

Meno metodų taikymas, dirbant su žmonėmis, sveikstančiais nuo priklausomybių ligų

Milda Kuskienė, Aurelija Kūgytė
Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakultetas

2010 m. Italijoje buvo atliktas Palermo projektas (it. *Uno sguardo a fuoco*). Jis buvo finansuojamas iš Italijos nacionalinio sveikatos plano. Projekto metu 26 žmonės, sergantys priklausomybių (nuo alkoholio arba narkotikų) ligomis, dalyvavo interaktyviuose fotografavimo mokymuose. Buvo pasiektas stipresnis dalyvių asmenybės tapatumas, geresnė motyvacija, didesnis savo jausmų įsąmoninimas ir mokėjimas juos tinkamai išreikšti, didesnis savigarbos ir pasitikėjimo savimi jausmas. Žmonės įgijo fotografavimo įgūdžių. Padidėjo žmonių, sergančių priklausomybės ligomis, reintegracijos galimybės. Tačiau projekto metu buvo pastebėta medicinos personalo abejinga reakcija į pozityvius projekto rezultatus ir darbuotojų perdegimo sindromo rizika.

Kelios studijos parodė, kad sveikatos priežiūros specialistai patiria didelį stresą darbe, pavyzdžiui, laiko trūkumas, maža socialinė parama, didelis darbo krūvis, neužtikrintumas dėl pacientų gydymo, stiprios emocijos dirbant su mirstančiais ir kenčiančiais pacientais. Sveikatos priežiūros specialistams yra didelė tikimybė patirti distresą ir perdegimą darbe bei sirgti psichosocialinėmis ligomis. Tai gali turėti neigiamos įtakos sveikatos rezultatams.

Pasaulio sveikatos organizacija akcentuoja, kad labai svarbu užtikrinti gerą psichologinį klimatą darbe ir gerinti darbuotojų sveikatą, saugumą bei psichikos gerovę (Burton J. *World Health Organization; 2010. World Health Organization healthy workplace framework and model: background and supporting literature and practices*).

Projekto „Menas ir socialinis virsmas“ tikslas – sukurti mokymo programą sveikatos priežiūros sistemos darbuotojams, kurie dirba su žmonėmis, sveikstančiais nuo priklausomybių arba sergančiais priklausomybių (nuo alkoholio ir narkotikų) ligomis. Pagrindinis mokymų objektas – geresnė sveikatos priežiūros darbuotojų psichikos sveikata ir perdegimo sindromo prevencija. Pagrindinė priemonė – menas. Kuriant mokymų programą, kartu dirba menininkas, medicinos darbuotojas ir žmogus, sveikstantis nuo priklausomybės ligos (angl. *Peer Learning Group*).

Siekiant nustatyti meninių metodų taikymo praktiką Lietuvoje, 2017 m. vasarį ir kovą buvo atliktas tyrimas, kurio

metu interviu metodu apklausti keturi Vilniaus psichikos sveikatos centrų darbuotojai (ergoterapeutė, meno terapeutas ir dvi slaugytojos) bei trys menininkai (iš asociacijos „Raudonosios nosys, gydytojai klounai“ ir Lietuvos kurčiųjų ir neprigirdinčiųjų ugdymo centro). Tyrimo tikslas – išsiaiškinti, ar Lietuvoje medicinos darbuotojai taiko meninius metodus dirbdami su pacientais, sveikstančiais nuo priklausomybių (arba sergančiais priklausomybių ligomis), ir kokios yra meninių metodų taikymo sąlygos. Tyrimą atliko Vilniaus kolegijos dėstytojos Milda Kuskienė, Viktorija Kielaitė, Aurelija Kūgytė ir Agnė Raimonda Medeišienė.

Įvertinus interviu metu gautus rezultatus, nustatyta, kad dauguma respondentų meninius metodus taiko jau seniai. Tiriamieji pabrėžė, kad labai svarbu suprasti ir individualiai kiekvienam pacientui parinkti jį dominantį meninį metodą, stebėti bei įvertinti taikyto meninio metodo naudą sveikimo metu, stebėti ir įvertinti grįžtamąjį ryšį, nes darbas vyksta su įvairaus amžiaus, įvairios patirties ir pomėgių pacientais.

Kadangi praktiškai galima taikyti daug įvairių meninių metodų, apklausos metu domėtasi, kurie metodai yra patys mėgstamiausi, kurie – ne. Respondentų nuomone, negalima išskirti vieno ar kelių meninių metodų, kurie būtų veiksmingi ilgalaikės reabilitacijos, sveikstant nuo įvairių priklausomybių, metu. Svarbiausia – kuo didesnis metodų ir kūrybai skirtų priemonių pasirinkimas. Pacientų pasirinkimas dažnai būna nulemtas asmens emocinės būklės, patirties bei asmeninių savybių. Todėl labai svarbu kiekvieną meninę techniką (metodą) pritaikyti individualiai, atsižvelgti į individualius pomėgius ir nuotaiką, suteikti galimybę patiems pacientams pasirinkti mėgstamas priemones ar metodus. Klaidinga manyti, kad reabilitacijai meninius metodus renkasi tik kūrybingos asmenybės. Pastebėta, kad bandant įvairius meninius metodus, žmonės atranda savo laisvalaikio ir atsipalaidavimo pomėgius.

Taigi visi meniniai metodai yra veiksmingi, tačiau juos taikant būtina atsižvelgti į individualias asmens savybes – pomėgius, nuotaiką, galimybes bei gebėjimus.

Daugumoje Lietuvos gydymo ir reabilitacijos įstaigų kūrybinius užsiėmimus veda slaugytojai, socialiniai darbuotojai

bei psichologai. Idėjų užsiėmimams jie semiasi iš interneto, kolegų bei jų vaikų rankdarbių patirties. Kai kuriose reabilitacijos ir gydymo įstaigose meninių užsiėmimų vadovai priemonės kūrybinei veiklai perka savo lėšomis. Užsiėmimų vadovų kūrybinę motyvaciją menkina administracijos supratimo ir skatinimo tobulėti profesinėje srityje stoka. Užsiėmimus vedančių darbuotojų kūrybinę motyvaciją slopina administracijos požiūris, kad meniniai užsiėmimai yra tinkami tik vaikams arba paaugliams.

Tiriamieji pabrėžė, kad meninius metodus turėtų taikyti specialiai tam pasirengę asmenys. Geriausiai, kad šia veikla užsiimtų meno terapijos specialistas – magistrantūros studijas baigęs sveikatos priežiūros darbuotojas, papildomai studijavęs meninių metodų taikymą reabilitacijos metu, arba menininkas, turintis medicininių bei psichologinių žinių. Svarbu, kad tai būtų kūrybinga, lanksti asmenybė, gebanti atsižvelgti į pacientų poreikius ir gebėjimus, turintis įvairių meninių metodų taikymo patirties.

Specialistų įgytos meninės žinios turėtų būti nuolat atnaujinamos kursuose, seminaruose, ieškoma naujų metodų, kurie galėtų būti siūdomi ir taikomi praktiškai. Svarbu lanksčiai žvelgti į kūrybos procesą, atsisakyti akademinio mokymo ir siekti ne vien puikaus galutinio rezultato, o pasitenkinimo iš kūrybinės veiklos ir bendravimo.

Lietuvoje šiuo metu reabilitacijai taikomi įvairūs meno metodai. Tačiau jie labiau susiję su rankdarbiais ir piešimu. Dažniausiai meninės veiklos pasiūla ir pasirinkimas priklauso nuo medicinos darbuotojo, kuris veda šiuos užsiėmimus, žinių, iniciatyvos ir kūrybingumo. Užsiėmimų metu sukurtais rankdarbiais įvairiomis progomis papuošiami skyriai. Kai kurie kūrybiškesni pacientai patys inicijuoja kūrybinę veiklą.

Deja, specialistai, taikantys meninius metodus, susiduria su daugybe iššūkių. Vienas iš jų – būtinybė suprasti kiekvieną pacientą, atvykusį į užsiėmimus. Kadangi dirbama grupėse, būtina suprasti kiekvieno paciento poreikius, pasiūlyti jam tinkamiausią meninį metodą ir priemones. Labai svarbu, kad skiriama užduotis atitiktų paciento galimybes, stebėti, kaip greitai pacientai gali priimti naujoves. Labai svarbus aspektas – užsiėmimų vadovų psichologinis palaikymas ir pacientų skatinimas išbandyti įvairius meninius metodus.

Pastebėta, kad pacientai dažnai užsiėmimų metu stebi savo vadovus. Todėl užsiėmimų vadovams labai svarbu kontroliuoti savo emocijas, būtina išlikti pozityviems. Meninius metodus taikantis specialistas turėtų būti lankstus, gebantis suprasti kiekvieną pacientą kaip asmenybę. Labai aktuali problema – finansavimo ir specialistų trūkumas. Būtų puiku, jeigu būtų galima dirbti individualiai ar sudaryti grupes pagal pacientų poreikius, pomėgius bei asmenines savybes.

Pagrindinės tyrimo išvados

Kad meniniai metodai sėkmingai būtų taikomi dirbant su žmonėmis, kurie sveiksta nuo priklausomybių ligų (arba serga priklausomybių ligomis), būtinos tam tikros sąlygos:

- Nuostata, kad meniniai metodai suteikia kiekvienam žmogui galimybę geriau pažinti ir išreikšti save.
- Gydymo įstaigos administracijos požiūris, kad meniniai užsiėmimai yra svarbūs ir tinkami, dirbant su įvairaus amžiaus žmonėmis.
- Užsiėmimų tęstinumas. Vienkartinis užsiėmimas rezultatų neduos. Šioje veikloje svarbu – meninės veiklos tęstinumas.
- Meninių metodų prieinamumas, kuris priklauso nuo materialinės bazės, – tinkamos patalpos bei pakankamas meninių priemonių kiekis.
- Tinkamai parengti specialistai, turintys ne tik medicininių, psichologinių, bet ir meninių žinių, gebantys realizuoti kiekvieno paciento meninės raidos poreikius.
- Specialistų, kurie taiko meninius metodus, lankstumas.
- Kūrybinių metodų pasirinkimo bei meninių raidos priemonių įvairovė, suteikianti galimybę kiekvienam žmogui geriau pažinti ir išreikšti save.

Lietuvoje vykdant tarptautinį projektą „Menas ir socialinis virsmas“, 2018 m. sausį ir vasarį įvyko pirmas mokymų etapas. Jame dalyvavo 11 slaugytojų bei socialinių darbuotojų, kurie teikia slaugos ir reabilitacijos paslaugas sveikstantiems nuo priklausomybių ligų asmenims. Mokymų dalyviai buvo supažindinti su keliais meniniais metodais, turėjo galimybę patirti teatro (pagal Michailo Čechovo metodiką), tapybos ant vandens, makiažo bei linijinių šokių poveikį.