



**VILNIAUS UNIVERSITETAS
MEDICINOS FAKULTETAS**

Menų terapijos (Dailės terapijos) studijų programa

Reabilitacijos katedra

Tautvilė Kazakevičiūtė

MAGISTRO BAIGIAMASIS DARBAS

**Dailės terapijos patyrimo poveikis karą išgyvenusiems karo pabėgėliams iš
Ukrainos**

The Impact of Art Therapy Experiences for Ukrainian War Refugees

Darbo vadovas

Prof. dr. Sigita Lesinskienė

Katedros vadovas

Asist. dr. Tomas Aukštikalnis

Konsultantas

Lekt. Vaida Adomaitienė

Vilnius, 2024

Studento elektroninio pašto adresas: tautvile.kazakeviciute@mf.stud.vu.lt

PADĖKA

Noriu padėkoti darbo vadovei Prof. dr. Sigitai Lesinskienei ir konsultantei Vaidai Adomaitienei už pagalbą rašant magistro darbą bei už žinias, kurias gavau visų studijų metu.

Taip pat noriu padėkoti dėstytojoms Dr. Audronei Brazauskaitei ir Dovilei Jankauskienei, kurios dalinosi savo ilgamete patirtimi paskaitų metu.

Savo magistro darbą dedikuoju narsiai ir tvirtai Ukrainos tautai, kuri kovoja už mūsų visų laisvę. Skiriu šį darbą ir Lietuvos visuomenės daliai, kuri nepaliauja padėti karo niokojamai Ukrainai ir jos žmonėms, kurie rado prieglobstį mūsų valstybėje.

Turinys

SĄVOKOS

IVADAS	5
DARBO OBJEKTAS, TIKSLAS IR UŽDAVINIAI	6
1. LITERATŪROS APŽVALGA	7
1.1 Karą išgyvenusiujų žmonių padėtis ir integracija pasaulyje bei Lietuvoje.....	7
1.1.1 Kokius simptomus patiria žmonės, išgyvenę karo siaubus.....	7
1.1.2 Emociniai socialiniai aspektai.....	9
1.1.3 Karo pabėgėlių adaptacija ir integracija juos priėmusiose šalyse.....	10
1.2 Reabilitacijos galimybės karą išgyvenusiems žmonėms.....	11
1.2.1 Stacionarūs ir ambulatoriniai reabilitacijos centrai.....	12
1.2.1 Užimtumo programos.....	13
1.3 Dailės terapija karą išgyvenusiems žmonėms	14
1.3.1 Karą išgyvenusiu žmonių piešinių specifiška.....	16
2. TYRIMO METODIKA	17
2.1 Tyrimo organizavimas.....	17
2.2 Tyrimo dalyviai.....	18
2.4 Tyrimo etika ir taisyklės.....	19
2.4.1 Teminė analizė.....	20
2.4.2 Piešinių analizė (formaliųjų elementų analizė).....	20
3. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS	22
3.1 Teminės analizės rezultatai ir apibendrinimas.....	22
3.1.1 Savo identiteto praradimas	22
3.1.2 Trauminės karo patirtys	23
3.1.3 Padidėjęs nerimo lygis karą išgyvenusiems asmenims.....	24
3.1.4 Karo pabėgėlių patiriami integracijos sunkumai naujojoje valstybėje.....	25
3.1.5 Savireguliacijos metodai.....	25
3.1.6 Dailės terapijos nauda karą išgyvenusiems asmenims	26
3.2 Piešinių analizės rezultatai ir apibendrinimas.....	28
3.3 Teminės ir piešinių analizės sąsajos.....	46
TYRIMO REZULTATŲ APIBENDRINIMAS, GALIMYBĖS IR RIBOTUMAS	50
TYRĖJOS REFLEKSIJA	52
IŠVADOS	53
REKOMENDACIJOS	54
LITERATŪROS SĄRAŠAS	55
SANTRAUKA	65
SUMMARY	66
PRIEDAI	

SAŲVOKOS

Dailės terapija - Viena_meno terapijos sričių, skirta paciento fizinei ir psichinei sveikatai stiprinti naudojant dailę, kūrybos procesą ir psichoterapinius santykius. Dailės terapija gali būti taikoma socialinėje, pedagoginėje ar medicinos srityse (LNB Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras, 2024).

Generalizuotas nerimo sutrikimas - Pagrindinis šio sutrikimo požymis yra generalizuotas ir nuolatinis nerimas, tačiau jis neapsiriboja ir nėra stipriai susijęs su jokiais konkrečiomis išorinėmis aplinkybėmis (t. y. jis yra „laisvai plaukiojantis“). Dominuojantys simptomai gali būti įvairūs, bet dažniausiai skundžiamasi nuolatinio nervingumu, virpuliu, raumenų įtampa, prakaitavimu, galvos svaigimu, širdies plakimu, silpnumu ir diskomfortu epigastriume. (TLK-10-AM, 2024). F41.1

Karo pabėgėliai - Civiliai asmenys dėl karo veiksmų priversti palikti savo namus ir išvykti iš savo gyvenamosios teritorijos (LNB Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras, 2024).

Karo trauma - Skaudi trauminė patirtis, kilusi karinio konflikto metu, yra laikoma karo trauma. Karo traumas gali sukelti psichikos sveikatos sutrikimus, tokius kaip potrauminio streso sutrikimą, nerimą ir depresiją (Fielding, 2023).

Košmariški sapnai - Tai sapnai, kupini nerimo ar baimės. Šiuos sapnus individas prisimena labai aiškiai. Išgyvenimai sapne yra labai tikroviški ir dažniausiai susiję su pavojumi gyvybei, saugumui ar savigarbai. Gana dažnai tokios pat arba panašios košmariškų sapnų temos kartojasi. Per tipinį epizodą būna tam tikras vegetacinis sujaudinimas, tačiau nėra ryškesnės vokalizacijos arba kūno judesių. Pabudęs individas greitai tampa budrus ir orientuojasi. (TLK-10-AM, 2024). F51.5

Potrauminio streso sutrikimas (PTSD) - Šis sutrikimas pasireiškia kaip pavėluota ar užsitęsusi reakcija į stresogeninį įvykį ar situaciją, ypač pavojingą arba katastrofišką (ilgalaikę ar trumpalaikę), kuri sukeltų stiprų distresą beveik kiekvienam. Tipiški požymiai yra įkyrus ir pasikartojantis stresogeninio įvykio išgyvenimas prisiminimuose (angl. – flashback), sapnuose arba košmaruose, pasireiškiantis, nepaisant nuolat juntamo emocinio „sustingimo“ ir jausmų blankumo, atsiskyrimas nuo kitų žmonių, nejautrumas aplinkos poveikiui, anhedonija bei vengimas traumą primenančių veiksmų ir situacijų. (TLK-10-AM, 2024). F43.1

IVADAS

Menas nuo žmonijos pradžios yra svarbos dalykas žmonių gyvenime. Kol žmonės nebuvo raštingi, meno pagalba informacija buvo perduodama lyg vaizdiniu dienoraščiu, nes menas yra universali kalba. Istorijos raidoje menas tapo svarbiu istorinių įvykių įamžinimo būdu, todėl šiuo metu žinome, kaip žmonės gyveno praeityje (Artincontext, 2021). Menas yra vienas galingiausių įrankių, kurių galima įteikti žmonėms. Dėl to menas dažnai naudojamas ir politikoje, ir kaip svarbus įtaigos būdas. Taip pat menas neatsiejamas nuo jausmų išraiškos. Menu galima perduoti išgyvenimus ir emocijas nenaudojant verbalinės kalbos. Nebūtina būti profesionalu, norint išreikšti savo jausmus ant popieriaus lapo. Tą pastebėjo anglų menininkas *Adrian Hill* ir nuo 1942 metų menas taikomas gydymo tikslais. Taip atsirado meno terapija. Tuo metu tūkstančius žmonių kamavo tuberkuliozė, žmonės mėnesių mėnesius praleisdavo specializuotose ligoninėse ir sanatorijose. Buvo pastebėta, kad tapyba ir piešimas atpalaiduoja ir nuramina pacientus. Vėliau dailės terapija paplito psichiatrinėse ligoninėse. O iš čia, atlikus tyrimus ir matant teigiamą pagerėjimą gydant pacientus, dailės terapija išplito į kitokio spektro gydymo įstaigas ir imta taikyti privačių praktikų metu (Adelphi Psych Medicine Clinic, 2017). Dailės terapija tai – viena menų terapijos šakų, kuri gali padėti pagerinti žmogaus emocinę būklę. Ši terapija sujungia tradicinę mediciną, psichologiją ir dailę. Dailės terapija yra vienas iš būdų reabilituoti žmones, kurie išgyveno karo siaubus. Karo tema daugumai mūsų buvo matoma tik Holivudo filmuose ir senelių istorijose iš jų vaikystės prisiminimų. Tačiau nuo 2022 vasario 24 d. karo tema tapo aktualiausia ir svarbiausia mūsų visuomenėje. Ukrainoje vykstančio karo tikrosios pasekmės bus matomos tik jam pasibaigus, bet jau dabar galima numatyti, kad pokariu daugelį karo veteranų ir jų išgyvenusių civilių ištiks potrauminis stresas.

JAV nacionalinio PTSS centro duomenimis, net 30 iš 100 Vietnamo karo veteranų patyrė potrauminį streso sutrikimą (National Center for PTSD, 2023). Dailės terapija yra viena psichosocialinės reabilitacijos formų, kuri padeda gydyti karo siaubus išgyvenusius veteranus ir karius, o karo liudininkams suteikia galimybę sugrįžti į visavertį gyvenimą. Remiantis Amerikos dailės terapijos asociacija, dailės terapija karo veteranams ir karą išgyvenusiems civiliams padeda išreikšti trauminius prisiminimus ar išgyvenimus, kuriuos sunku įvardinti verbaliniais žodžiais paprastos psichoterapijos metu. Karą vienaip ar kitaip išgyvenusiems žmonėms dailės terapija taip pat padeda numalšinti susikaupusį nerimą ir gerina emocinę būseną, stiprina pasitikėjimą savimi ir aplinkiniais. Taip pat dailės terapija padeda geriau orientotis tikrovėje, gerina gyvenimo kokybę ir stiprina smulkiąją motoriką (American Art Therapy Association, 2019).

Šis magistrinio darbo tyrimas yra susijęs su šių dienų aktualijomis. Migracijos departamento duomenimis (2024-03-05) šiuo metu Lietuvoje gyvena 41 422 karo pabėgėliai iš Ukrainos. Ir, nors karas tęsiasi daugiau nei dvejus metus, bet asmeniniai žmonių išgyvenimai niekur nedingsta, nes jie negali grįžti saugiai gyventi namo, o jų artimieji tęsia kovą dėl savo valstybės laisvės. Šis tyrimas gali būti naudingas asmenims, kurie išgyvena psichologines karo traumas ir turėtų padėti jiems atsitiesti.

Tyrimo objektas: Karą išgyvenusiu ukrainiečių karo pabėgėlių dailės terapijos patirtys.

Tyrimo tikslas: Išanalizuoti dailės terapijos poveikį karą išgyvusiems karo pabėgėliams iš Ukrainos.

Tyrimo uždaviniai:

1. Remiantis mokslinės literatūros analize, ištirti tyrimo grupės ypatybes ir problematiką
2. Dailės terapijos metodikos paruošimas skirtas karą išgyvusiems karo pabėgėliams.
3. Įvertinti karą išgyvenusiu asmenų vizualinės raiškos ir verbalinės išraiškos sąsajas dailės terapijos procese.
4. Atlikti piešinių ir teminę analizę bei atskleisti dailės terapijos poveikį karą išgyvusiems žmonėms.
5. Remiantis mokslinės literatūros analizės ir tyrimo duomenimis, apžvelgti dailės terapijos taikymo galimybes ir naudą asmenims, kurie išgyveno karo traumas.

1. LITERATŪROS APŽVALGA

1.1 Karą išgyvenusių žmonių padėtis ir integracija pasaulyje bei Lietuvoje

Prieš daugiau nei dvejus metus Ukrainoje prasidėjęs karas sukėlė didelį nuo karo grėsmės bėgančių žmonių srautą. Didžioji dalis pabėgėlių ėmė plūsti į kaimynines Europos Sąjungos šalis. Veiklos duomenų portalo duomenimis, Europos šalyse prieglobstį rado apie 6 milijonai karo pabėgėlių iš Ukrainos, o Lietuvoje šiuo metu glaudžiasi ir čia gyvena 40 tūkstančių karo pabėgėlių, kurie yra Ukrainos piliečiai (United Nations High Commissioner for Refugees, 2024). Šiame skyriuje pateikti simptomai, kuriuos patiria karą išgyvenantys žmonės, aptariami socialiniai aspektai bei integracija juos priėmusiose šalyse. Ši apžvalga leidžia išsiaiškinti esmines problemas ir apibrėžti tyrimo objektą.

1.1.1 Kokius simptomus patiria žmonės išgyvenę karo siaubus

Potrauminio streso sutrikimas (PTSS) tai yra ligos diagnozė, kuri dažniausiai pasireiškia kalbant apie karo pabėgėlius. Taip pat dažnai yra depresija, nerimas ir kiti sutrikimai (Arash Javanbakh, 2022). Ir nors tyrimų atlikta nedaug, galima įžvelgti, kad apie trečdalis karo pabėgėlių peržengia PTSS, depresijos ir nerimo diagnostikos slenkstį (Mesa-Vieira ir kt., 2022). Tyrimas atliktas su karo pabėgėliais iš Sirijos, kurie savo namus turėjo palikti prieš dvejus metus, atskleidė, kad apie 30 % suaugusių diagnozuotas PTSD. Laikui einant, kare patirtos traumos nepraeina, jei jos yra negydomos. O tai gali paveikti smegenų veiklą, sutrikdyti psichinę sveikatą ir padidinti fizinių ligų simptomatiką. Didelę įtaką karo pabėgėlių savijautai taip pat turi socialinis ir kultūrinis atotrūkis, nedarbas ir skurdas (Arash Javanbakh, 2022). Šiame poskyryje aptarsime tris pagrindines diagnozes, kurios yra nustatomos žmonėms, kurie patyrė karo siaubus.

Amerikos psichiatrijos asociacijos teigimu, potrauminio streso sindromas (PTSS) yra psichikos sutrikimas, kuris pasireiškia asmenims patyrusiems trauminį įvykį ar kelis tokius įvykius. Patirtas emociškai ir fiziškai žalingas ar pavojų gyvybei keliantis įvykis gali turėti įtakos psichinei, fizinei ir socialinei žmogaus gyvenimo gerovei. Trauminių įvykių pavyzdžiai: stichinės nelaimės, rimtos automobilių avarijos, teroro aktai, kariniai įvykiai, seksualiniai išpuoliai prieš asmenį, istorinės traumos, artimųjų ar partnerių smurtas ir kt. (The American Psychiatric Association, 2013). Daugiau nei prieš 40 metų (1980) Amerikos psichiatrų asociacija oficialiai pripažino PTSS. Šis pripažinimas leido pradėti potrauminio streso reakcijų ir intervencijų mokslinius tyrimus (Geležėlytė, 2022). Lietuvos traumų

psichologijos asociacija išskiria šiuos pagrindinius PTSS simptomus: nuolatinis traumavusio įvykio prisiminimas, staiga atsirandantys vaizdiniai apie išgyventą įvykį, kurie gali trukti nuo kelių sekundžių iki kelių valandų. Tokie vaizdiniai dažnai būna lydimi nerimo, prakaitavimo, stipraus širdies plakimo ir padažnėjusio kvėpavimo. Asmuo paprastai vengia su traumišku įvykiu susijusių užuominų ar situacijų (pavyzdžiui, jei buvo užpultas lifte – vengia juo naudotis). Asmenys, patyrę trauminius įvykius, gali jausti nuolatinę įtampą, nuolatinį grėsmės jausmą ir baimę, kad bet kurią akimirką gali nutikti kažkas blogo (Lietuvos traumų psichologijos asociacija, 2024).

Kitas simptomas, kuris dažnai pasireiškia žmonės išgyvenusiems karą, yra depresija. TLK-10 depresija priskiria prie yra psichikos ir elgesio sutrikimų (TLK-10-AM, 2024). Pasak gydytojo psichiatro V.Mačiulio, depresijos priežastys ir simptomai labai įvairūs. Tai ir nuotikos sutrikimai, pasireiškiantis liūdesiu, ir sumažėjęs aktyvumas, ir sulėtėję judesiai bei mąstymas ar įvairūs somatiniai negalavimai (Mačiulis, 2024). Depresiją karo pabėgėliams dažniausiai sukelia patirtos emocinės traumos karo zonoje, namų ir artimųjų praradimas. Tačiau depresijos simptomus gali sukelti ir ne tiesioginis buvimas karo zonoje, o per didelę koncentraciją į žiniasklaidos viešinamą informaciją (Czupała ir kt., 2023). Po atliktų tyrimų yra žinoma, kad 42 % karo pabėgėlių iš Ukrainos kenčia nuo vidutinės ar sunkios depresijos (Kavanová, 2022).

Trečias sutrikimas, kuris dažnai pasireiškia karo pabėgėliams, yra padidėjęs nerimas. Aiškinamajame psichologijos terminų žodyne nerimas apibrėžiamas, kaip emocinė būseną, kai jauti neapibrėžtą grėsmės išgyvenimą, kylantį dėl vidinio ar išorinio, tikro ar tariamo pavojaus (Bagdonas, Bliumas, 2019, 203p.). Karo pabėgėliams nerimą kelia baimė, kad vėl patirs emocinių traumų, juos įkyriai persekioja nerimas dėl savo namų ir šeimos narių. Padidėjęs nerimas gali trukdyti kasdieniui veiklai ir padaryti gyvenimą neįtikėtinais sunkiu (McLean Hospital, 2022). Atlikti tyrimai rodo, kad net 53 % karą išgyvenusiųjų ukrainiečių jaučia padidėjusį stresą (Lushchak ir kt., 2023).

Atliktų tyrimų duomenys rodo, kad karą išgyvenusiems asmenims pasireiškiančių sutrikimų skaičiai procentais yra labai dideli. Todėl turime dėti dideles pastangas tam, kad visuomenės dalis, radusi prieglobstį Lietuvoje, jaustųsi geriau.

1.1.2 Emociniai socialiniai aspektai

Karo metu žmonės susiduria su begale traumuojančių įvykių – nuo namų netekimo, bejėgiškumo bandant išgyventi, nuo baimės būti perkeltiems į kitas šalis, prarasti artimuosius, patirti smurtą, pvz., kankinimus, žmogžudystes ir kitus gyvybei pavojingus įvykius. Asmenys, patyrę karo traumų, susiduria su neįprastai dideliais psichikos išgyvenimais: depresija, nerimu, baime, disocijacija, potrauminio streso sutrikimu ir kt. (Sharma, 2022). Tyrimai rodo, kad karo pasekmės daro didelį poveikį civilių gyventojų psichinei sveikatai. Moterys yra labiau paveiktos nei vyrai. Kitos pažeidžiamos grupės yra vaikai, pagyvenę žmonės ir neįgalieji (Murthy & Lakshminarayana, 2006). Pasak mokslinių tyrimų, žmonės, net ir atsidūrusius saugiose šalyse, kur tiesioginės karo grėsmės nėra, karo traumas ir su jomis susiję stresoriai nesiliauja persekioti. Kai žmonės palieka karo zonas, stresą sukeltantys veiksniai, susiję su naujomis juos priimančiomis šalimis ir naujų namų radimu, gali taip pat sustiprėti ir kelti naujų rūpesčių (Anjum ir kt., 2023). Priimančiuose šalyse karo pabėgėliai susiduria su stresą keliančiais sunkumais: finansiniu nestabilumu, sunkumais ieškant tinkamo būsto ir darbo, kalbos nemokėjimu, socialinio statuso praradimu ir daugeliu kitų aspektų (NCTSN, 2018).

Pasak Amerikos psichologų asociacijos (APA), emocijos apibrėžiamos kaip sudėtingas reakcijos modelis, apimantis patirties, elgesio ir fiziologinius elementus. Emocijos yra tai, kaip žmonės sprendžia iškilusias situacijas, kurios jiems atrodo svarbios. Emociniai išgyvenimai susideda iš trijų komponentų: subjektyvios patirties, fiziologinės reakcijos ir elgesio arba ekspresyvos reakcijos (APA Dictionary of Psychology, 2014).

Emocijos, kurios gali kilti karą išgyvenusiems asmenims: pyktis, kai žmonės mano, kad įvykis, keliantis grėsmę jų gyvenimui yra nesąžiningas ir neteisingas, gėda ir pasididžiavimas yra dvi moralinės emocijos, kurios gali kilti pripažįstant savo ar visuomenės klaidas ar nuopelnus, susijusius su individualiais ar visuomenės interesais bei gerove. Beviltiškumas vienas iš dažniausių emocijų, kurias jaučia karo pabėgėliai. Tai sukelia neviltį ir bejėgiškumo jausmą (Raccanello ir kt., 2024).

Be emocinių sunkumų karo pabėgėliams tenka patirti ir socialinių sunkumų karo metu. Ukrainos Valstybės sienos apsaugos tarnybos duomenimis, esant karinei padėčiai vyrai nuo 18 iki 60 metų gali būti mobilizuoti ir jiems neleidžiama keliauti už Ukrainos ribų (Visitukraine, 2023). Taigi Ukrainos karo pabėgėlius daugiausiai sudaro moterys su vaikais. Moterims vienoms reikia užtikrinti pagrindinius poreikius ir gerovę. Ankstesni tyrimai parodė, kad moterys pabėgėlės gali patirti trigubą nepalankią padėtį, nes su lytimi, imigrantų statusu ir priverstine migracija susiję iššūkiai susilieja ir vienas kitą sustiprina

(Liebig ir Tronstad, 2018). Pabėgėliams paprastai sunku patekti į darbo rinką ir vidutiniškai jų darbingumo lygis yra mažesnis nei kitų migrantų grupių, atvykstančių gyventi į pasirinktas šalis (European Commission and OECD 2016). Kadangi dauguma atvykstančių karo pabėgėlių iš Ukrainos yra moterys su vaikais, dažnai bėgančios be savo vyrų, FRA atlikta apklausa parodė, kad trys iš dešimties karo pabėgėlių Europos Sąjungoje negali dirbti dėl vaiko priežiūros, nes nėra sudarytų tinkamų sąlygų vaiko priežiūros įstaigose (European Union Agency for Fundamental Rights, 2023). Dar vienas aspektas, su kuriuo susiduria vienišos karo pabėgėlės iš Ukrainos, yra ekonominis ir seksualinis išnaudojimas. Kai kurios Europos Sąjungos šalys pradėjo tyrimus dėl prekybos žmonėmis. Tokia patirtis gali turėti ilgalaikį poveikį fiziniam ir psichologiniam asmenų saugumui, ypač jei asmenys lieka be pakankamos paramos, o tai turi įtakos priverstinių migrantų gebėjimui integruotis naujojoje šalyje. Jiems yra sunku įsitraukti į darbą ar mokslą, atsiranda nestabilumas ir baimės jausmas (Phillimore et al., 2022). Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija ir socialinės organizacijos veikia tam, kad Lietuvoje karo pabėgėliai gautų reikalingą socialinę paramą bei jaustųsi saugiai ir stabiliai (SADM, 2022).

1.1.3 Karo pabėgėlių adaptacija ir integracija juos priėmusiose šalyse

Prieš išvykdami į naująją šalį, karo pabėgėliai patiria daug emocinių traumų. Atvykę į juos priėmusias šalis, karo pabėgėliai ir toliau susiduria su tokiais sudėtingais iššūkiais, kaip kultūrinė adaptacija, būsto paieškos, psichikos sveikatos sunkumai, vaikų integracija į švietimo sistemą, darbo paieškos, pagalba savo šeimos nariams prisitaikyti ir mokytis savarankiškai nepažįstamoje šalyje (Byrd, Natasha Brynn, 2021). Persikėlimas į naujas šalis tampa lyg nauju gyvenimo etapu. Šį gyvenimą keičianti patirtis reikalauja, kad atvykstantys prisitaikytų prie naujos aplinkos sistemos ir kitos kultūros (Safak-Ayvazoglu ir Kunuroglu, 2021). Galimybė mokytis yra būtina sąlyga karo pabėgėliams, nes tai padeda integruotis į naująją visuomenę (Byrd, Natasha Brynn, 2021). Visose ES šalyse daromos pastangos integruoti nuo karo bėgančius ukrainiečių vaikus, šeimos informuojamos apie mokyklų teikiamą naudą. Tačiau yra žmonių, kurie galvoja, kad tuoj galės grįžti į namus ir neskuba leisti vaikų į mokslus, taip mažindami savo šeimos integraciją naujosiose šalyse (European School Education Platform, 2023). Lietuvoje esančio Rytų Europos studijų centro atliktame tyrime, apie 35 % respondentų Lietuvos švietimo sistemą ir vaikų priežiūros paslaugas vertina 10 balų iš 10, o didžiausios problemos yra kalbos barjeras ir sunkumai prisitaikant prie Lietuvos švietimo sistemos (Tkachuk, Kostrykina, Janeliūnas, 2023). Kitas svarbus aspektas,

su kuriuo susiduria karo pabėgėliai kitose šalyse, yra skirtingos sveikatos sistemos. Dauguma pabėgėlių atvyksta iš nuo karo nukentėjusių šalių ir pakeliui patiria tiek emocinių, tiek fizinių traumų bei dažnai serga lėtinėmis ligomis (Byrd, Natasha Brynn, 2021). Europos šalyse prieglobstį rado milijonai karo pabėgėlių iš Ukrainos ir ši tendencija tęsiasi. Dėl didelių žmonių srautų, kuriuos sukėlė karas, trūksta medicininės įrangos bei medicinos darbuotojų (EIT, 2022). Lietuvoje atliktame tyrime teigiama, kad į sveikatos priežiūros specialistus kreipėsi maždaug 60 % nuo karo grėsmės prieglobstį radusių žmonių. Lietuvos sveikatos apsaugos sistemą jie įvertino vidutiniškai 6,32 balo ir pažymėtina, kad tai daugiausia sietina su ilgu vizito pas medikus laukimu, o ne su suteiktos medicinos pagalbos kokybe (Tkachuk, Kostrykina, Janeliūnas, 2023). Darbas yra dar vienas integracijos naujojoje šalyje aspektas. Kuo greičiau karo pabėgėliai gali įgauti šį oficialų statusą dirbti, tuo greičiau jie galės integruotis naujojoje šalyje. ES per kelias dienas po Rusijos invazijos suaktyvino perkeltųjų ukrainiečių laikinosios apsaugos direktyvą, kuri leidžia gyventi ir dirbti, o tai buvo labai svarbu padedant jiems integruotis naujose šalyse (Catoir, 2023). Lietuvoje ukrainiečiams netaikomas darbo rinkos poreikio vertinimas. Jiems taip pat yra suteikta galimybė dirbti ir pagal laikinąją darbo sutartį ar vykdyti savarankišką veiklą (Užimtumo tarnyba, 2022). Tkachuk, Kostrykinos ir Janeliūno atliktame tyrime dauguma respondentų (65 %) Lietuvoje turi stabilias pajamas. Daugiau negu pusė dirbančių ukrainiečių pajamas gauna dirbdami pagal oficialią darbo sutartį. Šie skaičiai džiugina ir rodo, kad Lietuvoje karo pabėgėliai iš Ukrainos integruojasi sėkmingai (Tkachuk, Kostrykina, Janeliūnas, 2023).

1.2 Reabilitacijos galimybės karą išgyvenusiems žmonėms

Ilgamečiai moksliniai tyrimai rodo, kad reabilitacinis gydymas žmonėms, kurie patyrė sunkius išgyvenimus, gali padėti greičiau atsistatyti, veiksmingai sumažina potrauminio streso sutrikimą ir depresiją daugiau nei 85% atvejų (Basoglu, 2006).

Pagal Valstybinės ligonių kasos prie Sveikatos apsaugos ministerijos pateiktą apibrėžimą, medicinine reabilitacija vadinamas kompleksinis medicininių reabilitacijos metodų (kineziterapijos, ergoterapijos, fizioterapijos ir kt.) taikymas, atkuriant sutrikusias paciento biopsichosocialines funkcijas. Medicininė reabilitacija taikoma pacientams po sunkių operacijų, ligų ar traumų, sergantiesiems lėtinėmis ligomis. (Valstybinė ligonių kasa prie Sveikatos apsaugos ministerijos, 2024). Prasidėjus karui Ukrainoje, Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministerija išleido įstatymą, kuriuo įsipareigoja suteikti sveikatos priežiūrą nuo karo bėgantiems Ukrainos piliečiams kol vyksta kariniai veiksmai (Lietuvos

Respublikos vidaus reikalų ministerija, 2022). Medicininė rehabilitacija skiriama kare fiziškai sužeistiems žmonėms, dažniausiai tai – kariai. Psichosocialinė rehabilitacija tai yra rehabilitacija, kuri suteikiama psichikos ir elgesio sutrikimus turintiems žmonėms. Ji skiriama po stacionarinio gydymo ligoninėje. Psichosocialinę rehabilitaciją Lietuvoje gali teikti tik įstaigos, turinčios licenciją teikti stacionarines psichiatrijos paslaugas (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija, 2012).

1.2.1 Stacionarūs ir ambulatoriniai rehabilitacijos centrai

Pagal Lietuvos įstatymuose numatytas gaires, rehabilitacijos ligoninės taiko programas po fizinių traumų nukentėjusiems karo pabėgėliams ir Ukrainos kariams. (Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministerija, 2022). Druskininkuose veikia Karių rehabilitacijos centras, kuriame sudaryta speciali programa asmenims, patyrusiems sužeidimus karo fronte (Lietuvos kariuomenė, 2021). Šis centras vienu metu priima šešis kariškius iš Ukrainos, kuriems suteikiama stacionarinė trijų savaičių rehabilitacijos programa. Šioje programoje dirba ir psichiatras-psichoterapeutas, kuris jiems suteikia psichologinę pagalbą (Baškienė, 2023). Tačiau šis centras ir programa skirta tik kariškiams ir jų šeimų nariams. Jungtinėse Amerikos Valstijose (JAV) yra daug rehabilitacijos centrų, skirtų karo veteranams, nes šioje šalyje yra didelė karo veteranų bendruomenė, kuri susiduria su įvairiomis problemomis. Potrauminio streso simptomai neapsiriboja tik veteranais, tačiau kariškiai patiria PTSD beveik keturis kartus dažniau (8 % civilių vyrų ir 36 % vyrų veteranų). Nacionalinio psichikos ligų aljanso (NAMI) duomenimis, depresija yra vienas labiausiai paplitusių psichikos sveikatos sutrikimų. Karo veteranų gretose depresijos diagnozavimo dažnis yra 14 % (Olenick ir kt., 2015). Tokio pobūdžio rehabilitacijos centruose veteranams taikomas medikamentinis gydymas kartu su grupine ir individualia terapija (muzika, dailė ar psichologų konsultacijos). Tačiau 2022 vasarį prasidėjus Rusijos karui prieš Ukrainą, namus turėjo palikti per 13 milijonų civilių žmonių. Tokios karo migracijos pasaulis neturėjo nuo II pasaulinio karo laikų (Andrews ir kt., 2023). Kartu su šia karo pabėgėlių migracija kilo poreikis suteikti pagalbą, skirtą atsigauti po kare patirtų išgyvenimų. Viena tokių iniciatyvų buvo surengti tarptautinę konferenciją Kijeve 2023 m. lapkričio 21 d. Jungtinių Tautų plėtros programos (JTVP) atstovai šioje konferencijoje aptarė iššūkius, su kuriais susiduria rehabilitacijos sistema Ukrainoje ir kitose šalyse. Nubrėžtos pagrindinės šios srities plėtros kryptys ateinantiems metams, akcentuojant tarptautinį bendradarbiavimo poreikį karo metu (United Nations Development Programme, 2023). Valstybės, kurios priėmė daug pabėgėlių, taip pat bando spręsti, kaip padėti žmonėms,

atsidūrusiems jų šalyse. Vienas tokių pavyzdžių yra Vengrijoje su karo pabėgėliais iš Ukrainos dirbanti nusipelnusi psichiatrė Dr. Lilla Hárđi. Jos teigimu, karo pabėgėlių, kurie į Vengriją atvažiavo po trejų metų karo, psichinė būklė yra prastesnė, nei karo pabėgėlių, kurie pasitraukė į užsienį dar karo pradžioje. Pasak Dr. Hárđi, vienus ir kitus pasiekia nemalonios naujienos iš giminaičių ir draugų, kurios nuolatos kelia įtampą. Dr. Hárđi kartu su kolegomis sukūrė iniciatyvą teikti psichikos sveikatos gydymą ir psichosocialinę pagalbą karo pabėgėliams iš Ukrainos, kurie atvyksta į Vengriją. Dr. Hárđi komanda taiko muzikos ir dailės terapijos metodus, nes žmonėms, kurie daugiau nei dvejus metus praleido karo zonoje ir išgyveno neapsakomus žiaurumus bei siaubą, yra sunku išreikšti savo jausmus verbališkai (Simon, 2024). Lietuvoje, kuri taip pat priėmė daugiau nei 40 tūkstančių karo pabėgėlių, atsirado poreikis atidaryti Psichotraumatologijos centrą pabėgėliams iš Ukrainos ir Baltarusijos. Centras įsikūrė Vilniaus psichikos sveikatos centre (Vasaros g. 5, IV korpusas). Centre konsultuoja suaugusiųjų psichiatras-psichoterapeutas ir vaikų psichiatras-psichoterapeutas. Konsultacijos vyksta ukrainiečių ir rusų kalbomis.

1.2.1 Užimtumo programos

Karo traumas patyrusiems pabėgėliams tenka susidurti su naujais streso veiksniais juos priėmusiose šalyse. Tai yra: kalbos barjeras, užsienio kalbos mokymasis ir naujos socialinės bei kultūrinės normos, kurios nėra įprastos. Taip pat atsiranda su šeima susiję rūpesčiai, mokyklų paieškos, konfliktai, finansinės ir būsto problemos ar nedarbas. Buvo įrodyta, kad streso šaltiniai, susiję su perkėlimu į naują valstybę, kenkia psichinei sveikatai, gali iššaukti potrauminį streso sutrikimą (PTSD), nerimą ir depresiją. Todėl labai svarbu visa apimtimi padėti žmonėms, kurie ir taip išgyveno karo siaubus (Ociepa-Kicińska Gorzałczyńska-Koczkodaj, 2022). Itin aktualu sukurti aplinką, kurioje žmonės galėtų jaustis saugūs. Bendruomeniškumo jausmas Ukrainos visuomenėje yra gyvybiškai svarbus. Jiems tikrai rūpi bendrauti, pasidalinti džiaugsmiais ir nusivylimais (Vitruk, 2023). Bendruomenės supratingumas ir palaikymas padeda greičiau atsigauti po traumuojančios patirties. Buvimas palaikančioje bendruomenėje skatina karo pabėgėlių integraciją ir gerovę bei gali padėti užkirsti kelią psichikos sutrikimų atsiradimui (Migliorini ir kt., 2023). Anot Vokietijoje atlikto tyrimo, pagrindiniai psichinės gerovės ir socialinio atsparumo šaltiniai pabėgėliams yra vietos bendruomenių supratingumas, socialinių paslaugų prieinamumas, naujų pažinčių kūrimas ir galimybė mokytis. Buvimas bendruomenėse ir galimybė mokytis skatina pabėgėlius palankiai žiūrėti į savo gyvenimą ir į ateitį naujojoje šalyje. Taip pat buvo

nustatyta, kad tai palengvina geresnę integraciją ir prisitaikymą (Gebresilassie ir kt., 2022). Valstybėse, kurios priėmė daugiausiai karo pabėgėlių iš Ukrainos, buvo įsteigti užimtumo centrai, skirti nuo karo bėgantiems žmonėms. Lenkijos sostinėje Varšuvoje, kuri priėmė daug karo pabėgėlių, veikia septyni ukrainiečiams skirti centrai. Šiuose centruose žmonėms suteikiama teisinės pagalbos, kalbos kursai, maisto gaminimo pamokos, jogos ir psichologinės pagalbos mokymai (Danish Refugee Council, 2023). Pabėgėliai turi didesnę prastos psichinės sveikatos rodiklį, palyginus su bendra populiacija, tačiau jie rečiau kreipiasi į specialistus. Tai labai paveikia jų gebėjimą integruotis naujojoje šalyje (Sangalang ir Vang, 2017). Todėl labai svarbu užtikrinti prieinamas paslaugas pabėgėliams nuo karo. Lietuvoje veikia Ukrainos centras, kuris yra įsteigtas Vytauto Didžiojo universitete. Centre sudarytos sąlygos ukrainiečiams bendrauti tarpusavyje, organizuoti kultūros, švietimo ir socialinius renginius, mokytis lietuvių kalbos (Ukrainos centras, 2022). Socialinių ryšių kūrimas ir įsitraukimas į socialines veiklas yra priemonė atitraukti dėmesį nuo slegiančių minčių. Be to, naršymas socialiniuose tinkluose taip pat pagerina pabėgėlių vaikų patirtį mokykloje (Measham ir kt., 2014). Bendruomenių parama ir užimtumas pagerina pabėgėlių psichologinę būseną beviltiškumo laikotarpiu (Anjum ir kt., 2023).

1.3 Dailės terapija karą išgyvenusiems žmonėms

Pasak Amerikos dailės terapijos asociacijos, dailės terapija padeda tyrinėti savo jausmus, sutaikyti emocinius konfliktus, ugdyti savimoneę, valdyti elgesį ir priklausomybes, ugdyti socialinius įgūdžius, gerinti orientaciją į tikrovę, sumažinti nerimą ir padidinti savigarbą (Ramirez, 2009). Mokslininkės K. Collie su kolegomis atlikti tyrimai įrodo, kad kūrybinė raiška padeda atsigauti nuo emocinių sutrikimų, susijusių su psichologinėmis traumomis ir išgyvenimais, taip pat dailės terapija yra veiksmingesnė už kitus gydymo būdus, nes pacientams, patyrusiems emocines traumas, taip yra lengviau apdoroti ir pateikti patirtus išgyvenimus nei verbalinės terapijos metu (Collie ir kt. 2006). Pavyzdžiui, analizuojant N. Morina ir kitų mokslininkų tyrimus, kurie kalba apie depresijos ir potrauminio streso paplitimą civiliams išgyvenusiems karą, galima teigti, jog žmonėms, kurie išgyveno karą, yra didesnė tikimybė turėti psichikos sveikatos komplikacijų, įskaitant nerimą ir depresiją, palyginti su tais, kurie nepatyrė tų karo išgyvenimų (Morina ir kt., 2018). Dar viena aktuali problema yra kalbos barjeras, kuris ukrainiečiams sukelia diskomfortą, todėl daugelis tyrimų patvirtina, kad dailės terapija yra veiksminga žmonėms, turintiems žodinio bendravimo sunkumų dėl kalbos nežinojimo ir tiems asmenims, kurie patiria daug psichologinio nerimo

(Kim ir kt., 2022). Daugumos dailės terapijos tyrimų rezultatų rodo, kad kuriant yra lengviau išgyventi trauminių situacijų patirtis, o neigiamų emocijų išreiškimas meno priemonėmis ir traumos vizualizavimas yra mažiau emociškai skaudus (Kim ir kt., 2022). Taip dailės terapija suteikia galimybę karo pabėgėliams toleruoti savo neigiamas emocijas, kai jie tampa pajėgūs reguliuoti savo emocijas. (Annous ir kt., 2022). Kai asmenys vaizduoja savo tikruosius namus, artimuosius, savo istorijas per piešimą, jų asmenybė gali sustiprėti ir patirti momentinių namų, stabilumo ir prisiminimo jausmą (Dieterich-Hartwell ir Koch, 2017). Taip pat ir lytėjimo bei regos pojūčiai tiesiogiai jungiasi su mūsų smegenų baimės centru, todėl dailės terapija yra tinkama dirbti su trauminėmis patirtimis (Lusebrink, 2004). Tokiems pacientams yra veiksmingas mandalos technikos taikymas, nes jis naudingas įvairaus amžiaus grupėms gydyti (Slayton, D'Archer, ir Kaplan, 2010). Dailės terapijos taikymas įvairių emocijų traumų gydymui suteikia erdvės individualiai tyrinėti įvairias mintis ir jausmus, labiau sutelkti dėmesį į save (Naff, 2014; Skeffington ir Browne, 2014). Atlikti tyrimai parodo, kad dailės terapija yra veiksmingas gydymo būdas suaugusiems, patyrusiems traumas, ypač tada, kai gydymas yra ilgalaikis (Regev ir Cohen-Yatziv, 2018). Kai kurių psichodinaminės krypties psichoterapeutų požiūriu, dailės terapijos taikymas emocijų traumų gydymui pabrėžia ryšį tarp kūno, biologijos ir proto (Kalmanowitz ir Ho, 2016). Dailės terapija sujungia praeitį ir dabartį, bet kartu suteikia jausmą čia ir dabar, nes kūrybinis procesas vyksta dabartyje. Pacientas piešia praeitį ir taip aktyviai įsitraukia į procesą, nes piešdamas dabartyje sugeba palengvinti praeities išgyvenimus (Kalmanowitz ir Ho, 2016). Anot Kalmanowitz ir Ho atlikto tyrimo su pabėgėliais, kurie buvo priversti palikti savo valstybes dėl grėsmės gyvybei, dailės terapija gali palengvinti išreikšti jausmus, kurie yra susiję su trauma, kančia ar susidorojimu, o ypač tokiomis emocijomis kaip pyktis, įniršis, pažeidžiamumas, depresija ar nusivylimas. Tai taip pat gali sukelti palengvėjimo jausmą ir atskleisti tai, kas anksčiau buvo nesąmoninga. Piešiant gali kilti emocijos, jausmai ir prisiminimai, o tai anksčiau buvo užslopinta. Dailės terapija tyrimo dalyviams padėjo suprasti ne tik tai, kas jie buvo ir ką išgyveno, bet galbūt ir tai, kuo jie galėtų tapti ateityje.

1.3.1 Karą išgyvenusių žmonių piešinių specifika

Knygos „Art-Making with Refugees and Survivors“ autorė Sally Adnams Jones teigia kad, asmeninių išteklių įvertinimas ir savigarbos lygis turi didelę ir teigiamą įtaką gero darbo lūkesčiams. Ir aukštesnis asmeninių išteklių lygis, ir aukštesnis savigarbos lygis lėmė didesnius gero darbo lūkesčius. Asmeninių išteklių įvertinimas taip pat teigiamai veikia savigarbos lygį. Mokslininkai rado tiesioginį ryšį tarp asmeninių išteklių, savigarbos ir polinkio į nuolankumą (Toll, 2018).

Dailės terapija pabėgėliams gali tapti lyg laikiniais namais vykstant adaptacijos procesui, saugia ir aktyvia pereinamąja erdve. Piešiant ar lipdant skulptūras namų temomis iš praeities, galima padėti pabėgėliams išlaikyti savo tapatybę per meną, o saugių erdvių kūrimas ateičiai padeda žvelgti į priekį ir kaupti vidinius resursus. Tyrimai rodo, kad per kūrybinius menus žmonės lengviau prisitaiko prie naujos aplinkos (Dieterich-Hartwell ir Koch, 2017).

Žmonių išgyvenusių emocines traumas piešiniuose dažniausiai iškyla prisiminimai apie traumines patirtis, sapnų vaizdiniai, taip pat neretai vaizduojamas kaltės jausmas (Talwar, 2007). Karo siaubus išgyvenusių žmonių piešiniuose dažnai figūruoja tamsių spalvų atspalviai, grafinėje raiškoje dominuoja aštrios linijos ir kontūrai, dažniausiai piešiama nervingai ir greitai, o tai parodo didelį nerimą, įtampą ir stresą (Tomassoni ir Galetta, 2016). Shahla Nakhost Isfahani dailės terapijos tyrime rašo, kad asmenų, kurie buvo priversti palikti savo namus, piešiniuose jaučiama nostalgija, išsiskyrimo ir netekties, vienišumo, kaltės ir gėdos jausmai. Dažnai vaizduojami geri vaikystės prisiminimai, tradicijos ir religiniai aspektai, kurie išreiškiami simboliais (Isfahani, 2008). Karo siaubus išgyvenę ukrainiečiai savo terapiniuose piešiniuose vaizduoja savo skausmą, viltį ir daug patriotiškos simbolikos (Arhirova, 2023). Pasaulyje nėra daug tyrimų apie suaugusiųjų Ukrainos karo pabėgėlių piešinių specifika dailės terapijoje, tad atlikta empirinė tyrimo dalis suteiks daugiau naudingos informacijos. Tikrinant Lietuvos universitetų duomenų bazes, tyrimų nebuvo aptikta.

2. TYRIMO METODIKA

Tyrimo objektas: Karą išgyvenusią ukrainiečių karo pabėgėlių dailės terapijos patirtys.

Tyrimo dalyviai: Suaugusieji pabėgėliai iš Ukrainos, kurie išgyveno karo siaubus.

Metodai: Interviu, refleksijos ir piešinių formaliųjų elementų analizė.

Tyrimo vieta: Lietuvos Raudonojo Kryžiaus draugijos biuras ir PC Europa. Lietuvos Raudonasis Kryžius (RK) tai – visuomeninė organizacija, kurios veiklos tikslas yra apsaugoti žmonių gyvybes ir orumą, teikti visokeriopą pagalbą nelaimės ištiktiems žmonėms.

Tyrimo eiga: Pirmiausiai buvo suformuota problematika ir tyrimo aktualumas. Surasta organizacija, kuri sutiko skirti patalpas ir dalį inventoriaus. Vėliau buvo pradėta ieškoti tyrimo dalyvių. Registracija į užsiėmimus vyko RK interneto platformose. Pirmojo užsiėmimo metu vyko įvadinis pristatymas apie dailės terapiją, tyrimo tikslus, o dalyviai buvo supažindinti su dailės terapijos etika ir užsiėmimų taisyklėmis, buvo surengtas įžanginis dailės terapijos užsiėmimas. Po visų užsiėmimų jų dalyviai buvo pakviesti dalyvauti interviu. Iš viso vyko 7 dailės terapijos užsiėmimai, o 8-ojo užsiėmimo metu vyko interviu su kiekvienu dalyviu. Interviu buvo įrašinėjami, o po kiekvieno užsiėmimo darbai buvo fotografuojami ir aprašomi. Antrojo užsiėmimo metu dalyvių, kurie apsisprendė dalyvauti tyrime, buvo paprašyta pasirašyti sutikimo formą (priedas nr. 1). Pasibaigus visoms sesijoms, interviu įrašai buvo iššifruojami ir analizuojami teminės analizės būdu. Po to buvo atlikta piešinių formaliųjų elementų analizė ir daromas palyginimas su teminės analizės rezultatais. Vėliau buvo formuluojamos išvados ir rekomendacijos.

2.1 Tyrimo organizavimas

Tyrimas vyko Lietuvos Raudonojo Kryžiaus draugijos biuro Azijos auditorijoje, kuri įsikūrusi prekybos centro „Europa“ trečiajame aukšte. Pirmasis susitikimas vyko 2023 m. lapkričio 30 d. nuo 16 val. Iš viso su dalyviais buvo surengti 8 susitikimai, kurių trukmė ketvirtadienių vakarais buvo po 1,5-2 val. Paskutinis susitikimas įvyko 2024 m. sausio 25 d. Jo metu buvo imami interviu. Tyrimo dalyvių atranką padėjo organizuoti RK organizacija, turinti

savo sklaidos kanalus ir galėjusi informuoti prieglobstį Lietuvoje gavusius ukrainiečius. Dailės terapijos užsiėmimų eigą sudarė pasisveikinimas, pasikeitimas informacija apie dalyvių savijautą, buvo pranešamos naujienos, įvykusios per savaitę, o vėliau buvo atliekama apšilimo užduotis (ne visada). Tada sekė pagrindinės temos paaiškinimas, pats kūrybinis procesas, refleksija ir atsisveikinimas iki kitos savaitės. Užsiėmimų dalyviai pasirašė sutikimo formą, kurioje pritarė piešinių ir refleksijų metu išsakytų minčių naudojimui tyrimo tikslams.

2.2 Tyrimo dalyviai

Į kvietimą dalyvauti dailės terapijos užsiėmimuose užsiregistravo 18 asmenų. Į pirmąjį įvadinį užsiėmimą atėjo 7 žmonės. Po pirmojo užsiėmimo kai kurie dalyviai paaiškino, kad jiems per sunku dalyvauti tokio tipo užsiėmimuose. Kiti pareiškė, kad negali dalyvauti dėl darbo, treči nepaaiškino, kodėl negrįžo. Į antrąjį užsiėmimą atėjo 3 dalyviai, kurie ir sutiko dalyvauti tyrime bei pasirašė, kad dalyvaus interviu visų sesijų pabaigoje. Raudonojo Kryžiaus darbuotojai paaiškino, kad jų praktikoje dažnai pasitaiko žmonės, kurie užsiregistruoja, bet nusprendžia neateiti, kai užsiėmimai yra nemokami.

Dalyvis (pakeisti) vardai	Apytikslis amžius	Užsiėmimų skaičius, kuriuos dalyvavo	Sutiko dalyvauti tyrime ir davė interviu
Anastasia	25-30	5	Taip
Maria	50-55	7	Taip
Irina	55-60		
Antonina	25-30		
Olena	30-35		
Alla	25-30		
Andriy	60- 65	7	Taip

1 lentelė

2.3 Tyrimo etika ir taisyklės

Viso tyrimo metu buvo laikomasi etikos normų. Pirmojo užsiėmimo metu dalyviai buvo informuoti apie tyrimą, jo reikšmę ir eigą. Dalyviams buvo paaiškintos taisyklės, kurios suteikė užsiėmimams tvarkos ir struktūros. Tyrimo dalyviams buvo įteikta sutikimo forma, kurios vienas egzempliorių atiteko jiems. Sutikimo formoje galima buvo pažymėti, ar tyrimo dalyviai sutinka dalyvauti interviu, kuris bus įrašomas. Tyrimo metu buvo užtikrintas visų dalyvių konfidencialumas ir saugomas jų privatumas, uždaromos durys ir pakabinta lentelė su užrašu, kad vyksta užsiėmimas ir pašaliniai negali užėiti. Rašytiniame tekste vardai pakeisti, o pateiktas amžius yra apytikslis.

2.4 Tyrimo metodai

Atlikto tyrimo tikslas yra išanalizuoti dailės terapijos poveikį karą išgyvenusiems pabėgėliams iš Ukrainos. Norint įžvelgti ir suprasti problemos mastą iš vidaus, buvo pasirinktas kokybinio tyrimo metodas.

Tyrime buvo nuspręsta duomenis rinkti pasižymint dalyvių išsakytas mintis užsiėmimo metu, o po sesijos – užfiksuoti refleksijas ir elgseną. Refleksijos leis surinkti daugiau informacijos apie traumines patirtis išgyventas karo metu.

Tyrime buvo pasirinkta naudoti teminės analizės metodologiją, todėl, kad tai yra vienas populiariausių kokybinių tyrimų analizės metodų. Teminės analizės modeliu siekiama atskleisti tikrąją tyrimo prasmę (Derek, 2021).

Refleksijų papildymui po visų dailės terapijos užsiėmimų iš tyrimų dalyvių buvo paimti pusiau struktūrizuoti interviu. Dalyviams sutikus, interviu buvo įrašomi diktofonu. Interviu vėliau buvo iššifruoti (transkribuoti), sudėti pagal temas ir potemes tolesnei analizei.

Paskutinis duomenų rinkimo būdas buvo tyrimo metu atliktų piešinių stebėjimas ir analizavimas. Buvo atlikta piešinių formaliųjų elementų analizė. Formalūs elementai dažnai naudojami dailės terapijos piešinių vertinime. Po atliktų tyrimų daroma prielaida, kad formalieji elementai gali padėti patikimai ir pagrįstai įvertinti pacientų emocinę būseną (Pénzes ir kt., 2020).

2.4.1 Teminė analizė

Teminė analizė tai – dažnas kokybinių tyrimų analizės metodas. Paprastai tai yra interviu ar stenogramos. Tyrėjas atidžiai nagrinėja duomenis, kad nustatytų bendras temas, idėjas ir prasmės modelius, kurie kartojasi analizuojant tiriamuosius (Caulfield, 2019). Anot Gaižauskaitės ir Valavičienės, interviu, kaip duomenų rinkimo metodu, siekiama surinkti duomenis, atitinkančius kokybinio tyrimo siekius. Kokybinio interviu pagrindiniai aspektai yra atviri klausimai, į kuriuos tikimasi gauti kiek įmanoma išsamesnius ir atviresnius atsakymus, suformuluotus ir pateiktus paties tyrimo dalyvio (Gaižauskaitė ir Valavičienė, 2016). Kvale (Kvale, 2007) savo knygoje pabrėžia, kad interviu tyrime būtina atlikti šiuos žingsnius:

1. Suformuluoti tyrimo koncepciją, tikslus ir klausimus – „*Kas ir kodėl bus tiriama?*“
2. Sudaryti metodinio tyrimo planą. Pasirinkti ir pagrįsti duomenų rinkimo metodus ir būdus, spręsti tyrimo dalyvių atrankos klausimus, numatyti praktinius ir organizacinius veiksmus, kaip reikalingas priemones.
3. Atlikti interviu – rinkti duomenis.
4. Iššifruoti (transkribuoti) interviu, analizuoti ir interpretuoti duomenis.
5. Įvertinti surinktas temas, jas įvardinti ir apibrėžti
6. Parengti tyrimo ataskaitą, pristatyti air parašyti rezultatus.

Anksčiau atliktų tyrimų rezultatai rodo, kad teminė analizė puikiai veikia dailės terapijos tyrimuose, norint nustatyti pagrindines tyrimo temas (Hacmun, 2021).

2.4.2 Piešinių analizė (formaliųjų elementų analizė)

Formalūs elementai dažnai naudojami dailės terapijos kūrinų vertinime. Po atliktų tyrimų daroma prielaida rodo, kad formalūs elementai yra stebimi terapiniai dailės kūrinų aspektai, leidžiantys patikimai ir pagrįstai įvertinti pacientų psichinę sveikatą (Pénzes ir kt., 2020). Taip pat atliktų tyrimų rezultatai rodo, kad dailės terapijai modifikuota formaliųjų elementų skalės (FEATS) sistema suteikia kliniškai reikšmingos informacijos, leidžiančios įvertinti stresą, įveikos mechanizmus, nerimą ir depresiją (Pui-Kwan ir kt., 2024). Anot Sarah P. Pfeil, dailės terapijoje yra svarbus veiksnys – paciento kūrinyje pastebėti formaliuosius elementus. Linda Gantt išrado FEATS skalę, kad įvertintų pateiktą kūrinio vaizdą pagal panaudotus elementus. Naudojant FEATS skalę ir žvelgiant į paciento meno kūrinį, atsiranda intelektualumo jausmas. Tai svarbu prieš pradedant daryti kokias nors prielaidas ar darant

skubotas išvadas apie meną kuriantį pacientą/klientą (Pfeil, 2018). Formalieji elementai įvertinti skalėje nuo 0 (labai blogai) iki 5 (labai gerai).

Šiame tyrime buvo nagrinėjami šie formalieji elementai (priedas nr. 5):

1. Objektas. Išsami informacija apie objektus ir aplinką. Skalė matuoja ar asmuo konkrečiai laikėsi nurodymų ir į direktyvą įtraukė tik konkrečius elementus, ar ką pridėjo nuo savęs, ar pagražino (Gantt ir Anderson, 2009).
2. Kompozicija. Šioje skalėje vertinamas objekto piešinio centriškumas ir simetriškumas (Pénzes it kt., 2020).
3. Spalvos išryškinimas. Spalvos pritaikomos objektams ir tam tikroms piešinio sritims. Jei spalvos naudojamos tik formos ar objekto kontūrams nubrėžti, įvertinimas yra 1. Jei visas paviršius yra padengtas spalvomis, įvertinimas – 5 (Gantt ir Anderson, 2009).
4. Įsitraukimo energija. Kiek pacientas įdėjo energijos ir įsitraukimo į kūrinį. 0 balų – mažai energijos, 5 balai – energijos perteklius (Pfeil, 2018).
5. Logiškumas. Loginė skalė skirta įtraukti keistus elementus, kuriuose nėra logiškumo. Skalė sąmoningai skiria humoristinius ar satyrinius elementus nuo tų, kurie, atrodo, neturi jokios logikos būti piešinyje (Gantt ir Anderson, 2009).
6. Linijos kokybė. Šioje skalėje atsižvelgiama į bendrąją linijų kokybę ir jų valdymo laipsnį. Pernelyg ryškios įvertinamos 5, o linijos, kurios, atrodo, kad yra nupieštos drebančia ranka, yra įvertintos 3 (Gantt ir Anderson, 2009).

Vėliau išanalizavus formaliuosius rezultatus, duomenys bus sulyginami su teminės analizės rezultatais ir refleksijos užrašais.

3. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

3.1 Teminės analizės rezultatai ir apibendrinimas

3.1.1 Savo identiteto praradimas

Anot psichologo Zimir Popovac, kuris ir pats buvo karo pabėgėlis, „Būti pabėgėliu reiškia prarasti didelę dalį kontrolės ir tapatybės.“ Pasak Popovac, dažnai karo pabėgėliai susiduria su nedarbu ir socialinio statuso pasikeitimu, nes įgytos patirtys, išsilavinimas ir įgūdžiai nėra pripažįstami juos priėmusiuose valstybėse (Grønhaug, 2019).

Tyrimo dalyviai interviu metu ne kartą minėjo, kas jie buvo iki karo ir kaip viskas drastiškai pasikeitė prasidėjus karui: *Buvau baigusi teises studijas, dirbau juriste vienoje geriausių miesto kompanijų, labai mėgau savo darbą. Dabar dirbu parduotuvėje* (Anastasia). *Visą gyvenimą dirbau buhalterė. Dabar esu pensijinio amžiaus, bet vis tiek prisidurdavau prie pensijos dirbdama buhalterė privačiai, nes žmonės kreipdavosi į mane* (Maria). Kitas dalyvis kvatodamas pristatė savo pareigas: *Profesionalus senelis* (Andriy).

Karo pabėgėlius naujosiose valstybėse lydi ne tik profesiniai pokyčiai, kurie yra didelė, bet, matyt, ne didžiausia bėda. Traumuojančiomis patirtimis tampa šeimų, draugų, buvusių namų ir turto praradimas.

Daugelis namų, kuriuos buvo priversti palikti karo pabėgėliai, buvo sugriauti, kiti – užgrobti ir užimti svetimšalių (Myers, 2022). Tyrimo dalyviai skirtingai išgyvena namų praradimą. *Namus palikome pasiėmę vos kelis daiktus, išvažiavome palikę viską* (Maria). Kitas dalyvis mažiau išgyveno dėl namų, nes juose liko gyventi sūnaus šeima. Dar viena dalyvė išgyveno namų praradimą labai skaudžiai, nes jos namai yra okupuotoje teritorijoje: *Jie sugriovė viską... Eidami po savęs paliko tik griuvėsius... Neliko nieko, sunaikino mamos puoselėtus gėlynus... Sapnuoju, kaip sėdžiu savo balkone ir geriu kavą* (Anastasia).

Anot Polinos Klykovos, šiais laikais karas yra viena iš pagrindinių priežasčių, kodėl daugelis šeimoms narių yra atskiriami vieni nuo kitų. Vyrai lieka ginti valstybės, o žmonos su vaikais yra perkeliamos į užsienį arba į saugesnius šalies regionus. Be to, vaikai kasdien dėl karo tampa našlaičiais. (Klykova, 2022). Tyrimo dalyviai, kaip ir daugelis karo pabėgėlių, buvo atskirti nuo savo šeimoms narių: *Tėvai nusprendė likti namuose... Negalime jų aplankyti, nes jie okupuotoje dalyje* (Anastasia). Merginos balse jautėsi susigraudinimas. Kita dalyvė Maria: *Dukra su anūku pasirinko grįžti į Kijevą, kad būtų arčiau vyro... Ten jų šeima, o aš – čia* (Maria). Andriy apgailestauja: *Mano visa šeima liko ten, nes sūnus negali išvažiuoti... Labai pasiilgau savo anūkelį, nes man jie yra viskas* (Andriy).

Karo pabėgėliai praranda ne tik šeimas, bet ir draugus bei bendruomenes. Tyrimo dalyviai ne kartą minėjo jiems brangius žmones, su kuriais buvo priversti atsisveikinti: *Labai ilgiuosi laiko su draugėmis, kai eidavome į spektaklius (Maria). Susitikdavome kiekvieną penktadienį su merginomis, man to labai trūksta čia... Gerai, kad yra pokalbiai per kameras (parodo telefoną), daug bendraujame taip (Anastasia).*

3.1.2 Trauminės karo patirtys

Tyrimo dalyviai per trumpą laiką išgyveno daug trauminių patirčių. Kaip ir daugeliui karo pabėgėlių, jiems taip pat prie šių traumų prisideda dar neužgijusios viso gyvenimo patirtys, kurias sukaupe tyrimo dalyviai. Interviu metu ne kartą paminėtos trauminės patirtys, lydėjusios tyrimo dalyvius per jų gyvenimą: *Mes su broliu dalyvavom Černobylio avarijos likvidavimo darbuose, nes gyvenome netoliese. Jis mirė po pusės metų, mama – dar po metų, o man pasisekė, nes pagijau nuo skydliaukės vėžio... Galvojau, kad Černobylis buvo baisiausia, kas galėjo nutikti man ir mano tautai, bet klydau (Andriy).* Dalyvė Maria džiaugėsi, kad per gyvenimą neturėjo didelių sukrėtimų: *Gyvenau gražų gyvenimą, mokiausi, dirbau visą gyvenimą, paskui padėjau auginti anūką, o prasidėjus karui viskas sugriuvo, kaip kortų namelis... Jaučiausi lyg viskas slysta iš po kojų, o aš nieko pakeisti negaliu (Maria).* Trečioji tyrimo dalyvė Anastasia prisipažino, kad net blogiausiam sapne nebūtų susapnavus, kad jos gyvenimas taip pasikeis: *Viskas buvo puiku, dirbau mylimą darbą, atsigavau po skausmingų skyrybų, sutikau naują mylimąjį, tėvai buvo sveiki... Subombardavo šalimais esantį kaimą, prie kelio buvo suguldyti žmonių kūnai, juos tampė šunys. Niekada neužmiršiu to vaizdo... Net ir dabar pabundu krupčiodama (Anastasia).* Maria pasidalino emocijomis, kurias patyrė pirmomis karo dienomis: *Sulėkėme visi į metro požemį, visur kaukė sirenos, žmonių akyse matėsi baimė. Laikiau stipriai dukros ir anūko rankas, nes bijojau, kad jie pasiklys žmonių masėje (Maria).* Andriy prisiminė: *Kare praradome sesers berniuką. Narsus buvo vaikiną. Sesuo palūžo visai, nes jis buvo jos vienturtis (Andriy).* Maria pasidalino apie Vilniuje kaukiančias arenas: *Kai kaukia sirenos, akimirksniu mintyse grįžtu į karo pirmąsias dienas, širdis pradeda „kalatotis“ (Maria).* Andriy Sausio 13-osios minėjimas Lietuvoje mintimis sugražino į karo alinamą Ukrainą: *Tie liepsnojantys laužai ir žmonės aplink (dalyvio akyse pasirodė ašaros). Jūs žinote, ką tai reiškia (Andriy).* Anastasia išreiškė norą: *Norėčiau pragyventi nors vieną dieną be minčių apie karą (Anastasia).*

3.1.3 Padidėjęs nerimo lygis karą išgyvenusiems asmenims

Atlikti tyrimai rodo, kad tarp didžiausių karo pasekmių reikšmingiausias yra poveikis civilių gyventojų psichinei sveikatai. Tai gali būti tiesiogiai susiję su pavojumi žmogaus ar artimo gyvybei, finansiniai praradimai ir sunkumai ar sentimentalios netektys. Tyrimo dalyviai pabrėžė, kad stresas yra jų nuolatinis palydovas. Tyrimo dalyvei Maria'jai stresą kelia nutrūkstantis ryšys su dukra: *Dažnai nebūna ryšio, tas laikas, kai nebedraujame, man slenka labai lėtai, prisigalvoju visko* (Maria). Taip pat šiai dalyvei stresą kelia ir tai, kad ji nežino, kiek ilgai nereikės mokėti už butą, kuriame gyvena: *Būtų labai sunku išgyventi, jeigu reikėtų mokėti už buto nuomą* (Maria). Dalyviui Andriy'jui stresą kelia naujienos iš karo fronto: *Kiekvienas rytas prasideda naujienomis iš Ukrainos. Būna geresnių dienų, bet retai* (Andriy). Anastasia'jai stresą kelia prarasti namai, tėvų saugumas ir jų sveikata: *Nebeliko nieko, lyg niekada nieko ir nebuvo... Ten bombarduoja kiekvieną dieną, dažnai nėra elektros ir ryšio... Nėra nei vaistu, nei medikų. Visi kas galėjo – išvyko* (Anastasia). Dar vienas dalykas, kurį išgyvena karo pabėgėliai, nuo patiriamo nuolatinio streso yra emocinis disbalansas. Atlikus tyrimus teigiama, kad įvairūs emociniai sutrikimai ir nuotaikų kaita yra paplitę tarp karo pabėgėlių ir gali pasireikšti ne iš karto, o po daugelio metų. Šie sutrikimai susiję ne tik su kare patirtais išgyvenimais, tačiau ir įvykiais, susijusiais su persikėlimu, ekonominiais ir socialiniais sunkumais (Bogic ir kt., 2015). Tyrimo dalyviai atskleidė, kad nuotaikų kaitą patiria gana dažnai. Tai buvo galima įžvelgti taip pat ir sesijų metu. Tyrimo dalyvė Maria: *Dabar dažnai verkiu, ašaros liejasi, kaip lietus iš giedro dangaus* (Maria). Kitas tyrimo dalyvis: *Užsiplieskiu labai greitai, žmonėms atrodo grėsmingai, bet aš toks nesu* (Andriy). Trečioji dalyvė pasidarė jautresnė: *Ašaros pačios bėga* (Anastasia). Kaltės jausmą patiria dažnas karo pabėgėlis ir tai sukelia stresinę savijautą. Karą išgyvenusio asmens sindromas yra žmogaus jausmas, kai jis mano, kad padarė ką nors blogo, nes išvengė traumas keliančių įvykių, o kiti to nepadarė. Todėl toks kaltės jausmas yra labai dažnas (Museums Association, 2024). Atlikti tyrimai rodo, kad toks kaltės jausmas dažnai siejamas su PTSS simptomatika (Murray et al., 2021). Tyrimo dalyviai ne kartą sakė, kad jaučia kaltės jausmą dėl vienokių ar kitokių poelgių, susijusių su karo laikotarpiu. Dalyvei Anastasia'jai apmaudu, kad tėvų nėra su ja: *Jaučiuosi blogai, nes neįtikinau tėvų važiuoti kartu* (Anastasia). Maria jaučia kaltę, kad čia yra viena: *Aš čia, o mano visa šeima grįžo atgal* (Maria). Andriy jaučią kaltę dėl sunaus: *Mano sūnus neina kariauti, blogai ji išauklėjau. Jeigu tik būčiau jaunesnis ir sveikesnis, pats eičiau į frontą, o dabar iš manęs jokios naudos* (Andriy).

3.1.4 Karo pabėgėlių patiriami integracijos sunkumai naujojoje valstybėje

Karo pabėgėliai susiduria su įvairiais sunkumais juos priėmusiose šalyse. Nors tiesioginės karo grėsmės nebėra, bet naujai atvykę žmonės susiduria su ekonominiais ir socialiniais sunkumais, nedarbu bei sunkia integracija (OECD, 2023). Taip pat karo pabėgėliai susiduria su sveikatos problemomis ir ilgomis eilėmis ligoninėse, nes medicinos istaigos yra perkrautos. Tas pablogina tiek fizinę, tiek emocinę būseną (Katsiaficas ir Frela, 2022). Tyrimo dalyviai atvykę į Lietuvą susidūrė su įvairiais sunkumais. Maria nežinojo, kur bus apgyvendinta: *Nežinojau, ko tikėtis, bet buvau su dukra ir anūku, tad buvo drąsiau*. Vėliau sekė įsikūrimo sunkumai: *Butą gavome, bet jis buvo tuščias, kiekvieną dieną eidavau į humanitarinės pagalbos skyrių, kol po truputį susirinkau būtiniausias dalykus* (Maria). Maria pabrėžė ir tai, kad ilgai užtruko, kol pažino Vilnių: *Kiekvieną dieną važiuodavau autobusais skirtingais maršrutais tam, kad pažinčiau šį miestą* (Maria). Andriy patirčių su integracija neišskyrė: *Vilnius priėmė mane labai gerai, žmonės čia labai geri* (Andriy). Anastasia'jai apmaudu, kad ji nedirba pagal profesiją. Taip pat merginai nesmagu, kad negali susikalbėti su savo bendraamžiais lietuviais, nes yra kalbos barjeras: *Norėčiau bendrauti su lietuviais, bet yra kalbos barjeras*. Tačiau mergina pasidžiaugė, kad Lietuvoje jaučiasi gerai: *Žmonės čia labai geros širdies, nesitikėjau tokio priėmimo prieš čia atvažiuodama* (Anastasia).

3.1.5 Savireguliacijos metodai

Atliktais tyrimais įrodyta, kad strategija, susijusi su dėmesio nukreipimu nuo nemalonių dalykų, sėkmingai sumažina streso lygį (Długosz, 2023). Mokslininkai nustatė, kad karo trauminės patirtis išgyvenantiems asmenims, gali būti naudingos asmeninės ar grupinės veiklos, tai padeda nukreipti dėmesį nuo galvojiimo apie karą. Užsiimdamas veikla, kurioje žmogus išmoksta naujų įgūdžių, jis taip save realizuoja naujojoje šalyje. Tai taip pat gali padėti savireguliuoti ir savo jausmus (Anjum ir kt. 2023).

Tyrimo dalyviai pasidalino mintimis apie tai, kokiomis veiklomis užsiima bandydami save prablaškyti. Tyrimo dalyvis Andriy eina pinti maskuojančių karo tinklų: *Bent taip prisidedu prie vyrų, esančių fronte. Ten mes juokiamės ir verkiame, daugiausiai susirenka mamos, kurių vaikai dabar fronte* (Andriy). Anot atliktų tyrimų, ryšio kūrimas su žmonėmis naujojoje aplinkoje padeda atkurti savo normalią būseną ir gali padėti išvengti psichikos sveikatos problemų ateityje, todėl labai svarbu neužsidaryti savyje (Anjum ir kt. 2023). Maria sako, kad stengiasi nepraleisti nė vieno renginio ar užsiėmimo, kuriuos rengia įvairios organizacijos: *Taip*

prasiblaškau ir atsiranda proga išeiti iš namų (Maria). Taip pat juokdamasi Maria pasidžiaugė, kad gali leisti sau nueiti į spektaklius ir koncertus, nes juos labai mėgo, kai gyveno Ukrainoje: *Man tai geriausi vaistai* (Maria). Anastasia apgailestauja, kad negali dalyvauti daugelyje organizuojamu renginių, nes jie dubliuojasi su jos darbu, bet džiaugiasi, kad pradėjo mokytis vairuoti: *Labai noriu būti savarankiška ir nepriklausoma nuo kitų* (Anastasia). Maria neseniai pradėjo mokytis lietuvių kalbos: *Gal daug ir neišmoksiu, nes esu sena, bet bent smegenys taip mankštinsi* (Maria). Atrodo, kad tyrimo dalyviai supranta apie užimtumo naudą jų emocinei gerovei ir taip save prablaško. Maria bando išjudinti ir kitas ukrainietes, kviečia jas kartu lankytis renginiuose: *Smagiau eiti su tomis moterimis, kurias jau pažįstu* (Maria).

3.1.6 Dailės terapijos nauda karą išgyvenusiems asmenims

Dailės terapija tai priemonė, kurios pagalba karą išgyvenę asmenys gali apdoroti ir išreikšti išgyvenimus ir emocijas patirtas karo laikotarpiu (Unicef, 2023).

Tyrimo dalyviai ne kartą paminėjo apie dailės terapijos juntamą naudą. Maria prisipažino, kad visai kitaip įsivaizdavo procesą: *Galvojau, kad tai labiau bus panašu į dailės pamoką mokyklos laikais. Ukrainos žmonės dar skeptiškai vertina tokius netradicinius dalykus, dėl to ir atkrito daug žmonių* (Maria). Andriy atviravo: *Čia galėjau būti toks, koks esu, be kaukės* (Andriy). O Anastasia pasakė: *Čia galėjau nupiešti savo jausmus, nes kitur nerodau savo slogių jausmų* (Anastasia). Tyrimo dalyviai jautėsi saugiai dailės terapijos proceso metu ir laisvai dalinosi savo jausmais.




Anot atliktų tyrimų, dailės terapija gali suteikti galimybę išreikšti neigiamas emocijas, padėti asmenims priimti ir suprasti savo traumines patirtis, kaip nekeliančias grėsmės, kadangi trauminiai prisiminimai užkoduojami neverbaliniu būdu (Kim ir kt., 2023). Tyrimo dalyviai pripažino, kad dailės terapija jiems leido lengvesniu, saugesniu būdu grįžti į slogius prisiminimus. Maria prisiminė: *Išgyventos patirtys nupieštos ant lapo atrodo paprasčiau nei buvo mano mintyse*. (Maria). Andriy paminėjo, kad dailės terapija nukėlė į prisiminimus, kuriuos buvo pamiršęs: *Viskas atrodo ryškiau ir aiškiau* (Andriy). Anastasia suvokia: *Piešimas nukelia lyg sapnas į prisiminimus, apie kuriuos vengiu galvoti* (Anastasia). Moksliniai tyrimai taip pat nustatė, kad žmonėms, išgyvenusiems traumuojančias karo patirtis, dailės terapija leidžia išreikšti emocijas ir mintis per meno priemones ir produktus. Meno kūrimas abiem rankomis skatina kūno pojūčius ir suteikia poilsį, mažina susijaudinimą (Kim ir kt., 2023). Tyrimo dalyviai pasidalino savo patirtimis, su kuriomis jie piešė. Andriy teigė: *Man labiausiai patiko guašas, nes jis tirštas* (Andriy). Anastasia apie patirtis su pastelėmis: *Piešti rankomis*

*buvo nauja patirtis, lyg susilieji su piešiniu... Norėjosi trinti, trinti, trinti... (Anastasia). Atliktų išsamių tyrimų su Ukrainos karo pabėgėliais apie dailės terapijos naudą dar yra mažai, bet ankstesni darbai su kitų karų pabėgėliais rodo, kad dailės terapija yra reikšminga karo pabėgėlių emociniam stabilumui ir atsigavimui po traumuojančių patirčių (Kim ir kt., 2023). Tyrimo dalyviai išvardino, kokį poveikį pajuto po dailės terapijos sesijų. Maria sakė: *Kai pasidalinu savo emocijomis, geriau net miegu naktimis (Maria). Andriy nuomonė: Manau esu ramesnis. Ar jums taip neatrodo? (juokiasi Andriy). Anastasia teigė: Dabar į viską pradėjau žiūrėti ramiau, mažiau yra dramos (Anastasia). Tyrimo dalyviai taip pat mano, kad rekomenduotų dailės terapiją to paties likimo žmonėms. Manau tai tinka vyresnio amžiaus žmonėms, kurie neturi kaip save realizuoti (Maria). Gaila, kad viskas baigėsi, norėčiau tai pratęsti (Andriy). Man tai buvo labai naudinga patirtis, tik gaila, kad dirbantiems žmonėms tai yra sunku suderinti su darbais. Tikrai rekomenduočiau ir kitiems (Anastasia).**

Apibendrinant galima teigti, kad tyrimo dalyviai išvelgė teigiamą dailės terapijos naudą ir rekomenduotų tai kitiems žmonėms, išgyvenusiems karo patirtis.

3.2 Piešinių analizės rezultatai ir apibendrinimas

Šiame tyrime analizuojant sukurtus tyrimo dalyvių dalės kūrinus buvo pasitelkta formaliųjų elementų analizės metodika. Buvo nutarta analizuoti kiekvieno tyrime sutikusių dalyvauti asmens piešinius kiekvienoje sesijoje, tą analizę papildant refleksijos metu išsakytomis dalyvių mintimis. Dalyviai užsiėmimuose buvo aktyvūs, suprato užduotis, pasinėrė į kūrybos procesą, naudojo skirtingas piešimo priemones, piešiniuose jautėsi logika ir išpildymas, noriai dalinosi įspūdziais refleksijų metu.

Sesija Nr. 1, 2023.11.30.	Anastasia (A3 formatas)	Maria (A4 formatas)	Andriy (A4 formatas)
Tema: „Čia ir dabar”			
Objektas	5	4	2
Kompozicija	3	2	5
Spalvos išryškėjimas	5	4	2
Įsitraukimo energija	5	3	5
Logiškumas	5	3	2
Linijos kokybė	5	4	3

Lentelė. 1 sesijos kūrinių formaliųjų elementų įvertinimas (įvertinimo aprašas priede nr. 5).

Tyrėjo įžvalga (Anastasia)

Mergina į pirmąjį užsiėmimą atėjo punktualiai, pasirinko sėdėti kiek įmanoma toliau nuo kitų dalyvių, kūno kalba išdavė, kad Anastasia nesijautė komfortabiliai. Ji vengė bendravimo su kitais susirinkusiais, kurių pirmojo užsiėmimo metu buvo gausu. Mergina paminėjo, kad tokio pobūdžio užsiėmime buvo pirmąjį kartą. Pastarąjį sykį ji piešė mokyklos laikais, nors piešti jai labai patiko. Įvadinės dalies metu mergina dažnai traukdavo iš savo krepšio telefoną ir jame naršydavo, tačiau po taisyklių išdėstymo aparatą išjungė ir užsegė savo rankinę. Dalyviams buvo paaiškinta užduotis „*Čia ir dabar*“, pasiūlyta užsimerkti, jeigu dėl to jaustųsi patogiau ir ramiai tyloje pagalvoti apie ateinančias mintis. Anastasia užsimerkė, atrodė rami, tačiau jos akių vokai judėjo labai smarkiai, kas išdavė esamą nerimą. Perėjus prie piešimo, mergina buvo užtikrinta savo pasirinkimu ir pasiėmė guašo dažus, įvairių storių teptukus, vandens indėlį bei paletę dažam maišyti. Pasitiesusi plėveles tam, kad neišteptų stalo ir savęs, mergina pasinėrė į piešimo procesą. Jautėsi stiprus įsitraukimas į piešimo procesą, tačiau visiškas atsiribojimas nuo aplinkos ir kitų dalyvių. Kompozicija ir objektai buvo piešiami realistiškai, stengtasi užpildyti visą popieriaus lapą, bet buvo paliktas tik baltas dangus. Vėliau Anastasia tai paaiškino refleksijos metu. Linijas ant lapo tepė užtikrintai, bet švelniai, nesijautė skubėjimo. Pasibaigus piešimo procesui, sudėjo dažus atgal į savo vietą, atsisėdo ir laukė, kol kiti dalyviai pabaigs piešti.

Dalyvės (Anastasia) refleksija

Prasidėjus refleksijai Anastasia pareiškė norą pasisakyti viena pirmųjų. Ji pristatė savo piešinį: <... *Užsimerkus, mane mintys nunešė į vaikystės laikus, į močiutės kaimą, ten buvo saugu ir gera...*> Taigi Anastasia norėjo pavaizduoti sau mielas vaikystės vietas, kur su močiute leisdavo laiką. Po atsikvėpimo ji prakalbo toliau: <... *Bet dabar ši vieta yra okupuota, jie sunaikino viską, kas buvo gražu...*> Merginos akyse pasirodė ašaros, bet ji tęsė toliau: <... *Močiutė pasirinko likti savo žemėje, dabar ją ištiko insultas, medicininė pagalba ten negalima, mes nieko negalime jai padėti...*> Anastasia pradėjo kūkčioti, o drauge su ja prasidėjo bendra visų dalyvių rauda. Kiek aprimus, Anastasia užbaigė savo refleksiją: <... *Balta dangaus spalva reiškia viltį, kad vieną dieną mes galėsime grįžti namo, kaip tie paukščiai...*> Mergina dar ilgai šluostėsi krentančias ašaras, klausydama kitų dalyvių refleksijų.

Tyrėjo įžvalga (Maria)

Maria atėjo pirmoji ir buvo gerai nusiteikusi, daug bendraujanti ir besišypsanti vyresnio amžiaus moteris. Moteris daug kalbėjo su kitais dalyviais, išreiškė padėką, kad vyksta tokie užsiėmimai ir ji gali praskaidrinti liūdnai einančias dienas. Maria yra pensijinio amžiaus. Į Lietuvą atvyko su dukra ir anūkais, bet šie po kiek laiko grįžo į Kijevą. Šiuo metu Maria jaučiasi vieniša, dėl to lanko visus užsiėmimus, apie kuriuos sužino per ukrainiečių informacijos sklaidos priemones. Ir nors moteris jautėsi drąsiai ir maloniai, bet atėjus piešimo procesui ji labai ilgai stovėjo prie priemonių, kiekvieną apžiūrinėjo ir galiausiai pasirinko flomasterius. Pasiėmė A3 lapą, bet jį perlenkė per pusę ir naudojo tik A4 formatą. Pradėjo piešti nuo žalio pagrindo lapo apačioje, vėliau nupiešė mėlyną juostą lapo viršuje, o paskui piešė skraidančius balionus. Pradėjo piešti nuo centrinio mėlyno baliono, o paskui piešė balionus iš kiekvieno šono. Balionus spalvinti pasirinko ryškias ir sodrias spalvas. Jautėsi įsitraukimas ir kruopštumas bandant juos nuspalvinti. Objektai piešinyje buvo išsidėstę simetriškai. Tačiau viduryje užsiėmimo išėjo į tualetą, kuriame praleido dalį sesijos. Apie primintą taisyklę „Nevaikščioti sesijų metu“ reagavo gana pikta ir atsakė, kad yra vyresnio amžiaus ir jai ši taisyklė negalioja, nes senjorams reikia dažniau lankytis tualete. Vėliau baigė spalvoti paskutinį žalią balioną ir baigėsi piešimui skirtas laikas. Vėliau buvo pereita prie refleksijos. Užsiėmimo pabaigoje Maria padėkojo, jos veide pasirodė šypsena ir moteris atsisveikino iki kito karto.

Dalyvės (Maria) refleksija




Refleksijos metu Maria buvo entuziastinga ir kalbi: ...*<Užsimerkusi pamačiau balionus, kurie man simbolizuoja su švente. Visas eismas Kreščiatike (centrinė Kijevo gatvė) būdavo uždaromas ir jame vykdavo šventės, žmonės buvo laimingi...>* Moters balse jautėsi pakilimas: ...*<Su anūkais nepraleisdavome nė vienos šventės...>* su nostalgija kalbėjo moteris. Paklausta, kodėl nupiešė penkis balionus, moteris atsakė: ...*<Nes tik tiek laiko užteko nupiešti...>*. Apie balionų spalvas pasakė: ...*<Man šios spalvos asocijuojasi su gera nuotaika, vasara ir gerais prisiminimais...>* Paklausta apie žalią ir mėlynas juostas kūrinio apačioje ir viršuje, moteris prabilo: ...*<Tai laisvė, bet ji labai trapi...>* Moters veidas pasikeitė, jautėsi liūdesys. Kiek patylėjusi, ji vėl prakalbo: ...*<Tie penki balionai galėtų būti mano šeima, bet dabar esu viena...>*. Likusios refleksijos metu Maria reagavo į kitų dalyvių išsakytas mintis.

Tyrėjo įžvalga (Andriy)

Andriy – pensijinio amžiaus vyras, kalbantis pakeltu balsu. Kol buvo laiko iki užsiemimo pradžios, Andriy aktyviai reiškesi politinėmis temomis. Priejęs prie tyrėjos, rodė vaizdus iš Ukrainos, kuriuose matėsi, kaip buvo apšaudytas jo daugiabutis. Jis ten gyveno iki karo pradžios. Vyras kalbėjo labai piktai, reiškę įniršį apie susidariusią situaciją. Tas trikdė kitus dalyvius. Todėl vyro buvo gražiai paprašyta, kad šiuose užsiemimuose savo emocijas reikia perkelti ant popieriaus lapo. Andriy apsiramino ir atsisėdo. Prasidėjus piešimo procesui, vyras paėmė didelį sluoksnį guašo dažų ir pradėjo piešti rožinę, trikampį primenančią figūrą, centrinėje lapo dalyje. Jo potepiai buvo užtikrinti ir atlikti su įsijautimu. Vyro piešinys netilpo į lapą, jis ištepė ne tik aplink esančias apdengtas stalo dalis, tačiau ir pritaškė ant nedengto stalo ploto. Andriy pasiėmė sausą servetėlę ir ėmė valyti stalviršį. Trynė labai stipriai, o dažai tik dar labiau įsigėrė į stalo paviršių. Paprašytas nevalyti ir jaustis laisvai, nes po užsiemimo stalas vis tiek bus nuvalytas su priemonėmis, vyras dar minutę vis tiek trynė stalą. Vėliau pasiėmė storą teptuką, daug juodų dažų ir visą likusią baltą lapo dalį nuspalvino storu juodos spalvos fonu. Jautėsi daug energijos ir įsitraukimo, tačiau netrūko ir kalbų piešimo metu. Netrukus buvo pereita prie refleksijos, o užsiemimo pabaigoje vyras vėl daug kalbėjo ir neskubėjo eiti namo. Jam buvo pranešta, kad bendravimą pratęsimė kitos sesijos metu, nes šios laikas jau baigėsi ir laukia kitas užsiemimas toje pačioje salėje.

Dalyvio (Andriy) refleksija

Refleksijos metu Andriy kalbėjo pakeltu balsu ir tai skambejo piktai, bet įžvalgomis dalinosi noriai. Paklaustas, ką pavaizdavo savo kūrinyje, vyras atsakė:...<Nupiešiau dabartinę situaciją. Tokią, kokia dabar yra. Viskas krenta žemyn nežmonišku greičiu, Vakarai neduoda ginklų, o mūsų jaunimas nenori kariauti. Viską tuoj užgrobs okupantai, o pasauliui tai nerūpi...> Paklaustas, ar ir jis taip pat jaučiasi, vyras atsakė teigiamai, nes yra senas, ligotas ir negali būti fronte:...<Esu bejėgis...> Jo sūnus į karą neina, nors ir yra Ukrainoje:...<Man dėl to labai gėda ir pikta...>, – susigraudinęs tarė vyras. Kiek apimęs pasakė, kad bent pindamas maskuojančius tinklus kariams prisideda prie vyrų Ukrainos fronte ir tai jam suteikia vilties, kad juoda spalva nenudažys visko. Pasibaigus jo paties refleksijai, vyras noriai komentavo kitų dalyvių mintis.

Sesija Nr. 2, 2023.12.07.	Anastasia (A4 formatas)	Maria (A4 formatas)	Andriy (A3 formatas)
Tema: „Gražiausia gyvenimo akimirka”			
Objektas	5	4	4
Kompozicija	5	3	5
Spalvos išryškinimas	3	3	4
Įsitraukimo energija	4	2	4
Logiškumas	5	2	5
Linijos kokybė	5	2	4

Lentelė. 2 sesijos kūrybinių formaliųjų elementų įvertinimas

Tyrėjo įžvalga (Anastasia)

Anastasia į antrąjį užsiėmimą atėjo gerai nusiteikusi. Antrojo užsiėmimo metu susirinko trys dalyviai, aplinka buvo jaukesnė ir nesijautė didelio šurmilio. Užsiėmimo pradžioje paklausta, kaip jaučiasi, mergina atsakė, kad yra laiminga, nes pradėjo mokytis vairuoti automobilį ir, kad po užsiėmimo eis į pirmąją praktinio vairavimo pamoką. Prasidėjus procesui ir paįškinus užduotį – „*Gražiausia gyvenimo akimirka*” – mergina džiaugėsi dėl tokios temos, nes nenori šiandien verkti prieš vairavimo kursą. Dalyviai nieko nelaukdami pradėjo piešti. Anastasia pasirinko spalvotus pieštukus. Jautėsi, kad ji nenori išsitepti prieš vairavimo pratimus, tad buvo labai atsargi ir viską darė neskubėdama. Objektas buvo išryškintas centrinėje lapo dalyje, naudotos pastelinės ir švelnios spalvos. Linijos buvo su užbaigimu ir nubrėžtos užtikrintai lygiai. Piešdama mergina daug šypsosi ir jautėsi entuziastingai. Vėliau buvo pereita prie refleksijos, kurioje buvo dviprasmiškų jausmų. Jautėsi, kad mergina jau nori išeiti ir apsidžiaugė, kad baigėme sesiją sutartu laiku. Anastasia kupina gerų emocijų iškelia savo tikslų link.

Dalyvės (Anastasia) refleksija

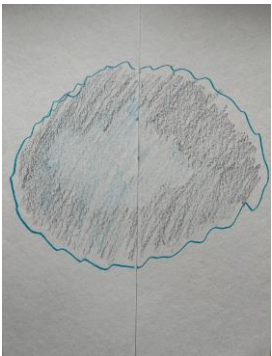





Refleksijos metu mergina pristatė savo „Gražiausią gyvenimo akimirka“: ...*<Tai mano pirmoji kelionė į Paryžių su tuometiniu mylimuoju, nors tie santykiai nenusisekė, bet kelionė man kelia daug gražių prisiminimų. Tai buvo pirmasis mano skrydis lėktuvu į kitą šalį...>* Paklausta, kas labiausiai sukelia šiltus prisiminimus, mergina atsakė:...*<Aš apie tą kelionę svajojau nuo vaikystės. Paryžius man atrodė pasakų miestas. Daug taupiau tai kelionei, kad ji virtų realybe...>* Paklausta, ką pavaizdavo piešinyje ir kokius jausmus tai kelia, atsakė:...*<Tai lėktuvo iliuminatorius (langas), per jį matosi kylanti saulė, kuri šildė man skruostus. Ir nesibaigiantys toliai...>*...*<Tai buvo didelės svajonės išsipildymas...>* Paklausta, ko pasisėmė iš šios kelionės, mergina atsakė:...*<Nenorėjau būti tuose toksiškuose santykiuose ir tai davė man stiprybės išsiskirti su tuometiniu vaikinu...>*...*<Ir nors santykiai nenusisekė, man Paryžius liko pasakų miestu ir aš svajoju, kad vieną dieną vėl nuskrisiu į Paryžių su savo dabartiniu vyru...>*

Tyrėjo įžvalga (Andriy)

Andriy atėjo geros nuotaikos, daug kalbėjo, bet šįsyk apie gyvenimą Lietuvoje. Pasidžiaugė, kad miestas pradėjo puoštis Kalėdoms, kad Vilniaus eglė atrodo labai graži ir jis yra laimingas, jog prie eglutės esančiuose nameliuose prekiauja ukrainiečiai savo rankomis pagaminta produkcija. Prasidėjus piešimo procesui, vyras pasiėmė guašą ir dideliais potėpiais pradėjo spalvinti mėlyna spalva. Buvo išitraukęs į procesą, kruopščiai derino spalvas paletėje. Šį kartą vyras daugiau piešė tyloje. Objektai piešinyje buvo aiškiai atpažįstami ir sentimentlūs, kompoziciškai tinkamai išrikiuoti lape. Vėliau buvo pereita prie refleksijos, o pabaigoje jis dar norėjo pasidalinti žinia, kad galėjo dalyvauti mišiose.

Dalyvio (Andriy) refleksija

Refleksijos metu Andriy savo piešinį pristatė taip:...<Vaikystės prisiminimai...> Paklaustas, ką būtent pavaizdavo, vyras atsakė:...<Vaikystės namai kaime ir derlingi Ukrainos laukai...>...< Turėjome daug dirbti, gyvenome vargingai, bet buvo labai gera, nes visi buvo draugiški vieni kitiems...> Kokie prisiminimai kyla žvelgiat į šį kūrinį?...<Mes purvini grįžtame iš laukų, o močiutė laukia su šiltu maistu...> Ir pabaigoje pridūrė:...<Daug turto neturėjome, bet visko užteko...>.

Sesija Nr.3, 2023.12. 14.	Anastasia (A3 formatas)	Maria (A3 formatas)	Andriy (A3 formatas)
Tema: „Kaip aš matau save (vidus) / kaip mane mato aplinkiniai (išorė)“ (ant sulankstyto lapo)			
	<i>Išorė</i>	<i>Išorė</i>	<i>Išorė</i>
			
	<i>Vidus</i>	<i>Vidus</i>	<i>Vidus</i>
Objektas	Išorė 3, vidus 3	Išorė 4, vidus 4	Išorė 4, vidus 4
Kompozicija	Išorė 5, vidus 3	Išorė 2, vidus 2	Išorė 5, vidus 5
Spalvos išryškėjimas	Išorė 2, vidus 5	Išorė 2, vidus 2	Išorė 2, vidus 4
Įsitraukimo energija	Išorė 5, vidus 4	Išorė 2, vidus 2	Išorė 5, vidus 3
Logiškumas	Išorė 4, vidus 4	Išorė 4, vidus 4	Išorė 5, vidus 5
Linijos kokybė	Išorė 3, vidus 4	Išorė 4, vidus 3	Išorė 5, vidus 5

Lentelė. 3 sesijos kūrybinių formaliųjų elementų įvertinimas

Tyrėjo įžvalga (Anastasia)

Į trečiąją sesiją Anastasia atėjo susikausčiusi. Į klausimą, kaip jaučiasi atsakė, kad dabar yra atostogose ir džiaugiasi, kad nereikia eiti į darbą, bet, esant daug laisvo laiko, ateina niūrios mintys. Sesijos tema buvo: „*Kaip aš matau save ir kaip mane mato aplinkiniai*”. Dalyviai ant sulankstyto lapo turėjo pavaizduoti, kaip jie jaučiasi viduje ir, kaip jie save pateikia aplinkai. Anastasia pasiėmė spalvotus pieštukus ir pradėjo piešti išorės dalį. Mergina jautėsi prislėgta. Jos judesiai buvo labai paviršutiniai, ji naudojo labai mažai energijos, bet paskui energija padidėjo ir mergina piešė nenutrūkstamais štrichais, objektą centravo per vidurį ir galiausiai suteikė jam formą, apibrėždama jį ryškiu flomasteriu. Tačiau linija buvo banguota. Vėliau mergina atsivertė sulankstyta lapą ir ėmė piešti tai, kaip ji jaučiasi iš vidaus. Šiam etapui buvo pasirinkti įvairiausių spalvų flomasteriai, linijos buvo staigios, trumpos su užbaigimu. Kompozicija tryško iš centrinės dalies. Tačiau buvo nupieštas atskiras juodas objektas, kuris nesisiejo su pagrindiniu objektu. Antrajai daliai mergina išlaisvėjo ir skyrė daugiau energijos. Vėliau buvo pereita prie refleksijos ir, baigiantis užsiėmimui, mergina išreiškė apgailestavimą, kad dėl darbo grafiko toliau negalės dalyvauti sesijose, nes darbdaviai neatsižvelgė į jos prašymus.

Dalyvės (Anastasia) refleksija

Refleksijos metu Anastasia kalbėjo:...<*Žmonėms atrodau silpna, pažeidžiama ir neprieštaraujanti...*>...<*Žmonėms atrodau tyli ir nedrąsi...*> Mėlynos spalvos liniją apibūdino taip: ...<*Jaučiuosi, kaip vakuume ir, kad nuo manęs niekas nepriklauso, o visi sprendžia už mane...*>. Paklausta, kaip jaučiasi viduje, mergina atsakė:...<*Jaučiuosi bendraujanti, kūrybinga, norinti susipažinti su kitais žmonėmis, bet akmuo (juodas apskritimas) man neleidžia to daryti...*>. Paklausta, kaip galėtų atsikratyti to akmens, mergina atsakė:...<*Turėčiau pamiršti toksiškus santykius, kuriuose buvau ilgą laiką...*>.

Tyrėjo įžvalga (Maria)

Atėjusi į trečiąją užsiėmimą, Maria atrodė gerai nusiteikusi ir pasidalino džiaugsminga žinia, kad eis į koncertą filharmonijoje. Koncertus moteris labai mėgsta, į juos vaikščiodavo su jaunystės draugių grupe, kol gyvenimas Kijeve buvo įprastas. Išklausiusi tos dienos temos pavadinimą, moteris pasiėmė jai įprastus flomasterius. Palaikė juos rankose ir padėjo atgal, galiausiai pasiėmė spalvotus pieštukus. Maria pradėjo piešti iš vidinės lapo pusės apie savo *vidų*. Linijos buvo užtikrintos ir banguotos, moteris piešė pasirėmus viena ranka galvą, atrodė kiek pavargusi. Didelio įsitraukimo nesijautė. Spalvos buvo labai blankios ir neryškios. Vėliau moteris perėjo prie *išorės*. Čia ji pavaizdavo mišką, bet didelio įsitraukimo ir vėl nebuvo. Gal tik linijos buvo kiek ryškesnės ir labiau suvaldytos. Paskui buvo pereita prie refleksijos, kurios metu moteris buvo santūri. Išeidama ji palinkėjo sėkmės ir geros savaitės. Šiame užsiėmime jautėsi, kad moteris neatskleidė tikrųjų savo jausmų, mažiau kalbėjo nei įprastai, o piešimo procesas buvo pasyvus.

Dalyvės (Maria) refleksija



Refleksijos metu moteris neįprastai buvo nekalbi. Rankose laikė nosinaitę ir ją suko rankose. Paklausta, nuo kurios dalies norėtų pradėti, ji atsakė:...*<Aš esu tokia, kokia esu...>* Buvo paprašyta patikslinti, kokia ji yra:...*<Esu rami, padedanti kitiems, nesikišu ten, kur man nereikia...>* Paklausta, ar yra savybių, kurių ji nerodo viešumoje, moteris atskleidė:...*<Namuose būdama viena keikiuosi, bet niekada to nedarau prie kitų žmonių...>*. Refleksijos metu jautėsi, kad moteris nenori atsiskleisti.

Tyrėjo įžvalga (Andriy)

Andriy atrodė nusiteikęs gana gerai, kalbino kitas dalyves ir daug juokavo. Išklausęs užduotį, daug negalvojo ir pasiėmė guašą. Pradėjo piešti riebiu dažų sluoksniu. Kol piešė, vandenį naudojo dažams atskiesti, tapė ne vieną sluoksnį ruda spalva. Paskui pasiėmė plonesnį teptuką ir nupiešė du raudonus apskritimus. Vyras buvo įsijautęs, jautėsi sklindanti energija. Spalvos buvo ryškios ir logiškos. Objektai išsidėstę lapo centre, tačiau jautėsi neužbaigtumas. Baigus piešti išorinę dalį, Andriy'jui kilo problema pereiti į vidinę, nes dažų sluoksnis buvo labai storas ir drėgnas, o vyras kitu lapu džiovino savo pirmąją piešinio dalį. Vidinėje lapo dalyje jis nupiešė analogišką gyvūną – tik daug mažesnę, geltonos spalvos ir trumpesniais ragais. Piešdamas šią dalį, vyras vengė naudoti vandenį tam, kad praskiestų spalvas. Abudu objektai jautėsi lyg pakibę ore. Paskui sekė refleksija, kurioje vyras noriai dalinosi išpūdžiais, o po užsiėmimo tarpduryje dar bendravo su RK savanorėmis ir neskubėjo eiti namo.

Dalyvio (Andriy) refleksija

Refleksijos metu Andriy nekantravo pasisakyti ir pristatyti savo piešinį:...<Čia aš toks, kokį mane mato žmonės, o čia (viduje), koks aš esu iš tikrųjų...>. Paklaustas, koks vyras yra pavaizduotas išorėje, Andriy atsakė:...<Esu piktas, grėsmingas ir su stora oda...>. Paklaustas, kodėl jis taip jaučiasi išorėje, Andriy atsakė:...<Nes esu didelis ir stambus, o mano balsas grėsmingas...>. Pasiteiravus, kaip jaučiasi viduje, vyras atsakė:...<Esu silpnas, pažeidžiamas

Sesija Nr.4, 2023.12.21.	Anastasia (nedalyvavo)	Maria (A4 formatas)	Andriy (A3 formatas)
Tema: „Netikėtai gautas siuntinys”	-		
Objektas	-	4	2
Kompozicija	-	2	2
Spalvos išryškinimas	-	4	2
Įsitraukimo energija	-	3	2
Logiškumas	-	3	3
Linijos kokybė	-	2	1

ir labai jautrus...> Šis vyro pasisakymas skambėjo labai nuoširdžiai.

Lentelė. 4 sesijos kūrybinių formaliųjų elementų įvertinimas

Tyrėjo įžvalga (Maria)

Į ketvirtąją sesiją atėjo du tiriamieji. Tai buvo prieššventinis susitikimas. Dėl to ir buvo pasirinkta simbolinė tema: „*Netikėtai gautas siuntinys*”. Maria atrodė nusiteikusi gerai. Pasidalino, kad yra pakviesta šventėm pas draugus lietuvius. Išklausus sesijos temą, moteris pasiėmė jai gerai pažįstamus flomasterius. Ilgai sėdėjo galvodama. Negalėjo pradėti piešti. Po kurio laiko prasidėjo piešimo procesas. Maria gan kruopščiai piešė kiekvieną lape esantį objektą, logiškai pasirinktomis spalvomis. Prie savo piešinio praleido nemažai laiko. Jautėsi švelnūs judesiai. Pagrindinė kompozicija buvo išdėstyta centrinėje lapo dalyje, tačiau kūrinyje buvo jaučiamas užbaigtumo trūkumas.

Dalyvės (Maria) refleksija

Refleksijos metu Maria prisiminė:...<*Tai buvo tikrai netikėta dovana...*> toliau tęsė moteris:...<*Kovo 8-osios proga (moters diena) anūkas parnešė gėlę, kuri buvo gražiai įvyniota...*> Paklausta, kokius jausmus sukėlė anūko staigmena, moteris atsakė:..<*Tada jaučiausi mylima ir įvertinta...*> Po pauzės tarė:...<*Dar dabar jaučiu anūko šiltą apkabinimą...*> ...<*Tą gėlę susidžiovinau ir ji stovi ant mano virtuvės lango...*>. ...<Paklausta, ką dabar jaučia pažvelgusi į tą gėlę, moteris atsakė:...<*Į ją pasižiūriu, kai jaučiuosi vieniša ir man tai padeda...*>. ...<*Tikiuosi, kad greitai vėl galėsime būti visi kartu...*>.


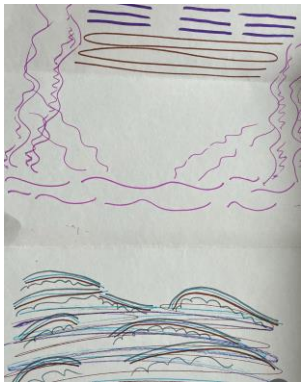

Tyrėjo įžvalga (Andriy)

Andriy atėjęs į užsiėmimą, bet atrodė nusiminęs. Kalbėjo mažiau negu įprastai. Atrodė, kad vyras paskendęs savo mintyse ir, nors fiziškai atėjo, bet mintyse buvo kažkur kitur. Išklauses sesijos temą, vyras ilgai sėdėjo, lūkuriavo, kol galiausiai pasiėmė flomasterius. Jo potepiuose nebuvo energijos ir jautėsi atsainumas. Linijos buvo padrikos, be užbaigimo. Kompozicija centrinė, bet objektai pakibę ore. Buvo naudojamos vos kelios ir tik purvinos spalvos. Andriy piešimo procesas ilgai neužtruko. Jis susimąstęs žiūrėjo į savo kūrinį. Vėliau buvo pereita prie refleksijos, kurioje vyras nebuvo kalbus, bet mintys buvo išsakytos aiškiai. Po užsiėmimo vyras dar norėjo su visais pasidalinti naujienomis iš karo fronto.

Dalyvio (Andriy) refleksija

Andriy pasiėmė flomasterį, juo rodė, ką nupiešė ir nuosekliai aiškino:...<*Šventė bus, kai jie (Rusija) atsitrauks visiems laikams...*> Paklaustas, ką būtent norėjo pavaizduoti, atsakė:...<*Visa šeima ir draugai sėdime be baimės, mėgaujamės skaniu ukrainietišku maistu...*>. Paklaustas, ar pavaizduoti žmonės, sėdintys prie stalo yra identifikuoti, vyras atsakė: ...<*Ne, tai tiesiog visuma, tik užstalėje sėdžiu aš...*>. Paklaustas, ką norėjo pavaizduoti dešinėje lapo dalyje, vyras atsakė:...<*Tai ruskiai, atriboti visiems laikams nuo Ukrainos...*>.

Vyras susigraudino ir pridūrė...<Tikiu, kad vieną dieną būsime laisvi ir man tai bus geriausia dovana...>.

Sesija Nr.5, 2024.01. 04.	Anastasia (A3 formatas)	Maria (A3 formatas)	Andriy (A3 formatas)
Tema: „Pozityvaus ir negatyvaus prisiminimų piešimas”			
Objektas	5	1	4
Kompozicija	5	1	3
Spalvos išryškinimas	4	2	2
Įsitraukimo energija	5	2	5
Logiškumas	5	2	5
Linijos kokybė	5	2	3

Lentelė. 5 sesijos kūrybinių formaliųjų elementų įvertinimas

Tyrėjo įžvalga (Anastasia)

Anastasia atėjo gerai nusiteikus, šypsojosi, bendravo su kitais dalyviai. Pasidžiaugė, kad buvo susitikime su panašaus amžiaus merginomis iš Ukrainos ir tikisi, kad pažintis peraus į draugystę. Gyvenant Lietuvoje Anastasia'jai trūksta moteriškos draugystės. Šios sesijos tema buvo: „*Pozityvaus ir negatyvaus prisiminimų piešimas*”. Mergina ilgai negalvojusi paėmė pilkos spalvos pieštuką ir lapą, kurio kairiajame kampe nubrėžė liniją. Erdvėje, esančioje už linijos, tuo pačiu pieštuku kruopščiai pradėjo piešti sulipusias vienodo dydžio figūrėles, kurias primena plytas. Paskui daug laiko skyrė dviem žmonių figūroms, bet moters akyse pasirodė ašaros. Ant merginos lapo pradėjo byrėti ašaros. Nubraukusi ašaras, mergina paėmė spalvotus pieštukus ir centrinėje lapo dalyje nupiešė širdies formos figūrą, o jos viduje – daug skirtingų objektų. Buvo atrinktos ir naudojamos švelnios spalvos. Piešiant šiuos objektus, jautėsi įsitraukimas ir lengvumas. Vėliau sekė refleksija, kurioje mergina dalinosi išpūdžiais labai nuoširdžiai ir emocionaliai. Po užsiėmimo mergina atrodė nusiraminus ir maloniai atsisveikino su visais buvusiais kambaryje.

Dalyvės (Anastasia) refleksija

Refleksiją mergina pradėjo visiems parodydama savo piešinį. Paskui pasakė, kad norėtų pradėti kalbėti apie nemalonų atsiminimą:...<*Tai mano išvykimo diena karui prasidėjus...*> *Tai buvo paskutinė akimirka, kai mačiau gyvus savo tėvus...*> Merginos akyse vėl pasirodė ašaros:...< *Tėvai atsisakė važiuoti kartu, nes nenorėjo palikti savo namų, o dabar tų namų nebėra ir jie gyvena rūsyje...*> Anastasia kalbėjo toliau:...<*Mama mus peržegnojo ir išlydėjo...*> ...<*Jaučiu kaltės jausmą, kad neįtikinau jų važiuoti kartu...*>...<*Bet bandau save įtikinti, kad tai jų sprendimas ir aš turiu jį gerbti...*> Moteris atsiduso ir pridūrė...<*Tikiuosi, kad situacijai aprimus, galėsime vasarą susitikti...*> Paskui mergina pradėjo kalbėti apie centrinį piešinio objektą. Jos veidą nušvietė šypsena:...<*Čia mūsų naujas gyvenimas Lietuvoje...*> ...<*Lietuvoje jauku ir saugu...*> toliau tęsė moteris: <... *Baigėme jaukiai įsikurti namus, paėmėme katę iš prieglaudų...*>...<*Atrodo, kad viskas susidėliojo geriau nei tikėjomės, dabar čia mūsų namai, kuriuose kvėpia pagal mamos receptą verdami barščiai...*>, – paskutiniu sakiniu komentara užbaigė moteris.

Tyrėjo įžvalga (Maria)

Maria atrodė sušalusi, nes lauke buvo didelė pūga ir laiku nevažiavo viešasis transportas. Moteris atsisėdo ir ilgai trynė rankas vieną į kitą. Išklausiusi užduotį, pasiėmė jai gerai pažįstamus flomasterius. Piešiant linijos atrodė chaotiškos, buvo sunku suprasti piešimo procesą. Nes piešė abiejose lapo pusėse vienu metu. Linijos gulė ant linijos jas sluoksniuojant. Moteris darė dideles pauzes, atrodė kiek pavargusi. Naudojo tas pačias spalvas abiejose dalyse. Objektai išsidėstė lapo apačioje ir viršuje, o centrinė lapo dalis liko tuščia. Moteris baigė piešti pati pirmoji, paskui prigulus laukė kol pabaigs kiti. Vėliau buvo pereita prie refleksijos. Čia Maria atrodė kiek energingesnė ir dalinosi įspūdžiais noriai. Po užsiėmimo neskubėjo pakilti nuo kėdės, sakė, kad čia šilta ir gera.

Dalyvės (Maria) refleksija

Maria refleksijos metu jautėsi drąsesnė ir kalbėjo noriai. Pareiškė pageidavimą pradžioje prisiminti blogą įvykį: ...<Šis prisiminimas dažnai mane aplanko sapnuose...> Paklausta, koks tai atsiminimas, atsiduso: ...<Tai buvo šiltas rugpjūtis prie Juodosios jūros...> ...<Ten atostogaudavome kiekvienais metais, kol vaikai buvo maži...>. Moteris parodė savo pašiurpusią odą ir tęsė: ...<Prisimenu tą dieną, kaip šiandien...> Toliau kalbėjo: ...<Buvo labai graži diena, bet buvo iškelta juoda vėliava...> ...<Mes su dukra nepaklusome ir nėrėme į bangas...> Moters balsas pagarsėjo ir pagreitėjo: ...<Abi pradėjome skęsti...> ...<Gelbėtojų ten nebuvo...> ...<Mus pamatė kiti žmonės, puolė gelbėti...> ...<Ištraukta dukra buvo be gyvybės ženklų...> Moters veide pasirodė ašaros: ...<Vienas žmogus pradėjo ją gaivinti ir atrodė, kad tai užtruko amžinybę...> ...<Mano mergaitė pradėjo kosėti...> Moters balsas pasikeitė: ...<Tai buvo tikras stebuklas...>. Maria paminėjo, kad jaučia kaltės jausmą, nes leido tokiam įvykiui nutikti. Ji pabrėžė, kad gavo gyvenimo pamoką, nes draudžiama maudytis jūroje, kai kabo juoda vėliava. Vėliau moteris pristatė kitą piešinio dalį: ...<Tai yra tradicija, kurią turėjome su draugėmis – eiti į teatrą...> Kalbėdama šypsojosi: ...<Pasipuošdavome ir žygiuodavome susikibusios už rankų, o per pertrauką nueidavome į teatro bufetą...> Moters veide atsispindėjo nostalgija.




Tyrėjo įžvalga (Andriy)

Andriy atėjo į užsiėmimą ir atrodė susirūpinęs. Išgirdęs užduotį, vyras garsiai pareiškė, kad nori dažų. Pasitiesė apsaugą ir pradėjo piešti. Pasiėmė mėlyną spalvą ir pradėjo ja tepti popieriaus lapą. Vandens beveik nenaudojo. Po to ruda spalva pradėjo piešti kitoje lapo dalyje. Piešinyje buvo jaučiama įtampa ir chaosas. Naudojamos spalvos atrodė purvinos. Potepiams trūko aiškumo ir užbaigtumo. Objektai buvo išsidėstę plačiai visame lape. Jautėsi įsitraukimas.

Vyras dažais išsitempė visus pirštus, bet dėl to nesijautė blogai, pareiškė, kad nusiplaus vėliau. Refleksijos metu vyras reiškėsi aktyviai, po užsiėmimo parodė vaizdo medžiagą (video) su savo daugiabučiu. Tą jis jau darė ir anksčiau.

Dalyvio (Andriy) refleksija

Refleksiją Andriy pradėjo rodydamas savo kūrinį visiems. Norėjo pradėti nuo gražaus įvykio: ...<Tai eilinė ir rami diena. Vedu anūkus į darželį ir mokyklą...> ...< Tai buvo mano pareiga: nuvesti ir parvesti vaikus...> Vyro akyse pasirodė šypsena...<Labai buvau artimas su savo anūkais...> Vyro veidas pasikeitė: ...<Bet išaušo karo diena, visur kaukė sirenos, skraidė lėktuvai...> Vyras kalbėjo toliau: ...<Vis tiek vedžiau vaikus į darželį ir mokyklą, nes iki pabaigos nesupratome, kas čia vyksta...> Mokykloje vyrui kiti žmonės pradėjo aiškinti, kad čia ne pratybos ir, kad apšaudytas net Kijevas. Refleksiją Andriy baigė taip: ...<Atrodė, kad viskas yra blogas sapnas, bet tas sapnas niekaip nesibaigia...>

Sesija Nr. 6, 2024.01. 11.	Anastasia (A4 formatas)	Maria (A4 formatas)	Andriy (A4 formatas)
Tema: „Saugi vieta”			
Objektas	4	4	4
Kompozicija	5	3	3
Spalvos išryškėjimas	5	3	2
Įsitraukimo energija	5	4	4
Logiškumas	4	5	4
Linijos kokybė	5	3	3

Lentelė. 6 sesijos kūrinų formaliųjų elementų įvertinimas

Tyrėjo įžvalga (Anastasia)

Šios sesijos metu Anastasia atrodė kiek pavargusi. Mergina nieko nelaukdama atsisėdo į jai įprastą vietą. Išklausiusi temą, kuri buvo „*Saugi vieta*“, ji daug laiko skyrė priemonių pasirinkimui. Pirmiausiai pasiėmė spalvotus pieštukus ir nubrėžė neryškų apskritimą lapo centre. Netrukus padėjo pieštukus, paėmė pastelę ir pareiškė, kad tai pirmasis kartas, kai ji laiko tokią priemonę rankose. Tyrėja merginą padaršino išbandyti šią nepažintą priemonę. Anastasia pradėjo piešti skirtingų ir ryškių spalvų apskritimus. Linijos buvo tvirtos ir užtikrintos – su užbaigimu. Vėliau mergina padėjo pasteles ir pradėjo pirštais lyginti savo apskritimą lyg norėdama sušvelninti linijas. Ji jautėsi atsipalaidavusi ir įsitraukusi į procesą. Refleksijos metu ukrainietė papasakojo, ką norėjo išreikšti savo piešiniu. Po sesijos susitvarkė savo darbo vietą, padėkojo ir atsisveikino.

Dalyvės (Anastasia) refleksija

Refleksijos metu mergina pareiškė:...<*Labai gerai jaučiausi piešdama pastele...*> Parodžius visiems savo kūrinį, pasakė:...<*Šis apskritimas simbolizuoja žmones, kuriuos noriu turėti šalia...*> Paklausta, ar kiekviena spalva jai reiškia specifinį žmogų, moteris atsakė:...<*Taip, piešdama skirtingomis spalvomis, galvojau apie skirtingus ir man brangius žmones...*>. Paklausta dėl balto fono, Anastasia atsakė: ...<*Norėčiau, kad baltoje spalvoje pranyktų žmonės, kurie man nebuvo geri...*> Taip pat mergina pažymėjo, kad pačiame apskritimo centre ji yra apsupta jai brangių žmonių.

Tyrėjo įžvalga (Maria)

Maria atėjo gerai nusiteikusi. Džiaugėsi, kad turi daug veiklų ir nereikia vienai per dienas sėdėti namie. Išklausiusi tos dienos temą, moteris pasiėmė jai neįprastas pasteles. Dar ilgai laikė jas rankoje, bet vengė jomis piešti. Šios sesijos metu, matyt, ir suveikė kitų dalyvių pasirinkimas dėl piešimo priemonių. Maria nupiešė kelis objektus centrinėje lapo dalyje, o vėliau pradėjo vingiuoti linijas skirtingomis spalvomis. Šios sesijos metu jautėsi moters energija, kurios ji stokojo praėjusiuose užsiėmimuose. Vėliau ukrainietė padėjo pasteles ir rankomis ėmė trinti lapą. Pasibaigus piešimo procesui, nusivalė rankas ir susitvarkė darbo vietą. Refleksijos metu reiškėsi noriai. Gerai nusiteikusi atsisveikino su visais ir išėjo per duris.

Dalyvės (Maria) refleksija

Pakėlusį lapą moteris jį parodė visiems ir pristatė: ...<*Autobusas vežantis mus per sieną iš Ukrainos karo man tapo saugia vieta...*> ...<*Nors turėjome tik kelis su savimi paimtus daiktus, bet autobuse buvau kartu su dukra ir anūku ...*> Moteris prisiminė savo kelionę iš karo talžomos Ukrainos Lietuvos link. Ji kalbėjo: ...<*Visi buvo labai malonūs ir paslaugūs, niekada to nepamiršiu...*>.

Tyrėjo įžvalga (Andriy)

Andriy atėjo geros nuotaikos, buvo kalbus su kitais dalyviais. Dalinosi informacija, kad eis į Sausio 13-osios renginius, nes žino, kaip lietuviai vertina laisvę. Išklausęs temą, vyras naudojo skirtingų spalvų flomasterius. Nors piešimas atrodė chaotiškas, linijos neišbaigtos, bet spalvos buvo naudojamos pagal simbolinę reikšmę. Vyro piešime jautėsi įsitraukimas, Andriy naudojo daug fizinės jėgos, judesiai buvo staigūs. Piešimo metu vis kažką komentavo. Porą kartų buvo paragintas susikoncentruoti tik piešimui, o ne kalboms. Kompozicijos ryškiausias objektas buvo išsidėstytas centre, o kiti objektai – aplink jį. Vieni objektai šliejosi arti, kiti buvo pavazduoti laikantis atstumo. Refleksijos metu vyras buvo konkretus ir tiksliai apibūdino tai, ką norėjo perteikti piešinyje.

Dalyvio (Andriy) refleksija

Refleksijos metu Andriy apie ryškiausią objekto sakė: ...<*Tai mano laisva ir nepriklausoma Ukraina...*> ...<*Čia aplinkui – draugiškos valstybės....*> Paklaustas, ką pavaizdavo dešinėje pusėje, vyras pasakė, kad ten yra atsitraukiantys rusai, kurie dega pragare. Vyras kiek atsiduso ir pasakė: ...<*Ateis ta diena...*>.

Sesija Nr.7, 2024.01. 25.	Anastasia (nedalyvavo)	Maria (A4 formatas)	Andriy (suklijuotos atraižos)
Tema: „Gyvenimo refleksijos koliažas”	-		
Objektas	-	2	4
Kompozicija	-	2	3
Spalvos išryškinimas	-	4	5
Įsitraukimo energija	-	3	4
Logiškumas	-	1	5
Linijos kokybė	-	-	1

Lentelė. 7 sesijos kūrinų formaliųjų elementų įvertinimas

Tyrėjo įžvalga (Maria)

Tai buvo paskutinis užsiėmimas, nes pasikeitė sąlygos dėl suteiktų patalpų. Apie tai dalyviai buvo informuoti prieš kelias savaites. Paskutiniajam užsiėmimui ir interviu buvo skirta nauja ir kiek mažesnė salė. Maria atėjo gerai nusiteikusi, buvo kalbi ir maloni su kitais. Tačiau išgirdus temą ir tai, kad reikia daryti koliažą, moteris kiek nustebo. Dalyviams buvo skirtos žurnalų iškarpos, lipdukai ir spalvotas popierius. Maria bent kelis kartus peržiūrėjo visas iškarpas. Paimdavo ir padėdavo jas atgal. Kol galiausiai išsirinko tik vieną. Kitas atraižas karpė

ir glamžė. Atrodė, kad moteris jaučiasi nejaukiai ir jai klijavimo procesas nepatinka. Moteris karpė ir klijavo ilgai. Kompozicija atrodė padrika. Pabaigus klijuoti, skyrė laiko tam, kad galėtų surinkti iškarpu likučius ir sutvarkytų darbo vietą. Refleksijos metu Maria nedaugžodžiavo. Po užsiėmimo tiriamieji buvo dar kartą informuoti dėl interviu, kuris įvyko po savaitės, kai pasibaigė dailės terapijos visos sesijos.

Dalyvės (Maria) refleksija

Maria apibūdino, kaip ji norėjo pavaizduoti savo būdą: ...*<Visą gyvenimą buvau linksma ir apsupta draugu, o dabar to nebeliko...>* Paklausta, kas yra žalios iškarpos, moteris atsakė:...*<Man labai patinka gamta, miškai, pievos, turėjau gražų parką prie namų, ten susitikdavom su drauge...>* Moters balse jautėsi nostalgiskas liūdesys.

Tyrėjo įžvalga (Andriy)

Andriy atėjo kiek pavėlavęs ir uždusęs, visas aplipęs sniegu, nes tuo metu buvo pūga. Išklausęs temą, vyras jautėsi laisvai ir prisipažino, kad koliažus darydavo su anūkais. Jis drąsiai karpė skirtingus spalvoto popieriaus lapus, juos klijavo ir taip sukūrė kompoziciją. Vėliau centre užklijavo religinį motyvą. O pasiėmęs pastelę, nupiešė savo objektus. Spalvos tarpusavyje derėjo ir jautėsi vyro įsitraukimas. Vėliau sekė refleksija, kurios metu Andriy pasisakė. Po užsiėmimo vyras pakartojo, kad noriai dalyvaus interviu.

Dalyvio (Andriy) refleksija

Refleksijos metu Andriy savo kūrinį pavadino ikona ir pasakė:...*<Viskam ateina pabaiga...>* Kiek patylėjęs, pridūrė:...*<Bet yra aukštesnės galios...>* Vyras pareiškė, kad prieš karą nebuvo religingas, bet dabar pajuto tikėjimo galią ir tai jam padeda šiuo sunkiu laikotarpiu.

Formaliųjų elementų analizės apibendrinimas

Analizuojant visų tiriamųjų darbus pastebima, jog kūrinuose dominuoja centrinė kompozicija. Linijos dažniausiai banguotos ir netolygios. Spalvos – maišytos, dominavo mėlyna, geltona ir juoda. Pastebėtas visų dalyvių įsitraukimas į kūrybinį procesą, kuris terapinio proceso metu kito nuo dalyvių nuotaikos sesijos metu. Apibendrinat daugumos darbų logiškumą stebimas realistiškumas, jaučiama satyra.

Po visų sesijų galima daryti išvadą, kad pabėgėliams išgyventi karo siaubai sukėlė dideles pasekmes. Karo patirtys yra traumuojančios. Tiriamųjų darbuose galima išvysti daug skausmingų patirčių ir išgyvenimų. Šie žmonės per trumpą laiką patyrė daug traumuojančių išgyvenimų. Tačiau tiriamųjų grupė buvo atvira, jautėsi saugiai ir įsijautė į piešimo procesą.

Taip pat piešiniuose akivaizdus tik šiai, specifinei tiriamųjų grupei, būdingas sentimentalumas savo kraštui.

3.3 Teminės ir piešinių analizės sąsajos

Temine analize tyrime buvo siekiama išanalizuoti verbalinę raišką. Raišką sudarė interviu po visų sesijų ir išsakytos mintys kiekvienos refleksijos metu. Jose atsispindėjo karo pabėgėlių išgyventos patirtys agresijos laikotarpiu. Tuo tarpu piešinių formaliųjų elementų analizės metodas leido stebėti karo sukeltų trauminių patirčių vizualinę raišką. Šiame skyriuje yra norima išanalizuoti sąsajas tarp teminės ir piešinių formaliųjų elementų analizės, kurios išaiškėjo tyrimo metu.

Pirmiausiai galima teigti, kad tyrimo dalyviai yra labai atviri ir verbalinė raiška buvo naudojama labai gausiai. Psichologų komanda, kuri dirba su karo pabėgėliais iš Ukrainos, informavo tyrimo organizatorę, kad žmonių temperamentas aiškiai skiriasi nuo mums būdingų Lietuvos gyventojų. Ukrainiečiai yra drąsesni, labiau emocionalūs ir ekspresyvesni, nei Lietuvos žmonės. Tai galima buvo pastebėti jau pirmosios sesijos metu. Tyrimo dalyviai laisvai jautėsi nežinomoje aplinkoje ir tada, kai rinkosi piešimo priemones. Tiriamieji neatrodė įsitempę ir piešimo procese. Nuo pirmojo užsiėmimo jie leidosi į jiems skaudžius išgyvenimus ir refleksijos metu jais dalinosi, o per interviu jautėsi drąsiai ir saugiai, kalbėjo labai atvirai. Tiriamieji pasižymėjo ne tik atvirumu, bet ir pasitikėjimu tyrimo organizatore, nes jai buvo atskleisti dalykai, kurie reikalauja visiško konfidencialumo.

Šio tyrimo dalyvių verbalinėje ir vizualinėje raiškoje galima išvystyti didelį pasididžiavimą ir meilę savo valstybei. Tiriamųjų piešiniuose neretai matomi simboliniai aspektai, susiję su jų valstybe.

Kalbėdami ir piešdami tyrimo dalyviai nevensė jiems skaudžių patirčių pavyzdžių. Tyrimo dalyvė Anastasia: *Nors po pirmojo užsiėmimo nebuvo lengva, bet supratau, kad man tai į gerą, jeigu aš noriu sustiprėti* (Anastasia).

Šio tyrimo dalyvių elgsena parodo, kad tiek piešdami, tiek kalbėdami pabėgėliai iš Ukrainos jautėsi saugiai ir patogiai, o tai leido sklandžiai ir produktyviai įsilieti į procesą.

Taip pat galima pabrėžti ir tai, kad tyrimo dalyviai mažai vizualizavo dabarties laikotarpį, nors nevensė apie jį kalbėti.

Didžiausias teminės ir piešinių analizės ryšys yra tiriamųjų ekspresija. Ankstesni tyrimai atskleidžia, kad dailės terapija veiksmingai sumažina dalyvių nerimą ir kančias (Kim ir kt., 2023).

Šio tyrimo dalyvių vizualinėje raiškoje galima aiškiai išvelgti tiriamųjų nerimastingą savijautą tam tikros sesijos metu. Tiek kalbėsena, tiek piešinių raiška sutapo. Tiriamieji nenorėjo nutylėti ar neparodyti savo tikrosios savijautos. Pavyzdžiui, pirmos sesijos metu Andriy tapė naudodamas daug energijos, jautėsi jėga, bet nekontroliavo savo judesių iki galo, piešinys netilpo lape, per refleksiją vyras pasidalino mintimis, jog jaučiasi piktas dėl nekariaujančio sūnaus ir susidariusios situacijos.

Kitas pavyzdys, penktos sesijos metu, tyrimo dalyvė Anastasia pastelinėmis spalvomis ir tolygiomis nenutrūkstančiomis linijomis nupiešė savo gyvenimą Lietuvoje, o refleksijos metu išsakė poziciją, kad čia jaučiasi jaukiai ir saugiai.

Apibendrinant galima teigti, kad šioje tyrimo grupėje sąsajų yra daugiau tarp vizualinės ir verbalinės raiškos, tačiau kai kurių tiriamųjų motyvacija ir energija piešiant buvo daug mažesnė nei kalbant. Taip pat verbaliniu būdu žmonės labiau papildė savo vizualinę raišką, nes, kaip prisipažino dalyviai, jie savo piešimo įgūdžių nelavino ilgą laiką. Tačiau visų dalyvių verbalinėje išraiškoje ir piešiniuose atsiveria kare patirtų išgyvenimų žaizdos, kurios yra labai šviežios, nes karas vyksta ir šiandien.

TYRIMO REZULTATŲ APIBENDRINIMAS, GALIMYBĖS IR RIBOTUMAS

Šiame tyrime dalyvavo karo pabėgėliai iš Ukrainos, kurie yra gavę prieglobstį Lietuvoje ir yra patyrę traumuojančias patirtis karo metu. Dalyviams buvo taikomos dailės terapijos metodais pagrįstos gydymo sesijos. Tai ir tapo šio tyrimo pagrindine ašimi. Seansų metu dalyviai galėjo išreikšti savo patirtus išgyvenimus, su kuriais jie susidūrė karo zonoje. Jie atviravo apie tai, kaip jaučiasi dabartinėje situacijoje, bandydami integruotis naujojoje visuomenėje ir kalbėjo, kaip juos veikia besitęsiantis karas gimtinėje. Anot atliktų tyrimų, kurie buvo apibendrinti literatūros apžvalgoje, yra teigiama, kad dailės terapijos taikymas karo pabėgėliams yra veiksminga būdas gydyti nerimą, depresiją, traumas ir kitas įprastas psichikos ligas, nes šie simptomai yra būdingi nuo karo nukentėjusiems asmenims (Kim ir kt., 2023). Vienas svarbiausių faktorių nuo karo nukentėjusiems asmenims yra saugios erdvės ir ryšio sukūrimas dailės terapijos procese. Tai yra aktualu, nes ši žmonių grupė yra patyrusi daug išgyvenimų, susijusių su saugumo praradimu. Taip pat, anot Kim, dailės terapija yra neįtikėtina naudinga skirtingų kultūrų gyventojų grupėms, nes meno kūrimas pranoksta tarpkultūrinio bendravimo sienas – kalbos barjerą, vertybių ar religijų skirtumus (Kim ir kt., 2023). Šio tyrimo dalyviai sąmoningai pasirinko dalyvauti sesijose. Jie suprato savo emocines būsenas ir norėjo atsigauti po traumuojančių patirčių, kurias patyrė per pastaruosius metus. Kūrybinis procesas leido tyrimo dalyviams pažvelgti į traumuojančias patirtis kitaip, suprasti ir išreikšti savo jausmus, kuriuos neretai norima nuslėpti ir vengiama apie tai kalbėti, nes pokalbiu metu jie išreiškiami labai sudėtingai ir skaudžiai. Šiame tyrime dalyviai galėjo naudoti įvairias kūrybos priemones ir leisti sau piešti rankomis, o tai, remiantis atliktais tyrimais, asmenims padeda numalšinti susikaupusį stresą, kurio karo pabėgėlių gyvenime yra apstu (Spiegel ir kt. 2006).

Šis tyrimas buvo pasirinktas dėl jo šiandieninio aktualumo. Jis svarbus tuo, kad prieglobstį gavę Ukrainos karo pabėgėliai galėtų sėkmingai atsigauti nuo traumuojančių patirčių, lengviau integruotųsi mūsų valstybėje ir galėtų gyventi kiek įmanoma visavertį gyvenimą. Buvo pasirinktas kokybinio tyrimo principas, nes norėta giliau išsiaiškinti tikrąsias tiriamųjų problemas ir esamą emocinę situaciją jų gyvenime. Šio tyrimo rezultatai rodo, kad dailės terapija yra veiksminga, kai yra taikoma žmonėms, išgyvenusiems karo siaubus. Šis tyrimas galėtų būti kitų mokslo darbų ir programų pagrindu. Tai aktualu toms organizacijoms, kurios siekia padėti karo grėsmes patyrusiems žmonėms. Nes šie asmenys buvo priversti atsisakyti savo ankstesnio ir jiems įprasto gyvenimo.

Šio tyrimas turi tam tikrų trūkumų. Pasirinkus kokybinio tyrimo principą, buvo galima surinkti tik specifinę ir labai mažą dalyvių grupę, todėl buvo sudėtinga pateikti išsamias išvadas. Norint sulaukti platesnių išvadų ir atidžiau stebėti tiriamųjų pokytį, dailės terapijos sesijų skaičius turėtų būti didesnis. Iššūkį kėlė ir nereguliarus dalyvių lankomumas bei kultūriniai aspektai, dėl kurių žmonės vengia lankyti terapinius užsiėmimus. Tai ir lėmė didelį žmonių „nubyrėjimą“ po pirmųjų sesijų.

TYRĖJO REFLEKSIJA

Nuo pat studijų pradžios, kai prasidėjo apmąstymai apie magistrinį darbą, žinojau, kad pasirinksiu šią tyrimų temą dėl jos aktualumo ir dėl asmeninių moralinių nuostatų. Visų studijų metu domėjausi šia tematika ir apie tai rašiau atsiskaitymo darbus. Taip pat man buvo lengviau susirasti vietą tyrimui, nes jau anksčiau esu buvusi Raudonojo Kryžiaus organizacijos savanore, kai registravau atvykstančius karo pabėgėlius pirmomis Rusijos agresijos Ukrainoje dienomis. Noras padėti užgimė tada, kai šimtai karo pabėgėlių ieškojo prieglobsčio mūsų šalyje. Tada ir pati priėmiau penkis karo pabėgėlius į savo namus ir per trumpą laiką su tais žmonėmis tapome viena šeima. Tad šiuo laikotarpiu ir negalėjau įsivaizduoti kitos temos savo magistrinio darbo tyrimui. Tai lėmė šios temos labai didelis aktualumas, nes karas vyksta ir šiandien, o Lietuvoje gyvena tūkstančiai karo traumuojančias patirtis išgyvenusių ukrainiečių.

Vienu iš pirmųjų nusivylimų tapo tai, kad užsiregistravusiųjų tyrimo dalyvių gausa buvo labai didelė, bet galiausiai apklausoje sutiko dalyvauti tik trys asmenys. Todėl buvo kiek neramu dėl mažo dalyvių skaičiaus ir kilo klausimas, kodėl žmonės atsisakė susitikti. RK organizacijos darbuotojas paaiškino, kad čia yra įprasta praktika organizuojant veiklas ukrainiečiams, nes jie nejaučia jokio įsipareigojimo.

Kitas bauginęs faktorius buvo tas, kad mano pačios rusų kalbos žinios yra nepakankamos, tačiau RK man skyrė profesionalią vertėją, kuri įsiliejo į procesą ir nesukėlė jokių diskomforto nei man, nei tyrimo dalyviams. Ši mano baimė ir nepasitikėjimas, kuris lydėjo tik iki tyrimo pradžios, dingo jau po pirmosios sesijos. Tai dar kartą įrodė man pačiai, kad dailės terapija yra puikus metodas dirbti su kitataučiais. Dailės terapija yra stipresnė nei kultūrų ir kalbų skirtumai.

Pirmosios sesijos metu kilo iššūkis, kuris dar ilgai išliks mano atmintyje. Tai buvo visų dalyvių bendra rauda. Tą akimirką jaučiausi bejėgė kontroliuoti dalyvių emocijas, bet tik sesijos pabaigoje supratau, kad jiems tos raudos reikėjo. Tuo met ir pačiai buvo sunku nepravirkti. Labai vertinu šią patirtį. Ji mane sustiprino ir praturtino, leido pasisemti dar daugiau žinių, o nepatogios situacijos leido tobulėti ir nepasiduoti šiame nelengvame, bet labai kūrybingame ir prasmingame kelyje.

IŠVADOS

1. Išanalizavus įvairius mokslinius straipsnius literatūros apžvalgoje, karo sukeltos trauminės patirtys sukelia įvairius emocinius, socialinius ir ekonominius sunkumus bei gali privesti prie psichinių ligų.
2. Atliktas tyrimas parodė, kad dailės terapija yra saugi terpė, kurioje žmonės, išgyvenę karo siaubus, gali lengviau priimti susiklosčiusią situaciją, patirtus išgyvenimus ir išreikšti savo jausmus.
3. Remiantis tyrimo rezultatais ir moksliniais straipsniais, dailės terapijos taikymas yra veiksmingas kitataučiams žmonėms, nes kūrybinė išraiška yra aiškesnė asmenims, atstovaujantiems skirtingoms kultūroms ir kalbantiems kitomis kalbomis.
4. Atlikus piešinių formaliųjų elementų analizę ir remiantis dalyvių refleksijomis, karą patyrusių žmonių kompozicijos yra piešinio centre. Linijos dažniausiai banguotos ir netolygios. Spalvinėje gamoje dominavo mėlyna, geltona ir juoda. Dažniausiai vaizduojamos trauminės patirtys, o linijų kokybės, raiška ir energija yra susijusios su tos dienos nuotaika ir patiriamu stresu.
5. Išanalizavus piešinių temas, galima suprasti kylančius jausmus, kuriuos sukelia toliau vykstantis karas. Būtent, kare išgyventos patirtys atsispindi tyrimo dalyvių piešiniuose.
6. Karo pabėgėliams buvo naudingos dailės terapijos sesijos, nes čia jie gali jaustis saugiai, turi galimybę išreikšti savo traumines patirtis, gali tinkamai suvokti esamą situaciją, sulaukti palaikymo ir lengviau integruotis į naująją visuomenę.

REKOMENDACIJOS

Karą išgyvenusiems karo pabėgėliams iš Ukrainos:

Rekomenduojama dalyvauti reguliariuose grupinėse dailės terapijos užsiėmimuose, kuriuose galima lengviau išreikšti savo traumines patirtis, esamą emocinę būseną ir patiriamus sunkumus dabartyje. Taip pat grupinis bendravimas neleidžia likti vienam su savimi ir savo problemomis. Rūpesčiai, su kuriais sunku susitvarkyti patiems, gali būti lengviau sprendžiami grupėje. Bendravimas grupėje skatina integraciją naujojoje šalyje ir leidžia didinti pasitikėjimą savimi bei supančia aplinka.

Socialinėms organizacijoms:

Priimti terapeutus, kurie inicijuoja tokias veiklas. Suteikti patogias ir saugias erdves, kuriose netrikdytų pašaliniai garsai ir asmenys. Suteikti galimybę karo pabėgėliams užsiėmimuose dalyvauti nemokamai tam, kad tai būtų prieinama kiekvienam.

Dailės terapeutams:

Labai svarbu sukurti saugią erdvę ir atsiliepti į žmonių išsakytas mintis. Suprasti ir toleruoti kultūrinius ir politinius skirtumus. Patogiu laiku organizuoti ilgalaikes sesijas, kurios leistų atsitiesti po traumuojančių patirčių.

Visuomenei:

Finansiškai ir morališkai padėti Lietuvoje prieglobstį gavusiems karo pabėgėliams iš Ukrainos. Nors ilgas karo laikotarpis vargina ir nesinori apie jį galvoti, bet žmonės, kurių artimieji yra likę gimtinėje arba kariauja fronte, patiria stresines situacijas kiekvieną dieną. Turime juos suprasti ir suteikti visokeriopą paramą. Tai yra privalu tam, kad Lietuvoje gyvenantys ukrainiečiai galėtų įsilieti į visuomenę.

Būsimiems tyrimams: Domėtis naujienomis, aktualijomis ir atliktais tyrimais, nes ši tema yra labai opi. Atlikti tyrimus, apimančius kiek įmanoma ilgesnį laikotarpį ir su didesne intimi. Tai yra reikalinga tam, kad rezultatai būtų tikslesni. Gilintis į specifines sritis, susijusias su karo pabėgėliais: PTSS, depresija, nerimas ir kaltės jausmas.

LITERATŪROS SĄRAŠAS

American Psychiatric Association. (2013). What is Posttraumatic Stress Disorder psychiatry.org. Psychiatry.org. Prieiga per internetą: <https://www.psychiatry.org/>

Andrews, J., Isański, J., Nowak, M., Sereda, V., Vacroux, A., & Vakhitova, H. (2023). Feminized forced migration: Ukrainian war refugees. *Women's Studies International Forum*, 99, 102756. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2023.102756>

Anjum, G., Aziz, M., & Hamid, H. K. (2023). Life and mental health in limbo of the Ukraine war: How can helpers assist civilians, asylum seekers and refugees affected by the war? *Frontiers in Psychology*, 14. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1129299>

Annous, N., Al-Hroub, A., & Zein, F. E. (2022). A Systematic Review of Empirical Evidence on Art Therapy With Traumatized Refugee Children and Youth. *Frontiers in Psychology*, 13. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.811515>

APA Dictionary of Psychology. (2014). APA Dictionary of Psychology. Apa.org. Prieiga per internetą: <https://dictionary.apa.org/emotion>

Arhirova, Hanna. (2023). For a group of Ukrainian women, painting is a form of therapy to help them cope with loss. *Independent*. Prieiga per internetą: <https://www.independent.co.uk/news/ap-russia-kyiv-donetsk-facebook-b2375196.html>

Bagdonas A., Bliumas. R., (2019). *Nerimas*. (203p.). Aiškinamasis psichologijos terminų žodynas. Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras. ISBN ar kodas: 9785420018125

Basoglu, M. (2006). Rehabilitation of traumatised refugees and survivors of torture. *BMJ*, 333(7581), 1230–1231. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1136/bmj.39036.739236.43>

Baškienė, Rasa. (2023). Ukrainiečių psichiatrė-psichoterapeutė: „Mūsų psichika primena gumini kamuoliuką – ištikus stresui jis traukiasi, vėliau vėl išsiplečia“. *Bernardinai.lt* Prieiga per internetą: <https://www.bernardinai.lt/ukrainieciu-psichiatre-psichoterapeute-musu-psichika-primena-gumini-kamuoliuka-istikus-stresui-jis-traukiasi-veliau-vel-issiplecia/>

Byrd, Natasha Brynn. (2021). *Issues In Refugee Adaptation After Resettlement*. Utah Valley University. Prieiga per internetą: <https://uvu.contentdm.oclc.org/digital/collection/UVUTheses/id/874/>

Bogic, M., Njoku, A., & Priebe, S. (2015). Long-term mental health of war-refugees: a systematic literature review. *BMC International Health and Human Rights*, 15(1). Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1186/s12914-015-0064-9>

Catoir, Christophe. (2023). How to better integrate refugees into the labor market. *World Economic Forum*. Prieiga per internetą: <https://www.weforum.org/agenda/2023/04/growth-summit-2023-how-to-better-integrate-refugees-into-the-labour-market/>

Caulfield, J. (2019). How to Do Thematic Analysis | Step-by-Step Guide & Examples. Prieiga per internetą: <https://www.scribbr.com/methodology/thematic-analysis/#:~:text=Thematic%20analysis%20is%20a%20method,meaning%20that%20come%20up%20repeatedly.>

Collie, K., Backos, A., Malchiodi, C., Spiegel, D. Art Therapy for Combat-Related PTSD: Recommendations for Research and Practice. (2006). *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 23(4) pp. 157-164. Prieiga per internetą: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ777008.pdf>

Crafton, S. (2008). How I see myself/ How others see me. Prieiga per internetą: <http://sara-crafton.blogspot.com/2008/09/how-i-see-myself-how-others-see-me.html>

CTSN (2018). About Refugees. The National Child Traumatic Stress Network. Prieiga per internetą: <https://www.nctsn.org/what-is-child-trauma/trauma-types/refugee-trauma/about-refugees>

Cukaj, L. (2021). Positive Affirmations Art Activity for a Better Outlook on Life. *Creative Expressions*. Prieiga per internetą: <https://www.creativeexpressionsconsulting.com/post/positive-affirmations-art-activity>

Czupała, A., Hapon, N., Chiang, S.-K., Żywiołek-Szeja, M., Karamushka, L., Lee, C. T., Grabowski, D., Paliga, M., Rosenblat, J. D., Ho, R., McIntyre, R. S., & Chen, Y.-L. (2023). Depression, anxiety and post-traumatic stress during the 2022 Russo-Ukrainian war, a comparison between populations in Poland, Ukraine, and Taiwan. *Scientific Reports*, 13(1), 3602. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1038/s41598-023-28729-3>

Danish Refugee Council. (2023). Poland: New community centre for Ukrainian refugees in Krakow. *Pro.drc.ngo*. Retrieved April 12, 2024 Prieiga per internetą: <https://pro.drc.ngo/resources/news/poland-new-community-centre-for-ukrainian-refugees-in-krakow/>

Dieterich-Hartwell, R., & Koch, S. (2017). Creative Arts Therapies as Temporary Home for Refugees: Insights from Literature and Practice. *Behavioral Sciences*, 7(4), 69. Prieiga per internetą <https://doi.org/10.3390/bs7040069>

Erno Simon. Supporting Ukrainian refugees in Hungary through innovative mental health approaches. (2024). UNHCR Europe. Prieiga per internetą: <https://www.unhcr.org/europe/news/stories/supporting-ukrainian-refugees-hungary-through-innovative-mental-health-approaches>

European Commission and OECD (2016). How are refugees faring on the labour market in Europe? : A first evaluation based on the 2014 EU Labour Force Survey ad hoc module. European Commission Publications Office: Brussels.
Prieiga per internetą: <https://data.europa.eu/doi/10.2767/350756>.

European Institute of Innovation & Technology (EIT). Ukraine appeal: Facilitating the supply of medical equipment | EIT. (2022). Eit.europa.eu. Prieiga per internetą: <https://eit.europa.eu/our-activities/opportunities/ukraine-appeal-facilitating-supply-medical-equipment>

European School Education Platform. Ukrainian refugees and schooling: How to overcome the “waiting dilemma”? (2023). School-Education.ec.europa.eu. Prieiga per internetą: <https://school-education.ec.europa.eu/en/insights/news/ukrainian-refugees-and-schooling>

European Union Agency for Fundamental Rights (2023). 5. Employment. 44p. European Union Agency for Fundamental Rights.
Prieiga per internetą: http://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2023-ukraine-survey_en.pdf

Fielding, S. (2023). War Trauma: The Psychological Consequences of War. Charlie Health. <https://www.charliehealth.com/post/war-trauma-psychological-consequences-of-war>

Fino, E., Mema, D., & Russo, P. M. (2020). War trauma exposed refugees and posttraumatic stress disorder: The moderating role of trait resilience. *Journal of Psychosomatic Research*, 129, 109905. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2019.109905>

Gaižauskaitė, I., & Valavičienė, N. (2016). Socialinių tyrimų metodai: Kokybinis interviu [knyga]. *Lituanistika*. Prieiga per internetą: <https://www.lituanistika.lt/content/78489>

Gantt, L. M., & Anderson, F. (2009). The formal elements art therapy scale: A measurement system for global variables in art. *Art Therapy*, 26(3), 124–129. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/07421656.2009.10129372>

Gebresilassie, T., Beiersmann, C., Ziegler, S., Keck, V., Kidane, Y. S., Jahn, A., & Benson-Martin, J. (2022). Mental Wellbeing and Social Resilience of Eritrean Refugees Living in Germany. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 11099. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3390/ijerph191711099>

Geleželytė, O. (2022). Kompleksinis potrauminis stresas. samprata ir psichotraumatologinis įvertinimas. Vilniaus universitetas. Prieiga per internetą: https://www.fsf.vu.lt/dokumentai/GelezelyteO.2022_kompleksinis_potrauminis_stresas.pdf

Grønhaug, Kristine. (2019). When life is falling apart. Norwegian Refugee Council. Prieiga per internetą: <https://www.nrc.no/perspectives/2019/when-life-is-falling-apart/>

Guzman, A. (2020). *Essential Art Therapy Exercises: Effective Techniques to Manage Anxiety, Depression, and PTSD*. Rockridge Press

Hacmun, I. Regev, D. Salomon, R. (2021). Artistic creation in virtual reality for art therapy: A qualitative study with expert art therapists. *Arts in Psychotherapy*, 72, 101745. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/J.AIP.2020.101745>

Isfahani, S. N. (2008). Art therapy with a young refugee woman – survivor of war. *International Journal of Art Therapy*, 13(2), 79–87. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/232926830_Art_therapy_with_a_young_refugee_woman_-_survivor_of_war

Jansen, Derek. 'What Is Thematic Analysis? Explainer + Examples'. Grad Coach. (2021). Prieiga per internetą: <https://gradcoach.com/what-is-thematic-analysis/>

Javanbakh, A. (2022). *European Journal of Psychotraumatology*, Volume 13. Prieiga per internetą: <https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/20008066.2022.2104009?needAccess=true>

Kim, S.-Y., Lee, Y.-O., Lee, S.-Y., Kim, M. S., & Choi, H. (2022). Art therapy for immigrant Korean youth: indications of outcomes, acceptability and satisfaction. *International Journal of Art Therapy*, 1–9. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/17454832.2022.2066144>

Kalmanowitz, D., & Ho, R. T. H. (2016). Out of our mind. Art therapy and mindfulness with refugees, political violence and trauma. *The Arts in Psychotherapy*, 49(49), 57–65. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2016.05.012>

War exposure, posttraumatic stress disorder, and complex posttraumatic stress disorder among parents living in Ukraine during the Russian war. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/acps.13529>

Katsiaficas C., Frela J. (2022). Integration of Ukrainian refugees: The road ahead - Ukraine. Prieiga per internetą: <https://reliefweb.int/report/ukraine/integration-ukrainian-refugees-road-ahead>

Kavanová, M., Prokop, D., Škvrňák, M., Levinsky, M. (2022). Research among refugees Mental health Voice of Ukrainians. Institute of Sociology of the Academy of Sciences of the Czech Republic. Prieiga per internetą:

file:///Users/tautvile_k/Downloads/Du%C5%A1en%C3%AD%20zdrav%C3%AD%20-%20Hlas%20Ukrajinc%C5%AF%20-%20Mental%20Health.pdf

Kim, S.-Y., Lee, J. S., & Choi, H. (2023). The Effects of Art Therapy on Anxiety and Distress for Korean–Ukrainian Refugee: Quasi-Experimental Design Study. *Healthcare*, 11(4), 466. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3390/healthcare11040466>

Klarić, M., Klarić, B., Stevanovic, A., Grković, J., & Jonovska, S. (2007). Psychological consequences of war trauma and postwar social stressors in women in Bosnia and herzegovina. *Croatian Medical Journal*, 48(2), 167–176. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2080525/>

Klykova, Polina. (2022). Eurochild-Nowhere to go back to: how the war in Ukraine is separating children and families. Prieiga per internetą:

<https://www.eurochild.org/news/nowhere-to-go-back-to-how-the-war-in-ukraine-is-separating-children-and-families/>

Klykova, Polina. (2022). Eurochild-Nowhere to go back to: how the war in Ukraine is separating children and families. Prieiga per internetą:

<https://www.eurochild.org/news/nowhere-to-go-back-to-how-the-war-in-ukraine-is-separating-children-and-families/>

Liebig, T., & Tronstad, K. R. (2018). Triple Disadvantage?: A first overview of the integration of refugee women. Prieiga per internetą:

<https://doi.org/10.1787/3f3a9612-en>

Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. (2012). Dėl Psichosocialinės reabilitacijos paslaugų psichikos sutrikimų turintiems asmenims teikimo tvarkos aprašo patvirtinimo. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.431690/asr>

Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija (SADM). (2022). Socialinė parama Ukrainiečiams. Prieiga per internetą: <https://socmin.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/socialine-integracija/lietuva-ukrainai/socialine-parama-ukrainieciams/>

Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministerija. (2022). Dėl užsieniečių, pasitraukusių iš Ukrainos dėl Rusijos federacijos karinių veiksmų Ukrainoje, asmens sveikatos priežiūros paslaugų užtikrinimo ir receptinių vaistinių preparatų jiems išrašymo ir išdavimo laikinosios apsaugos galiojimo laikotarpiu. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/9f57e1a299e511ec9e62f960e3ee1cb6/asr>

LNB Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras. (2024). Karo pabėgėliai. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/karo-pabegeliai/>

Lusebrink, V. B. (2004). Art Therapy and the Brain: An Attempt to Understand the Underlying Processes of Art Expression in Therapy. *Art Therapy*, 21(3), 125–135. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/07421656.2004.10129496>

Lushchak O., Velykodna. M., Bolman S., Strilbytska, Vladyslav Berezovskyi, and Kenneth B. Storeye. (2023). Prevalence of stress, anxiety, and symptoms of post-traumatic stress disorder among Ukrainians after the first year of Russian invasion: a nationwide cross-sectional study. *The Lancet Regional Health*. Prieiga per internetą: [https://www.thelancet.com/journals/lanep/article/PIIS2666-7762\(23\)00192-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanep/article/PIIS2666-7762(23)00192-8/fulltext)

Mačiulis, Valentinas. (2024). Depresija. Visuotinė lietuvių enciklopedija. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/depresija-2/>

Malchiodi, A. (2020). *Handbook of Art Therapy*. The Guilford Press; Second edition. Prieiga per internetą: http://www.art-therapy.gr/images/stories/book_library/books/art_therapy/handbook_of_artherapy.pdf

Measham T., Guzder J., Rousseau P. L., Blais-McPherson M., Nadeau L. (2014). Refugee children and their families: supporting psychological well-being and positive adaptation following migration. *Curr. Probl. Pediatr. Adolesc. Health Care* 44, 208–215. doi: 10.1016 Prieiga per internetą: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1538544214000303>

Mclean Hospital. (2022). Refugee mental health: What you need to know. Prieiga per internetą: <https://www.mcleanhospital.org/essential/refugee-mental-health>

Mesa-Vieira, C., Haas, A. D., Buitrago-Garcia, D., Roa-Diaz, Z. M., Minder, B., Gamba, M.,...Franco, O. H. (2022). Mental health of migrants with pre-migration exposure to armed conflict: A systematic review and meta-analysis. *Lancet Public Health*, 7(5), e469–ee81. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35487232/>

Migliorini, L., Olcese, M., Cardinali, P., & Davide Prestia. (2023). Community resilience among Ukrainian refugees: what is the role of the host community in recovery from forced migration? *Frontiers in Psychiatry*. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1206304>

Myers, Gregory. (2022). What Happens to the Homes Ukrainians Leave Behind? *Foreign Policy*. Prieiga per internetą: <https://foreignpolicy.com/2022/04/15/ukraine-russia-war-housing-refugees-property-protection-return/>

Morina, N., Stam, K., Pollet, T. V., & Priebe, S. (2018). Prevalence of depression and posttraumatic stress disorder in adult civilian survivors of war who stay in war-afflicted regions. A systematic review and meta-analysis of epidemiological studies. *Journal of Affective Disorders*, 239, 328–338. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.07.027>

Murthy, R. S., & Lakshminarayana, R. (2006). Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry : Official Journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 5(1), 25–30. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1472271/>

Murray, H., Pethania, Y., & Medin, E. (2021). Survivor guilt: a cognitive approach. *The Cognitive Behaviour Therapist*, 14(28). c <https://doi.org/10.1017/s1754470x21000246>

Museums Association. (2024). Understanding survivor syndrome. Prieiga per internetą: <https://www.museumsassociation.org/careers/redundancy-hub/understanding-survivor-syndrome/#:~:text=Survivor%20Syndrome%2C%20also%20known%20as>

Naff, K. (2014). A framework for treating cumulative trauma with art therapy. *ArTherapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 31(2), 79-86. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/07421656.2014.903824>

TLK-10-AM / ACHI / ACS elektroninis vadovas. (2024). Ebook.vlk.lt. Prieiga per internetą: <http://ebook.vlk.lt/e.vadovas/index.jsp>

Tomassoni, R., Galetta, G. (2016). Art in War Veterans. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/301558326_Art_in_War_Veterans

Ociepa-Kicińska, E., & Gorzalczyńska-Koczkodaj, M. (2022). Forms of Aid Provided to Refugees of the 2022 Russia–Ukraine War: The Case of Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7085), 7085. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3390/ijerph19127085>

OECD.org. (2023). What are the integration challenges of Ukrainian refugee women? Prieiga per internetą: <https://www.oecd.org/ukraine-hub/policy-responses/what-are-the-integration-challenges-of-ukrainian-refugee-women-bb17dc64/>

Olenick, M., Flowers, M., & Diaz, V. (2015). US veterans and their unique issues: Enhancing health care professional awareness. *Advances in Medical Education and Practice*, 6(6), 635. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.2147/amep.s89479>

Olga Vitruk, MPH, University of Washington (UW) Dept of Epidemiology. (2023). Ukrainian Refugee Mental Health Profile. University of Washington, Seattle, WA. Prieiga per internetą: <https://ethnomed.org/resource/ukrainian-refugee-mental-health-profile/#>

Phillimore, J., Block, K., Bradby, H., Ozcurumez, S., & Papoutsi, A. (2022). Forced Migration, Sexual and Gender-based Violence and Integration: Effects, Risks and Protective Factors. *Journal of International Migration and Integration*. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1007/s12134-022-00970-1>

Pénzes, I., van Hooren, S., Dokter, D., & Hutschemaekers, G. (2020). Formal elements of art products indicate aspects of mental health. *Frontiers in Psychology*, 11, 572700. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.572700>

Piotr Długosz. (2023). War Trauma and Strategies for Coping with Stress Among Ukrainian Refugees Staying in Poland. *Journal of Migration and Health*, 8, 100196–100196. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.jmh.2023.100196>

Pui-Kwan, A., Calvin Kai-Ching, Y. ir Wong, S.-S. (2024). The application of the formal elements art therapy scale in the person-in-the-rain drawing test. *Art Therapy*, 1–Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/07421656.2023.2295186>

Raccanello, D., Burro, R., Aristovnik, A., Ravšelj, D., Umek, L., Vicentini, G., Hall, R., Buizza, C., Buzdar, M. A., Chatterjee, S., Cucari, N., Dobrowolska, B., Ferreira-Oliveira, A. T., França, T., Ghilardi, A., Inasius, F., Kar, S. K., Karampelas, K., Kuzyshyn, A., & Lazăr, F. (2024). Coping and emotions of global higher education students to the Ukraine war worldwide. *Scientific Reports*, 14(1), Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1038/s41598-024-59009-3>

Ramirez, J. (2009). A Review of Art Therapy Among Military Service Members and Veterans with Post-Traumatic Stress Disorder. *Jmvh.org*. Prieiga per internetą: <https://jmvh.org/article/a-review-of-art-therapy-among-military-service-members-and-veterans-with-post-traumatic-stress-disorder/>

Regev, D., & Cohen-Yatziv, L. (2018). Effectiveness of art therapy with adult clients in 2018—What progress has been made? *Frontiers in Psychology*, 9(1531). Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01531>

- Ruppert, J. and Eiroa-Orosa, F. (2018). Positive visual reframing: A randomised controlled trial using drawn visual imagery to defuse the intensity of negative experiences and regulate emotions in healthy adults. *Anales de psicología* vol. 34. Prieiga per internetą: <https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/122113/1/674473.pdf>
- Safak-Ayvazoglu, A., & Kunuroglu, F. (2021). Acculturation experiences and psychological well-being of Syrian refugees attending universities in Turkey: A qualitative study, *Journal of Diversity in Higher Education*, 14(1), pp. 96–109.
- Sangalang, C. C., & Vang, C. (2017). Intergenerational trauma in refugee families: A systematic review. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 19(3), 745–754. Prieiga per internetą: <https://escholarship.org/content/qt7z09z4q2/qt7z09z4q2.pdf>
- Sharma, N. (2022). All that you are feeling now: War Trauma, Triggers, Displacement, Anger, Helplessness and Coping. Roots Wellness Center. Prieiga per internetą: <https://roots.gr/en/2022/03/06/all-that-you-are-feeling-now-war-trauma-triggers-displacement-anger-helplessness-and-coping/>
- Slayton, S. C., D'Archer, J., & Kaplan, F. (2010). Outcome studies on the efficacy of art therapy: A review of findings. *Art Therapy: Journal of the Art Therapy Association*, 27(3), 108-118. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/07421656.2010.1012966>
- Smeeth, D., McEwen, F. S., Popham, C. M., Karam, E. G., Fayyad, J., Saab, D., Rieder, M. J., Elzagallaai, A. A., van Uum, S., & Pluess, M. (2022). War exposure, post-traumatic stress symptoms and hair cortisol concentrations in Syrian refugee children. *Molecular Psychiatry*. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1038/s41380-022-01859-2>
- Spiegel D., Malchiodi C., Backos A., Collie K. Art therapy for combat related PTSD: Recommendations for research and practice. *Art Ther.* 2006;23:157–164. Prieiga per internetą: <https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/07421656.2006.10129335?needAccess=true>
- Talwar, Savneet. (2007). Accessing traumatic memory through art making: An art therapy trauma protocol (ATTP). *The Arts in Psychotherapy*. 34 -22-35. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/222662583_Accessing_traumatic_memory_through_art_making_An_art_therapy_trauma_protocol_ATTP
- Tkachuk, A., Kostrykina, S., & Janeliūnas, T. (2023). Migrantų iš Ukrainos adaptacija ir integracija Lietuvoje. Prieiga per internetą: https://www.eesc.lt/wp-content/uploads/2023/11/v01_Ukrainian-report_Janeliunas_LT_A4.pdf

Toll, Haley. (2018). Bridging memories and transformative narratives: A visual and written response to Art-making with refugees and survivors by Sally Adnams Jones. Memorial University of Newfoundland. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/335843107_Bridging_memories_and_transformative_narratives_A_visual_and_written_response_to_Art-making_with_refugees_and_survivors_by_Sally_Adnams_Jones

Ukrainos centras. (2022). VDU. Prieiga per internetą: <https://www.vdu.lt/lt/apie-vdu-kaune/ukrainos-centras/>

UNICEF. (2023). From dark to light | UNICEF Europe and Central Asia. Prieiga per internetą: <https://www.unicef.org/eca/stories/dark-light>

United Nations Development Programme. launches innovative rehabilitation initiatives for war-affected in Ukraine. (n.d.). UNDP. Retrieved April 12, 2024, Prieiga per internetą: <https://www.undp.org/ukraine/press-releases/undp-launches-innovative-rehabilitation-initiatives-war-affected-ukraine>

United Nations High Commissioner for Refugees. (2024). Ukraine situation Flash Update #67. Prieiga per internetą: <https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine>

Užimtumo tarnyba prie Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerijos. (2022). Ukrainiečių įdarbinimas. Prieiga per internetą: <https://uzt.lt/darbdaviams/ukrainieciu-idarbinimas/324>

Valstybinė ligonių kasa prie Sveikatos apsaugos ministerijos. (2024). Medicininė rehabilitacija. Prieiga per internetą: <https://ligoniukasa.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/informacija-gyventojams/gydymo-ir-sveikatos-prieziuros-paslaugos/medicinine-reabilitacija/>

Vasaros ligonine. (n.d.). Psichotraumatologijos centras pabėgėliams iš Ukrainos ir Baltarusijos. Tikrinta 04. 12. 2024. Prieiga per internetą: <https://www.vasaros.lt/psichotraumatologijos-centras/>

Visitukraine. (2023). Departure of men abroad in 2023: what has changed for military servicemen. (n.d.). Visitukraine.today. Prieiga per Internetą: <https://visitukraine.today/blog/1385/departure-of-men-abroad-in-2023-what-has-changed-for-military-servicemen>

SANTRAUKA

Tema:

Dailės terapijos patyrimo poveikis, karą išgyvenusiems karo pabėgėliams iš Ukrainos. Šis magistrinio darbo tyrimas yra susijęs su šių dienų aktualijomis. Lietuvoje šiuo metu gyvena 40 tūkstančių karo pabėgėlių iš Ukrainos. Dauguma jų išgyvena psichologines karo traumas. Taip pat ši žmonių grupė susiduria su socialiniais aspektais bei integracijos sunkumais juos priėmusiose šalyse. Karo pabėgėliams yra naudingos grupinės dailės terapijos sesijos, nes čia jie gali jaustis saugūs, turi galimybę išreikšti savo traumines patirtis, gali tinkamai suvokti esamą situaciją, sulaukti palaikymo ir lengviau integruotis į naująją visuomenę. Šis tyrimas gali būti reikšmingas siekiant palengvinti karo pabėgėlių atsistatymą ir pagerinti integraciją Lietuvoje.

Tikslas: Išanalizuoti dailės terapijos poveikį karą išgyvenusiems karo pabėgėliams iš Ukrainos.

Tiriamieji: Suaugusieji pabėgėliai iš Ukrainos, kurie išgyveno karo siaubus.

Tyrimo metodika:

Norint išvelgti ir suprasti problemos mastą iš vidaus, buvo pasirinktas kokybinio tyrimo metodas, kurį sudarė literatūros analizė ir empirinis tyrimas.

Tyrimo metu buvo nuspręsta duomenis rinkti pasižymint dalyvių išsakytas mintis užsiėmimų metu, o po sesijos – užfiksuoti refleksijas ir elgseną. Refleksijos leido surinkti daugiau informacijos apie traumines patirtis išgyventas karo metu.

Tyrimo metu buvo pasirinkta naudoti teminės analizės metodologiją. Refleksijų papildymui, po visų dailės terapijos užsiėmimų, iš tyrimo dalyvių buvo imti pusiau struktūrizuoti interviu. Dalyviams sutikus, interviu buvo įrašomi diktofonu.

Paskutinis duomenų rinkimo būdas buvo tyrimo metu atliktų piešinių stebėjimas ir analizavimas. Buvo atlikta piešinių formaliųjų elementų analizė. Tyrimo rezultatai buvo apibendrinti sulyginus teminės ir piešinių analizės rezultatus.

Tyrimo rezultatai: Grupinės dailės terapijos taikymas karo pabėgėliams yra naudingas, nes čia jie gali jaustis saugūs, turi galimybę išreikšti savo traumines patirtis, gali tinkamai suvokti esamą situaciją, sulaukti palaikymo ir lengviau integruotis į naująją visuomenę.

Raktiniai žodžiai: Karo traumos, ukrainiečiai, stresas, nerimas, dailės terapija, integracija.

SUMMARY

Subject:

The impact of art therapy experience on Ukrainian war refugees who survived the war. This master's thesis research is related to contemporary issues. 40 thousand war refugees from Ukraine currently live in Lithuania. Most of them have experienced the psychological trauma of war. Also, this group of people faces social aspects and integration difficulties in their host countries. Group art therapy sessions are useful for war refugees, because here they can feel safe, have the opportunity to express their traumatic experiences, can properly perceive the current situation, receive support and integrate into the new society more easily. This research may have important implications for facilitating the recovery and integration of war refugees in Lithuania.

Purpose: To analyse the impact of art therapy on Ukrainian war refugees who survived the war.

Study subjects: Adult refugees from Ukraine who survived the horrors of war.

Methodology of research:

In order to see and understand the extent of the problem from the inside, a qualitative research method was chosen, consisting of literature analysis and empirical research.

During the research, it was decided to collect data by noting the thoughts expressed by the participants during the sessions, and after the session – to record reflections and behaviour. The reflections made it possible to gather more information about the traumatic experiences that occurred during the war.

In the research, it was chosen to use the methodology of thematic analysis. To complement the reflections, after all the art therapy sessions, semi-structured interviews were taken from the research participants. With the consent of the participants, the interviews were recorded with a voice recorder.

The last method of data collection was to observe and analyse the drawings made during the study. An analysis of the formal elements of the drawings was carried out. The research results were summarized by comparing the results of the thematic and drawing analyses.

The research results: The use of group art therapy is beneficial for war refugees, because here they can feel safe, have the opportunity to express their traumatic experiences, can properly perceive the current situation, receive support and integrate into the new society more easily.

Key words: War trauma, Ukrainians, stress, anxiety, art therapy, integration.

PRIEDAI

1. Priedas. Tyrimo dalyvių sutikimo forma

SUTIKIMAS

Data

Sutinku dalyvauti Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto Dailės terapijos magistrantūros studijų programos II kurso studentės Tautvilės Kazakevičiūtės vedamuose magistro darbo tyrimo dailės terapijos užsiėmimuose, skirtuose ukrainiečiams išgyvenantiems karo siaubus.

Užsiėmimų metu bus renkami duomenys: anonimiškai aprašomi piešiniai ir tyrėjo stebėjimo užrašai. Nuotraukos padarytos užsiėmimo metu, kuriose nesimato veidų.

Tyrimo metu bus užtikrintas ir saugomas dalyvių konfidencialumas. Surinkti duomenys bus naudojami tik studijų tikslams.

Pasirašykite arba užrašykite „sutinku“

Jeigu norėsite dalyvauti anoniminiame interviu po visų sesijų, pažymėkit čia

Tautvilė Kazakevičiūtė

Tyrėjo vardas pavardė ir parašas

2. Priedas. Dailės terapijos sesijos

Sesijos nr.	Tema	Tikslas	Šaltinis
1.	<i>„Čia ir dabar“</i>	Tema skirta paskatinti žmones atsirasti tame momente kur jie yra dabar. Nors trumpam paleisti varginančias mintis į šoną. Taip pat ši tema puiki pradžiai, nuimti stresą susidariusį esant naujoje aplinkoje.	Lynn Cukaj, ATR-BC, MHC-LP (2023)
2.	<i>„Gražiausia gyvenimo akimirka“</i>	Užduotis skirta motyvacijos skatinimui bei vidinių resursų paieškai.	Malchiodi, A. (2020)
3.	<i>„Kaip aš matau save (vidus) / kaip mane mato aplinkiniai (išorė)“ (ant sulankstyto lapo)</i>	Ši intervencija veikia kognityviniame elgesio kontekste. Atpažįstami tam tikri asmeniniai bruožai ar savybės, savivertė, o su šiuo prisipažinimu asmuo gali kontroliuoti savo elgesį, taip gali padidintų funkcionalumą ir efektyvumą įvairiuose gyvenimo situacijose.	Crafton, S. (2008)
4.	<i>„Netikėtai gautas siuntinys“</i>	Užduotis skirta skatinti sumažinti stresą, nerimą ir padėti didinti savimone.	Guzman, A. (2020)

5.	<i>„Pozityvaus ir negatyvaus prisiminimų piešimas”</i>	Užduotis skirta skatinti stiprinti emocinę savireguliaciją.	Ruppert, J. and Eiroa-Orosa, F. (2018)
6.	<i>„Saugi vieta”</i>	Užduotis skirta skatinti sumažinti nerimą ir lengvesniu būdu priimti traumuojančias patirtis.	Guzman, A. (2020)
7	<i>„Gyvenimo refleksijos koliažas”</i>	Koliažo technika sukuria saugumo ir atpalaidavimo jausmą, tada galima galvoti apie itin sudėtingas temas. Karpymas, lipdymas leidžia laisviau atsiverti ir nusikelti į prisiminimus apie kuriuos nesinori galvoti.	Guzman, A. (2020)

3. Priedas. Interviu klausimai

- Trumpai pristatykite save?
- Gyvenimas iki karo: kaip jautėtės emociškai iki karo pradžios. Kas jus džiugindavo, kas versdavo nerimauti?
- Kokios emocijos/mintys sukilo pirmą karo dieną. Kokių veiksmų ėmėtės?
- Kelionė į Lietuvą. Kokie prisiminimai kyla iš pirmųjų dienų Lietuvoje?
- Įsitvirtinimas Lietuvoje. Kokie kilo sunkumai?
- Kokių ėmėtės veiklų, kurios praskaidrintų nuotaiką?
- Kada jautėtės emociškai blogiausiai?
- Kas džiugina šiandien?
- Kaip dabar jaučiatės? Kokios emocijos Jus aplanko dabar? Kaip bandote su jomis susitvarkyti?
- Kas Jus atvedė į šiuos dailės terapijos užsiėmimus? Kaip apie juos sužinojote?
- Ką iki tol žinojote apie dailės terapiją?
- Kaip jautėtės pirmo užsiėmimo metu? Ir kaip jautėtės išėję iš dailės terapijos užsiėmimų? Kokios emocijos sukilo?
- Kas paskatino grįžti ir tęsti užsiėmimus?
- Kokie jausmai kilo sesijų eigoje?
- Kaip jaučiatės sesijų pabaigoje? Ką Jums suteikė dailės terapija? Kas patiko, kas buvo sunku?
- Kaip žadate toliau save motyvuoti ir stiprinti emociškai?
- Jūsų nuomonė: ar dailės terapija tinka karą išgyvenusiems žmonėms?
- Ką norėtumėte palinkėti grupės dalyviams ir vedėjams?

4. Priedas. Teminės analizės kodavimas (iškarpa)




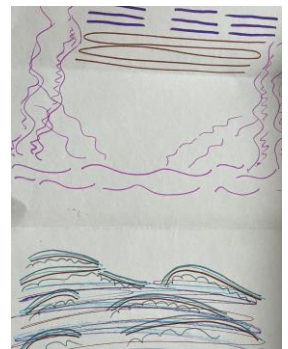






Nr.	Citata	Kodas	Tema	Potėmė
M56	<i>Galvojau, kad tai labiau bus panašu į dailės pamoką mokyklos laikais</i>	Klaidingi lūkesčiai	Dailės terapijos patyrimas	Susidariusi nuomonė prieš DT
A48	<i>Vaikystėje lankiau dailės būrelį</i>	Vaikystės prisiminimai	Piešimo procesas	Vaikystės patirtis
A49	<i>Piešimas nukelia lyg sapnas į prisiminimus, apie kuriuos vengiu galvoti</i>	Jausmų išraiška	Dailės terapijos patyrimas	Vaikystės prisiminimas
B 52	<i>Galiu terliotis ir jaustis laisvai</i>	Jausmas DT	Dailės terapijos patyrimas	Jausmai kylantis DT
B55	<i>Man labiausiai patiko guašas, nes jis tirštas</i>	Piešimo priemonės	Piešimo priemonės	Vaikystės prisiminimas
B56	<i>Čia sau leidžiu atsipalaiduoti</i>	Jausmas DT	Dailės terapijos patyrimas	Jausmai kylantis DT

5. Priedas. Formaliųjų elementų vertinimo skalė skirta įvertinti tyrimo dalyvių kūrinis

Elementas/ vertinimas	1 Labai blogai	2 blogai	3 vidutiniškai	4 gerai	5 Labai gerai
Objektas	Nelogiškas	Nėra tarpusavio sąryšio	Neutralus	Simbolinis vaizdavimas	Konkretus, realistiškas
Kompozicija	Netelpanti lape, padrika	Dalinai neišbaigta	Dinamiška	Uždara, simetriška	Centrinė
Spalvos išryškimas	Purvinos, nelogiškos, naudojama viena spalva	Naudojamos kelios spalvos, nykios spalvos	Natūralios spalvos	Šiltos spalvos	Platus spalvų naudojimas ir derinimas
Įsitraukimo energija	Piešimo procesas nevyksta arba yra labai minimalus	Atsainu, naudojama mažai pastangų	Vidutiniškas įsitraukimas	Naudojama energija	Didelis įsitraukimas
Logiškumas	Padrikas, be konkretumo, nėra logikos	Tam tikrose vietose matoma logika	Pusiau logiškas. Objektai pakilę ore	Logiškai naudojamos spalvos	Realistiškas. Logiškai, jaučiama satyra
Linijos kokybė	Trūkinėjanti, chaotiška	Netolygi	Banguota	Ritmiška	Tolygi, nenutrūkstanti, rami.

6. Priedas. Dailės terapijos visų sesijų darbai

Sesijos tema	Anastasia	Maria	Andriy
1. Sesija Tema: „Čia ir dabar”			
Tema: „Gražiausia gyvenimo akimirka”			
3. Sesija Tema: <i>Kaip aš matau save (vidus) / kaip mane mato aplinkiniai (išorė) (ant sulankstyto lapo)</i>			

<p>4. Sesija Tema: „Netikėtai gauto siuntinio piešimas”</p>	-		
<p>5. Sesija Tema: „Pozityvaus ir negatyvaus prisiminimo piešimas”</p>			
<p>6. Sesija Tema: „Saugios vietos”</p>			
<p>7. Sesija Tema: „Koliažas”</p>	-		

7. Priedas. Pažymėjimas už vestas dailės terapijos sesijas



LIETUVOS RAUDONOJO KRYŽIAUS DRAUGIJA

Asociacija, Konstitucijos pr. 7A, III aukštas, LT-09311 Vilnius, tel. (8 5) 2628037, el.p. info@redcross.lt

Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 190679146

PAŽYMĖJIMAS

Vilnius

2024.05.08

Pažymime, kad Tautvilė Kazakevičiūtė atliko Lietuvos Raudonojo Kryžiaus Draugijos dailės terapijos sesijas Ukrainiečiams išgyvenusiems karo siaubus nuo 2023.11.30 iki 2024.01.25.

Lietuvos Raudonojo Kryžiaus
Generalinė sekretorė

Ingrida Damulienė