

„Susitikime muziejuje“: kūrybinė veikla asmenims, slaugantiems šeimos narį namuose

Simona Karpavičiūtė, Ieva Petkutė

VšĮ „Socialiniai meno projektai“

Dėl vangaus tarpsektorinio bendradarbiavimo kultūros paslaugų tinkamumas ir prieinamumas mūsų šalyje yra riboti; demenciją turintys asmenys turi menkas galimybes dalyvauti socialiniame gyvenime. Psichologinės pagalbos infrastruktūra šių asmenų globėjams remiasi į jų pačių pastangas burtis į Alzheimerio ligos klubus. Nesant demencijai atvirų bendruomenių (angl. *dementia friendly communities*) ir itin stokojant su tuo susijusių paslaugų, demenciją turintys asmenys ir jų globėjai patenka į socialinę atskirtį (*Lithuania, Alzheimer Europe*, 2017). Slauga namuose mažina globėjų gyvenimo kokybę; dėl prasto visuomenės informuotumo, bendruomenių palaikymo, visuomeninių iniciatyvų teikiančių paslaugas trūkumo Lietuvoje slaugomi asmenys ir slaugytojai-šeimos nariai išgyvena izoliaciją.

VšĮ „Socialiniai meno projektai“ nuo 2014 m. įgyvendina iniciatyvą „Susitikime muziejuje“, kuria siekiama didinti muziejų prieinamumą demenciją ir Alzheimerio ligą (AL) turintiems asmenims, jų globėjams. „Susitikime muziejuje“ patirtis parodė, kad parama vien AL sergantiems asmenims yra nepakankama. Šių asmenų gerovė ir net jiems būtinų paslaugų prieinamumas yra tiesiogiai susijęs su globėjų sveikata. Patirdami psichologinį nuovargį, depresines nuotaikas, globėjai yra mažiau linkę ieškoti socializacijos galimybių – tiek sau, tiek globojamiems artimiesiems.

Šiomet „Susitikime muziejuje“ programa buvo išplėsta ir buvo įtrauktos dirbtuvės, skirtos demencijos sindromą turinčių, AL sergančių asmenų globėjams bei slaugos specialistams. Kaune, Šiauliuose ir Klaipėdoje įgyvendintos dirbtuvės yra sutelktos į saviraišką, kūrybiškumą bei neverbalinių komunikacijos būdų tyrinėjimą, pasitelkiant meninės raiškos priemones.

Dirbtuvėse vyko kolektyvinis kūrybos procesas keramikos technika. Molis pasirinktas dėl jo jusles stimuliuojančių savybių, iš kurių ryškiausias – taktiliškumas ir medžiagiškumas. Su moliu dirbančiam žmogui kyla impulsai pasitelkti vaizduotę, skatinti suvokimo ir sprendimų priėmimo procesus. Molio plastiškumas ir laisvė kūrybiniame procese įvairiais būdais keisti jo formą spaudžiant, glostant, baksnojant stiprina savireguliaciją. Kūrybinės dirbtuvėse buvo dvi dalys – kolektyvinė ir individualizuota.

Slauga, nepriklausomai nuo to, ar vykdoma namuose, šeimoje ar valstybinėje įstaigoje, yra viena sričių, kurioje dominuoja moterys. Tad nekelia nuostabos, kad dirbtuvėse „Susitikime muziejuje“ dalyvavo vien tik moterys ($n = 29$), vienijamos AL klubų Kaune, Klaipėdoje. Dirbtuvėse Šiauliuose dalyvavo Socialinių paslaugų centro darbuotojos ($n = 9$), dalyvaujančios teikiant paslaugas į namus asmenims, sergantiems AL ar turintiems demenciją. Toliau aptarsime dalyvių patirtį dalyvaujant programoje „Susitikime muziejuje“.

Ankstesnė kūrybinės veiklos patirtis

Dauguma dalyvių neužiima kūrybine veikla. Apie pusę

dalyvių užsiminė, kad ankstesnė meninės veiklos patirtis – vaikystėje, o muziejuose paskutinį kartą lankėsi seniai: „Paskutinį kartą kažką panašaus dariau pradinėse klasėse“; „Į muziejus nevaikštau. Prieš kokius 30 metų buvau.“ Tos, kurios dalyvauja kūrybinėje veikloje, daugiausiai tai daro su anūkais ar dėl darbo – tarp slaugos paslaugas į namus teikiančių dalyvių kelios rengia kūrybinę veiklą darbiniam kontekste. Tarp dalyvių dominuoja nuostata, kad muziejų lankymas labiau būdingas vaikams, tiems, kurių „šeimoje yra kuriančių“ arba „kurie patys užsiima kūryba.“

Kalbant apie kūrybinę veiklą, dalyvės išskyrė kelias nedalyvavimo priežastis. Pirmiausia – nuovargis, dėl kurio sumažėja motyvacija įsitraukti į kokią kitą veiklą: „Esu užsiėmusi sesers priežiūra. Neprieinu. Kažką darant juk reikėtų ne tai, kad nuvargus ar nemiegojus... Man vis trūksta progos, nors labai noriu pati su menu susiliesti.“ Galimybes užsiimti kūrybine veikla taip pat riboja laiko stoka: „Dėl meno – man tik muzika. Ir be 60 gramų galėjau dainuoti. Ir dabar galiu dainuoti... bet dabar net ir dainoms laiko nėra.“

Visos dalyvės, kalbėdamos apie naują kultūros ir meno patirtį, pažymėjo būtinybę būti pakviestam, reikalingam. Svarbu, kad būtų žmogus, kuris pakviestų, motyvuotų išeiti į viešumą: „Vienam nedrašu eiti, gerai, kad turime kas suorganizuoja, pakviečia. Kitaip sėdėtume namuose...“

Apie pusę dalyvių apskritai menkai vertina savo kūrybiškumą: „Aš tolokai nuo meno. Patį nekuriu, neturiu nei gabumų, nei polinkio.“ Ne viena pažymėjo, kad gyvenime įvyko pokyčių, kurie lėmė mažesnę socialinį aktyvumą: „Anksčiau ėjom. Dabar – ne. Lankiau seniau būrelius, kur reikėjo viską matuoti, piešti. Visą buvau išbandžiusi, bet nieko neišėjo.“ Kai kurios apskritai įvardijo neturinčios pozityvių minčių žvelgdamos į ateitį: „Aš jau praėjęs etapas.“

Tik keturios dalyvės prisipažino aktyviai dalyvaujančios meninėje veikloje. Jos teigė, kad yra pastebėjusios, jog joms tai padeda rūpintis savimi: „Kur tik užsiėmimai pasitaiko – rankom, kojom, nes matau, kaip man tai padeda.“

Kūrybinis procesas

Dirbtuvėse pakvietėme dalyves atsipalaiduoti ir įsitraukti į kūrybinę veiklą. Molio masėje radosi vaizdų, kurie atspindi išskirtines, įsivaizduojamas situacijas bei kasdienybės vaizdinius: „Dariau stadioną... Čia žaidėjai, o čia – batai, įvairaus dydžio“; „Čia yra senoviniai ažuolai, prūdas iškastinis. Galima valtele paplaukioti. Važiuosiu čia šiomet grėbti lapų...“; „Kiekvienas sumetė savo molį. Mintis buvo, kad gyvenimas yra pragaras. Pragaras, apipintas gėlytėmis...“; „Mes su vaiku visada lipdydavome Užgavėnių kaukes. Iš klijų, laikraščių. Darėdavome plaukus... Ir čia taip dariau“; „Aš smulkiai dariau. Mano vaikas taip daro...“; „Kai turiu laisvą minutę, parašėse piešiu peles. Nežinau, kodėl. Ir vieną tokią didelę padariau...“

Kūrybinis procesas padėjo atkurti malonius prisiminimus:

„Pasinėriau į kelionės prisiminimus“; „O man patiko. Vaikystę prisiminiau. Buvo labai smagu.“

Dalyvės mėgavosi kolektyvinio proceso laisvumu: „Džiaugiasi, kad tik tiek tereikia daryti“; „Mėtom, tai mėtom. Reikia, tai reikia. Dirbam, tai dirbam – jaučiau, kad viskas labai paprasta.“ Individualizuotos veiklos dalyje dauguma dalyvių jautė vidinį poreikį turėti aiškų planą, ką darys: „Aš neturėjau supratimo, ką galima padaryti. Nesugalvojau.“

Pastebėta, kad dalyvės, turinčios mažiau kūrybinės veiklos patirties, buvo linkusios nustatyti tam tikras vidines ribas net ir veikloje, kuri kvietė atsipalaiduoti („Buvo nedrašu eiti į kito zoną. Nedrašu. Nežinojau, ką galiu pridėti...“), savo kūrybiniam rezultatui nubrėžti tam tikrą rėmą, jį atskirti nuo visumos, vaizduojant tokius dalykus kaip aptverta avių kaimenė su avimis, aptvertas kiemas su trobesiais, negyvenama sala ir kt. Paklausus dalyvių, ar jaučia, kad daugumos darbai yra autonomiški, akivaizdžiai atskirti nuo kitų, visos atsakė teigiamai. Kai kurios moterys taip pat pažymėjo, kad veikla išties paskatino susitelkti į save, negalvoti apie tai, kas vyksta aplinkui.

Pastebėta, kad tos dalyvės, kurios nuolatos praktikuoja meninę kūrybą, laisviau jautėsi kūrybiniame procese, raiškos laisvę priėmė atvirai, be vidinės įtampos: „Be jokios konkrečios minties buvau. Ėmiau vieną gabalą – dariau. Kitą gabalą – dariau. Be jokios konkrečios minties. Tiesiog bandžiau žiūrėti. Čia daug visko galima žiūrėti.“ Jos taip pat buvo linkusios drąsiau eksperimentuoti, ieškoti ryšio tarp savo ir kitų dalyvių kūrybos, nors nebuvo jokių nustatytų taisyklių ar gairių. Kitos dalyvės buvo kur kas santūresnės: „Bijojau kištis į kito darbą. Galvojau, kad sugadinsiu.“

Dauguma dalyvių kritiškai vertino savo pastangas: „Labai norėjau gražų drugelį padaryti, bet nepavyko“; „Kadangi meninės prigimties neturiu, o galvoje – chaosas. Iš to viso ir mato si – chaosas“; „Šiaip, ką pastebėjau, supratau, kad mano galva tuščia. Neturiu vaizduotės. Kaip iš nieko sugalvoti, ką daryti? Kopijuoti nenorėjau. O kad sugalvočiau... visai neturiu minčių. Bet po to pasisekė. Taip, gal kažkaip. Bet kažkokie vaikiški.“

Nežodinė komunikacija

Kūrybinėje veikloje dalyvių buvo paprašyta bendrauti ne žodžiais, o prirėikus pasitelkti kitus būdus. Aptardamos patirtį dalyvės pastebėjo, kaip stipriai mūsų bendravimą skatina kitų išraiškos, nuotaika, judesiai. Kaip šis elgesys gali mus paskatinti veikti arba atvirkesčiai – susilaikyti nuo veiklos. Tyrinėjome, kiek daug perteikiame ne žodžiais, o kitais būdais: „O aš pradėjau nevalingai kopijuoti. Viduje galvojau – kodėl tai darau? Išties susimąstai, kiek mes daug transliuojame – ne vien žodžiais, bet ir kūnu, judesiais, išraiška.“

Dirbtuvėse tik kelios dalyvės jautėsi laisvai plėtoti pokalbį vaizdu: vaizdinė žinutė sulaukdavo atsako papildymų, praplėtimų ar pratęsimų. Kitos pastebėjo, kad dirbtuvėse keitėsi dalyvių santykis tarp savo ir kitų dalyvių kūrybos: „Į pabaigą radosi noras susikalbėti. Pradžioje – ne...“ Paklausus, kodėl nutarė papildyti kitos dalyvės kūrinį, kelios moterys pažymėjo, kad buvo paskatintos pavyzdžio: „Nebijojau, bet tik po to. Pamačiau, kad įsiterpė į mano darbą, pagalvojau, kad ir aš galiu.“

Po veiklos kai kurios dalyvės sakė, kad buvo sunku nekalbėti, tačiau dauguma sutiko, kad tylėjimas padeda ištraukti į veiklą, susikaupti, užsimiršti, atsipalaiduoti. Diskutuojant buvo prieita prie išvados, kad žodinė raiška lengvai sukuria sąlygas dominuoti ar negirdėti tų, kurie kalba lėčiau, tyliau,

yra labiau intravertiški arba apskritai turi sunkumų reikšti mintis žodžiu.

Kviečiant kūrybinėje veikloje dalyvauti demenciją turinčius asmenis kartu su jų globėjais, būtina rasti galimybių sudaryti sąlygas jiems lygiaverčiai dalyvauti. Tam labai padeda susitelkimas į neverbalinę komunikaciją.

Poveikis

Kai kurioms dalyvėms pavyko atsipalaiduoti ir atsiduoti improvizacijai, atsitiktinumui: „Negalvojau, ką darau. Dėliuju... žiūriu, tarsi akis, o čia vyzdys. Toliau – palikim. Žiūriu, kažkas daro mažus rutuliukus. Ir aš pradėjau... Proceso metu galvojau, kad kažkas susidėlios.“

Ne viena dalyvė pažymėjo, kad veikla paskatino išsiliesti ir tokiu būdu išleisti susikaupusią įtampą: „Atsipalaiduoti – taip, pavyko. Tarsi nuėmė dienos įtampą ir pradėjau ramiau. Buvo dienos iškrova. Bet man būtų geriau į sieną mėtyti“; „Ištaškai visą tą purvą, pagiežą“; „Man asocijavosi su lėkščių daužymu, norisi duoti į žemę“; „Pradžioje tikrai taip, su jėga ir pykčiu. Po to išsivalė mintys. Šiandien aš tikrai turėjau ką išlieti. Išsimėtė pasiutimas. Aš turėjau jo nemažai“; „Aš labai atsipalaidavau. Dabar grįšiu namo, nebūsiu pikta.“

Kai kurioms dalyvėms savistaba neleido atsipalaiduoti. „Mes labai varžėmės viena kitos, nors, tiesą sakant, nuo dūšios norėjosi vieną kitą trenkti, trenkti. Kad skiedros net lakstyti.“

Kai kurios pažymėjo, kad atsipalaiduoti sektųsi labiau, jei veikla taptų reguliariesnė: „Man nepavyko atsipalaiduoti. Viduje vis tiek liko įtampa, bet jei dažniau tuo užsiimčiau, manau, sektųsi geriau.“

Kūryba paskatino vaizduotę ir žaismingumą. „O aš žiūrėjau į tą figūrėlę. Galvoju, kas tai – tarsi figūrėlė, tarsi paukštelis, tarsi angeliukas. Galvojau, kad žinočiau, kas tai. Man labai patiko žiūrėti, tarsi pasinėriau į tą svarstymą. Buvo labai įdomu, pačiai smalsu. Kas tai?“ Veikla sukūrė netikėtumo momentą. Net ir tiems, kurie turi daugiau kūrybinės veiklos patirties: „Čia buvo tai, ko mes tikrai nesitikėjome ir negalvojome.“

Vieną dalyvę dirbtuvės paskatino prisiminti sau seniai duotą pažadą: „Aš turiu namie plastilino. Jau kokius kelis metus laikiau su mintimi ką nors su juo nuveikti. Bet taip ir nesuseruošiau. Čia man yra paskatinimas jį išsitraukti.“

Kūryba globos santykių kontekste

Diskusijos metu dalyvės pasidalijo, jog globėjas yra nuolatinio budėjimo būsenos. Ji ar jis turi numatyti, „kad nieko neatsitiktų, kad nenugriūtų, nesusižeistų“. Nuolat patiriama įtampa, apima nuovargis ir dirglumas.

Patirtis molio dirbtuvėse paskatino pakalbėti apie galimybę dalyvauti kartu su globojamu asmeniu. Vis dėlto dauguma globėjų pažymėjo, jog patiria akumuliuotą nuovargį, dėl kurio kaip tik ieškotų galimybės turėti patirčių, nesusiėjusių su globojamu asmeniu: „Aš ir taip visą laiką būnu kartu. Norėčiau turėti galimybę ką nors maloniai paviekti atskirai, atitrūkti, tiesiog truputį atsipūsti.“

Visos dalyvės pažymėjo, kad norėtų turėti galimybę reguliariai dalyvauti kūrybinėje veikloje, kad dalyvavimas suteiktų naujos patirties, kuri skatina reflektuoti į meno praktikos svarbą ir naudą.

Programą „Susitikime muziejuje“, skirtą demencijos sind-

romą turintiems, Alzheimerio liga sergantiems asmenims ir jų globėjams bei slaugytojams, rengia VšĮ „Socialiniai meno projektai“, remia Lietuvos Respublikos kultūros ministerija ir Lietuvos kultūros taryba. Dirbtuves padėjo įgyvendinti: Kauno Alzheimerio klubas, Nacionalinis M. K. Čiurlionio dailės muziejus, Šiaulių socialinių paslaugų centras, Fotografijos muziejus (Šiaulių „Aušros“ muziejus), Klaipėdos krašto Alzheimerio ligos klubas „Atmena“, Prano Domšaičio galerija (Lietuvos dailės muziejus).



Nuotraukos straipsnio autorių.