi ETC modelio informacijos apdorojimo lygiai, išlaisvintas kūrybiškumas sukuria prielaidas žmogaus potencialo realizavimui, savo unikalumo patyrimui, savimonės ugdymui, Aš vaizdo integracijai (Hinz, 2020).

Atskirų kūrinių analizė (žr. apibendrinančią 9 lentelę) patvirtina tyrimo dalyvės įvairiapusiškumą, lankstumą ir polinkį eksperimentuoti. T3 dalyvė savarankiškai, laisvos kūrybos metu rinkosi išbandyti naujas technikas, taip atskleidama savo kūrybiškumą bei gebėjimą išreikšti savo mintis, poreikius, svajones vizualiniu būdu. Būtent kūriniuose, o ne verbalinėje refleksijoje, galima stebėti T3 dalyvės drąsią saviraišką. Pvz., 2-3 kūriniuose „Mano svajonių namai“ ir „Mano svajonės“ daug dėmesio skiriama intuityviam problemos (šiuo metu šeimoje egzistuojančio nepritekliaus) sprendimui – namai vaizduojami kaip rūmai, kairėje stipriai užtušuotas (taip pabrėžiant jo svarbą) yra „mano autoparkingas“, dešinėje parduotuvė – nenuspalvinta, bet su užrašu „Viskas nemokamai“. Svajonių koliaže vaizduojamas maistas su priedais „Visada noriu valgyti ką noriu“ išreiškia ne tik bazinį poreikį pavalyti bet ir norą turėti galimybę pasirinkti, kaip ir nuosava sala – ne tik turto simbolis, bet ir autonomijos, savarankiškumo poreikis, būdingas beprasidedančiam paauglystės laikotarpiui.

9 lentelė. Tyrimo dalyvės s T3 laisvos kūrybos darbų analizė ir palyginimas pagal ETC metodiką (adaptuota pg. Hinz, 2020)

Vertinamas elementas	1-3 kūriniai (1-2 užsiėmimai)	4 kūrinys (10 užsiėmimas)
Pasirinktos kūrybos priemonės: teikiama pirmenybė, naujovių išbandymas	Pirmenybė teikiama sausoms priemonėms – markeriams, kreidelėms, koliažo technikai. Tik žalia širdelė su spinduliais (2 pieš.) buvo nutapyta dažais – pasitelkta priemonė pabrėžia emocinę šio simbolio reikšmę. 1-2 pieš. buvusi horizontali lapo orientacija (A4), 3 darbe, kuriant svajonių koliažą, pakinta į vertikalią, perspektyvą pabrėžiančią orientaciją bei didesnį lapo formatą A3.	Paskutinį laisvos kūrybos užsiėmimą T3 tyrimo dalyvė savarankiškai sugalvojo ir išbandė dar vieną, iki tol DT užsiėmimuose nenaudotą techniką, sluoksniuojant iškirptas figūras vieną ant kitos ir tokiu būdu sukuriant trimatę erdvę. Tam pasitelktas popierius, kreidelės, žirklys, klėjai. Pats kūrinys yra kaip centrinė figūra.
Sąveika su priemonėmis: santykis su ribomis, frustracijos toleravimas, įsitraukimo lygis	Kūrybos procese stipriai reiškiasi kinestetika: kreidelės stipriai spaudžiamos, trinamos, taškuojama (1-2 pieš.); kuriant koliažą, aktyviai vartomi žurnalai, renkamos nuotraukos, kerpama, dėliojama, klijuojama – tai ir kognityvinis planavimas. Didelis įsitraukimo lygis visų kūrinių metu.	Neapsiribojama įprastomis lapo ribomis, jos keičiamos, kūrybiškai pritaikomos pagal kūriniui suteiktą simbolinę prasmę, kurią norima vizualiai išreikšti ir sustiprinti. Didelis įsitraukimas į procesą.
Formalieji kūrinio elementai: linijų ir formų kokybė, erdvės užpildymas, spalvos	Piešiniuose varijuoja skirtingos formos, figūros, linijos ir spalvos, 75-100 proc. užpildoma erdvė. Figūros persidengia, dominuoja kontūras; kai kurios figūros užspalvintos. Kontūro linija vientisa, ryški.	Iškirptos ir viena ant kitos užklijuotos 7-ios skirtingų dydžių širdies formos bei 1-a lūpų forma. Centrinė širdies figūra akcentuota ją nuspalvinus, ant šoninės yra užrašas „meilė“. Dar viena širdis išryškinta spalvotu kontūru – linija ryški, vientisa. Spalvų mažai, tačiau jos panaudotos prasmingai, pasirinkus simbolinę rožinės ir raudonos spalvų reikšmę (meilės išraiška).
Verbalinė komunikacija: kalbos greitis, garsumas, logika, refleksija apie kūrinį	Kalba mažai, tyliai, nedrąsiai, tik atsakydama į konkrečius klausimus. Refleksijos metu daugiausia atkartoja tai, ką nupiešė ir užrašė kūriniuose. Užrašai darbuose šneka apie finansinės gerovės, pasirinkimo, autonomijos poreikius. Apie svarbius emocinius poreikius (meilės, rūpesčio, švelnumo) liudija išskirtinė, dažais tapyta širdelė, didelė spalvota smėlio dėžė „ <i>mano gyvūneliams: žiurkėnams, kačiukams ir tigriukams</i> “ (2 pieš.) ir koliaže išreikšta svajonė „ <i>Aš noriu turėti daug vaikų</i> “ bei refleksijos metu paaiškinta priežastis: „ <i>nes noriu kažkuo rūpintis</i> “.	Kalba daug drąsesnė, garsesnis tonas, balse daugiau pasitikėjimo savimi, kalbėdama šypsosi. Refleksija trumpa, bet konkreti ir logiška. Kūrinys kurtas su intencija dovanoti mamai, tad pagrindinis tikslas buvo, pasitelkus vizualinę raišką, atskleisti savo meilę: „ <i>Noriu padovanoti savo mamai ir parodyti kaip ją myliu</i> “. Atrodo, kad pirmuose laisvos kūrybos darbuose labiau netiesiogiai išreikštas meilės poreikis, šiame kūrinyje tampa atvira savo pačios jausmų išraiška. Šiuo atveju kūryba įgalina ne tik aiškiau suvokti meilės poreikį, bet ir aktyviai parodyti savo jausmus.

T3 tyrimo dalyvės gebėjimas ankstyvame amžiuje pasitelkti visus informacijos apdorojimo lygius pagal ETC modelį (kaip atskleidė vizualinė raiška), leidžia numanyti didelį asmenybės augimo potencialą, vis labiau lavėjant ir kognityviniams gebėjimams bei simboliniam mąstymui. Svarbu yra sudaryti palankias sąlygas šios mergaitės raidai. Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad dailės terapija buvo itin tinkanti intervencija šiai tiriamajai, išlaisvinusi saviraišką per kūrybą, taip pat padėjusi drąsiau ir laisviau plėtotis žodinei refleksijai.

10 lentelė. Tyrimo dalyvės T4 laisvos kūrybos darbai



T4 tyrimo dalyvės ETC elementų vizualinė raiška (žr. 5 priedą) laisvos kūrybos pradiniuose dviejuose piešiniuose dominavo kinestetiniai elementai ir suvokimo-emocijų lygmuo. 3-iaame kūrinyje, taip pat pasitelkus kinestetinį veiksmažodį bei sensorinį atsaką (dirbant su rankų dažais), buvo sužadintas ir aukštesnis kognityvinis-simbolinis lygmuo bei kūrybiškumo pasireiškimas kūrybinio pokyčio erdvėje. Ši tyrimo dalyvė viso dailės terapijos proceso metu demonstravo kaip sensomotorikos įtraukimas padeda skleisti kūrybiškumui. To rezultatai stebime ir paskutiniajame laisvos kūrybos darbe, kurio vertinimas pagal ETC modelį pasiskirstė visuose lygiuose. Pačios sugalvota technika liudija apie tyrimo dalyvės išlaisvintą kūrybiškumą, paauglystės laikotarpiui būdingą dvilypumą, identifikacijos paiešką, simbolių prasmę atradimą bei augančią savimonę.

11 lentelė. Tyrimo dalyvės T4 laisvos kūrybos darbų analizė ir palyginimas pagal ETC metodiką (adaptuota pagal Hinz, 2020)


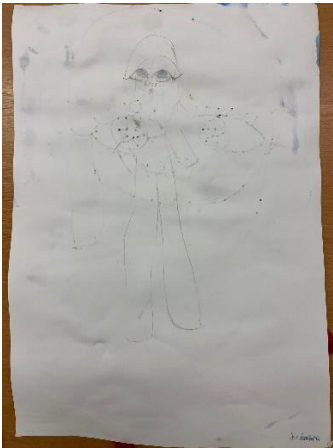


Vertinamas elementas	1-3 kūriniai (1-2 užsiėmimai)	4 kūrinys (10 užsiėmimas)
<p>Pasirinktos kūrybos priemonės: teikiama pirmenybė, naujovių išbandymas</p>	<p>„Nepavykęs“ 1 pieš. pradėtas piešti ant horizontalaus A3 lapo su markeriais. Antram to paties užsiėmimo piešiniui pasitelkta jau vertikali A3 lapo orientacija ir kitos priemonės – aliejinės kreidelės ir ryškūs dažai veido įrėminimui. 3 pieš. pačios atskirptas nestandartinis, beveik kvadrato formos (60x66 cm) lapas, naudojama koliažo technika, rankų dažai, tušinukas užrašams piešinyje.</p>	<p>Vertikalus A4 lapas, pieštukas, popierinė lipni juosta, aliejinės kreidelės. T4 dalyvė pradžioje pieštuku nupiešė veidą, lapą pilnai apklijavo popierine lipnia juosta, kad ant jos galėtų piešti „nuvalomą“ makiažą. Galiausiai pasirinko nenuvalomą priemonę – kreideles, tačiau padalijo veidą į 2 dalis ir skirtingomis spalvomis vaizdavo skirtingus makiažo bandymus.</p>
<p>Sąveika su priemonėmis: santykis su ribomis, frustracijos toleravimas, išitraukimo lygis</p>	<p>Išbandomi skirtingi lapo formatai ir jų orientacija, skirtingos, nestandartinės priemonės, įtraukiančios tiek kinestetiką, tiek sensorinį atsaką, kognityvinį planavimą (žurnale ieškomos, kerpamos, klijuojamos nuotraukos; rankų dažai tepami ant delnų ir daromi atspaudai). Didelis išitraukimas, polinkis eksperimentuoti, ieškoti tinkamos vizualinės išraiškos, pakeliant frustraciją nesėkmės atveju.</p>	<p>Darbu naudoja pačios sugalvotą, netradicinę techniką, eigoje kūrybiškai keičia sumanymą, prisitaiko. Jau anksčiau stebėtas kūrybiškumas ir eksperimentavimas su skirtingomis priemonėmis, kartais sukeldavęs frustraciją, šio darbo kūrimo procese dovanoja pasitenkinimą tiek procesu, tiek galutiniu rezultatu. Tai sąlygoja ir aukštą išitraukimą, identifikaciją su kūriniu, gėrėjimąsi juo ir tuo pačiu savimi.</p>
<p>Formalieji kūrinio elementai: linijų ir formų kokybė, erdvės užpildymas, spalvos</p>	<p>Darbuose dominuoja linijų, spalvų, formų, detalių, naudojamų priemonių įvairovė, kompozicija, erdvės užpildymas ir integracija. Spalvoms, darant delnų atspaudus, suteikiama simbolinė prasmė (dažoma asmeniškai svarbių šalių vėliavų spalvomis), pasitelkiami žodiniai užrašai. Kituose piešiniuose spalvos naudojamos kūrybiškai, nesirenkant standartiškai.</p>	<p>Pradinė kontūro linija ryški ir drąsi. Spalvojimui pasirinktos ryškios, tarpusavyje kontrastuojančios spalvos. Jomis siekiama perteikti skirtingas žmogaus savybes ir emocijas. Spalvų pasirinkimas nestandartinis. Veidą pusiau dalija linija, tačiau abi pusės apjungia nupieštos vientisos detalės - kaklo papuošalai.</p>
<p>Verbalinė komunikacija: kalbos greitis, garsumas, logika, refleksija apie kūrinį</p>	<p>Kalba logiška, greita, tačiau refleksija trumpa. Kūrinių, kurių proceso metu numetė kaip „nepavykusį“, atsineša ir pristato refleksijos metu: „Piešiau mergaitę. <...> <i>Liūdna tokia, čia ašaros. Bet nepavyko, tai užpiaišiau</i>“. Užpiaišymo vietoje matyti pradėta piešti krūtų forma, kontrastuojanti su vaikišku veidu, galbūt tai ir sukėlė sumišimą. Iškart po to sekė suaugusios moters veido piešimas, pasirinktas saugesnis, frustracijos ir sąmyšio nekeliantis moters vaizdavimas iki kaklo. Refleksijos metu identifikuoja save su antruoju kūriniu: „<i>Aš vat norėčiau tokia būti. Tokia dama – stilinga, turtinga. Ji čia atsipalaidavusi, nes atostogauja</i>“.</p>	<p>Refleksijos metu T4 dalyvė šneka greitai, energingai, daug plačiau nei įprastai pasakoja apie kūrinį. Taip apibūdina spalvų prasmę: „<i>Žalia pusė – tokia ramesnė mergina, svajotoja; o raudona – labiau pašėlus, energinga. Ji man labiau patinka, užtai čia nupiešiau širdelę. <...> O čia pakabukas, kokį aš turiu, jis sujungia abi dalis</i>“. Kalboje juntamas pasitenkinimas savo kūriniu bei pasitikėjimas savimi, kuri sužadino kūryba ir bendras žiūrėjimas su grupe, gėrėjimasis savo kūriniu.</p>

Atskirų kūrinių analizė patvirtina tyrimo dalyvės T4 didelį kūrybiškumą, kuris skleidėsi viso dailės terapijos proceso metu. Pasirinktų priemonių ir vizualinės raiškos įvairovė stebina savo turtingumu ir ekspresija, simbolių prasmų kodavimu kūkiniuose, netgi tapatumo paieškomis. Tą patvirtina ir trumpa, bet prasminga refleksija apie kūrinius. Paskutinis laisvos kūrybos darbas, kurio metu tyrimo dalyvė sugalvojo naują techniką, dar kartą atskleidžia dailės terapijos proceso naudą kūrybiškumo skatinimui. Drąsūs T4 dalyvės priemonių ir technikų išbandymai bei identifikacija su savo kūriniais veda prie vidinių atradimų, geresnio savęs pažinimo ir aukštesnės savivokos.

3.2.2 Žmogaus vaizdinio analizė pagal ETC metodiką

Siekiant atskleisti tyrimo dalyvių kūno vaizdo suvokimą dailės terapijos užsiėmimų pradžioje ir pabaigoje, 3-io ir 9-o užsiėmimų metu tiriamųjų buvo paprašyta nupiešti žmogaus pilną figūrą, nenurodant kokias priemones naudoti, tik lapo formatą – A3. Rezultatai pateikiami ir analizuojami remiantis ETC metodika.

12 lentelė. Tyrimo dalyvės T1 žmogaus vaizdinio piešiniai

3 užsiėmimas	
	
1. „Susižavėjusi moteris“	Kitoje lapo pusėje pradėta piešti pilna figūra
9 užsiėmimas	
	
2. „Aš ir kačiukas“	Pradėta eskizuoti moters figūra

13 lentelė. Tyrimo dalyvės T1 žmogaus vaizdinio piešinių analizė ir palyginimas pagal ETC metodiką (adaptuota pagal Hinz, 2020)

Vertinamas elementas	Žmogaus vaizdinys nr. 1 (3 užsiėmimas)	Žmogaus vaizdinys nr. 2 (9 užsiėmimas)
Pasirinktos kūrybos priemonės: teikiama pirmenybė, naujovių išbandymas	Naudojamas nespalvotas pieštukas eskizavimui, markeris kontūrams, guašas spalvinimui, išsiskiria netradicinės priemonės – tekstilės – pasirinkimas, klijai. Vertikalus A3 lapas.	Naudojamas nespalvotas pieštukas eskizavimui, markeris kontūrams, spalvoti pieštukai ir aliejinės kreidelės spalvinimui. Vertikalus A3 lapas.
Sąveika su priemonėmis: santykis su ribomis, frustracijos toleravimas, įsitraukimo lygis	Pradėjusi eskizuoti pilną žmogaus figūrą, nusprendė, kad nesigauna taip, kaip ji nori, tad apvertusi lapą, ėmė kurti žmogaus portretą. Kūrybos procese derino skirtingas priemones. Tekstilės panaudojimas sužadino skirtingus ETC modelio komponentus: į kūrybą įtraukti sensoriniai pojūčiai (kailiuko tekstūros medžiagą glaudžia prie veido, mėgaujasi švelnumo potyriu), taip pat kognityvinis mąstymas planuojant ir įgyvendinant medžiagos panaudojimą (matuoja, kerpa, klijuoja). Didelis įsitraukimas.	Kaip ir pirmą kartą piešiant žmogų, pirmiausia pradėjo eskizą, kurio nebaigė. Eskize jau išryškėja moteriška figūra – matomos krūtys, siauras liemuo ir platesni klubai. Tačiau piešinio nebaigė, vietoje jo pasirinko emociškai saugesnį vaizdavimą, neišryškinant lyties skirtumų. Lyginant su pirmuoju žmogaus piešiniu, šis procesas buvo ramesnis, įsitraukimas taip pat didelis, tačiau mažiau emocionalus, kūrybai pasirinktos sauses, „saugios“ priemonės.
Formalieji kūrinio elementai: linijų ir formų kokybė, erdvės užpildymas, spalvos	Pilnai išnaudota erdvė, medžiagos elementai net peržengia lapo ribas. Išsiskiria ekspresyvūs, įvairių krypčių dažų potėpiai fone, dažais nuspalvotas ir veidas, plaukai, dekoruota tekstilė. Derinamos ryškios šiltos spalvos (geltona, raudona) su šaltomis spalvomis (mėlyna, violetinė). Žmogus vaizduojamas iki pečių, tačiau kūnui (pečiams) atvaizduoti parenkama švelni, malonius pojūčius kelianti medžiaga. Veide išsiskiria stilizuotos, išskirtinės spalvos akys, taip pat yra nosis, ausys ir neįprastos formos lūpos. Būdingas dėmesys detalėms – nupiešti auskarai, kaklo papuošalas, blakstienos.	Adekvatus erdvės išnaudojimas, šį kartą jau vaizduojama pilna žmogaus figūra, esanti centre, įtraukiami papildomi elementai: pagrindo linija, kačiukas, debesys, saulė. Nebeliko intensyvaus fono ir spalvų, tačiau išliko raudonos spalvos (kraujas, gyvybė) pasirinkimas kūno vaizdavimui. Žmogaus figūroje dominuoja gan didelės kojos, o liemuo ir rankos sąlyginai maži. Bandyta atvaizduoti rankų ir kojų pirštus. Veide ryškiausios didelės akys su blakstienomis, taip pat vaizduojama nosis ir burna, neliko ausų vaizdavimo (nors pradėtame eskize yra ir ausys). Figūra pakankamai išbaigta, integruota erdvėje, pasakojama istorija.
Verbalinė komunikacija: kalbos greitis, garsumas, logika, refleksija apie kūrinį	Kalba greitai, noriai pasakoja, kad vaizdavo „išgalvotą, maloniai nustebusių moterį, jos išraiška panaši kaip mano, kai dabar laikiu naujų drabužių“. Netiesioginė identifikacija su kūrinium.	Kūrybos metu jautėsi laisvai: šnekėjo, juokavo, pasakojo ką piešia: „čia aš, o čia – kačiukas, kokį norėčiau turėti, toks švelnus, mielas, <...> man patinka tokios plačios kelnės, stilingi drabužiai“. Tiesioginė identifikacija su kūrinium.

T1 tyrimo dalyvės dailės terapijos užsiėmimų pradžioje ir pabaigoje pieštų žmogaus vaizdinių analizė ir palyginimas atskleidžia pakitusį žmogaus vaizdavimą. Pirmojo kūrinio raiškai būdingą sensorinį ir emocinį atsaką į kūrybos priemones antrajame piešinyje pakeitė daugiau suvokimo ir kognityvinio mąstymo elementų, vaizduojama išbaigta, erdvėje integruota žmogaus figūra. Stilizuotą, labiau animacinį veikėją nei tikrą žmogų primenantį portretą pirmuoju atveju pakeitė natūralistinis žmogaus vaizdavimas, o netiesioginę identifikaciją su kūrinium – tiesioginę (antrajame piešinyje vaizdavo save).

Įdomu tai, kad abiejų užsiėmimų metu T1 dalyvė pradėjo eskizus, kurių nebaigė. Tačiau pirmą kartą frustracija kilo dėl pačio žmogaus figūros vaizdavimo, o antrą kartą – jau dėl norimų atvaizduoti moteriškumo, brandos požymių. Taigi juntamas poslinkis tiek žmogaus kūno vaizdinėje raiškoje, tiek vidiniuose konfliktuose, kurie kelia tiriamajai emocinį sąmyšį.

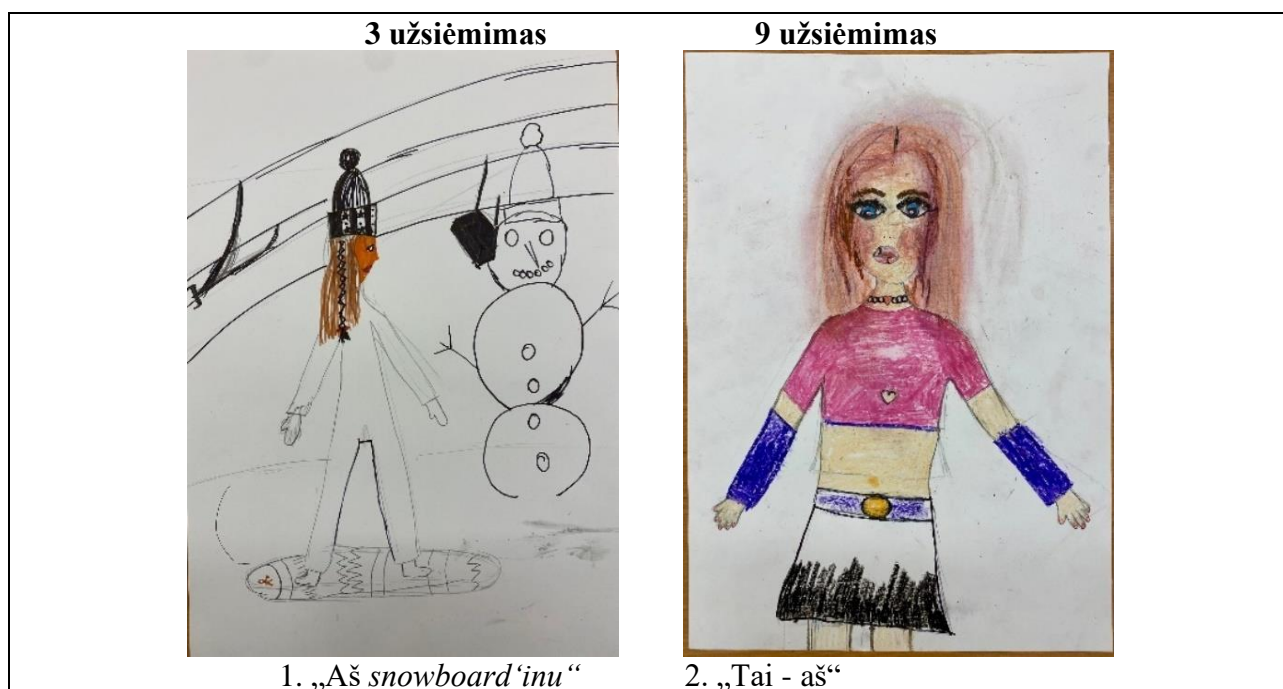
14 lentelė. Tyrimo dalyvės T2 žmogaus vaizdinio piešiniai



Lyginant abu T2 tyrimo dalyvės žmogaus vaizdinius (žr. 15 lentelę), didžiausias matomas pokytis yra tai, kad antrame piešinyje jau pavaizduota visa žmogaus figūra, pačios dalyvės apibūdinta kaip „linksma, įspūdinga, sportiška“. Kuriant pirmąjį žmogaus vaizdinį, dominavo emocinis atsakas, tuo tarpu antrasis kūrinys taip pat sukėlė emocinį pasitenkinimą, tačiau kartu sužadino ir daugiau kognityvinio, įsisąmoninto savo kūno pajautimo ir atvaizdavimo. Interviu metu T2 dalyvė dalinosi apie 2-ąjį piešinį: „Nu va, o čia pavyko nupiešti visą kūną. <...> Nu ir kojos va, ir rankos čia yra pas mane, ir pirštai. Prisimenu kai piešėm, nu net apsičiupinėjau kojas, galvą, rankų pirštus, kaip siūlėt, ir užtai nupiešiau“. T2 dalyvės tiesioginė identifikacija su kūrinium ir nupieštos žmogaus figūros apibūdinimas kaip „įspūdinga, sportiška“ atskleidžia besiformuojantį pozityvų savo kūno vaizdą.

15 lentelė. Tyrimo dalyvės T2 žmogaus vaizdinio piešinių analizė ir palyginimas pagal ETC metodiką (adaptuota pagal Hinz, 2020)

Vertinamas elementas	Žmogaus vaizdinys nr. 1 (3 užsiėmimas)	Žmogaus vaizdinys nr. 2 (9 užsiėmimas)
Pasirinktos kūrybos priemonės: pirmenybė, naujovės	Naudojamas nespalvotas pieštukas eskizavimui, guašas – paprastas ir blizgus, flomasteris, švelnios tekstilės atraižos, klizai. A3 lapas, vertikali orientacija.	Naudojamas nespalvotas pieštukas eskizavimui, flomasteris, aliejinės kreidelės, dominuoja spalvoti pieštukai spalvinimui. A3 lapas, vertikali orientacija.
Sąveika su priemonėmis: santykis su ribomis, frustracijos toleravimas, įsitraukimo lygis	Priemonės kūrybiškai derinamos tarpusavyje: dažai buvo maišomi paletėje, stengiantis išgauti veido odos spalvą, akims ir lūpoms akcentuoti pasitelktas blizgus guašas, plaukai piešti flomasteriu, o kūno daliai (pečiams) atvaizduoti pasirinkta tekstilė. Dažų ir švelnios tekstilės naudojimas sužadino emocinį atsaką – tai atskleidžia ir kūrinio pavadinimas, o pastangos iš tekstilės atraižų (panaudoti 8 gab.) suformuoti taisyklingą, lapo ribų neperžengiančią pečių formą, įtraukė kognityvinį mąstymą ir planavimo įgūdžius, sąlygojo aukštą įsitraukimo lygį.	Kūrybos laikas buvo paskirstytas maždaug vienodomis dalimis veido ir kūno piešimui. Fonas spalvintas proceso pabaigoje, energingais judesiais, sužadinant kinestetiką. Dominuoja spalvotų pieštukų pasirinkimas, tačiau plaukams, akims, lūpoms, veido ir rankų odos spalvai pasirinktos aliejinės kreidelės, lygiau ir ryškiau padengiančios lapo paviršių. Juodas flomasteris pasitelktas pagrindo linijai, kojų, sijono ir akių kontūrai išryškinti. Stebimas didelis įsitraukimas, šį kartą daug didesnis dėmesys detalėms, aktyvūs spalvinimo pieštukais judesiai.
Formalieji kūrinio elementai: linijų ir formų kokybė, erdvės užpildymas, spalvos	T2 dalyvė iš karto atsisakė piešti pilną žmogaus figūrą, nes „nemoka“ ir vaizdavo žmogų iki pečių linijos. Išbaigtos formos, dažų potėpiai įvairiomis kryptimis, sodrios spalvos. Galva ir pečiai užima beveik visą lapo erdvę. Nors trūksta kūno, tačiau atvaizduotame žmogaus portrete yra dauguma elementų – plačios akys ir lūpos (jų svarba pabrėžta kita priemone – blizgiais dažais), nosis, ausys, plaukai, kaklas. Trūksta blakstienų ir antakių.	Pilnai užpildyta erdvė, centre atvaizduota išbaigta žmogaus figūra, yra pagrindo ir horizonto linijos. Naudojama daugiau spalvų, didesnis dėmesys detalėms, ypač drabužiams, atvaizduotos visos kūno dalys, net rankų pirštai. Šį kartą veide yra ir antakiai, bet nesimato ausų. Kūnas vaizduojamas dar neišryškinant lyčių skirtumų.
Verbalinė komunikacija: kalbos greitis, garsumas, logika, refleksija apie kūrinį	Noriai pristato kūrinį, juntamas pasitenkinimas galutiniu rezultatu: „ <i>Iš pradžių planavau piešti draugę, bet paskui supratau, kad čia – aš. Susimąsčiusi, liūdna ir linksma tuo pačiu metu. <...> Man patinka...“ [žiūri į kūrinį ir šypsosi]. Tiesioginė identifikacija su kūrinium.</i>	Refleksija trumpa, tačiau juntamas pasitenkinimas savimi ir savo kūrinium - džiaugėsi, kad pirmą kartą pavyko nupiešti visą žmogaus figūrą taip, kad pačiai patiktų. Apibūdina nupieštą mergaitę: „ <i>linksma, įspūdinga, sportiška</i> “. Piešinyje pavaizdavo save - tiesioginė identifikacija su kūrinium. Net kūrinio pavadinimas – „ <i>Aš</i> “.



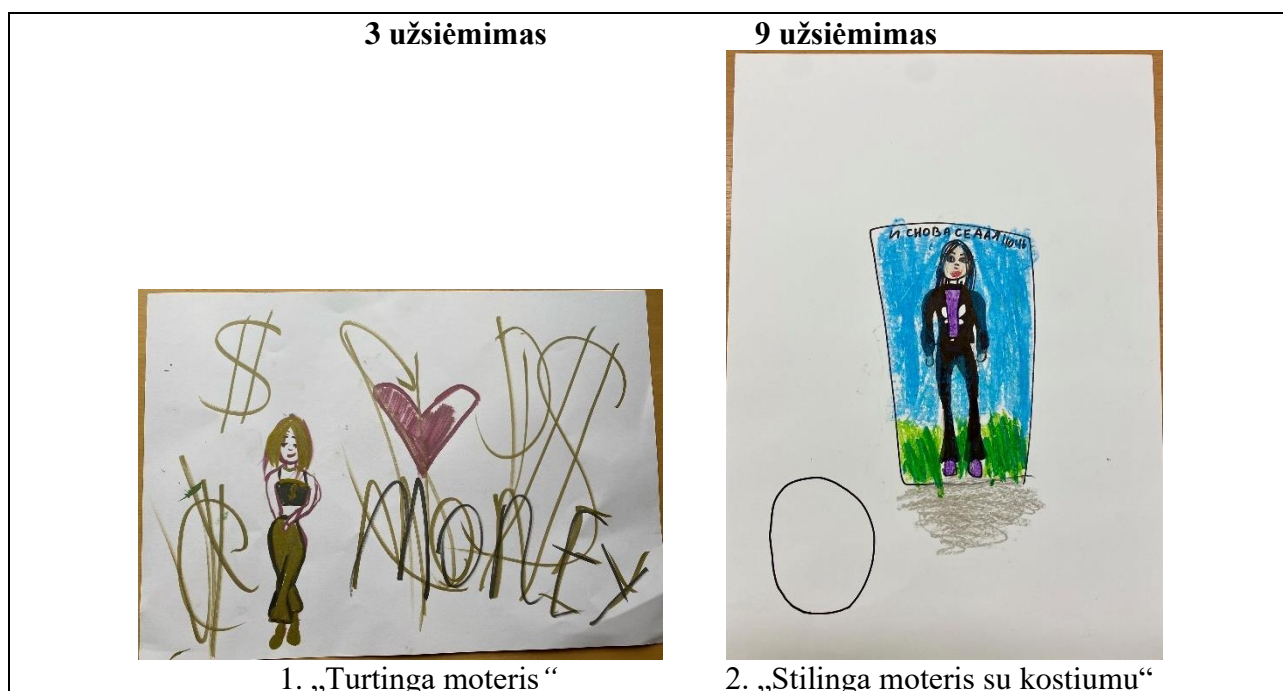
Žvelgiant į T3 tyrimo dalyvės žmogaus vaizdinio piešinius, matomas didelis kūrybinės raiškos skirtumas tarp pirmojo ir antrojo žmogaus piešinių. Pirmajame atvaizduota visa žmogaus figūra, tačiau nuspalvota tik galvos zona, o kūnas nupieštas kaip nespalvotas kontūras, tarsi būtų dar nepažinta teritorija - „terra incognita“. Tuo tarpu antrajame piešinyje, nors visa figūra ir netelpa į popieriaus lapo ribas, matomas daug išraiškingesnis žmogaus vaizdinys, sukurtas panaudojant daug skirtingų spalvų ir detalių.

Visgi didžiausias skirtumas atsiskleidžia vertinant ne tik galutinį kūrybos rezultatą, bet ir patį procesą bei tyrimo dalyvės pasitenkinimą tiek procesu, tiek rezultatu. Pirmąjį kartą nupiešusi paskubomis, lyg nenoromis, antrąjį kartą skyrė gerokai daugiau laiko ir pastangų žmogaus piešiniui. Kurdama antrąjį piešinį ir be galo stipriai spausdama kreideles, trindama lapą kempinėle, tyrimo dalyvė T3 įtraukė daug kūno veiksmo ir per tai išveikė daug energijos ir kūrybos procese kylančios frustracijos. Dirbo tol, kol buvo patenkinta galutiniu rezultatu ir jautėsi nurimusi, galėjo reflektuoti apie kūrinį. Taigi kūrybos metu buvo stipriai išreikštas kinestetinis – sensorinis lygmuo, padėjęs išveikti kylančią frustraciją, neigiamas emocijas ir sužadinęs teigiamą emocinį bei kognityvinį atsaką.

Kuriant antrąjį piešinį, maždaug 2/3 laiko ir pastangų buvo įdėta piešiant veidą, plaukus, lyg likęs kūnas būtų mažiau svarbus, tačiau lyginant su pirmuoju piešiniu, vis tiek juntamas didelis poslinkis vaizdinės raiškos bei įdėtų pastangų atžvilgiu vaizduojant žmogaus kūną. Taip pat demonstruojamas pasitenkinimas savo kūriniumi bei tiesioginė identifikacija su juo leidžia numanyti pozityvesnį požiūrį į savo kūną, fizinių pokyčių priėmimą bei vykstančią kūno vaizdo integraciją.

17 lentelė. Tyrimo dalyvės T3 žmogaus vaizdinio piešinių analizė ir palyginimas pagal ETC metodiką (adaptuota pagal Hinz, 2020)

Vertinamas elementas	Žmogaus vaizdinys nr. 1 (3 užsiėmimas)	Žmogaus vaizdinys nr. 2 (9 užsiėmimas)
Pasirinktos kūrybos priemonės: pirmenybė, naujovės	Naudojamas nespalvotas pieštukas, plonas juodas markeris, flomasteriai, A3 lapas, vertikali orientacija.	Naudojamas nespalvotas pieštukas eskizavimui, aliejinės kreidelės, kempinėle trynimui. A3 lapas, vertikali orientacija.
Sąveika su priemonėmis: santykis su ribomis, frustracijos toleravimas, įsitraukimo lygis	Atlieka užduotį, bet piešia greitai, vidutiniškai įsitraukusi į kūrybinį procesą, kalbėdamasi ir juokaudama. Kažką pieštuku nupiešusi figūros tarpkojo vietoje, ėmė juoktis ir trinti trintuku, tuomet vidinę kojų pusę apvedžiojo markeriu. Greitai baigia žmogaus piešinį (po 15 min.) ir su daug didesniu įsitraukimu pradeda naują – laisva tema.	Itin didelis įsitraukimas į procesą (trukmė virš 1 val.), maždaug 2/3 kūrybos laiko skiria veido piešimui ir 1/3 – kūnui. Daug laiko eskizuoja pieštuku, trina, vėl piešia, dailina. Pradėjus spalvoti, kreidelės stipriai spaudžiamos (net lūžta), piešinyje trinamos kempinėle, norint išgauti tinkamą spalvą ir tekstūrą. Sužadinta sensomotorika.
Formalieji kūrinio elementai: linijų ir formų kokybė, erdvės užpildymas, spalvos	Vaizduojama visa žmogaus figūra iš priekio, tačiau veidas – profiliu. Veidas ir plaukai spalvoti, skiriamas dėmesys kepurės, plaukų detalėms, tačiau likęs kūnas ir akys nenuspalvinti, galvą kerta juodos horizontalios linijos („ <i>keltuvo laidai</i> “). Centrinė žmogaus figūra konkuruoja su panašaus dydžio besmegeniu, kuris apibūdinamas kaip „ <i>linksmas</i> “, tačiau man kelia agresyvaus įspūdį. Žmogaus figūra stovi ant nestabilaus pagrindo – snieglentės, kuri papuošta dar vienu spalvotu elementu – žmogiuku „iš pagaliukų“. Pagrindinė figūra turi kaklą, rankas, kojas, pėdas, T3 bandė piešti rankų pirštus, bet nusprendusi, kad „ <i>nemoka</i> “, pavaizdavo kumštines pirštines. Linija pakankamai vientisa, ryški, vietomis būdingas detalių užtušavimas.	Šį kartą veidas vaizduojamas iš priekio, bet figūra netelpa į lapą, žmogus vaizduojamas maždaug iki kelių. Daug dėmesio skirta spalvų derinimui ir detalėms: akyse net sukurti šviesos atspindžiai, lūpose įverti 2 žiedai („ <i>piercing ‘as’</i> “), vaizduojama nosis, rausvi skruostai, blakstienos ir antakiai, kaklo papuošalas, ir net nulakuoti rankų pirštų nagai. Nuspalvota veido ir kūno (rankų, kojų, pilvo) oda, vaizduojami kūną apnuoginantys drabužiai, tačiau figūroje dar neišryškėja lyčių skirtumai.
Verbalinė komunikacija: kalbos greitis, garsumas, logika, refleksija apie kūrinį	Refleksijos metu daugiausia kalba ne apie atvaizduotą figūrą, bet pasakoja apie pavaizduotą situaciją, kai slidinėjo su snieglente. Tiesiogiai identifikuoja save su piešiniu.	Juntamas didelis pasitenkinimas savo kūriniumi ir tuo pačiu savimi, vyksta tiesioginė identifikacija su piešiniu, taip apibūdina pavaizduotą žmogų: „ <i>Ji graži, linksma, sportiška. Tai – aš</i> “.



Tyrimo dalyvei T4 žmogaus figūros piešinys dailės terapijos procese vis kėlė frustraciją, dvilypius, nepažinumo jausmus. Daug laisviau tyrimo dalyvė jautėsi kurdamai laisvai, be užduotos temos, tai atsispindėjo ir kūrybiškesne vaizdine raiška. Tačiau ir kurdamai laisvai, T4 dalyvė buvo linkusi vaizduoti žmogų, bet piešti moteriškus portretus, nevaizduojant kūno.

Analizuojant žmogaus vaizdinio piešinius matoma pakitusi lapo orientacija iš horizontalios į vertikalią bei erdvės užpildymas. Nors antrajame piešinyje užpildyta mažiau erdvės, tačiau ji labiau struktūruota, žmogus vaizduojamas kaip centrinė figūra. Žmogaus figūros įrėminimas ir atskyrimas nuo likusios lapo erdvės galimai atskleidžia ribotą išorinio pasaulio pažinimą, nesaugumą ar polinkį atsiriboti. Tačiau gali liudyti ir norą save išskirti, sureikšminti (Klepsch & Logie, 2014). Antrojo žmogaus piešinio metu stebėtas daug didesnis įsitraukimas į procesą ir pastangos atvaizduoti žmogaus figūrą. Sumišimą sukėlė proceso eigoje atsikleidęs figūros dvilypumas – panašumas tiek į moterį, tiek į vyrą. Norėjusi mesti piešinį, T4 dalyvė visgi įveikė frustraciją ir jį užbaigė, atvaizduodama „sportišką moterį su stilingu kostiumu“. Šis kūrybos procesas padėjo tiriamajai prisiliesti prie lyčių skirtumų, kai ne tik veidas ir plaukai, bet ir kintančios kūno formos vis labiau pabrėžia mergaičių ir berniukų skirtumus. Šis tyrinėjimas, pasitelkiant kūrybą, bei visas dailės terapijos procesas turėjo įtakos pakitusiam žmogaus vaizdavimui: sukryžiuotomis rankomis ir kojomis, lyg besidrovinčią žmogaus figūrą 1-ame piešinyje pakeitė centre vaizduojama, atvira, tiesia poza stovinti figūra 2-ame piešinyje. Taip pat susietai ir logiškai vaizduojamos visos kūno dalys. Juntamas poslinkis kūrybinėje raiškoje galimai liudija ir kintantį, labiau integruotą ir įsisąmoninamą savo kūno vaizdą.

19 lentelė. Tyrimo dalyvės T4 žmogaus vaizdinio piešinių analizė ir palyginimas pagal ETC metodiką (adaptuota pagal Hinz, 2020)

Vertinamas elementas	Žmogaus vaizdinys nr. 1 (3 užsiėmimas)	Žmogaus vaizdinys nr. 2 (9 užsiėmimas)
Pasirinktos kūrybos priemonės: pirmenybė, naujovės	Naudojamas auksinės, juodos ir vyšninės spalvos markeriai, A3 lapas, horizontali orientacija.	Naudojamas nespalvotas pieštukas eskizavimui, aliejinės kreidelės ir juodas flomasteris. A3 lapas, pakitusi lapo orientacija - vertikali.
Sąveika su priemonėmis: santykis su ribomis, frustracijos toleravimas, įsitraukimo lygis	Piešia iš karto spalvotais markeriais, neeskizuodama pieštuku. Auksinę spalvą ir užrašus naudoja kaip simbolius pabrėžti turtingumui, finansinei gerovei. Labiau mėgaujasi užrašų ir turto simbolių (dolerio ženkle) piešimu. Vidutinis įsitraukimas.	Piešia tylomis, susikaupusi, pradžioje eskizuoja pieštuku, tuomet apvedžioja ir spalvoja žmogaus figūrą juodu flomasteriu. Užbaigusi figūrą, tuo pačiu flomasteriu apibrėžia aplink ją juodą rėmą ir tuomet pakeičia priemonę – ima spalvoti foną rėmo viduje bei žmogaus veidą, aprangos detales. Spalvoja energingai, bet skubotai, kreidelių potėpiai daugelyje vietų „užlipa“ ant žmogaus figūros. Pradžioje proceso buvo justi didelis įsitraukimas, vėliau kilo frustracija dėl vaizdinio dvilypumo, suabejojo, kieno figūrą nupiešė – moters ar vyro. Nusprendė užbaigti piešinį, tačiau toliau procese jautėsi šioks toks atsainumas ir skubėjimas.
Formalieji kūrinio elementai: linijų ir formų kokybė, erdvės užpildymas, spalvos	Užpildyta visa lapo erdvė, tačiau gana padrika erdvės integracija, žmogaus figūra nėra centre, ją nustelbia užrašai ir centre esantis, nebaigtos spalvoti širdies simbolis. Linija, naudojama užrašams, yra vientisa, ryški, tačiau piešiant žmogų tampa labiau trūkinėjanti, neužtikrinta. Žmogus vaizduojamas iš priekio, sukryžiuotomis kojomis, viena ranka paslėpta už nugaros, akys užmerktos, o veidą dalinai slepia plaukai. Primena susidrovėjusį žmogų.	Užpildyta mažiau nei pusė lapo erdvės. Nupiešta žmogaus figūra yra papildomai lape įrėminta į nedidelę erdvę – tarsi atskirtas jos ir išorinis pasaulis. Vidinė rėmo dalis nuspalvinta, tačiau po žmogaus kojomis nupieštas pilkas kelias, peržengiantis rėmelio ribas ir tarsi atveriantis žmogui platesnes galimybes. Virš žmogaus užrašyta eilutė iš dainos, kurianti „ <i>nostalgišką, senų laikų nuotaiką</i> “. Žmogus nupieštas iš priekio, atviru veidu, atmerktomis akimis, tiesiomis rankomis ir kojomis, vaizduojamos akys, antakiai, nosis, lūpos, kaklas, pėdos, plaštakos, tik trūksta rankų pirštų. Baigusi piešti žmogaus figūrą, sugalvojo piešti veidą, pradėjo jį tame pačiame lape, tačiau nupiešė tik ovalą (matoma forma kairėje) ir nusprendė pasiimti kitą lapą.
Verbalinė komunikacija: kalbos greitis, garsumas, logika, refleksija apie kūrinį	Kalba energingai, logiškai, noriai pasakoja apie piešinį: „ <i>čia – turtinga moteris, su suknele <...> kai užaugsiu aš tokia norėsiu būti</i> “. Jaučiamas pasitenkinimas savo piešiniu, netiesioginė identifikacija.	Piešinys procese kėlė dvilypius jausmus, sumišimą, kieno figūrą nupiešė – moters ar vyro. Bandydama išveikti frustraciją, dirbo garsiai komentuodama procesą „ <i>nu ir tegu bus vyras, <...> nu ne, čia tokia raumeninga moteris</i> “, galiausiai užbaigė piešinį ir apibūdino nupieštą figūrą: „ <i>sportiška, stipri, „krūta“ [„kieta“] tokia</i> “. Interviu metu pastebėjo, kad nupiešti „ <i>plaukai kaip mano</i> “ - identifikacija su piešiniu.

REZULTATŲ APTARIMAS

Rezultatų aptarimas teorinių modelių kontekste

Tyrimo rezultatai patvirtino 11-uosius gyvenimo metus esant vaikystės ir paauglystės sandūrai. Tyrimo dalyvių kūriniuose ir refleksijoje iškyla lyčių skirtumų aspektai, bundantis susidomėjimas savo seksualumu, o tai, remiantis S. Freudo psichoseksualinės raidos modeliu, patvirtina latentinės stadijos pabaigą ir genitalinės stadijos pradžia. Proceso pabaigoje piešiant žmogaus vaizdinį, nei viena tyrimo dalyvė nebepatyrė frustracijos vaizduoti pilną žmogaus figūrą, tačiau dviem iš jų iškilo nauji uždaviniai ir vidiniai konfliktai, susiję su lyčių kūniškumo skirtumais: vienai tyrimo dalyvei vidinį sąmyšį kėlė noras vaizduoti krūtis, kitai nepasitenkinimą kėlė figūros panašumas tiek į moterį, tiek į vyrą. Tai liudija augantį fizinių skirtumų tarp lyčių suvokimą ir vykstančią adaptaciją prie savo kūno pokyčių. Piešdamos žmogų, visos tyrimo dalyvės rinkosi vaizduoti moterišką lytį, o proceso pabaigoje trys iš keturių dalyvių įvardino, kad nupiešė save, taigi dailės terapijos procese vyko tapatinimasis su savo kūriniu ir savo kūno vaizdavimas.

Kūrinių ir teminės analizės rezultatai atskleidė ne tik seksualinio identiteto apraiškas, kurios būdingos vykstant fiziniams kūno pokyčiams ir brendimui, bet ir prasidėjusias bendresnio, visa apimančio tapatumo paieškas, susirūpinimą dėl ateities, tyrimo dalyvių mintis apie tai, kokios ir kuo jos nori būti užaugusios. O savojo tapatumo paieškos, remiantis E. Eriksono psichosocialinės raidos modeliu, ir yra pagrindinis paauglystės uždavinys. Tyrimo rezultatai patvirtino ir vykstančią kognityvinę raidą, kuomet, remiantis J. Piaget kognityvine teorija, paauglystėje prasideda formaliųjų operacijų stadija, įgalinanti abstraktųjį mąstymą. Dailės terapijos procesas stimuliuo tyrimo dalyvių kognityvinį bei abstraktųjį mąstymą, padėjo tyrinėti, pažinti, išreikšti save visų pirma per vizualinę raišką, o refleksija apie kūrinius lavino ir verbalinį minčių dėstymą, identifikaciją su kūriniu, savęs pažinimą ir įsisąmoninimą.

Laisvos kūrybos darbų vizualinės raiškos analizė atskleidė tyrimo dalyvių integruojančio kūrybiškumo apraiškas visuose ETC teorinio modelio lygiuose - kūrybinio pokyčio erdvėje, kur skirtingi kiekvieno lygmens komponentai įtraukiami ir sąveikauja taip, kad skatintų asmens kūrybiškumą ir jo raidą. Vizualinėje tyrimo dalyvių raiškoje dominavo jų amžiui būdingas informacijos priėmimas ir apdorojimas ETC modelio suvokimo – emociniame lygmenyje, tačiau kūrybinė veikla suaktyvino ir aukštesnio lygmens kognityvinį komponentą, stebėta ir simbolinio mąstymo apraiškų, kuris atsiranda vystantis abstrakčiajam mąstymui. Lyginant pirmųjų dviejų užsiėmimų ir paskutiniojo užsiėmimo laisvos kūrybos tiriamųjų darbus, stebimas didesnis kūrybiškumo pasireiškimas, polinkis eksperimentuoti su priemonėmis, ieškoti naujų technikų ir saviraiškos būdų.

Rezultatų aptarimas atliktų mokslinių tyrimų kontekste

Šio tyrimo rezultatai patvirtina A. Bagdono ir I. Padaruskaitės (2012) tyrime apie kūno vaizdo ir patyčių sąsajas suformuluotą mintį, kad paauglystė yra kritinis ir pažeidžiamas laikotarpis formuojantis kūno vaizdui. Taip pat paremia S. Derkintienės (2011) ir W. Park (2020) tyrimuose nagrinėta kūno vaizdo ir savivertės sąsaja. Tai patvirtina tyrimo dalyvių fokus grupės diskusijos teminė analizė, atskleidusi itin išaugusį tyrimo dalyvių dėmesį savo išvaizdai bei pakitusį požiūrį į save ir bendraamžius. Naujai atsiradęs savęs lyginimas su kitais didina tyrimo dalyvių nepasitikėjimą savimi, tuo tarpu išvaizdai suteikiama hiperbolizuota reikšmė lemia tai, kad pasitenkinimas savo išvaizda tampa esmine aukštesnės savivertės ir pasitikėjimo savimi sąlyga.

Naujas, šio tyrimo metu atsiskleidęs aspektas yra išskirtinis tyrimo dalyvių dėmesys žmogaus veido vaizdavimui. Fokus grupės diskusijos teminės analizės rezultatai atskleidė fragmentuotą dalyvių kūno vaizdo suvokimą proceso pradžioje, kuomet didžiausia svarba suvokiant kūno vaizdą, buvo teikiama būtent veidui. Ši tendencija stebėta ir viso dailės proceso metu. Tiek laisvos kūrybos, tiek teminių užsiėmimų metu, visos tyrimo dalyvės itin daug dėmesio skyrė žmogaus veido vizualinei raiškai. Veido piešimas buvo dažnas pasirinkimas laisvos kūrybos metu, o jo dailinimas užėmė didžiąją laiko dalį visuose užsiėmimuose, kuriuose buvo vaizduojamas žmogaus kūnas: tyrimo dalyvės daug pastangų skyrė veido piešimui, ypač akių, plaukų, lūpų, odos spalvos raiškai. Piešiant žmogaus vaizdinį dailės terapijos užsiėmimų pradžioje, dvi dalyvės atsisakė vaizduoti pilną figūrą ir rinkosi portreto kūrimą, pagrindinį dėmesį taip pat skirdamos žmogaus veido piešimui. Visgi tikėtina, kad dailės terapijos proceso metu vyko viso kūno suvokimo integracija, tą liudija proceso pabaigos žmogaus piešiniai, kuriuose visos tyrimo dalyvės pasirinko vaizduoti pilną žmogaus figūrą. Šie rezultatai pritaria J. Rierdan ir E. Koff (1980) tyrimo minčiam, kad brendimo metu vykstantys kūno pokyčiai yra integruojami į kūno vaizdo suvokimą ir atsiskleidžia žmogaus figūros piešinyje.

Rezultatų aptarimas vertinant grupinės dailės terapijos poveikį

Šio tyrimo proceso stebėjimas ir gauti rezultatai pritaria daugumai skirtingų dailės terapijos autorių išsakytų minčių. Visų pirma, užsiėmimuose atsiskleidęs intensyvus tyrimo dalyvių įsitraukimas į kūrybinį procesą patvirtino vienos iš dailės terapijos pradininkių E. Kramer mintį apie paties kūrybinio proceso terapinę galią. Dailės terapija pasirodė itin tinkamas būdas 11 m. amžiaus mergaitėms saugiai tyrinėti ir pažinti save per kūrybą, kol dar refleksijos galimybės ir abstraktus mąstymas yra santykinai riboti.

Individualių interviu teminės analizės rezultatai atskleidė ir skirtingų autorių (Briks, 2007; Malchiodi, 1999, 2012; Riley, 1994, 2001) minimą, paauglystės laikotarpiui būdingų poreikių patenkinimą per laisvos kūrybos procesą. Galimybė savarankiškai pasirinkti tiek norimus raiškos būdus, tiek aktualias vaizduojamas temas, padėjo tyrimo dalyvėms išgyventi saviraiškos, laisvės ir

autonomijos pojūčius, saugiai prisiliesti prie rūpimų temų, savęs pažinimo, kelti tapatumo, saugumo, ateities klausimus. Interviu ir teminės analizės metu iškilę aktualūs savęs pažinimo ir fizinio bei emocinio saugumo aspektai liudija apie saugios terapinės erdvės poreikį, kurį tyrimo dalyvėms ir suteikė dailės terapijos užsiėmimai. Buvimas grupėje, kurioje buvo vertinamas fizinis privatumas ir saugumas (esant poreikiui, iš vidaus rakinamos durys), suteikė galimybę tyrimo dalyvėms pajusti savo teisę į privatumą, asmenines ribas. Emocinio saugumo skatinimas leido tyrimo dalyvėms užsiėmimų metu jaustis laisvai, būti savimi, priimti įvairias savo ir kitų grupės dalyvių nuotaikas ir emocijas, be baimės ir gėdos šnekėtis apie kylančius jausmus ir mintis. O bendrystės jausmo išgyvenimas grupėje skatino tarpasmeninį mokymąsi ir viena kitos priėmimą, lavino išklausymo įgūdžius, skatino atvirumą, refleksiją ir kiekvienos asmeninį pasitenkinimą bendrai su grupe žvelgiant į savo kūrinis (bendro žiūrėjimo patyrimas).

Tyrimo dalyvių žmogaus piešinių analizė ir palyginimas parodė, kad dailės terapijos programa, orientuota į kinestetinių ir sensorinių kūno pojūčių sužadimą bei pakartotinį žmogaus vaizdinio kūrimą įvairiomis priemonėmis, turėjo teigiamą poveikį tiriamųjų kūno vaizdui. Užsiėmimų pabaigoje, piešdamos žmogų, visos dalyvės rinkosi vaizduoti pilną žmogaus figūrą centrinėje kompozicijoje, su susietai ir logiškai atvaizduotomis bei nuspalvintomis kūno dalimis. Įdomu tai, kad nuo proceso pradžios tyrimo dalyvės buvo linkusios eksperimentuoti, išbandyti naujas priemones, noriai rinkosi sensomotoriką ir emocijas sužadinančias priemones, tačiau proceso pabaigoje, antrą kartą piešdamos žmogų, pasirinko kietesnes, labiau savikontrolę ir kognityvinį mąstymą nei emocijas skatinančias priemones (pieštukus, kreideles). Tai galbūt atskleidžia didesnę emocijų įsisavinimą ir kogniciją, poslinkį nuo neatpažintų (ir dėl to nekontroliuojamų) emocijų link didesnės savivokos. **Apibendrinat tyrimo dalyvių vizualinę ir kalbinę raišką kuriant žmogaus vaizdinius, atsiskleidžia pakankamai pozityvus tiriamųjų kūno vaizdas.** Tą liudija ne tik integruotas ir logiškas kūno dalių vaizdavimas, kūrybiškas spalvų pasitelkimas, kokybiška kontūro linija, bet ir tiriamųjų didelis įsitraukimas į procesą bei pasitenkinimas galutiniu rezultatu ir tuo pačiu savimi – per susitapatinimą su kūriniumi. Tyrimo dalyvės taip apibūdino savo žmogaus piešinius: „*sportiška, graži, įspūdinga, linksma, stilinga*“. Identifikacijos su kūriniumi svarbą dailės terapijos procese akcentavo ir vaikų piešinius tyrinėjęs V. Lowenfeld (1952) bei J. A. Rubin (2005).

Teminės ir kūrinių analizės rezultatų sąsajos

Teminės ir kūrinių analizės rezultatai papildo vieni kitus ir atskleidžia dailės terapijos naudą tyrimo dalyvėms, kai sukūrus saugią terapinę erdvę skleisti kūrybiškumui, savęs pažinimui, buvo sužadintas kūno vaizdo patyrimas – fiziniumi, emociniu ir minčių lygmeniu.

Individualių interviu teminės analizės metu iškilusi tyrimo dalyvių savęs pažinimo, saugumo, paauglystės poreikių patenkinimo tema skleidžiasi ir kūrinių analizės metu. Tiek laisvos kūrybos darbai, tiek žmogaus piešiniai padėjo tyrimo dalyvėms per vizualinę raišką tyrinėti save,

atspindėti kylančias emocijas, savo vidinę būseną piešiniuose, taip pat perteikti ir įsisąmoninti savo kūno vaizdo suvokimą. Tai atsispindi tiek individualiuose interviu, tiek refleksijose apie kūrinis užsiėmimų metu, kuomet pasitenkinimas kūrybos procesu ir tapatinimasis su savo kūrinio sąlygojo gilesnį savęs pažinimą ir *Aš* vaizdo integraciją. Laisva kūryba skatino dalyvių kūrybiškumo apraiškas, eksperimentuojant su skirtingomis dailės priemonėmis, pasitelkiant mišrią techniką, mėgaujantis laisvu pasirinkimu ir autonomijos pojūčiu kūryboje. O tai labai svarbu paauglystės laikotarpiu, skatinant aukštesnę savivertę bei pozityvų požiūrį, ieškant savojo seksualinio, etninio, profesinio, socialinių vaidmenų tapatumo.

Kita individualių interviu teminės analizės tema, atskleidusi dailės terapijos naudą kūno vaizdo pažinimui, patvirtino praktinį dailės terapijos ETC metodikos veiksmingumą. Pasitelkus sensomotoriką sužadinančias kūrybos priemones, buvo suaktyvintas tyrimo dalyvių kinestetinis – sensorinis lygmuo, kuris skatino fizinę ir emocinę išveiką per kūrybą. Ypatingai aiškiai tai buvo galima stebėti tyrimo dalyvėms dirbant su moliu, skirtingos tekstūros audiniais, rankų dažais. Šios priemonės iškėlė įvairias dalyvių emocijas, kurios buvo išlietos saugiu terapiniu būdu: maigant, trunkant molį, energingai ir plačiais mostais keverzujant ant lentos, čiupinėjant, kerpant, klijuojant įvairią tekstilę, tepant rankų dažus.

Įsitraukimas į kūrybą ir refleksija apie procesą pakylėjo tyrimo dalyvių fizinius potyrius ir nesąmoningą emocijų iškrovą iki suvokimo ir emocinio lygmens, kuomet dalyvės buvo skatinamos pastebėti kylančius kūno pojūčius ir savo emocijas, susieti juos tarpusavyje, atrasti kaip emocijos reiškiasi kūne, atvaizduoti tai vizualiai. O kūrybinio proceso planavimas ir įgyvendinimas, vėliau – tapatinimasis su savo kūrinio įgalino kognityvinį ir net simbolinį tyrimo dalyvių mąstymą. Tai ypač atsispindėjo natūralaus kūno kontūro piešime bei bandymuose atrasti emocijų vietą kūne; taip pat koliažų kūrime, kuriuose buvo projektuojama norima ir įsivaizduojama ateitis; lėlyčių kūryboje, suteikusioje dalyvėms malonios emocinės patirties bei, žinoma, žmogaus vaizdinio piešime, kuriame apsijungė bei buvo vizualiai išreikštas tyrimo dalyvių kūno vaizdo patyrimas dailės terapijos procese.

Tyrimo naujumas

Šis tyrimas pasižymi naujumu, nes dailės terapijos įtaka kūno vaizdo formavimuisi vaikystės - paauglystės laikotarpiu Lietuvoje dar netyrinėta, taip pat trūksta ir užsienio mokslininkų tyrimų šia tema. Taigi rezultatai pateikia naujų ir įdomių išvalgų apie vizualinę žmogaus vaizdinio raišką šiuo raidos laikotarpiu, veido svarbą kūno vaizdo suvokime, kūrybinį bei emocinį atsaką į skirtingas kūrybos priemones, pasitelkus ETC dailės terapijos metodiką.

Tyrimo ribotumas

Tyrimo rezultatų patikimumą gali riboti nedidelis tyrimo dalyvių skaičius, netirtas poveikio ilgalaikiškumas bei tyrėjos subjektyvumas, atliekant dvigubą – terapeutės ir tyrėjos – vaidmenį. Dėl kokybinės tyrimo metodikos nėra galimybės generalizuoti rezultatų.

TYRĖJOS REFLEKSIJA

Planuodama tyrimą žinojau, kad noriu dirbti su paauglių grupe ir jų poreikiu geriau pažinti bei suprasti save paauglystės laikotarpiu. Tačiau tyrimo temą apie kūno vaizdo patyrimą man padiktavo jau susirinkusi tyrimo grupė, fokus grupės diskusijos metu. Nustebau kokią didelę reikšmę savo išvaizdai teikia būtent 11 metų amžiaus mergaitės, esančios perėjimo laikotarpyje iš vaikystės į paauglystę. Fokus grupės diskusijos metu jos nuolat akcentavo penktoje klasėje išaugusią išvaizdos svarbą, naują požiūrį į save bei bendraamžius. Šios diskusijos teminė analizė atskleidė, kad išvaizdos svarba yra tiek hiperbolizuojama, kad fizinis patrauklumas tyrimo dalyvėms atrodo kaip raktas į bet kokių sunkumų sprendimą. Patraukli išvaizda, pasak tiriamųjų, ne tik lemia aukštesnę savivertę ir didesnį pasitikėjimą savimi, bet ir išsprendžia bendravimo, socializavimosi, net mokymosi sunkumus.

Taigi supratus, kokią didelę *Aš* vaizdo dalį šiame amžiuje sudaro būtent kūno vaizdas, buvo įdomu vis daugiau gilintis į šią temą, stebėti tyrimo dalyvių kūno kalbą dailės terapijos procese, taip pat tyrimo metu palaiapsniui kintančią išvaizdą ir laisvėjančią jų aprangą. Spalio mėnesį, tik prasidėjus užsiėmimams, visos tyrimo dalyvės dar rengėsi uniforminę mokyklos aprangą, kaip joms buvo įprasta pradinėse klasėse. Tačiau nuo penktos klasės uniforma tapo nebeprivaloma, tad mergaitės viena paskui kitą ėmė rengtis laisvalaikio drabužiais, aptarinėdavo viena kitos naujus rūbus, šnekėdavo apie savo stiliaus paieškas, norą pritapti prie dabartinio paauglių „oversized“ (didesnio dydžio, laisvų drabužių) stiliaus. Stebėjau kaip per trumpą laiko tarpą vyko virsmas iš „tvarkingų“ mergaičių su uniforma ir surištomis kasytėmis spalio mėnesį iki paauglių nusmukusiais džinsais ir kerziniais batais gruodžio mėnesį. Žinoma, ne visos keitėsi vienodu tempu, vienos drąsiau, kitos atsargiau. Be to, jų saviraiškos ir stiliaus paieškos galimybes, pasirinkimus ribojo ir finansinės šeimos galimybės.

Visgi buvo nuostabu stebėti kaip vyksta šis virsmas iš vaikų paauglėmis, tai patvirtino tyrinėjamų 11-ųjų gyvenimo metų ypatingumą ir svarbą. Nėra abejonių, kad šie virsmai turi įtakos šio amžiaus mergaičių emociniam jautrumui ir pažeidžiamumui. Šį tarpą – būtent 11 m. amžių - G. Zuckerman pavadino *raidų psichologijos niekieno žeme*. Ir iš tiesų, šis terminas taikliai apibūdina tiriamųjų mergaičių grupę, kurios jau nebėra vaikai, bet dar ir ne tipinės paauglės. Svarbu paminėti, kad pačios tyrimo dalyvės save įvardino paauglėmis, o jų pasisakymuose aiškiai buvo juntama riba tarp to, kada, pasak jų, baigėsi vaikystė (su lyg pradinėmis klasėmis) ir prasidėjo brendimas (penkta klasė).

Aš jaučiausi apdovanota stebėdama tyrimo dalyvių ne tik išorinius, bet ir vidinius virsmus. Natūralu, kad dar viena koja esant vaikystėje, o kita jau paauglystės periode, ši mergaičių grupė pasižymėjo dideliu emociniu ambivalentiškumu: vaikišką smalsumą ir entuziazmą, norą išbandyti kuo įvairesnes kūrybos priemones staiga keisdavo paaugliškas pasipriešinimas, atsisakymas dalyvauti užsiėmime bei gynybiškumas. Kūrybos procese taip pat buvo juntama ambivalencija, kuomet

vaikiškus gyvūnėlių piešinius keisdavo netikėtos abstrakcijos, o refleksijos metu iškildavo tapatumo klausimai: Kokia aš esu? Kuo noriu tapti? Mano nuomone, terminas *niekieno žemė* yra tinkamas apibūdinti ir sumaiščiai bei nerimui dėl vykstančių pokyčių ir ateities nežinomybės. Tai buvo juntama šioje tiriamųjų grupėje, kuomet dalyvių nuotaikos užsiėmimų metu staigiai kisdavo, o refleksijos metu iškildavo dvilypiai jausmai: noras save pažinti ir kartu nepasitikėjimas savimi; noras užaugti ir kartu baimė bei neužtikrintumas dėl ateities.

Šiuos vidinius prieštaravimus, kuriuos dėl ribotų savivokos ir refleksijos galimybių dar buvo sunku tyrimo dalyvėms išreikšti žodžiais, padėjo perteikti kūrybinis dailės terapijos procesas. Dalyvių darbai, ypač gimę laisvos kūrybos metu, taip pat kuriant savo kaukę, žmogaus vaizdinį, žavėjo išradingumu, mišria technika, o palaiptams vis sklandesnė dalyvių refleksija leido pajusti, kiek daug prasmės jos įdėjo į savo kūrinį. Kai kurių dailės terapijos užsiėmimų metu, dalyvių kūrybiškumas pakylėdavo iki abstraktaus ir simbolinio mąstymo lygmens, pvz., išreiškiant savo vidinę būseną kūrinyje perkeltine prasme. Tai patvirtino dailės terapijos tinkamumą šio amžiaus mergaitėms, kai kūrybinis procesas padeda išreikšti tai, ką sunku perteikti žodžiais – mintis, jausmus, vidinius konfliktus. O išlaisvintas kūrybiškumas skatina ir kogniciją bei abstraktaus mąstymo vystymąsi.

Supratau, kad svarbiausias dailės terapijos uždavinys, kurį, manau, pavyko įgyvendinti, buvo išlaisvinti šių mergaičių kūrybiškumą. Nes jo dėka vyko vidiniai procesai, kuriuos būtų sudėtinga perteikti žodžiais – tai kūno vaizdo integracija, didėjanti savivoka ir su tuo susijusi aukštesnė savivertė. Džiaugiausi, kai praėjus 2 mėn. po dailės terapijos užsiėmimų iš VDC socialinės darbuotojos sužinojau, kad mergaitės ir toliau savarankiškai kuria su paliktomis dailės priemonėmis.

Man šis tyrimas buvo nauja patirtis dailės terapijos kontekste su šio amžiaus grupe. Taip pat ir įsisavinta nauja ETC dailės terapijos metodika atvėrė naujus kelius darbui su vaikais ir paaugliais, pasitelkiant sensomotoriką sužadinančias priemones, orientuojantis ne tiek į verbalinę ir sąmoningą refleksiją, kiek į darbą per kūno potyrius, pasitikint kūrybinio proceso terapine galia ir vidiniais integracijos procesais. Dailės terapijos procese pasitelktos skirtingos kūrybos priemonės suteikė daugiau žinių ir patirties apie jų poveikį kūnui, emocijoms, jausmų raiškai.

ETC laisvos kūrybos darbų vertinimo metodika, nuo kurios prasideda dailės terapeuto darbas su nauju klientu/pacientu, suteikė naujų žinių apie tai, kaip neklaidžioti eksperimentuose ir parinkti konkrečiam asmeniui naudingiausią darbo kryptį, prieš tai įvertinus jo informacijos priėmimo būdus ir lankstumą, atsižvelgiant į jo laisvą vizualinę raišką. Mano pasirinktas netradicinis būdas, kuomet tyrimo tema ir dailės terapijos programa buvo derinama pagal tiriamųjų poreikius, jau prasidėjus tyrimui, t. y. po laisvos kūrybos užsiėmimų ir fokus grupės diskusijos, manau, ir sąlygojo didelį tyrimo dalyvių įsitraukimą, temos aktualumą ir teigiamus rezultatus. Apibendrinant noriu tik pasidžiaugti mane praturtinusia patirtimi, naujomis žiniomis ir įgyta praktika, kuri, neabejoju, bus naudinga tęsiant dailės terapeutės darbą su įvairaus amžiaus žmonėmis.

IŠVADOS

Teorinio tyrimo išvados:

1. Mokslinių literatūros šaltinių apžvalga atskleidė 11-uosius gyvenimo metus esant ypatingu tarpsniu mergaičių raidoje, kuomet baigiasi vaikystės laikotarpis ir prasideda pubertetas bei ankstyvoji paauglystė. Tuo metu vyksta dideli psichosocialiniai, kognityviniai ir biologiniai pokyčiai, lemiantys šio tarpsnio mergaičių emocinį pažeidžiamumą. Todėl yra svarbu dar iki paauglystės laikotarpio padėti pagrindus pozityviam kūno vaizdo formavimuisi, kuris paauglystės metu sudaro didelę *Aš* vaizdo dalį ir daro įtaką savivertei, besiformuojantiems elgsenos įpročiams bei emocinei gerovei. Tuo tarpu, šiuo laikotarpiu susiformavęs neigiamas požiūris į savo kūną gali sąlygoti valgymo sutrikimų, viršsvorio, žemos savivertės, rizikingo elgesio, depresijos simptomų atsiradimą.
2. Dailės terapija yra plačiai taikoma darbe su vaikais ir paaugliais, nes kūrybinis procesas įtraukia ir padeda įveikti kalbos, minčių ir jausmų raiškos bei pasipriešinimo terapijai barjerus, skatina paauglystės laikotarpio raidos uždavinių įveikimą.
3. Kadangi kūno vaizdo suvokimas ir integracija vyksta ikiverbaliniame lygmenyje, dailės terapija yra tinkamas būdas kūno vaizdo tyrinėjimui ir įsisąmoninimui.

Empirinio tyrimo išvados:

4. Teminių analizių rezultatai patvirtino išaugusią kūno vaizdo svarbą pereinamajame raidos laikotarpyje iš vaikystės į paauglystę bei teigiamas tyrimo dalyvių patirtis dailės terapijos proceso pagalba geriau įsisavinant savo kūno pojūčius, kylančias emocijas ir mintis, patenkinant saugumo ir paauglystės laikotarpiui būdingus saviraiškos, savivokos, laisvo pasirinkimo poreikius.
5. Laisvos kūrybos ir žmogaus vaizdinio darbų analizė patvirtino pasirinktos dailės terapijos metodikos *Meninės raiškos tęsa terapijoje* (ang. *Expressive Therapies Continuum - ETC*) tinkamumą, siekiant išlaisvinti tyrimo dalyvių kūrybiškumą, kuris veikia kaip integruojanti savęs pažinimo funkcija. Į kinestetinių ir sensorinių kūno pojūčių patyrimą orientuotos kūrybos priemonės padėjo sužadinti tyrimo dalyvių kūrybiškumą ir kūno vaizdo patyrimą fiziniame, suvokimo, emociniame ir kognityviniame lygmenyje bei skatino abstraktaus mąstymo vystymąsi.
6. Žmogaus vaizdinio piešiniai dailės proceso pabaigoje atskleidžia pakankamai pozityvų tyrimo dalyvių kūno vaizdą. Tą liudija kūno kaip visumos integruotas vaizdavimas, didelis įsitraukimas į procesą, patirtas pasitenkinimas bei identifikacija su savo kūniniu.
7. Teorinio bei empirinio tyrimų rezultatai patvirtina, kad dailės terapija, pasitelkiant kūrybinį procesą, skatina kūno vaizdo patyrimą ir turi įtakos pozityvaus kūno vaizdo formavimuisi vėlyvosios vaikystės – ankstyvosios paauglystės laikotarpiu.

REKOMENDACIJOS

1. Rekomenduojama daugiau dėmesio skirti 5-tų klasių moksleiviams, padedant jiems sėkmingai įveikti perėjimą iš pradinių klasių į vidurinę mokyklą, t. y., iš vaikystės į paauglystę. Tam tinka įvairios terapinės, edukacinės, prevencinės programos, galinčios padėti įveikti atsiradusį sąmyšį dėl pakitusių aplinkos reikalavimų, naujo požiūrio į save ir bendraamžius bei prasidėjusio brendimo metu vykstančių didelių fizinių ir emocinių pokyčių.
2. Rekomenduojama taikyti dailės terapiją kaip prevencinę terapinę priemonę mokyklose, Vaikų dienos ir užimtumo centruose, siekiant užkirsti kelią negatyviam vaikų ir paauglių požiūriui į savo kūną bei padėti pagrindus pozityvaus kūno vaizdo formavimuisi, geresniam savęs pažinimui ir aukštesnei savivertei.
3. Dailės terapijos metodikos *Meninės raiškos tęsa terapijoje* (ang. *Expressive Therapies Continuum - ETC*) taikymas padėtų tiksliau atsižvelgti į konkrečius vaikų ir paauglių poreikius, kurie atsiskleidžia jų vizualinėje raiškoje. O sensomotoriką sužadinančių kūrybos priemonių ir technikų naudojimas lemtų didesnę vaikų ir paauglių susidomėjimą ir įsitraukimą į procesą, pagilintų kūno patirčių suvokimą ir didesnę savo pojūčių, emocijų įsisąmoninimą.
4. Sprendžiant konkrečiam raidos tarpsniui būdingus klausimus, kaip pvz., kūno vaizdo svarba pereinamuoju laikotarpiu iš vaikystės į paauglystę, rekomenduojama taikyti grupinę terapiją, kuri ne tik padeda gvildinti visiems grupės nariams aktualias temas, bet ir skatina tarpasmeninį mokymąsi, kuria sąlygas patirti aplinkinių palaikymą bei bendrystės jausmą.
5. Rekomenduojama tęsti kūno vaizdo formavimosi tyrinėjimą dailės terapijos kontekste, didesnę dėmesį skiriant šiame darbe išryškėjusiam lyties skirtumų suvokimui bei lyties tapatumui.

SANTRAUKA

Mokslo baigiamojo darbo **tema** - Vaikų dienos centrą lankančių 11 m. amžiaus mergaičių kūno vaizdo patyrimas dailės terapijos procese. Darbe aptariama pereinamojo amžiaus iš vaikystės į paauglystę – 11-ųjų gyvenimo metų – problematika bei tuo metu vykstantys psichosocialiniai, kognityviniai ir biologiniai pokyčiai, lemiantys išaugusią to amžiaus mergaičių kūno vaizdo svarbą. Asmeninės nuostatos, mintys ir jausmai savo kūno atžvilgiu lemia pozityvų arba neigiamą požiūrį į savo kūną, o tai daro įtaką savivertei, emocinei sveikatai ir besiformuojantiems elgsenos įpročiams. Todėl yra svarbu dar iki paauglystės laikotarpio padėti pagrindus pozityviam mergaičių kūno vaizdo formavimuisi.

Darbo **tikslas** buvo, pasitelkus mokslinės literatūros apžvalgą ir empirinį tyrimą, atskleisti tyrimo dalyvių kūno vaizdo patyrimą dailės terapijos procese. **Tyrimo dalyvės:** keturios 11 m. amžiaus mergaitės iš daugiavaikių, socialiai remtinų šeimų. Visos tyrimo dalyvės lankė Vaikų dienos centrą, kuriame ir vyko dailės terapijos užsiėmimai. Pagrindinė **tyrimo intervencija** buvo grupinė dailės terapija, kuri, kaip atskleidžia literatūros apžvalga, yra plačiai naudojama darbui su vaikais ir paaugliais, nes kūrybinis procesas padeda įveikti kalbos, jausmų ir minčių raiškos, pasipriešinimo terapijai barjerus, skatina paauglystės laikotarpio raidos uždavinių įveikimą.

Kokybinio pobūdžio tyrime buvo naudojami šie duomenų analizės **metodai:** teminė analizė ir kūrybinių analizė, remiantis dailės terapijos metodika *Meninės raiškos tęsa terapijoje* (ang. *Expressive Therapies Continuum - ETC*). **Empirinio tyrimo rezultatai:** teminė analizė patvirtino išaugusią kūno vaizdo svarbą pereinamajame laikotarpyje iš vaikystės į paauglystę bei teigiamas tyrimo dalyvių patirtis dailės terapijos proceso pagalba geriau įsisavinant savo kūno pojūčius, kylančias emocijas ir mintis, patenkinant saugios saviraiškos ir savivokos poreikius. Kūrybinių analizė patvirtino pasirinktos dailės terapijos metodikos tinkamumą, siekiant išlaisvinti tyrimo dalyvių kūrybiškumą, kuris veikia kaip integruojanti savęs pažinimo funkcija. Žmogaus vaizdinio piešinių analizė atskleidė pakankamai pozityvų tiriamųjų kūno vaizdą. **Išvada:** teorinio bei empirinio tyrimų rezultatai patvirtina, kad dailės terapija, pasitelkiant kūrybinį procesą, skatina kūno vaizdo patyrimą ir turi įtakos pozityvaus kūno vaizdo formavimuisi vėlyvosios vaikystės – ankstyvosios paauglystės laikotarpiu.

Raktiniai žodžiai: kūno vaizdas, dailės terapija, pereinamasis raidos laikotarpis, pubertetas, žmogaus piešinys.

SUMMARY

The subject of this master thesis is the body image experience in the process of Art therapy of 11-year-old Girls attending a Children day care center. The study discusses the problem of the transitional age from childhood to adolescence - the 11th year of life - and the psychosocial, cognitive and biological changes taking place at that time. It determines the increased importance of the body image of girls of that age. Personal attitudes, thoughts, and feelings about one's body lead to a positive or negative body image, which affects self-esteem, emotional health, and behavioral patterns that develop. Therefore, even before adolescence, it is important to lay the foundations for a positive body image formation in girls.

The aim of the study was to reveal the body image experience of the research participants in the art therapy process, through a review of the scientific literature and an empirical study. **The research participants:** four 11-year-olds girls from large, socially disadvantaged families. The participants attended the Children's day care center, where art therapy sessions were held. **The main intervention** of the study was group art therapy, which, as the literature review reveals, is widely used for working with children and adolescents, because the creative process helps to overcome the barriers of speech, expression of feelings and thoughts, resistance to therapy, and promotes overcoming the developmental tasks of the adolescent period.

The following **methods** of data analysis were used in the qualitative study: thematic analysis and analysis of the artworks, based on the Art therapy methodology - Expressive Therapies Continuum (ETC). **Results of the empirical research:** the thematic analysis confirmed the increased importance of body image in the transition period from childhood to adolescence and the participants' positive experience of art therapy in better absorbing of their body sensations, arising emotions and thoughts, meeting the needs of safe self-expression and self-knowledge. The analysis of the artworks confirmed the appropriateness of the selected art therapy methodology in order to release creativity, which acts as an integrative function of self-knowledge. The analysis of human image drawings revealed a sufficiently positive body image of the subjects. **Conclusion:** the results of theoretical and empirical studies confirm that art therapy, with the help of a creative process, promotes the experience of body image and influences the formation of a positive body image in the period of late childhood - early adolescence.

Key words: body image, art therapy, adolescence, puberty, human drawing.

LITERATŪROS ŠALTINIŲ SĄRAŠAS

1. Adomaitienė, V. (2016). Dailės terapijos poveikis valgymo sutrikimų turinčių asmenų kūno savivokai. Lietuvos sveikatos mokslų universitetas. Prieiga per eLABa – nacionalinė Lietuvos akademinė elektroninė biblioteka
2. Ata, R. N., Ludden, A. B., Lally, M. M. (2007). The Effects of Gender and Family, Friend, and Media Influences on Eating Behaviors and Body Image During Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(8), 1024–1037. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9159-x>
3. Bagdonas, A., Padarauskaitė, I. (2012). Paauglių kūno vaizdas ir patyčių patirtis. *Psichologija*, 46, p. 45–59
4. Bird, E. L., Halliwell, E., Diedrichs, P. C., & Harcourt, D. (2013). Happy Being Me in the UK: A controlled evaluation of a school-based body image intervention with pre-adolescent children. *Body Image*, 10 (3), p. 326–334. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.02.008>
5. Braun, V., Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), p. 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
6. Braun, V., Clarke, V. (2023). Is thematic analysis used well in health psychology? A critical review of published research, with recommendations for quality practice and reporting. *Health Psychology Review*, 17(4), 695–718. <https://doi.org/10.1080/17437199.2022.2161594>
7. Briks, A. (2007). Art Therapy with Adolescents: Vehicle to Engagement and Transformation. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 20(1), 2–15. <https://doi.org/10.1080/08322473.2007.11432288>
8. Buchalter, S. I. (2004). *A Practical Art Therapy*. Jessica Kingsley Publishers
9. Buzaitytė-Kašalynienė, J. (2015). Vaikų raidos rizikos ir apsauginiai veiksniai. *Socialinė teorija, empirija, politika ir praktika*, 10, 35–51. <https://doi.org/10.15388/STEPP.2015.10.4858>
10. Cash, T. F. (2004). Body image: Past, present, and future. *Body Image*, 1(1), 1–5. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1)
11. Cash, T. F., Fleming, E. C. (2002). The impact of body image experiences: Development of the body image quality of life inventory. *International Journal of Eating Disorders*, 31(4), 455–460. <https://doi.org/10.1002/eat.10033>
12. Clarke, V., Braun, V. (2017). Thematic analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 12(3), 297–298. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1262613>
13. Czyz, S. H., Swanepoel, M., Moss, S. J., Monyeki, M. A. (2016). Relationship between body image and socio-economic status in South African adolescents: PAHL-study. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 38(1), 31–42. <https://doi.org/10.10520/EJC186989>
14. Dalley, T. (2004). *Dailė kaip terapija*. Apostrofa
15. Dapkutė, A. (2003). *Kalba be žodžių. Dailės kaip terapijos taikymo praktika*. VšĮ Rafaelis
16. Davison, T. E., McCabe, M. P. (2006). Adolescent Body Image and Psychosocial Functioning. *The Journal of Social Psychology*, 146(1), 15–30. <https://doi.org/10.3200/SOCP.146.1.15-30>
17. Derkintienė, S. (2011). Teigiamo kūno vaizdo vertinimas ankstyvojoje paauglystėje. Klaipėdos universitetas
18. Dohnt, H. K., Tiggemann, M. (2006). Body Image Concerns in Young Girls: The Role of Peers and Media Prior to Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 135–145. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9020-7>

19. Forney, K. J., Keel, P. K., O'Connor, S., Sisk, C., Burt, S. A., & Klump, K. L. (2019). Interaction of hormonal and social environments in understanding body image concerns in adolescent girls. *Journal of Psychiatric Research, 109*, 178–184. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.12.008>
20. Grogan, S. (2021). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. Routledge
21. HBSC Lietuva. (2022). *Tyrimas – HBSC Lietuva*. <https://hbsc.lt/study/>, [žiūrėta 2024-04-12]
22. Higenbottam, W. (2004). In Her Image: A Study in Art Therapy with Adolescent Females. *Canadian Art Therapy Association Journal, 17*(1), 10–16. <https://doi.org/10.1080/08322473.2004.11432256>
23. Hinz, L. D. (2020). *Expressive Therapies Continuum: A Framework for Using Art in Therapy*. Routledge & CRC Press. <https://www.routledge.com/Expressive-Therapies-Continuum-A-Framework-for-Using-Art-in-Therapy/Hinz/p/book/9780367280420>
24. Holsen, I., Kraft, P., & Røysamb, E. (2001). The Relationship between Body Image and Depressed Mood in Adolescence: A 5-year Longitudinal Panel Study. *Journal of Health Psychology, 6*(6), 613–627. <https://doi.org/10.1177/135910530100600601>
25. Jang, H., Choi, S. (2012). Increasing ego-resilience using clay with low SES (Social Economic Status) adolescents in group art therapy. *The Arts in Psychotherapy, 39*(4), 245–250. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2012.04.001>
26. Kagin, S. L., Lusebrink, V. B. (1978). The expressive therapies continuum. *Art Psychotherapy, 5*(4), 171–180. [https://doi.org/10.1016/0090-9092\(78\)90031-5](https://doi.org/10.1016/0090-9092(78)90031-5)
27. Klepsch, M., Logie, L. (2014). *Children Draw And Tell: An Introduction To The Projective Uses Of Children's Human Figure Drawing*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315799148>
28. Lane, K. J. (2018). Building Coping Skills, Emotional Regulation, and Insight in Preadolescent Girls: An Expressive Art Therapy Program Developmental Model. <https://www.proquest.com/openview/e9e8e37027950f52fef2b1dcb6c0f75b/1?cbl=18750&pq-origsite=gscholar&parentSessionId=8T137vh2dGZgElKBbfrQ1Mm76%2FqL%2FVKvdaswK7xLI6I%3D>
29. Legkauskas, V. (2013). *Vaiko ir paauglio psichologija*. Vaga
30. Malchiodi, C. A. (1999). *Medical Art Therapy with Children*. Jessica Kingsley Publishers
31. Malchiodi, C. A. (2012). *Handbook of Art Therapy*. The Guilford Press
32. Mastauskienė, A. (2008). Jaunuolių maitinimosi ir kasdieninio fizinio aktyvumo įpročių sąsajos su pasitenkinimu savo kūnu (p. 64). Vytauto Didžiojo universitetas. Prieiga per eLABa – nacionalinė Lietuvos akademinė elektroninė biblioteka.
33. McCabe, M. P., Ricciardelli, L. A. (2003). Sociocultural Influences on Body Image and Body Changes Among Adolescent Boys and Girls. *The Journal of Social Psychology, 143*(1), 5–26. <https://doi.org/10.1080/00224540309598428>
34. McGann, E. P. (2006). Color Me Beautiful: Racism, Identity Formation, and Art Therapy. *Journal of Emotional Abuse, 6*(2–3), 197–217. https://doi.org/10.1300/J135v06n02_12
35. Moon, B. L. (2012). *The Dynamics of Art as Therapy with Adolescents: (2nd Ed.)*. Charles C Thomas Publisher
36. Muri, S. A. (2007). Beyond the face: Art therapy and self-portraiture. *The Arts in Psychotherapy, 34*(4), 331–339. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2007.05.002>
37. Nacionalinis skurdo mažinimo organizacijų tinklas. (2023, June 8). Dėl Vaikų dienos centrų finansavimo. <https://www.smtinklas.lt/vaiku-dienos-centrai-paskutinis-prioritetas/>, [žiūrėta 2024-03-20]

38. O’Dea, J. A., Caputi, P. (2001). Association between socioeconomic status, weight, age and gender, and the body image and weight control practices of 6 to 19-year-old children and adolescents. *Health Education Research*, 16(5), 521–532. <https://doi.org/10.1093/her/16.5.521>
39. Park, W. (2020). Body Image Dissatisfaction and Self-esteem among Korean Pre- and Early Adolescent Girls and Boys: A Five-year Longitudinal Panel Study. *Human Ecology Research*, 58(2), 163–176. <https://doi.org/10.6115/fer.2020.012>
40. Pivorienė, J., Abeciūnaitė, B. (2010). Individualaus ir grupinio socialinio darbo metodų derinimas dirbant su vaikais iš rizikos šeimų vaikų dienos centruose. *Social Inquiry into Well-Being*, 9(2), Article 2.
41. Ramos, P., Moreno-Maldonado, C., Moreno, C., Rivera, F. (2019). The Role of Body Image in Internalizing Mental Health Problems in Spanish Adolescents: An Analysis According to Sex, Age, and Socioeconomic Status. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2019.01952>
42. Richardson, C. (2016). *Expressive Arts Therapy for Traumatized Children and Adolescents. A Four-phase Model*. Routledge.
43. Rierdan, J., Koff, E. (1980). Representation of the female body by early and late adolescent girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 9(4), 339–346. <https://doi.org/10.1007/BF02087985>
44. Riley, S. (1994). Rethinking adolescent art therapy treatment. *Journal of Child and Adolescent Group Therapy*, 4(2), 81–97. <https://doi.org/10.1007/BF02548482>
45. Riley, S. (2001). Art therapy with adolescents. *Western Journal of Medicine*, 175(1), 54–57.
46. Rodgers, R. F., Paxton, S. J., & McLean, S. A. (2014). A Biopsychosocial Model of Body Image Concerns and Disordered Eating in Early Adolescent Girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(5), 814–823. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0013-7>
47. Rubin, J. A. (2005). *Child Art Therapy* (25th ed.). John Wiley & Sons, Inc.
48. Rubin, J. A. (2010). *Introduction to Art Therapy*. Routledge
49. Saunders, J. F., Frazier, L. D. (2017). Body Dissatisfaction in Early Adolescence: The Coactive Roles of Cognitive and Sociocultural Factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(6), 1246–1261. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0559-2>
50. Šliupaitė, E., Šeibokaitė, L. (2009). Paaugliško egocentrizmo fenomenas ir jo kitimas paauglystės laikotarpiu. *Educational Psychology / Ugdymo Psichologija*, 20, 29–37.
51. Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: Where do we go from here? *Body Image*, 1(1), 15–28. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00008-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00008-1)
52. Tauklienė, V. (2021). Ryšys tarp pozityvaus kūno vaizdo ir su sveikata susijusios gyvenimo tarp sportuojančių ir nesportuojančių paauglių. Lietuvos sporto universitetas
53. Vaičiulienė, A. (1999). Identity and identity crisis in adolescence. *Psichologija*, 19, 108–117. <https://doi.org/10.15388/Psichol.1999..4439>
54. Vaida Markevičiūtė, Mostauskis, S., Lukošaitytė, R. (2015). Dailės terapijos poveikis valgymo sutrikimų turinčių asmenų kūno savivokai. *Slaugos ir reabilitacijos teorija bei praktika 2015 : konferencijos programa ir medžiaga, Kaunas 2015*, 21–24.
55. Visuotinė lietuvių enciklopedija www.vle.lt [žiūrėta 2024-03-18]
56. Webb, H. J., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2014). The Role of Friends and Peers in Adolescent Body Dissatisfaction: A Review and Critique of 15 Years of Research. *Journal of Research on Adolescence*, 24(4), 564–590. <https://doi.org/10.1111/jora.12084>
57. Winnicott, D. W. (2009). *Žaidimas ir realybė*. Vaga

58. Zuckerman, G. A. (2007). School Students Age Ten to Twelve: A 'No Man's Land' in Developmental Psychology. *Journal of Russian & East European Psychology*, 45(3), 70–93. <https://doi.org/10.2753/RPO1061-0405450303>
59. Žukauskaitė, S., Lašienė, D., Lašas, L., Urbonaitė, B., Hindmarsh, P. (2005). Onset of breast and pubic hair development in 1231 preadolescent Lithuanian schoolgirls. *Archives of Disease in Childhood*, 90(9), 932–936. <https://doi.org/10.1136/adc.2004.057612>
60. Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija: Integruotas požiūris*. Margi raštai

PRIEDAI

1 PRIEDAS. Tiriamųjų mergaičių tėvų sutikimo forma dėl dalyvavimo tyrime

SUTIKIMAS DĖL VAIKO DALYVAVIMO TYRIME

Aš,(tiriamąjo asmens motinos/tėvo vardas, pavardė) sutinku, kad mano dukra(vardas, pavardė) dalyvautų Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto Menų terapijos (Dailės terapijos specializacijos) studentės Remigijos Gilės vedamuose dailės terapijos užsiėmimuose (Vaikų dienos centre „Ateities vaikai“), kurie yra baigiamojo magistrinio darbo ir tyrimo apie mergaičių kūno vaizdo patyrimą dailės terapijos procese dalis.


Mokslinio darbo tyrimą sudaro tiriamųjų dalyvavimas dailės terapijos užsiėmimuose, fokus grupės diskusijoje, jų sukurti kūriniai, refleksija apie kūrinius ir baigiamasis interviu apie patyrimą viso proceso metu. Tyrėja užtikrina, kad visi tyrimo duomenys (kūrinių nuotraukos, tiriamųjų žodinė refleksija, įrašyta fokus grupės diskusija ir individualūs interviu) bus naudojami tik tyrimui studijų tikslais, anonimiškai, niekur kitur neskelbiami ir neplatinami. Taip pat užtikrinamas tiriamųjų anonimiškumas ir konfidencialumas (mokslo darbe nenaudojami nei tiriamųjų vardai, nei atvaizdai).

Tiriamąjo asmens motinos/tėvo vardas, pavardė


Parašas

2 PRIEDAS. Dailės terapijos užsiėmimuose sukurti tyrimo dalyvių kūriniai

1 lentelė. Tyrimo dalyvių kūriniai

Tyrimo dalyvė	T1	T2	T3	T4
1 užsiėmimas Laisva kūryba pg. ETC				
2 užsiėmimas Laisva kūryba pg. ETC				
3 užsiėmimas Žmogaus vaizdinio kūrimas				
4 užsiėmimas Savo kaukės kūrimas				
5 užsiėmimas Savęs kaip indo kūrimas iš molio			Nedalyvavo	Nedalyvavo

1 lentelės tęsinys

<p>6 užsiėmimas</p> <p>Žmogaus figūros kūrimas iš molio</p>		<p>Žmogaus lipdinį sunaikino, nulipdė grybą.</p> 	<p>Lipdinį (šulinį) sunaikino, nupiešė piešinį ir apklijavo lipnia juosta.</p> 	<p>Lipdinį paskui sunaikino.</p>  
<p>7 užsiėmimas</p> <p>Natūralaus dydžio kūno kontūro piešinys ir emocijų raiška kūne</p>				
<p>8 užsiėmimas</p> <p>Lėlyčių kūrimas</p>		<p>Nedalyvavo</p>		<p>Nedalyvavo</p>
<p>9 užsiėmimas</p> <p>Žmogaus vaizdinio kūrimas</p>				
<p>10 užs.</p> <p>Laisva kūryba pg. ETC</p>				

3 PRIEDAS. Individualių interviu klausimynas

Klausimynas naudotas kaip pagalbinė priemonė pusiau struktūruotam interviu praveisti. Atsižvelgiant į tiriamųjų jauną amžių, klausimams naudojamos paprastos, aiškios formuluotės. Klausimai užduodami po vieną vienu metu ir tik atsakius į pirmąjį klausimą, užduodamas patikslinantis klausimas (-ai).

1. Ar gali pasidalinti, kokios mintys kyla, kai prisimeni visus dailės terapijos užsiėmimus, kuriuose dalyvavai?
2. Kokios mintys kyla, kai žvelgi į savo sukurtus darbus? / Kokie jausmai kyla?
3. Gal gali papasakoti, kuris užsiėmimas tau įsiminė labiausiai? / Dėl kokių priežasčių? / Gal atsimeni, ką jutai tuo metu?
4. Kuris užsiėmimas tau labiausiai patiko/nepatiko? / Dėl kokių priežasčių? / Gal atsimeni, kaip tuo metu jauteisi?
5. Kuris užsiėmimas tau sukėlė daugiausia emocijų? / Dėl kokių priežasčių? / Gal atsimeni, ką tuo metu jautei kūne?
6. Su kokiomis kūrybos priemonėmis tau labiausiai patiko/nepatiko dirbti? / Dėl kokių priežasčių? / Gal atsimeni, kokius kūno pojūčius tau kėlė skirtingos priemonės?
7. Kuris tavo kūrinys tau labiausiai patinka/nepatinka? / Dėl kokių priežasčių?
8. Gal gali papasakoti, kokios mintys kyla, kai žvelgi į savo pirmąjį ir antrąjį žmogaus piešinį? / Kokie jausmai kyla?
9. Galbūt bešnekant kilo dar minčių, kuriomis norėtum pasidalinti?

Individualių interviu metu kilo ir daugiau pasitikslinimo klausimų, kurie buvo užduodami pakartojant prieš tai pasakytus tyrimo dalyvės žodžius, pvz., „*Sakai, kad nepatiko piešti didelį kūno kontūrą. Gal gali papasakoti, dėl kokių priežasčių nepatiko?*“. Papildomi klausimai kilo ir reaguojant į tyrimo dalyvių pasakojimus, stengiantis geriau suprasti mintis ar užčiuopti gilesnes jausenos priežastis. Buvo siekta išlikti nešališkai, nevertinti pasisakymų, formuluoti klausimus taip, kad nei tiesiogiai, nei paslėptai nebūtų nurodoma atsakymo kryptis.

4 PRIEDAS. Kūrinių vertinimo formos, remiantis ETC metodika

1 lentelė. Atskiro kūrinio vertinimas pagal ETC metodiką

(adaptuota pagal Hinz, 2020; p. 167)

Vertinamas elementas	Elemento sudedamosios dalys
1. Pasirinkta kūrybos priemonė	1.1 Priemonės savybės
	1.2 Pirmenybės priemonei teikimas
	1.3 Rizikos (naujovių) prisiėmimas
2. Sąveika su priemone	2.1 Santykis su ribomis
	2.2 Frustracijos toleravimas
	2.3 Išitraukimo lygis
3. Formalieji kūrinio elementai	3.1 Linijų ir formų kokybė
	3.2 Erdvės užpildymas
	3.3 Spalvos
	3.4 Organizuojančioji funkcija
4. Verbalinė komunikacija	4.1 Kalbos greitis, garsumas, logika
	4.2 Refleksija apie kūrinį ir procesą

Šios formos lentelės pildytos dailės terapijos proceso metu laisvos kūrybos darbams bei žmogaus vaizdinio piešiniams aprašyti. Iš viso užpildytos 24 darbinės lentelės, iš kurių vėliau suformuotos apibendrinančios kūrinių lentelės, pateikiamos rezultatų aptarime.

2 lentelė. ETC komponentų vertinimas laisvos kūrybos darbų vizualinėje raiškoje, remiantis V. B. Lusebrink (2008, cit. pg. Hinz, 2020, p. 180)

Kinestet. elementai (-) ←	Kinestetikos el. (+)	Kūrybinio pokyčio erdvė	Sensorikos el. (+)	→ Sensorikos el. (-)
Susijaudinęs keverzojimas	Spaudimas	Dinamiška kinestetinė išraiška su lygiagrečiu sensorikos atsaku	Sensorinis paviršių, medžiagų, tekstūros tyrinėjimas	2 kraštutinumai:
Prasta linijos kokybė	Badymas		1. Sąstingis ar lėti judesiai išjautus į pojūčius	
Taškai ir dėmės	Daužymas		Akių užmerkimas išjautus	2. Jutimų vengimas
Mėtomos priemonės	Gnaibymas		Sensorinis išitraukimas	Sensorinių pojūčių integracijos stoka
Gadinamos priemonės	Plėšymas			
Popieriaus ar aplinkos ribų nepaisymas	Stovėjimas sustiprinant K funkcijas			
Suvokimo el. (-) ←	Suvokimo el. (+)	Kūrybinio pokyčio erdvė	Emociniai el. (+)	→ Emociniai el. (-)
Geometrinės formos	Suvokimo integravimas	Išbaigtos figūros	Dominuoja spalvų naudojimas	Suirusios formos
Neužbaigtos formos	Formų dominavimas		Ekspresyvios spalvos	Jausmingos formos
Stereotipiniai vaizdiniai	Linijų/figūrų deriniai	Formalus figūrų išdėstymas	Dinamiški kontūrai	Itin persidengiančios spalvos
Kopijavimas ar sekimas	Kontūrų/figūrų/dydzijų variacijos	Estetiška formų tvarka	Neužbaigti kontūrai	Emocingi vaizdiniai, primenantys haliucinacijas
Kontūro dominavimas	Detalių diferencijacija	Dinamiškos formos	Atviros formos	
Perdėtas dėmesys detalėms	Adekvatus erdvės išnaudojimas	Kūrybiškas spalvų naudojimas	Pasakojama spalvomis	Itin didelės ar sunkios formos
Detalių ar spalvų trūkumas		Kūrybiškas spalvų maišymas	Emociškai ekspresyvios formos	Išnaudota daug erdvės (>75%)
Mažas erdvės išnaudojimas (<25%)		Išitraukimas į išraišką		
Kognityviniai el. (-) ←	Kognityviniai el. (+)	Kūrybinio pokyčio erdvė	Simboliniai el. (+)	→ Simboliniai el. (-)
Suirusi erdvė	Erdvės integracija	Intuityvus problemos sprendimas	Integruotas simbolizmas	Perdėta identifikacija su simboliais
Neaiškios abstrakcijos	Abstrakcijos		Metaforinė ar daugiasluoksnė prasmė	Idiosinkratiškas ar neaiškus simbolizmas
Konceptualios prasmės trūkumas	Kategorizavimas	Asmeniniai atradimai	Subjektyvios abstrakcijos	Simbolinis realybės suvokimas
Kraštutinis vaizdinių skurdumas	Piktogramos	Dvasinės paieškos		
Rigidiška struktūra	Žodžių įtraukimas		Simbolinis spalvų naudojimas	Nepriimtinas jausmus maskuojantys simboliai
Itin gausus žodžių naudojimas	Problemos sprendimas		Intuityvus sąvokų formavimasis	
Spalvų trūkumas	Objektyvi prasmė			
	Istorijos pasakojimas		Paslapties ar dviprasmiškumo elementai	
			Simbolinės savęs reprezentacija	

Nurodytoje formoje pirmo kūrinio vizualinėje raiškoje bei proceso metu pastebėti ETC komponentai buvo žymimi mėlyna spalva, antro kūrinio – raudona spalva, trečio kūrinio – žalia spalva ir paskutiniojo užsiėmimo metu sukurto kūrinio – geltona spalva. Tokiu būdu konkrečiai tiriamajai būdingi vizualinės raiškos bei informacijos priėmimo lygiai buvo įvertinti pagal žymių išsidėstymą.

5 PRIEDAS. Tyrimo dalyvių laisvos kūrybos darbų vertinimo formos

1 lentelė. Tyrimo dalyvių ETC komponentų vertinimas laisvos kūrybos darbų vizualinėje
raiškoje, remiantis V. B. Lusebrink (2008, cit. pg. Hinz, 2020, p. 180)

T1 kūrybos darbų vertinimas					T2 kūrybos darbų vertinimas				
Kinestet. elementai (-) ←	Kinestetikos el. (+)	Kūrybinis lygis	Sensorikos el. (+)	→ Sensorikos el. (-)	Kinestet. elementai (-) ←	Kinestetikos el. (+)	Kūrybinis lygis	Sensorikos el. (+)	→ Sensorikos el. (-)
Susijaudinęs keizeriojimas	<u>Spaudimas</u>	<u>Kinestet.-Sensorika</u>	Sensorinis paviršių, medžiagų, tekstūros tyrinėjimas	2 kraštutinumai:	<u>Susijaudinęs keizeriojimas</u>	Spaudimas	<u>Kinestet.-Sensorika</u>	Sensorinis paviršių, medžiagų, tekstūros tyrinėjimas	2 kraštutinumai:
Prasta linijos kokybė	Badymas	Dinamika kinestetinė išraiška su lygiagrečiu sensorikos ataku	Akių užmerkimas įsijautus	1. Sastingis ar 1 leti judesiai įsijautus į pojičius	Prasta linijos kokybė	Badymas	Dinamika kinestetinė išraiška su lygiagrečiu sensorikos ataku	Akių užmerkimas įsijautus	1. Sastingis ar 1 leti judesiai įsijautus į pojičius
Taikai ir dėmės	Daužymas	<u>Sensorinis ištraukimas</u>	Sensorinis ištraukimas	2. Jutimų vengimas	Taikai ir dėmės	Daužymas	<u>Sensorinis ištraukimas</u>	Sensorinis ištraukimas	2. Jutimų vengimas
Mėtomos priemonės	Gnaibymas			Sensorinių pojičių integracijos stoka	Mėtomos priemonės	Gnaibymas			Sensorinių pojičių integracijos stoka
Gadinamos priemonės	Pliėlymas				Gadinamos priemonės	Pliėlymas			
Popieriaus ar aplinkos ribų nepaisymas	Stovėjimas sustiprinant K funkcijas				Popieriaus ar aplinkos ribų nepaisymas	Stovėjimas sustiprinant K funkcijas			
Suvokimo el. (-) ←	Suvokimo el. (+)	Kūrybinis lygis	Emociniai el. (+)	→ Emociniai el. (-)	Suvokimo el. (-) ←	Suvokimo el. (+)	Kūrybinis lygis	Emociniai el. (+)	→ Emociniai el. (-)
Geometrinės formos	Suvokimo integravimas	<u>Suvokimo-Emociniai</u>	Dominuoja spalvų naudojimas	Suirusios formos	Geometrinės formos	Suvokimo integravimas	<u>Suvokimo-Emociniai</u>	Dominuoja spalvų naudojimas	Suirusios formos
Neužbaigtos formos	<u>Formų dominavimas</u>	<u>Išbaigtos figūros</u>	Ekspresyvos spalvos	Jausmingos formos	Neužbaigtos formos	<u>Formų dominavimas</u>	<u>Išbaigtos figūros</u>	Ekspresyvos spalvos	Jausmingos formos
Stereotipiniai vaizdiniai	<u>Linijų figūrų deriniai</u>	Formalus figūrų išdėstymas	<u>Dinamiški kontūrai</u>	Itin persidengiančios spalvos	Stereotipiniai vaizdiniai	<u>Linijų figūrų deriniai</u>	Formalus figūrų išdėstymas	<u>Dinamiški kontūrai</u>	Itin persidengiančios spalvos
Kopijavimas ar sekimas	<u>Kontūrų figūrų dydži u variacijos</u>	<u>Estetika formų tvarka</u>	Neužbaigti kontūrai	Emocijai vaizdiniai, primenantys halucinacijas	Kopijavimas ar sekimas	<u>Kontūrų figūrų dydži u variacijos</u>	<u>Estetika formų tvarka</u>	Neužbaigti kontūrai	Emocijai vaizdiniai, primenantys halucinacijas
Kontūro dominavimas	<u>Detalių diferenciacija</u>	<u>Dinamiškos formos</u>	Atviros formos	Itin didelės ar sunkios formos	Kontūro dominavimas	<u>Detalių diferenciacija</u>	<u>Dinamiškos formos</u>	Atviros formos	Itin didelės ar sunkios formos
Perdėtus dėmesys detalėms	<u>Mažas erdves išnaudojimas (-25%)</u>	<u>Kūrybiškas spalvų naudojimas</u>	<u>Pasakojama spalvomis</u>	Emociškai ekspresyvios formos	Perdėtus dėmesys detalėms	<u>Mažas erdves išnaudojimas (-25%)</u>	<u>Kūrybiškas spalvų naudojimas</u>	<u>Pasakojama spalvomis</u>	Emociškai ekspresyvios formos
Detalių ar spalvų trūkumas	<u>Adekvatus erdves išnaudojimas</u>	<u>Kūrybiškas spalvų naudojimas</u>	<u>Emociškai ekspresyvios formos</u>	Išnaudota daug erdves (~75%)	Detalių ar spalvų trūkumas	<u>Adekvatus erdves išnaudojimas</u>	<u>Kūrybiškas spalvų naudojimas</u>	<u>Emociškai ekspresyvios formos</u>	Išnaudota daug erdves (~75%)
Mažas erdves išnaudojimas (-25%)	<u>Ištraukimas i išraiška</u>				Mažas erdves išnaudojimas (-25%)	<u>Ištraukimas i išraiška</u>			
Kognityviniai el. (-) ←	Kognityviniai el. (+)	Kūrybinis lygis	Simboliniai el. (+)	→ Simboliniai el. (-)	Kognityviniai el. (-) ←	Kognityviniai el. (+)	Kūrybinis lygis	Simboliniai el. (+)	→ Simboliniai el. (-)
Suirusi erdvė	<u>Erdvės integracija</u>	<u>Kognityv.-Simboliniai</u>	Integruotas simbolizmas	Perdėta identifikacija su simboliu	Suirusi erdvė	<u>Erdvės integracija</u>	<u>Kognityv.-Simboliniai</u>	Integruotas simbolizmas	Perdėta identifikacija su simboliu
Nesikitos abstrakcijos	<u>Abstrakcijos</u>	Imanitvūs problemos sprendimas	Metaforinė ar daugiasluoksnė prasme	Idiosinkratinas ar nesikitus simbolizmas	Nesikitos abstrakcijos	<u>Abstrakcijos</u>	Imanitvūs problemos sprendimas	Metaforinė ar daugiasluoksnė prasme	Idiosinkratinas ar nesikitus simbolizmas
Koncepcionalios prasmės trūkumas	<u>Kategorizavimas</u>	<u>Asmeniniai atradimai</u>	Subjektyvios abstrakcijos	Simbolinis realybės suvokimas	Koncepcionalios prasmės trūkumas	<u>Kategorizavimas</u>	<u>Asmeniniai atradimai</u>	Subjektyvios abstrakcijos	Simbolinis realybės suvokimas
Kraštutiniai vaizdinių skurdumas	<u>Piktogramos</u>	Dvasinės paieškos	Simbolinis spalvų naudojimas	Neprimitivūs jausmus maskuojantys simboliai	Kraštutiniai vaizdinių skurdumas	<u>Piktogramos</u>	Dvasinės paieškos	Simbolinis spalvų naudojimas	Neprimitivūs jausmus maskuojantys simboliai
Rigidiki struktūra	<u>Problemos sprendimas</u>	<u>Objektyvi prasme</u>	Imanitvūs spalvų formavimasis	Imanitvūs spalvų formavimasis	Rigidiki struktūra	<u>Problemos sprendimas</u>	<u>Objektyvi prasme</u>	Imanitvūs spalvų formavimasis	Imanitvūs spalvų formavimasis
Itin gausus žodžių naudojimas	<u>Istorijos pasakojimas</u>		<u>Paslaptes ar dviprasmiškumo elementai</u>	<u>Simbolinės savės reprezentacija</u>	Itin gausus žodžių naudojimas	<u>Istorijos pasakojimas</u>		<u>Paslaptes ar dviprasmiškumo elementai</u>	<u>Simbolinės savės reprezentacija</u>
Spalvų trūkumas					Spalvų trūkumas				

— 1 kūrinys, — 2 kūrinys, — 3 kūrinys, — 4 kūrinys