

VILNIAUS PEDAGOGINIS UNIVERSITETAS

Jūratė Sučylaitė

**UGDOMOJI POETIKOS TERAPIJA
KAIP PRIEMONĖ SUAUGUSIŲJŲ,
SERGANČIŲ ŠIZOFRENIJA AR DEPRESIJA,
ĮGALINIMUI**

DAKTARO DISERTACIJA

Socialiniai mokslai, edukologija (07S)

*Vilniaus
pedagoginio
universiteto
leidykla* 
Vilnius, 2011

Disertacija rengta 2007–2010 metais Vilniaus pedagoginiame universitete
Valstybinis studijų fondas doktorantūros studijas rėmė 2008, 2009, 2010

Mokslinė vadovė

doc. dr. Vilmantė Aleksienė (Vilniaus pedagoginis universitetas, socialiniai mokslai,
edukologija –07 S)

Mokslinis konsultantas

prof. habil. dr. Algirdas Gaižutis (Vilniaus pedagoginis universitetas, humanitariniai
mokslai, filosofija – 01H)

© Jūratė Sučylaitė, 2011

© Vilniaus pedagoginis universitetas, 2011

TURINYS

ĮVADAS	5
1. MOKYMASIS KAIP GALIMYBĖ MAŽINTI SERGANČIŲJŲ ŠIZOFRENIJA AR DEPRESIJA NEGALIĄ	16
1.1. Veiksniai, formuojantys požiūrį į psichikos sutrikimais sergančiųjų mokymąsi.....	16
1.2. Sergančiųjų šizofrenija ir depresija negalios mažinimo psichologinės- andragoginės prielaidos.....	23
1.3. Kalbėjimo / pasakojimo gebėjimų plėtojimas ir sveikimo procesas	29
2. TRANSFORMUOJANČIO MOKYMO SI TEORIJS	33
2.1. P. Freire emancipacinė transformuojančio mokymosi teorija.....	34
2.2. Kiti požiūriai į transformuojantį mokymąsi	40
2.3. Epistemologinių pokyčių teorinis interpretavimas.....	47
3. POETIKOS TERAPIJOS MODELIAI	51
3.1. Psichologiniai – andragoginiai pagrindai	53
3.2. Literatūra ir kalba: terapijos aspektai.....	58
3.3. Poetikos terapijos metodai	63
4. UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS VEIKSMINGUMO TYRIMAS	71
4.1. Tyrimo metodologija ir organizavimas	71
4.2. Ugdomosios poetikos terapijos metodika	81
4.3. Ugdomosios poetikos terapijos metodikos ekspertizė	115
4.4. Ugdomosios poetikos terapijos taikymo atvejų analizė.....	128
IŠVADOS	236
REKOMENDACIJOS	240
LITERATŪRA	242
PRIEDAI	258

ĮVADAS

Mokymosi visą gyvenimą idėja yra kertinė suaugusiųjų švietime, politiniu lygmeniu ES šalyse ji buvo įteisinta 2000 m. išleidus „**Mokymosi visą gyvenimą memorandumą**“. Tarptautinė XXI amžiaus švietimo komisija pripažįsta mokymosi per visą gyvenimą svarbą, akcentuoja keturis svarbiausius mokymosi aspektus: mokytis pažinti, mokytis veikti, mokytis gyventi kartu ir mokytis būti. Asmens, sergančio depresija ar šizofrenija, mokymasis gyventi kartu su kitais asmenimis (kaimynais, buvusio ar esamo darbo kolektyvo nariais, medicinos personalu, giminėmis) padeda išvengti konfliktų, mažina emocinę įtampą, sudaro prielaidas gauti kokybiškesnes medicinines, psichologines ir socialines paslaugas. Mokymasis būti ugdo kritišką mąstymą ir padeda laisvintis iš negatyvaus vaikystėje patirtų traumų poveikio, keičia požiūrį į save patį, didina savigarbą, mažina priklausomybę nuo kitų asmenų, įgalina priimti atsakomybę už savo gyvenimą.

2007 m. balandžio 3 d. Lietuvos Respublikos Seime patvirtintoje Psichikos sveikatos strategijoje atkreipiamas dėmesys į būtinybę sujungti įvairių specialistų pastangas gyventojų psichikos sveikatos stiprinimui. Bendradarbiaudami sveikatos apsaugos ir švietimo profesionalai gali optimizuoti vaikų ir jaunuolių psichosocialinį vystymąsi, o taip pat rengti įvairias ilgalaikes akcijas, stiprinančias pažeidžiamų visuomenės grupių gyvenimą ir padedančias įveikti socialinę atskirtį (Europos Komisijos organizuoto depresijų ir savižudybių prevencijos kongresas, 2009 12 10-11). 2004 m. Lietuvos švietimo ir mokslo ministro bei socialinės apsaugos ir darbo ministro patvirtintoje Mokymosi visą gyvenimą užtikrinimo strategijoje atkreipiamas dėmesys į mokymosi prieinamumo principą: švietimo institucijos skatinamos rengti įvairias programas neįgaliesiems ir kitoms rizikos grupėms, siekiant palengvinti jų integraciją į visuomenę. Neįgalių asmenų sveikatą gerinančio, psichosocialinį vystymąsi stimuliuojančio meninio ugdymo moksliniai tyrimai Lietuvoje nebėra naujovė. Disertacijas apgynė A. Vaitkevičienė (2006), V. Aleksienė (2001), A. Brazauskaitė (2001), J. Šinkūnienė (2001), L. Kačiušytė-Skramtai (2002), A. Vilkelienė (2000). Neįgaliųjų meninio ugdymo kontekste tyrimas „Ugdomoji poetikos terapija kaip priemonė suaugusiųjų, sergančių depresija ar šizofrenija, įgalinimui“ išsiskiria tuo, kad pirmą kartą analizuojama, kaip literatūros meną galima panaudoti įgalinimui.

Ugdomojoje poetikos terapijoje įgalinimas suprantamas kaip individualus žmogaus kelias, kuriame stiprėja atsakomybė už savo gyvenimą, o ši asmenybės vystymąsi (individuaciją ir socializaciją) stiprina pozityvios ugdytojo ir besimokančiųjų bendruomenės pastangos. Ugdomojoje poetikos terapijoje, siekiant įgalinti asmenį įsitraukti į visuomenės gyvenimą, keliami šie uždaviniai: 1) išugdyti gebėjimą analizuoti savo patirtį: suprasti buvusių gyvenimo įvykių priežastis ir pasekmes, 2) atpažinti stipriąsias savo asmeny-

bės puses, įvertinti tai, kas suteikia pasitikėjimo savimi, ir tai, kas trukdo bendrauti ir racionaliai vertinti gyvenimiškąją situaciją, 3) padėti suprasti patiriamų konfliktų socialines priežastis ir skatinti ištraukti į savo elgesio reguliavimo strategijų mokymąsi. Šis mokymasis vyksta literatūrinėse- edukacinėse situacijose, kuriose yra užtikrintas besimokančiųjų ir ugdytojo lygiavertiškumas. Tokia įgalinimo kryptis realizuoja socialinio dalyvavimo koncepcijos idėją (Ebersold, 2002, Ruškus, Mažeikis, 2007). Poetikos terapijos specifika – meninės kalbos vartojimas. Jos privalumai: stipresnis poveikis į asmens emocijas, vaizduotę, todėl sužadinama daugiau prisiminimų, atskleidžiančių individo patirties asmenines prasmes. Universalios egzistencijos tiesos perteikiamos labai konkrečiai ir intymiai, kaip individualus liudijimas, o tai skatina asmenį atsiverti kūrinio teikiamoms prasmėms. Perkeltinis kalbėjimas, pramanytos istorijos ne tik intriguoja, bet ir subtiliai, netiesiogiai perteikia egzistencijos tiesą, tai apsaugo asmenį nuo traumuojančių išgyvenimų. Sakmėse ar poezijoje sutinkami mitiniai vaizdiniai suartina buvusių ir esamų kartų universalųjį dvasinį patyrimą, tai suteikia vilties ir skatina nepasiduoti sunkiose situacijose. Literatūrinė kūryba leidžia ne tik išsilaisvinti iš skaudžių išgyvenimų, bet ir sutaiko rašantįjį su išoriniu pasauliu.

Mūsų tyrimas yra tarpdisciplininis, jungiantis psichiatrinės slaugos ir edukologijos tikslus. Dabartinė slaugos samprata pagrįsta ne vien biomedicinos požiūriu, slauga suvokiama kaip mokslas ir menas, žmogus matomas jo būties situacijoje ir taikomos įvairios intervencinės priemonės, padedančios išgyventi krizę ir sutvirtėti. Viena iš slaugytojo priemonių, leidžiančių siekti žmogaus fizinės ir psichinės sveikatos stiprinimo tikslų, yra edukacija. Atliekant šį edukologinį tyrimą, ieškota būdų, kaip optimizuoti sergančiųjų depresija ir šizofrenija verbalinių ir bendravimo įgūžių lavinimo bei gebėjimų plėtotės procesus, žinių teikimo metodus. Tarpdisciplininis požiūris, grindžiamas slaugos mokslininkų duomenimis, patvirtinančiais galimybę įgalinti asmenis švietimo dėka (Rindner, 2004, Fulton, 1997, Hage, 1997) ir transformuojančio mokymosi teorijomis (Freire, 1970, Tisdell, 2003 Mezirov, 1997). Medicinoje žodžio *terapija* prasmė tradiciškai siejama su nechirurginiais metodais, mokslu apie vidaus ligų gydymą (Tarptautinių žodžių žodynas, 1985). Nemedikamentinio gydymo koncepcija orientuota ne į ligos simptomų susilpninimą ar pašalinimą, o į žmogaus sveikųjų galių ir adaptacijos stiprinimą natūraliais biologiniais, psichologiniais, socialiniais veiksniais (Kriščiūnas, 2008).

Pastaruoju metu terapijos sąvoka vis dažniau siejama su nemedikamentinio poveikio metodais: fizioterapija, ergoterapija, kineziterapija, psichoterapija. Nemedikamentinio gydymo koncepcija orientuota ne į ligos simptomų susilpninimą ar pašalinimą, o į žmogaus sveikųjų galių stiprinimą natūraliais biologiniais, psichologiniais, socialiniais veiksniais. Ugdomojoje poetikos terapijoje, besivystančioje transformuojančio mokymosi

teorijų ir eklektinės praktinės poetikos terapijos sandūroje, pasiekiami psichoterapijos tikslai: depresija ir šizofrenija sergančių asmenų geresnis biologinis, psichologinis ir socialinis funkcionavimas visuomenėje – tai pateisina terapijos sąvokos vartojimą ugdymo kontekste.

Aristotelis ir Platonas eilėdarą vadino poetika. „Ir šiandien poetika suprantama kaip literatūros mokslo šaka, nagrinėjanti poetinės kūrybos formas ir stilistines priemones. <...> Kartais šiuo terminu apibūdinamas filosofų požiūris į poeziją ir meną apskritai“ (Kačerauskas, „Filosofinė poetika“, 2006, p.8). Nagrinėjant ugdomosios poetikos terapijos galimybes įgalinti psichikos sutrikimu sergantį asmenį savarankiškai gyventi, mums svarbi ne tiek literatūros kūrinio estetika (meno kūrinio grožis), kiek jo poveikis žmogui. Aristotelio veikale „Poetika“ nagrinėjami ne tik tragedijos grožio, egzistencijos klausimai, bet ir poveikis žiūrovui, susijęs su sielą apvalančiu katarsiu. Literatūros tekstas sudaro prielaidas atrasti ir išgyventi naują pasaulėvaizdį, o tai šalina emocijų įtampą ir aktyvina racionaliuosius mąstymo procesus, sudaro galimybes geriau suprasti save ir pasaulį. Literatūros kūrinio dėka atrandama užtekstinė realybė siejama su literatūros filosofija ir su filosofine poetika. Ugdomojoje poetikos terapijoje esminis dėmesys skiriamas ne tekstui, o užkalbinei realybei ir iš prigimties poetiškam žmogui – šis požiūris leidžia atrasti sąsajas su filosofine poetika, todėl pasirinkome poetikos, o ne literatūros sąvoką.

Ugdomosios poetikos terapijos samprata reiškia literatūros panaudojimą žmogaus ugdymo programose. Ugdomoji poetikos terapija siejama su A. Hynes ir M. Hynes-Berry (1944), panaudojusiais literatūros meną asmenybės savęs pažinimo ugdymo, vertybių perkainavimo ir moralinės pozicijos formavimo tikslais, teorinėmis nuostatomis ir jų sukurtu ugdymo (vystymo) interaktyvios biblioterapijos (poetikos terapijos) modeliu, o taip pat siejama su V. Aleksienės analizuojama Ugdomosios muzikos terapijos samprata (2001, 2005), paremta K. Bruscia (1998) definicija. Remiantis ugdomosios muzikos terapijos definicija, ugdomąją poetikos terapiją galima apibrėžti kaip įvairių literatūros kūrinių ir kūrybiško rašymo metodų taikymą neįgaliųjų ugdymo programose, siekiant ugdytinio vystymosi tiek literatūrinėje, tiek neliteratūrinėje srityse. Ugdomojoje poetikos terapijoje siekiama kūrybiškai paveikti neįgaliųjų ar krizėje esančių žmonių dvasinę sveikatą, skatinti komunikaciją ir socializaciją.

Atliekant šį mokslinį tyrimą, buvo siekta sukurti ugdomosios poetikos terapijos, įgalinančios asmenis, sergančius depresija ar šizofrenija, būti atsakingiems už savo gyvenimą ir išmokti gyventi kartu su kitais visuomenėje, metodiką. Šios metodikos kūrimo prielaidos – 10 metų praktinio darbo patirtis. Vadovaujantis grindžiamosios teorijos strategija, tai yra lyginant ugdomosios poetikos terapijos proceso metu sukauptus empirinius duomenis ir teorines mokslininkų išvalgas, buvo nustatyti kriterijai, nusakantys depresija ir šizo-

frenija sergančiųjų negalią savarankiškai gyventi visuomenėje ir mokytis būti. Ieškota, kokiais edukaciniais metodais galima pasiekti asmenybės transformacijų. Tyrimo metu paaiškėjo, kad menkas savęs vertinimas, uždarumas, nesugebėjimas bendrauti, izoliacijos patyrimas, negebėjimas pažinti savo jausmų yra negalią palaikantys veiksniai pastebimi skirtingų ligų – įvairių formų depresijos (su somatiniu sindromu, be somatinio sindromo, lengvo sunkumo, vidutinio sunkumo) ir šizofrenijos spektro sutrikimų: paranoidinės, rezidualinės šizofrenijos, šizoafektinio sutrikimo (depresijos tipas), pošizofreninės depresijos atvejais. Atliekant tyrimą buvo siekta sukurti ugdomosios poetikos terapijos metodiką, skirtą ne gydyti sergančiuosius depresija ir šizofrenija, bet ugdyti, ir atrasti edukacinio poveikio technikas, kurias galėtų perimti kiti andragogai ir pedagogai, dirbdami su krizę išgyvenančiais suaugusiais ar jaunuoliais, o taip pat su neįgaliais asmenimis.

J. McGovern ir D. Turkington (2001) šizofreniją suvokia kaip kontinuumą, apimančią psichotinius, neurotinius sutrikimus ir tai, kas asmenybėje yra sveika. Ugdomojoje poetikos terapijoje užmezgamas kontaktas su šizofrenija ar depresija sergančios asmenybės nepažeista dalimi, kuri yra pajėgi suvokti ir emociškai išgyventi literatūros meną. Šiame darbe nagrinėjama, kokių ugdomosios poetikos terapijos technikų dėka neūmia šizofrenijos forma ar depresija sergantis asmuo yra įtraukiamas į ugdomosios poetikos terapijos procesą, sustiprinantį jo psichikos galias ir įgalinantį mokytis savarankiškiau gyventi. Ugdomosios poetikos terapijos grupėse dalyvavo ir mokslinio tyrimo tikslu fenomenologiškai buvo stebėti tik tie asmenys, kurie patys norėjo dalyvauti. Savanoriškumas buvo būtina sąlyga. Tyrimo tikslams pasiekti ir rezultatams pristatyti naudotasi sergančiųjų patirties asmenines prasmes, emocinius išhyvenimus ir socialinį pažinimą reprezentuojančia medžiaga, surinkta ugdomojo proceso metu. Buvo gautas asmenų sutikimas šią medžiagą naudoti moksliniame darbe. Ugdomojoje poetikos terapijoje siekiama, kad psichikos sutrikimais sergantys asmenys įveiktų socialinį sutrikimą ir išsilaisvintų iš neigiamų socialinių stereotipų, atsirandančių dėl išmokto bejėgiškumo (beviltiškumo). Pastebėta, kad mokymosi ugdomojoje poetikos terapijoje sėkmė priklauso nuo refleksinio mąstymo įgūdžių, bet netgi jų stokojant, jei tik asmuo norėjo dalyvauti veikloje, negalima buvo paneigti teigiamo mokymosi poveikio. Buvo pastebėta, kad negalios požymių intensyvumas ir laikas, reikalingas įgalinimo rezultatams pasiekti, priklauso nuo ligos eigos ir sunkumo, tačiau visais atvejais, nepriklausomai nuo ligos sunkumo, pastebėtas gerėjantis biologinis, psichologinis ir socialinis sergančio asmens funkcionavimas visuomenėje. Pozityvų ugdomosios poetikos terapijos poveikį pavyko pastebėti po 4 -6 susitikimų, o stabilus įgalinimo rezultatus po 2 metų. Šios empirinės medžiagos analizavimas ir lyginimas su mokslinės literatūros duomenimis leido išryškinti teorinį ugdomosios poetikos terapijos modelį.

Remiantis Lietuvos ir ES dokumentų (Hamburgo deklaracijos, 1997; Lisabonos strategijos, 2000; Hagos deklaracijos, 2000; Darbotvarkė-21, 2003; Darnaus vystymosi švietimo strategijos, 2005 ir kt.), ir atskirų mokslininkų darbų (McKeown, 2002; Scott, Gough, 2003; Galkutė ir kt., 2003) analize, galima teigti, kad siekiant darnus visuomenės vystymosi, būtina išplėsti suaugusiųjų švietimo misiją, įtraukti į mokymąsi ne tik aktyviąją visuomenės dalį, norinčią išsilaikyti darbo rinkoje, bet ir neįgaliuosius, norinčius išmokti būti, tai yra, išmokti prisiimti atsakomybę už savo gyvenimą, bendrauti ir bendradarbiauti. Įgyvendinant Ugdomosios poetikos terapijos projektus, yra atsiliepiama į laiko reikalavimus: suaugusieji, sergantys depresija ir šizofrenija, yra įtraukiami į mokymąsi, sudaromos prielaidos mažinti socialinę įtampą, kuriama humaniškesnė, harmoningesnė visuomenė. Atliekant šį mokslinį tiriamąjį darbą, buvo siekta išryškinti ugdomosios poetikos terapijos teorinį pagrindą, sukurti ugdomosios poetikos terapijos metodiką ir pateikti pavyzdžių, įrodančių ugdomosios poetikos terapijos veiksmingumą.

Mokslinė problema. Kaip parodė mokslinės literatūros analizė ir praktiniai stebėjimai, nėra sisteminio požiūrio, kaip galima panaudoti poetikos terapijos technikas sergančių šizofrenija ar depresija įgalinimui – visa tai leidžia formuluoti pagrindinį tyrimo klausimą, kokios yra sergančiųjų depresija ir šizofrenija įgalinimo prielaidos, teorinis ugdomosios poetikos terapijos modelis ir juo remiantis sukurtos metodikos veiksmingumas.

Tyrimo objektas: ugdomosios poetikos terapijos metodikos, taikomos šizofrenija ir depresija sergančių suaugusių asmenų įgalinimui, veiksmingumas.

Tyrimo tikslas – teoriškai išanalizuoti ir empiriškai pagrįsti ugdomosios poetikos terapijos metodikos taikymo šizofrenija ir depresija sergančių suaugusių asmenų įgalinimui, veiksmingumą.

Darbo uždaviniai:

1. Išanalizuoti faktorius, veikiančius suaugusių, sergančių depresija ar šizofrenija, gebėjimą savarankškai gyventi visuomenėje ir mokytis būti.
2. Nustatyti sergančiųjų depresija ir šizofrenija įgalinimo prielaidas ir išryškinti ugdomosios poetikos terapijos teorinį modelį.
3. Sukurti ugdomosios poetikos terapijos metodiką ir atlikti jos ekspertizę.
4. Pagrįsti ugdomosios poetikos terapijos metodikos veiksmingumą, atliekant atvejų analizę.

Ginamieji teiginiai

1. Emocijų nuslopinimas ir ignoravimas, jų nepažinimas, ir nežinojimas, kaip susidoro-
 ti su neigiamais išgyvenimais, nukreipia asmens mąstymą negatyvia linkme, tai lemia
 sergančiųjų depresija ar šizofrenija žemą savivertę ir vidinį užsisklendimą, silpninantį
 refleksiavaus mąstymo, verbalinius ir naujų žinių priėmimo gebėjimus. Tai didina ser-

gančiųjų nesugebėjimą kartu su kitais gyventi visuomenėje ir mokytis įveikti negalią, o taip pat sudaro prielaidas nuvertinti sergančiųjų psichikos sutrikimais sugebėjimus ir didina socialinę atskirtį.

2. Depresija ir šizofrenija sergančių asmenų įgalinimo prielaida – kūrimas kultūrinės dvasinės mokymosi aplinkos, padedančios individui išsilaisvinti iš vidinės ir socialinės izoliacijos: prakalbėti apie asmenines prasmes, suvaldyti nerimą sąveikaujant su naujomis žiniomis. Sergančiųjų depresija įgalinimas daugiau siejamas su kultūrine dvasine transformuojančio mokymosi tradicija, o sergančiųjų šizofrenija įgalinimas daugiau siejamas su socialine emancipacine transformuojančio mokymosi tradicija.

3. Meninė kalba suteikia galimybę perteikti egzistencijos prasmes, sąveikaujančias su individo asmeninėmis prasmėmis, subtiliai, nesužeidžiant, įkvepiant gyventi. Menine kalba perteikta autentiška istorija (asmens patyrimai ir išgyvenimai) pozityviai transformuoja istorijos suvokimą ir vertinimą – taip pat savęs vertinimą.

4. Ugdomosios poetikos terapijos metodika apima 1) emocinio užsisklendimo įveikimą ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotę, 2) savivertės stiprinimą ir atsakomybės už savo gyvenimą skatinimą, 3) kognityvinių gebėjimų ir verbalinių įgūdžių stiprinimą bei plėtotę, 4) socialinio elgesio rekonstravimą. Ugdomosios poetikos terapijos idėjos metodiškai realizuojamos ugdomojo proceso metu: žadinant ugdytinio jausmus ir prisiminimus, sąveikaujant su grožine literatūra; klientui bendradarbiaujant su ugdytoju, aiškinantis egzistencijos problemas ir mokantis susieti kūrinio idėjas su asmeniškai patirtimi; stimuliuojant kūrybišką rašymą ir verbalinę giluminių išgyvenimų ekspresiją.

Šizofrenija sergančiųjų vidinis užsisklendimas didesnis, ugdomojo proceso metu asmeninę prasmę turintys prisiminimai sunkiau sužadunami, nes vengdami psichinės ligos stigmatos išgyvenimo asmenys nesąmoningai užgniaužia savo jausmus. *Empatiškas rašymas* yra labai veiksmingas būdas šizofrenijos spektro sutrikimais sergančiųjų žemos savivertės transformacijai pasiekti, nes empatiško rašymo metu sukurtame tekste sergantysis atpažįsta savo patirties prasmes, kurių jis pats nepajėgia išreikšti žodžiais, ir lengviau įsitraukia į dialogą, *gamtos stebėjimas* sustiprina ryšį su išoriniu pasauliu ir gebėjimą jausti bei suvokti save patį, tai palengvina kritinę refleksiją, sąveiką su naujomis žiniomis, dar labiau padidina savivertę.

Tyrimo metodai:

1. mokslinių šaltinių ir dokumentų analizė,
2. kokybinis tyrimas (grindžiamosios teorijos strategija, projekto metodas, ekspertų metodas, atvejų analizė).

Mokslinio darbo naujumas

Lietuvos kontekste:

1. Pateikta transformuojančio mokymosi teorijomis pagrįsta suaugusiųjų, sergančių depresija ar šizofrenija, įgalinimo koncepcija.
2. Pirmą kartą Lietuvoje išanalizuotos poetikos terapijos taikymo galimybės.

Pasaulio kontekste:

3. Sukurta Ugdomosios poetikos terapijos metodika suaugusiųjų, sergančių depresija ar šizofrenija, įgalinimui.

Darbo praktinis reikšmingumas

Ugdomoji poetikos terapija yra inovatyvi metodika pasauliniame poetikos terapijos kontekste. JAV, Didžiojoje Britanijoje ir kitose šalyse ugdomoji biblioterapija / poezijos terapija (angl. developmental bibliotherapy / poetry therapy) yra orientuota į sveiko žmogaus savęs pažinimo, kūrybinių galių vystymą ir dvasinės sveikatos stiprinimą. Iki šiol nebuvo ugdomosios poetikos terapijos metodikos suaugusiųjų, sergančių depresija ar šizofrenija, įgalinimui.

Ugdomosios poetikos terapijos, taikomos suaugusių asmenų, sergančių depresija ir / ar šizofrenija, įgalinimui, veiksmingumo tyrimas naudingas visiems specialistams, dirbantiems su psichikos sutrikimais sergančiais žmonėmis, nes paaiškina autentiškos kalbos vystymo prasmę ir galimybes transformuoti sergančio asmens savęs vertinimą dialogo metu ir tokiu būdu sustiprinti asmens galias savarankiškai gyventi visuomenėje.

Specialistams, dirbantiems su depresija ir šizofrenija sergančiais žmonėmis, sukurta ugdomosios poetikos terapijos metodika yra kaip praktinio darbo vadovas: metodologiškai pagrindžiamas ugdomosios poetikos terapijos technikų prasmingumas, pateikiami konkrečių edukacinių psichologinių technikų aprašymai. Tai sudaro galimybes specialistams plėtoti savo profesinę kompetenciją, perkelti į savo praktiką vienus ar kitus ugdomosios poetikos terapijos metodus.

Menų terapijos specialistams parodomi konkretūs būdai, kaip stimuliuojama ir vystoma autentiška kalba. Dailės, muzikos, judesio ir šokio terapijoje ekspresyviai išreikštus giluminius išgyvenimus galima perteikti autentiška kalba – tai sustiprintų pozityvų šių terapijų poveikį.

Ugdomosios poetikos terapijos principus galima panaudoti ir kitose edukologijos srityse: lituanistikoje, mokytojų mokymui, kultūros edukologijos projektuose, o taip pat jais naudotis socialiniame darbe ir psichikos ligonių slaugoje.

DISERTACIJOS DARBO APROBAVIMAS

Pagrindiniai disertacijos teiginiai paskelbti periodiniuose ir tęstiniuose mokslo leidiniuose, referuojamuose tarptautinėse duomenų bazėse, kurių sąrašą patvirtino Lietuvos mokslų taryba:

1. Sučylaitė, J. Sergančiųjų šizoafektiniu sutrikimu kalbėjimo sutrikimai ir jų psichoterapinė korekcija. *Sveikatos mokslai*, 2010, t. 5 p. 3540-3543 ISSN 1392-6373 Index Copernicus
2. Sučylaitė, J. Psichiškai neįgalių asmenų savivokos ugdymas, taikant poetikos terapiją. *Socialinis ugdymas*, 2009, t. 7 (18), p.64-74 ISSN 1392-9569 SocINDEX, EBSCO Publishing
3. Sučylaitė, J. (2009) Poetry Therapy as a Tool For education of Mentally Disabled People to Perceive The Self. *Socialinis ugdymas*, 2009, t. 7 (18), p. 136–147. ISSN 1392-9569 SocINDEX, EBSCO Publishing
4. Sučylaitė, J. Psichiškai neįgalių šizofrenijos spektro sutrikimais sergančių asmenų verbalinių gebėjimų ir savivokos ugdymas poetikos terapijos metodais. *Sveikatos mokslai*, 2009, t. 1 (61), p. 2183–2186. ISSN 1392-6373. Index Copernicus
5. Sučylaitė, J. Šizofrenijos spektro sutrikimais sergančių asmenų emociniai išgyvenimai poetikos terapijos programoje. *Sveikatos mokslai*, 2009, t. 2 (62), p. 2331–2334. ISSN 1392-6373 Index Copernicus
6. Sučylaitė, J. Laimės žiburio sielai ir kūnui beieškant. *Teksto slėpiniai*. Vilnius: VPU leidykla, 2009, t. 12, p. 43–57. ISSN 1648-6390 EBSCO sąrašas, OCLC sąrašas
7. Sučylaitė, J. Poetikos terapijos taikymas sergančių pošizofrenine depresija asmenų reabilitacijai. *Sveikatos mokslai*, 2007, t. 7 (17), p. 1449–1453. ISSN 1392-6373. Index Copernicus
8. Sučylaitė, J. Kirkutis, A. Šostakienė, N. Poetikos terapija – nauja galimybė gydant paauglių psichikos sutrikimus. *Sveikatos mokslai*, 2007, t. 3 (17), p. 941–946. ISSN 1392-6373 Index Copernicus

Kituose recenzuojamuose Lietuvos mokslo leidiniuose:

1. Sučylaitė, J. Išlikimas: dvasinių vertybių paieška žmogaus tapsmo procese. *Kultūrų dialogas ir asmenybė* (mokslinių straipsnių rinkinys). Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla, 2010, p. 64–74. ISBN 978-9955-18-504-8
2. Sučylaitė, J. Ugdomoji poetikos terapija psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui. *Jaunųjų mokslininkų darbai*. Šiaulių universiteto leidykla. 2009, t. 2 (23), p. 183–191. ISSN 1648-8776
3. Sučylaitė, J. Poetikos terapijos patirtis: sergančiųjų šizofrenija įgalinimas įveikti socialinę atskirtį. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai*. 2008, t. 1, ISSN 2029-0470, p. 93–103.

Straipsniai užsienio mokslo leidiniuose:

1. Sučylaitė, J. Transformative education in language arts for transpersonal changes in the work with adult schizophrenics *Journal of International Scientific Publications: Language, Individual & Society*, 2009, t. 3, p. 200–211. ISSN (Bulgaria)1313-2547
2. Sučylaitė, J. Special course of education in language arts for increasing Self awareness as a tool for teachers' professional development. Santr. liet. - Bibliograf. 11 pavad. *Changing education in changing society, ATEE* (Association for Teacher Education in Europe). Spring University. 2007, t. 2 p. 244–252. ISSN 1822-2196

Spausdinta recenzuota Lietuvoje vykusių nacionalinių konferencijų pranešimų medžiaga:

1. Sučylaitė, J. Ugdomoji poetikos terapija psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui. *Tarpdisciplininis diskursas socialiniuose moksluose-2*. Socialinių mokslų doktorantų ir jaunųjų mokslininkų konferencijos straipsnių rinkinys. Kaunas: Technologija, 2009 p. 154–159. ISSN 2029-3224

Spausdinta recenzuota Lietuvoje vykusių tarptautinių konferencijų pranešimų medžiaga:

1. Sučylaitė, J. Besimokančiojo asmeninės prasmės aiškinimasis kaip sėkmingo kalbos mokymosi prielaida. *Bendras siekis – kokybiškesnis kalbų mokymasis*. Vilnius (publikacija kompaktiniame diske, 2009, ISBN 978-9955-880-52-3
2. Sučylaitė, J. Ugdytinio asmeniškų išgyvenimų atskleidimas ir panaudojimas ugdant poetinį mąstymą ir savivoką. Penktoji tarptautinė konferencija: „*Efektyvaus meninio ugdymo problemos*“ (kompaktinis diskas). VPU, 2009, ISBN 978-9955-20-461-9
3. Sučylaitė, J. Transformative education of schizophrenic patient through dialoging and emphatic writing of facilitator: *New Culture of Welfare: the clash between managerial ideology, public image and professional identity*. Tarptautinė Tissa akademija „Socialinis darbas. Benduomenė“. Vilnius, VPU, 2009, p. 75–77. ISBN 978-9955-20-443-5

Pranešimai mokslinėse konferencijose

VPU doktorantų konferencijose:

1. Sučylaitė, J. Pranešimas „Ugdomoji poetikos terapija psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui: tyrimo rezultatai“. Doktorantų draugijos steigiamasis susirinkimas-konferencija, 2010 04 22.

2. Sučylaitė, J. Pranešimas „Ugdomoji poetikos terapija psichikos sutrikimais sergančių asmenų įgalinimui: metodikos aspektai“. VPU SKI Socialinės sanglaudos katedros doktorantų ir magistrantų konferencija, 2010 03 04

Nacionalinėse:

1. Sučylaitė, J. Poetikos terapijos fenomenas skaitymo kultūroje Iš: *Vaclovo Biržiškos skaitymai. Bibliotekininkystė ir informacijos mokslai: praktinė veikla, studijos ir moksliniai tyrimai*“. Klaipėda, 2008 gruodžio 4
2. Sučylaitė, J. Šizofrenija sergančiųjų reabilitacija poezijos terapijos metodu. Iš *Reabilitacijos metodų ir priemonių efektyvumas*. Birštonas, 2007, spalio 5–6 d.
3. Sučylaitė, J. Grigaliūnaitė-Plerpienė Poetikos ir dailės terapijos taikymas reabilitacijoje. *Reabilitacijos metodų ir priemonių efektyvumas*. Birštonas, Lietuvos reabilitologų asociacija, 2009, spalio 2–3
4. Sučylaitė, J. Poetinės improvizacijos metodo taikymas. Iš: *Reabilitacijos metodų ir priemonių efektyvumas*. Birštonas, Lietuvos reabilitologų asociacija, 2009 spalio 2–3
5. Sučylaitė, J. Psichikos ligonių pozityviosios socializacijos scenarijus: poetikos terapijos metodo galimybės. Iš *Tarpdisciplininis diskursas socialiniuose moksluose: patirtis, galimybės ir ribos*. Kaunas, KTU, 2007 m. spalio 19
6. Sučylaitė, J. Poetikos terapijos taikymas psichikos sutrikimais sergančių asmenų savivokos ugdymui. Iš: *1-oji tarptautinė meno terapijos konferencija*, Vilnius, VPU, 2008 kovo 28–30

Tarptautinėse:

1. Sučylaitė, J. Poetikos terapijos metodo panaudojimas pošizofreninės depresijos mažinimui. Iš: *Kūrybiški metodai reabilitacijoje*. Tarptautinė mokslinė praktinė konferencija, Klaipėda, 2010, spalio 22
2. Sučylaitė, J. Santykio su gamta aktualizavimas verbalinėje asmeninių išgyvenimų raiškoje kaip prielaida pozityviems asmenybės pokyčiams. Iš *Krikščioniškosios vertybės postmodernioje visuomenėje*. Tarptautinė mokslinė-praktinė konferencija. Kaunas, S. Šalkauskio kolegija, 2008, spalio 24
3. Sučylaitė, J. The exploration of poetry therapy program for depressed schizophrenic patients. Iš: *Baltic Nurse (Baltic Nursing Research and Education)*. Tarptautinė slaugos mokslinių tyrimų konferencija. Klaipėdos universitetas, Klaipėda, 2008 sausio 22

Užsienyje:

1. Sucylaite, J. Cognitive retraining of depressed patients for better adaptation: possibilities of poetry therapy. Iš: 6th Congress of Baltic Association for Rehabilitation, Riga. 2008 rugsėjo 6–7
2. Sučylaitė, J. Expressive/creative and educational dimensions of poetry therapy in the work with schizophrenic patients. In: European Consortium for Arts Therapies Education, Talinas, Talino universitetas, 2007, rugsėjo 19–22
3. Sučylaitė, J. (2010) Psychotherapy in case of schizoaffective disorder. Iš: *Salzburg Weill Cornell seminar in psychiatry*. Tarptautinis psichiatrų seminaras, Zalcburgas, 2010 rugsėjo 19–25

1. MOKYMASIS KAIP GALIMYBĖ MAŽINTI SERGANČIŪJŲ ŠIZOFRENIJĄ AR DEPRESIJĄ NEGALIĄ

1.1 Veiksniai, formuojantys požiūrį į psichikos sutrikimais sergančiųjų mokymąsi

Švietimas yra viena iš galimybių stiprinti asmens atsparumą neigiamiems socio-kultūriniais veiksniams: ciniškam požiūriui į gyvybę, žmoniškumą ir kūrybą, padėti suprasti konfliktų esmę, kritiškai vertinti stereotipines, žmogaus orumą žeminančias nuostatas, o tai yra susiję su psichikos galių stiprinimu. Psichiškai sveikas žmogus yra vientisa asmenybė, visi jos psichikos procesai yra suderinti, todėl ji sugeba neiškreiptai suvokti pasaulį, prisitaikyti prie pakitusių gyvenimo sąlygų, susidoroti su iškilusiais sunkumais (Lapkauskienė, 2004). V. Danilevičiūtė (2003) psichikos sveikatą įvardija kaip kompleksinį fenomeną, apbrėpiantį daugelį socialinių, aplinkos, biologinių ir psichologinių veiksnių, pabrėžia, jog individo psichikos sveikatos stiprinimas neatsiejamas nuo visos visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo.

Psichikos sveikatos nebuvimo požymiai pastebimi asmens santykyje su savimi, bendravime, prisitaikant prie pakitusių aplinkos sąlygų, emocijų ir intelekto sferose. Psichikos sutrikimo požymiu gali būti labai pasikeitęs, kitų žmonių nesuvokiamas elgesys, neleidžiantis užmegzti ir palaikyti socialinių kontaktų (nepilnavertė socialinė sąveika), prarastas sugebėjimas naudotis turimais profesiniais įgūdžiais, susikaupti darbui ar mokymuisi (pažinimo funkcijų nepilnavertiškumas arba jų netekimas), grėsmingai didelis polinkis į savižudybę, dvasinė kančia, baimė prarasti laisvę, mirti ar išprotėti (emocijų neadekvatumas). Psichikos sutrikimas sudaro prielaidas žmogaus laisvės apribojimui, bet rizika netekti laisvės yra susijusi tik su psichikos procesų pasikeitimu ir elgesio pokyčiais, nukrypimai nuo socialinių, politinių, religinių, seksualinių normų nedidina tikimybės būti izoliuotam, paguldytam gydymui į psichiatrijos skyrių (Gefenas, 2003). Atkūrus Lietuvos nepriklausomybę ir deideologizavus psichiatriją, joje sustiprėjo humanistinė mintis, atsirado daugiau dėmesio sergančiojo psichologinėms ir socialinėms problemoms, bet baimė likti nesuprastam ir prarasti laisvę dar yra viena iš psichiatriinės pagalbos vengimo priežasčių. Empiriškai pastebėta, kad susirgusieji depresija ar šizofrenija jaučiasi kalti, kad jie susirgo. Darome prielaidą, kad ugdydami sergantį asmenį, galime pakeiti jo požiūrį į kaltę, o tai turėtų teigiamos reikšmės jo bendradarbiavimui su visų rūšių specialistais, padedančiais sveikti. Tik gydytojui psichiatrui leista diagnozuoti psichikos

sutrikimą. Diagnozuojant remiamasi psichikos sutrikimų aprašomaisiais kriterijais, išvardintais ligų klasifikacijose TLK-10 ir DSM – IV. Šiuo metu diagnozuojant nebesivadovaujama E. Krepelino mokykla, kurioje aprašant psichikos sutrikimo požymius buvo iškelta psichikos ligos kaip proceso koncepcija. Atsisakius pastebėtus mąstymo, emocijų, bendravimo sutrikimo požymius vertinti tik kaip psichikos ligos proceso raišką, pradėta daugiau dėmesio skirti sergančio žmogaus psichologinėms ir socialinėms reikmėms, suprasta, kad jam reikia įvairių specialistų, gebančių padėti susidoroti su gyvenimiškomis problemomis, jas suprasti ir mokytis savarankiškai gyventi.

Nuostata, kad psichikos sutrikimus galima įveikti pedagoginėmis priemonėmis, yra nenauja. A. Kronfeld (1927) pasiūlė psichagogikos terminą, reiškiantį psichiatrijos ir pedagogikos sandūroje besiplėtojančią mokslo discipliną. Psichagogikoje laikomasi požiūrio, kad psichologiniai sunkumai ir negalavimai kyla, kai tikrovė nepalanki ir stengiamasi nuo jos pabėgti. Svarbiausias ugdytojo uždavinys: padėti psichikos sutrikimais sergančiam asmeniui susivokti tikrovėje, pozityviai prie jos prisitaikyti (Jovaiša, 2007). A. Kronfeld indėlis iki šiol yra reikšmingas psichikos ligonių ugdymą nagrinėjantiems specialistams (Schrödes, 1986), bet mokslinėje literatūroje A. Kronfeld pavardė dažniau minėta tik minint mokslininko 100-tąsias gimimo metines. Psichagogika yra graikų kilmės žodis, reiškiantis sielos vedimą, dažnai siejama su žmogaus individuacijos procesu, moraliniu apsisprendimu, dvasinių gairių siūlymu. Psichagogikos problemos šiuo metu dažniau nagrinėjamos psichosintezės kontekste (Cramton, 2005), o ne edukologijos, todėl trūksta išsamesnių tyrimų apie šizofrenija, depresija sergančiųjų gebėjimą mokytis įveikti negalią ir mokymosi rezultatus.

Medicinos (kituose literatūros šaltiniuose - biomedicinos) modelis psichikos ligą apibrėžia kaip pastovų, normos neatitinkančių požymių kompleksą, pasižymintį jam būdinga specifine eiga ir patologiniais smegenų medžiagų apykaitos ar struktūrų pakitimais (Radavičius, 2003). Sergančiųjų šizofrenija ir depresija gyvenimo kokybės tyrimų kontekste A. Goštautas (2007) mini I. Gottesman (1997), atkreipusį dėmesį į patologinius fiziologinius smegenų medžiagų apykaitos procesus, galinčius turėti įtakos asmens, sergančio šizofrenija, prisitaikymui gyventi visuomenėje, ten pat, remiantis E. Torrey (1994), teigiama, kad panaudojus pozitroninę emisijos tomografiją, buvo nustatyti lokalūs metaboliniai pokyčiai sergančiųjų šizofrenija galvos smegenų hipokampo ir amigdala srityse. Pastarųjų metų šeimos genetinių tyrimų studijos tvirtina, jog nemažai daliai žmonių, kurių giminės serga šizofrenija, būdingi nukrypimai nuo biologinės normos: yra padidėję smegenų skilveliai, pakitę akių judesiai, konstatuojamas smegenyse vykstančių neurofiziologinių procesų nepakankamumas, be to, dažnai pasireiškia šizotipiniai asmenybės bruožai (Bertrando, 2006). Tai, kad ne visi asmenys, turį šizofrenijos genus,

serga šizofrenija, verčia rimtai žiūrėti į socialinės aplinkos vaidmenį, bet vadovaujantis biomedicinos modeliu, mažai dėmesio skiriama psichikos sveikatos sampratai, neįvertinama, kad ligos išsivystymui, jos eigai ir gydymo efektyvumui gali turėti įtakos gretutiniai psichologiniai ir socialiniai veiksniai.

Biomedicininų modelių grupę papildo biheivoristinių modelių grupė – samprata, kad psichikos sutrikimų atsiradimas priklauso nuo tų pačių veiksnių, kurie sukelia įvairius, normaliais vadinamus poelgius. Socialinė ir kultūrinė įtaka, pažiūros, lūkesčiai, tikėjimas, paskatinimai ar slopinimas turi įtakos psichikos sutrikimų atsiradimui ar jų nykimui. Biheivoristinis modelis neignoruoja biologinio prado: pripažįstamas genetinių, fiziologinių, biocheminių veiksnių poveikis į asmenį (Radavičius, 2003). 1970 metais S. Engel pasiūlė biopsichosocialinių reiškinių modelį. Vadovaudamasis juo, A. Goštautas (2007) teigia, jog susirgimas šizofrenija, depresija ar kažkuria kita psichikos liga pakeičia asmens padėtį žmogiškųjų santykių sistemoje: šeimoje, darbe, visuomenėje. Teigiama, jog sergančio asmens psichologinis ir socialinis prisitaikymas gyventi visuomenėje priklauso ne tik nuo išgyvenimų, kuriuos sukelia liga, bet ir nuo santykių su kitais ligoniais ir medikais, o taip pat nuo santykių su šeimos ar darbo kolektyvo nariais.

Vadovaujantis biopsichosocialiniu požiūriu, laikomasi nuostatos, kad šizofrenija yra biologiškai nulemtas susirgimas, bet psichologinių- socialinių faktorių įtaka svarbi sergančiųjų savijautai ir pajėgumui gyventi visuomenėje, todėl daug dėmesio skiriama psichoedukacijai, kurioje yra išskiriamos dvi kryptys: viena apima ligonių šeimos narių mokymą, o kita – pačių sergančiųjų mokymą. Psichoedukacijos veiksmingumo tyrimų rezultatai yra priešaringi: remiantis vienos sisteminės metaanalizės duomenimis (NICE, 2002), gaunama išvada, kad psichoedukacijos poveikis sergančiojo šizofrenija psichikos būsenai ir bendradarbiavimui su specialistais yra mažai efektyvus: nesumažėjo ligos atkryčių. Kita metaanalizė (Perkala ir Merinder, 2004) atskleidė didelių atkryčių ar pakartotinio stacionarizavimo sumažėjimą. Tyrėjai daro prielaidą, kad psichoedukacija labai teigiamai paveikė psichikos ligonių savijautą ir rekomenduoja psichoedukacijos priemones kaip naudingas įtraukti į psichikos ligonių gydymo programas (Falkai, Wobrock, Lieberman ir kt., 2006). Priešaringi ne tik psichoedukacijos tyrimų duomenys, bet ir pati psichoedukacijos koncepcija. Ortodoksinė koncepcija psichikos sutrikimais sergančiųjų mokymą grindžia išimtinai biheivoristiniu požiūriu, substitucinis požiūris reikalauja psichoedukacijos procesą susieti su savitarpio pagalbos grupių darbu, o evoliucinės koncepcijos atstovai teigia, jog psichoedukacija kinta, į ją integruojama vis daugiau įvairių terapijos metodų (Bertrando, 2006). Integravus terapijos metodus, keičiasi psichoedukacijos turinys, nebeapsiribojama vien žinių apie ligą teikimu ir skatinimu būti atsakingam už ko-

vojimą su savo liga, apimamas žmogaus būties kontekstas, savęs pažinimo ugdymas, atsakomybės už savo gyvenimą formavimas, tačiau mums žinomų edukologijos tyrimų kontekste nepavyko rasti studijų apie šizofrenija ar depresija sergančiųjų mokymosi savarankiškai gyventi efektyvumą.

Daugėja empirinių duomenų liudijančių, kad ne trauminiai, o stresą keliantys kasdienio gyvenimo įvykiai (Dormann, Zapf, 2004; Story, Repetti, 2006), jaudinimasis dėl finansinės situacijos ir sveikatos (Gulke ir kiti., 2006), įtemptas darbų grafikas (Roxburgh, 2004), gyvenimo permainos (Kiselica ir kiti 1994; Lee, Gramotnev, 2007) turi tiesioginės reikšmės psichologinei gerovei, o žinojimo, kaip susidoroti su stresą keliančiais įvykiais, dažnai trūksta (Schüler ir kiti, 2008). Stresą keliantys gyvenimo įvykiai ir negatyvumo linkme nukreiptas mąstymas turi reikšmės depresijos atsiradimui (Furnham ir Kuyken, 1991). Negatyvumo linkme nukreiptas mąstymas yra susijęs su asmens vertybių sistema, socialiniu išmokimu, hipoteziškai darome prielaidą, kad gali būti koreguojamas ugdymo proceso metu. Patvirtinta, kad būsto ir darbo neturintys žmonės dažniau serga depresija (Europos komisijos depresijos ir savižudybių prevencijos kongresas, 2009), bet visuomenės sąmonėje labai dažnai tebėra laikomasi medicininio požiūrio į psichikos sutrikimus: susirgęs asmuo kaltinamas dėl „nemokėjimo gyventi“. Istorijos eigoje medicina dažnai buvo linkusi nepripažinti, kad sunkūs gyvenimo įvykiai (perversmai, ideologinis persekiojimas, nedarbas) yra psichikos ligų priežastis (Gailienė, 2008, p.119). Socialinę krizę išgyvenantis žmogus dažnai lieka vienišas, jis praranda savigarbą ir socialines – kultūrinės vertybes, kurios socialinio streso išgyvenimo metu suteikia atsparumo ir padeda išsaugoti psichikos sveikatą. Vienišas asmuo, nepajėgiantis susidoroti su gyvenimiškosios situacijos iššūkiais, užkrečia kitus savo bejėgiškumu, beviltiškumu, gyvenimo beprasmiškumo jausmu. Darome hipotetinę prielaidą, kad ugdymo proceso metu asmuo, mokydamasis pažinti teigiamai ir neigiamai veikiančius sociokultūros veiksnius, galėtų geriau suprasti dabartinę gyvenimiškąją situaciją ir turimą patirtį, o tai leistų perkainoti vertybes ir įveikti psichologinę-socialinę krizę.

E. Gefenas (2003) teigia, jog stigmatizuojantis visuomenės požiūris į sergančius psichikos sutrikimais yra susietas su žinojimu, kad psichikos liga sergantis asmuo praranda atsakomybę už savo veiksmus. Mokslinėje literatūroje teigiama, kad nėra ryšio tarp šizofrenija sergančiųjų psichozės požymių ir smurto (Hersh ir Borum, 1998, Bjorkly, 2002), bet kiti tyrėjai pateikia duomenis, kad šizofrenija sergančiųjų agresyvumą valdė psichozės požymiai (Angermeyer, 2000; McNeil, 1994; Taylor, 1998, Bjorkly, 2002), ypač elgseną valdė haliucinacijos (Durivage, 1989; Glancy, Regehr, 1992; Krakowski., 1999; Stein, 1982; Wessely, 1993, Bjorkly, 2002). Taipogi pateikiami duomenys, kad tik nedaugelio asmenų smurtinį elgesį skatina psichozės požymiai (Hodgins ir kiti., 2003).

Pavojingais visuomenei galima laikyti tik 3 proc. psichikos ligonių, o televizijos laidų informacija leidžia susidaryti įspūdį, kad yra pavojingi net 77 proc. psichikos ligonių (Pūras, Povilaitis, 1999). Žiniasklaidoje dažnai išryškinama nusikaltimo ir diagnozės sąsaja, o kiti socialiniai ir juridiniai aspektai neanalizuojami. Empiriškai pastebėta, kad nepatikus visuomenės požiūris į sergančiuosius stiprina šių žmonių nesaugumo jausmą, mažina jų savigarbą, didina vidinį užsisklendimą, silpnina motyvaciją mokytis įveikti negalią. Ankstesni mūsų moksliniai tyrimai (Sučylaitė, 2009b) atskleidė, kad sergančiųjų nesavarankiškumas ir priklausomumas nuo kitų žmonių yra susijęs su jų artimųjų nepasitikėjimu ir valdingumu. Laisvos valios koncepcija reiškia paternalizmo atmetimą, atsisakymą požiūrio, kad kiti gali geriau nuspręsti, kaip asmeniui tvarkyti savo gyvenimą (Ashford, 2003). Paternalizmas dažnai būna ryškus šeimose, kuriose gyvena šizofrenija sergantis žmogus. R. Warner (2003), remdamasis J. Leff ir C. Vaughn (1985), G. Parker ir D. Hadzi-Pavlovic (1990), rašo, kad šizofrenijos liga pasikartoja daug dažniau tais atvejais, kai sergantis asmuo gyvena su pernelyg kritiškais ar pernelyg rūpestingais giminaičiais. M. Scazufa ir E. Kuipers (1996) teigia, kad giminaičiai, emociškai stipriau reaguojantys į šizofrenija sergantį asmenį, labiau jaučia globos naštą. Artimųjų nuovargis neigiamai veikia jų globojamą asmenį: stiprėja sergančiojo kaltės ar priešiško jausmai. Darome prielaidą, kad ugdomojo proceso metu mokantis reikšti ir pažinti jausmus bei juos sukėlusius veiksnius, išsilaisvinama iš neadekvataus kaltės jausmo ar pernelyg didelio priešiško artimiesiems.

Sergančiųjų šizofrenija sunkūs išgyvenimai yra susiję su neįprastų jausmų atsiradimu. Ne savo noru hospitalizuoti sergantys individai pažymėjo asmeninės laisvės ir pasirinkimų stoką bei sunkumus, kuriuos kėlė stiprūs jausmai, tokie kaip pyktis, baimė, liūdesys, sužlugdymo išgyvenimas, beviltiškumas (Kinzelman ir kiti., 1994, Monahan ir kiti, 1995, Johansson, 2002). Uždarame psichiatrijos skyriuje sergantiems buvo sunku bendrauti su personalu (Steinholtz Ekecrantz, 1995), o palatoje gyvendami jie jautėsi vieniši (Pejlert ir kiti, 1995, Johansson, 2002). Slaugytojus ligoniai charakterizavo kaip kalbančius, bet visiškai nerodančius dėmesio (Lindström 1995) ir bejėgius padėti (Kinzelman ir kiti, 1994, Letendre 1997, Johansson ir Lundman, 2002). Empiriškai pastebėta, kad asmuo, išrašytas iš psichiatrijos ligoninės, ne vienerius metus tebėra traumuojamas žinojimo, kokioje ligoninėje jis gydėsi, ir psichiatrijos skyriaus prisiminimų. Pastaruoju metu daugėja mokslo darbų, liudijančių, jog psichozės epizodo išgyvenimas ar gydymas uždarame priverstinio gydymo psichiatrijos skyriuje yra rimta psichotrauma, sukelianti labai sunkias psichologines – socialines pasekmes (Jenson 2000, Hayne, 2003). Remiantis sukauptais empiriniais duomenimis ir ankstesniais mūsų atliktais moksliniais tyrimais (Sučylaitė, 2007, Sučylaitė, 2009a, Sučylaitė, 2009b), galima teigti, kad pirmas paguldy-

mas į psichiatrijos ligoninę ne vienam asmeniui buvo trauma, jos išgyvenimas tęsėsi daugiau kaip dešimt metų ir didino asmens vidinį užsisklendimą, o prakalbėjimas apie giluminius išgyvenimus tapo gebėjimo savarankiškai gyventi prielaida. Manome, kad galima optimizuoti ugdymo vadovaujamą sergančiųjų šizofrenija ir depresija mokymosi savarankiškai gyventi procesą, todėl atliekant šį tyrimą buvo siekta sukurti teoriškai pagrįstą, veiksmingą ugdomosios poetikos terapijos metodiką, kuria galima būtų naudotis kaip priemone sergančiųjų ugdymo darbe.

I. Johansson ir B. Lundman (2002) teigia, kad pagarbos sergančiam žmogui nebuvimą lydi daugybė sunkių psichologinių išgyvenimų. J. Breze (1998) ir B. Olofsson (2000) požiūriu, sergančio asmens laisvės suvaržymai prasmingi, kai reikia apsaugoti žmogų nuo susižalojimo ar savižudybės, bet prievartinio gydymo reikia iš karto atsisakyti, kai tik jis tampa nebebūtinasis (Johansson, Lundman 2002). Psichikos sutrikimais sergančių asmenų žmogaus teisių tyrimas liudija, kad Lietuvoje tebevyrauja praktika priimti sprendimą dėl paciento priverstinio gydymo (ar priverstinio gydymo pratęsimo) teismo posėdyje nedalyvaujant pačiam pacientui, o ir tais atvejais, kai darbuotojai nori apsidrausti nuo galimų ligonio agresijos proveržių, prevenciškai taikomas fiksavimas, be to, prie lovos fiksuojami ir tie ligoniai, kurie nėra sujaudrinti. Fiksavimas taip pat taikomas kaip bausmė. Žmogų žeminančias, psichotraumuojančias situacijas sukuria ir darbo terapija, kuri neorientuota į sergančiųjų poreikius. Darbo terapija yra naudinga turintiems proto negalią, tuo tarpu nekvalifikuotas mechaninis darbas atbukina psichikos ligonius ir stabdo jų sveikimo procesą (Germanavičius ir kt., 2005). Biomedicininis požiūris į psichikos sutrikimus neskatina analizuoti sergančiojo išgyvenimų jo būties kontekste. T. Scheff (1984) patvirtino neigiamą stigmatos poveikį sergantiems asmenims ir atkreipė dėmesį, kad stigmatizuotam individui sunku suvokti savo identitetą, deviantiškumą tarp jo paties savęs suvokimo ir aplinkos jam priskiriamų savybių. Pažeistas identiteto jausmas yra vienas yra iš faktorių, dėl ko psichikos liga tampa chroniška, o žmogus – neįgalus (Bjorklund, 1999). Stigma neigiamai veikia bendravimo procesą, gali jį padaryti nevaisingą, nes asmuo visiškai praranda pasitikėjimą savimi, pasijaučia esąs nutildytas. Y. Hayne (2003) teigia, kad asmeninės galios pojūtis yra gyvybiškai svarbus savo balso susigrąžinimui, be kurio sveikimo ir pakartotinio integravimosi į visuomenę rezultatai yra nepasiekiami. Remiantis ankstesniais mūsų atliktais moksliniais tyrimais (Sučylaitė, 2007) galima teigti kad sergančiojo šizofrenija ar depresija noras mokytis save pažinti, dalyvauti ugdomosios poetikos terapijos grupėje priklauso nuo asmens gebėjimo tikėti, kad tai, ką jis sako, kitiems žmonėms rūpi ir yra suprantama. Hipoteziškai galvojama, kad kuriant ugdomosios poetikos terapijos metodiką, reikėtų pasiūlyti psichologines- andragogines intervencines technikas, skatinančias kliento atsivėrimą, kalbėjimą apie vidinius

išgyvenimus ir asmeniškai prasmingus įvykius, o taip pat padedančias ugdomosiomis priemonėmis neutralizuoti veiksnių, blokuojančių kliento gebėjimą kalbėti, veikimą.

Stigmatizuojantis požiūris į sergančiuosius psichikos sutrikimais skatina bejėgiškumo įsisąmoninimą. A. Kinzelman ir kiti (1994) rašo, jog užrakintos durys ir kontrolė sukelia diametraliai priešingus išgyvenimus ir reakcijas. Viena tendencija – protestai (Suslavičius, 1998), kita – visiškas pasidavimas kito valiai, noras, kad jį saugotų, juo rūpintųsi. L. Steinholtz Ekecrantz 1995, R. Letendre 1997 tyrimai rodo, kad sergantys psichikos ligomis asmenys, jausdami didžiulę kontrolę ir grėsmę asmeninei laisvei, gali imtis priešišku elgesio strategijų: pabėgti iš gydymo įstaigos, rašyti skundus visuomenėje autoritetą turintiems asmenims ar aukštesnėms institucijoms, pavyzdžiui, Sveikatos apsaugos ministerijai (Johansson, 2002). Stigmatizmuoti, psichikos ligomis sergantys asmenys gali identifikuotis su nusikaltėliais, kriminalinio pasaulio atstovai gali šiais ligoniais manipuliuoti, o nusikaltimų pasekmių suvokimas dar labiau sustiprina menkavertiškumo ir bejėgiškumo išgyvenimą. P. Prince, C. Prince, (2002) rašo, kad suvokta stigma yra barjeras psichiškai neįgaliam asmeniui integruotis į visuomenę. Išanalizavus mokslinės literatūros duomenis apie šizofrenija ar depresija sergančiųjų traumuojančius išgyvenimus, stigmos sukeltų išgyvenimų padarinius, daroma prielaida, kad šių asmenų ugdymas turėtų remtis socialine emancipacine teorija.

Uždarame psichiatrijos skyriuje, stengiantis apsaugoti sergantįjį nuo psichotraumuojančių veiksnių, ypač daug dėmesio skiriama slaugytojo ir paciento dialogo kokybei. Mokslininkai, analizuodami sergančiųjų depresija ir (ar) šizofrenija slaugos gerąją patirtį, pažymėjo, kad slaugytojai stengiasi sužinoti, ką sergantieji išgyveno, kai kiti žmonės aiškino, kas yra psichikos liga, kaip jie jautėsi, pamėgindami pagerinti tarpasmeninius santykius, pokalbio metu slaugytojai atkreipia dėmesį į pastebimą ligonių sielos kančią (psichikos distresą), išreiškia norą padėti mokytis įvertinti savo elgesį bei geriau pažinti esamą situaciją (Chambers 1998, Barker 1998, 2001, Barker ir kiti, 1998, Johansson, 2002). K. Koivisto ir kt. (2003) teigia, jog labai svarbu suprasti, kaip sergantysis aiškina psichikos sutrikimo priežastį, kaip kenčia, mėgindamas susigrąžinti Aš pojūtį. Teigiama, kad slaugytojai ir sergantieji turėtų kartu planuoti, kaip suvaldyti distresą, o paciento pastangų reikia pokalbį apie distresą susieti su savo vidiniais išgyvenimais. Jei toks dialogas pavyksta, sergantysis randa prasmingas aplinkos ir vidinių išgyvenimų jungtis, o tai yra sveikimo prielaida. Įvertinę tai, kad dialogas padeda atrasti vidinių išgyvenimų ir išorinio pasaulio jungtis, darome prielaidą, kad depresija ar šizofrenija sergančių asmenų ugdymo metodikose ypač daug dėmesio turi būti skiriama dialogui.

1.2 Sergančiųjų šizofrenija ir depresija negalios mažinimo psichologinės-andragoginės prielaidos

Istorijos eigoje profesionalai šizofreniją vertino kaip beviltišką, progresuojančią ir degeneraciją sukeliančią ligą, ilgą laiką buvo tikima, jog nepanašu, kad sergantieji šizofrenija sugrįš į ankstesnę asmens funkcionavimo visuomenėje padėtį (Beeble, Salem, 2007; remdamiesi Corrigan, Ralph, 2005; Kraepelin, 1919; Liberman ir kt., 2002, Bellack, 2006; Bleuler, 1924; Harding ir kt., 1987; Kruger, 2000; Torgalsboen, Rund, 2002 darbais).

Šizofrenijos atveju visada atsiranda sutrikimai emocijų, minčių ir valios sferose, ligos eiga dažniausiai lėtinė, būdingi pasikartojantys psichozės epizodai. A. M. Kilcommons, A. P. Morrison (2005) rašo, kad kūno turėjimo jausmas, savo tapatybės pojūtis, sava veikla yra kaip vidinis inkaras, neleidžiantis psichikos procesams atsiskirti nuo asmens. Psichozės atveju to vidinio inkaro nepavyksta atrasti – individas tampa labai sužeidžiamas, ne tik prarandamas gebėjimas vertinti realybę, bet pasireiškia baisi sumaištis, dezorganizacija, dezorientacija. Remdamiesi minėtų mokslininkų įžvalga, hipoteziškai galvojame, kad ugdomajame procese stimuliuodami pojūčius, kūno turėjimo jausmą, tapatybės pojūtį ir prasmingą, mėgstamą veiklą, sustipriname natūralias psichikos galias ir sumažiname disociacijos procesų tikimybę. Empiriniai stebėjimai ir ankstesni mūsų tyrimai (Sučylaitė, 2009a) parodė, kad dėmesys pojūčiams, judesiams ugdomosios poetikos terapijos proceso metu efektyvina mokymąsi, o nauja informacija lengviau suvokiama, kai ji perteikiama vizualiai.

Šizofrenijos pasekmė – kognityvinių funkcijų sutrikimai, labai sutrikdantys sergančiojo būklę ir jo funkcionavimą visuomenėje (Green, 1996). Nors kognityvinės funkcijos sergant šizofrenija yra trikdomos, pažymėtina, kad šios ligos atveju intelektas ilgą laiką ryškiau nenukenčia, labiau nukenčia jo pritaikymas, sprendžiant teorines ir praktines problemas (Dembinskas, Goštautaitė – Midtun, 2003). K. Neuchterlein (1994) koncepcija teigia, kad šizofrenijos simptomai pasireiškia, kai asmenybė nebeįstengia susidoroti su stresą sukeliančiais veiksniais, yra jų pažeista. Neigiamas socialinės aplinkos poveikis, skatinantis sergančiuosius šizofrenija užgniaužti emocijas, nagrinėjamas K. Koivisto ir kt., 2003 fenomenologiniuose tyrimuose. D. Kelly ir kt. (2004) atkreipia dėmesį į neviltingą, sielvartą, sužinojus apie susirgimą psichikos liga. Diagnozė sužinojęs asmuo dažnai jaučiasi lyg vagis, lyg neteisėtai turįs gebėjimus (Hayne, 2003), jis užgniaužia savo emocijas, jausmų paskata kažko siekti taip pat yra užgniaužiama. Aš pojūčio atskyrimo nuo emocinės patirties strategija, kuria asmuo naudojasi dorodamasis su emocijomis, yra psichikos procesų disociacijos prielaida. (Coggins, Fox, 2009). Disociacija yra psichikos reiškiny, kurio esmė - proto nepajėgumas skaudžius išgyvenimus integruoti į sąmonę.

Psichika ginasi stengdamasi atsiriboti nuo neigiamų jausmų griauinančios jėgos, todėl sunkūs išgyvenimai „atskeliami“ (Gailienė, 2008, p. 62). Naujausiose teorijose paranojiškumo atsiradimas siejamas su asmenų nesugebėjimu pripažinti ir išgyventi liūdesio jausmą, labai jautriais ir pažeidžiamais tarpusavio santykiais, atsiribojimu nuo žmonių išgyvenant liūdesį (Cogins, Fox, 2009). Anksčiau atliktame mūsų tyrime įžvelgta, kad ugdomosios poetikos terapijos metu išreiškdami ir išgyvendami neigiamas emocijas, šizofrenija ar depresija sergantys asmenys pradeda lengviau bendrauti ir mažiau kaltinti save, jie pasidaro taikesni (Sučylaitė, 2007, Sučylaitė, 2009), galima daryti prielaidą, kad ugdomoji poetikos terapija gali būti veiksminga silpninant asmenybės konfliktiškumą, paranojiškumo pasireiškimo tendenciją.

Laikomasi požiūrio, kad vaizdinio paveikta šizoidinių asmenybių vaizduotė pradžioje gali būti turtinga, bet vaizdiny nesukelia prasmingo emocinio atsako, šie asmenys yra užsirakinę skurdžia kalba išreiškiamuose pastebėjimuose. Hyperracionalizmas gali būti būdingas ir tiems asmenims, kuriems labai dažnai ir intensyviai taikomos verbalinės terapijos, įskaitant psichoanalizę (Cramton, 2005). Empiriškai pastebėta, kad ugdomosios poetikos terapijos metu stimuliuojami sergančio šizofrenija pojūčiai, panaudojamos dailės terapijos technikos. Mokydamasis iškoduoti paprasčiausių metaforų reikšmę, asmuo lengviau suvokia savo išgyvenimus ir laisvinasi iš hyperracionalizmo (Sučylaitė, 2009 c). Hipoteziškai galvojame, kad kuriama ugdomosios poetikos terapijos metodika bus veiksminga, jei ji apims ugdomasias technikas, stimuliuojančias kinestezinį intelektą ir aktyvinančias pojūčius.

N. Slee ir kt. (2008) tyrimas parodė, kad emocinės savireguliacijos sunkumai, ypač emocinių impulsų kontrolės nesėkmingumas bei kryptingo, į tikslą nukreipto elgesio stoka yra viena iš priežasčių, dėl ko atsiranda noras sąmoningai save žaloti. Emocijų reguliavimas siejamas su emocijų supratimu, žiniomis apie jas ir gebėjimu kontroliuoti elgesį emocinio distreso kontekste (Gratz, Roemer, 2000, Slee ir kt., 2008). Žmonės, linkę į sąmoningą savęs žalojimą, patiria sunkumus, reguliuodami savo emocijas, mažai apie jas žino, aiškiai jų nesuvokia, yra uždari, neįstengia kontroliuoti elgesio emocijų distreso metu (Leible, Snell, 2004; Slee ir kt., 2008, Yen ir kt., 2002). Sąmoningas savęs žalojimas reiškia mėginimą išvengti neigiamų emocijų (Chapman ir kt., 2006, Slee ir kt., 2008). Empiriškai pastebėta, kad sąmoningas savęs žalojimas susijęs vidiniu konfliktu, žema saviverte, darome prielaidą, kad sąmoningas savęs žalojimas gali būti valdomas asmeniui mokantis pažinti savo emocijas ir suprasti jų priežastis.

Aiškinimasis su šizofrenija sergančiuoju, kokie veiksniai yra jo traumuojančios patirties priežastys, gali išprovokuoti psichozinius požymius, haliucinacijas (Kilcommons, Morrison, 2005). Buvo pastebėta, kad po psichozės epizodo sunkus potrauminio streso

sutrikimas išsivystė tiems šizofrenija ir kitais psichoziniais sutrikimais sergantiems asmenims, kurie psichozę vertino labai neigiamai. Stimuliuojant įsitikinimus, jog pasaulis yra palankus, pasaulis yra prasmingas, o žmogus vertingas yra stiprinamas žmogaus saugumo jausmas ir silpninamas trauminis išgyvenimas (Janoff-Bulman, 1992, Gailienė, 2008). Ankstesniuose mūsų tyrimuose (Sučylaitė, 2009b) išvelgta, kad ugdomosios poetikos terapijos proceso metu kiekvieną kartą atskleidžiami sergančio šizofrenija žmogaus asmeniškai vidiniai išgyvenimai, o ugdytojas išryškina vilties perspektyvą. Hipoteziškai galvojama, kad ugdomosios poetikos terapijos metodika bus veiksminga, jei bus pasiūlytos ugdomosios technikos, sudarančios prielaidas kūrybiškai atskleisti kliento skaudžius vidinius išgyvenimus ir kliento mintims sąveikauti su ugdytojo teikiamomis naujomis žiniomis, tvirtinančiomis vilties perspektyvą.

Pošizofreninė depresija pasireiškia po psichozės epizodo. Šiuo sutrikimu, kuris gali tęstis labai ilgą laiką, serga 20- 45 proc. žmonių. Pošizofreninės depresijos metu yra didelė savižudybės tikimybė: moksliniai tyrimai rodo, kad 5-13 proc. šizofrenija sergančių asmenų baigia gyvenimą savižudybe. Didžioji dauguma autorių teigia, kad dažniau žudosi prieš susirgimą labai gerai visuomenėje funkcionavę asmenys (Pompilli, 2006). W. Fenton ir kt. (1997, 2000) atkreipia dėmesį į didžiulę savižudybės riziką po pirmosios hospitalizacijos praėjus ir nemažai laiko, jei asmens ligos istorijoje yra duomenų apie sėkmingą paauglio gyvenimą visuomenėje, jo aukštus tikslus ir aukštą intelektą. Savižudybė mažiau sietina su psichozės simptomais, ji daugiau sietina su jausmais, nerimu ir žinojimu, kad liga pažeidžia proto funkcionavimą. (Kelly ir kt., 2004). Beviltiškumas statistiškai patikimai susijęs su savižudybės rizika. Darome prielaidą, kad beviltiškumas gali būti valdomas ugdomojo proceso metu, padedant asmeniui geriau suprasti savo patirtį kritinės refleksijos metu ir atrasti savo vietą besimokančiųjų bendruomenėje.

Į savižudybę linkę asmenys bijo tolesnio psichikos sveikatos blogėjimo, pernelyg intensyvaus gydymo, o taip pat gydymo, kuriame nepatiriamas gydytojo atsidavimas ligoniui (Pompilli, 2006). Sergantiems šizofrenija būdinga aleksitimija, tai yra negalėjimas vidinių išgyvenimų išreikšti žodžiais. Empiriniai tyrimai rodo, kad prakalbėjimas yra susijęs su sveikimo pradžia. Sergantys asmenys yra lengvai pažeidžiami, jie nepajėgia saugiai jaustis, nes jų patyrimai neįprasti, ne tokie, kaip kitų. Svetimi jausmai tampa gėdos ir sumišimo priežastimi, priverčia izoliuotis savame pasaulyje ir atsargiai stebėti kitus žmones. Sužeidžiamumas ir izoliacija didėja kartu su nepažįstamais, neįprastais jausmais. Jie save suvokia realistiškai, savęs suvokimas susietas su gyvenimiškosiomis situacijomis bei patirtimi (Koivisto ir kt., 2003). Vertindami sergančiųjų šizofrenija patirties ypatybes iš jų pozicijos, minėti mokslininkai pažymi, kad šizofrenija sergantys asmenys patyrė pasikeitimus gyvenimiškose situacijose: skyrybas, jaudinimąsi dėl vaikų

problemų ir darbo, turėjo labai daug problemų susipažindami su kitu žmogumi, patyrė bedarbybę, labai įtemptus santykius su vienu iš kolegų. Jie tvirtino, kad pamiršo save, kitiems darydami gera, o sudėtingose atsakingose situacijose buvę visiškai vieni. Dalis sergančiųjų ankstyvame gyvenime patirtus šiuos sunkumus susiejo su neįprastų jausmų atsiradimu. Ankstesni mūsų tyrimai (Sučylaitė, 2009a) patvirtino, kad vienišumas visose gyvenimo situacijose buvo dažniausias sergančiųjų negalios požymis, užfiksuotas bendradarbiavimo ugdomosios poetikos terapijos programos pradžioje, o baigdami programą šie asmenys jau buvo užmezgę socialinius kontaktus su šeimos nariais, kaimynais. Dėl priedažės, kad kuriant veiksmingą ugdomosios poetikos terapijos programą reikia sutelkti dėmesį ugdomąsias technikas, skatinančias asmenį atvirai prakalbėti apie savo gyvenimiškąją situaciją, ir į kritinę refleksiją, padedančią suprasti ir įvertinti dabarties jausmus bei praeities įvykius - galvojame, kad tai padėtų sergančiajam išsilaisvinti iš slegiančios vienišumo būsenos ir susigrąžinti prarastąją savivertę.

2005m. Pasaulinė biologinės psichiatrijos draugijų federacija (WFSBP) patvirtino biologinio šizofrenijos gydymo rekomendacijas. Rekomendacijose atkreipiamas dėmesys į tai, kad sergančiųjų šizofrenija sveikimui svarbi socialinė aplinka, psichoterapija, psichoedukacija, bet daugiausia dėmesio skiriama biologiniams šizofrenijos įveikimo būdams: Pastaruoju metu esama mokslinių darbų, kuriuose teigiama, jog asmenis, sergančius šizofrenija, pavyksta gydyti psichoterapija dėl to, kad jiems būdingi ne tik šizofrenijos (psichoziniai), bet ir neuroziniai sutrikimai. J. McGovern ir D. Turkington (2001) nuomone, šizofrenijos atveju naudinga kognityvinė terapija neurotiniais simptomams įveikti ir ypač savižudybės rizikai mažinti. Kognityvinė terapija labai susijusi su mokymusi, kognityvinės terapijos metu mokomasi suprasti, kad psichologiniai sunkumai kyla dėl klaidingo išmokimo, neteisingų išvadų, padarytų remiantis netikslią informaciją ar dėl nepakankamo sugebėjimo atskirti tai, kas įsivaizduojama ir kas tikra (Beck, 2005). Ugdomojoje poetikos terapijoje neapsiribojama pagalbos ligoniui kontekstu, svarstomos ne tik žmogaus psichologinių sunkumų problemos, bet ir visi jo būties aspektai. Mums žinomoje mokslinėje literatūroje nepavyko surasti duomenų apie ugdomosios poetikos terapijos naudingumą šizofrenija sergančiojo neurotiniais sutrikimams įveikti ar savižudybės rizikos mažinimui, bet galima daryti prielaidą, kad ji gali būti efektyvi.

Šizofrenijos atveju kyla sunkumų suvokiant ribas tarp savojo „aš“ ir aplinkinio pasaulio. Naujagimio realybės suvokimas ir Ego funkcijos formuojasi palaipsniui, vaikas išmoksta suprasti, kas yra jo dalis ir kas yra už jo ribų. Asmens gebėjimas nustatyti tai, kas yra jo viduje, ir tai, kas yra už jo ribų, išorėje, rodo stiprų ego, o sunkiausi psichikos sutrikimai įvyksta, kai nutrūksta ego ryšys su išoriniu pasauliu. (Meškauskienė, 2003). Ego stiprumą rodo gebėjimas rūpintis savimi, žodžiais reikšti jausmus ir mintis, intelekto

lygis, gebėjimas išspręsti problemas namuose ir darbe (Laurinaitis, Milašiūnas, 2003). Nesugebėjimas suprasti to, kas yra čia ir dabar, blogas įtampą keliančios situacijos toleravimas, nesugebėjimas koncentruoti dėmesio ir kontroliuoti vidinių impulsų liudija silpno ego požymius, pasireiškiančius dabartiniu momentu (Laurinaitis, 2008). Ego turi dar vieną funkciją – apsaugoti psichiką nuo nemalonių jausmų, minčių, susijusių su vidinio ir išorinio pasaulio pavojais.). Polinkį į psichikos procesų suderinamumo praradimą galima sieti su Ego silpnumu. C. Jung (1999) skiria tris Ego aspektus: kognityvinį (gebėjimas realistiškai matyti pasaulį), emocinį (gebėjimą ignoruoti emocinius išgyvenimus, gebėjimą atsiverti), psichologinį-socialinį (gebėjimą atsiverti tarpasmeniniams santykiams, atvirumą ir nebijojimą prarasti save, užmezgus artimus ryšius su kitais asmenimis). Empiriškai pastebėta, kad ugdomosios poetikos terapijos pradžioje dažnai susiduriama su iššūkiu – su ego silpnumu, o asmeniui prakalbėjus ego stiprėja.

Depresijai būdinga liguistai prislėgta nuotaika, sulėtėjęs mąstymas ir sulėtėję judesiai. Depresijos atveju žmogus kalba labai tyliai, pavieniais žodžiais, gali ir visai nustoti kalbėjęs, nes jaučia, jog jo galva tuščia. Atmintis sustiprėja, bet sustiprėjimas vienpusišką: prisimenama daug neigiamų praeities išgyvenimų, žmogų apima savęs kaltinimo idėjos, mintys apie savižudybę. Išnykus mintims ir vyraujant judesių slopinimui, savižudybės tikimybė mažėja, bet pradėjus sveikti - didėja (Iserhard, 2006). Atsistatant sugebėjimui asociatyviai mąstyti ir išlaisvėjant judesiams, asmenį užgriūva skaudžių prisiminimų lavina, stipriau pajaučiama kaltė, kad trūksta galių išverti gyvenimo skausmus. Depresišku žmonių savęs įvaizdis negatyvus ir juodas, jį stiprina išgyvenimai, kad nėra būtinausių prielaidų sėkmingesniai gyvenimui (Quelhas ir kt., 2008). Teigiama, jog depresuojantys asmenys, konfrontuodami su negatyviomis pasekmėmis, suvokia jas kaip nekontroliuojamas, susijusias su jų vidine prigimtimi, nekintančias ir globalias. Mėginimas įsivaizduoti situacijas, kuriose galima rinktis vienokią ar kitokią elgesio strategiją, elgesio modelio aiškinimasis nepadidina pažintinių gebėjimų, nekeičia elgesio, antra vertus, blogų situacijų vaizdavimasis gali pakenkti asmeniui, nes negatyvių jausmų, tarp jų ir kaltės, priežastis matoma savyje (Quelhas ir kt., ten pat), tad darome prielaidą, kad sergančiųjų depresija mokymasis bus sėkmingas tik tuo atveju, jei mokymosi metu bus kuriama aplinka, skatinanti pozityvias emocijų transformacijas.

Negatyvumo linkme nukreiptas galvojimas, gyvenimo įvykiai, socialiniai stresai yra esminės depresijų priežastys (Furnham, Kuyken, 1991). Dauguma pacientų tarpasmeninius ir aplinkos stresorius tapatina su depresijos priežastimi (Rogers ir kiti, 2001). Tais atvejais, kai depresijos priežastį pacientai siejo su „negatyviu galvojimui“ (Addis ir kiti, 1995; Furnham, Kuyken, 1991) tyrėjai patyrė nesėkmę, paprašę biologinius dalykus (smegenų medžiagų apykaitos sutrikimus) įvertinti kaip galimas depresijos priežastis.

R. Budd ir kt. (2008) tyrimai nepatvirtino, kad vienas iš psichoterapijos ar asmens konsultavimo bei mokymo metodų būtų pranašesnis už kitus ar būtų leidęs pasiekti pastebimesnio efektyvumo darbe su žmonėmis, kurių depresija nepasiduoda gydymui, bet daro hipotetinę prielaidą, jog tais atvejais, kai žmonės gali aiškiai įvardinti depresijos priežastį, psichologiniai, edukaciniai metodai gali leisti pasiekti pastebimų rezultatų. Depresiški asmenys, pažymintys jų gydymo psichodinamine terapija nesėkmingumą, išreiškė aiškų tikėjimą, jog depresijos priežastys priklauso nuo biocheminių smegenų medžiagų apykaitos sutrikimų ($r = 0.46$ pagal Budd, James, Hughes, 2008).

Šizofrenijos ir depresijos lemiami emocijų, mąstymo ir valios sutrikimai neigiamai paveikia savęs suvokimą, elgesį, veiklą, darbingumą, blogina asmens funkcionavimą visuomenėje ir tampa sunkios egzistencinės patirties priežastimi. Sunki, traumuojanti egzistencijos patirtis sekina psichikos jėgas, dėl to psichikos sutrikimo eiga sunkėja. Analizuojant mokslinės literatūros ir sergančių šizofrenija ir/ar depresija asmenų ugdymo asmeninės patirties publikuotus duomenis (Sučylaitė, 2009b), buvo nustatyti kriterijai, nusakantys, kodėl šiems žmonėms sunku gyventi visuomenėje ir mokytis įveikti negalią.

1. Bejėgiškumas / identiteto (tapatumo pačiam sau) netekimas siejamas su 1) deviantiškumu tarp savybių, kurias asmuo priskiria pats sau ir kurias jam priskiria aplinka (Bjorklund, 1999), 2) su prarasta galimybe klausant ir girdint kitiems reikšti savo išgyvenimus (Koivisto ir kt., 2003). 3) su neįaučiama asmeniškai turima socialine jėga (Hayne, 2003).

2. Savivertės / kaltės išgyvenimo sutrikimas yra siejamas su neigiama patirtimi bei ydingai išsiaiškintomis ankstesnėmis gyvenimo situacijomis ir vidinės prigimties ypatybėmis. Kaltės jausmo priežastimi dažnai tampa ir susirgimas psichikos sutrikimu. Neigiama patirtis, kaltės išgyvenimas mažina savivertę (Alicke, 2000; Davis ir kt., 1996; Janoff-Bulman, 1979; Sherman ir McConnell, 1995, Quelhas ir kt., 2008).

3. Nesavarankiškumas / priklausomumas nuo kitų žmonių. Nesavarankiškumo priežastys siejamos su psichikos sutrikimu sergančiojo šeima, (Warner, 2003), su psichikos sutrikimais sergančių asmenų gebėjimų neįvertinimu psichiatrijos įstaigose (Germanavičius ir kt., 2005).

4. Beviltiškumas Beviltiškumas siejamas su 1) įsitikinimu, kad nieko negalima pakeisti, 2) nepasiruošimu susidūrimui su galimais sunkumais (Marsh, Weary, 1994), 3) įsitikinimu, kad nėra būtinausių prielaidų sėkmingesniai gyvenimui (Beck ir kiti, 1979; Kovács, Beck, 1978).

5. Socialinių įgūdžių praradimas / bendruomeniškumo išgyvenimo sutrikimas.

Siejamas su vienišumu tarp žmonių (Barker 2001, Johansson, 2002), su jautriais, lengvai pažeidžiamais tarpusavio santykiais ir padidėjusiu įtarumu (Coggins, Fox, 2009).

6. Ydinga emocijų valdymo strategija (emocijų užgniaužimas, *atsiribojimo nuo socialinės aplinkos tendencija*). Neįstengiant išgyventi skaudžių jausmų, atsiribojama nuo žmonių, atsiranda neigiamas požiūris į pasaulį, neapykanta sau pačiam (Kilcommons, Morrison, 2005), o atsiradusį dvasinį skausmą lydi savęs apkaltinimo idėjos (Hayne, 2003), atsiranda šaltumas ir abejingumas.

7. Nekomunikuojantis naratyvas

Prarastas gebėjimas papasakoti socialiai reikšmingą savo gyvenimo istoriją (Holma ir Aaltonen 1998, p. 467), netikslus žodžio prasmės suvokimas (Tamura, 1998, 2001).

1.3 Kalbėjimo / pasakojimo gebėjimų plėtojimas ir sveikimo procesas

Sveikimas. W. Anthony (1993) ir P. Deegan (1996) pažymi, kad sergančiųjų šizofrenija sveikimas yra unikalus ir asmeninis procesas. Sveikstančiųjų patirtis liudija, kad sveikimas yra daugialypis, susidedantis iš atskirų fazių procesas, kuris dažnai apima gyvenimo prasmės radimą už ligos ir pakartotinį savęs paties jautimo atradimą (Baxter, Diehl, 1998; Davidson, Strauss, 1992; Pettie, Triolo, 1999; Spaniol ir kiti, 2002; Young, Ensing, 1999, Beeble, Salem 2007). Sergančiųjų šizofrenija asmenų, dalyvavusių savitarpio pagalbos grupių veikloje, paskutiniai moksliniai tyrimai leido atsirasti naujai vilties vizijai ir rimta psichikos liga sergantiems tikėtis pasveikti. M. L. Beeble ir D. A. Salem (2007) tyrė anoniminių šizofrenija sergančiųjų savitarpio pagalbos grupės patirtį. Kokybinis tyrimas išryškino keturias sveikimo fazes: a) raudojimo ir sielvarto, b) žinių apie ligą gavimo ir ligos pripažinimo, c) naujo ligos suvokimo ir požiūrių transformacijos, d) gerovės ir pasikeitusios gyvenimo kokybės. Pasiūlyta bendravimo metodika veikia skirtingas šizofrenija sergančiųjų sveikimo proceso sritis, sveikimą dažnai lydi pyktis, nusivylimas ir neigimas (Weaver Randall, 2000, Beeble, Salem 2007). Neteigiama, jog identifikavimasis su kitais asmenimis, ypač su tais, kurie išgyvena pyktį ir nusivylimą, suteikia vilties. Manoma, kad aiškinantis išgyvenamus jausmus atrandamos vertingos žinios, padedančios sumažinti grupės narių patiriamą nevilgtį. Šizofrenijos pažinimo procesas leidžia asmeniui suprasti, kaip liga veikia jį patį, kaip sutrikdo normalią gyvenimo eigą, kaip skatina atsiriboti nuo žmonių bei stiprina socialinės izoliacijos jausmą. Daroma prielaida, kad jautimas, jog esi ne vienas (Kurtz, 1997, Beeble, Salem 2007), ir kad kiti turi į tavąją panašios patirties, padeda grupės nariams įgyti daugiau žinių apie ligą ir pripažinti susirgimo psichologines, socialines pasekmes. Trečioji ir ketvirtoji sveikimo

stadijos apima aktyvų dorojimąsi su šizofrenija ir pokyčius: nuostatų keitimą, naujų tikslų formulavimą, pozityvaus savęs paties jautimo formavimą. Visos keturios anoniminių šizofrenija sergančiųjų laisvinimosi iš susirgimo stadijos apima šešis žingsnelius, nukreiptus į sveikimą: 1) ligos priėmimą (susitaikymą), 2) gerovę, 3) tikėjimą savimi, 4) atlaidumą, 5) supratingumą, 6) pasirinkimą. Tokių pat tikslų siekiama ir ugdomosios poetikos terapijos grupės veikloje. Aprašytoje M. L. Beeble ir D. A. Salem (2007) anoniminių šizofrenija sergančiųjų mokymosi sveikti metodikoje raudojimo ir sielvarto fazė neišvengiama, tik po to asmuo įstengia sąveikauti su žiniomis apie ligą. Mūsų ankstesniame tyrime (Sučylaitė, 2009d) statistiškai patvirtinta, kad ugdomosios poetikos terapijos proceso metu stiprėja menkavertiškumo ir *Aš veiksmingumo* praradimo išgyvenimai, bet daugėja prisiminimų, patvirtinančių *Aš veiksmingumą* praeityje ir mažėja nepasitenkinimas *Aš veiksmingumu* (didėja savivertė). Po terapijos *Aš veiksmingumo* vertinimas darosi geresnis. Tai leidžia daryti prielaidą, kad ugdomosios poetikos terapijos metodika bus veiksminga, jei bus numatyti ugdymo metodai sergančio šizofrenija ar depresija skaudiams išgyvenimams atskleisti ir išreikšti, ankstesnės pozityvios praeities prisiminimams sužadinti ir įsisąmoninti ir bus sąveikaujama su naujomis žiniomis, padedančiomis pažinti save ir savo galimybes, stiprinančiomis tikėjimą savimi. Ugdomojoje poetikos terapijoje, kitaip negu anoniminių šizofrenija sergančiųjų sveikimo programoje, mokymosi turinys apimama platesnį būties kontekstą ir literatūrinę veiklą.

Sumažėja sergančiųjų šizofrenija gebėjimas išsamiau papasakoti savo gyvenimo istoriją (Laing, 1978; Lysaker ir Lysaker, 2002; Parnas, Handest, 2003, Sass, 1994; Searles, 1965, Lysaker ir kt., 2005). Paviršutiniški, laikinu logiškumu pagrįsti ryšiai pasakojimo struktūroje neleidžia kitiems suprasti, kas buvo pasakyta (Gallagher, 2003; Minkowski, 1987, Lysaker ir kt., 2005). H. Tamura (1998) atkreipia dėmesį į tai, kad sergantys šizofrenija, psichiškai neįgalūs asmenys nepakankamai pažįsta realų pasaulį, o realybės pažinimo stoka yra susijusi su mąstymo/kalbos kognityvinės funkcijos sutrikimu: sergantieji sunkiai suvokia žodžio reikšmę kontekste, jiems trūksta žodžių vidinio pasaulio visumai išreikšti, dėl to blogėja komunikacija.

Šizofrenija sergantieji nekalba apie save kaip veikiančius asmenis didžiuliam tarpasmeniniame pasaulyje ir labai skurdžiai, blankiai kalba apie ligą (Kline ir kt., 1996; Lysaker ir kt., 2003, Amador ir kt., 1995; Lysaker ir kt., 2002, Lysaker ir kt., 2005). Jų istorijos „tuščios“, neįaučiama asmeniškai turima socialinė jėga, nekalbama apie intymius ryšius su kitais žmonėmis (Roe, 2001; Roe, Ben-Yaskai, 1999; Wright ir kt., 2000, Lysaker ir kt., 2005). Psichozės metu sumažėja šizofrenija sergančiųjų gebėjimai realistiškai pasakoti, kartais šis gebėjimas apskritai prarandamas – tai siejama su sergančiojo asmens patirties ypatybėmis, o taip pat pabrėžiama, kad kalbėjimas apie gyvenamąją dabartį ir ypač apie

ateitį neturi jokios struktūros (Holma ir Aaltonen 1998, p. 467). Sergančiųjų šizofrenija to paties žodžio monotoniškas, dažnas kartojimas, lyg būtų užsikirtusi plokštelė, vadinamas stereotipija, yra vertintinas kaip mąstymo sutrikimo požymis (Dembinskas, 2003), o ugdomojoje poetikos terapijoje stereotipiniam veiksmui mėginama suteikti metaforinę prasmę (Glading, 1985). Empiriniai pastebėjimai leidžia galvoti, kad tais atvejais, kai šizofrenija sergantis asmuo poetinėje kalboje atranda stereotipinio veiksmo prasmę išreiškiančią metaforą ir įsisąmonina jos prasmę, pastebimi pozityvūs elgesio ir emocijų pokyčiai.

P. Lysaker ir kt. (2005), apibendrinami mokslinių tyrimų duomenis, įžvelgė, kad sergančiųjų šizofrenija pasakojimo ir dialogų pokytis reiškia kokybinį šuolį sveikimo procese. Pasakojimo struktūros pagerėjimas atsiranda anksčiau ir žymiai ryškesnis už pasakojimo turinio ir savirefleksijos gebėjimo pokyčius. Pasakojimas apie save ir savo paties sutrikimus reiškia sveikimo procesą, gali būti apibendrinamas kaip pasveikimas, jei pasakojantysis turi realumo jausmą, suvokia, kas gali arba negali būti padaroma, suvokia, kaip žmonės mąsto apie savo gyvenimus ir kaip tai perpasakoja kitiems, kaip sulaukia kitų palaikymo (Bebout, Haris, 1995; Lysaker, Lysaker, 2004; Williams, Collins, 1999, Lysaker ir kt., 2005). Pasakojimo rekonstrukcija yra raktas į psichikos sveikatą. Dauguma autorių psichoterapiją apibrėžia kaip refleksiją ir pasakojimo transformaciją (Fenton, 2000; Holma, Aaltonen, 1997) ir kelia užduotį psichoterapeutams – praturtinti skurdžius sergančiųjų šizofrenija pasakojimus, atskleisti santykį su savimi ir kitais asmenimis (Lysaker ir kt., 2005). Refleksijos skatinimas ir biografinio pasakojimo plėtojimas yra kultūriniu dvasiniu požiūriu aiškinamo transformuojančio mokymosi tikslas. Andragoginiai ir psichoterapiniai uždaviniai įgyvendinami ugdomojoje poetikos terapijoje – plėtojami kognityviniai ir kalbėjimo gebėjimai, kuriama aplinka, kurioje sergantis psichikos sutrikimu, užsisklendęs žmogus yra įgalinamas prakalbėti.

Apibendrinant pristatytus psichagogikos, psichoedukacijos, psichopatologijos, psichiatriinės slaugos, klinikinės psichologijos mokslo duomenis, hipoteziškai nustatomos ugdomosios poetikos terapijos taikymo sergančiųjų depresija ir (ar) šizofrenija įgalinimui prielaidos:

Negatyvia linkme nukreiptas galvojimas gali būti transformuojamas mokymosi procese, o tai padėtų išvengti depresiško.

Sergantis psichikos sutrikimu gali išmokti geriau pažinti stresą keliančias situacijas ir skaudžių išgyvenimų metu pasirinkti bendradarbiavimą su specialistais ar bendravimą su artimais žmonėmis, o ne izoliavimąsi nuo kitų asmenų. Tikėtina, kad tai sustiprintų jo *Aš pojūtį* ir apsaugotų psichiką nuo disociacijos pasireišimo.

Mokydamasis psichikos sutrikimu sergantis asmuo galėtų kitaip sukonstruoti psichozės reiškinio suvokimą. Transformavus neigiamą požiūrį į psichozę, tikėtina, prisimenant psichozę, būtų mažesnė potrauminio streso pasireiškimo galimybė, o tai leistų išvengti papildomų traumuojančių išgyvenimų ir didintų savivertę.

Mokydamasis asmuo galėtų atrasti žodžius vidiniams išgyvenimams išreikšti ir rasti vidinio bei išorinio pasaulio jungtis, o tai sustiprintų individo *Aš pojūtį*, padėtų ištraukti į asmenybę kuriantį dialogą, įgalintų papasakoti savo gyvenimo istoriją ir padėtų susigrąžinti prarastus socialinio bendravimo įgūdžius, išsilaisvinti iš priklausomybės kitiems žmonėms.

Mokydamasis atsiverti ir pažinti savo emocijas, asmuo galėtų atrasti naujas vertybes, o savivertei padidėjus, tikėtina, pasikeistų asmens emocijų valdymo strategija, mažėtų savęs žalojimo ir nepilnaverčio socialinio bendravimo tikimybė.

Dialogas, kurio metu sulaukiama emocinės paramos ir mokomasi atsiverti, pažinti jausmus, atrasti savo ir literatūrinio herojaus gyvenimų saitus bei naujus požiūrius į gyvenimo situaciją, tikėtina, ypač teigiamai paveiktų gabius, socialinio pripažinimo sulaukusius jaunuolius, visiškai nusivylusius savimi po to, kai jie sužinojo psichikos sutrikimo diagnozę ir suprato, kas su jais atsitiko, kokioje ligoninėje jie buvo gydomi. Didėjant savivertei, vėl atsirastų svajonė ir gyvenimo tikslas, atsakomybė už savo gyvenimą ir savarankiškumas.

Įvertinus besimokančiųjų psichikos ypatumus (užsisklendimą ir disociacijos tikimybę) hipoteziškai galvojama, kad mokymasis turėtų būti holistinis procesas, stimuliuojantis kūno pojūčius, identiteto jausmą ir racionalų savęs ir gyvenimiškosios situacijos pažinimą.

2. TRANSFORMUOJANČIO MOKYMOSI TEORIJS

Psichikos sveikatos gerėjimas yra susijęs su pozityviais pokyčiais pačioje asmenybėje: pagerėjusiu savęs supratimu, sociokultūrinio požiūrio ir vertybių kaita. Centrinė transformuojančio mokymosi šerdis – epistemologiniai pokyčiai (pokytis suprantant, kaip mes kažkam suteikiame prasmę, kaip ją pakeičiame). Epistemologiniai pokyčiai turi įtakos santykiams, asmenybės ir ją supančios socialinės aplinkos sąveikai. Ugdomosios poetikos terapijos edukacinė vertė teoriškai gali būti apibrėžiama kaip žmogaus, sergančio depresija ar šizofrenija, įgytas pasirengimas spręsti gyvenimo ir veiklos problemas edukacinių priemonių dėka, kaip mokymosi pastangų rezultatas, įgalinęs pasiekti naują asmeninio išsivystymo kokybę. Dauguma tyrinėtojų, analizuojančių transformuojančių mokymąsi asmens tolesnio gyvenimo perspektyvos požiūriu, pažymi, kad asmenybės transformacijos yra ilgalaikis ir negrįžtamas procesas (Courtenay ir kt., 1998). Sprendžiant esminį edukologijos uždavinį, kaip patobulinti ugdomąjį procesą, yra nagrinėjamos šios didaktinės problemos: kaip formuoti palankią nuostatą individo įsitraukimui į mokymąsi ugdomojoje poetikos terapijoje, nuo ko priklauso interaktyvios veiklos, kurios metu konstruojamos žinios, kokybė; kaip galima optimizuoti bendradarbiavimą su besimokančiuoju. Suaugusiojo mokymasis, kurio metu siekiama asmeninio tobulėjimo, yra siejamas su besimokančiojo sukaupta patirtimi ir jos asmeninėmis prasmėmis, mokymosi sėkmė siejama su gebėjimu refleksyviai mąstyti ir su besimokančiojo santykiais su kitais žmonėmis mokymosi metu. Reikšmingi ne tik santykiai su ugdytoju, besimokančiųjų grupe, bet ir atmintyje užfiksuoti santykiai su šeimos nariais, kaimynais, darbdaviu ir kitais žmonėmis, o taip pat su mirusiaisiais, ypač svarbus meilės žmonėms jausmas (Carter, 2002). Siekiant atrasti depresija ir šizofrenija sergančiųjų įgalinimo teorines prielaidas ir išryškinti ugdomosios poetikos terapijos teorinį pagrindą, yra konceptualizuojami ne tik edukologijos branduolio – andragogikos, bet ir edukologijos periferijos: ugdymo psichologijos, specialiųjų poreikių žmonių (sergančiųjų šizofrenija ar depresija) psichologijos teoriniai klausimai. Visoms transformuojančio mokymosi teorijoms būdinga tai, kad esminis dėmesys yra skiriamas kritinei refleksijai, holistiniams metodams ir santykiams (Taylor, 2008). Ryškindami ugdomosios poetikos terapijos, taikomos šizofrenija ir depresija sergančiųjų įgalinimui, teorinį modelį, analizuojame, kaip sukurti mokymosi aplinką, skatinančią sergančiojo šizofrenija ar depresija asmeninių prasių atskleidimą ir kritinę refleksiją.

2.1 P. Freire emancipacinė transformuojančio mokymosi teorija

Socialiniu – emancipaciniu požiūriu grindžiama P. Freire (1970) transformuojančio mokymosi teorija edukologijos mokslinėje literatūroje kartais pristatoma kaip žmogaus „būties šauksmo“ išlaisvinimas, atkreipiamas dėmesys į žmones, kurie būdami visuomenėje, ilgą laiką buvo bebalsiai. Be P. Freire filosofinio pagrindo jo pedagogika nieko nereišianti (Berhoff, 1990). Stigmatizmuotoje aplinkoje individas pats save nuvertina: vidinė stigma sukelia sunkius išgyvenimus, bet apie juos asmuo nekalba. Represuoto žmogaus prakalbėjimas apie buvimo pasaulyje problemas yra nepervertinamas sąmonėjimo procese. P. Freire (1970a) užsisklendusiojo prakalbėjimą sieja su kritinės sąmonės vystymosi pradžia. Yra išskiriamos trys kritinės sąmonės vystymosi pakopos: 1) pusiau-nejudrumo (semitranzityvinė), 2) naivumo (naivaus tranzityvumo) 3) kritiškumo. Kai sąmonė pusiau nejudri, suvokimas yra ribotas, visos mintys sukasi apie išgyvenimą, atsiribojama nuo išorinio pasaulio reikmių, išskyrus, biologines. Naivios sąmonės žmonėms būdingas problemų supaprastinimas, geros praeities nostalgija, negebėjimas įvertinti eilinio žmogaus galimybių, žavėjimasis nerealiu tikrovės išaiškinimu, dažniau linkstama į polemiką, o ne į dialogą. Kritinė sąmonė reiškia užbaigtą vystymąsi. Jai būdingas gilus problemų interpretavimas, savo atradimų analizė, atvirumas ir pasirengimas persvarstymams, pastangos suvokti problemas, jautrumas naujiems dalykams, bendravimui, dialogas.

P. Freire socialine emancipacine teorija dažnai remiamasi slaugytojų pedagoginiame darbe, teigiama, kad savigarbos stiprinimas ir kritinis mąstymas išlaisvina asmenybę ir leidžia jai sutvirtėti (Rindner, 2004), pažymima, jog slaugytojų tikslas suteikti galios sergančiam asmeniui yra labai artimas P. Freire įgalinimo siekiui (Fulton, 1997), o A. Hage (1997) teigia, kad slaugant sunkiai sergančius senus žmones, mokymas sėkmingas tik tuo atveju, jei slaugytojas ir jo mokomas asmuo yra lygūs partneriai ir kritiškai mąsto kartu. Įvertinus tai, kad slaugytojų pedagogikoje sėkmingai vadovaujama P. Freire teoriniu požiūriu, ir tai, kad šizofrenija ar depresija sergantis asmuo yra patyręs stigmatizuotą visuomenės požiūrį, galvojama, kad lygiavos ir partnerystės principas yra svarbiausia sergančiojo išitraukimo į ugdomosios poetikos terapijos procesą prielaida, o P. Freire socialinė emancipacinė teorija gali būti atraminė kuriant ugdomosios poetikos terapijos metodiką depresija ir šizofrenija sergančiųjų įgalinimui.

Empiriškai pastebėta ir ankstesniuose mūsų tyrimuose (Sučylaitė, 2009a) jau patvirtinta, kad ugdomosios poetikos terapijos proceso pradžioje žmonės yra atsiriboję nuo išorinio pasaulio, jiems būdingas stiprus nevilties jausmas, nebendravimas, nenoras palaikyti net formalių kontaktų. Galvojame, kad tokius reiškinius galima susieti su

P. Freire aprašyta žmogaus semitranszityvine sąmone, atitinkančia žemiausią sąmonės išsivystymo pakopą, taip pat pastebėjome, kad išdrįsusiųjų atsiverti nuostatos kitų žmonių, dabartinio gyvenimo atžvilgiu yra negatyvios: jie nevertina savo gyvenimo, nežvelgia jame prasmės, idealizuoja praeitį, kada jie buvo sveiki, aktyviai kaltina buvusius darbdavius, šeimos narius. Hipotetiškai galvojame, kad asmens prakalbėjimas yra sietinas su kritinės sąmonės vystymosi pradžia, o dažnėjantis sergančiųjų klausinėjimas, ar teisingai jie supranta savo santykius su kažkuriuo kaimynu ar slaugytoja, o taip pat didėjanti tolerancija kitų žmonių nuomonei yra siejama su didėjančiu sąmoningumu ir įgalinimo rezultatais.

P. Freire socialinėje emancipacinėje transformuojančio mokymosi teorijoje individas ir visuomenė neatskiriami: socialinė tikrovė suprantama kaip žmogaus gyvenamoji vieta, kurioje laisvėdamas individas keičia visuomenę – toks požiūris į individo ir visuomenės santykius būdingas ir ugdomajai poetikos terapijai, kurios samprata neatsiejama nuo humanistiniu požiūriu pagrįstos, socialinių interesų akcentuojančios A. Adler (2009) individualiosios psichologijos. P. Freire teorijoje akcentuojama maksimali pagarba individui, orientacija į asmens laisvę ir vystymąsi, humanistiniai, horizontalūs, absoliučia lygiava ir partneryste grindžiami mokytojo ir mokinių santykiai. Lygiavos ir partnerystės principai sudaro prielaidas pažemintam asmeniui išdrįsti prakalbėti apie asmenines gyvenimo problemas, o tai leidžia ugdytis bendruomeniškumo jausmą.

Įgalinimas prasideda, kai individai patys apibrėžia savo poreikius ir siekius ir prisiima atsakomybę. Asmens įgalinimo koncepcija, nagrinėjama socialinio dalyvavimo – proveržio paradigmoje, yra neatsiejama nuo sąmonėjimo proceso, kuris yra P. Freire pedagogikos siekis. R. Labonte (1995) ir juo besiremiantys J. Ruškus, G. Mažeikis (2007) įgalinimą supranta kaip individualų kelią, kuriame auga individo atsakomybė už savo gyvenimą, o bendruomenės pastangų dėka stiprinami individo gebėjimai. P. Freire transformuojančio mokymosi teorijoje, kurią reprezentuoja jo veikalas „Engiamųjų pedagogika“, ypač daug dėmesio skiriama bendruomeniškumui ir jo vystymui, teigiama, kad kolektyvinė galia asmenį gina labiau negu oficialiosios institucijos.

P. Freire socialiniu emancipaciniu požiūriu grindžiama transformuojančio mokymosi teorija gali būti siejama ir su egzistencinės pedagogikos kontekstu: ugdytojas, naudodamas žinias teikiančius mokymo metodus (pokalbį, konsultavimą, pasakojimą), probleminio mokymo metodą (simbolinės medžiagos, leidžiančios suformuluoti problemą, analizę), vadovauja interaktyviai veiklai, padėdamas asmeniui laisvintis iš vidinės sumaišties ir užsisklendimo, gyvenimo beprasmiškumo jausmo bei socialinės izoliacijos. P. Freire įgalinimo teorijoje svarbiausia egzistencijos problema – socialinis neteisingumas, o

mokymosi tikslas – socialinė transformacija, kurios siekiant paneigiami tikrovę aiškinantys mitai. P. Freire teorinis požiūris į įgalinimą siejamas su revoliuciniu marksizmo kontekstu (Heaney, 2005), tačiau vis dažniau P. Freire teorija remiamasi slaugos ir socialinio darbo kontekstuose, sprendžiant individo laisvinimosi iš menkavertiškumo jausmo problemą.

Realizuodamas savo galimybes egzistencijos rémuose žmogus gyvena laisvą autentišką gyvenimą. Autentišką būtį L. Binswanger (1999) sieja su ateitimi ir savo ribų transcendavimu, o neautentišką gyvenimą su atsisakymu būti atsakingam už savo gyvenimą – su *das Man* būseną. Dauguma psichikos negalią turinčių asmenų yra panardinti į *das Man* aplinką, kurioje neįaučiamas žmogaus orumas, vengiama pripažinti, kad mirtis yra neišvengiamas būties reiškinys, neišgyvenama egzistencinė drama, skatinanti pasirinkti, kaip gyventi, kuo užpildyti duotą gyvenimo laiką. Šią problemą pažymi ir J. Ruškus, G. Mažeikis (2007, p. 15), nagrinėdami įgalinimo problemas. *Dasein* analizė, arba fenomenologinė visos unikalios asmeninės būties analizė (Binswanger, 1999), padeda asmeniui atrasti autentišką gyvenimą, rekonstruoti vidinį pasaulį (patirties suvokimą, patirties įvykių įsisąmoninimą ir jų emocinį išgyvenimą) - tai yra vienas iš filosofinių, psichologinių požiūrių, kuriuo vadovaujantis ugdomojoje poetikos terapijoje metodiškai kuriama mokymosi aplinka: numatomos edukacinės priemonės, padedančios individui atrasti prasmingos patirties epizodus, skatinama kritinės refleksijos būdu išsiaiškinti, kokiu požiūriu vadovaujantis buvo spręstos problemos, kokį poveikį ankstesnis sprendimas turi dabartinei veiklai. Analizuojant egzistencinę filosofiją, P. Freire įgalinimo teoriją ir ją lyginant su empiriniais pastebėjimais, sukauptais per 10 metų darbo ugdomosios poetikos terapijos grupėse, buvo įžvelgta, kad semitanzityvinė kritinės sąmonės vystymosi pakopa gali būti siejama su *das Man* būseną, o įgalinimo rezultatas su autentiška būtimi.

Užsisklendusio asmens prakalbėjimas socialinėje emancipacinėje transformuojančio mokymosi teorijoje yra įvertinamas kaip svarbus ir reikšmingas žingsnis asmenybei vystytis. P. Freire „tylos kultūros“ terminu įvardija engiamų, nutildytų žmonių gyvenimą (P. Freire, 1984, p.12), „tylos kultūroje“ gyvenančio asmens prakalbėjimas gali būti siejamas su filosofine M. Heidegerio įžvalga, kad kalbos dėka individas atsiveria būčiai, naujai suvokia save ir pasaulį (Kačerauskas, 2006, p.163-164). Kiekvienas individas yra savo patirties ekspertas (Copeland, 2006, Ruškus ir Mažeikis, 2007, p.25), tačiau, remiantis empiriniais duomenimis, galima teigti, kad gebėjimas racionaliai analizuoti patirtį ir spręsti, kaip toliau gyventi, priklauso nuo asmens kritinės sąmonės išsivystymo, prakalbėjimas yra būtina sąlyga jos vystymuisi.

A. Adler (2009) rašė, kad žmogaus užguitumo priežastys ne vien socialinės, pažymėjo, kad asmuo „savo išgyvenimus iškraipo taip, kad jie derėtų prie ankstesnės elgsenos“ (p.19).

Remiantis empiriniais pastebėjimais, galima teigti, kad tais atvejais, kai neigiama patirtis nedera su teigiamais dabarties įspūdžiais, asmens emocinis reagavimas į supančią aplinką ir įspūdžių interpretavimas stokoja pozityvumo. O kai dėl kokių nors priežasčių asmuo netenka savigarbos ir ilgą laiką išgyvena menkavertiškumą, jis pradeda kitaip vertinti savo praeitį, joje pradeda išvelgti daugiau negatyvių dalykų, sureikšminti tuos neigiamus patyrimus, į kuriuos mažai kreipė dėmesio. Mokymasis visada susietas su socialiniu interesu, tad A. Adlerio humanistinė individualioji psichologija, kurioje išvelgiamas individualios sąmonės poveikis ne tik individo, bet ir bendruomenės gyvenimui, sudaro prielaidas įvertinti sąmonės reikšmę transformuojančio mokymosi procese. P. Freire transformuojančio mokymosi teorijoje sąmonės vaidmuo neįvertintas, bet jo mokymo metodikoje pasisakoma už edukacinės priemonės - simbolinės medžiagos, padedančios individams atpažinti savo išgyvenimus, naudojimą. P. Freire teigia, kad dialogas ne tik su kitais, bet ir su pačiu savimi keičia žmogaus sąmonę – ji pasidaro judri.

P. Freire transformuojančio mokymosi teorijoje orientuojamasi ne į informacijos perdavimą, o į prielaidų, reikalingų asmens sąmonėjimui, kūrimą. Sąmonėjimas apima visos individo patirties tyrimą, naujų požiūrių svarstymą, naujo supratimo įgijimą. Dialogu pagrįstame mokymosi procese nesistengiama padaryti poveikio besimokančiajam, kartu svarstoma, kokių problemų nepavyksta išspręsti socialinėje aplinkoje, kokios priežastys neleidžia jaustis savarankiškam, atsakingam už save, svajoti apie konkrečius tikslus ir jų siekti. P. Freire įvertina individui suteikiamų žinių, paaiškinančių, kaip gali būti pakeistas jo paties ir visuomenės gyvenimas, reikšmę ir teoriškai žinias susieja su įgalinimu ir kritinės sąmonės vystymu. P. Freire „Engiamųjų pedagogikoje“ edukacinė veikla susideda iš įvairių veiksmų, kuriuos atlikdami individai kuria kultūrą ir bendruomenę ir kartu veikdami įgyja galią. Veikla vadinama informuojančia akcija ir suprantama kaip ratas: akcija-refleksija-akcija, be to, teigiama, kad naujumo paieškoms bei išvalgoms reikalingi žodžiai, ir ragino jų ieškoti. Literatūros šaltinių naudojimas, jo nuomone, ypač rekomenduotinas. P. Freire (1970b) kultūros rateliuose (Circulo de cultura) ir ugdomosios poetikos terapijos grupių veikloje naudojamosi simboline medžiaga: nuotraukomis, literatūros šaltiniais, piešiniais, padedančiais įsitraukti į pokalbį, abiem atvejais vienodai įvertinamas socialinių ir vidinių stigmų poveikis žmogui, skiriasi tik filosofinis požiūris į galios siekimo tolimuosius tikslus.

P. Freire teorinis indėlis į edukacinę praktiką pakankamai ryškus, nes P. Freire pavardė yra labai dažnai cituojama mokslininkų darbuose, ypač Lotynų Amerikoje, Afrikoje, Azijoje, tačiau jo teorija sulaukia labai daug kritikos: kritikuojamas problemų supaprastinimas, dichotomijų išryškkinimas (pavyzdžiui, engėjas-engiamasis), kritikai pabrėžia, kad reiškinų supaprastinimas neleidžia atsirasti kūrybingumui, reikalaujančiam priešybių

supratimo, pagarbos sudėtingumui, tolerancijos (Schipani, 1984). P. Freire revoliucinis dichotomiškumas yra nepriimtinas ugdomojoje poetikos terapijoje, kurioje svarstomos ne išsilaisvinimo iš socialinės priespaudos, o universalios žmogaus tobulėjimo problemos. Realiose gyvenimo situacijose yra išvelgiami ir teigiami, ir neigiami aspektai, dažnai nėra vienareikšmio atsakymo į gyvenimo klausimus. Ugdomojoje poetikos terapijoje atsisakoma griežto dichotomiškumo sprendžiant problemas, bet asmuo turi apsispręsti, kaip toliau gyventi. Analizuojant empirinius ugdomosios poetikos terapijos grupių darbo stebėjimo duomenis, buvo išvelgta, kad psichikos sutrikimu sergantis žmogus pasirenka: desperatiškas susitaikymas su gyvenimą sugriovusia liga ar mokymasis pažinti save ir būti atsakingam už savo gyvenimą; egzistencijos kančios įprasminimas kaip galimybė kurti dvasingesnį gyvenimą, ar aukos rolės pasirinkimas ir menkavertiškumo jausmas? P. Freire pedagogika dažnai vadinama „eklektine“, siejama su kitų autorių įtaka: teigiama, jog teorijoje „girdimas M. Buberio idėjų aidas“ (Taylor, 1993, p. 34). Analizuojant P. Freire teorijos pritaikymą sergančiųjų šizofrenija ar depresija ugdymo reikmėms, buvo išvelgta, kad M. Buberio dialogo principai turi būti aiškiai įvardinti transformuojančiame emancipaciniame mokyme, nes šiais principais grindžiamas dialogas sudaro prielaidas ypač giliam kontaktui užmegzti, o jo terapinė vertė jau patvirtinta egzistencinėje psichoterapijoje (Kočiūnas, 2008, p. 209), geštaltinėje psichoterapijoje (Lepeškienė, 2007, p. 99). C. Roger mėgstama frazė „patvirtinti kitą“ yra pasiskolinta iš M. Buberio ir reiškia „visu kito asmens galimybių pripažinimą“, kūrybišką vystymąsi (Rogers, 2005, p. 58).

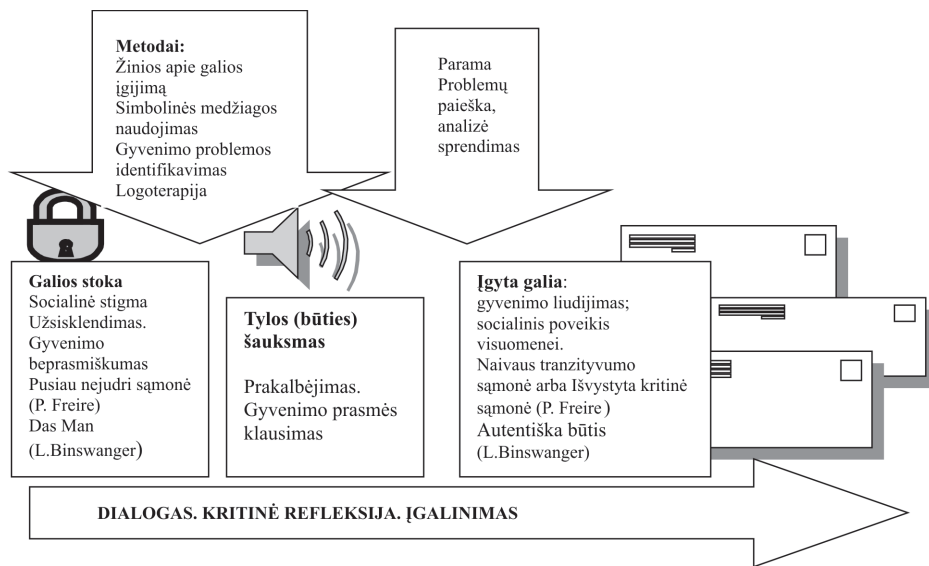
P. Freire socialinės emancipacinės teorijos ir jo siūlomos kultūros ratelių metodikos nebepakanka, kai psichikos sutrikimu sergantis žmogus ugdomosios sąveikos metu neužmezga verbalinio kontakto su ugdytoju. Atlikdami tyrimą, empiriškai pastebėjome, kad kartu su ugdytiniu išgyvenama tylą tampa kuriančia jėga, naujo patyrimo vieta, M. Buber (2001) dialogo principuose tai reiškia Aš-Tu santykį. Giluminis atsivėrimas Aš - Tu santykiui, buvimo kartu akimirksniškai suteikia ugdytojui galimybę intuityviai suvokti naują dvasinę prasmę. Darome prielaidą, kad ugdytojas, išreikšdamas kalba naują dvasinį suvokimą, gali suteikti galios užsisklendusiam ugdomam individui atsilipti į jo žodžius: šis fenomenas aiškinamas M. Buber aprašyto aplinkkelio dialogo galia. M. Buber principais grindžiamas dialogas, kaip ir simbolinės medžiagos naudojimas, teoriškai gali būti apibrėžiamas kaip transformuojančio mokymo kokybę optimizuojantis metodas, padedantis individui ištraukti iš ugdomąją veiklą ir išsakyti asmens patirties prasmes, reikšmingas mokymuisi. Kitas mokymosi metodas – kritinė refleksija - leidžia naujai suvokti ir apibrėžti asmeninės patirties prasmes bei kitaip sukonstruoti realios situacijos suvokimą. Empiriniai pastebėjimai, P. Freire socialinės emancipacinės teorijos ir M. Buber dialogo principų studijos leidžia daryti prielaidą, kad aplinkkelio dialogas

yra žemos savivertės transformavimo prielaida. Empiriškai buvo pastebėta, kad užsisklendusiojo būties šauksme išgirstama gyvenimo beprasmiškumo problema. Darome prielaidą, kad, iškilus gyvenimo beprasmybės problemai ugdomojoje poetikos terapijoje, ji gali būti sprendžiama vadovaujantis V. Frankl (2008) logoterapijos idėjomis: laikomasi nuostatos, kad individas gali ir privalo rasti gyvenimo prasmę, nes prasmės ieškojimas yra svarbiausias poreikis žmogaus gyvenime. Antroji logoterapinė nuostata: žmogus sugeba gyventi ir net mirti dėl savo vertybių .

Empiriniai pastebėjimai leidžia daryti prielaidą, kad šizofrenija ar depresija sergantis žmogus, išmokęs geriau save pažinti ir savarankiškiau gyventi, tampa likimo draugų (kitų ligonių) konsultantu ir patarėju ir šioje veikloje atranda prasmę. T. Jeffs ir M. Smith (2002), pristatydami P. Freire pedagoginių idėjų pritaikomumą, akcentuoja du požiūrius į ugdymą: pirmas nukreiptas į ugdomajame procese sukuriamą produktą, antras – į veiklą ugdomajame procese, kada būdami ir veikdami kartu žmonės išmoksta naujų dalykų. Mūsų sukaupti empirinių pastebėjimų duomenys leidžia išvelgti, kad ugdomosios poetikos terapijos naudingumas taip pat gali būti nusakomas dviem požiūriais į ugdymą. Buvo pastebėta, kad sergantieji depresija ar šizofrenija įsitraukia į bendrą veiklą: užduoda daug klausimų, aiškinasi, kodėl sveikieji jų nelaiko žmonėmis, kodėl pasikeitė santykiai su šeimos nariais, kai jie sužinojo diagnozę, tai yra, buvo pastebėta, kad grupės veikloje dalyvaujantys atskleidžia asmeninės patirties prasmes, tikrina vertybes, diskutuoja, mokosi iš savo ir kitų patirties. Pastebėta, kad metodiškai parinktos grožinės literatūros skaitymas ir kūrybiško rašymo užduočių atlikimas skatina besimokantįjį prakalbėti apie asmenines prasmes ir atrasti, kad dauguma grupės dalyvių susiduria su tomis pačiomis problemomis - diskusijos medžiaga ugdytojui leidžia įvertinti, kokių žinių trūksta ugdomojo proceso dalyviams, ir sudaro sąlygas jas teikti. Ugdomosios poetikos terapijos grupių dalyvių liudijimai („Išmokau nestatyti sienų, neatsiriboti nuo aplinkos. Priėmiau, kad jei atsiranda skausmas, jį galima ištvirti, o aplinka pasirodė esanti ne tokia agresyvi, yra ir gražių dalykų“, „ Išmokau reikšti jausmus. Palengvėja, kai gali išsakyti, lyg ir spaudimas viduje sumažėja.“ „Jūs turbūt pastebėjote, kad anksčiau grupėje aš rečiau išstodavau, poezija net nebūdavo labai suprantama. Aš pamėgau poeziją“) leidžia daryti prielaidą, kad ugdomosios poetikos terapijos metu yra sukuriamas produktas: požiūrio į save ir aplinką, verbalinių gebėjimų, estetinių gebėjimų pokytis.

Remiantis P. Freire socialine emancipacine transformuojančio mokymosi teorija, fenomenologinės žmogaus būties analizės ir M. Heideger (1992) požiūrio į kalbą idėjomis yra sukuriamas hipotetinis teorinis socialiai stigmatizuoto, užsisklendusio asmens išlaisvinimo modelis, kuriuo, mūsų nuomone, galima vadovautis kuriant ugdomosios poetikos terapijos metodiką sergančių šizofrenija ir (ar depresija) įgalinimui. Jo esmė -

P. Freire požiūris į „būties šaukso“ vystymą. Sergančiojo būties šauksmas išgirstamas dialogo metu, panaudojus simbolinę medžiagą besimokančiojo gyvenimo problemoms atpažinti. Pralabėjimas yra siejamas su M. Heidegerio atsivėrimo būčiai koncepcija, o kalba vertinama kaip būtina priemonė naujam suvokimui atsirasti. Laikomasi fenomenologinio požiūrio į žmogaus gyvenimiškąją situaciją, gyvenimo prasmės samprata siejama su V. Frankl (1997, 2008) logoterapijos idėjomis.



1 pav. Išlaisvinimo iš žemos savivertės, vidinės ir išorinės stigmų hipotetinis teorinis modelis (sudarė disertacijos autorė)

2.2. Kiti požiūriai į transformuojantį mokymąsi

Yra įvairių požiūrių į transformuojantį mokymąsi. Vieni labiau paplitę ir reikšmingi, kiti mažiau populiarūs. Aptarsime kultūrinę dvasinę transformuojančio mokymosi koncepciją, kurioje mokymosi tikslas siejamas su sociokultūrine transformacija, dvasiniu augimu. E. Tisdell (2006) įvertina dvasingumo reikšmę, kuri yra neįvertinta kitose transformuojančio mokymosi teorijose: socialinėje emancipacinėje P. Freire, perspektyvos transformacijos J. Mezirow, psichoanalizinėje R. D. Boyd ir J. G. Meyers (Taylor, 2008). Dvasiniu požiūriu grindžiamas mokymasis suprantamas kaip asmens gebėjimų plačiau suvokti žmogaus būtį vystymas, teigiama, kad mokymosi sėkmingumas priklauso nuo to, kaip asmuo jaučia kitus žmones ir save patį būties kontekste. Dvasinis

augimas siejamas su individo autentiškumo stiprėjimu, nėra susietas su kažkuria viena religija ir netapatinamas su ja. Vadovaujantis dvasiniu požiūriu, mokymasis siejamas su prasmės suteikimu vienam ar kitam reiškiniui, o prasmė atrandama siekiant būties pilnatvės išgyvenimo, visų objektų ir reiškinių sąsajų suvokimo. A. Damasio (1999), E. Tisdell (2006) tvirtina, kad mokymasis tampa asmenybės transformacijų prielaida, kai panaudojamas ne tik abstraktus loginis intelektas, bet ir kitos daugybinio intelekto rūšys, daug dėmesio skiriama meno simboliams, kurių dėka individai konstruoja žinias. Žinių konstravimas, J. Fowler (1981) nuomone, yra susijęs su sąsąmonės struktūromis, kurias išreiškia simbolis.

Perspektyvos transformacijos požiūriui atstovaujantis J. Mezirow (1997) mokymąsi supranta kaip racionalų procesą, asmenybės transformacijas sieja su pažintiniu pokyčiu, tai yra su prasmės schemų transformacija. E. Tisdell (2006) įžvelgia, kad prasmės schemų transformacija yra susijusi su prasmės suteikimo vienam ar kitam reiškiniui pokyčiu ir su pokyčiais visuminiame mąstyme, tad prasmingą mokymąsi sieja su asmens dvasingumo ir jo sociokultūrinės aplinkos kaita. Įvertinus, kad asmens, sergančio depresija ar šizofrenija, tolesnio gyvenimo perspektyva priklauso nuo pažintinių pokyčių, o prasmės schemas keičiasi vykstant racionaliems mąstymo procesams ir išgyvenant dvasingumą, darome prielaidą, kad ugdomosios poetikos terapijos metodika turi apimti šiuos mokymosi metodus: praktinį-operacinį (rašymo užduotys, viešo pasakojimo pratybos), kūrybos mokymosi (sakmių interpretavimo, simbolių prasmės aiškinimosi, simbolio paieškos asmeninei patirčiai išreikšti). Kultūriniu dvasiniu požiūriu vadovaujantis, laikomasi nuostatos, kad meninėje kūryboje, naudojančioje vaizduotę ir ekspresiją, dvasingumas sujungia sąsąmonės turinį su simboliais (Parks, 2000; Wuthnow, 2001) ir yra nepervertinamas bendruomenės kūrimuisi. Bendruomeniškumas stiprėja, kai asmenys domisi vienas kito kūrybiška raiška ir dalijasi kūrybinėmis idėjomis (Hooks, 2003; Palmer, 2000). T. Hart (2000) kūrybiškumą sieja su evoliucine sąsąmone, kurios esmė – dvasingumas. Kultūriniu dvasiniu požiūriu grindžiamo transformuojančio mokymosi ir kūrybiškumo kontekstuose yra aktuali C. G. Jung archetipų teorija. C.G Jung (1999) asmenybę įsivaizdavo kaip trijų sistemų darinį, kurį sudaro sąsąmonė, individuali sąsąmonė ir kolektyvinė sąsąmonė. Jis teigė, kad kolektyvinės sąsąmonės lygmenyje funkcionuoja sąsąmonės kontrolei nepaklūstantys pirmapradžiai mitologiniai vaizdiniai, vadinami archetipais. Archetipų, simbolių prasmės aiškinimasis yra reikšmingas transcendencijos procese, nes gali padėti pripažinti ir atrasti viršasmeninę galią. Ankstesni mūsų tyrimai (Sučylaitė, 2009c) patvirtino, kad mokymasis susieti asmeninius išgyvenimus su archetipinę prasmę turinčiais gamtos simboliais buvo reikšmingi asmenybės pozityvioms transformacijoms. Darome prielaidą, kad kuriant ugdomosios poetikos terapijos metodiką, reiktų atrasti

ugdomasias technikas, mokačiais individų susieti savo išgyvenimus, patirties įvykius su universaliais archetipiniais simboliais, tokiais *kaip medis, kelias, saulė*. Kultūrinė dvasinė tradicija mokymąsi sieja ir su pasakojimu kitiems apie savąjį gyvenimą, ir su kitų pasakojančių asmenų klausymu, laikomasi nuostatos, kad pasakojimai suteikia daug galimybių atrasti įvairius požiūrius į gyvenimo reiškinius ir artėti į dvasinę pilnatvę, kuri yra mokymosi siekis. Simboliai, įvaizdžiai, gyvenimo kelio liudijimas pasakojime išreiškia tai, kas šventa pasakojančiajam, o besiklausanti bendruomenė jaučiama kaip dvasinė visuma. Keičiantis pasakojimui, vyksta asmenybės transformacija. Šį reiškinį patvirtina ir mūsų ankstesni tyrimai (Sučylaitė, 2009b), tad galvojame, kad mūsų kuriama ugdomosios poetikos terapijos metodika bus veiksminga, jeigu pasiūlysimė ugdomasias technikas, lavinančias ir plėtojančias autentiško pasakojimo gebėjimus. D. Abalos (1998) pažymi teisės laisvai kalbėti ir pasakoti asmenine, politine, istorine ir šventumo tema svarbą marginalinėse visuomenės grupėse .

Remiantis empiriniais stebėjimais, galima hipotetiškai teigti, kad ugdomojoje poetikos terapijoje individo kalbėjimas ar pasakojimas apie savo gyvenimą yra viena iš svarbiausių sudėtinių ugdomojo proceso dalių, bet daugeliui asmenų, ateinančių į ugdomosios poetikos terapijos susitikimus, būdingas nesugebėjimas kalbėti apie vidinius išgyvenimus. Vadovaujantis viena kultūriniu dvasiniu požiūriu grindžiama transformuojančio mokymosi teorija, negalima išsiaiškinti, kaip depresija ar šizofrenija sergantis individas yra įgalinamas būti labiau atsakingam už save, savarankiškesniam. Užsisklendusiojo asmens atsivėrimo ir prakalbėjimo problema, kaip jau minėjome, yra sprendžiama, remiantis socialine emancipacine P. Freire transformuojančio mokymosi teorija.

Remdamiesi empiriniais pastebėjimais, manome, kad ugdomosios poetikos terapijos grupėje dirbant su žmonėmis, išgyvenančiais vienišumą, negalima pervertinti emocijų išgyvenimų raiškos ir bendruomeniškumo stiprinimo, tad kultūrinis dvasinis požiūris į meninę raišką kaip į asmenybės transformacijos prielaidą, į grupės dalyvių meninį išgyvenimą kaip į bendruomeniškumo kūrimo prielaidą labai svarbus. Nuostata, kad dvasingumo galia pajaučiama ne apmąstant konkrečios religijos tiesas, o jausmais išgyvenant būties pilnatvę meninėje kūrybiškoje aplinkoje, yra ypač svarbi dirbant su asmenimis, kurie yra nusivylę savimi, žmonija, tikėjimu ir nerandantys gyvenimo prasmės.

Psichoanaliziniame požiūriui į transformuojančių mokymąsi būdinga ryški orientacija į individą. R. Boyd ir J. Myers (1988) transformuojančių mokymąsi pagrindė analitine (gilumine) psichologija. Psichoanalizinis požiūris asmenybės transformaciją sieja su fundamentaliais asmenybės pokyčiais ir tapatina su sąmonės išsiplėtimu, kurią lemia asmenybės integralumas, atsirandantis individuacijos metu. Mokymasis suprantamas kaip visą gyvenimą trunkantis tapimo savimi procesas: refleksyvus savo siekių ir patirties apmąstymas. Mokymosi metu

gilėja savęs suvokimas, didėja pasitikėjimas savimi ir kitais, išgyvenamas naujų galių įgijimo jausmas bei didėja atsakomybė už savo gyvenimą. Asmens racionaliūs sprendimus ir įžvalgas veikia vidiniai išgyvenimai, o taip pat simboliai, archetipai, vaizdiniai, emocijos, pastarosios yra siejamos su prasmės suteikimu atskiriems reiškiniams (Solomon, 2007). Įvertinę, kad psichoanaliziniu požiūriu transformuojančio mokymosi rezultatas – sąmonės išsiplėtimas, susijęs su vidine patirtimi ir jos pasikeitimu mokymosi metu, manome, kad kuriama ugdomosios poetikos terapijos metodika turi apimti mokymo ir mokymosi metodus, padedančius atskleisti depresija ar šizofrenija sergančio individo asmenines prasmes ir įsitraukti į nuo patirties neatsiejamą prasmingą mokymąsi. Analizuojant transformuojančio mokymosi rezultatus, privalu atsižvelgti į emocinio intelekto reikšmę, emocijų poveikį motyvacijai, tikėjimui, vertybėms, žmogaus mąstymo būdai (Jarvis, 2006, p.102, Dirx, 2008). Psichoanalizinis mokymasis reiškia asmenybės augimą, individuaciją. J. M. Dirx (2008) individuacijos reiškinį aiškina C. G. Jungo analitine psichologija, sieja su refleksiniu mąstymu apie asmeniniame gyvenime egzistuojančią konformizmo problemą, tamsiąsias savo asmenybės puses, savastį, kultūros simbolius. Empiriškai pastebėta ir ankstesni mūsų moksliniai tyrimai (Sučylaitė, 2009a) jau patvirtino, kad asmenys, sergantys depresija ar šizofrenija, vengia mąstyti skaudžiomis temomis, jų ego dažnai silpnas, darome prielaidą, kad šių asmenų mokymasis neturėtų būti grindžiamas tamsiųjų savo asmenybės pusių ir konformizmo problemų apmąstymu, nes apmąstydamas savo tamsiąsias puses, asmuo nesusidorotų su neigiamomis emocijomis.

Ir psichoanaliziniu, ir dvasiniu-kultūriniu požiūriu grindžiamose transformuojančio mokymosi teorijose remiamasi C. G. Jung archetipų teorija. C. G. Jung pasekėjai transformuojantį mokymąsi sieja su vaizdiniais, kuriuos kurdamas asmuo geriau pažįsta save ir pasaulį, o J. Dirx (2000) kreipia dėmesį į emocijų poveikį vaizdiniais kurti. Remiantis mokslinės literatūros duomenimis ir empiriniais pastebėjimais, galima daryti prielaidą, kad dėmesys besimokančiojo pojūčiams, emocijoms, vaizdinių, simbolizuojančių vidinius išgyvenimus ar ateities viziją, kūrimui sudaro prielaidas derinti meninę saviraišką ir savęs pažinimo ugdymą bei tikėtis individo gyvenimą palengvinančių epistemologinių pokyčių. Psichoanalizinių bei kultūrinių dvasinių požiūrius į mokymąsi suartina ne tik dėmesys C. Jungo analitinei psichologijai, bet ir holistinė mokymosi samprata, emocijų, kūno reikšmės pripažinimas mokymosi procesui ir rezultatams, dažnai remiamasi žinių, neatskiriamų nuo kūno, kalbos ir socialinės istorijos, teorija (Varela ir kiti, 1991, Dirx, 2008). Remiantis empiriniais pastebėjimais, galima teigti, kad dėmesys kūno pojūčiams mažina besimokančiojo nerimą, didina spontaniškumą ir padeda atrasti aktualius vidinius išgyvenimus, neišspręstas problemas, kurias svarstant atrandamas naujas požiūris į vieną ar kitą reiškinį. J. Mezirow perspektyvos transformacijos požiūriu grindžiamoje

transformuojančio mokymosi teorijoje neįvertinamas kūnas, emocijos. Psichoanalitikai R. Boyd ir J. Myers, pripažindami C. G. Jungo archetipų teorijos reikšmę, vis dėlto kūrybiškumą sieja su intuityvumu, o ne su dvasingumu (Tisdell, 2006). Kūrybos proceso nesiejant su dvasingumu, neatrandama priklausomybė aukštesnei dvasinei jėgai.

Transformuojančio mokymosi psichoanalizinė perspektyva mokymosi rezultatus sieja su asmens gebėjimais savo išgyvenimus ir asmeninės patirties dalykus atpažinti kultūrinėje simbolinėje raiškoje, išvelgia tris svarbiausius mokymosi veiklos komponentus: jautrumą, atpažinimą ir liūdesį. Liūdesys, remiantis R. Boyd požiūriu, yra pati svarbiausia mokymosi fazė: liūdesys visada atsiranda, išvelgiant, kad ankstesni suvokimo būdai yra nebetinkami, ir tęsiasi tol, kol asmuo pradeda suvokti naujus pažinimo modelius, kol senoji ir naujoji patirtis suintegruojamos į vieną (Boyd ir Myers, 1988, p. 277).

Remiantis empiriniais pastebėjimais ir ankstesniais mūsų tyrimais, galima teigti, kad ugdomosios poetikos terapijos procese liūdesio pasireiškimas yra neišvengiamas, o psichikos sutrikimais sergantys asmenys dažnai patiria psichologinius sunkumus, išgyvendami liūdesį (Sučylaitė, 2009a) – visa tai sudaro prielaidas psichikos sveikatos specialistų diskusijoms, ar skatinti psichikos sutrikimais sergančiuosius refleksyviai mąstyti apie savo praeitį, požiūrius, kuriais vadovautasi. Psichoanalizinis požiūris į transformuojantį mokymąsi teoriškai pagrindžia dėmesio fokusavimą į besimokančio emocinę patirtį, į jam asmeniškai reikšmingus išgyvenimus ir vaizdinius, kūrybiškos raiškos skatinimą mokymosi metu. Darome prielaidą, kad, siekiant sukurti veiksmingą sergančiųjų šizofrenija ir/ar depresija mokymosi metodiką, reikia atrasti intervencines pedagogines technikas, padedančias asmeniui suvaldyti savo emocinę būseną stiprėjant liūdesiui. Įvertinus emocijų sąsajas su psichikos traumomis, emocijų ir žmogaus kūno funkcijų ryšį, emocijų poveikį vertybėms ir mąstymo būdai, galima geriau suvokti užguito asmens prakalbėjimo, apie kurį P. Freire kalba socialiniu emancipaciniu požiūriu grindžiamoje transformuojančio mokymosi teorijoje, reikšmę ir teigti, kad užguitojo prakalbėjimas – tai ne tik savivertės pokytis ir įsitraukimas į kultūrinę-ugdomąją akciją, bet ir emocinis pokytis, susietas su pokyčiais žmogaus kūne ir pažintiniais procesais.

Vadovaujantis kultūriniu dvasiniu požiūriu, pripažįstama simbolio galia perteikti asmenybės sąmonės struktūrą ir pajauti giluminio išgyvenimo išreiškimo katarsį, o tai leidžia susisieti giliais, dvasiniais saitais su kitais besimokančiais asmenimis. Psichoanalitikai giliau negu kultūriniam dvasiniam požiūriui atstovaujantys mokslininkai įvertina psichotraumų ir užslopintų emocijų reikšmę socialinio bendravimo motyvacijai bei komunikacijos kokybei. Psichoanaliziniu požiūriu vadovaudamiesi galvojame, kad ugdomosios poetikos terapijos metodikoje turi būti pateikiamos technikos, leidžiančios padėti besimokančiajam asmeninius išgyvenimus išreikšti menine kalba. Darome prielai-

dą, kad poetinė išgyvenimų raiška leidžia besimokančiajam saugiau jaustis ir palengvina įsitraukimą į racionalų, kritinio mąstymo reikalaujantį mokymąsi spręsti problemas. Psichoanalizinis požiūris svarbus, kai dirbama su sutrikusiu, psichikos traumas patyrusiu, labai užsisklendusiu asmeniu. Itin svarbus neurobiologinis požiūris į transformuojantį mokymąsi, tvirtinantis, kad refleksinio, prasmingo mokymosi metu keičiasi smegenų struktūra (Janik, 2005, Taylor, 2008). Remiantis neurobiologiniu požiūriu mokymasis suprantamas kaip valingas procesas, nukreiptas į atradimą, grindžiamas paradoksaus, įmanomas mentoriui (ugdytojui) padedant, susietas su besimokančiųjų patirtimi, poreikiais, interesais, gali būti sustiprinamas emocijomis, pojūčiais ir kinestezine patirtimi, priklausantis nuo lyties ypatybių. Teigiama, kad unikalios žinios priklauso nuo neurobiologinės sistemos. Remiantis moksliniais neurobiologijos tyrimų duomenimis, įrodyta, kad mokymosi proceso metu keičiasi smegenų struktūra, o tai yra susiję su autonominės nervų sistemos parasimpatinės dalies aktyvėjimu: informacijos tyrimo ir naujo supratimo atsiradimo metu hipotaliamo-endokrininė sistema sekretuoja hormoną pitociną. Mokymosi metu prieš atradimą patiriamas diskomfortas. Diskomforto prieš atradimą pripažinimas neurobiologinėje koncepcijoje gali būti siejamas su psichoanalitiku minima liūdesio faze, kuri tęsiasi tol, kol seną ir naują patirtį išreiškiančios žinios yra suintegruojamos į visumą. Neurobiologinis požiūris teoriškai pagrindžia terapijos ir mokymosi sąlytį, ugdymo technikų naudojimą terapijos tikslams.

J. Mezirow (1997) transformuojančio mokymosi teorijoje suaugusiojo mokymasis suprantamas kaip procesas, kurio metu pirminiai patirties suvokimo konstruktai yra panaudojami naujiems individo patirties reikšmių konstruktais, atveriantiems kitą ateities sociokultūrinę perspektyvą. Mokymosi metu peržiūrėti, kritiškai įvertinti ir naujai suprantami išsakyti požiūriai į praeitį. Individai yra nelinkę tirti ir tikrinti prasmų, kurias jie suteikė praeities reiškiniams. Mokyti paprastai paskatina įvykiai, sutrikdantys asmens gyvenimą, priverčiantys suvokti, kad toliau nebeįmanoma gyventi taip, kaip iki šiol gyventa – J. Mezirow vartojo „dezorientuojančios dilemos“ terminą. Sergančiojo šizofrenija ir (ar) depresija gyvenimiškoji „dezorientuojanti dilema“ – žlugusios svajonės, nebegalėjimas grįžti į ankstesnę socialinę padėtį dėl nepalankaus visuomenės požiūrio į sergančiuosius psichikos sutrikimais ir dėl ligos sukeltų emocijų, pažintinių pokyčių. Empiriškai pastebėta, kad sergantieji depresija ar šizofrenija nepajėgia spręsti bendravimo, mokymosi savarankiškai gyventi problemų ir teigia, kad dėl visa ko kalta liga. J. Mezirow teorijoje mokymasis suvokiamas kaip racionalus procesas, o individo patirtis nagrinėjama sociokultūros kontekste. Svarbiausios mokymosi charakteristikos: centre - patirtis, kritinė refleksija. Kritinę refleksiją charakterizuoja trys refleksijos tipai: nagrinėjama išgyventa patirtis (turinio refleksija), analizuojama, kokia tos patirties

prasmė (proceso refleksija), aiškinamasi, kokios prielaidos, įsitikinimai lėmė būtent tokią patirtį (analizuojanti refleksija). Kritinė refleksija nepervertinama mokantis suprasti socialinius santykius, pažinti žmogaus psichiką traumuojančius veiksnius. Empiriškai pastebėta, kad nesavarankiškumas ir priklausomybė nuo kitų žmonių, žema savivertė, beviltiškumas mažėja kritinės refleksijos metu, bet užsisklendęs žmogus nepajėgus refleksyviai mąstyti ir įsitraukti į dialogą. Būtina refleksijos prielaida – gebėjimas reaguoti į aplinką, nebijoti prisiminimų, įsitraukti į pokalbį. Tikėtina, kad atsivėrimo, išsilaisvinimo iš užsisklendimo problemos teoriniam suvokimui ir praktiniam sprendimui ugdomojoje poetikos terapijoje geriausiai tinka P. Freire transformuojančio mokymosi teorija.

Remiantis empiriniais pastebėjimais, galima daryti prielaidą, kad J. Mezirow kritinės refleksijos metodas labiau negu kitos technikos, naudojamos ugdomojoje poetikos terapijoje, stimuliuoja asmens racionaliuosius mąstymo procesus, bet asmenys, sergantys depresija, šizofrenija, turi daug emocinių problemų, išgyvena menkavertiškumą, gebėjimai kritinei refleksijai atsiranda tik įvykus pozityviems emociniams pokyčiams ir padidėjus savivertei.

Psichikos ugdymo požiūris į transformuojantį mokymąsi apima visą besimokančiojo gyvenimą, mokymasis suprantamas kaip nesibaigiantis augimas, refleksinis ir nenutrūkstamas procesas. Psichikos ugdymo koncepcijoje daug reikšmės skiriama ateities vizijos kūrimui, asmeninės pozicijos formavimui. L. Daloz (1986) teorinėje koncepcijoje išryškintas mentoriaus vaidmuo, individuali, patirtį jau įgijusio asmens pagalba besimokančiajam. Mentoriaus pagalbos efektyvumas siejamas su gebėjimu užmegzti individualų santykį su besimokančiuoju, įdėmiai klausytis mokinio ir stengtis jo pasaulį išgyventi, kreiptis į besimokantį vardu atsiliepiant į jo mintis, įvertinti žmogaus patirties unikalumą ir juo džiaugtis, atpažinti temas, kuriomis nereikia diskutuoti grupėje (Burgess, 2010). Psichikos ugdymo koncepcija reikalauja padėti besimokančiajam pamatyti ateitį. Patirties atskleidimo ir refleksijos modelis yra vienas svarbiausių mokymesi. Mentoriaus patirties atskleidimas yra integruojamas į ugdomąjį procesą- laikomasi nuostatos, kad tai labai suartina besimokantį ir mokytoją, sutvirtina jų santykius ir leidžia mokiniui mentorių „pamatyti kaip žmogų“ (Burgess, 2010). Ryški orientacija į lygiavos ir partnerystės santykį mokymosi metu, ateities vizijos ryškinimas, sieja psichikos ugdymo ir socialinį emancipacinį požiūrius į transformuojantį mokymąsi. P. Freire teorija vienodai orientuota ir į individą, ir į visuomenę, o L. Daloz teoriniuose darbuose ryški orientacija į individą. Dėmesio sutelkimas į individą, pagalba individui kuriant ateities viziją leidžia išvelgti edukologijos teorijų (transformuojančio mokymosi, psichagogikos ir psichologijos teorinio požiūrio (psichosintezės) giminystę. Šiuo požiūriu vadovaujamosi ir ugdomojoje poetikos terapijoje, dialogo metu kalbantis su klientu apie jo vidinius išgyvenimus ateities perspektyvą.

Psichikos ugdymo požiūriui atstovaujančių mokslininkų (Daloz, 1986, Kegan, 1984, Burgess, 2010) įžvalgos apie refleksinio mokymosi poveikį paties savęs pažinimui, asmeninės pozicijos formavimuisi, naujų vidinių galimybių atradimui sutampa su psichoanaliziniu (Boyd ir Meyers, 1988 Dirks, 2000) ir kitų transformuojančio mokymosi teorijų autorių (Freire, 1970, Mezirow, 1975) požiūriais.

2.3. Epistemologinių pokyčių teorinis interpretavimas

Centrinė transformuojančio mokymosi šerdis – epistemologiniai pokyčiai (pokytis suprantant, kaip mes kažkam suteikiame prasmę, kaip ją pakeičiame). Remiantis konstruktyvistiniu požiūriu, mokymasis suprantamas kaip aktyvus supratimo, prasmių ir įgūdžių konstravimo procesas. Konstruktyvizmo teorija iškilo ant biheivoristinio, kognityvinio ir humanistinio mokymosi teorijų pamatų, joje išskiriamos dvi mokyklos: vienai iš jų atstovauja J. Piaget ir L. Vygotskis, kitai – S. Papert. J. Piaget žinių gausėjimą sieja su vidinėmis ypatybėmis, L. Vygotskis daugiau dėmesio skiria kultūrai, medijai. L. Vygotskio ir J. Piaget pasiūlytame modelyje žmogaus proto centre yra abstraktumas, logiškumas. S. Papert konstrukcionistinėje teorijoje dėmesys fokusuojamas į mokymosi procesą: išskirtinis dėmesys skiriamas vidinių išgyvenimų ekspresijai, teikiamų žinių kontekstui, ryšiams su individų patirtimi ir asmeninėms prasmėms. Teigiama, kad vidinių jausmų ir idėjų raiška yra raktas į mokymąsi. Raiškos metu idėjos tampa lanksčios, aiškiai apibrėžtos ir patogios dalytis (Ackerman, 2010). Vadovaujantis S. Papert požiūriu, pabrėžiama, jog žinios visada yra susietos su kontekstu, o jų gilumas labai priklauso nuo žinių taikymo praktikoje. Neabejojama, kad ugdanti situacija, kurioje pakartotinai įvertinama tai, kas konkrečiu, asmeniškai, dalijamasi mintimis ir sulaukiama emocinės paramos, sudaro prielaidas asmens proto potencialams didėti ir išsiskleisti bet kuriuo žmogaus vystymosi metu. Mokymosi veikla, kurioje atrandamos sąsajos su asmeninėmis prasmėmis, ugdomojoje poetikos terapijoje yra įvertinama kaip ypač svarbi priemonė įgalinimo siekimui, svarbesnė už asmens kognityvinių gebėjimų panaudojimą abstrakčioms žinioms įgyti.

J. Piaget konstruktyvistinis, išmokimą paaiškinantis modelis tinkamas, kai mokymasis suvokiamas tik kaip racionalus procesas (Mezirow, Freire), o kai vadovaujama kultūriniu dvasiniu požiūriu (Tisdell), psichoanaliziniu (Boyd, Myers), psichikos ugdymo (Daloz) požiūriu, tinkamesnė yra S. Papert konstrukcionistinė teorija, nes leidžia įvertinti žinių konteksto (savivertės išgyvenimo, emocijų, prisiminimų) ir emocijų raiškos įtaką mokymosi rezultatams.

Išanalizavę transformuojančio mokymosi teorijas ir įvertinę empiriškai pastebėtus ir teoriškai patvirtintus sergančiųjų depresija ir šizofrenija negalios požymius, o taip pat šių žmonių pažintinio, emocinio ir socialinio vystymosi poreikius ir mokymosi proceso ypatumus, sukuriame hipotezinę sergančiųjų šizofrenija arba depresija mokymosi ugdomojoje poetikos terapijoje teorinį modelį (žr., paveikslas Nr.2). Jo esmė nusakoma ši skyrių apibendrinančiais teiginiais.

Apibendrinantys teiginiai:

A Adler individualioji psichologija, kurioje pripažįstamas sąmonės vaidmuo ir socialinio intereso reikšmė, sudaro prielaidas sintezuoti skirtingus požiūrius į transformuojantį mokymąsi ir išryškinti savęs pažinimo vystymą kaip būtiną įgalinimo savarankiškai gyventi visuomenėje prielaidą. Ugdomosios poetikos terapijos proceso metu yra vienodai orientuojamasi į asmens individualumą ir į socialumą: derinami individo ir bendruomenės poreikiai.

Dėmesys fokusuojamas į besimokančio individo išgyvenimus ir patirties dalykus, turinčius jam asmeniškai reikšmingą prasmę.

Laikomasi nuostatos, kad kiekvienas asmuo siekia socialiai reikšmingo gyvenimo.

Didžiausias dėmesys skiriamas individo vidiniam išsilaisvinimui ir autentiškam savo gyvenimo istorijos pasakojimui: ši koncepcija grindžiama socialiniu emancipaciniu (P. Freire) ir kultūriniu dvasiniu (E. Tisdell) požiūriu į transformuojantį mokymąsi.

Užguotojo prakalbėjimas – tai ne tik savivertės pokytis ir įsitraukimas į kultūrinę-ugdomoją akciją, bet ir emocinis pokytis, susietas su pokyčiais žmogaus kūne ir pažintiniais procesais.

Skaudžių išgyvenimų pripažinimas ir išreiškimas kalba yra įsitraukimo į mokymosi procesą, refleksinio mąstymo ir sąmonėjimo (individuacijos) prielaida.

Žema savivertė yra susijusi su gyvenimo prasmės netekimu ir nesuradimu. Psichikos sutrikimu sergančiam asmeniui prakalbus apie asmenišką išgyvenimą, iškyla gyvenimo prasmės problema, kuri sprendžiama vadovaujantis V. Frankl logoterapijos idėjomis.

Išmokęs suprasti savo problemas ir jas spęsti, psichikos sutrikimu sergantis asmuo padeda kitiems sergantiems asmenims susiorientuoti gyvenimiškoje situacijoje (socialinė nauda).

Mokymasis suprantamas kaip kelionė į dvasinę pilnatvę, kaip gebėjimų jausti save ir kitus žmones būties kontekste ugdymasis. Meninė (poetinė) raiška yra asmenybės transformacijos prielaida: sąmonės turinį išreiškus simboliu, mažėja individo vidinė įtampa, o simboliai yra reikšmingi žinių konstravimo procese.

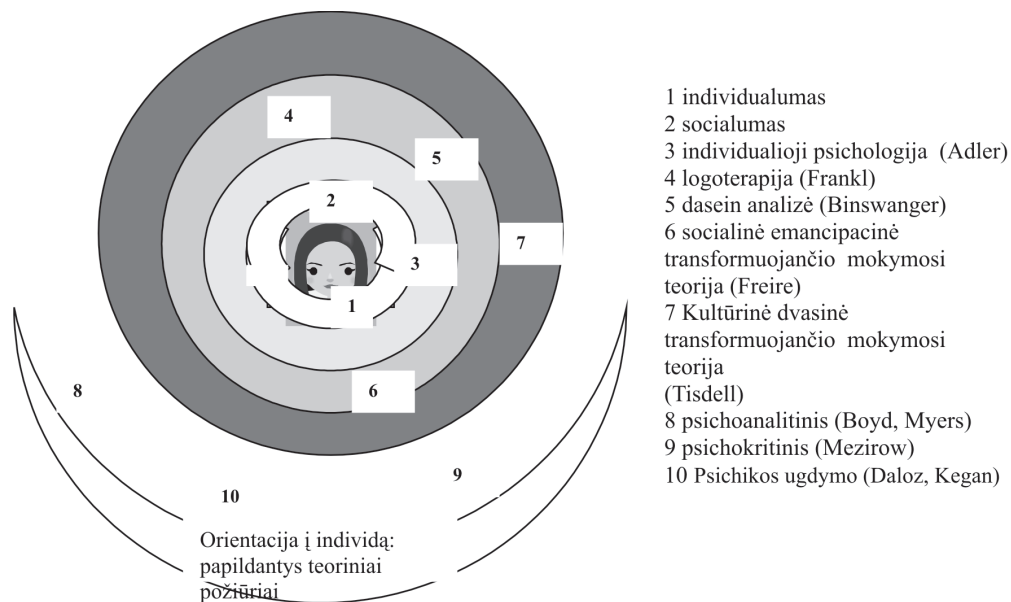
Asmuo išgyvena dvasinę visumą, kai pasakoja kitiems apie asmeniškai reikšmingus išgyvenimus ir yra girdimas. Pasakodamas ir atsakydamas į klausimus, individas išmoksta geriau pažinti save, vysto verbalinius įgūdžius ir rekonstruoja socialinį elgesį.

Socialiniu emancipaciniu ir kultūrinu dvasiniu požiūriu aiškinamas sergančio depresija ar šizofrenija asmens mokymasis ugdomojoje poetikos terapijoje gali būti papildomas psichoanaliziniu požiūriu, teigiančiu, kad racionalūs mokymosi procesai priklauso nuo asmens vidinių išgyvenimų ir archetipų, o taip pat psichikos ugdymo teoriniu požiūriu, akcentuojančiu mentoriaus patirties vaidmenį mokymosi procese.

J. Mezirow kritinės refleksijos metodas labiau negu kitos technikos, naudojamos ugdomojoje poetikos terapijoje, stimuliuoja asmens racionaliuosius mąstymo procesus, tačiau psichikos sutrikimu sergantis asmuo įgyja gebėjimą refleksyviai mąstyti, tik įvykus pozityviems emocijų ir savęs vertinimo pokyčiams, tad J. Mezirow psichokritinis požiūris yra ne esminis, o tik galintis papildyti mokymosi ugdomojoje poetikos terapijoje teorinį modelį.

Darome prielaidą, kad ugdomosios poetikos terapijos metodika, sukurta vadovaujantis hipotetiniu mokymosi ugdomojoje poetikos terapijoje modeliu, gali būti veiksminga sergančiųjų depresija ir (ar) šizofrenija įgalinimui.

Depresija ar šizofrenija sergančio asmens įgalinimo savarankiškai gyventi visuomenėje ir mokyti spręsti savo problemas rezultatas yra apibrėžiamas kaip ugdomosios poetikos terapijos edukacinė vertė, pasiekta metodiškai kuriant mokymosi aplinką ir stimuliuojant besimokančiojo pastangas.



2 pav. Transformuojančio mokymosi, adaptuoto šizofrenija ir depresija sergančiųjų asmenų įgalinimo poreikiams, hipotetinis modelis. Modelį sudarė disertacijos autorė

Tolesniame mokslinės literatūros nagrinėjimo etape analizuosime, ar mūsų sukurtas hipotezinis sergančiųjų šizofrenija ar depresija mokymosi ugdomojoje poetikos terapijoje teorinis modelis neprieštarauja poetikos terapijos metodikų autorių teorinėms koncepcijoms, kokie teoriniai požūriai bendri, kam atiduodama pirmenybė ugdymui ar terapijai kitų autorių teorinėse įžvalgose, kokia kultūrinė simbolinė medžiaga geriausiai tinka kliento vidiniams išgyvenimams atskleisti, kokie kriterijai keliami šios medžiagos parinkimui; kaip tai susiję su grožinės literatūros, kalbos menu; kokiais kriterijais vadovaujantis ugdomojoje poetikos terapijoje yra derinamas racionalumas ir emocionalumas, vaizduotės skatinimas ir kinesteziniai pojūčiai, kaip šių komponentų dėmė priklauso nuo konkrečių kliento gebėjimų ir poreikių; kokiais literatūros meno ar literatūrinės raiškos priemonėmis galima sušvelninti mokymosi metu patiriamo diskomforto išgyvenimą. Kokiais priemonėmis lavinama verbalinė raiška? Kaip išugdomi gebėjimai papasakoti gyvenimo istoriją?

3. POETIKOS TERAPIJOS MODELIAI

Poetikos terapija yra suprantama kaip literatūros kūrinio, terapeuto (ugdytojo) ir kliento (ugdytinio) sąveika, kurios metu metodiškai siekiama asmens geresnio emocinio, kognityvinio ir socialinio funkcionavimo visuomenėje tikslų. Reiškinių galima analizuoti psichoterapiniu, edukologiniu ir humanitariniu aspektais.

Poetikos terapija glaudžiai susieta su psichoterapija. Psichoterapijos atveju specialistas profesionalas, naudodamas psichoterapijos metodus, siekia tų pačių tikslų, kokių siekiama ir poetikos terapijoje. Remiantis E. Laurinaičio ir R. Milašiūno (2003) apibrėžtais kriterijais, pagal kuriuos identifikuojama savarankiška psichoterapijos mokykla, turime pažymėti, kad poetikos terapijos negalima laikyti savarankiška psichoterapijos mokykla, nes joje nesivadovaujama savita asmenybės raidos ir sandaros teorija (asmenybės raidos suvokimas eklektinis, sintezuojamas egzistencinis, humanistinis, psichoanalizinis požiūriai), nesivadovaujama sava patologijos atsiradimo ir vystymosi teorija (yra sukaupta mokslinių duomenų, atskleidžiančių psichotraumos poveikį verbalinėms funkcijoms, net žodžio prasmės suvokimui, įvertinančių kalbos sodrumo ir depresiškumo sąsajas, bet mums nežinomos pagrindinės teorijos, įrodančios psychopatologijos vystymosi priklausomybę nuo kalbėjimo ypatybių), nėra savarankiškos poetikos terapijos gydymo teorijos (gydant vadovujamasi sintetiniu psychodinaminės, geštalinės, kognityvinės terapijos teorijų požiūriais). Savarankišką psichoterapijos mokyklą iš kitų išskiria jai būdingas psichoterapijos technikų rinkinys – poetikos terapija turi savitų metodų: grožinė literatūra panaudojama kaip priemonė kliento asmeniniams išgyvenimams sužinoti, kūrybiško rašymo metodai panaudojami emocinės įtampos šalinimui, represuotų išgyvenimų raiškai, ryšio su išoriniu pasauliu stiprinimui, savęs pažinimą gerinančio ir savigarbą stiprinančio naratyvo plėtojimui. Poetikos terapijos specifiškumas – meninės kalbos vartojimas asmenybės emocinio, pažintinio ir socialinio vystymosi tikslams. Įvertinę šiuos duomenis, teigiame, kad poetikos terapija yra ne savarankiška psichoterapijos mokykla, o psichoterapinio poveikio metodas, kuris gali būti integruotas į atskiras psichoterapijos mokyklas.

Edukologijos kontekste poetikos terapija aiškinama literatūriniu transformuojančio mokymosi modeliu ir siejama su kultūrine dvasine transformuojančio mokymosi tradicija. Literatūros kūrinys vertinamas kaip prasmų šaltinis, kurių nagrinėjimas ir siejimas su asmenine patirtimi vysto refleksinio mąstymo įgūdžius, padeda atrasti asmenines prasmes, o pastarųjų analizavimo metu, padedant mentoriui, prasmės arba patvirtinamos, arba pakeičiamos – gerėja savęs ir supančio pasaulio supratimas. Kūrybiškas rašymas suprantamas kaip atvirumas vidinio ir išorinio pasaulio įspūdžiams, dialogas su

savimi ir socialinės aplinkos žmonėmis, kurio metu atrandama prasmė. Dalijantis tekstu su kitais asmenimis, prasmė tikrinama, o paskui vėl įsitraukiama į kūrybišką rašymą. Tai nenutrūkstančio mokymosi procesas, susijęs su prasmių paieška, keitimu, prasmės schemų pokyčiais, kurio metu gerėja savęs pažinimas ir socialinė komunikacija, ryškėja asmens pozicija ir gyvenimo prasmės suvokimas.

Dažniausiai poetikos terapija apibrėžiama praktinio taikymo aspektais ir pateikiamas praktinis poetikos terapijos taikymo modelis, jau ne vieną dešimtmetį vystomas JAV. Remiantis JAV Nacionalinės poetikos terapijos asociacijos patvirtintu apibrėžimu, poetikos terapija suprantama 1) kaip kūrybiškos meno terapijos (CREATIVE ARTS THERAPIES) sritis, panaudojanti jausmus žadinančią poeziją ar kitus literatūros kūrinius terapijos tikslams ir asmenybės vystymui (Golden, 2000, p. 125), 2) kaip psichologinė-pedagoginė intervencija, apimanti literatūros kūrinių skaitymo sužadintą diskusiją ir individų kūrybišką rašymą. (Olson- Mc.Bride, 2009). Psichopoezijos ir interakcinės biblioterapijos sąvokos yra vartojamos kaip poetikos terapijos sinonimai (Schloss, 1976; Mazza, 1999; Hynes, Hynes-Berry, 1994). L.F. Gooding (2008), remdamasis N. Mazza (2003) darbais, pateikia poetikos terapijos esmę apibrėžiančius kriterijus: 1. Poetikos terapija yra viena iš ekspresyvosios meno terapijos formų, kreipianti dėmesį į verbalų ir neverbalų elgesį, kalbą, simbolizavimą, naudoja pojūčių modalumą, kuria arba perkuria viziją, atstato sutrikdytą asmenybės pusiausvyrą. 2. Poetikos terapija pripažįsta kalbos, vartojamos poezijoje, pasakojimuose, dienoraščiuose, terapinę vertę. 3 Yra grindžiama Z. Freudo, A. Adlerio, geštaltinės ir psichodramos teorijų pagrindais.

Klinikinė poetikos terapija (Clinical poetry therapy / bibliotherapy) yra orientuojama į specialius sergančiųjų poreikius ir integruota į gydymo sistemą. Terapeutas vadovaujasi psichoterapijos metodologija (Hynes, 1994 p.13).

Ugdymo /vystymo poetikos terapija / biblioterapija (developmental poetry therapy / bibliotherapy) yra empiriškai atrastas edukacinis metodas, padedantis visoms žmonių grupėms dvasiškai augti ir kokybiškai vystytis, išsilaisvinti iš suvokimo, reikalaujančio nepripažinti asmeniškų skaudžių jausmų, skatinantis ugdytis savęs pažinimą, savigarbą, savęs supratimą (Hynes, Hynes- Berry, 1994, p.14).

Mūsų kuriama ugdomoji poetikos terapija yra vystoma transformuojančio mokymosi teorijų ir eklektinės, praktinės poetikos terapijos sandūroje. Dėmesys nukreiptas į asmens išlaisvinimą iš vidinio ir socialinio užsisklendimo, į gebėjimų naudotis dvasinės kultūros lobynu ir spręsti savo gyvenimo problemas plėtojimą, į sociokultūrinių ir paaiškinančių ligos sukeltus išgyvenimus žinių teikimą, į verbalinių gebėjimų, reikalingų asmeniškai prasmingos patirties atskleidimui ir prasmingam mokymuisi, plėtotę.

3.1. Psichologiniai – andragoginiai pagrindai

Poetikos terapijos teoriniai pagrindai yra siejami su A. Adlerio individualiąja psichologija, kurioje paprastai ir suprantamai išaiškinta, kaip individo klaidingas elgesys pažeidžia socialinį gyvenimą, ir įtikinamai išdėstyta, kad galima išmokyti individą pripažinti savo klaidas, parodyti jam, jog prisitaikydamas prie kitų jis gali padidinti savo ir bendruomenės harmoniją. A. Adler asmenybės teorijoje teigiama, kad „individo asmenybę galime suvokti tik atsižvelgę į jo situaciją ir supratę ją šiame kontekste. Situacija vadiname žmogaus padėtį visatos ir artimesnės aplinkos atžvilgiu, jo požiūrį į nuolat kylančius veiklos, pažinties, santykių su aplinkiniais klausimus“ (Adleri 2009, p. 44). N. Mazza (1999), remdamasis A. Adlerio teorinėmis nuostatomis, pagrindžia poetikos terapijos metodo naudojimą kliento situacijos (bendravimo poreikių, pomėgių, jausmų, tikslų) aiškinimuisi. A. Adler (2009) neįsivaizdavo žmogaus gyvenimo „be tikslo, kurio link vyksta raida“ (p. 25) ir teigė, kad individas visada svarsto, kaip būtų galima paklusti išorinio pasaulio reikalavimams. Žmogus reaguoja į supančią aplinką, o savo vidines reakcijas išreiškia verbaliniu- simboliniu būdu. Kalbėjimas, A. Adler požiūriu, yra pati svarbiausia žmoniškumo raiška. Teiginys, kad verbalinių simbolių dėka yra kuriami tarpasmeniniai santykiai, pagrindžia poetikos terapijos naudojimą asmenybės bendravimo įgūdžiams plėtoti. Pasak A. Adlerio, verbalinių simbolių naudojimas socialinio bendravimo kontekste yra siejamas su kognityviniu vystymusi. A. Adler požiūris į kalbą yra artimas kultūrinei dvasinei transformuojančio mokymosi tradicijai, tai vienas iš atraminių požiūrių, teoriškai pagrindžiančių transformuojančio mokymosi ir eklektinės poetikos terapijos teorijų sandūroje plėtojamą ugdomosios poetikos terapijos koncepciją.

Pristatant A. Adler psichologiją, yra aprašomi kognityviniai, humanistiniai, egzistenciniai aspektai, bet esminė charakteristika – psichodinaminė sistema, kurios centre yra pašamonė, neatsiejama nuo socialinio konteksto (King, Shelley, 2008). A. Adlerio požiūriu, jausmas, kad turi suprantančią bendruomenę, yra esminė psichikos sveikatos prielaida. Bendruomeniškumo jausmas individualiojoje psichologijoje susijęs su idealų ir transcendencijos sritimis. S. Hiltuten (2003) pažymi vieną didžiausių dabartinės socialinės kultūros problemų – dvasinių reikmių represavimą, o poetikos terapiją ji vertina kaip galimybę susigrąžinti dvasingumą ir kaip prielaidą asmens transformacijoms ir transcendencijai. A. Adler kūrybiškos savasties (Creative Self) koncepcijoje teigiama, jog savasis unikalumas atpažįstamas siekiant tikslo ir išgyvenant patirtį. J. Fox (1997) poetikos terapijos studijose išskirtinis dėmesys skiriamas individo unikalumo ir dvasinio universalumo jungties paieškai ir visybiškumo išgyvenimui. A. Adler bendruomeniško jausmo samprata yra analogiška G. Claxton (2005) dvasinių ir mistinių patirčių me-

taanalizės bei tarpkultūrinių idėjų sintezės požiūriui, kuriam būdingas gyvybingumo jausmo teigimas, slėpinio trauka, dogmatizmo nebuvimas, didėjančios sielos ramybės liudijimas, saugumo ir pilnatvės išgyvenimai, priklausomumo visumai jautimas, išlikimas nepriklausomam nuo konteksto, vietos. Metafiziniai išgyvenimai stipriai veikia sąmonę, išgyvenamas virsmas, posūkis mažesnio svetimumo pasauliui linkme (King, Shelley, 2008). Požiūris į metafizinių išgyvenimų poveikį sąmonei leidžia išvystyti sąsajas tarp A. Adlerio individualiosios psichologijos ir E. Tisdell kultūriniu dvasiniu požiūriu grindžiamos transformuojančio mokymosi teorijos, bei J. Fox (1997), S. Hiltuten (2003) išvalgų ir patvirtinti poreikį orientuotis į dvasines vertybes mokymosi metu.

A. Adler pripažino žmonių poreikį fantazuoti ir kurti netikroviškas istorijas, o psichozanalizės pradininkas Z. Freud teigė, kad poetas balansuoja tarp realybės ir fantazijos. Z. Freud poetinę kūrybą siejo su intrapsichinėmis jėgomis, o A. Adler daugiau su tarpasmeniniais santykiais. Jo požiūriu, žmonės gyvenimą daugiau sieja su ateitimi, o ne su praeitimi ir kuria nerealias istorijas, atspindinčias, kaip jie suvokia pasaulį ir siekia tikslų. N. Mazza (1999) laikosi nuostatos, kad pramanytos istorijos gali būti individui naudingos, sutaukančios su gyvenimu, bet tam tikru laiku, kai to pareikalauja situacija, būtina atsisakyti fantazavimo. Poetikos terapijoje yra išgirstama asmens pramanyta istorija (sukurtas prozos tekstas) ir analizuojama, kaip individas supranta savo fantazijų ir tikrovės sąsajas. Be to, skatinamas ne tik išmone paremtų istorijų kūrimas, labai dažnai kliento prašoma emocionaliai, vaizdingai, tikroviškai aprašyti savo gyvenimą ir papasakoti apie jį. Naratyvo vystymas artina A. Adlerio psichologiją ir kultūriniu-dvasiniu požiūriu grindžiamą transformuojančio mokymo teoriją, eklektinę poetikos terapiją ir ugdomąją poetikos terapiją.

Socialinio intereso sąvoka labiau siejama su bendruomenės veiklos akcijomis, joje užkoduota pozicijos, gabumų, bendradarbiavimo, prosocialaus elgesio samprata (Ansbacher, 1999), bet pastarųjų metų mokslininkų darbuose vis dažniau sutinkama nuostata, kad asmuo turi būti laisvas bendruomenėje ir kartu atsakingas už ją (Slavik, King 2007). Empiriškai pastebėta, kad ugdomosios poetikos terapijos grupėse siekiama asmens vidinio išsilaisvinimo ir bendruomeniškumo pajautos, didėjančio atsakomybės už save ir už savo bendruomenę jausmo – tai yra siekiama tų tikslų, kurie A. Adler individualiojoje psichologijoje suprantami kaip svarbiausi žmogaus tikslai. Maksimaliai humanistinis A. Adler požiūris į žmogų, įprasminantis orientavimąsi į individualybę ir gyvenimo raidą siejantis su socialiniu interesu, sudaro prielaidas sintezuoti socialinę emancipacinę ir kultūrinę dvasinę transformuojančio mokymosi teorijas, jų sinteze pagrįsti mokymosi ugdomojoje poetikos terapijoje hipotezinių modelių.

A. Adlerio individualioji psichologija labai retai nagrinėjama į bendruomenę centruotų teorijų diskurse, orientacijos į asmens individualumą ir socialumą dermė yra problemiška

mokslinėse diskusijose, nes bendruomenės psichologija yra grindžiama pragmatizmu (King, Shelley, 2008). Kai yra neįvertinama pašąmonės reikšmė į bendruomenę centruotų teorijų diskurse, holistiniai žmogaus ugdymo metodai dažniausiai praktiškai panaudojami ir tyrinėjami tik asmenų, turinčių specialių psichologinių poreikių, grupėse, o jų veiklą tyrinėjantių mokslininkų išvalgos retai perkeliama į platesnį bendruomeninio gyvenimo kontekstą.

Teoriškai grindžiant poetikos terapiją, daug remiamasi psichoanalizine literatūra (Ansell, 1978, Parker, 1969, Patison, 1973, Pietropinto, 1973, Mazza, 2003, Gooding, 2008). Psichoanalizės kertinis akmuo – dinaminė psichikos prigimtis. Teigiama, kad pašąmonėje esančios jėgos sąveikauja tarpusavyje, keičiasi patirties konfigūracijos, vyksta pašąmonės jėgų įvairios transformacijos – visa tai lemia mūsų mąstymo, jausmų, elgesio modelius (Milašiūnas, 2008). Psichoanalizinės psichodinaminės terapijos proceso metu klientas įsisąmonina savo problemas bei išgyvenimus, o tai sudaro sąlygas patirties perkūrimui – asmuo įterpia įsisąmonintuosius išgyvenimus į savo sąmoningąją dalį, imasi atsakomybės už savo norų įgyvendinimą ar jų atsisakymą (Laurinaitis, Milašiūnas, 2003). Remiantis empiriniais pastebėjimais, galima teigti, kad ugdomojoje poetikos terapijoje nesiremiama specifinėmis psichoanalizinio darbo technikomis, bet siekiama to paties tikslo – išvalgos. Ugdomosios poetikos terapijos proceso metu ugdytojas gali psichoanalitiškai suvokti kliento spontaniškus pasisakymus, bet savo interpretacijų jis nepateikia klientui tokiu būdu, kaip tai daroma psichoanalizinėje (psichodinaminėje) terapijoje, ugdytojas užduoda atvirus klausimus, į kuriuos atsakydamas klientas pats atranda gyvenimą trikdančius nesuvoktuosius jausmus ir juos įsisąmonina, arba ugdytojas savo išvalgą perteikia simboline, asociacijas sukeliančia eilėraščio ar prozos miniatiūros kalba. Vėliau ugdytojas kalbasi su ugdytiniu, kokius jausmus žadina, kokias mintis sukelia jų abiejų bendravimo metu sukurtas tekstas. Nuostata, kad simbolis gali perteikti neįsisąmonintą patyrimą, suartina psichoanalitinę ir kultūrinę dvasinę požiūrius į transformuojantį mokymąsi ir psichodinaminę psichoterapijos koncepciją.

M. Eagle, J. Wakefield (2004) išvelgia dvi analitikų požiūrio į pašąmonę kryptis: vieni analitikai laikosi požiūrio, jog objektyvūs dalykai (instinktai, archetipai) stipriai veikia pašąmonę, kiti analitikai sako, kad paciento ankstyvieji santykiai ir subjektyvi patirtis daugiau lemia pašąmonės turinį. Pirmieji, padėdami žmogui, esminį dėmesį kreipia į kliento išgyvenimų interpretaciją, antrieji labiau sureikšmina tarpasmeninį santykį (Knox, 2008). Ir vienas, ir kitas požiūris yra aktualus poetikos terapijai. Išgyvenimų interpretacija – terapeuto-klinikisto kompetencijos sritis, o empatinis ryšys geidautinas ir klinikiniam, ir edukaciniam darbe. Poetikos terapeutui užmezgus empatinį ryšį su klientu, galimas kliento psichikos regresas į ankstyvąją vaikystę ir jausmo dermės su

mama atkūrimas, skatinantis savasties vystymąsi. Šis fenomenas galimas ir ugdomojo, ir klinikinio-terapinio santykio metu.

C. Jung esminį dėmesį skiria psichoanalitiko ir kliento santykiui, jiems abiemis nugrimztant į pasąmonės gelmę, kurioje kliento gyvenimo kliūtys atpažįstamos projekcijų dėka, ir bendradarbiavimo metu atsirandančiam naujam supratimui, neatsiejamam nuo individuacijos. Neabejojama, kad analitinis darbas reikalauja visos analitiko asmenybės, pažymima, kad sergančio kliento būseną veikia specialistą ir sukelia pavojų analitiko psichikai (Knox, 2008). Stiprus dvasinis identitetas, kuris yra kuriamas ir stiprinamas profesinių studijų metu patiriant personalinės terapijos poveikį apsaugo poetikos terapeuto psichiką nuo neigiamo sergančio asmens psichikos poveikio (Bragan, 1996, Corrie, 1999). Ugdomosios poetikos terapijos specialistas, dirbdamas su sergančiais šizofrenija ar depresija, gali pajusti neigiamą sergančiųjų psichikos poveikį į savo pasąmonę – šiuo atveju taip pat gelbsti dvasinis identitetas, kurio stiprinimas yra kultūrinio dvasinio transformuojančio mokymosi tikslas. Ugdytojas, padėdamas klientui mokytis, taip pat mokosi, kuria savo dvasinę tapatybę.

Z. Freud meno prigimtį sieja su neuroze, teigia, kad pasąmonė, instinktai, konfliktai yra veiksniai, skatinantys fantazavimą ir literatūrinę veiklą. D.Chumaceiro (1998) ne kartą pažymėjo, kad poezija ir proza psichoanalitiko praktikoje yra reikšmingos priemonės, leidžiančios geriau suprasti kliento pasąmonės turinį. Z. Freud teigia, kad kliento idėjos, ilgai buvusios nesuvokiamos, atranda verbalinę raišką poezijos dėka, tad eilėraščio skaitymą vertina kaip psichoterapijos priemonę. N. Mazza (1999) tvirtina, kad ekspresyviai rašydamas klientas simbolizuoja vidinius išgyvenimus, suteikia formą chaotiškiems, nepažintiems jausmams, o aiškinantis, kokią prasmę rašančiajam turi parašytas tekstas, pagerėja savęs suvokimas, sumažėja emocinė įtampa. Ekspresyvių rašymą skatinančių technikų naudojimas individo išgyvenimams atskleisti yra vienas svarbiausių poetikos terapijos specifinių požymių. Kliento asmeninių išgyvenimų ir prasmų sužinojimo ir aiškinimosi nauda praktinėje poetikos terapijoje interpretuojama, remiantis psichoanaliziniu požiūriu, ugdomojoje poetikos terapijoje – socialine emancipacine transformuojančio mokymosi teorija, bet psichoanalizinei koncepcijai neprieštarujama. C. Jung poetinės kūrybos nesieja su liga, kaip tai daro Z. Freudas, jam simbolis nėra neurozės ženklas, kiekviename žmoguje įžvelgiamas poetas ir teigiama, kad kiekvienas gali susikurti individualią prasmų sistemą.

Literatūros tekstas yra mitinių provaizdžių (archetipų), simbolių šaltinis. Simbolis išreiškia tai, kas suvokiama sąmoningai, ir tai, kas susiję su asmenine sąmone, todėl skatina atskirų asmeniškai reikšmingų įvykių prisiminimus, simbolis gali būti susijęs su tautos kultūros patirtimi ir išreikšti tai, kas visuotina ir universalu (kolektyvinės

pasąmonės lygis). Archetipai, simboliai reikšmingi transcendencijos procese. C. Jung archetipų teorijoje, archetipas reiškia pradinę formą, suteikiančią chaotiškai individo patirčiai struktūrą, kurioje yra suintegruoti priešiški poliai, o individo transformacijos procesas prasideda, kai individo išgyvenimai randa ryšį su kolektyvinės pasąmonės archetipu. Šį procesą lydi arba nusiramimas, arba energijos antplūdis. Įžvelgiami C. G. Jung analitinės psichologijos teiginių ir kultūriniu dvasiniu požiūriu grindžiamos transformuojančio mokymosi teorijos sąlyčio taškai: pagarba individualybei, simbolių kalbai, galinčiai perteikti ir neįsisąmonintus išgyvenimus. J. Zinker (1977) išvelgia paralelizmą tarp poezijos rašymo, kūrybiško jos skaitymo ir geštaltinės psichoterapijos: ir vienu, ir kitu atveju patyrimai įsisąmoninami ir pasiekama asmenybės transformacijos – kitokio mąstymo ir elgesio. Geštaltinė teorija orientuoja žmogų į autentišką gyvenimą. Nuostata, kad brandus žmogus yra atsakingas už savo autentiškumą, sugeba remtis ne iš aplinkos gaunama pagalba, o savo valia, suartina geštaltinį ir egzistencinį požiūrį. Poetikos terapijai svarbus J. Zinker pastebėjimas, kad tas pats eilėraštis gali būti perrašomas tūkstančius kartų, ir kiekvienas perrašymas leidžia modifikuoti patirtį: jausmus, mintis, įvaizdžius. Poetikos terapijoje laikomasi geštaltinei psichologijai būdingos nuostatos, kad kūrybingumas yra personalinė raiška ir socialinis aktas. Poetikos terapeuto vaidmenyje J. Zinker matė menininką, sukuriantį terapijos atmosferą žmonių santykiuose. Ugdomosios poetikos terapijos sampratoje akcentuojama ne geštaltinė psichologija, o kultūrinis dvasinis požiūris į ugdymą, ir laikomasi to paties požiūrio į kūrybingumą.

Ir poetikos terapijos ir ugdomosios poetikos terapijos koncepcijoje yra svarbus geštaltinės psichologijos atstovų F. Perls, R. Hefferline ir P. Goodman (1951) požiūris į poeto ir neurotiko kalbą. Neurozinė komunikacija siejama su nekoncentruota energija, o poezijos kalba su problemos sprendimu. Prieštaravimai tarp norų ir galimybių visada yra problema, poetinės kūrybiškos raiškos metu suintegruojama į visumą tai, kas nesutaukoma tarpusavyje, ir tai, kas patvirtina kuriančiojo unikalumą. S. Imes ir kt. (2002) atkreipia dėmesį į informacijos, kurią asmeniui perduoda jo kūnas, pripažinimo problemą. Kai nematoma realybė, ignoruojami kūno pojūčiai ir jų sukeliama jausmai, žmogus nebeaprupia visumos ir patiria distresą: išgyvena nusivylimą, bejėgiškumą, įtampą, jaučiasi esąs auka, ligos atveju išgyvena gėdą ir kaltę, kad neišliko sveikas. Geštaltinis požiūris, išreiškiantis pagarbą visybiškumui ir pripažįstantis metaforos galią suintegruoti priešybes į visumą, suartina geštaltiniu požiūriu grindžiamą poetikos terapiją ir kultūrinę dvasinę transformuojančio mokymosi koncepciją, kuria vadovaujantis pasisakoma už žmogaus visų rūšių intelekto panaudojimą ugdymo metu, žmogaus ir gamtos dvasinių saitų stiprinimą, atvirumo akimirkos didybei ir savai dvasinei prigimčiai skatinimą, meno kūrinį išgyvenimą bei meninę raišką.

G. Schloss (1976), tyręs psichodramos ir poetikos terapijos saitus, teigia, kad poetikos terapijoje daugiau dėmesio skiriama poetui, o ne poezijai, ir ne poetinės kūrybos produktas, o kliento meninės kūrybos išgyvenimas turi didžiausią vertę. Žmogus dažnai neįstengia atvirai kalbėti apie savo gyvenimą, dabarties problemą, nes yra labai savikritiškas, o savikritika stiprina nesėkmingas pastangas tapatintis su savo socialine role, kurios suvokimas dažnai nelankstus, stereotipiškas. Išgyvendamas poeziją asmuo spontaniškai prisimena savo patirties epizodus, o atvirai apie juos prakalbėdamas atranda situacijas, kuriose jis gali spręsti, pasirinkti kitą elgesio stilių ir kryptingai veikti. Ir transformuojančio mokymosi metu, ir psichodramoje, ir eklektinėje praktinėje poetikos terapijoje siekiama padėti asmeniui tapti savimi, o šis procesas yra susijęs su savo rolės suvokimu, jos atsisakymu, pasirinkimu ar vystymusi. Sergantys asmenys dažnai identifikuojasi su bejėgio, svajones praradusio asmens role, o skaitydami ir išgyvendami literatūros kūrinių jie atrandama galimybę pasijausti ne auka, o kovojančiu, išliekančiu žmogumi. Emocinė identifikacija leidžia išgyventi katarsį yra vienas iš esminių kriterijų, pagrindžiančių poezijos skaitymo naudą terapijos grupėse (Lessner, 1974). Emocinės identifikacijos metu ne tik patiriamas katarsis, bet ir atrandamos naujos prasmės: individas atranda naujas elgesio galimybes, konfliktų sprendimo būdus, o kritinės refleksijos metu naujos žinios ir galimi asmens pasirinkimai yra logiškai pagrindžiami, patikrinami ir patvirtinami. Poetikos terapija yra perėmusi J. Moreno pasiūlytus rolės vaidinimo, veiksmo, empatinės identifikacijos ir katarsio metodus (Shafer ir Galinsky, 1989, Mazza, 1999). J. Moreno spontaniškumą traktuoja kaip laisvę protingai, gyvybingai, lanksčiai, kūrybiškai kurti naujus vaidmenis, kurių reikalauja nauja gyvenimo situacija, o socialinėje emancipacinėje transformuojančio mokymosi teorijoje dėmesys sutelkiamas į išsilaisvinimą iš bejėgio, represuoto asmens rolės. Poezija leidžia emociškai identifikuotis su lyriniu herojumi, jos panaudojimas transformuojančio mokymosi aplinkoje palengvina psichikos sutrikimu sergančiojo įsitraukimą į mokymąsi, daro jį asmeniškai prasmingą.

3.2. Literatūra ir kalba: terapijos aspektai

Iki šiol dažnai remiamasi Aristotelio katarsio samprata, nagrinėjant poetikos terapijos naudingumą (Mazza, 1999, p.5, Olson- Mc Bride, 2009, p.13). Empiriniai pastebėjimai leidžia įžvelgti, kad poetikos terapijos grupės dalyviai patiria apvalantį ir įkvepiantį katarsį, kai poetinis kūrinys etiškai ir estetiškai prasmingas, kalba aiški ir nebuitinė, vartojamos suprantamos metaforos ir jų yra ne per daug, o klientas pajėgus identifikuotis su eilėraščio herojumi. Literatūros kūrinys kelia daug asociacijų, tad gali paskatinti

skaitantį individą atverti savo skaudulį ir išsakyti, kokias pastangas jis deda sunkumams įveikti. Nesvarbu, kiek kliento pasisakymas susietas su literatūros kūrinio, jame visada yra ekspresyvaus elgesio komponentas. Ekspresyvus elgesys leidžia išsiveržti priešiškumui, nerimui, susijaudinimui, džiaugsmui, ekstazei, meilei ar kitoms įtampą keliančioms aistroms, susikaupusioms tuo metu, kai nebuvo sąlygų reikšti jausmus. A. Maslow (2006, p.173), remdamasis J. Breuer ir Z. Freud katarsio apibrėžimus, katarsį įvardija kaip sudėtingesnį iškvos elgesio variantą, kaip sutrukdyto, neužbaigto veiksmo išraišką. Poetikos terapijos metu teksto skaitymas sukelia laisvas asociacijas, sudaro prielaidas atpažinti vidiniams išgyvenimams ir juos verbaliai išreikšti. Empiriniai stebėjimai leido įžvelgti, kad didžiausias katarsis išgyvenamas, kai nekalbantis asmuo prakalba. Prakalbėjimas reiškia grįžimą prie neužbaigto veiksmo ir jo tęsimą. Mūsų jau atlikti ugdomosios poetikos terapijos galimybių tyrimai (Sučylaitė, 2009b) leidžia teigti, kad emocinę įtampą mažinantis katarsis aktyvina verbalinius ir pažintinius procesus. Prakalbėjus mažėja emocinė įtampa, tad lengviau surandami tolesniam pasakojimui reikalingi žodžiai.

Individas, pasakodamas savo gyvenimo istoriją ar jos fragmentą, yra atviras vidiems išgyvenimams, įsiklauso į juos ir pakartotinai įvertina vieno ar kito spontaniškai prisimenamo įvykio prasmę, ją patvirtina, perkuria arba pakeičia. Kalbėdamas individas situacijai suteikia prasmes, o jų geresnis suvokimas keičia gyvenimiškosios situacijos supratimą ir skatina asmenį siekti jam reikšmingų tikslų. R. Lengelle, F. Meijers (2009, p.57-77), tirdami asmenybės pokyčius kūrybiško rašymo metu, įrodė, kad vidinė transformacija susijusi su kognityviniais pokyčiais: nauja prasmė atrandama ar sukonstruojama vykstant dialogui su savimi, grupe ir terapeutu, ir pažymėjo būtinybę atsiverti pojūčiams, metaforoms, įvaizdžiams, esamą situaciją giliai išjausti, suvokti, užrašyti. Kai asmuo atviras gyvenimo situacijai, jis atviras dialogui, pajėgus tirti analogiškas situacijas ir jas svarstyti. Kiekvieną sykį iš naujo rašant kartą jau papasakotą gyvenimo istorijos fragmentą, gerėja problemų suvokimas, atrandamas naujas požiūris į save ir gyvenimą.

Literatūros skaitymas yra viena iš galimybių sužadinti asmens jausmus ir jo norą pasakoti apie save, naudinga literatūra, išryškinanti humanistines, dvasines vertybes (Hynes ir Hynes – Berry, 1994). Laikomasi metafizinei ir spiritualistinei estetikai būdingų nuostatų: žmogaus egzistencijos esmė – kūryba, pripažįstama entelechijos jėga, analogija tarp meno ir gamtos, tikima, kad būties dvasingumas susietas su kalba, pasisakoma už amžinąsias vertybes: tiesą, grožį, gerį, meilę, tikėjimą, meno kūryba neatsiejama nuo pažinimo, dorovės. Literatūra, perteikianti žmogaus ir gamtos dvasinį ryšį, padeda asmeniui pripažinti pokyčių neišvengiamumą ir jiems pasiręgti. Vadovaujantis kultūriniu dvasiniu požiūriu į transformuojantį mokymąsi, literatūros kūrinio panaudojimas siejamas su galimybėmis praplėsti žmogaus dvasinių patyrimų lauką,

stimuliuoti dvasinius saitus su gamta, atpažinti žmogaus būties problemas ir patvirtinti dvasinių vertybių prasmę, o vadovaujantis socialine emancipacine transformuojančio mokymosi koncepcija, literatūros kūrinys įvertinamas kaip priemonė, leidžianti asmeniui atrasti savo gyvenimo situaciją ir atpažinti represuotus sunkius išgyvenimus. Ugdomosios poetikos terapijos procesui aiškinti labiau tinka kultūrinis dvasinis požiūris į mokymąsi, gali būti tinkamas socialinis emancipacinis požiūris – tai lemia konkreti situacija, kliento poreikiai.

Terapinę prasmę turi ir romantizmo literatūra - nenugalimo žmogaus išaukštinimas. Literatūros herojus asmeniui liudija aiškią poziciją - nepasiduoti, tikėti savimi. Identifikacija su nenugalimu, nepasiduodančiu žmogumi yra vertybė, bet, kaip teigia N. Mazza (1999), sergančiojo depresija žemos savivertės išgyvenimas gali sustiprėti ir pablogėti psichikos būseną, išgirdus apie tvirtą žmogų, tai įrodo, jog transformuojančio mokymosi metu būtinos ugdytojo intervencijos, psichikos ugdymo požiūris į transformuojančio mokymosi procesą akcentuoja mentoriaus poreikį. Šiai nuostatai neprieštarauja ir kultūrinė dvasinė transformuojančio mokymosi teorija.

Poetikos terapijoje svarbūs du požiūriai į kalbą: 1) poetinės kalbos poveikis asmenybės emocijoms, pažintiniam ir socialiniam vystymuisi; 2) paieška poetinės terapijos technikų, padedančių individui išreikšti autentiškus giluminius išgyvenimus žodine arba rašytine kalba.

Metaforinė kalba leidžia išvengti kasdieninės kalbos klišių ir kiekvieną kartą naujai atrasti patirtį. J. Leedy (1985) pastebi, kad „metaforos turi gydančios galios, nes patologinei pasąmonės idėjai suteikia sveiką prasmę“ (p.198) Metaforos dėka atsiranda ryšiai tarp vidinės ir išorinės realybės, pasikeičia požiūris į problemas. N. Mazza (1999) įvertina metaforą kaip priemonę, padedančią užmegzti terapinius santykius ir leidžiančią klientui išsilaisvinti iš galimybės apribojančio mąstymo stereotipo. Liga ir atskirtis apima kančios išgyvenimų spektrą, o kenčiantis asmuo dažniausiai nepajėgus kalbėti. S. Rojcewicz (2001) yra įsitikinęs, kad mėgindamas poetiškai kalbėti atskirtyje esantis žmogus atranda žodžius ir vaizdus, vaduojančius iš nebylumo ir kančios. Jis įžvelgė, kad sergančiojo poetinės kūrybos procesą lydi asmenybės pokytis: individualus kentėtojas. buvęs pasyviu, tampa aktyvus, atsakingas už savo gyvenimą. Empiriškai pastebėta, kad lėtine, neįgalumą sukeliančia liga sergantys asmenys dažnai mokomi gyventi: jiems teikiama žinios apie ligą, jie skatinami nepasiduoti, kovoti, bet mokymas, apribotas vieni žinių teikimu, nestimuliuoja išitraukimo į mokymąsi. Darome prielaidą, kad mokymasis gali būti sėkmingas tik tuo atveju, kai sergantis asmuo pajus, kad jo kančia, žlugusios svajonės, nerimas dėl rytdienos yra girdimi ir patikės, kad galima atrasti kitokį buvimo būdą konkrečioje jo negalios situacijoje. Metaforų kalba skatina refleksiją ir perteikia

dvasinę informaciją, todėl manome, kad yra naudinga ugdomojoje poetikos terapijoje, kurioje siekiama psichikos sutrikimais sergančių asmenų įgalinimo tikslo.

Metaforos supratimas įvyksta akimirksniu, o ją suprantantysis pamiršta save, peržengia savąjį Aš, suskliaudžia senąjį pasaulėvaizdį ir išvysta naują supratimo horizontą, atvirą Kitam. Ne kiekvieno poeto metaforos sukrečia, nustebina ir atveria naują pasaulį. Skaitant poeziją dažnai yra atrandamas savas pasaulis: skaudus, bauginantis, vienišas, ir jei tame nelengvame pasaulyje blykstelėjo viltis, poezija jau padarė savo darbą – įkvėpė žmogų gyventi ir nepasiduoti. Kai yra sužadinama asmens viltis, žmogus atranda giluminę kalbą, reiškiančią dabarties išgyvenimą, pokalbį su savimi. Kuo daugiau universalios dvasinės informacijos patenka į skaitančiojo giluminę kalbą, tuo ryškesnė eilėraščių skaičiausio žmogaus emocijų ir kognityvinių schemų transformacija. H. Tham (2000) aktyvų skaitymą ir eilėraščių rašymą supranta kaip dvasinių žinių perkėlimą į kasdieninį gyvenimą. Neprieštaraudami šiai koncepcijai, laikomės nuostatos, kad ugdomojoje poetikos terapijoje reikia sudaryti prielaidas literatūros kūrinio ir asmens patirties sąveikavimui: eilėraščių turi pasižymėti stipriu emociniu poveikiu, dvasiniu įtaigumu, suprantamomis metaforomis, o ugdytojas turi padėti klientui suprasti metaforas, susieti literatūros kūrinio prasmes su klientui reikšmingomis gyvenimo prasmėmis.

Poetikos terapijoje metaforos reikšmė analizuojama ne tik literatūriniu aspektu, bet ir psichoanalitiniu. S. Gladding (1985) atkreipė dėmesį į faktą, kad kliento kalboje dažnai pasikartojantis žodis gali turėti metaforinę reikšmę. Terapeuto užduotis – išvelgti, kokią asmeninio gyvenimo informaciją individas nesąmoningai perduoda kitiems, nuolat kartodamas kažkokį žodį, ir padėti jį įsisąmoninti. Darome prielaidą, jog ugdomojoje poetikos terapijoje viena iš galimybių padėti asmeniui įsisąmoninti jo dažnai kartojamame žodyje užkoduotą, jam reikšmingą, bet jo paties nesuvokiamą prasmę, perkelti individo žodį į literatūros tekstą, kuriame šis žodis būtų atpažįstamas kaip nesunkiai suvokiama metafora. Metafora dažnai yra vienintelis būdas sudėtingoms vidinėms būsenoms išreikšti. Net ir tada, kai asmuo sąmoningai išgyvenimus reiškia metaforų kalba, tikslinga aiškintis jų turinį, jei siekiama savivertės pokyčio, aiškios tolesnio gyvenimo išvalgos ir apsisprendimo, kaip toliau gyventi. M. Blake (2002), analizuodamas, kaip kliento metaforų aiškinimasis terapijoje veikia asmenybę, patvirtino, kad asmuo, įsisąmonindamas savo metaforų prasmę, tampa atviresnis, pakinta požiūris į save, nebelieka varginančio tuštumos jausmo, atsiranda prielaidos naujiems požiūriams. Remdamiesi jau atliktais mūsų tyrimais (Sučylaitė, 2009a), galime teigti, kad didėjant depresijos laipsniui, nyksta gebėjimas suvokti metaforą, o mokymasis išgyvenimus išreikšti metafora neatsiejamas nuo mokymosi suprasti savo egzistencijos problemas - tai teigiamai veikia asmens psichikos sveikatą. Manome, kad kuriamoje ugdomosios poetikos terapijos metodikoje turi būti

pateikti metaforų suvokimo ugdymo metodai, o metaforų suvokimo ugdymas turėtų būti sudėtinė savęs paties pažinimo ugdymo dalis. Darome prielaidą, kad metaforos suvokimo ugdymas gali stimuliuoti asmens verbalinius ir pasakojimo konstravimo gebėjimus, o tai ypač svarbu siekiant sergančiųjų šizofrenija ir depresija įgalinimo tikslų.

Metaforinis kalbėjimas, metaforos prasmės aiškinimasis vienas kitą palaikančių asmenų grupėje reiškia taikymąsi su supančiu pasauliu ir mėginimą jame įprasminti savitumą. Metaforiškai mąstantis žmogus pajėgus mokytis pažinti savo galias ir jas plėtoti įvairiose grupėse, kuriose vadovaujamas kultūriniu-dvasiniu požiūriu, tačiau dalis žmonių stokoja humanitarinių gebėjimų ir motyvacijos mėginti savo išgyvenimus išreikšti poetine kalba, ieškoti simbolių. Empiriškai pastebėta, kad asmenys, kurie vartoja kalbą tik buitiniams poreikiams išreikšti ir neturi refleksyvaus mąstymo įgūdžių, menkai suvokia kultūros simbolius ir savo psichikos galias. Kūryboje vartojami simboliai sutaiko žmogų ir pasaulį, suteikia galimybę kažką svarbaus pasakyti netiesioginiu būdu, sisteminti, gausinti savo patyrimą. Darome prielaidą, kad išsiaiškinę skurdžia kalba išreikštus, klientams asmenišką prasmę turinčius vidinius išgyvenimus, galime juos susieti su visiems suprantamais, daugelyje mitologinių sakmių ir dainų sutinkamais simboliais, tokiais, kaip *kelias*, *medis*, *upė*, ir iš šių simbolių bei klientų minčių fragmentų sukomponuoti vieną literatūros tekstą, galintį padėti atrasti naują savęs ir pasaulio suvokimo būdą ir išsilaisvinti iš vidinio užsisklendimo. Simboliai pasiekia individualios ir kolektyvinės pašamonės galias, o tai tiesiogiai susiję su teigiamų emocijų patyrimu.

Šizofrenijos atveju susiduriame su simbolio suvokimo problema. Šizofrenija sergančiųjų kalbai būdinga tai, kad žodžio centrinė prasmė yra pakeičiama marginalinėmis arba asmeninėmis prasmėmis. Aiškinant fenomeną, remiasi F.de Saussure'o kalbos dualumo idėja: F.de Saussure vartoja kalbos (*la langage*) ir kalbos (*la parole*) sąvokas. (kalbėjimą, šneką). Kalbos sąvoka tapatinama su leksikos ir sintezės taisyklių sistema, suprantama daugeliui ta kalba kalbančios visuomenės narių, o kalbėjimas tapatinamas su personifikuotais kalbančio individo išsireiškimais, personifikuotoje kalboje žodis turi savo *aurą* (Gaižutis, 2000). H. Tamura (1998), remdamasis savo sukauptais duomenimis, įrodo, kad šizofrenija sergančiojo įtraukimas į kolektyvinį *renku* rašymą padeda asmeniui teigiamai pasijausti bendruomeninėje veikloje, o kolektyvinio teksto kūrimo ir skaitymo metu sergantysis atranda, kad žodis yra vartojamas skirtinguose kontekstuose ir išmoksta suprasti žodžio prasmes. Analizuojant empirinius duomenis, sukaupčius stebint ugdomosios poetikos terapijos technikų panaudojimą, buvo pastebėta, kad šizoafektiniu sutrikimu sergančio asmens centrinės žodžio prasmės pakeitimas periferine yra susijęs su savivertės praradimu. Moksliskai netyrinėta, kaip žodžio *aura* priklauso nuo kalbančiojo suvoktų ir nesuvoktų išgyvenimų, kokią reikšmę turi sergančiojo nepažintų ir neįsisąmonintų

jausmų aiškinimasis žodžio prasmės suvokimo atkūrimui, žemos savivertės pozityviai transformacijai, socialinio elgesio rekonstravimui.

3.3. Poetikos terapijos metodai

Poetikos terapijoje vadovaujamosi meno A. Calish (1989) pasiūlytu meno psichoterapijos modeliu, kuriame apibrėžiami keturi santykio su klientu aspektai. Psichodinaminis reiškia terapeuto dėmesio sutelkimą į problemos perkėlimą iš pašamonės į sąmonę; humanistinis – dėmesio sutelkimą į asmenį, emocinės paramos, empatijos, augimo skatinimo užtikrinimą; tarpasmeninis aspektas siejamas su problemos sprendimu čia ir dabar, bihevioristinis aspektas – tai dėmesys asmens savistabai, tikslams, pažintiniam vystymuisi.

Ugdomojoje poetikos terapijoje kliento ir ugdytojo santykis gali būti nusakomas tais pačiais psichoterapijos aspektais: psichodinaminiu (psichoanaliziniu), humanistiniu, į asmenį centruotu, tarpasmeniniu ir bihevioristiniu, tačiau ugdomojoje poetikos terapijoje esminis dėmesys fokusuojamas į asmens mokymąsi, jo įtraukimą į mokymosi procesą. Ugdomojoje poetikos terapijoje svarbiausi tikslai: asmens išsilaisvinimas iš vidinio užsisklendimo ir savo patirties analizė, kritinė refleksija kultūrinėje dvasinėje aplinkoje. Analizuojant poetikos terapijos poveikį psichoterapijos kontekste, prastai remiamasi viena iš šių trijų teorijų: socialinio išmokimo teorija arba fenomenologine būties analize, arba socialine psichologija, išskirtinai dėmesinga ritualams ir katarsiui. Mūsų tyrimas grindžiamas transformuojančio mokymosi teorijomis, tačiau gali būti siejamas su fenomenologine būties analize.

Mokslinėje literatūroje mums nepavyko atrasti duomenų, kad pastaruoju metu būtų apginta poetikos terapijos disertacija, kurioje būtų aiškus sisteminis požiūris į poetikos terapijos procesą ir jo rezultatus. Iki šiol pateikiami tik duomenys, kaip viena ar kita intervencinė technika, vienas ar kitas literatūros kūrinys padėjo pasiekti konkrečiu rezultatų dirbant su vienokių ar kitokių specialiųjų poreikių turinčia asmenų grupe. Pavyzdžiui, įrodyta, kad pažintinė biblioterapija naudinga seniems, depresiškiems suaugusiems asmenims (Landrevelle ir Bissonnette, 1997), o emocionalus ekspresyvaus rašymo metodas naudingas žmonėms, patyrusiems traumą. Atlikęs mokslinių tyrimų analizę, N. Mazza (1999) pažymi, kad visos poveikio technikos yra efektyvios atskirai, bet, trūksta empirinių duomenų, įrodančių, kaip technikos gali būti derinamos ir integruojamos į sistemą. Mūsų tyrime buvo ieškoma technikų derinimo sistemos, kuri padėtų įgalinti sergantį depresija ar šizofrenija asmenį savarankiškai gyventi, daryta prielaida, kad atrastoji sistema gali būti perkeliama ir į kitą ugdymo ar terapijos kontekstą. Mums žinomose poetikos terapijos metodikose sutinkami tie patys praktikos metodai, kurių

kūrimas susijęs su J. Leedy, A. Hynes ir M. Hynes-Berry, N. Mazza darbais. Tradiciškai išskiriami trys poetikos terapijos metodai: 1) jautrumo norminimo 2) ekspresijos - kūrybiškumo, 3) simbolinio ritualo.

Jautrumo norminimo metodu vadovaujantis, poetikos terapijos taikymas suprantamas kaip grožinės literatūros, klientų ir biblioterapeuto sąveika. Terapija prasideda nuo eilėraščio skaitymo ir pereina į dialogą (diskusiją). Prieš diskusiją terapeutas klientams paaiškina, kaip galima suprasti eilėraščių, kokių klausimų svarstymą gali paskatinti tekstas. Visi terapeuto klausimai atviri, galintys kelti daug asociacijų. Diskutuojant dalijamasi vidiniais skaitymo sužadintais išgyvenimais: prisiminimais, rūpesčiais ar naujais jausmais, kuriuos sukėlė identifikavimasis su poetu arba tolstama nuo eilėraščio ir diskutuojama apie grupės dalyvių jausmų kilmę, individų tikslus, vertybes.

Parentant grožinę literatūrą terapijai, labai dažnai vadovujamasi J. Leedy izoprincipo tradicija. L. Olson-McBride (2009) disertacijoje „Examining the influence of popular music and poetry therapy on the development of therapeutic factors in groups with at – risk adolescents“ (p. 10) teigia, kad izoprincipo terminas buvo perimtas iš muzikos terapijos ir psichiatro J. Leedy adaptuotas poetikos terapijos reikmėms. Vadovaujantis izoprincipo reikalavimu, poetikos terapijos tikslams negali būti vartojami eilėraščiai, kurie 1) nesuteikia vilties, 2) didina kaltės išgyvenimą, 3) teigia, kad Dievas, tėvas ar motina atsižada žmogaus, persekioja ir baudžia už blogus darbus ir nuo to negalima išsigelbėti, 4) aukština savižudybę, 5) išreiškia vidinę sumaištį, 6) nuvertina žmogų, 7) skelbia pralaimėjimą, 8) siūlo tylėti, slopina drąsą kalbėti, 9) yra pesimistiniai, išreiškiantys destruktivią savimeilę. J. N. Mazza (1999) pastebėjo, kad vadovavimasis izoprincipu gali sukelti ir neigiamą efektą. Depresija sergantis asmuo gali pajauti, kad jo jausmai laikomi neteisingais, jais netikima. Istoriskai izoprincipo įsitvirtinimas poetikos terapijoje susijęs su poezijos parinkimu depresija sergantiems žmonėms: eilėraščiai minoriški, bet pasibaigiantys viltimi. R. Luber (1976) pažymėjo, jog izoprincipas reikalauja, kad eilėraščio nuotaika turi būti įvertinta tiksliai. Jis tvirtino, jog eilėraščius galima klasifikuoti pagal vyraujančią nuotaiką į pozityvius ir negatyvius ir įrodė, kad sergantys psichikos sutrikimais ir sveiki asmenys sugeba įvertinti eilėraščio negatyvumą ar pozityvumą.

G. Schloss (1976) poetikos terapiją susiejo su psychodrama. Jo metodikoje poezijos skaitymas panaudojamas apšilimui, jausmų žadinimui. Diskusijose klientai drąsinami maksimaliai atvirai atskleisti praeities ir dabarties situacijas, skatinami ne kalbėti apie savo dialogus su kitais, o juos suvaidinti, įtraukiant kitus grupės dalyvius. Plačiau apie G. Schloss psychodraminę poezijos terapijos tradiciją Olson-McBride (2009) disertacijoje „Examining the influence of popular music and poetry therapy on the development of therapeutic factors in groups with at –risk adolescents“ (p. 11)

Istoriškai poetikos terapijos pirmuoju vadovėliu laikytina A. Hynes ir Mc. Hynes-Berry interaktyviosios biblioterapijos metodika. Joje išdėstomi reikalavimai, keliami grožinei literatūrai. Vienas iš jų – *temos universalumas*. Kai tema universali, individas susitapatina su herojaus emociniais išgyvenimais arba yra pasirengęs su jais identifikuotis. Kitas reikalavimas – *temos galia*. Kūrinyje turi būti išreikšta tai, ką biblioterapijos grupės dalyvis jaučia, bet yra nepajėgus įvardinti žodžiais. Atskiros žmonių grupės patiria sunkumus, suprasdamos metaforas, tad terapijai naudojama literatūra turi būti *suprantama*. Skaitoma literatūra turi atitikti *pozityvumo* kriterijų. Pripažįstama, jog daug geros literatūros kūrinių alsuoja pykčiu, negatyvizmu, nusivylimu, tokio pobūdžio kūrinių naudoti terapijos tikslams negalima. Terapijai gali būti naudingi eilėraščiai, kuriuose reiškiami prieštaringi jausmai, nes priešybės jungianti tema naudinga diskusijai. Proceso eigoje svarbūs keturi žingsniai: atpažinimo, studijavimo, priešpriešų analizės ir pritaikymo sau. A. Hynes Mc. Hynes-Berry daug dėmesio skiria literatūros parinkimui. Kiti specialistai dėmesį sutelkia ne į profesioanalių rašytojų kūrinius, o į pačių grupės dalyvių parašytus eilėraščius. Ugdytojai ar psichoterapeutai, fokusuojantys dėmesį į terapinės sąveikos tarpasmeninį komponentą, paprašo klientų į grupės susitikimą atsinešti savo parašytų eilėraščių ir juos skaityti. Terapeutas taip pat gali atsinešti eilėraščių ir jų perskaityti. Jei eilėraščių skaito terapeutas, dėmesys kreipiamas į visiems grupės dalyviams aktualios reiškinio problemos suvokimą. Jei skaito grupės dalyvis, jo dėmesys sutelkiamas į vyraujančius jausmus. Diskusijos metu padedama individams geriau suprasti savo išgyvenimus.

Poetikos terapijoje svarbu ne tik sužadinti klientų jausmus, bet ir sudaryti maksimalias galimybes jų pačių kūrybiškai raiškai. Ekspresijos/ kūrybiškumo metodas „klientą aprūpina technika, padedančia išreikšti emocijas ir išgyventi tvarkos ir konkretumo pojūtį“ (Mazza, 1999, p. 20). Emocijų reiškinys suprantamas kaip gyvybinis poreikis, kurio patenkinimas susijęs su psichinės ir fizinės sveikatos stiprėjimu (Smyth, 1998, Penebaker, 2004). A. Hynes ir M. Hynes-Berry, žinomi kaip interakcinės biblioterapijos kūrėjai, pasiūlė kūrybiško rašymo metodiką, pastaroji neatsiejama nuo literatūros skaitymo. Klientai gauna rašymo užduotis tuoj pat po kūrinių perskaitymo ir pasidalijimo spontaniškai kilusiomis mintimis. Rašymo procese išskiriamos tos pačios pakopos, kaip ir skaitymą lydinčioje diskusijoje: atpažinimo, studijavimo/ tyrimo, priešpriešų analizės ir pritaikymo sau. Rašydami asmenys išreiškia emocijas ir suvokimus, kuriuos sukėlė skaitymas ir dialogas. Kūrinėliai skaitomi – vyksta pakartotinė klientų emocijų ir suvokimo konceptų peržiūra ir terapinė korekcija (Hynes ir Hynes-Berry, 1994, p.175).

N. Mazza (1999) pasiūlė tris kūrybiško rašymo metodus: 1. Laisvo rašymo (kai nesūdoma jokia tema), 2. dienoraščio, laiškų rašymo, 3. rišlaus teksto rašymo, panaudojus

nebaigtų sakinių metodą: „Aš norėčiau...“, „Kai namuose aš esu vienas...“ Darome prielaidą, kad nebaigtų sakinių metodas yra ypač svarbus ugdomojoje poetikos terapijoje, kai reikia prakalbinti užsisklendusį asmenį.

Poetikos terapijoje nagrinėjami ir kiti kūrybiško rašymo tipai, padedantys atrasti poezijos rašymui reikalingą minčių reiškimo struktūrą: 1. paprastasis haiku, 2. kolektyvinis eilėraštis, 3. su kūno pojūčiais susietas rašymas (Oaklander, 1988; Mazza, 1999; Koch, 1970; Golden, 2000; Tamura, 2001, Mc. Bride, 2009). Vis dažniau nagrinėjamas su kūno pojūčiais susietas rašymo metodas, skatinantis kreipti dėmesį į visceralinius, sensomotorinius, kinestezinius ar įsivaizduojamus kūno pojūčius. Teigiama, jog su kūno pojūčiais nesiejamas rašymas palieka asmenį tuštumoje, nedidina jo supratimo, neleidžia asmeniui išgyventi patirties atsiradimo vyksmo (Anderson, 1998, 2001, Medrano-Marra, 2009). Ch.R. Perakis (2000), remiasi G. Whaley (1965) ir teigia, kad poezija daug dažniau naudoja ne proto, o kūno išmintį, ir esanti pagrįsta suvokimo, sužinojimo procesu, išskylančiu virš kūno prisiminimų ir užmiršimų, tamsos ir visceralinių pojūčių.

Simbolinio ritualo / ceremonijų modelis apima metaforas, ritualus, sakmes ir individų pasakojimus (Mazza, 1999). Ritualai yra naudingi, kai reikia išgyventi gyvenimo etapo baigtį (mirtį, skyrybas), pripažinti praeitį ir eiti tolyn, kai norima atskleisti poetikos terapijoje dalyvaujančiųjų unikalius poreikius ir išsiaiškinti jų egzistencinį patyrimą (Mazza, 1999). Svarbiausia simbolinio ritualo technika – metafora (Olson - Mc. Bride, 2009). Ypač didelis vaidmuo tenka mitams kaip archetipinėms duotybėms, nes mituose susikryžiuoja visa, kas individualu ir universalu, į nedalomą visumą sueina mikro- ir makropasauliai, subjektas atranda „mito tipiškumą“ savo egzistencijos kelyje (Gaižutis, 2000). Pasakojant visada remiamasi patirtimi, o tai yra būdas eksternalizuoti vidines problemas. Sakmės, atitraukdamos nuo traumuojančios realybės, padeda asmenims atskleisti asmenišką patirtį ir sulaukti paramos, o pradėjus pasakoti atrandami problemos sprendimo būdai (Johnson, 1991, cit pagal Mazza, 1999). Įžvelgiamos ryškios sąsajos su folkloru, etnokultūra, suartėjama su teatro terapija.

Mums žinoma nedaug poetikos terapijos poveikio psichikos sutrikimais sergantiems asmenims tyrimų. Juos atlikę autoriai patvirtina, kad poetikos terapijoje vystomas savęs pažinimas ir bendruomeniškumas (Meunier, 1999), gerėja savo patirties suvokimas, didėja savigarba, išgyvenamas bendruomeniškumo jausmas (Papadopoulou, 1999). Terapijos veiksmingumas priklauso nuo klientų kognityvinio funkcionavimo kokybės (Brown, Rossiter, 1988), terapija sudaro unikalią galimybę išreikšti slepiamus jausmus ir ateities beviltiškumą, efektyviai koreguoti klientų išgyvenimus (Bjorklund, 1999).

Išanalizavus poetikos terapijos procesą aiškinančias teorijas ir metodinius taikymo principus, galima teigti, kad poetikos terapijos koncepcija yra eklektinė. Poetikos terapija

apima psichoterapinius ir edukacinius tikslus, tačiau vadovaujamosi ne tik socialinių, bet ir humanitarinių mokslų teoriniais požiūriais bei įžvalgomis. Poetikos terapija gali būti pristatoma kaip kultūrinis dvasiniu požiūriu grindžiamas transformuojančio mokymosi metodas, kuriame ypač daug dėmesio skiriama grožinei literatūrai, kalbai, mokymuisi suvokti metaforų, simbolių reikšmę ir savo išgyvenimus reikšti verbaline kalba, ir gali būti pristatoma kaip eklektinė psichoterapija, kurioje poezija naudojama kaip priemonė asmenybės problemoms nustatyti ir kaip savęs bei gyvenimo naujo supratimo prielaida.

Išanalizavę iki šiol žinomus teorinius poetikos terapijos aspektus, išgryniname hipotezinį teorinį modelį, paaiškinantį kalbos, metaforos reikšmę ugdomojoje poetikos terapijoje. Kaip ir transformuojančio mokymosi, taip ir ugdomosios poetikos terapijos kontekste svarbi A. Adlerio psichologija, kurioje dėmesys skiriamas socialiniam interesui ir individo veiksmus veikiančiai sąsąmonei. Gryninant modelį, buvo įvertinta: žmogaus egzistencinė reikmė būti išgirstam ir prarasti gebėjimai vidinius išgyvenimus išreikšti kalba. Metafora buvo suvokta kaip priemonė, galinti suteikti aiškią formą individo gerai nesuvokiamiems, slopinamiems išgyvenimams ir sutaikyti žmogų su savimi ir pasauliu.

Kalbos vaidmenį ugdomojoje poetikos terapijoje apibendrinančiame hipoteziniame teoriniame modelyje išskiriamos šios tarpusavyje sąveikaujančios sistemos: individo išgyvenimų kalba, kalbos suvokimą veikianti socialinė aplinka, kalbos menas (išmintis), metafora. Metafora perteikia sergančiam individui kalbos ir literatūros meno išmintį – žinią (prasmę), kad jis turi galių prasmingai gyventi konkrečioje situacijoje (makroedukacinės aplinkos veikimas), išreiškia individo nuslopintus autentiškus išgyvenimus ir įgalina juos atrasti plačiame žmogiškosios būties kontekste (kūrybos procesas mikroedukacinėje aplinkoje), sutaiko su pasauliu. Susitaikymas su aplinka vyksta sąveikaujant kalbos ir literatūros lobyno žinioms ir individo autentiškos patirties žinioms. Mokymasis atsiverti ir suprasti metaforas palengvina ir pagreitina mokymosi procesą. Metaforos, kaip žinių pernešėjos, reikšmė nagrinėjama S. Rojcewicz straipsniuose, o L. Tylley (2000) poetikos terapijos procesą nagrinėjo edukacinių sistemų požiūriu, teigė, jog mezolygmenyje vyksta metaforos prasmės aiškinimasis, padedant ugdytojui. Metaforos vaidmuo ugdomojoje poetikos terapijoje siejamas su S. Rojcewicz koncepcija ir su L. Tylley požiūriu.

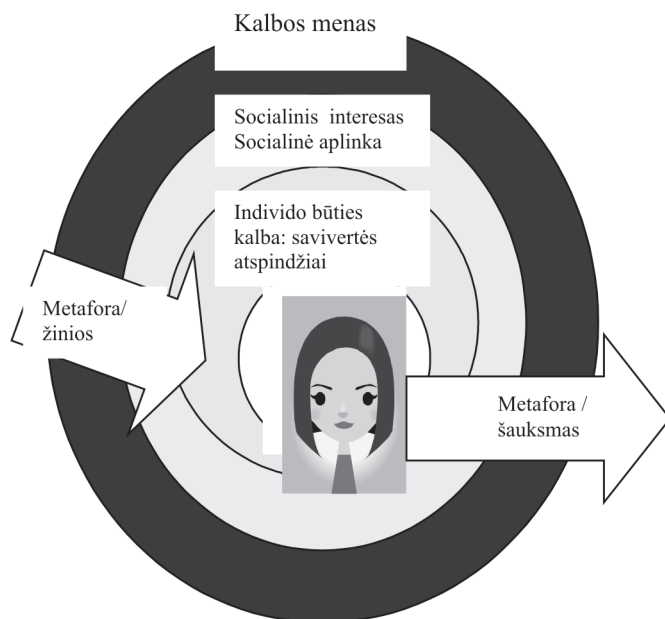
Metafora ugdomojoje poetikos terapijoje suprantama kaip mobilus komponentas. Individo lygmenyje (mikrolygmenyje), kuriame dominuoja negalia, atskirties ir žemos savivertės išgyvenimai, metaforos paskirtis – išreikšti užgniaužtus jausmus ir iškelti nuslopintus klausimus. Metafora, išreiškianti individo lygmens išgyvenimų tiesą, pereidama bendravimo su ugdytoju mezolygmenį, pasiekia makrolygmenį – kalbos meną

ir išmintį, ir grįžta į individo lygmenį kaip dvasinė egzistencinė prasmė, tvirtinanti asmens tapatybę.

APIBENDRINIMAS

Vadovaujantis grindžiamosios teorijos strategija, visą laiką lyginant empirinius ugdomosios poetikos terapijos proceso stebėjimų duomenis su psichiatrijos slaugos tyrimų duomenimis, buvo padaryta prielaida, kad socialinė emancipacinė teorija geriausiai paaiškina, kaip kurti aplinką, palankią sergančiųjų šizofrenija ir depresija išitraukimui ir transformuojantį mokymąsi.. Hipotetiškai galvojama, kad sergančiojo mokymasis iš savo patirties ir laisvinimasis iš socialiai išmokto bejėgiškumo turi apimti gyvenimo prasmės, aukštesniųjų vertybių aiškinimąsi ir savęs vertinimo problematiką, o besimokančiojo psichikos galios gali būti padidintos verbalizuojant tuos kliento išgyvenimus, kurių jis pats nepajėgia išreikšti kalba. Darome prielaidą, kad ugdomojoje poetikos terapijoje ugdytojo ir kliento santykiai turi būti pagrįsti abipusiu pasitikėjimu ir partneryste, kaip reikalaujama P. Freire socialinės emancipacinės teorijos nuostatose. Lyginant empirinius sergančiųjų depresija ir/ar šizofrenija elgesio ir jų savivertę atspindinčios verbalinės raiškos stebėjimų duomenis su P. Freire pateikiamais represuoto, stigmatizuoto asmens požymiais, buvo padaryta prielaida, kad kuriant sergančiųjų įgalinimo tikslams reikalingą ugdymo priemonę – ugdomosios poetikos terapijos metodiką -tikslinga vadovautis šiomis nuostatomis: 1) nesuprasto, atstumto asmens tylėjimas reiškia represuotus išgyvenimus ir žemą savęs vertinimą bei prarastą gebėjimą išgyvenimus išreikšti kalba, 2) asmuo gyvendamas yra sukaupęs patirties kapitalą ir gali juo pasinaudoti, pripažinti, kad jo išgyvenimai ir apmąstymai teisingi, turintys prasmę, 3) besimokančio asmens gyvenimą simbolizuojančios medžiagos panaudojimas būtinas, nes padeda atpažinti represuojamus išgyvenimus, 4) dialogas su ugdytoju yra grindžiamas besimokančiojo patirties besąlygišku pripažinimu ir pastangomis įvairiapusiškai, visybiškai suprasti problemą.

Empirinis ugdomosios poetikos terapijos proceso stebėjimai leido išvelgti, kad gyvenimo prasmės klausimas iškyla kiekvieną kartą, kai užsisklendęs asmuo prakalba apie sunkią asmeninę gyvenimiškąją situaciją. Hipotetiškai teigiame, kad neturėjimas vilties atrasti gyvenimo prasmę yra veiksnys, neigiamai veikiantis savivertę ir skatinantis negalios formavimąsi, todėl buvo padaryta prielaida, kad yra būtina asmens, sergančio depresija ir/ar šizofrenija, mokymosi ugdomojoje poetikos terapijoje teorinį modelį papildyti V. Franklio logoterapijos idėjomis. Lyginant empiriškai pastebėtus sergančiųjų depresija ir/ar šizofrenija negalios savarankiškai gyventi ir ištraukti iš mokymąsi požymius su mokslinėmis psichologų ir psichiatrijos slaugytojų išvalgomis, buvo padaryta prielaida,



3 pav. Metaforos vaidmuo ugdomosios poetikos terapijoje

kad šių asmenų mokymasis negali būti tik racionalus procesas, atsietas nuo emocijų pažinimo ugdymo ir emocinės raiškos plėtojimo. Hipotetiškai galvota, kad emocijų išlaisvinimas, pozityvus jų transformavimas stimuliuoja verbalinius gebėjimus, leidžia atskleisti asmeninės patirties ypatybes, o tuo pačiu stimuliuoja refleksinį mąstymą, todėl galima tikėtis geresnių transformuojančio mokymosi rezultatų. Hipotetinis sergančiųjų mokymosi ugdomojoje poetikos terapijoje teorinis modelis buvo papildytas E. Tisdell kultūrine dvasine transformuojančio mokymosi samprata ir buvo išryškinti teoriniai teiginiai: 1) beviltiškumas yra transformuojamas išgyvenant dvasingumą, 2) dvasinė visuma holistiškai patiriama, kai asmuo pasakoja savo gyvenimo istoriją geranoriškiems klausytojams, 3) autentiškas atvirumas saugioje klausančiųjų aplinkoje stimuliuoja kiekvieno klausančiojo dvasingumo pajautimą ir kuria bendruomeniškumą, 3) sąmonės išgyvenimų išreiškimas simboliais meninės kūrybos metu yra sąmonėjimo ir savivertės didėjimo procesas, neatsiejamas nuo dvasingumo vystymosi, 4) daug kartų pasakojant savo gyvenimo istoriją kitiems, atsakant į klausimus ir klausantis kitų, asmens gyvenimo suvokimas tampa visapusiškesnis, nes į daugelį reiškinių atrandami nauji požiūriai, 5) visų intelekto rūšių panaudojimas yra būtina sėkmingo mokymosi prielaida.

Išanalizavus poetikos terapijos teorines nuostatas, buvo atrastas transformuojančio mokymosi teorijų ir eklektinės poetikos terapijos, siekiančios psichoterapijos tikslų,

sąlytis. Ir ugdymo, ir psichoterapijos kontekste įvertinamas literatūros kūrybinių panaudojimas asmenybės vidinių išgyvenimų raiškai, savęs paties supratimui. Darome prielaidą, kad mokymasis suprasti metaforos reikšmę yra susijęs su besimokančiojo savivertės stiprinimu, nes simboliu yra perteikiami gerai nesuvokti, neįsisąmoninti išgyvenimai ir patiriamas išsilaisvinimo pojūtis. Hipotetiškai galvojame, kad metaforinė kalba leidžia išlaikyti intymų santykių dialogo metu ir nežemina žmogaus savivertės, kai jam teikiama informacija yra susijusi su skaudžia patirtimi.

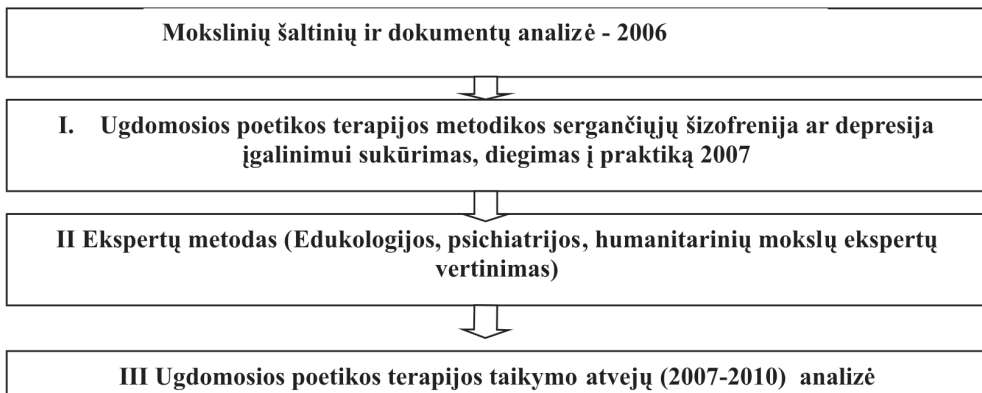
Remdamiesi ugdomosios poetikos terapijos proceso empirinių stebėjimų medžiaga, transformuojančio mokymosi teorijų analize ir poetikos terapijos taikymo tyrimais, darome prielaidą, kad galime kurti ugdomosios poetikos terapijos metodiką sergančiųjų depresija ir/ar šizofrenija įgalinimui, remdamiesi hipotetiniu modeliu, kuriame sintezuoti socialinis emancipacinis ir kultūrinis dvasinis požiūriai į transformuojantį mokymąsi, V. Frankl logoterapijos idėjos ir įvertinta metaforinio mąstymo reikšmė žmogaus vidinių išgyvenimų raiškai ir savęs supratimui.

4. UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS VEIKSMINGUMO TYRIMAS

4.1. Tyrimo metodologija ir organizavimas

Atliktą Ugdomosios poetikos terapijos, taikomos asmenų, sergančių šizofrenija ar depresija, įgalinimui, veiksmingumo tyrimą sudaro: 1) ugdomosios poetikos terapijos metodikos sukūrimas (projektas), 2) ugdomosios poetikos terapijos metodikos ekspertizė (ekspertų metodas), 3) ugdomosios poetikos terapijos, taikomos suaugusiųjų, sergančių depresija ar šizofrenija įgalinimui, atvejų analizė.

Tyrimo etapai:



Loginė tyrimo seka. Organizuojant tyrimą buvo analizuojama filosofinė, psichologinė, slaugos mokslo ir edukologinė literatūra, Lietuvos ir Europos Sąjungos suaugusiųjų švietimą, neįgaliųjų socialinę integraciją reglamentuojantys dokumentai, Europos Komisijos dokumentai depresijų ir savižudybių prevencijos klausimais. Visa tai padėjo susidaryti išsamesnę psichikos sutrikimais sergančių suaugusių asmenų negalios sampratą ir išryškinti asmenybę įgalinančius ugdymo veiksnius.

Buvo analizuojami asmeniniai darbo užrašai, kuriuose detalai aprašyti ugdomosios poetikos terapijos grupių susitikimai, aiškintasi, kodėl vyksta pozityvios transformacijos psichikos sutrikimu sergančiojo asmenybėje, kokias ugdymo technikas naudojant sukuriamos prielaidos asmenybės pokyčiams, empiriniai duomenys lyginti su mokslinės literatūros duomenimis – išryškintas ugdomosios poetikos terapijos teorinis pagrindas.

Išanalizavus transformuojančio mokymosi teorijas, poetikos terapijos teorinį modelį bei empirinius duomenis, buvo sukurta ugdomosios poetikos terapijos sergančiųjų šizofrenija ar depresija įgalinimui metodika.

Pakviesti Lietuvos ir užsienio mokslininkai, kad įvertintų ugdomosios poetikos terapijos metodiką, ekspertų duomenys apibendrinti.

Atlikta atvejų analizė, siekiant patikrinti ugdomosios poetikos terapijos veiksmingumą.

Siekiant detaliau pristatyti tyrėjos sprendžiamus uždavinius, aprašomi atskiri tyrimo etapai. Lentelėje pateikiama loginė tyrimo seka.

Lentelė Nr.1

Loginė tyrimo seka

TYRIMO ETAPAI	
I	MOKSLINIŲ ŠALTINIŲ IR DOKUMENTŲ ANALIZĖ
I	ASMENINĖS UGDOMOSIOS PATIRTIES ANALIZĖ
I	Analizuojami darbo užrašai. Nustatomi negalią reprezentuojantys kriterijai. Nustatomi įgalinimą reprezentuojantys kriterijai. Nustatomos sėkmingiausios intervencinės technikos ir jų panaudojimo kontekstas. Atliekama savirefleksija (Ieškoma atsakymų į klausimus: kokių ugdymo tikslų siekiama? Kokie konkretūs ugdymo uždaviniai sprendžiami? Kokie uždaviniai yra svarbesni už kitus ugdomosios poetikos terapijos proceso metu? Kokiomis teorinėmis nuostatomis vadovaujama ugdomosios poetikos terapijos proceso metu?)
I	UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS TEORINIO MODELIO IŠRYŠKINIMAS
	Mokslinių šaltinių ir empirinių duomenų lyginimas.
	Asmens, sergančio šizofrenija ar depresija, psichologinio išsilaisvinimo teorinis pagrindimas.
	Ugdomosios poetikos terapijos pagrindimas transformuojančio mokymosi teorijomis.
	Transformuojančio mokymosi teorijų ir poetikos terapijos teorinių požiūrių sintezavimas.
I	UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS, TAIKOMOS SERGANČIŲJŲ ŠIZOFRENIJA AR DEPRESIJA ĮGALINIMUI, METODIKOS SUKŪRIMAS (PROJEKTAS)
	Intervencinių technikų aprašymas ir jų naudojimo pagrindimas.
	Projekto diegimas į praktiką ir vykdymo fenomenologinis stebėjimas.
II	UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS, TAIKOMOS SERGANČIŲJŲ ŠIZOFRENIJA AR DEPRESIJA ĮGALINIMUI, METODIKOS EKSPERTIZĖ
	Ekspertų parinkimas ir ekspertinio vertinimo formos parengimas.

	Ekspertų vertinimo tyrimas turinio analizės metodu.
III	UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS TAIKYMO SERGANČIŪJŲ ŠIZOFRENIJA AR DEPRESIJA ĮGALINIMUI ATVEJŲ ANALIZĖ
	Parenkami įgalinimą reprezentuojantys sergančiųjų depresija ir sergančiųjų šizofrenija tipiški atvejai.
	Išryškunami įgalinimą reprezentuojantys mąstymo, emocijų ir socialinio bendravimo pokyčiai, pasiekti Ugdomojoje poetikos terapijoje

Teorinis ir metodologinis pagrindas parentas:

Poststruktūralizmo postulatu: socialinė tikrovė yra dinamiška ir žmonių kuriama, subjektyvumas ir kokybiniai tyrimai yra pripažįstami, pagrįstai naudojami.

Egzistencinės filosofijos idėjomis (M. Heideger, 1992, J.P. Sartre, 1974, K. Jaspers, 1989 ir kt.). Realybė yra subjektyvusis žmogaus pasaulis, kuriame suvokiamas mirties neišvengiamumas ir išgyvenama baimė, patiriamos krizės. Aukštinama žmogaus laisvė, pasirinkimas, asmens unikalumas, akcentuojama humanitarinių dalykų svarba, suvokiant egzistencijos reiškinius. Ugdymo paskirtis – išmokyti suvokti egzistencijos fenomenus, pasitikėti savimi ir kurti save. Egzistencinės filosofijos kontekste yra svarbios *logoterapijos* idėjos (V. Frankl, 1997, 2009). Pasak V. Frankl, kiekvienoje gyvenimo situacijoje yra potenciali prasmė, už kurios įgyvendinimą žmogus yra atsakingas. Ugdymo procese padedama ieškoti gyvenimo prasmės.

Humanistinės psichologijos nuostatomis (A. Maslow, 2006, C. Rogers, 2005, E. From, 1990). Žmogaus prigimtis pozityvi, destrukcija pasireiškia, kai yra nepatenkinami pagrindiniai poreikiai. Žmonės gali būti autonomiški ir unikalūs, neprarasdami ryšio su kitais žmonėmis. Ugdomojo proceso metu klientui jaučiama besąlygiška pagarba ir meilė, santykiai grindžiami absoliučia lygiava, orientuojamasi į aukščiausias vertybes. Ugdytojas empatiškas. Humanistinės psichologijos kontekste svarbi asmens saviraiškos humanistinė psichologinė teorija (Maslow, 2006, Rogers, 2005). Kiekvienas asmuo yra savo individualybės kūrėjas. Neviltis, depresija, pyktis yra įvardijami kaip metapatologija, atsirandanti, kai žmogus nesiekia metavertybių: tiesos, gerumo, grožio. Ugdytojas siekia savirealizacijos, užsiima saviugda, o ugdomojo proceso metu esminę dėmesį skiria klientui, skatina jo savirealizaciją.

Fenomenologiniu požiūriu (E. Husserl, 2005 ir kt.). Pasaulis objektyviai egzistuoja, bet jis įgyja reikšmę tik asmeninio suvokimo dėka. Vadovaujantis šia nuostata, teigiama, kad poetiniai išgyvenimai tampa individų patirties (išgyvenimų, požiūrių) dalimi. Svarbus ir *Dasein, arba fenomenologinis didžiosios būties analizės požiūris* (Binswanger, 1999), kuriuo vadovaujantis autentiška būtis siejama su savo ribų transcendavimu, ateities

projekto kūrimu. Ugdymo paskirtis – padėti asmeniui atrasti autentišką gyvenimą ir tikslus, kurių siekiant būtų galima kurti savo gyvenimą.

Individualiosios psichologijos nuostatomis (A. Adler, 2009). Žmogaus sąmonė yra neatsiejama nuo socialinio konteksto. Ugdymo proceso metu išlaikoma pusiausvyra tarp orientacijos į individualumą ir socialumą.

Socialinė emancipacinė transformuojančio mokymosi teorija (P. Freire, 1970). Socialinė tikrovė suprantama kaip žmogaus gyvenamoji vieta, kurioje laisvėdamas individas keičia visuomenę. Orientuojamasi į asmens laisvę ir kritinės sąmonės vystymą, mokytojo ir mokinių santykiai grindžiami absoliučia lygiava ir partneryste.

Kultūrinė-dvasinė transformuojančio mokymosi teorija (E. Tisdell, 2006). Mokymasis suprantamas kaip nuo dvasingumo neatsiejamas procesas, kurio metu, pasakojant kitiems apie savąjį gyvenimą ir klausantis kitų, atrandama daugiau požiūrių į gyvenimo reiškinius, ir plėtojami asmens gebėjimai plačiau suvokti žmogaus būties problemas.

Dialogo filosofija (M. Buber, 1998). Įžvelgiami trys santykio elementai: buvimas, nuširdus atviras bendravimas ir įsitraukimas. Svarbus yra ne tiek sakomų minčių turinys, kiek pats kalbėjimo vyksmas. Ugdytojas įsitraukia į ugdytinio gyvenimą, išgyvena Aš-Tu santykį ir savo išgyvenimus reiškia kalbėdamas.

Interakcinės biblioterapijos poetikos terapijos paradigma (A. Hynes, M. Berry-Hynes, 1994, N. Mazza, 1998), grindžiama individualiosios psichologijos (Adler, 2009), psichanalizės (Freud, 1999), psychodramos (Moreno, 1969), gešaltinės psichologijos (Perls, Hefnerline, Godman, 1951) teoriniais požiūriais: gyvenimas suprantamas kaip kūrybinis procesas, o kūryba kaip asmeninės ir socialinės raiškos aktas. Teigiama, kad literatūros skaitymas arba kūrybiškas rašymas padeda pažinti vidinius išgyvenimus, perkelti dalį išgyvenimų iš ikisąmoninio lygmens į sąmonės lygmenį, surasti žodžius, reikalingus vidiniams išgyvenimams išreikšti, ir mėginti spręsti vidinį konfliktą.

Postmodernioji filosofija suteikia galimybes įvairioms socialinės tikrovės interpretacijoms ir pabrėžiama, kad moksliniam darbui naudojami informacijos šaltiniai gali būti įvairūs ir skirtingi

Tyrimo etika. LR asmens duomenų teisinės apsaugos įstatymas numato, kad asmens duomenų viešam skelbimui reikalingas asmens sutikimas, todėl tiriamųjų sutikimas buvo gautas. Tiriamieji sutiko, kad mokslinio tyrimo (disertacijos) kontekste anonimiškai būtų atskleistos jų asmeniškios patirties ir socialinio bendravimo ypatybės. Siekiant apsaugoti asmens duomenis, kad būtų kuo mažiau galimybių netiesiogiai identifikuoti tiriamus asmenis, buvo pakeisti tiriamųjų vardai, taip pat neminimi tikslūs pavadinimai miestų ir medicinos įstaigų, kuriose buvo renkami moksliniam tyrimui reikalingi duomenys. Psichiatrijos padalinių vadovai neprieštaravo tyrimo duomenų rinkimui jų vadovaujamo-

se institucijose. LR biomedicininų tyrimų etikos įstatymas nereglamentuoja socialinių mokslų srities tyrimų - tik biomedicinos srities mokslinius tyrimus, todėl į Lietuvos bioetikos komitetą nesikreipta dėl leidimo atlikti tyrimą. Tyrimo etikos klausimais konsultuotasi su Lietuvos bioetikos komisijos pirmininku E. Gefenu, jo vadovaujamas komitetas suteikė išsamią informaciją.

Tiriamųjų kontingentas: 5 psichikos sutrikimais (depresija, šizofrenijos spektro sutrikimais) sergantys suaugę asmenys, savanoriškai sutikę dalyvauti ugdomojoje poetikos terapijos programoje. Iš jų - 2 tiriamieji serga depresija, 3 - šizofrenijos spektro sutrikimais.

Tyrimo vieta ir laikas. Tyrimas atliktas daugiaprofilinės ligoninės Psichiatrijos padalinyje 2007-2009 metais.

Tyrimo metodai

Kokybinis tyrimas. Ugdomosios poetikos terapijos veiksmingumo analizei pasirinktas kokybinio tyrimo metodas, leidžiantis įvertinti tiriamo reiškinių holistiškumą ir kiek galima tiksliau ir išsamiu apibūdinti tiriamą fenomeną (Sale ir kt., 2002, p.45). Nesiekama reprezentuoti ugdomosios poetikos terapijos metodikos veiksmingumo didelėje psichikos sutrikimais sergančiųjų populiacijoje, tyrimas atliekamas natūraliomis sąlygomis, kuriose tiriamą asmenį veikia labai daug tarpusavyje sąveikaujančių veiksnių, darančių poveikį tyrimo rezultatams.

Atliekant tyrimą, įvertinama, kad ugdomosios poetikos terapijos proceso metu sąveikauja: 1) psichikos sutrikimu sergantis žmogus, 2) grožinė literatūra, 3) ugdytojas-terapeutas, 4) kiti terapinės grupės dalyviai.

Psichikos sutrikimo fenomenas yra sudėtinga sistema, kurią sudaro mažesnės tarpusavyje sąveikaujančios sistemos: biologinė, psichologinė ir socialinė, o sergantis asmuo yra veikiamas vaistais (biologinis poveikis), kitais menų terapijos metodais (psichologinis-socialinis poveikis), yra veikiamas šeimos narių, medicinos personalo, kitų ligonių (psichologinis- socialinis poveikis, Warner, 2003), yra įtraukiamas į transformuojančio mokymosi procesą ir veikiamas ugdomosios poetikos terapijos technikomis.

Žmogiškasis ryšys yra sudėtingas fenomenas, apimantis verbalinę ir neverbalinę, komunikaciją, priklausantis ne tik nuo sąmonės, bet ir nuo pasąmonės procesų (Knox, 2009).

Literatūros meno emocinis išgyvenimas ir suvokimas neatsiejami nuo asmens patirties, išsilavinimo, refleksinio ir metaforinio mąstymo gebėjimų (Hynes, 1998). Be to, literatūros menui būdingas estetinis poveikis: veikiamos skaitančiojo emocijos, suku-

riamos prielaidos intuityviam savęs supratimui (Ricoeur, 2000), o tai irgi daro poveikį asmens mokymosi rezultatams.

Poetinio mąstymo fenomenui būdingas autentiškumas, metaforinis mąstymas, jungiantis į visumą praeitį ir dabartį, nusivylimą ir svajonę, atvirumą įspūdžiams (Kačerauskas, 2006).

Įvertinus Lietuvoje netyrinėto reiškinių holistiškumą, orientuojamasi į atskirų unikalių situacijų aprašymą, jų analizę. Tyrėjas yra pažinimo instrumentas (žr. Bitinas, 2006, p. 78, p.84). Generalizuojant išvadas, vadovaujамasi induktyvaus ir analoginio duomenų generalizavimo formomis

Duomenų rinkimo metodai: fenomenologinis stebėjimas, dokumentų analizė.

Dokumentų analizė. Analizuoti viešieji ir privatieji dokumentai (žr. Rupšienė, 2007, p.122.) Analizuojant viešus oficialius Lietuvos ir Europos Sąjungos dokumentus, siekta geriau suprasti tiriamą problemą. Taip pat buvo pasinaudota viešais, vidinėms ligoninės reikmėms skirtais medicinos dokumentais – gydytojo paskyrimo lapais. Analizuojant medicinos dokumentus buvo fiksuoti šie duomenys: tyrime dalyvaujančio asmens diagnozė, išsilavinimas, profesija, amžius. Šie duomenys panaudoti, atliekant atvejų analizę. Tyrėja taip pat pasinaudojo privačiais *išlikusiais* (žr. Charmaz, 2006) dokumentais: savo dienoraščiais, darbo užrašais, sukurtais 1998-2005 asmeninės saviraiškos ir profesinės veiklos tobulinimo tikslais: juose detaliam aprašyti poetikos terapijos, taikytos psichikos sutrikimais sergantiems žmonėms, fenomenai.

Fenomenologinis stebėjimas (žr. Bitinas, 2006, p.87). Stebėjimas atliktas ugdomosios poetikos terapijos metu - stebėtas procesas: grupės dalyvių elgesys, emocijos, verbalinės ir neverbalinės kalbos ypatybės. Stebėjimo duomenys buvo detaliam aprašyti, stebimų asmenų pasisakymai ugdomosios poetikos terapijos metu užrašyti. Proceso stebėtojai teko ir ugdytojos, ir tyrėjos vaidmuo.

Duomenų apdorojimo metodai: aprašomasis, hermeneutinis – interpretacinis, grindžiamosios teorijos strategija, analoginis duomenų generalizavimas (kai pagal vieną atvejį sprendžiama apie kitus, angliškai: case to case).

Grindžiamosios teorijos strategija. Tyrimo autorė taiko poetikos terapiją psichikos sutrikimais sergantiems žmonėms nuo 1998m. Praktinio darbo metu visą laiką buvo atliekamas stebėjimas veikiant (*action research*). Poetikos terapijos projektai vykdyti Psichiatrijos ligoninėje ir sutrikusios psichikos žmonės globojančioje visuomeninėje organizacijoje. Stebėtas ugdomosios poetikos terapijos procesas buvo detaliam aprašomas ir analizuojamas, siekiant asmeniškos ugdomosios veiklos tobulinimo tikslų (savirefleksija) bei JAV Nacionalinės biblioterapijos/ poetikos terapijos konfederacijos išduodamo, profesinę poetikos terapeuto kvalifikaciją liudijančio sertifikato. Dokumento kopija

pridedama prie disertacijos. Vėliau, pradėjus mokslinį ugdomosios poetikos terapijos veiksmingumo tyrimą, sukaupti savirefleksijos užrašai ir jais remiantis parašyti ir publikuoti straipsniai buvo dar kartą analizuoti, o duomenys apibendrinti indukcinio mąstymo būdu. Atrastos teorinės išvalgos buvo lyginamos su moksliniuose šaltiniuose publikuojamais teoriniais požiūriais, plėtojamos ir vėl tikrinamos, analizuojant empirinius duomenis. Taikant šį tyrimo metodą, buvo nustatyti sergančiųjų šizofrenija ar depresija negalios ir įgalinimo kriterijai, dažniausiai naudotų poetikos terapijos technikų panaudojimo tikslingumas – visa tai padėjo išryškinti ugdomosios poetikos terapijos teorinį pagrindą ir sukurti metodiką.

Ugdymo projektas. Tyrėjos iniciatyva sukurto ugdymo projekto paskirtis: patikrinti, ar siūloma Ugdomosios poetikos terapijos sergančiųjų šizofrenija ar depresija įgalinimui metodika yra naudinga ugdomojo proceso dalyviams ir institucijoms, teikiančioms edukacinę- socialinę pagalbą psichikos sutrikimais sergantiems žmonėms.

Projekto metodologinis pagrindimas. Kuriant projektą „Ugdomoji poetikos terapija kaip priemonė šizofrenija ar depresija sergančiųjų įgalinimui“, buvo konceptualiai pagrįstas ugdomosios poetikos terapijos tikslas – įgalinti sergantį asmenį būti atsakingam už savo gyvenimą ir savarankiškai gyventi visuomenėje, ir tikslą konkretinantys uždaviniai: išlaisvinti asmenybę, atkurti sergančio asmens kalbėjimo įgūdžius, sudaryti prielaidas asmenybės socialinių kompetencijų plėtojimui ir kalbinių, literatūrinių gebėjimų vystymuisi. Projekto konceptualiam pagrindimui panaudota sukaupta empirinė medžiaga ir jos apibendrinimo, taikant grindžiamosios teorijos strategiją, išvalgos. Įžvelgta, kad išsilaisvinama iš žemos savivertės išgyvenimo ir neigiamo stigmatizacijos poveikio tik atrandant gyvenimo prasmę (logoterapijos idėjos), o atsivėrimas autentiškam gyvenimui ir tikėjimas kita ateities perspektyva yra būtinos sąlygos savo nusibrėžtų ribų peržengimui (Dasein analizės idėjos). Įvertinta, kad poetinė kalba yra gera priemonė reikšti sudėtingiems vidiniams išgyvenimams ir padeda sutvarkyti chaotišką vidinį pasaulį (poetikos terapijos paradigmos idėjos). Socialinė emancipacinė kultūrinė dvasinė transformuojančio mokymosi teorijos buvo pasirinktos kaip svarbiausios pagrįsti kuriamo projekto „Ugdomoji poetikos terapija depresija ar šizofrenija sergančiųjų įgalinimui“ koncepciją. Remiantis empiriniais duomenimis ir ugdomosios poetikos terapijos sistemine analize, tai yra proceso išskaidymu į sąlygiškai atskiras sistemas: (grožinė literatūra, klientas, ugdomosios poetikos terapijos proceso organizuotumas, ugdytojas), buvo aprašytos konkrečios ugdymo priemonės ir intervencinės technikos, padedančios siekti įgalinimo tikslų. Ekspertų metodu (žr. Bitinas, 2006, p.172, 175 - 176) siekta patikrinti, ar ugdymo procesas gali būti pakankamai veiksmingas, ar bus naudingas institucijoms, kurioje jis atliekamas, veiklai.

Ekspertų metodas. Siekta išsiaiškinti, ar tikslinga plėtoti sudarytos ugdomosios poetikos terapijos metodikos diegimą į praktinę veiklą, ar vadovavimasis metodika turės teigiamą poveikį depresija ir šizofrenijos spektro sutrikimais sergantiems asmenims ir leis pasiekti pozityvių emocinių, kognityvinių ir socialinio bendravimo pokyčių, įgalinančių sergančiuosius savarankiškai gyventi ir būti atsakingiems už savo gyvenimą. Aiškintasi, ar sukurta metodika yra moksliskai pagrįsta, ar gali būti naudinga specialistų, dirbančių su sergančiais psichikos sutrikimais žmonėmis, veiklos plėtotės poreikiams. Ekspertų parinkimo kriterijai: 1. daktaro mokslinis laipsnis, 2. viena iš čia išvardintų kompetencijų: 1) poetikos terapeuto, 2) psichiatro, 3) socialinio pedagogo, 4) biblioterapeuto, 5) kūrybiško rašymo pedagogo, 6) neįgaliųjų meninio ugdymo pedagogo, 7) psichologo, 8) andragogo.

Ekspertais pakviečiami:

1. Stephen Rojcewicz Amerikos psichiatrijos asociacijos narys, Amerikos psichiatrijos ir teisės akademijos narys, JAV Nacionalinės poetinės terapijos asociacijos narys ir supervizorius, buvęs Nacionalinės poetinės terapijos asociacijos prezidentas, psichiatras ir poetikos terapeutas, analizavęs ir vertinęs tyrimo autorės praktinę veiklą JAV Nacionalinės interakcinės biblioterapijos / poezijos terapijos konfederacijos organizuotų profesinių poetikos terapijos studijų metu. Eksperto mokslinių interesų kryptys: poezijos panaudojimas psichiatrijoje, teismo psichiatrija.

2. Wendell Mayo, JAV Ohajo Bowling Green universiteto kūrybiško rašymo programų vadovas, asociacijos „Amerikos talka Lietuvos švietimui“ narys, humanitarinių mokslų daktaras. Mokslinių interesų kryptys: kūrybiško rašymo pedagogika, kūrybiško rašymo panaudojimas identiteto formavimui

3. Albertas Piličiauskas, neįgaliųjų meninio ugdymo klasių *Credo* globėjas, neįgaliųjų meninio ugdymo mokslinių – praktinių konferencijų organizatorius, neįgaliųjų meninio ugdymo monografijos sudarytojas, humanitarinių mokslų daktaras, socialinių mokslų habilituotas daktaras, edukologijos profesorius. Eksperto mokslinių interesų kryptys: neįgaliųjų socializacija, muzikinis auklėjimas ir kitos.

3. Ingrida Baranauskienė, Šiaulių universiteto Socialinės gerovės ir negalės studijų fakulteto dekanė, Socialinės pedagogikos ir psichologijos katedros docentė, mokslinių straipsnių neįgaliųjų profesinės reabilitacijos ir profesinio mokymo klausimais autorė, socialinių mokslų (edukologijos) daktarė, profesorė. Ekspertės mokslinių interesų kryptis: žmonių, turinčių negalią, socialinis dalyvavimas.

4. Robertas Bunevičius, Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Psichofiziologijos ir reabilitacijos instituto direktorius, psichiatras, biomedicinos mokslų habilituotas daktaras, profesorius. Mokslinių interesų kryptys: depresija, šizofrenija, endokrinologija, genetika.

5. Irina Anca Tanasescu, Rumunijos Budapešto Ekologijos universiteto docentė, psichologijos mokslo daktarė, Erasmus programos dėstytoja. Mokslinių interesų kryptys: psichoanalizė, psichodiagnostika.

6. Daiva Janavičienė, Klaipėdos universiteto Socialinių mokslų fakulteto Komunikacijų katedros docentė, humanitarinių mokslų daktarė. Mokslinių interesų kryptys: biblioterapija, kultūrinės bibliotekų paslaugos, tarpkultūrinė komunikacija ir kitos.

7. Margarita Teresevičiene, Vytauto Didžiojo universiteto Socialinių mokslų fakulteto Edukologijos katedros vedėja, profesorė, habilituota daktarė. Mokslinių interesų kryptis: suaugusiųjų mokymas.

Parengta Eksperto vertinimo forma lietuvių ir anglų kalbomis. Parengta ugdomosios poetikos terapijos metodika anglų kalba užsienyje gyvenantiems ekspertams. Ekspertai paprašomi atlikti ugdomosios poetikos terapijos metodikos ekspertizę. Ekspertų vertinimo duomenys apdoroti turinio analizės būdu.

Atvejų analizė, pasirinkta, siekiant apibendrinti ir įprasminti ugdomosios poetikos terapijos taikymą sergančiųjų šizofrenija ar depresija įgalinimui. Atvejų analizė atlikta, vadovaujantis S. Soy (2006) pateikta šešių žingsnių atvejo tyrimo metodika.

I Identifikuojami tyrimo klausimai: kokie kriterijai reprezentuoja įgalinimą? 2) Kokie emocijų pokyčiai atsiranda dalyvaujant ugdomosios poetikos terapijos programoje? 3) Kokie mąstymo pokyčiai pastebimi? 4) Kokie pokyčiai pastebimi socialiniame bendravime? 5) Kaip pats tiriamasis vertina savo asmenybės pokyčius ir gebėjimą savarankiškai gyventi po ugdomosios poetikos terapijos programos? 5) Kokie sunkumai pastebėti ugdomosios poetikos terapijos metu ir kokios intervencinės ugdomosios technikos buvo panaudotos jų įveikimui?

II. Pasirenkami įgalinimą reprezentuojantys atvejai. Depresija sergančio asmens įgalinimo rezultatai pristatomi aprašant ir interpretuojant dviejų depresija sergančių moterų, dalyvavusių ugdomojoje poetikos terapijoje, emocijų, mąstymo ir socialinio bendravimo pokyčius. Abiejų tiriamųjų psichikos sutrikimo raiška labai skiriasi, viena iš tiriamųjų tapo neįgali būdama darbingo amžiaus, kitos psichikos sveikatos problemos išryškėjo sulaukus pensinio amžiaus. Bendra yra tai, kad abi tiriamosios nuo mažens ignoravo arba slopino savo jausmus. Šizofrenijos spektro sutrikimu sergančiojo įgalinimo, taikant ugdomąją poetikos terapiją, rezultatai pristatomi aprašant ir interpretuojant dviejų tiriamųjų, sergančių paranoidine šizofrenija, ir vieno, sergančio šizoafektiniu sutrikimu, emocijų, mąstymo, socialinio bendravimo, savęs vertinimo pokyčius. Bendra yra tai, kad tiriamųjų negalia yra susieta su trauma, kurią sukėlė psichikos ligos diagnozės sužinojimas, su nepakankamu gebėjimu pažinti savo jausmus ir juos priimti, su patirtomis nesėkmėmis mėginant sunkius vidinius išgyvenimus perteikti kalba.

III. Duomenų rinkimo kokybės įvertinimas. Duomenys rinkti natūraliomis sąlygomis, kuriose laikomasi konfidencialumo reikalavimų. Mechaninės priemonės negalėjo būti naudojamos stebėjimui. Disertacijos autorei teko ir ugdytojos, ir stebėtojos vaidmuo. Prieš ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimą buvo pailsima ir giliai susikaupiama, kad pavyktų užfiksuoti visas ugdomosios poetikos terapijos proceso detales ir jas išsaugoti atmintyje iki ugdomojo darbo pabaigos, tai yra, iki patogaus laiko detaliau parašyti fenomenologinio stebėjimo rezultatus.

IV. Tyrimui reikšmingų kokybinių požymių identifikavimas. Ugdomojo proceso detaliame fenomenologiniame aprašyme identifikuojami kokybiniai požymiai, nusakantys 1) sąveikų ypatybes: literatūra-klientas, klientas- klientų grupė, ugdytojas-klientas, 2) emocijų, pažintinių, komunikacinių gebėjimų ir savęs vertinimo ypatybes, 3) intervencinių technikų poveikio ypatybes: poveikis emocijoms, poveikis elgesiui.

V. Atliekama aprašytų duomenų analizė, vadovaujantis interpretaciniu hermeneutiniu požiūriu. Vertinama asmenų, sergančių depresija ar šizofrenija, santykių su savimi kaita ugdomojo proceso metu. Turimi duomenys ir pirminės išvalgos apibendrinami teoriją plėtojančiu požiūriu, įgalinimo rezultatas įvertinamas intrapersonaliniu aspektu. Vertinama asmenų, sergančių depresija ar šizofrenija, santykių su kitais asmenimis kaita ugdomojo proceso metu. Turimi duomenys ir pirminės išvalgos apibendrinami teoriją plėtojančiu požiūriu, įgalinimo rezultatas įvertinamas interpersonaliniu aspektu.

VI. Rezultatai pateikiami disertacijos skaitytojams.

Tyrimo validumas. Trianguliacija

Tyrimo validumas grindžiamas tyrėjos suinteresuotumu atrasti tikrus sergančiųjų depresija ar šizofrenija įgalinimo duomenis realioje ugdomosios poetikos terapijos taikymo situacijoje natūraliomis sąlygomis. Natūralistinio tyrimo principai – kontekstualumas ir detalus aprašymas – pagrindžia kokybinio tyrimo validumą (Rupšienė, 2007). Socialines situacijas atskleidžiantys detalūs penkių asmenų įgalinimo atvejų aprašymai, natūraliomis sąlygomis surinkti duomenys patvirtina išvadų pagrįstumo siekiamybę. Tikėtumas (vidinis validumas) įrodomas dviem būdais – depresija ar šizofrenija sergančiųjų įgalinimą patvirtina: 1) fenomenologinio stebėjimo būdu surinkti duomenys ir 2) klientų atskleisti duomenys (atvejų analizė). Pasinaudota ne tik duomenų rinkimo metodų, bet ir teorijų trianguliacija: procesas aiškinamas skirtingomis transformuojančio mokymosi teorijomis (Freire, Tisdell, Mezirow) ir skirtingomis psichoterapijos koncepcijomis (Adler, Jung, Moreno, Freud, Zinker). Ekspertai įvertino ir patvirtino teorinę ugdomosios poetikos terapijos modelį (tyrėjų trianguliacija), pažymėjo galimybę perkelti ugdomosios

poetikos terapijos technikas į kitus kontekstus ir situacijas. Perkeliamumas, kaip teigia L. Rupšienė (2007), pagrindžia kokybinio tyrimo validumą. Pasiklovimą tyrimu didina tai, kad empiriniai duomenys, kuriais remtasi, kuriant ugdomosios poetikos terapijos metodiką (projektą), kartojosi skirtinguose miestuose ir skirtingu laiku (laiko ir vietos trianguliacija) ir kiekvieną kartą buvo pastebimi tie patys pokyčiai- kognityvinės, emocinės, komunikacinės ir savęs vertinimo transformacijos

4.2. Ugdomosios poetikos terapijos metodika

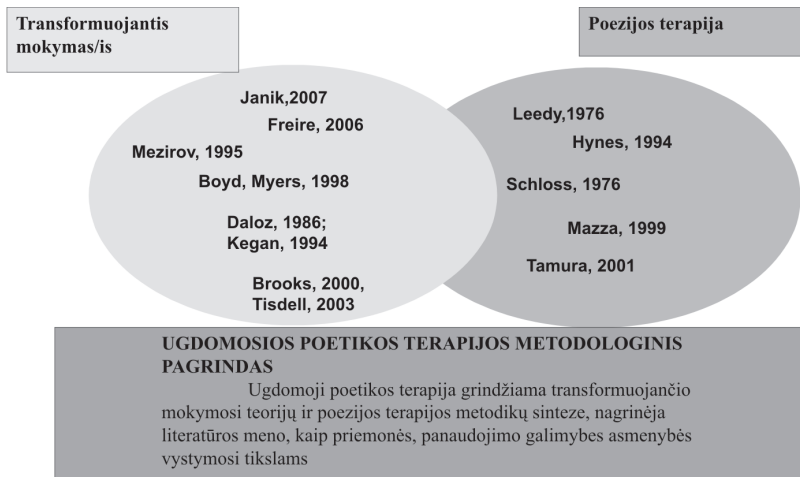
Ugdomoji poetikos terapija yra suvokiama kaip integruoto mokymosi procesas, kuriame išskiriamos šios sudedamosios dalys: 1) autentiškos kalbos ugdymas, 2) savęs pažinimo ugdymas, 3) socialinės kultūros ugdymas, 4) gyvenimo prasmės aiškinimasis, 5) poetinių gebėjimų lavinimas, 6) estetinių poreikių tenkinimas.

Ugdomosios poetikos terapijos metu siekiama išugdyti gebėjimą analizuoti savo patirtį: suprasti buvusių gyvenimo įvykių priežastis ir pasekmes, išmokyti suvokti, kas trukdo racionaliai vertinti gyvenimiškąją situaciją ir bendrauti, išmokyti suprasti stipriąsias savo asmenybės savybes, skatinti pasitikėti savimi ir imtis atsakomybės už savo gyvenimą, įtraukti asmenį į savo elgesio reguliavimo strategijų mokymąsi.

Rengiant ugdomosios poetikos terapijos metodiką, buvo orientuojamasi į asmenų, sergančių depresija ir šizofrenijos spektro sutrikimais, poreikius mokytis gyventi visuomenėje. Mokslinėje literatūroje P. Freire teorija dar vadinama išlaisvinančio mokymo arba įgalinimo teorija. Ją pritaikant praktinėms sergančiųjų įgalinimo reikmėms, originalioji P. Freire teorija buvo papildyta kitų transformuojančio mokymo/si teoretikų (Janik, 2007, Brooks, 2000, Tisdell, 2003 Boyd ir Myers 1988. Mezirov, 1995) ir poetikos terapijos proceso analitikų bei praktikų (Hynes, Hynes- Berry 1994, Mazza, 1999, Tamura, 2001) darbais.

Poetikos terapijos metodikų autoriai (Leedy, 1976, Hynes, Hynes-Bery, 1994, Mazza, 1999, Schloss, 1976) neprieštarauja vienas kitam, jų metodikos pagrįstos biblioterapijos požiūriu ir gali būti interpretuojamos kaip to paties metodo potipiai (subtipai).

Anglų kalba rašomuose straipsniuose dažniausiai vartojamas poezijos terapijos (POETRY THERAPY) terminas, bet sinonimiškai pavartojami ir kiti terminai: interakcinė biblioterapija (INTERACTIVE BIBLIOTHERAPY) (Hynes ir Hynes-Berry, 1994), poetinė medicina (POETIC MEDICINE) (Fox, 1995). Terapijoje niekada neapsiribojama vien poezija, gali būti skaitoma proza, mitai, pasakos, dramos, tad terminas „poezijos terapija“ nėra visai tikslus. Aristoteliui, parašiusiam veikalą „Poetika“, rūpėjo literatūros ir tikrovės sąveikos problema, kūrinio poveikis žmogui, Aristotelio poetikos idėjomis grindžiama dabartinė egzistencialistinė filosofinė poetika, sutelkianti dėmesį į tai, kas yra už teksto,

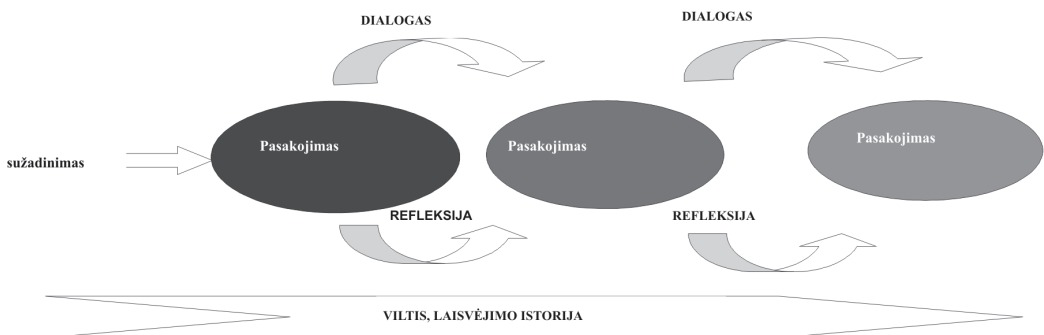


4 pav. Ugdomosios poetikos terapijos teorinis pagrindas

kaip per jį išskyla egzistencijos tikrovė. Filosofinė poetika yra visuminė žiūra į gyvenamąjį pasaulį kaip į kūrybinę žmogaus erdvę (Kačerauskas, 2006). Ugdomosios poetikos terapijos procese orientuojamasi į klientų gyvenamąjį pasaulį, į jo išpūdžių patyrimą, problemų atskleidimą ir supratimą skaitymo ar kūrybiško rašymo dėka, poetinė prigimtis išvelgiama kiekviename žmoguje (Mazza, 1999). Įvertinus sąsajas su egzistencialistine filosofinės poetikos paradigma, galvojama, kad tikslingiau vartoti „poetikos terapijos“, o ne „poezijos terapijos“ terminą. Didžiausia poetikos terapijos taikymo patirtis sukaupta JAV, tarpdisciplininis projektas jungia psichologus, kalbos mokytojus, psichoterapeutus, literatus, laikomasi požiūrio, kad kiekvienas specialistas, įvaldęs poetikos terapeuto metodus, gali diegti juos į praktiką savo profesinės kompetencijos ribose, tačiau JAV Nacionalinėje poezijos terapijos asociacijoje 2005m. kilo diskusijų dėl terapijos termino vartojimo ugdymo kontekste. Buvo pasiūlyta plačiau vartoti sąvoką „Transformuojantis gimtosios kalbos mokymasis asmenybės transpersonaliems pokyčiams“ (Transformative education in language arts for transpersonal changes) Transformuojančio gimtosios kalbos mokymosi sąvoka sutinkama JAV švietimo kontekste, bet A. Hynes ir M. Hynes-Berry pasiūlyta ugdymo / vystymo biblioterapijos sąvoka jau turi tradiciją ir yra išsitvirtinusi ne tik medicinos kontekste. Be to, patogiau proceso esmę nusakyti vienu, dviem žodžiais, o ne visa fraze. Pažymėtina ir tai, kad ugdomosios poetikos terapijos terminas yra naudingas, kai norima pažymėti šios terapijos vietą menų terapijos kontekste.

Visos transformuojančio mokymosi teorijos buvo aktualios, kuriant Ugdomosios poetikos terapijos sergančiųjų šizofrenija ir depresija įgalinimui metodiką. P. Freire (2006) požiūriu remtasi, kuriant mokymosi aplinką, palankią laisvinimuisi iš vidinės ir išorinės stigmų ir prakalbėjimui. R. Boyd ir J. Myers (1988) požiūriu aiškinamas pasąmonės ir simbolių vaidmuo asmens refleksijai ir mokymosi rezultatams. J. Mezirov (1995) teorija vadovautasi racionaliai analizuojant esamą gyvenimiškąją situaciją. Psichikos ugdymo teoriniu požiūriu (Cranton, 2000; Dirkx, 2000) vadovautasi kuriant prielaidas, ne tik padedančias suprasti psichikos (sąmonės ir pasąmonės) vaidmenį gyvenimo supratimui ir poelgiams, bet ir atrasti naują gyvenimo perspektyvą. Jos atradimas siejamas su gautomis žiniomis, padedančiomis esamiems realiams reiškiniams suteikti naują prasmę. Neurobiologinė transformuojančio mokymosi teorija (Janik, 2007) aiškina mokymosi priklausomybę nuo neurobiologinių procesų ir transformuojančio mokymosi proceso poveikį žmogaus neurobiologinei sistemai: šis požiūris pagrindžia ugdymo metodų naudojimą terapijos tikslams ir ugdymo individualizacijos poreikį.

Refleksija ir dialogas suvokiami kaip svarbiausi mokymosi metodai Ugdomojoje poetikos terapijoje: jie sudaro prielaidas asmens naratyvo (pasakojimo) pokyčiams. Pasakojimo vystymas ir jo reikšmė asmenybės transformacijoms yra nagrinėjami kultūriniu dvasiniu požiūriu grindžiamose transformuojančio mokymosi teorijose (Brooks, 2000; Tisdell, 2003). Dalyvaudamas pokalbiuose psichikos sutrikimais sergantis asmuo atskleidžia gyvenimo istorijos nuotrupas (prisiminimus), o ilgalaikiame terapijos procese atskleidžiama visa asmens gyvenimo istorija, ji visą laiką plėtojama, naujai konstruojama, o tai leidžia atrasti naują požiūrį į gyvenimą, įgyti naują supratimą.



5 pav. Pasakojimo transformacija Ugdomojoje poetikos terapijoje

Kuriant metodiką pasakojimo plėtojimas buvo labiau siejamas su ugdymo tikslais, o prielaidų, išlaisvinančių kalbėjimo įgūdžius, sudarymas – su terapijos tikslais. Ir terapijos, ir ugdymo metu siekta asmenybės socialinio elgesio rekonstravimo. Manoma, kad terapija išlaisvina gebėjimą mokytis, o mokymasis veikia terapiškai: vystomi socialinio bendravimo įgūdžiai, sulaukiama emocinės paramos, gaunamos žinios, leidžiančios reiškiniams suteikti kitas prasmes, perkurti negalią palaikančius mąstymo konstruktus.

Dalyvavimas ugdomosios poetikos terapijos grupės darbe arba individualiuose egzistenciniuose susitikimuose yra savanoriškas. Sėkmingam darbui būtina prielaida – gilus asmenybės emocinis, kognityvinis ir socialinis atsivėrimas. Skaitymas, kartais rašymas yra panaudojami sužadinti emocijas ir prisiminimus bei užmegzti dialogą. Įgalinimas yra suvokiamas kaip naujų galimybių paieška ir radimas, kaip persikėlimas iš nevilties konteksto į vilties kontekstą. Paveiksle parodomi įgalinimo žingsniai.



6 pav. Įgalinimo žingsniai ugdomosios poetikos terapijos proceso metu

Mokymosi temą lemia ne ugdytojo planas ir numatytas mokymo turinys, o kliento poreikiai, problemos, kurioms sergantis asmuo suteikia asmeniškai reikšmingą prasmę. Ugdomosios poetikos terapijos technikų derinys, naudojamas dirbant su sergančiais depresija asmenimis, skiriasi nuo technikų derinio, naudojamo dirbant su asmenimis,

sergančiais šizofrenijos spektro sutrikimais. Kartais pasireiškia ir šizofrenija, ir depresija – tokiais atvejais kūrybiškai derinamos intervencijos technikos.

Stebint sergančių depresija asmenų dalyvavimą ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimuose, ne kartą buvo pastebėta, kad jausmų ir prisiminimų žadinimas stiprina nerimą. Vadovaudamiesi mums žinomais mokslininkų teiginiais, darome prielaidą, kad didėjantis nerimas gali pabloginti depresija sergančiųjų būseną, paskatinti vėl užsisklęsti. Taip pat darome prielaidą, kad sergantiems depresija yra labai reikalingos žinios, kaip gyventi, bet atotrūkis nuo visuminio (poetinio) suvokimo gali stiprinti kaltės jausmą ir pabloginti psichikos būseną. Šių problemų sprendimui buvo kuriamos nerimą suvaldančios ar mintį įvaizdinančios technikos.



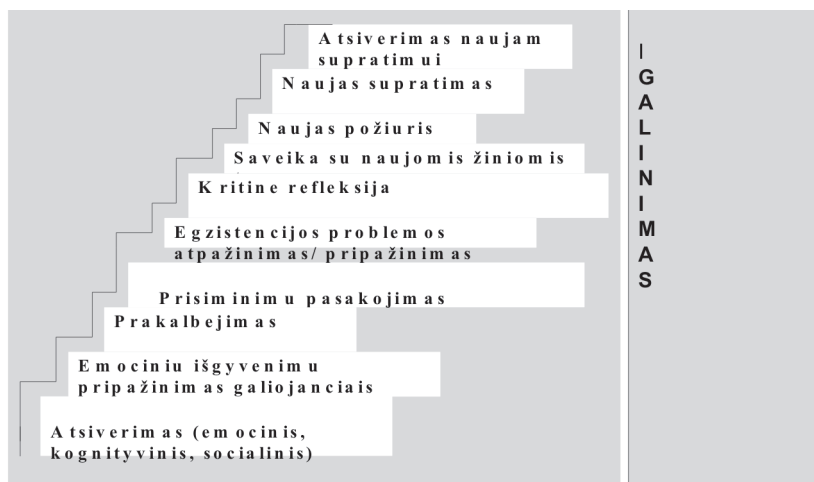
7 pav. Depresija sergančiojo įgalinimo ugdomojoje poetikos terapijoje pakopų schema

Stimuliuojant poetinius išgyvenimus, depresija sergantis asmuo išmoksta suvaldyti nerimą, blokuojantį emocinį, kognityvinį ir socialinį atsivėrimą, o tai skatina asmenį imtis atsakomybės už savo gyvenimą ir išmokti naujų elgesio reguliavimo strategijų, pozityviai pakeičiančių asmens gyvenimą visuomenėje.

Stebint asmenų, sergančių šizofrenijos spektro sutrikimais, dalyvavimą ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimuose, empiriškai buvo pastebėta, kad šiems asmenims labai reikia žinių apie ligos ir laiko, praleisto uždarame psichiatrijos skyriuje, poveikį jausmams ir tikėjimui savimi. Hipotetiškai galvojame, jog teikiant egzistencijos žinias, sukuriamos prielaidos sergančiajam šizofrenija patikėti, kad jo jausmai yra teisingi ir pripažįstami socialinėje aplinkoje. Taip pat galvojame, kad sergantiems reikia žodine

kalba perteikiamų žinių, paaiškinančių, ką nesergantiems žmonėms reiškia vieni ar kiti sergančiųjų šizofrenija veiksmi. Jausmų įvardijimas, pažinimas ir išgyvenimas sudaro prielaidas giluminiam atsivėrimui ir prakalbėjimui. Šioje metodikoje yra pateikiamos prakalbėjimą lengvinančios ugdomosios poetikos terapijos technikos.

Žinios, paaiškinančios šizofrenija sergančiojo asmens slopinamas emocijas, padeda įveikti pataloginį užsisklendimą, o pasakojant prisiminimus išmokstama suprasti buvusių gyvenimo įvykių priežastis ir pasekmes bei stipriąsias savo asmenybės savybes – išsilaisvinama iš socialinės izoliacijos ir surandama nauja gyvenimo kokybė.



8 pav. Šizofrenija sergančiojo įgalinimo ugdomojoje poetikos terapijoje pakopų schema

Ugdomoji poetikos terapija yra holistinis procesas, kuriame galima išvelgti atskirus pažintinio vystymosi etapus. R. Lengelle, F. Meijers (2009, p.57-77) aprašė asmens pažintinio vystymosi pakopas [1) atvirumo pojūčiams / jautrumo (sensing), 2) perkėlimo (shifting), 3) problemos suvokimo / fokusavimo (focusing) ir 4) supratimo (understanding)], paaiškinančios individų kognityvinį vystymąsi kūrybiško rašymo proceso metu. Tai neprieštarauja suaugusiųjų, sergančių depresija ar šizofrenija, pažintinio vystymosi aiškinimui ugdomojoje poetikos terapijoje. R. Lengelle, F. Meijers (2009) aprašyta atvirumo pojūčiams pakopa atitinka mūsų sukurtos Ugdomosios poetikos terapijos metodikos atsivėrimo ir jausmų išgyvenimo žingsnius. R. Lengelle, F. Meijers perkėlimo pakopą sieja su metaforos galia perkelti universalias žinias į konkrečią kliento gyvenimiškąją situaciją. Metaforos galia Ugdomosios poetikos terapijos metodikoje yra įvertinama, ja naudojamos nerimą suvaldančios ir empatiško rašymo technikos, o taip pat dialogo metu. Ugdomojoje poetikos terapijoje kaip pažintinio vystymosi žingsniai yra išskirti

prakalbėjimas ir gyvenimo istorijos pasakojimas, reiškiantys asmens įsitraukimą į refleksinio mąstymo procesą.

Ugdomosios poetikos terapijos aplinka, proceso planavimas ir organizavimas

Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo aplinkai keliami minimalūs reikalavimai. Geidautinas kvadrato formos erdvus kambarys, kuriame į taisyklingą ratą galima sustatyti 12 kėdžių, turinčių atlenkiamą stalelį rašymui. Kėdės turėtų būti pritaikytos pastumti prie sienos, kad 12 žmonių lengvai ir greitai sustotų į ratą. Jie vienas nuo kito turėtų stovėti per atstumą, ne mažesnę kaip ištiestos rankos ilgis. Kambaryje turi būti šilta ir šviesu. Ant lygių, šviesių sienų gali kabėti keletas paveikslų su gamtos vaizdais. Kambarys turi būti izoliuotas nuo triukšmo. Į jį neturi patekti garsai iš koridoriaus ar kitų kabinetų. Kambaryje nėra nei kompiuterio, nei telefono. Prie lango gali stovėti stalelis su gėlėmis, gali degti žvakė. Klientai turi gauti po lapą popieriaus ir rašiklį. Kiekvienam dalyviui reikia paduoti ugdomosios poetikos terapijos susitikimo metu skaitomų eilėraščių kopijas.

Reikalavimai ugdytojui: jausti pagarbą visiems žmogaus jausmams, prieš pradėdant darbą privalu užtikrinti saugią ir konfidencialią bendravimo aplinką, leisti klientui pačiam nuspręsti, ar jam dalyvauti ugdomojoje poetikos terapijoje. Ugdytojas turi būti susikaupęs ir neįsitempęs. Likus valandai iki susitikimo privalu pamiršti visas asmenines problemas, pabūti tyloje, susitelkti į save. Jei dirbama su psichoziniu sutrikimu sergančiu klientu, kurio ligos eiga poūmė, reikalingos ir klinikinės psichologijos ar psichiatrijos slaugos kompetencijos.

Asmenų įtraukimo į ugdomąją poetikos terapiją kriterijai:

Asmuo, sergantis depresija arba šizofrenijos spektro sutrikimu (paranoidine šizofrenija, šizoafektinio sutrikimo depresiniu variantu) ir norintis dalyvauti ugdomojoje poetikos terapijos programoje.

Asmens intelektas nesutrikęs, atitinka normos ribas.

Nėra ūmios psichozės požymių

Pastaba: Verbalinių įgūdžių praradimas - ne kliūtis dalyvauti ugdomojoje poetikos terapijoje.

Tikėtina, kad įgalinimo rezultatai bus ypač ryškūs,

jei asmuo iki ligos turėjo daug aukštų siekių;

jei kažkurioje veiklos srityje buvo pasiekęs ypač gerų rezultatų;

jei domėjosi kažkuria meno rūšimi ir užsiminėjo kūrybiška veikla;

jei asmens vertybių sistemoje prioritetas skiriamas dvasinėms vertybėms;

jei jaučia poreikį domėtis literatūros menu ar kita meno rūšimi.

Grupės sudarymas

Grupę sudaro 4–6 asmenys. Jei siekiama išlaikyti jau pasiektus rezultatus, grupė gali būti didesnė, bet joje negali dalyvauti daugiau kaip 12 asmenų.

Sudarant grupę reikia atsižvelgti :

į diagnozę. Su šizofrenijos spektro sergančiais asmenimis geriau dirbti atskiroje grupėje, nes gali pasireikšti psichoziniai mąstymo turinio sutrikimai (kliedesiai), kurie paprastai nebūdingi sergantiems depresija. Neatsižvelgimas į diagnozę, sudarant grupę, sukuria prielaidas depresiškai sergančiam asmeniui pagalvoti, kad ateityje jis nebegalės teisingai mąstyti, bus bejėgis, kliedintis žmogus. Šis veiksnys labai sustiprintų negalią;

į verbalinių įgūdžių praradimo sunkumą. Asmuo, nepraradęs gebėjimo pasakyti tai, ką nori pasakyti, blogai jaustųsi tarp tų, kurie kalba labai lėtai, o pauzės tarp žodžių užtrunka keletą minučių;

į amžių. Grupėje gali dirbti skirtingo amžiaus žmonės, bet pasiskirstymas pagal amžių neturi būti poliarizuotas. Blogai jausis vienas aštuoniolikmetis tarp šešiasdešimtmečių, o viena šešiasdešimties metų moteris tarp 18-22 metų jaunuolių;

į lytį. Dalis moterų gali atsisakyti dalyvauti ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime, jei dalyvaujančių vyrų yra daugiau negu moterų;

į problemą. Jei planuojama nagrinėti labai specifinę problemą, pavyzdžiui, kaip išgyventi artimo žmogaus netektį, į ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimą nereiktų kviešti asmenų, kurie šiuo metu neišgyvena netekties jausmo, o paskutinių kelerių metų laikotarpyje išgyventa netektis ilgesniam laikui nesutrikdė psichikos sveikatos ir nepakenkė socialiniams santykiams su kitais žmonėmis.

Jei asmuo yra netekęs verbalinio bendravimo įgūdžių, sunkiai palaiko minimalų kontaktą su kitu žmogumi, pradedama nuo 4-5 individualių egzistencinių pokalbių.

Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo pradžia. Susirinkusieji susėda į vieną ratą. Susitikimo pradžioje kliento ar klientų paklausiama, kaip jie šiandien jaučiasi, ar yra pajėgūs bendrauti, ar viskas yra gerai. Primenami bendravimo etikos reikalavimai: laikytis saugumo ir konfidencialumo.

Susitarimas dėl dalyvavimo ugdomojoje poetikos terapijos programoje. Kai yra ryški psichikos sutrikimu sergančio asmens negalia, žmogus jaučiasi labai nesaugiai, tad pasiūlymas pasirašyti bendradarbiavimo kontraktą yra nepatrauklus ir gali tapti motyvacijos dalyvauti ugdomojoje poetikos terapijos programoje praradimo priežastimi. Psichikos sutrikimais sergančių asmenų teisės neretai pažeidžiamos, tad sergantys asmenys bijo apgaulės, bijo, kad girdėdami, kas aiškinama ir ko prašoma, jie gali kažką ne taip suprasti, o jų parašas gali būti panaudotas negeram tikslui. Dėl dalyvavimo 5 ug-

domosios poetikos terapijos grupės susitikimuose susitariama žodžiu. Klientas visada pats sprendžia, ar jam eiti ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikimą, ar neiti.

Ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikimų skaičius

Nors pozityvūs asmenybės emociniai, pažintiniai, socialiniai pokyčiai atsiranda po keturių- šešių ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikimų, stabilūs ir akivaizdūs įgalinimo rezultatai pasiekiami po poros metų.

Ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikimo trukmė: programos pradžioje 45 minutės, po 3 kartų - 60 minučių, po 5 susitikimų - 90 minučių.

Ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikimo etapai: **1.** Įžanginė dalis – jausmų ir prisiminimų sužadimas (grožinės literatūros skaitymas) ir dialogas (diskusija), kurios metu sužinomos individo problemos. **2** Transformuojančio mokymosi etapas, apimantis kritinę refleksiją bei autentiškos kalbos ugdymą (minties įvaizdinimą, kūrybišką rašymą). **3.** Apibendrinimas, poetinis ritualas.

Po poetinės improvizacijos dažnai atsiranda naujų klausimų ir atgyja nauji prisiminimai. Ugdytojas trumpai ir apibendrintai atsako į naujausius klausimus, primindamas, kad bendravimas bus pratęstas kito susitikimo metu.



9 pav. Ugdamosios poetikos terapijos proceso schema

Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo laiko planavimas

Pagal klientų pajėgumą galima išskirti A, B ir C variantus:

A variantas – susitikimo trukmė 45 minutės. Pirma dalis (skaitymas ir diskusija) – 15 minučių; antra dalis (transformuojantis mokymasis)– 15 minučių, trečia dalis (ruošimasis poetinei improvizacijai, poetinė improvizacija, apibendrinimas) – 15 minučių.

B variantas – susitikimo trukmė 60 minučių. Pirma dalis (skaitymas ir diskusija) – 20 minučių; antra dalis (transformuojantis mokymasis)– 20 minučių, trečia dalis (ruošimasis poetinei improvizacijai, poetinė improvizacija, apibendrinimas) – 20 minučių.

C variantas – susitikimo trukmė 90 minučių. Pirma dalis (skaitymas ir diskusija) – 30 minučių; antra dalis (transformuojantis mokymasis)– 30 minučių, trečia dalis (ruošimasis poetinei improvizacijai, poetinė improvizacija, apibendrinimas) – 30 minučių.

Ugdomosios poetikos terapijos proceso pradžia: autentiško santykio užmezgimas ir autentišką kalbą skatinančios / ugdančios aplinkos kūrimas

Autentiškas santykis reiškia unikalų bendravimą, ir tai, kad susitikimo partneriai atsakingi už autentiškumą: už tikrų jausmų reiškimą, tikrų abejonių išsakymą, už tikrą svarstymą, kaip išmokti tikėti savimi ir būti atsakingam už unikalų savo gyvenimą.

Autentiška kalba išreiškia tikrąją, tik šiam individui būdingą patirtį ir emocinius-dvasinius išgyvenimus. Autentiška kalba pasižymi savitu ritmu, savita jutimine išraiška, savita kalbos raiškos priemonių sistema. Autentiškai kalbantis žmogus yra atviras unikaliam savo patirčiai ir išgyvenimams.

Prieš pasirinkdami atitinkamą autentiškos kalbos ugdymo techniką, turime įvertinti, ar asmuo pajėgus užmegzti ir palaikyti verbalinį kontaktą; ar asmuo labai įsitempęs, žvelgiantis žemyn, nesugebantis į klausimą atsakyti pilnu sakiniu. Verbaliniai kliento gebėjimai, nustatomi susitikimo metu, apsprendžia darbo metodus ir technikas.

Ugdomojoje poetikos terapijoje svarbu surasti klientui aktualią temą, kad jis pasijaustų pagerbtas, reikšmingas, galėdamas išreikšti savo mintis. Žmonės dažnai žino, kas jiems svarbu, ir nori išsakyti mintis aktualia tema, bet jų kalbėjimas gali stokoti autentiškumo. Kalbėdami jie gali stengtis sudaryti apie save gerą nuomonę, kartoti žinomas tiesas, pavyzdžiui: „Svarbu stengtis nepasiduoti ligai, neprarasti vilties“ arba: „Reikia mokėti džiaugtis gyvenimu. Dabar pavasaris, gražu, saulutė šviečia“. Šios pacituotos klientų mintys išreiškia tai, ką jie daug kartų girdėjo, tai, kas yra jų nuostatos, bet ne tai, kas susiję su jų individualia patirtimi, išgyvenimais, kurie aktualūs *čia ir dabar*. Siekiant ugdyti autentišką kalbą, yra stengiamasi surasti klientui aktualią pokalbio temą, bet neskatinamas individualumo neišreiškiančių frazių kartojimas. Autentiška kalba yra neatskiriama nuo atvirumo savo paties pojūčiams, prisiminimams, sprendimams ir abejonėms, gyvenimo prasmės jausmui. Jai reikalingas turtingas žodynas.

Siekiant sudaryti sąlygas individui įsitraukti į pokalbį jam aktualia tema, sustiprinti jo spontaniškumą ir atvirumą asmeniškams išgyvenimams, praturtinti žodyną, pasirenkamas biblioterapinis dialogas.

Biblioterapinis dialogas. Literatūros skaitymas panaudojamas kliento jausmų ir prisiminimų sužadanimui, asmeniškų išgyvenimų ir gyvenimo įvykių sužinojimui. Literatūros kūrinio panaudojimas dialogo užmezgimui poetikos terapijos studijose vadinamas jautrumo sužadavimo/ norminimo metodu. Biblioterapinis dialogas gali būti grindžiamas J. Leedy izoprincipo, A. Hynes ir M. Hynes- Berry interakcinės biblioterapijos, N. Mazza jautrumo sužadavimo/norminimo, G. Schloss psichodramos tradicijomis.

Jautrumo sunorminimo metodas. Subtipas: J. Leedy izoprincipo tradicija. Psichikos sutrikimu sergančio asmens gebėjimas suvokti tekstą praktiškai nesiskiria nuo sveikųjų. Rekomenduojama pasirinkti tokį kūrinį, kuris žadina išgyvenimus, artimus klientų jausmams. Emocinis giminingumas stiprina sąveikavimą su literatūros kūriniumi, tačiau negalima apsiriboti vien jausminės tapatybės išgyvenimu, privalu atverti ir naują jausminę perspektyvą, padedančią artėti A. Adler aprašyto bendrystės jausmo link. Izoprincipo tradicija kelia didelius reikalavimus specialistui, parenkančiam literatūrą terapijos reikmėms. Skaitomas eilėraštis turi iš karto užvaldyti skaitančiojo emocijas ir mintis, sužavėti kalbos ritmu, skambesiu, suteikti vilties, tačiau rasti tokį eilėrašį labai sunku, nes dalyvaujančiųjų ugdomojoje poetikos terapijoje poreikiai ir gyvenimiškoji patirtis dažnai labai skiriasi.

Ugdomojoje poetikos terapijoje skaitytų eilėraščių pavyzdžiai

Dirbant su užsisklendusiu žmogumi tikslinga parinkti kūrinį, perteikiantį vienišo asmens išgyvenimus ir gebėjimą matyti grožio akimirkas, branginti jas, kaip ir visą savo gyvenimo kelią. Jei eilėraščio lyrinis herojus yra artimas klientui, keliantis pasitikėjimą ir norą bendrauti, klientas patiki, kad realiaame gyvenime taip pat galima sutikti tokį žmogų. Tokio eilėraščio pavyzdžiu gali būti **Vinco Mykoliaičio-Putino eilėraštis „Benamio dainos“ (III)**. (Lietuvių poetų balsai. Vilnius: Tyto alba, 2001, p.46)

„Čia žėri saulė, čia naktis,/Prabėgo daug gražių dienų,-/ O aš tolyn tuo pat keliu/ Einu einu, einu einu“ ... Eilėraščio pradžia primena bejėgiškumą: jaunystė prabėgo, nėra jokio polėkio ir jokio kitokio pasirinkimo, tiktai eiti savo keliu.. Skaitant toliau, paaiškėja, kad tame kelyje būta visko: ir sielvarto, ir meilės. Beeinant keliu ir apmąstant savo gyvenimą, susitaikoma su tuo, kas žmogui duota, pajaučiama savo gyvenimo vertė, ir atrandama galimybė nudžiugti, prisimenant ankstesnius giedrius išgyvenimus; „Dabar nurimęs, nebylus/ Aš vis einu, einu, einu.//Atminęs saulėtas dienas,/ Aš vėl jaunyste gyvenu./Su giedru lūpose šypsniu/einu einu, einu, einu“.

Liudo Pranciškaus eilėraštis „Kosminė vienatvė“ (Liudas Pranciškus. *Akmeninė jūra*. Klaipėdos universiteto leidykla, 2007, p.29) gali būti artimas žmonėms visą laiką skaudžiai

išgyvenantiems vienišumą, nereikalingumo jausmą, nesugebantiems įžvelgti jokių kitų būties ženklų. Stipriai paveikia žodžiai: „kosminė vienatvė“, „kosminė depresija“, klientas gali savo kančią palyginti su kosmine depresija, neatitinkančia žmogaus jėgų, ir apsidžiaugti, kad yra daugiau žmonių, suvokiančių tokius išgyvenimus. Eilėraštis pasibaigiantis žodžiais: „...viskas tokie niekai ir nepalyginama su tuo garsu kai senu malūnėliu mali pupeles ryto kavai“ parodo kosminės depresijos apimtame mieste gyvenančio žmogaus galią veikti: malti pupeles kavai, pradėti dieną. Be to, sukelia daug malonių prisiminimų asmenims, atsime-nantiems senuosius kavos malūnėlius ... Bet skaitantis žmogus gali būti iš tų, kuriam prieš trisdešimt metų nieko nereikšė kavos malūnėlio garsas. Biblioterapinis dialogas, tęsiantis J. Leedy tradiciją, įpareigoja ugdytoją kaip galima tiksliau atspindėti kliento jausmus ir sudaryti prielaidas pozityviems pokyčiams, teikiant maksimalią emocinę paramą kiekvienam kalbančiam, sustiprinant kiekvieno kliento viltį, išreiškiant pritarimą pozityvioms mintims. Prieš pradėdant dialogą eilėraštis perskaitomas du kartus. Vieną kartą skaito ugdytojas, kitą – vienas ar keli klientai. Labai svarbu, kad skaitant būtų rimtis, susikaupimas, kad būtų atidžiai įsiklausoma į ritmą, skambesį, tylos pauzes. Eilėraštis, išreiškiantis tai, kas bendra visiems, sudaro prielaidas prakalbėti apie nusivylimą, skausmą, nuovargį ir mėginimą patikėti ateitimi. Jei eilėraštis parinktas teisingai, išgyvenamas stiprus katarsis, stiprus grupės sutelktumo jausmas. Dialogas bus sėkmingesnis, jei ugdomosios poetikos terapijos grupės dalyviai yra domėjęsi poezija, mėgę skaityti. Tikėtina, kad J. Leedy tradiciją tęsiantis biblioterapinis dialogas bus sėkmingesnis dirbant su sergančiais depresija, o ne su sergančiais šizofrenija, jei ir vieni, ir kiti neturi domėjimosi poezija patirties.

Jautrumo sunorminimo metodas. Subtipas: biblioterapinis dialogas pagal A. Hynes ir Mc. Hynes-Berry (1994) metodiką. Interakcinės biblioterapijos reikalavimus atitinkantis dialogas dažniausiai naudojamas psichikos sutrikimais sergančių asmenų įgalinimo tikslų siekiančioje ugdomojoje poetikos terapijoje. Grožinė literatūra parenkama pagal A. Hynes ir Mc. Hynes- Berry rekomendacijas, atitinkančias šiuos kriterijus: tematikos, stiliaus, patogumo naudoti, temos terapinio naudingumo konkrečios klientų grupės reikmėms.

Tematika. Teksto tema yra svarbesnė negu jo estetinė vertė. Parenkant kūrinį terapijai yra patenkinami šie kriterijai: 1. universalumo, 2. emocinio poveikio, 3. suprantamumo, 4. pozityvumo.

1. Universalumas. Kai tema universali, skaitytojas lengvai emociškai susitapatina su kūrinio herojumi, jo jausmus, patirtus išgyvenimus suvokia kaip savo asmenišką patirties dalį.

2. Emocinis poveikis. Klientui svarbu ne tik tapatintis su herojumi, kuris žino, ko-kiais orientyrais vadovautis gyvenime, bet ir išgyventi herojaus individualią situaciją: jo jausmus ir pasirinkimus.

3. Suprantamumas. Jei įvaizdžiai labai neįprasti ir nesuvokiami, labai daug metaforų, jei kūrinys susietas su ankstesne istorijos epocha, kurioje gyvenusių žmonių patirtis nebesuprantama be specialaus istorinio pasirengimo, jei kūrinys atstovauja nepažįstamai subkultūrai, jei sunku spontaniškai pasiduoti emociniam tokio teksto veikimui, toks literatūros kūrinys netarnauja terapijos tikslams.

4. Pozityvumas. Literatūros tekstas turi suteikti vilties, teigti gyvenimo prasmę.

Stilius. Skaitomas tekstas turi atitikti šiuos reikalavimus: 1. ritmo, 2. suprantamų įvaizdžių, 3. aiškios kalbos.

1. Ritmas. Jis būdingas ir poezijai, ir prozai. Lengvai pajaučiamas kalbos ritmas patraukia ir užvaldo dėmesį, skatina bendrystės su kitais žmonėmis ir supančia aplinka jausmą. Tokį literatūros tekstą lengva skaityti garsiai, jį nesunku išmokti atmintinai.

2. Įvaizdžiai turi būti lengvai suprantami ir skatinantys skaitantįjį išgirsti vidinę kalbą, kurios dėka atsiranda naujo suvokimo pajauta.

3. Kalba. Kalba turi būti aiški, o žodžiai suprantami iš karto. Sunkaus, terapijai netinkančio kalbos stiliaus pavyzdžiu gali būti rašytojo stilistiniai eksperimentai (neįprasti žodžių deriniai, atskirų žodžio skiemenų išdėstymai atskirose eilutėse), tekste vartojami žodžiai, kurių prasmės reikia ieškoti žodynuose.

Patogumo naudoti terapijoje kriterijus. Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas su klientais tęsiasi ne ilgiau kaip 2 akademinės valandas. Teksto skaitymui, jo prasmių išnagrinėjimui, kiekvieno dalyvio pasisakymo išklausymui skiriama ne daugiau kaip 30 minučių, tad ilgas literatūros tekstas yra nepatogus, užtektų laiko tik mažos ištraukos perskaitymui. Kūrinio fragmentas neperteikia visuminio gyvenimo reiškinių suvokimo, jame nėra įžangos, įvykių dėstymo ir pabaigos. Ilgo prozos kūrinio ištrauka gali pasiteisinti tik tuo atveju, jei joje kalbama apie labai specifinę gyvenimo situaciją, labai aktualią grupės dalyviams. Pavyzdžiui, rašoma apie šizofrenija sergančio žmogaus, sužinojusio ir supratusio, kad jis susirgo psichikos liga, vidinius išgyvenimus. Geriausia rinktis vieną eilėraščių arba 1-2 puslapių novelę ar sakinį.

Kūrinio temos terapinis naudingumas konkrečios klientų grupės terapinėms ir ugdančioms reikmėms. Klientams reikia žinių, kaip gyventi konkrečioje jų situacijoje. Vieniems klientams reikia informacijos, kad tikslinga pasiryžti nugalėti bendravimo baimę, nes vengiant bendravimo neįmanoma išsivaduoti iš vienišumo, kitiems - sužinoti, kad visuomenėje yra žmonių, kuriems rūpi vienišų, su niekuo nebendruojančių asmenų gyvenimas. Daugeliui asmenų aktualu išgirsti, kad gyvenimas yra kelias, kuriame yra duobių, įkalnių, viršūnių, lygaus kelio atkarpų. Vieniems reikia sužinoti, kaip išgyventi netektį, kitiems, kaip neprarasti vilties ir noro gyventi, praradus darbą ar patiriant smurtą šeimoje. Atsižvelgiant į klientų žinių poreikius, iškeliamas ugdomosios poetikos

terapijos grupės susitikimo tikslas ir uždaviniai. Ieškoma grožinės literatūros, kurioje yra konkretiems klientams reikalinga informacija, arba kūrinio, kuris skatina klientą užduoti klausimus, į kuriuos atsakant galima suteikti reikalingų žinių. Šiam tikslui galime naudoti ir klientų kūrinėlius, kuriuose jie perteikia jausmus ir naujas išvalgas, atsirandančias sveikstant.

Ugdomojoje poetikos terapijoje naudotos grožinės literatūros pavyzdžiai:

Algimanto Baltakio eilėraščio „Požeminės upės“ (Lietuvių poetų balsai. Vilnius: Tyto alba, 2001, p.160) tema universali, srūvanti upė daugeliui asocijuojasi su laiko tėkme, asmeniniu gyvenimu. Jei poetinis mąstymas neišlavėjęs, tekstą galima suvokti labai konkrečiai: įsivaizduoti po žemėmis tekančią upę, kuri miške ištrykšta šaltiniu. Šaltinį yra matęs kiekvienas žmogus – eilėraštis ne vieną paskatina nukeliauti mintimis ten, kur matė šaltinį. Šaltinio proveržis suprantamas kaip nenugalimas gyvybingumas, kaip išsipildžiusi viltis, triumfas. Kalba lengvai suprantama. Eilėraščio turinys panaudojamas mokymuisi nukreipti žvilgsnį į savo vidų, suprasti, kad gamtoje yra iš pirmo žvilgsnio nepastebimų reiškinių, ir ne visada galima suvokti, kokie išgyvenimai slypi mūsų sielose. Nagrinėjant šį kūrinį sužinoma, kaip gali būti panaudojami *požeminės upės, tamsos, šaltinio, žuvėdros* įvaizdžiai vidiniams išgyvenimams išreikšti. Diskusijai naudingi klausimai: kokius jausmus sukelia poeto rašymas apie patamsyje, po žeme tekančias upes? Ar kiekvieno iš mūsų gyvenime nebuvo tokių valandų, kada buvome kitų nepastebimi, nesuprantami, vieniši ir liūdni kaip tos požemių upės? Ar tada, kai mums sunku ir liūdna, tikime, kad ateityje bus lengviau, kad mūsų gyvybingumas prasiverš pro ligos gniaužtus kaip požemių upė prasiveržia miško viduryje?

Volto Vitmeno eilėraštyje „Šitas stalas padengtas visiems“ (Algimantas Masiulis *Tema visada yra galimybė*, 2001) aiški humanisto pozicija, atvirumas ir siekis pajauti bendrystę su kiekvienu žmogumi, jautrumas gėriui, rūpestis klydusiais ir atstumtaisiais, o tai pat drąsinimas būti tikroju savimi, jaučiančiu vienovę su dvasine šviesa. Diskusijai naudingi klausimai: ar dažnai esame pakviečiami prie dieviško stalo, prie kurio galima dalintis visais jausmais, net ir tais, kurie slegia? Kas, kada jus pakvietė prie tokio stalo? O kokius žmones mes kviečiame prie savo stalo?

Marytės Kontrimaitės eilėraštyje „Senutė mūza“ (Marytė Kontrimaitė. *Palei pat gyvenimą*. Vilnius: Rašytojų sąjungos leidykla, 2003) visiems lengvai atpažįstama patirtis: spintoje laikomi drabužiai. Laikui bėgant, jie sensta, sukandija. Žmonės, kurie neturi poezijos skaitymo patirties, atkreipia dėmesį į proziškus elementus, kiti atpažįsta eilėraščio herojės ir savo patirties dramatiškumą, kai mūza uždaroma į spintą. Tema naudinga aiškintis, ar jaučiame įtampą darydami tai, ko iš mūsų nori kiti, ir negalėdami daryti to, ko nori mūsų vidus. Diskusijai naudingi klausimai: ar atkreipiame dėmesį į kambaryje

ar prieškambarėje stovinčią spintą? Ką galvojame apie savo drabužius? Ar labai svarbu, kaip atrodo drabužiai? Ar kandys buvo įsisukusios į mano spintą ir sukapojusios gražų mezgtinį ar paltą? Ar gailėjau sukandijusių drabužių? Ar jaučiame poreikį meninei veiklai? Ar mūsų įkvėpimo valandos ir svajonės jau užmirštos, uždarytos į drabužių spintą? Ar mūza dažnai pažvelgia priekaištaujančiomis akimis? Ar darbų gausa privertė užmiršti tuos pomėgius, kurie jaunystėje buvo labai svarbūs? Ar gyvenimą pakeitė vedybos, išpareigojimai šeimai? Ar galiu pasakyti, kad mano gyvenimas margas, kaip ir poetės? Ar aš, kaip šio eilėraščio autorė, galėčiau savo gyvenimą pavadinti nelogišku?

Biblioterapinio dialogo (pagal A. Hynes ir Mc. Hynes- Berry) panaudojimas ugdomojoje poetikos terapijoje. Grožinė literatūra panaudojama sužadinti individo jausmus, prisiminimus, padeda klientui ir ugdytojui surasti temą, kurios aiškinimasis turi ir terapinę ir ugdomąją prasmę. Dėmesys fokusuojamas į tai, kaip klientas reaguoja į skaitomą kūrinį.

Pirmasis žingsnis: atpažinimas. Pirmasis žingsnis yra labai svarbus autentiško santykio kūrimui ir kuria prielaidas, reikalingas autentiškos kalbos ugdymui. Susitikimo dalyviams išdalinamos skaitomo teksto kopijos. Parinktą kūrinį ugdytojas skaito balsu. Perskaičius klausiama, kokią nuotaiką sužadino tekstas. Paprašoma kiekvieną grupelės dalyvį garsiai perskaityti po dvi eilutes. Atkreipiamas dėmesys tiek į verbalinę, tiek į neverbalinę raišką: ar klientas jaudinasi, ar išraiškingai skaito, ar aiškiai taria žodžius, ar skaito nuleidęs galvą, vos girdimai. Jei neišraiškingas, vos girdimas skaitymas užgožia eilėraščio skambesio įspūdį, ugdytojas eilėrašį perskaito dar kartą. Skaitymo metu asmuo kūrinyje išgirsta tuos išgyvenimus, kurie asmeniškai jam labai svarbūs, ir atpažįsta juos kaip savo patirties dalį.

Antrasis žingsnis: studijavimas. Šis žingsnis tiesiogiai susijęs su mokymusi Užduodamas klausimas, susietas su eilėraščiu, skatinantis pagalvoti apie asmeninį gyvenimą. Grupės dalyviai kalba visi, eilės tvarka: vienas paskui kitą. Prašoma dalintis savais prisiminimais, nekalbėti apie kitus asmenis ir jų išgyvenimus. Įsidėmėtina, kad klientas gali savo išgyvenimus projektuoti į kitą asmenį ir užuot kalbėjęs apie save, jis kalba apie kitą. Tokiu atveju paklausiama, ar teko patirti tą patį, ką patyrė jūsų kaimynė, mama, dukra, vyras, tėvas ir t.t. Įvertinama, ar klientai atskleidė labai daug savo patirties elementų, ar tekste neliko jų nesuvoktos metaforos, kurią iškoduojuojant galima įžvelgti labai svarbius jų išgyvenimus? Interpretuojama klientų nepastebėta metafora ir paklausiama, ką jie galvoja apie ugdytojo (terapeuto) pastebėjimus. Tiriamas pasisakančių asmenų minčių turinys, stengiantis sužinoti, kokios yra jų egzistencinės problemos. Paaiškinama, kokie galimi problemų sprendimo būdai. Klientams leidžiama užduoti kike galima daugiau klausimų terapeutui. Atkreipiamas dėmesys į kliento dažnai kartojamą tą patį žodį.

Trečiasis žingsnis – priešpriešų analizė. Šis žingsnis tiesiogiai susijęs su mokymusi. Kartais klientai diskusijos metu išreiškia prieštaringas mintis ir jausmus. Pavyzdžiui, Regina pasako, kad, beklausydamą eilėraščio, ji pagalvojusi apie savo mamą, prisipažįsta, kad jos esančios labai geros draugės, o po kurio laiko, kai savo išgyvenimus išreiškia ir kiti klientai, Regina teigia: „Aš jaučiuosi slopinama. Mama visą laiką liepia nepamiršti, kad esu ligonė, ir patylėti“. Diskusijos metu padedama klientams atrasti, kad jų išreikštos mintys yra prieštaringos, aiškinamasi, kad ir jausmai gali būti prieštaringi, analizuojama, kodėl taip yra.

Ketvirtasis žingsnis – apibendrinimas. Kiekvienas grupės dalyvis įvertina, ką asmeniškai jam reiškė kartu praleistas laikas, ką naujo jis sužinojo, ar tai buvo naudinga. Ugdytojas apibendrina diskusiją.

Biblioterapinio dialogo pagal A. Hynes ir Mc. Hynes-Berry metu dėmesys fokusuojamas į kliento situaciją ir jo reikmes. Literatūros kūrinio suvokimas labai priklauso nuo skaitančiojo patirties ir dabartinės būsenos. Mažiau svarbu, kaip klientas supranta kūrinį, svarbiausia išsiaiškinti jo emocinę reakciją, kilusias asociacijas. Jei asmuo skaitymo metu prisiminė jį traumavusį įvykį, kuris nėra susijęs su eilėraščio tekstu, sužinoma, kas atsitiko, kaip individo sunki patirtis susijusi su šia diena. Klientas pats gali suprasti, kad jo išsakytos mintys neturi ryšio su skaitytu tekstu, ir pasakyti: „Tai ne į temą“. Šioje situacijoje leidžiama individui pajusti, kad jis ir jo gyvenimas yra daug svarbesni už tekstą, tad atsakoma: „Į temą“ ir mėginama surasti tarpinę temą, kuri asocijuojasi su kliento spontanišku pasisakymu ir su eilėraščio ar sakinio mintimis.

Jautrumo sunorminimo metodas. Subtipas : psichodraminis biblioterapinis dialogas Literatūros skaitymas panaudojamas apšilimui, jausmų sužadanimui, skatinamas dabartinių bei praeities išgyvenimų atvėrimas, o dėmesys sutelkiamas į asmens rolę. Ugdytojas padeda individui rasti buvimo savimi būdą, tai yra, galimybę būti autentiškam konkrečioje situacijoje, atsisakyti neįgalaus asmens etikete paženklinto žmogaus rolės. Į Ugdomosios poetikos terapijos metodiką buvo perkelta tik keletas psichodraminio dialogo elementų: buvo įsameninta kliento sunki asmeninė patirtis, beviltiškumas, neryžtingumas, o grupės dalyviai šiuos įsamenintus patirties elementus suvaidino. Klientas turėjo eiti į priekį, įsameninto Beviltiškumo ar Neryžtingumo stabdomas, ir kūnu pajusti, kad jo valiai priešinamasi, o jis gali nepasiduoti. Tai ypač naudinga, kai asmens *Aš pojūtis* yra nusilpęs ar išnykęs. *Aš pojūtis* reiškia gebėjimą jausti save patį.

Jautrumo sunorminimo metodas. Biblioterapinis dialogas pagal N. Mazza. Poetikos terapeutas prieš perskaitydamas eilėraštį papasakoja apie eilėraščio sukeltus jausmus. Jautrumo sužadanimui siūlomi eilėraščiai, keliantys daug asociacijų ir skatinantys savianalizę, pateikiami atviri klausimai. Jautrumo sunorminimo metodas tęsia

J. Leedy izoprincipo tradiciją, kurios laikantis depresiškam ligoniui skaitomas eilėraštis su pozityvia pabaiga. N. Mazza įspėja, kad teigiama žinia pasibaigiantis eilėraštis gali sukelti ir šalutinį nepageidaujamą efektą, tai įvyksta tuo metu, kai klientas savo jausmus suvokia kaip nepriimtinius, negaliojančius, tad prieš skaitymą yra interpretuojami poetinio teksto sukeliama išgyvenimai, tų išgyvenimų priežastys.

Biblioterapijos dialogų, pagrįstų atskirais biblioterapijos požiūriais, taikymo tikslingumas

Interakcinės biblioterapijos metodas pagal A. Hynes ir Mc. Hynes-Berry

Privalumai. Lengva integruoti 1) kritinę refleksiją, apimančią žmogaus patirties (gyvenimo įvykių ir vidinių išgyvenimų analizę, reiškinių priežasčių ir pasekmių ryšio tyrimą) ir 2) naujų egzistencinių žinių teikimą, orientuotą į klientų poreikius, sužinotus kritinės refleksijos metu. Reikalingas žinias klientas atranda, refleksyviai apmąstydamas kūrinį ir savo patirtį, yra didelė sprendimų pasirinkimo laisvė, teisė atmesti kūrinį kaip neįdomų, neaktualų, neatitinkantį nuotaikos.

Trūkumai. Skatinama tik verbalinė raiška, maža spontaniškumo.

J. Leedy izoprincipo taikymu pagrįsta biblioterapijos tradicija

Privalumai. Spontaniškai pasiduodama poezijos veikimui, sužadinas noras pasidalinti nusivylimo, liūdesio jausmais su kitais žmonėmis. Klientas pajunta, kad tokie pat vidiniai išgyvenimai būdingi ne tik jam, bet ir kitiems grupės dalyviams, ir eilėraščio autoriui. Proceso metu kolektyviai išgyvenama eilėraščio nuotaika, bendri išgyvenimai stiprina viltį įveikti krizę. Klientams suteikiama didelė emocinė parama. Labai naudingas izoprincipo reikalavimą atitinkančių eilėraščių skaitymas ir nuoširdus pokalbis, kai grupės dalyviai nori ir gali kalbėti, kai nėra pykčio reakcijų, baimės išgyventi skaitomą tekstą ir bendrauti.

Trūkumai. Sunkesnės depresijos atveju klientas gali patirti dar didesnę nusivylimą, girdėdamas eilėraščių, besibaigiantį viltimi. Išgyvendamas prieštaravimus tarp poeto ir savo jausmų, asmuo gali pajusti, kad juo netikima, išgyventi menkavertiškumą ir kaltę. Mažai galimybių mokytis išvengti krizių ateityje. Nėra problemų analizavimo.

Psichodraminis dialogas

Privalumai. Nesunku atkurti aktyvumo- pasyvumo pusiausvyrą. Naudinga suvaidinti konfliktą keliančią situaciją, kai klientai mažai motyvuoti domėtis literatūros kūriniumi, jo idėjomis, kai jų emocijos ir prisiminimai labai lengvai sužadunami, ir jie labai aktyviai pradeda kalbėti apie komplikuotus santykius su giminėmis ar kaimynais. Taip pat tikslinga suvaidinti vidinį konfliktą tada, kai po literatūros skaitymo klientas pradeda deklaruoti, koks jis bejėgis, kankinamas baimių, nepasitikėjimo savimi.

Trūkumai. Neintegruojama kritinė refleksija, tad nenagrinėjamos bendrosios žmogaus egzistencijos temos: gyvenimo laikinumas, mirties baimė, vienatvė, o taip pat žmogaus egzistencinio sutrikimo priežastys, pasekmės, pagalbos sau būdai.

Biblioterapinis dialogas pagal N. Mazza

Privalumai Klientams parodoma, kaip galima refleksyviai mąstyti apie eilėraščio aktualumą asmeniškam gyvenimui. Išgirdus terapeuto refleksiją ir atskirų įvaizdžių paaiškinimą, literatūros tekstas tampa suprantamesnis, klientams lengviau suvokti, ko iš jų norima.

Trūkumai. Eilėraščio skaitymas netenka nelauktumo, sumažėja spontaniškos reakcijos tikimybė.

Verbalinę komunikaciją lengvinančios technikos, integruotos į biblioterapinį dialogą. Verbalinių gebėjimų stimuliavimas

Paskutinio žodžio ar kelių paskutinių žodžių pakartojimas. Ši technika taikoma tuo atveju, kai klientas kalba labai tyliai, o tarp žodžių yra didžiulės pauzės. Jei pauzė tarp žodžių yra gerokai ilgesnė už ankstesniąsias, jei klientas nutilo viso sakinio nepasakęs, tikslinga pakartoti paskutinį kliento žodį arba kelis žodžius. Tikslinga panaudoti šią techniką ir tuo atveju, kai lengvai kalbėjęs žmogus staiga nutyla.

Minties įvaizdinimas¹ (ši technika gali būti naudojama ir kūrybiškam rašymui skatinti). Diskusijoje klientai linkę kalbėti skurdžia kalba, atsakyti vienu ar dviem žodžiais, pavyzdžiui: „Prisiminiau kaimą“, arba „Pas tetą... Gražu buvo“. Asmeniui pasakoma, kad jo klausantis norima išsivaizduoti tai, ką jis pasakoja, prašoma atviriau dalintis išpūdžiais. Paaiškinama, kad kreipimas dėmesio į tai, kas matyta, girdėta, uostata, koks buvo skonis burnoje, padeda mintyse atkurti regėtą vaizdą. Paklausama, koks metų laikas tada buvo, kas tąkart labiausiai krito į akis, kas buvo šalia medžio, namo (klausama tuo atveju, jei apie šiuos objektus klientas užsiminė.) Ar žvilgsnį patraukė spalvos, kokia buvo pušų spalva, aguonų? Klausama, ar kvepėjo diena? Kuo kvepėjo? Gal teko valgyti kažką skanaus? Ar ten buvo labai tylu, ar žmonės šurmuliavo? Ši technika svarbi, nes pokalbio metu padeda išvengti perdėto racionalumo, didelės savikontrolės, silpnina labai stiprias dominuojančias emocines reakcijas, lengvina visybišką suvokimą. Minties įvaizdinimas leidžia malonius praeities prisiminimus išgyventi lyg vykstančius dabartyje, o tai labai naudinga siekiant transformuoti neigiamos patirties įsisąmoninimą. Minties įvaizdinimo techniką pokalbio metu dažnai tenka derinti su paskutinio žodžio ar kelių paskutinių žodžių pakartojimo technika.

¹ D. Grayson (2003) pasiūlė mokymosi kreipti į pojūčius techniką, padedančią rašant išreikšti baimės būseną. J. Fox (1997) pasiūlė kūrybiško rašymo užduotį -gydančio įvaizdžio paieškos techniką, kurioje dėmesys fokusuojamas į pojūčiais gaunamą informaciją.

Aplinkos stebėjimas- intervencija pasireiškus stipriam klientų nerimui arba pykčiui. Kuriant techniką, remtasi stoikų mąstymo tradicija. Kiekvienas klientas paprašomas pasakyti tai, ką jis mato čia ir dabar, ką jis girdi čia ir dabar. Keliais sakiniais ugdytojas pasako, kodėl čia ir dabar visiems gera būti: a) pastogėje nešalta (jei susitikimas vyksta kitu metų laiku, atkreipiamas dėmesys į nekepinančią saulę), 2) nevargina skausmai, 3) sėdima rate, kuriame žmogus girdi žmogų. Suteikiama žinių, kad žmonės vargina ne dabarties sunkumai, o ateityje įvyksiančių nesėkmių ir nelaimių baimė. Apsižvalgant aplinkoje, pamatyti objektai įvardijami. Klientų žodžius pavartojus poetinėje improvizacijoje, emocijas transformuojantis poveikis labai sustiprėja.

Technikos naudingumas: pasiekama neigiamų emocijų transformacija, sustiprinama motyvacija tęsti dalyvavimą ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime, sustiprinamas individo Aš pojūtis.

Poetinė improvizacija pasireiškus nerimui ir pykčiui. Improvizuojama laisvai, nesilaikoma jokių poetikos taisyklių, orientuojamasi į atsakymą klientui, liudijama, kad galima plačiau žvelgti į žmogaus būtį. Galima cituoti kitus poetus, bet neprivaloma. Jei improvizuojant konfrontuojama su didžiule neviltimi, ugdytojo žodžių turi būti daugiau negu klientų žodžių, improvizuojant galima laikytis poetinės retorikos tradicijos. Visų klientų žodžių pavartojimas yra būtinas, nes orientuojamasi į terapiją, o ne į literatūrą. Technikos esmė – visų grupės dalyvių pavienius žodžius, minčių nuotrupas pavartoti viename tekste, kuriame išryškėja universali, viltį įtvirtinanti gyvenimo tiesa. Prieš poetinę improvizaciją visada būna panaudota daugiau ar mažiau technika, turima daugiau ar mažiau medžiagos – tai yra, klientų pasakytų minčių ar pavienių žodžių.

1. Jei poetinė improvizacija naudojama intervencijai, kai labai stiprus nerimas pasireiškia tuoj pat po vieno ar kito eilėraščio skaitymo, panaudojama aplinkos stebėjimo technika ir pasižymimi klientų pastebėti objektai. Naudinga poetinę improvizaciją pradėti nuo nerimą sukėlusio eilėraščio citavimo ir improvizacijos metu dar kartą prisiminti skaitytą poetą ir jį pacituoti. Galima tokia poetinio mąstymo schema: nerimą sukėlusio eilėraščio citata → improvizuojančio ugdytojo žodžiai, išreiškiantys, kas bendra eilėraščio nuotaikoje ir dabar išgyvenamoje būsenoje arba pabrėžiantys distanciją, esančią tarp eilėraščio erdvės ir ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo kambario → kambaryje kliento pastebėtas objektas → visiems bendro noro pasveikti paliudijimas → kambaryje kliento pastebėtas objektas → jausminis-simbolinis paliudijimas, kad šiuo metu gera gyventi → kliento pastebėtas objektas, kito, trečio kliento pastebėtas objektas → mokymosi ir dvasinio stiprėjimo jausminis- simbolinis paliudijimas → kliento pastebėtas objektas → šviesesnės ateities jausminis-simbolinis paliudijimas.

2. Kai klientai bijo atgyjančių jausmų, bet jau yra kažką pasakę apie gimtinę, buvusią profesiją, prisipažinę, kad bijo ligos paūmėjimo, naudinga poetinė improvizacija. Ugdytojas atsimena klientų pasakytus žodžius, juos sugrupuoja į dvi dalis: 1) žodžiai, išreiškiantys nevilgtį, 2) malonūs atsiminimai, visiškai priešingi dabarčiai. Tai daroma labai greitai, kad pauzė klientų neišvargintų. Paprašoma apsidairyti ir pasakyti vienu žodžiu, kas dabar yra prieš jų akis. Improvizuojama pagal schemą: **dabar** (žodis, reiškiantis kliento pastebėtą objektą), **praecityje** (kliento malonų prisiminimą reiškianti mintis), **dabar** (kliento sunkios dabarties ir įveiktų sunkumų liudijimas, kliento pastebėtas objektas), **praecityje** (kliento žodžiai, išreiškiantys malonų prisiminimą), **dabar** (kliento pastebėtas objektas, šios akimirkos gamtos vaizde ramybės išryškinimas, kliento pastebėtas objektas, patvirtinimas, kad žmogiškosios galios sustiprės, **praecityje** (kliento malonus prisiminimas), **dabar** (kliento pastebėtas objektas, šios akimirkos gamtos vaizde ramybės išžvelgimas, džiaugsmo, kad galiu jausti šios akimirkos pilnatvę paliudijimas).

Poetinė improvizacija, kai grupėje visi labai susikaustę, pasyvūs, nemotyvuoti darbui. Pirmiausia surenkama improvizacijai reikalinga medžiaga. Kiekvienas klientas prašomas pasakyti, koks medis jam patinka, įsivaizduoti, kad jis pats esąs kaip medis. Užsirašomi klientų pasakyti medžių vardai. Paklausiama kiekvieno asmens, ar gyvybingos jo šaknys, kaip jos atrodo. Paklausiama, kokius sunkumus žmogus jau įveikė. Paprašoma įsivaizduoti, kaip atrodo jų viršūnė, o po to paklausiama, kaip atrodys jų laimingesnės ateities dangus. Improvizacijos schema: Aš medis (koks), kokios mano šaknys, ką aš jau ištvėriau, mano viršūnė (kokia), kur aš stiebiuosi (laimingesnės ateities dangus).

JUDESIO TERAPIJOS TECHNIKŲ INTEGRAVIMAS

Vidinės įtampos šalinimo ir metaforinio mąstymo ugdymo technikos

Naudinga taikyti, kai klientų judesiai užslopinti, o jie patys įsitempę, žiūrintys į vieną tašką, sunkiai sukaupia dėmesį eilėraščio išklausymui, kai Aš pojūtis nusilpęs ar išnykęs, kai pernelyg racionalizuoja išgyvenimus, visomis išgalėmis stengiasi kontroliuoti ir slopinti spontaniškumą, kai trūksta gebėjimų susieti nesudėtingas metaforas su individualiais dabarties išgyvenimais, ankstesne gyvenimo patirtimi ir svajone.

„Gyvenimas yra kelias“

Techniką tikslinga taikyti siekiant šių tikslų: stimuliuoti kinestezinius pojūčius gyvenimo etapų refleksyvaus apmąstymo metu, kad sustiprėtų gebėjimas spontaniškai, visybiškai suvokti savo Aš. Technikos dėka galima: stimuliuoti ekspresyvų elgesį, sustiprinti nuslopintų emocijų raišką; stimuliuoti verbalines- kognityvines funkcijas, išplečiant simbolio *kelias* prasmių suvokimą; pajauti simbolio *kelias* archetipinį veikimą; padėti asmeniui atrasti vidinius išgyvenimus ir autentišką patirtį, juos išsakyti žodžiais.

Grupės dalyviai pakviečiami eiti ratu. Einant skaitomas tekstas: „Ratu, ratu... Gyvenimas eina ratu... Pavasaris. Žibuoklės pražysta, kyla aukštyn vyturys... gyvenimas eina ratu. Vasara. Krykščia vaikai paupy, saujoj – nunokusi kvepianti braškė. Ratu, ratu, gyvenimas eina ratu. Ruduo... Nunoksta obuoliai, medžiai numeta lapus. Gyvenimas eina ratu. Žiema. Dienos trumpos ir šaltos, žmonės laukia Kalėdų... ratu, ratu... gyvenimas eina ratu. O tam didžiuliame rate kiekvienas turime savo kelius. Pasivaikščiokime laisvai po mūsų kambarį, galvodami apie savo gyvenimą; kas buvo praeityje, kas yra dabar, ko tikimės ateityje. Vaikščiokime laisvai. Eikime kiekvienas, kur norime. Mes laisvi, galintys eiti savo keliu“.

Techniką *Žmogus tarp žmonių* – žmogaus atradimas tikslinga taikyti, siekiant stimuliuoti ekspresyvų elgesį, sustiprinti nuslopintų emocijų raišką; suteikti galimybę išgyventi perėjimą iš vidinio užsisklendimo į tarpasmeninių santykių pasaulį; sustiprinti interpersonalinį ryšį; verbalizuoti *čia ir dabar* patiriamus išgyvenimus.

Dalyviai pakviečiami eiti ratu. Prašoma einant žiūrėti žemyn. Apėjus keletą ratų, paprašoma eiti patinkančia kryptimi, bet žvilgsnio nekreipti nei į tolį, nei į kitus asmenis, žiūrėti į tai, kas prieš pat nosį. Po trumpo pasivaikščiojimo grįžtame į ratą, dalyviai prašomi žvelgti tolyn, pamatyti langą, pažvelgti pro jį. Žvelgdami į tolį visi apeina pusantrą rato, o tada ugdytojas pažvelgia į vieno dalyvio akis ir jam įteikia popierinę rožę, paprašo šią gėlę perduoti kitam grupės dalyviui, prieš tai draugiškai pažvelgus į jo akis. Kai visi jau būna „apdovanoti“ gėle, susėdama į ratą ir dalijamasi žaidimo metu patirtais pojūčiais, sužadintais prisiminimais. Technika sustiprina spontaniškumą, išlaisvina pojūčius, o tai būtina prielaida vystyti autentiškai kalbai. Klientams verbalizuojant užduoties metu patirtus pojūčius ir sužadintus prisiminimus, išsiaiškinamos egzistencijos problemos (vienišumas, baimė bendrauti, patyrus pažeminimą) ir nauja patirtis (pripažinimo, reikalingumo kitam išgyvenimas). Dialogo metu aiškėja, kad klientai nežino, kokį poveikį jų elgesiui, pasitikėjimui savimi, susirgimo eigai daro neužmirštos psichikos traumos. Tai sudaro prielaidas skatinti kritinę refleksiją ir suteikti klientams reikalingų žinių.

Technika parengta pagal L.Reeves (2000) Sankt Peterburge demonstruotą judesio techniką, padedančią atsiverti ir įsitraukti į transformuojantį kūrybos procesą.

Techniką *Pilnatvė* tikslinga taikyti siekiant sustiprinti gamtos išgyvenimus; sudaryti prielaidas simbolių *dangus, šaltinis* archetipinio poveikio išgyvenimui; sustiprinti motyvaciją siekti individualaus dvasinio augimo; pašalinti vidinę įtampą, suteikti teigiamų emocijų; verbalizuoti *čia ir dabar* kylančius išgyvenimus.

Dalyviai pakviečiami sustoti į ratą, prašoma padaryti didesnę ratą, kad vienas asmuo nuo kito būtų nutolęs tiek, kad būtų galima laisvai ištiesti abi rankas. Primenama pasaka, kurioje sakoma, kad žmogaus, kuris šermukšnio lazda apie save apsibrėžė ratą,

joks blogis nepasiekia. Klientai prašomi įsivaizduoti, kad jie turi galios ryžtingais abiejų rankų judesiais nustumti nuo savęs blogį ir įsivaizduojama šermukšnio lazda apsibrėžti ratą. Kai kiekvienas lieka apsibrėžtame saugiam rate, klientai paprašomi įsivaizduoti, kad jie rieškučiomis semia šaltinio vandenį, siūbuoja kaip medžiai vėjyje, kelia šakas (rankas) į dangų (svajonę). Po stiebimosi į dangų klientai paprašomi susidėti ant krūtinės sukryžiuotas rankas ir stengtis pajauti krūtinėje didžiulį lobį – dievišką meilę. Klientai pasisuka vienas į kitą ir delnais šilumą perduoda kitų grupės dalyvių delnams.

Ši užduotis gali būti atliekama ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo pabaigoje. Atlikus užduotį būtina pasidalinti pojūčiais, kilusiais prisiminimais, spontaniškomis mintimis.

Kritinė refleksija – aiškinimas(is), kokios priežastys ir įsitikinimai lėmė būtent tokią individo gyvenimo patirtį. Išmokstama suprasti bendruosius žmogaus būties dėsnius, išmokstama suvokti, kas priklauso nuo aplinkos, kas nuo paties individo, ką jis pats gali pakeisti. Tai didina asmens savivertę, rolė „Aš auka“ pakeičiama į savarankiško, atsakingo už savo gyvenimą asmens rolę. Kritinei refleksijai prielaidas sudaro biblioterapinis dialogas, kurio metu sužinomos psichikos sutrikimu sergančio asmens problemos.

DAILĖS (PIEŠIMO) TERAPIJOS TECHNIKŲ INTEGRAVIMAS

Individualių išgyvenimų rūšiavimo ir simbolio paieškos technikos

Tikslinga taikyti, 1) kai kliento visos mintys sukasi tik apie vieną problemą, kuri yra neracionaliai sprendžiama arba jai suteikiama per daug reikšmės, 2) kai kliento Aš pojūtis nusilpęs ir trūksta aiškumo, suvokiant dabartį, jos ryšį su praeities išgyvenimais.

„**Svarstyklės**“. Kai pokalbio metu klientas dėmesį fiksuoja į skriaudas, į paskutinę nesėkmę, tikslinga paklausti, ko mūsų patirtyje daugiau: skriaudų ar palaikymo. Klientai paprašomi nupiešti svirtines svarstyklės, ant vienos lėkštelės surašyti skriaudas, ant kitos – sėkmes, džiaugsmus. Atliekant užduotį, vyksta vidinių išgyvenimų tyrimas, atskirų gyvenimo įvykių reikšmės persvarstymas. Nauda:

1. Spontaniškas atradimas, kad gerų dalykų gyvenime buvo nemažai, daug daugiau negu asmuo galvojo; kad įvykis ar keli įvykiai, kurie buvo siejami tik su kančia, turėjo ir teigiamos reikšmės.

2. Nuotaikos pagerėjimas, suvokus kitokią asmeninės patirties prasmę.

3. Konstruktyvi veikla, atitraukianti nuo deklaratyvaus kalbėjimo apie savo gyvenimo sunkumus ar bejėgiškumą.

„**Žmogaus kontūrai**“. Tikslinga taikyti, kai asmuo yra nepajėgus suprasti, kas priklauso nuo jo paties valios, o kas priklauso nuo išorinio pasaulio aplinkybių, kurių negalima pakeisti. Piešiami žmogaus kontūrai ir į juos įrašoma, kokios užduotį atliekančio

asmens savybės verčia jį būti nelaimingą, o šalia žmogaus kontūrų rašoma, kas užduoti atliekančio asmens aplinkoje yra nepalankaus, verčiančio kentėti. Ši technika sustiprina gebėjimą žvelgti į savo gyvenimą, rūšiuoti išgyvenimus, liudyti savo gyvenimą ir jo problemas – tai sudaro prielaidas konstruktyvesnei intelektualėnei diskusijai.

Debesys. Technika „Debesys“ ypač tikslinga, kai klientai jaučiasi gniuždomi niekaip neišsprendžiamų problemų. Į debesies kontūrus surašomi nemalonūs dalykai, kuriuos teko išgyventi, ir kuriamas trumpas poetinis tekstas pagal haiku² pavyzdį. Pavyzdžiui, *tolsta sunkus debesis. Paveiksle – saulėgraža švyti.* Sunkus debesis simbolizuoja kiekvieno tolstančius sunkumus, o antroji eilutė kiekvieno kliento kitokia. Ja klientas pasako, ką jis mato čia ir dabar: tai gali būti kabinete matomas paveikslas, laikrodis, langas ir t.t. Technika padeda klientui sukonzentruoti dėmesį į dabartį, išgyventi dvasinį ryšį su gamta, sumažinamas nerimas, įkyrios mintys praranda aktualumą, sunkiems jausmams nuplaukiant į šalį išgyvenama ramybė ir atrandama viltis.

KŪRYBIŠKAS RAŠYMAS

Terapinis kūrybiško rašymo metodas, nagrinėjamas N. Mazza (1999) studijoje, apima daug technikų. Nauda: klientas išreiškia emocijas ir atsiveria konkrečiai savo patirčiai. Gerėja gyvenimiškosios situacijos suvokimas, vidiniai išgyvenimai tampa tvarkingi.

Atskiri ugdamosios poezijos terapijos susitikimai gali būti skirti tik kūrybiškam rašymui arba galima derinti biblioterapinį dialogą ir kūrybišką rašymą. Ugdamosios poetikos terapijos pradžioje psichikos sutrikimais (depresija, šizofrenija) sergantieji paprastai nenori rašyti, tad kūrybiško rašymo metodai paprastai naudojami dirbant su sveikesniais asmenimis, kai jau padidėjusi savivertė.

Poetinių (metaforinių) mąstymą ugdančios technikos

Tikslas: suteikti daugiau galimybių vidinių išgyvenimų verbalinei raiškai, harmonizuoti asmenybę, skatinant visybišką suvokimą.

Poetiniai palyginimai³. Jų ieškoma atsakant į klausimus: į ką panaši mano siela? Ar ji skraido kaip paukštė, ar skleidžiasi kaip gėlė, ar miega kaip kūdikis, ar panaši į seniai dėvėtą drabužį, kabantį spintoje? Klientai skatinami įsivaizduoti greitą sraunų upokšnij,

² Haiku poezijos kilmė – Japonija. Haiku kelia griežtus eilėdaros reikalavimus, yra inspiruotas gamtos didybės. Nuo 1970 m. Japonijoje haiku naudojamas terapijos tikslams, dirbant su sergančiais šizofrenija (Hiltuten, 2005, p.85) Pateikiamoje Ugdamosios poetikos terapijos metodikoje haiku rašymas labai supaprastintas, adaptuotas terapijos reikmėms. Perimti šie haiku poezijos kūrimo principai: 1) dėmesio fokusavimas į dabartį, 2) dabarties išgyvenimo ekspresija, 3) ryšys su gamta išreiškia dabartį, 4) dviejų įvaizdžių vartojimas, iš kurių antrasis nelauktas, stebinantis, 5) minimalus žodžių skaičius. H. Tamura siūlė haiku rašymo techniką naudoti darbe su šizofrenijos spektro sutrikimais sergančiais asmenimis, siekiant sunorminti šių asmenų žodžio prasmės suvokimą.

³ K. Gorelick, P.Heller (2003), mokydami metaforinio mąstymo, pirmiausia pateikia nebaigto sakinio techniką „Gyvenimas yra kaip...“.

lėtą, vandeningą lygumos upę, banguojančią jūrą, pagalvoti apie savo gyvybingumą, energiją ir paklausti savęs: ar aš esu kaip sraunus upeliukas, ar kaip lėta lygumos upė, o gal aš mirštantis upelis? Kiekvienas dalyvis užbaigia sakinį: *Esu kaip-----*

Technikos naudojimo prasmė – metaforos⁴ dėka asmuo gali išreikšti sudėtingus vidinius išgyvenimus, kurių jis nepajėgia išreikšti jokia kita forma. Reiškiant sudėtingus išgyvenimus labai paprastais simboliais stimuliuojamas savęs suvokimas ir mažėja vidinė įtampa.

Kryptingas žiūrėjimas, abstraktaus žodžio susiejimas su konkrečiu vaizdu. Tikslas lavinti dėmesio sukaupimą, vaizduotę, mąstymo kryptingumą, verbalinius įgūdžius ir suteikti teigiamų emocijų.

Einant abiem rankomis rodomas prieš akis atsiveriantis vaizdas ir iškilmingai skaitoma: „Grožis prieš mane / juo stebėdamasis keliauju“, einant rankos keliamos aukštyn, o judesys palydimas tekstu: „Grožis virš manęs / juo stebėdamasis keliauju“, einant rankomis rodoma žemė: „Grožis žemiau manęs / juos stebėdamasis keliauju“, einant ištiesiamos rankos ir apsisukama aplink, skaitant tekstą: „Grožis aplink mane / juo stebėdamasis keliauju“. Klientams siūloma pasivaikščioti ir pasijausti deive – ankstyvąja ryto Aušra –, kuri stebisi visur esančiu grožiu. Klientų klausiama, ką gražaus jie mato gražaus priešais save, viršuje, apačioje, aplink. Po šios užduoties tikslinga prisiminti Maironio eilėraščių „Pavasaris“. Ta pati žvilgsnio judėjimo kryptis: į priekį, aukštyn, žemyn, aplink. Tokia žvilgsnio judėjimo kryptis leidžia pasijausti taip, lyg būtų stovima džiaugsmo, šviesos centre.

Technika tikslinga, kai reikia stimuliuoti teigiamas emocijas, kai siekiama suaktyvinti vaizdinį mąstymą ir gebėjimą kalbėti ne abstrakčiomis temomis, o pasakoti apie labai konkrečius pastebėtus vaizdus.

Kūrybiško rašymo užduotys, literatūros kūrinio ir asmeniškios patirties sąsajų ieškojimas

⁴ S. Levine (2000) Suvokimo topologijos teorijoje, sukurtoje integravus kognityviosios psichologijos, lingvistikos, klinikinės psichologijos ir filosofijos tyrimus, protas yra apibrėžiamas kaip daugybinių suvokimo lygių modelis ir diagramoje vaizduojamas kaip piramidė. Žemesnieji suvokimo lygiai yra arčiausia sąmonės (išsąmoninimo) ir paklūstantys binarėms Aristotelio logikos opozicijoms. Šiame suvokimo lygyje individas patiria save patį ir objektus kaip atskirus, turinčius ribas ir nepriklausomus. Aukštesniuosiuose suvokimo lygiuose priešingai iškristalizuojama savęs paties ir pasaulio geštalo struktūra, ir suvokimas organizuojamas pagal dialektinę logiką. Ši logika atskleidžia, kad paprasti nepriklausomi objektai yra geštaltai, ir kiekvienas geštaltas turi ryšį su kitu geštaltu. Metaforos būdingos aukštesnį suvokimo lygį išreiškiančiai kalbai: poezijai, pasakojimui, jos skatina įtampos raišką ir oponuojančių priešybių sintezavimą pagal dialektikos logiką. Dar viena grožinės literatūros kaip meno ypatybė yra ta, kad universali tiesa išreiškiama individualiu būdu, konkretybės pavidalu, taigi stimuliuojamas ir žemasis suvokimas. Šizofrenijos liga, depresija ar net ilgalaikė emocinė įtampa išderina žemesniojo ir aukštesniojo suvokimo lygių darną, atsiranda patogeninė atskirtis.

Gyvenimo saulė⁵. Tikslas: paskatinti refleksiją literatūros kūrinio tema ir atskleisti asmeniškumą santykių su mama ypatybes. Perskaitomas Petro Vaičiūno eilėraštis „Gyvenimo saulė“. Klientai prašomi užbaigti sakinius: „Mano mamos akys...“, „Mano mamos veidas...“, „Mano mamos rankos...“, „Mano mamos balsas...“ Technikos naudojimo prasmė: atskleista individuali patirtis padeda išvystyti kliento problemas. Jas nagrinėjant kritinės refleksijos metu, išsiaiškinamos tikros problemų priežastys, dialogo metu aiškinamasi, kaip būtų galima jas spręsti.

Gyvybės šakelė. Tikslas: stimuliuoti verbalinius įgūdžius, skatinti vidinius išgyvenimus išreikšti metaforų kalba, išvystyti sąsajas tarp mitologinės sakmės herojės ir savo gyvenimo. Papasakojama sena pasaka apie mažą mergaitę, kurios tėtis mirė, o netrukus ir motina atgulė mirties patalan.

...Mirdama motulė neužaugusiai dukrelei padovanojo gyvybės medžio šakelę ir paaiškino, kad ją pasodinus į žemę išaugs didžiulis medis, jo šakomis dukrelė galėsianti įlipti į dangų ir susitikti su mama. Motulė mirė, našlaitė ilgai liejo ašaras, vargo ir nyko, kol vieną dieną pakėlė akis į saulę. Spinduliai nutvieskė ilgą kelią per devynis miškus, devynis kalnus, devynias upes į salą ežero viduryje. Mergaitė pradėjo ilgą ilgą kelionę. Ji pasodino į žemę savo šakelę, ir išaugo didelis medis, kurio šakomis mergaitė įlipo į dangų.

Kiekvienas klientas prašomas įsivaizduoti, kad savo rankoje jis turi stebuklingą šakelę nuo gyvybės medžio, tokią pat, kokią turėjo našlaitė, apie kurią ką tik papasakota. Kiekvienas klientas prašomas papasakoti, kaip jo rankoje atsirado šakelė, kokia ji: žalia, vystanti, žydinti, sprogstanti. Jei žydinti, tai kokie jos žiedai, kokios spalvos. Kiek kelio jau nueita su šakele rankoje, kur dabar veda kelias: į kalną, pakalnę, ar ši kelio atkarpa lygi? Koks oras dabar, kai jis eina su savo šakele? Koks metų laikas? Kokie garsai girdėti aplink? Ar prieš akis dar ilga kelio atkarpa? Į klausimus atsakoma raštu.

Technikos naudojimo prasmė. Mitologinės pasakos siužeto panaudojimas savo pasakos kūrimui leidžia individui išreikšti gyvenimo patirties elementus ir intencijas simboliais, neatsiejama nuo stiprių archetipiniu veikimu pasižymintio centrinio sakmės simbolio, ir pačiam pasijausti mito herojaus kelyje – tai motyvuoja asmenį įveikti kliūtis, transformuoja neigiamą ateities įsivaizdavimą į pozityvų, išlaisvina iš negaliai būdingo beviltiškumo ir žemos savivertės išgyvenimo.

⁵ N. Mazza (1999) pristato neužbaigto sakinio techniką, padedančią individui surasti formą vidiniams išgyvenimams reikšti ir įsitraukti į kūrybiško rašymo procesą (p.88)

Kūrybiško rašymo technikos, skatinančios spontaniškumą ir stiprinančios ryšį su aplinka

Išlaisvinantis žodis⁶. Tikslinga taikyti dirbant su klientais, kurių gebėjimą kalbėti yra užblokavę skaudūs išgyvenimai. Klientams pateikiamas 9-18 spausdintų žodžių rinkinys. Prašoma išsirinkti vieną, labiau patraukiantį dėmesį ir jį pavartoti sakinyje. Jei žodis žadina jausmus ir prisiminimus, siūloma nesustoti parašius vieną sakinį, rašyti toliau. Gali būti pasiūlomi šie žodžiai: *vėjas, alyvos, bijūnas, kalėjimas, kaukė, vilkas, mėnulis, sala, delfinas, namai, ramus vakaras, pyragas, užtvanka, gaubtas, akligatvis, versmė, ašaros, atžala*. Siūlomi žodžiai būtina turi reikšti konkrečius objektus, su kuriais susiduriama nuolat. Tarp šių žodžių turėtų būti 3-5 žodžiai, keliantys asociacijas su specifine patirtimi ar įvykiu. Pavyzdžiui, *kalėjimas* asocijuojasi su sunkia kliento ar jo artimų giminių patirtimi, *namai* su tarpusavio santykiais, *ašaros* su konkrečia nelaime, skriauda. Galima pasiūlyti išsirinkti vieną žodį iš 10 asmenų apibūdinančių būdvardžių.

Technikos panaudojimas. Rinkdamasis žodį, asmuo pradeda prisiminti jam aktualius gyvenimo įvykius ir jų sukeltus vidinius išgyvenimus – taip surandama tema rašymui. Naudinga dirbant su sveikesniais klientais. Klientas, kuris nepajėgia bendrauti su kitais žmonėmis, nes negali išreikšti vidinių išgyvenimų, randa žodį, kuris labiau negu kiti susietas su vidiniais išgyvenimais. Šis žodis yra nepakeičiamas pradeant giluminį dialogą. Žodį išsirinkęs klientas paprašomas parašyti sakinį ir jame pavartoti pasirinktą žodį. Sakinyje atsiranda dar keletas klientui reikšmingų žodžių. Klausiama kliento, apie ką jis pagalvojo, rašydamas vieną ar kitą žodį. Klientui kalbant, galima išgirsti dar kažką naujo, o tai skatina užduoti papildomų klausimų. Technika nepakeičiama nekalbančiam asmeniui prakalbinti.

„Žmogus – kalbančios Žemės žodis“⁷. Technika leidžia patirti labai stiprų kūrybinį įkvėpimą, bet efektyvi, kai žmonės nebijo išgyventi jausmų, pajėgia susikaupti, įsivaizduoti tai, ko prašoma.

Klientai paprašomi įsivaizduoti jiems patinkančią vietą, kurioje jie geriausiai jaučia dvasinį ryšį su gamta. Eilėraščiui pakanka keturių žodžių, kurie atsako į tris klausimus: 1. kada? 2. Kur? 3. Kas priešais akis?

Kada? Vienas žodis išreiškia metų, mėnesio ar paros laiką. Klientams siūloma prisiminti, kada jie jautė šventą savo sielos ir gamtos artumą. Pavyzdžiui, *saulėteky, lyjant, saulėlydy, žydint, rytą, vakare, vasarą*. Klientas prašomas įsivaizduoti, kad dabar yra tas pats metų ir paros laikas, koks buvo tąsyk.

⁶ J. Fox (1997), vienas iš poezijos terapijos pradininkų ir kūrėjų, pasiūlė šią techniką rašymo spontaniškumui skatinti.

⁷ F. Lee (2000). Navajo genties kultūros tyrinėtojas emocinės būsenos raiškai pasiūlė vartoti žodžius, kuriais nusakomas žemės vaizdas.

Kur? Antrasis žodis nusako konkrečią buvimo vietą (Kur?) Pavyzdžiui, *pajūry, priepės, miške ant kavos, slėnyje, prie beržo*. Svarbu, kad atsakymas į klausimą *kur* būtų neatsiejamas nuo atsakymo į klausimą *kada*, kad abu į klausimus atsakantys žodžiai fiksuotų į tą pačią akimirką.

Kas prieš akis žiūrint pasirinkta kryptimi? Klientai prašomi pavartoti tik du žodžius ir jais nusakyti, koks vaizdas yra prieš jų akis įsivaizduojamu laiku (atsakymas į klausimą: *kada?*), kai jie stovi, sėdi ar guli, būdami jiems patinkančioje vietoje (atsakymas į klausimą: *kur?*) ir žiūri į toli, aukštin ar žemyn (pavyzdžiui, *paukštis kyla, dūžta banga, snieguota viršūnė, saulė pro debesis*). Į trečią klausimą atsakantys du žodžiai nusako vaizdą, atsiveriantį prieš akis žiūrint viena kryptimi.

Technika pavadinta „Žmogus – Žemės žodis“, siekiant stimuliuoti pojūtį, kad žmogus yra gamtos dalis kaip ir kiti gamtos objektai. Patiriamas stiprus įkvėpimas ir katarsis, jei atliekant užduotį, pavyksta sukcentruoti dėmesį į buvimą vienoje akimirkoje, o atliekantis užduotį žmogus ne kartą yra džiaugetis gamtos grožiu ar gamtoje patyręs nusiramimą. Technika naudinga dirbant su sveikais klientais. Kai klientams užduotis kelia daug sunkumų, stipraus įkvėpimo nepatiriama, bet yra stimuliuojamas ryšio su gamta išgyvenimas ir sustiprinamas asmens Aš pojūtis.

Akrostichas. A.Hynes (1994) pastebėjo, kad akrosticho rašymas yra iš vienas iš būdų išreikšti asmeniškų jausmus ir problemas. Žodis parašomas vertikaliai. Kiekviena raidė yra horizontalaus žodžio pradžia. Asmenys, turintys literatūrinių gebėjimų, kuria išbaigtą kūrinėlį, kuriame visi pavieniai žodžiai susiję ir išreiškia poetinę mintį. Dirbant su asmenimis, sergančiais psichikos sutrikimais ir neturinčiais poetinio rašymo įgūdžių, neverta skatinti juos rašyti išbaigtą kūrinėlį, asmenys labiau atsiveria, kai jie yra skatinami spontaniškai rašyti žodžius, prasidedančius reikiama raide. Rašydamas akrostichą, klientas atranda jam reikšmingus žodžius, kuriuos pavartodamas sakiniuose daug pasako apie save. Technika naudinga dirbant su grupe: klientai atranda jiems reikšmingus žodžius, išlaisvinamas jų gebėjimas rašyti. Kūrybiškai papasakojami atskiri gyvenimo epizodai. Technika naudinga individualiai dirbant su verbalinius gebėjimus praradusiais asmenimis. Akrosticho rašymui pavartoti žodžiai sudaro prielaidas gilumiam dialogui.

„**Asmens metaforos**“ **iškodavimas/empatiškas rašymas.** Šizofrenija sergančio asmens nuolat kartojamas ritualas yra interpretuojamas kaip kliento metafora, kurios prasmės išreiškimas kalba pasižymi galia keisti šizofrenija sergančio asmens savivoką ir emocijas. Technikos naudojimo tikslas: šizofrenija sergančiojo vidinių išgyvenimų ekspresija, emocinė parama, gilus verbalinio kontakto užmezgimas.

Pasikartojančių veiksmų išsiaiškinimas. Sergantis šizofrenija kartais su negyvu ar gyvu objektu elgiasi taip, kaip su juo elgiasi likimas. Pavyzdžiui, kaskart paspiria šunį, skandina kempinę į vandenį, ją gręžia ir klausosi kempinės išleidžiamo garso.

Rašant kliento vardu palyginami jo ir skriaudžiamojo objekto išgyvenimai. Kuriant tekstą įsmeninami objektai, kuriuos sergantysis naudoja atliekdamas ritualus. Ugdytojo rašomame tekste skriaudomis skundžiasi įsmenintas objektas (spaudoma kempinė, spardomas šuo ir t.t.). Kreipiamasi į įsmenintą objektą, prisipažįstama jam, kad kančia buvo nebeįstverčiama, kad neveltis buvo užtemdžiusi akis, paaiškinama, kodėl daug kartų buvo atliekamas daugeliui nesuprantamas ritualas. Įsmenintam objektui palinkima tvirtybės, kad niekas daugiau nebeskriaustų, ir deklaruojamos kliento pozityviosios savybės.

Nauda: klientas atpažįsta savo jausmus tekste, emociškai identifikuoja su pasakotoju – vyksta spontaniškas savęs suvokimas, o jį lydi išlaisvėjusi kalba.

„Balso“ susigrąžinimas⁸

Technikos dėka galima susitaikyti su savo likimu ir patirti stiprų katarsį. Taikoma tuo metu, kai klientas nebebijo įsitraukti į kūrybiško rašymo procesą, gerai jaučiasi grupėje, pavyzdžiui, trečiajame ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime arba vėliau. Klientas prašomas 1) prisiminti laiką prieš patirtą psichikos traumą, kai jis jautėsi stiprus ir daug galintis, 2) stengtis aiškiai įsivaizduoti, lyg vaizdas būtų nufilmuotas, 3) rašyti apie save kaip apie trečią asmenį, 4) parašyti, kas atsitiko to asmens gyvenime, 5) raštu prisipažinti, kad aprašytas žmogus yra jis pats prieš keletą ar keliolika metų, 6) parašyti, ką pavyko suprasti savo gyvenimo kelyje, ar sunku eiti pirmyn, kas suteikia jėgų.

Prasmė – galimybė papasakoti savo istoriją, iš šalies ją pamatyti, skaudžius išgyvenimus perkelti į įsivaizduojamą herojų ir išgyventi teigiamus jausmus. Užduoties atlikimas susijęs su katarsiu ir motyvacijos dvasiškai stiprėti atradimu. Rašymas apie save kaip apie trečią asmenį ryškina distanciją tarp pasakotojo ir to, apie kurį pasakojama, taigi tolstama nuo traumos. Savęs ir asmens, apie kurį pasakojama, sutapatinimas padeda įsisąmoninti ištvėrmę, veiksnius, kurie padėjo išgyventi sunkiu metu ir kurie stiprybės suteikia dabar.

Kūrybiško rašymo technikos ugdant savęs pažinimą.

Technikų naudojimo tikslas: padėti klientui pažinti savo asmenybės savybes, koreguoti savęs pažinimą, įkvėpti kūrybiškam rašymui.

⁸ J. Fox (1997) pateikia O. Krieglereilėraščių, padėjusių jai susigrąžinti balsą ir nugalėti baimę kalbėti po psichotraumos. Sekimas O. Krieglereilėraščių rašymo stiliumi yra technika, leidžianti susigrąžinti balsą.

Subasmenybių mandala⁹. Nupiešiamas skritulys. Jis padalinamas į skiltis. Į kiekvieną skiltelę klientas įrašo savo charakterio savybę. Vertinama, kaip klientas atlieka užduotį: gal vyrauja neigiamos savybės, gal iš viso nėra pozityvių? Kalbant su klientu, jam padedama atrasti teigiamas savo savybes: būdo bruožus, pomėgius. Virš kiekvienos skritulio skilties nupiešiama po žmogeliuką, jie sujungiami linija ir aiškinama, kad kiekvienas iš tų mažų žmogučių kūrybiškame žaidime reiškia savarankišką asmenį. Pasakoma, kad kūrybos procese viskas galima: poetas gali savo širdį išleisti pasivaikščioti po miestą, o klientas ir ugdytojas gali įsivaizduoti, kad iš rato trumpam išeina vienas žmogeliukas. Klientas skatinamas išėjusį iš rato žmogutį (subasmenybę) įsivaizduoti taip, kaip patinka. Subasmenybė gali būti įsivaizduojama kaip vienokio ar kitokio amžiaus žmogus, kaip neaiškių kontūrų būtybė, ateivis iš kosmoso ir taip toliau. Pateikiami klausimai ir paprašoma į juos atsakyti raštu.

Klausimai: Koks įsivaizduojamo asmens vardas? Amžius? Lytis (vyriška, moteriška, nenusakoma)? Kaip įsivaizduoju jo (jos), einančio(s) į mane, figūrą? Kokie drabužiai? Kokios spalvos labai daug prieš mane, kai jis (ji) ateina? Kaip aš jaučiuosi jam (jai) ateinant? Kaip plaka mano širdis? Koks mano kvėpavimas jam (jai) ateinant? Koks oras, metų laikas? Ką aš žinau apie ateinantį (ateinančią)? Netoliese yra vandens. Koks tai vanduo? Vandens stiklinė, ežeras, upė, bala, pelkė, jūra? Jis (ji) priėjo. Ką sakote sutiktajam?

Susipažįstama su atsakymais. Ugdytojas vertina, ar informacijos pakanka, kad jis galėtų parašyti rišlų tekstą, panaudodamas atsakymų turinį. Jei ne, klientui užduodami papildomi, ugdytoją dominantys klausimai. Pasidomima, ar aprašytas žmogus (o gal fantastinė būtybė) susijęs su reikšmingu kliento gyvenimo įvykiu. Visą informaciją, surinkta dialogo metu, panaudojama dienoraščio puslapiui. Rašoma kliento vardu. Parašytas tekstas pavadinamas kūrybišku žaidimu, kad klientas išsaugotų teisę ignoruoti parašytą puslapį, atsiriboti nuo jo. Ugdytojas garsiai perskaito tai, kas parašyta. Kalbant su klientu, aiškinamasi, ką klientui reiškia ugdytojo rašymas, ką jis suprato, kas jį jaudina.

Jei klientas gali rašyti pats, tada jis pats parašo dienoraščio puslapį. Ugdytojas taip pat rašo tekstą kliento vardu. Tekstai palyginami, aiškinamasi, kuo jie skiriasi, ieškoma asmens žemos savivertės, nepasitikėjimo savimi požymių ir priežasčių. Šią užduotį galima taikyti ir dirbant su grupe, kai klientų gebėjimai bendrauti ir rašyti yra pakankamai geri. Kai klientai raštu atsako į užduoties klausimus, jiems pasiūloma savarankiškai parašyti prozos miniatiūrą, joje panaudojant tą medžiagą, kuri yra atsakymuose į klausimus.

⁹ J. Merriam (2000) seminare pristatė vidinį balsą išlaisvinančią techniką „Pasitinkant kitą save“. „Subasmenybių mandalos“ piešimas yra sudėtinė technikos dalis. Siūlydama techniką, J. Merriam orientavosi į kūrybiškus, gebančius rašyti ir norinčius geriau save pažinti asmenis. Mūsų atveju technika taikoma dirbant su žmonėmis, kurie neturi savarankiško kūrybiško rašymo ir refleksinio mąstymo įgūdžių, o savęs pažinimas yra nepakankamas.

Nauda – kliento Aš pojūčio sustiprėjimas, savigarbos padidėjimas, sukuriamos prielaidos verbaliai bendrauti su ugdytoju arba su ugdomosios poetikos terapijos grupės nariais. Be to, parašytos prozos miniatiūros yra priemonė, leidžianti pradėti kryptingą ugdomąją diskusiją.

Kūrybiško, giluminio dialogo technika taikoma individualiame darbe¹⁰

Dirbama individualiai, apie vieną valandą. Technika labai naudinga, kai kliento gebėjimas išreikšti vidinius išgyvenimus kalbant yra minimalus, kai net buitine kalba kalbant sunkiai randami žodžiai, o tarp žodžių labai ilgos pauzės.

Pirma užduotis. Atrasti žodį, padedantį užmegzti giluminį dialogą. Šiam tikslui panaudojama kūrybiško rašymo technika „Išlaisvinantis žodis“ arba „Akrostichas“.

Dialogas kūrybinis. Pateikiamos mąstymo gairės.

Stengiamasi sužinoti asociacijas, susijusias su kiekvienu kliento žodžiu, aiškinamasi, kokį kliento gyvenimo istorijos puslapį jos atskleidžia. Pavyzdžiui, klientui sakoma: „Jūs parašėte žodį „kalvis“. Gal kalvis jums ką nors reiškia, ar tai nežinia kodėl į galvą atėjęs žodis?“ Pradiniai klausimai labai paprasti. Visus kitus su tuo žodžiu susijusius klausimus lemia situacija. Žiūrima į žmogų, kuris yra priešais. Girdimas jo kvėpavimas, intonacijos. Dabar ugdytojo dėmesio centre yra tik buvimas su klientu, tik noras išgirsti tuos išgyvenimus, kuriems klientas neturi žodžių. Tai kūrybinė būsena, kurioje viskas nepažįstama, nauja, nepatirta. Po ilgos pauzės klientas ištaria: „*Arkliaus kausto*“. Pasakyta mintis pasižymima. Dabar galima paklausti, ar teko matyti, kaip arkliaus kausto. Ugdytojas klausia savo vidaus, žiūrėdamas į laukiantį pagalbos žmogų. Atvirumas pojūčiams yra būtina sąlyga, kaip ir atvirumas visiems iš vidaus kylantiems prisiminimams ar spontaniškoms asociacijoms. Ugdytoją gali apimti tuštumos jausmas, suvokiant, kad nieko reikšmingo neatskleidžia jo klausimai ir kliento atsakymai.

Tuštumos jausmas taip pat turi tam tikrą spalvą, pavidalą. Ugdytojas klausia savęs, ką jis įžvelgia tuštumoje, esančioje tarp jo ir kliento. Apanglėję negyvi medžio kamienai? Pilki akmenys? Negalima nugrimzti į savo išgyvenimus per daug, už vidinių ugdytojo vaizdinių yra žmogus, kuris dabar pats svarbiausias. Įsiklausoma į kliento alsavimą „*Man sakė, kad senelis mokėjo kaustyti arkliaus*“, - klientas pasako. Ugdytojas, klausydamas kliento, gali pamatyti vaizdinį: žolę rupšnojantį arklį. Siekdamas labiau priartėti prie kalbančiojo ugdytojas paklausia: „*Ar jūsų senelis gyveno kaime?*“ Visas dėmesys sutelktas į klientą ir į savo paties sielos, klausiančios kliento vidinių išgyvenimų, virpesius. Pradedama nebetrikdyti kliento kalbos skurdumas, nebematomi jo užslopinti jausmai. Pajuntama, kad už tų skurdžių frazių pradeda ryškėti suprantamas žmogaus išgyve-

¹⁰ Technika paremta M. Buber dialogo principais. Analizuodamas dialogą M. Buber skiria tris jo principus. Trečiasis dialogo tipas paremtas monologu, „kai kalbasi kiekvienas pats su savimi“ ir „kiekvienas paliktas pats sau“ (Buber, p.71).

nimas (gal vienišumas, gal pažeminimas). Ugdytojas tikrina tai, ką pradeda suprasti. Ugdytojas klausia klientą, kas jam rūpi, domisi ta kliento patirtimi, kurią intuityviai pajunta. Popieriaus lape palengva nebelieka žodžių, kurių reikšmės, aktualios klientui, nežinotų ugdytojas. Ieškoma jungties tarp giluminio pokalbio metu kilusių vaizdinių ir kliento žodžių. Giluminio dialogo metu ugdytojas pajunta, kad nori ir gali rašyti prieš jį esančio žmogaus vardą. Atsiradus šiam norui, reikia rašyti ir skaityti klientui, ką pavyko parašyti. Rašymas kliento vardu vadinamas empatišku rašymu. Klientas gali paklausti ugdytoją, kaip jam pavyko, entuziastingai pritarti arba prieštarauti tekstui. Pritarimas ar prieštaravimas jau yra laimėjimas, nes kalbėjimas jau išlaisvintas. Bekalbant su klientu, pavyksta išvelgti kliento egzistencijos problemą ir galima aiškintis jos priežastis, suteikti asmeniui reikalingų žinių.

Giluminio dialogo technika reikalauja įgūdžių. Pirmiausia drąsos išgyventi tai, kas absoliučiai nauja ir nepažįstama, ir besąlygiškai tikėti gyvybingumo bei krypties į šviesą prasme. Abu partneriai po giluminio pokalbio yra pavargę ir patyrę labai stiprių išgyvenimų.

Poetinė improvizacija¹¹ kaip vienijantis, raminantis ir energizuojantis ritualas¹². Baigiant susitikimą, kai jau apibendrinta diskusija, paklausiama klientų, ko jie laukia iš savo ateities, su koku vaizdu jie gali palyginti dabartinę savo nuotaiką. Prašoma labai trumpai keliais žodžiais perteikti vaizdinį. Vaizdiniai užsirašomi, susigrupuojami pagal jų galią išreikšti šviesumą, gyvybingumą. Pavyzdžiui, 1) viena grupė: *debesuota, truputį šalta, ruduo*, 2) antra grupė: *saulė pro debesį, vaivorykštė po lietaus, snieguolės*, 3) trečia grupė: *saulėta, sodai žydi, paukščiai čiulba*. Naudojant kelio simbolį, nesunku į poetinio mąstymo tekstą jungti klientų frazes. Improvizacija turi perteikti judesį iš tamsos į šviesą arba iš žiemos į pavasarį.

Pvz. Po kojomis – kelias. Keliasi mano diena. Ateinu iš (autentiška kliento praeitį liudijanti mintis ar vienas žodis). Kartais sunkesnis, kartais lengvesnis mano kelias po kojomis. Šiandien... (kliento nuotaiką simbolizuojantis oras: saulė virš galvos ar pilka dulksna). Jei kūrybiškas žaidimas žaidžiamas ne pirmą kartą ir jei jis patinka klientams, jie šios dienos nuotaiką dažnai linkę įvardinti kaip „vaivorykštę po lietaus“). *Einu tenai,*

¹¹ Eilėraščio ar muzikos kūrimas be išankstinio pasirengimo, kai kartu kuriama ir atliekama (Tarptautinių žodžių žodynas. Vyriausioji enciklopedijų leidykla, 1985). Klientų žodžių, atskirų minčių panaudojimo poetinėje terapijoje idėja yra siejama su amerikiečių poetu Craig Czury, daug metų dalyvavusiu Druskininkų poetiniame rudenyje. Craig Czury neanalizavo savo poetinių improvizacijų sistemos ir nepristatė jos kaip technikos.

¹² Ritualas – tipiška sudėtinė poetikos terapijos dalis. Improvizacijos technika sukurta remiantis originaliu filosofiniu požiūriu, kuriam prielaidas sudarė senosios baltų pasaulėžiūros, C. Jung archetipų teorijos, N. Maza (1999) kolektyvinės kūrybos studijos.

kur... (kliento mintys, kaip atrodo žemė tą dieną, kai jis jausis laimingas, sveikas). Tik nesustoti. Eiti. Eiti į žydrą tolumą. Eiti.

Kelias yra horizontali jungtis tarp praeities (ištvėrmės) ir ateities (svajonės), ėjimas patvirtina tai, kad esi gyvas, atviras įspūdžiams ir turi tikslą – judėjimo kryptį. Medis yra vertikali jungtis tarp šaknų (ištvėrmės istorijos) ir viršūnės (svajonės). Kilti iš šaknų į viršūnę – susitapatinti su augimo jėga. Vėl lengva atspirtis poetinei improvizacijai. *Aš medis... (Koks? Kliento frazė). Aš augu iš... (kliento mintis ar žodis). Mano viršūn...ė (Kokia? Kliento mintis). Aš stiebiuosi į ... (kliento mintis).* Svarbu, kad poetiniame tekste būtų kiekvieno kliento žodžiai.

Kitos technikos, leidžiančios kurti ritualus

Kolektyvinis eilėraštis, kaip vienijantis ritualas. Jei klientai pajėgūs, galima rašyti bendrą tekstą, remiantis japoniška haiku tradicija. Pradedama nuo šios dienos vaizdo. Pirmas dalyvis parašo dvi eilutes, iš kurių pirma susijusi su dienos vaizdu, o kita gali kreipti mintį ten, kur nori rašantysis. Antrasis dalyvis savo pirmą eilutę susies su prieš tai buvusia arba su šios dienos vaizdu, o kitą rašys tokią, kokią nori ir t.t

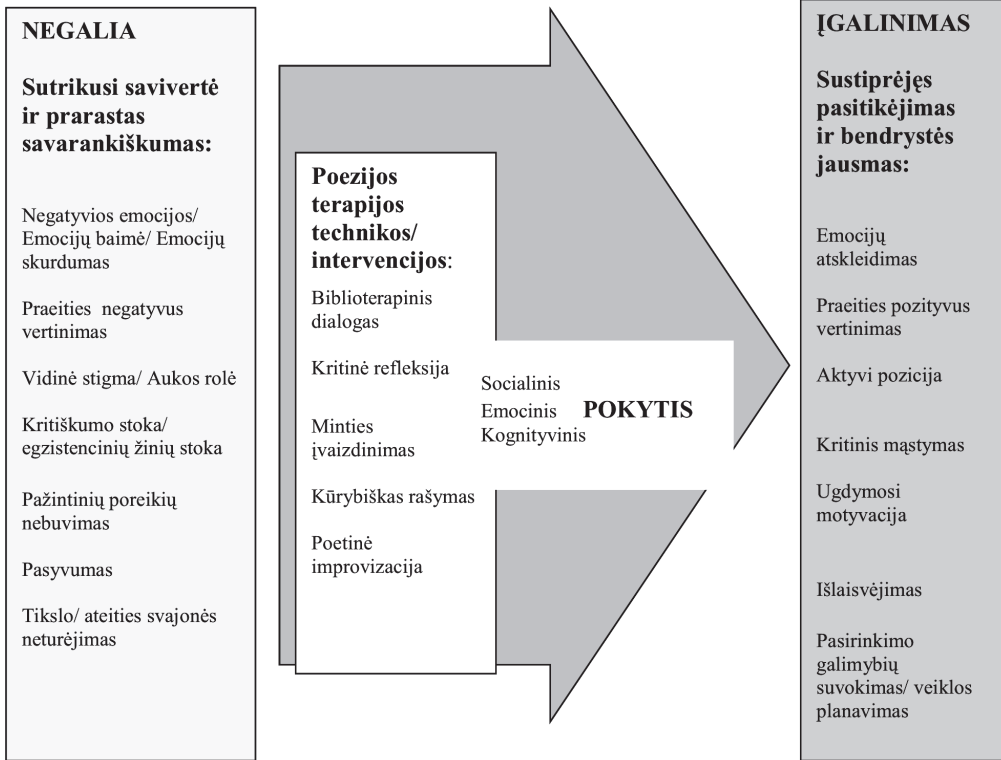
Kūrybos mozaika, kaip vienijantis ritualas. Randama talpi metafora, kuri jungia grupę. Tokios metaforos pavyzdys gali būti „žodis“. Visus sujungianti metafora tampa kūrybinės mozaikos pradiniu žodžiu. Ugdytojas perskaito: „*Žodis yra mūsų duona. Žodis įkvepia, artina, teikia vilties...*“, o toliau visi klientai iš eilės skaito jiems reikšmingas eilutes iš grupėje parašytos prozos ar poezijos miniatiūros.

Apibendrinimas

Psichikos sutrikimu sergantis asmuo yra vedamas iš neautentiškos į autentišką būtį, į jos visybišką suvokimą, sudarantį prielaidas autentiškos kalbos vystymuisi, neigiamų emocijų transformavimui, pozityviems savęs ir socialinės aplinkos pažinimo, savęs vertinimo pokyčiams, o tai įgalina individą mokytis savarankiškai gyventi visuomenėje ir jausti atsakomybę už savo gyvenimą.

Mokymasis giluminius išgyvenimus išreikšti kalba siejamas su savivertės didėjimu, bendrystės jausmo vystymuisi, negatyvaus praeities vertinimo ir neigiamo ateities įsivaizdavimo transformacijomis, pažintinių poreikių atsiradimu.

Akrosticho ir kitų išlaisvinančių žodį technikų dėka padidėja verbalinio bendravimo įgūdžius praradusio individo spontaniškumas, sužinomi klientui asmeniškai reikšmingi žodžiai, sudarantys prielaidas užmegzti giluminį dialogą ir atskleisti vidinius išgyvenimus. Dialogo metu laisvinantis iš vidinio užsisklendimo, didėja asmens savivertė ir koreguojamas žodžio prasmės suvokimas, o tai sudaro prielaidas kognityviniam vystymuisi ir socialinio bendravimo įgūdžių lavinimui.



10 pav. Ugdomosios poetikos terapijos technikų taikymas sergančiųjų depresija ar šizofrenija įgalinimui

Psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimas – ugdomosios poetikos terapijos metodikos taikymo rezultatas

Empatiško rašymo metu psichikos sutrikimu sergančio asmens autentišką patirtį išreiškiantys skurdžia arba padrika kalba perteikti vidiniai išgyvenimai yra poetikos terapeuto kūrybiškai perkelti į savo vertę jaučiančio, visybiškiau gyvenimą suvokiančio asmens pasakojimą. Atpažindamas savo išgyvenimus pasakojime, psichikos sutrikimu sergantis asmuo spontaniškai, emociškai identifikuojasi su pasakotoju, o tai lemia pozityvų savęs suvokimo, savęs vertinimo pokytį.

Terapinėje poetinėje improvizacijoje pavartojami klientui asmeniškai prasmingi žodžiai atveria kitokį – pozityvesnį - pasaulio vaizdą, kuris emociškai susitapatinus išgyvenamas ir suvokiamas kaip pozityvesnė patirtis ir šviesesnė ateities perspektyva. Šių išgyvenimų kartojimasis ilgalaikiame terapijos procese perkelia kliento “aš” iš negalios į įgalumo kontekstą.

Kalbant apie asmeniui reikšmingą patirties epizodą, dėmesio kreipimas į elementariais pojūčiais suvoktą informaciją aktyvina vaizduotę ir padeda abstrakčią mintį susieti su konkrečiu vaizdu – artėjama į visybišką suvokimą, atrandami tie konkrečios patirties aspektai, kurių asmuo buvo neįvertinęs. Tai mažina individo vidinę įtampą ir lengvina dialogą, kurio metu analizuojamas išgyvenimų turinys ir sąveikaujama su naujomis žiniomis

Minčių įvaizdinimas malonius prisiminimus paverčia dabarties išgyvenimu, o tai suteikia teigiamų emocijų. Ilgalaikiame terapijos procese šie pozityvūs išgyvenimai transformuoja neigiamas praeities ir beviltiškos ateities įsisąmoninimą: vyksta ryški asmenybės transformacija, apimanti emocinius ir kognityvinius procesus – išsiugdoma įgalintam asmeniui būdinga aktyvi pozicija ir bendrystės jausmas.

A. Hynes ir M. Hynes- Berry biblioterapiniais principais pagrįstame dialoge atrandami nauji požiūriai į gyvenimą, kurie, ugdytojui padedant, yra integruojami į savo gyvenimo suvokimo visumą, ir išryškinamas asmens psichikos sveikatai reikšmingas išmokimas.

Judesio terapijos technikų dėka skatinant spontaniškumą, stimuliuojant prisiminimus, individo patirties ryšio su lyrinio herojaus patirtimi pajautimą, yra atskleidžiami psichikos sutrikimu sergančiam asmeniui reikšmingi išgyvenimai ir gyvenimiškosios problemos, o tai padeda refleksyvios mąstymo patirties neturinčiam asmeniui įsitraukti į kritinę refleksiją pagrįstą mokymąsi.

Dailės terapijos technikų integravimas į ugdomąją poetikos terapiją leidžia mintis ir jausmus projektuoti į kuriamą konkretų vaizdinį popieriuje, o analizuodamas piešinį sergantysis geriau suvokia, kokios jo sunkaus gyvenimo priežastys yra socialinėje aplinkoje, kokios – jo viduje, tai lengvina kritinę refleksiją, skatina apsisprendimą ir transformuoja „Aš auka“ rolę į aktyvią poziciją turinčio žmogaus rolę.

Kritinės refleksijos metu aiškinantis, kokios priežastys ir įsitikinimai lėmė būtent tokią gyvenimo patirtį, išmokstama suvokti, kas priklauso nuo aplinkos, kas nuo paties psichikos sutrikimu sergančio asmens, ką jis pats gali pakeisti. Tai didina savivertę, rolę „Aš auka“ pakeičiama į savarankiško, atsakingo už savo gyvenimą asmens rolę.

Remdamiesi naujausiomis mums žinomomis psichikos sutrikimais sergančiųjų suaugusių asmenų reabilitacijos idėjomis, transformuojančio mokymosi teorijomis, poetinio mąstymo principais ir sukaupta asmenine patirtimi, hipoteziškai teigiama, kad Ugdomoji poetikos terapija, apimanti ugdytojo ir kliento bendradarbiavimą žodinės kūrybos ir jos suvokimo procese, gali būti efektyvi verbalinių gebėjimų atkūrimo ir plėtojimo priemonė, asmenybės emocinio, pažintinio ir socialinio vystymosi / ugdymosi proceso dalis, asmenybės psichikos sveikatos gerėjimo psichologinė prielaida, psichikos

sutrikimu sergančio, neįgalaus asmens įgalinimo būti savarankiškam ir kartu su kitais gyventi visuomenėje dalis.

4.3. Ugdomosios poetikos terapijos metodikos ekspertizė

Ugdomosios poetikos terapijos, taikomos depresija ir šizofrenijos spektro sutrikimais sergančių suaugusių asmenų įgalinimui, metodiką įvertino 8 Lietuvos ir užsienio valstybių ekspertai: 1 biomedicinos mokslų habilituotas daktaras, 3 humanitarinių mokslų daktarai, 4 socialinių mokslų daktarai (iš jų 3 habilituoti). Duomenys apie ekspertus pateikiami lentelėje, o ekspertų užpildytos vertinimo formos įdėtos į disertacijos priedų skyrių.

Duomenys apie ekspertus

2 lentelė

Duomenys apie ekspertus	Iš viso
Ekspertai	8
Mokslo daktarai	3
Habilituoti daktarai	4
Socialinių mokslų daktarai ir habilituoti daktarai	4
Humanitarinių mokslų daktarai ir habilituoti daktarai	3
Biomedicinos mokslų daktarai ir habilituoti daktarai	1
Pedagoginis profesoriaus vardas	4
Edukologai (habilituoti daktarai, profesoriai)	3
Psichiatrai (habilituoti daktarai, profesoriai)	1
Pedagoginis docento vardas	3
Psichologai (daktarai, docentai)	1
Humanitarai (daktarai, docentai)	2
Lietuvos mokslininkai	6
Kitų Europos Sąjungos šalių mokslininkai	1
JAV mokslininkai	1

Metodikos turinio analizė

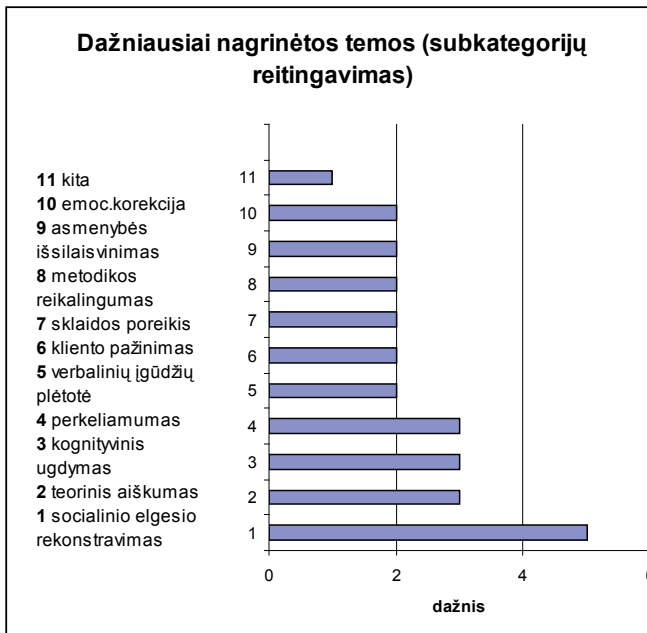
Ekspertų atsakymai apibendrinti turinio analizės metodu. Analizuojant ekspertų atsakymus į kiekvieną pateiktą klausimą, buvo išskiriamos subkategorijos (žr. Priedai) ir reitinguojamos pagal jų išskyrimo dažnumą. Labiausiai reitinguota kategorija – *socialinio elgesio rekonstravimas*. Reali socialinio elgesio rekonstravimo galimybė pažymėta, analizuojant metodikos 1) sukūrimo tikslingumą, 2) įgalinimo tikslo ir uždavinių atitikimą, 3) sergančiųjų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotės reikšmingumą; specialistų, dirbančių su psichikos ligoniais, kompetencijų įgijimo reikšmingumą ir 4) sergančiųjų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtojimą, 5) praktinį naudingumą.

Pagal dažnumą antroje vietoje yra subkategorijos: *teorinis aiškumas / mokslinis pagrįstumas, perkeliamumas, kognityvinis ugdymas*. Teorinis aiškumas / mokslinis pagrįstumas įvertintas analizuojant 1) metodikos turinio aiškumą ir nuoseklumą, 2) metodikos reikšmę sergančiųjų šizofrenija ar depresija konkrečių kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei, 3) galutinėse eksperto išvadose. Kognityvinis ugdymas, kaip reikšminga ir veiksminga metodikos dalis, įvertinta analizuojant 1) metodikos sukūrimo tikslingumą, 2) metodikos reikšmę asmenų, sergančių šizofrenija ar depresija, konkrečių kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei, 3) galutinėse eksperto išvadose. Sergančiųjų kognityvinis ir verbalinis ugdymas pripažįstamas kaip labiausiai moksliskai pagrįsta ir geriausia metodikos dalis (subkategorija *Mokslinis pagrįstumas*). Perkeliamumas tapatinamas su galimybe panaudoti metodiką kitoms ugdymo problemoms spręsti. Šią galimybę ekspertai pažymėjo, vertindami 1) metodikos reikšmę sergančiųjų šizofrenija ar depresija konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei ir specialistų, dirbančių su psichikos ligoniais, kompetencijų įgijimui, 2) metodikos praktinį naudingumą, 3) galutinėse eksperto išvadose.

Ekspertų, atsakusių į atvirus klausimus, dažniausiai nagrinėtos temos iliustruojamos grafiškai.

Suskaičiavus, kiek teiginių (ekspertų citatų) tvirtina kiekvieną subkategoriją, subkategorijos reitinguotos. Dažniausiai reitinguota subkategorija – *teorinis aiškumas / mokslinis pagrįstumas*, antroje vietoje – *socialinio elgesio rekonstravimas*, trečioje – *kognityvinis ugdymas*, ketvirtoje – *metodikos reikalingumas*. Penktoje vietoje – *perkeliamumas ir emocijų korekcija*.

Pagal subkategorijas patvirtinančių teiginių skaičių dažniausiai reitinguota subkategorija yra *Teorinis aiškumas/ mokslinis pagrįstumas*. Ekspertai daug dėmesio skyrė teorinio pagrįstumo analizei. tai sietina su metodikos naujumu. Naujumą pažymi visi ekspertai. Duomenys pateikiami trečioje lentelėje.



11 pav. Ekspertų analizuotos temos

3 lentelė

Metodikos naujumo vertinimas

Ekspertai	Bendras ekspertų skaičius	Naujumą patvirtinusių ekspertų skaičius	Naujumą patvirtinusiųjų ekspertų dalis (procentai)
humanitarai	3	3	100 proc.
edukologai	3	3	100 proc.
psichologai	1	1	100 proc.
biomedikai	1	1	100 proc.

Palyginus išskirtų subkategorijų dažnius (reitingus), yra matoma, kad ekspertai, analizuodami ugdomosios poetikos terapijos metodiką, daugiau dėmesio skyrė socialinio elgesio rekonstravimo ir kognityvinio ugdymo galimybių svarstymui, mažiau emocijų korekcijai. Vertinant, kaip metodika atitinka įgalinimo tikslus ir uždavinius, buvo išskirta subkategorija *sėkmingumas*: metodikos sėkmę ekspertai sieja su jautriu atsiliepimu į klientų poreikius, su emocijų korekcijos ir pažintinių funkcijų ugdymo darna. Metodikos turinio aiškumo ir nuoseklumo analizės kontekste buvo pažymėtas holistiškumas - eks-



12 pav. Metodikos veiksmingumą tvirtinantys teiginiai

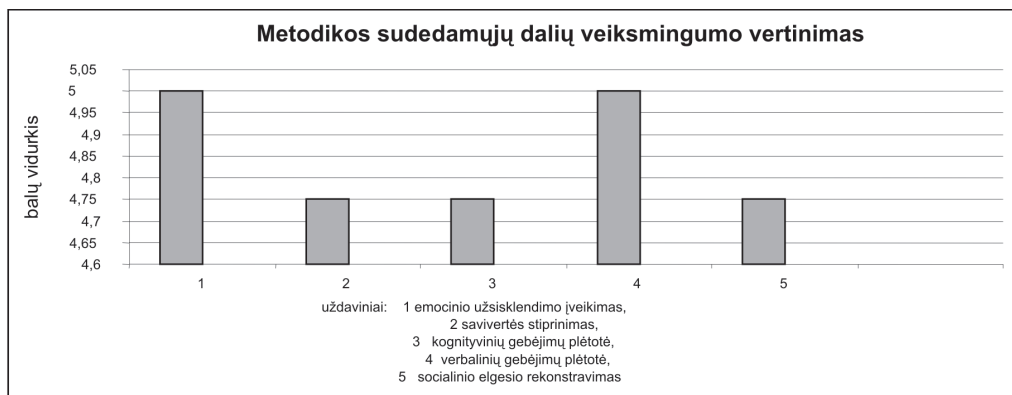
pertų nuomone, metodika yra aiški ir suprantama, nes kreipiamas dėmesys į visumą: į emocijų korekcijos, pažintinių funkcijų stimuliavimo ir socialinio elgesio rekonstravimo procesus. Subkategorijos *Sklaidos poreikis* ir *Akademinio pripažinimo reikmė* reitinguojant pagal įrodančių teiginių skaičių užima 7 ir 8 vietas. Nors šių subkategorijų reitingo numeris žemas, jose pateikiama informacija svarbi – patvirtinama, kad yra poreikis metodiką diegti į praktiką, Subkategorija *Sklaidos poreikis* buvo dažniau išskirta negu subkategorija *Praktinis pritaikymas* ir patvirtinta didesniu teiginių skaičiumi: ekspertai jau neabejoja metodikos praktiniu pritaikymu, o pabrėžia, kad šios metodikos reikia specialistams, dirbantiems su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis.

Ekspertai įvertino ugdamosios poetikos terapijos metodikos sudedamąsias dalis, kurias sudaro atskiros intervencinės technikos, balais nuo 1 iki 5. (1 reiškia labai blogą vertinimą, 5 – labai gerą (žr. Priedas. Eksperto vertinimo forma), Ekspertų apibendrintą nuomonę išreiškia balų vidurkis.

Ekspertų vertinimai

Metodikos sudedamoji dalis (intervencinės technikos)	8 ekspertų vertinimai								Balų vidurkis
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Emocinio užsisklendimo įveikimas ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė	5	5	5	5	5	-	5	5	5
Savivertės stiprinimas/ atsakomybės už savo gyvenimą skatinimas	5	5	4	5	4	5	5	5	4,75
Kognityvinių gebėjimų plėtotė, pasirinkimo galimybių suvokimas	5	5	5	5	4	5	4	5	4,75
Verbaliųjų įgūdžių vystymas ir plėtotė	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Socialaus elgesio rekonstravimas	5	5	4	5	5	5	4	5	4,75

Susumavus ekspertų vertinimo rezultatus, gauta, kad ekspertai geriausiai įvertino intervencines poetikos terapijos technikas, kurios skirtos 1) įveikti emocinį užsisklendimą plėtoti emocinę saviraišką ir 2) plėtoti verbaliuosius įgūdžius.



Pav. 13 Metodikos sudedamųjų dalių veiksmingumo vertinimas

Ugdomosios poetikos terapijos metodikos reikšmingumo edukologijos mokslui įvertinimas

Atliekant ekspertų vertinimų turinio analizę, taip pat buvo aiškintasi, ar ekspertai analizuoja ugdymo vyksmo kokybės, didaktikos, naujų, socialiai vertingesnių poreikių ugdymo (pozityviosios socializacijos), ugdymo valdymo galimybių problemas. Apibendrinant surinktus duomenis, galima teigti, kad ekspertai įvertino, jog ugdomosios poetikos terapijos metodika yra reikšminga edukologijos mokslui: padeda spręsti ugdymo problemas, yra grindžiama žinomomis edukologijos mokslo teorijomis.

Ekspertai analizavo, kaip metodikoje pristatomas ugdymo vyksmo organizavimas, kaip sudaromos prielaidos jo kokybei. Ugdymo vyksmo kokybė siejama su mokymusi bei pozityviai savikūrai palankios aplinkos kūrimu ir besimokančiųjų kalbėjimo įgūdžių lavinimu.

5 lentelė

Ugdymo vyksmo kokybės analizė

Ugdymo proceso sudedamoji dalis	Įrodantys teiginiai	Citatų skaičius
Mokymosi / pozityvios savikūros aplinkos kūrimas	<p>„...sudaro prielaidas kliento (jų grupės) emocinės saviraiškos plėtotei ir jo socialaus elgesio rekonstravimui;“</p> <p>„užsienio specialistų metodikos (nekalbant jau apie pačios Autorės originalius darbus) teikiamoje medžiagoje yra deramai adaptuojamos,- praturtinamos ir pritaikomos“</p> <p>...“vadovaujamosi nuoseklia, išsamia, teoriškai pagrįsta metodika. Naudojamos žinomos andragogikos teorijos ir klasikiniai veikalai transformuojantis ugdymas, kritinio mąstymo teorija“</p> <p>mokomasi suprasti stipriąsias savo asmenybės savybes, skatinama pasitikėti savimi ir imtis atsakomybės už savo gyvenimą</p> <p>„metodika padeda planuoti ir įgyvendinti įgalinimo tikslus, priklausomai nuo besikeičiančios situacijos“</p>	5
Lavinimas	<p>„Yra įmanomas praktinis psichikos sutrikimais sergančių asmenų kalbėjimo įgūdžių lavinimas“</p> <p>„plėtoja verbalinius gebėjimus, o tai reiškia kognityvinių galių plėtrą“</p> <p>„andragoginiu požiūriu metodika atitinka pažintiniams, emociniams ir socialiniams gebėjimams plėtoti“</p>	3

Dažniausiai reitinguota kategorija – mokymosi / pozityvios savikūros aplinkos kūrimas.

Naujų, socialiai vertingesnių poreikių ugdymas (pozityvioji socializacija)

Ugdomoji poetikos terapija, taikoma sergančiųjų depresija ar šizofrenija įgalinimui, yra vertintina ir kaip pozityviosios socializacijos scenarijus, kuriame yra svarbūs šie veiksniai: dvasinių vertybių diegimas, asmenybės raidos valdymas, specialistų, darančių įtaką depresija ar šizofrenija sergantiems žmonėms, kompetencijų valdymas.

6 lentelė

Pozityviosios socializacijos veiksniai

Pozityvios socializacijos veiksnys	Įrodantys teiginiai	Citātų skaičius
Dvasinės vertybės/ vidinių nuostatų formavimas	„atsakomybės už savo gyvenimą diegimas“ „skatinama pasitikėti savimi ir imtis atsakomybės už savo gyvenimą“	2
Asmenybės raidos valdymas	“mokomasi suprasti stipriąsias savo asmenybės savybes”, „Padedama “ išryškinti buvusių gyvenimo įvykių priežastis ir pasekmių priklausomybės kontūrus, nukreipiančius asmenį savo elgesio psichinės savireguliacijos linkme; ir kt.” „sudaro prielaidas kliento (jų grupės) emocinės saviraiškos plėtočiai ir jo socialaus elgesio rekonstravimui“ „...konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotės galimybės – stipriausia metodikos dalis“. „...leidžia iš(si)vaduoti iš pražūtingai veikiančio emocinio užsisiklindimo ir socialinės izoliacijos“	5
Specialisto kompetencijų valdymas/ reikšmingų kitų asmenų pozityvaus poveikio stiprinimas	„Nors ir daug metų siekiama keisti socialinio darbo modelį (iš klinikinio į socialinį) vis dėlto, kaip nebūtų gaila, paramos teikimas išlieka dominuojančia pareiga (...) specialistai skęsta kasdienybėje, jų darbo pobūdis nepakankamai orientuotas į ugdomąsias veiklas. Metodika net labai atitinka specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotės poreikiams ir lūkesčiams“	1

Dažniausiai reitinguota kategorija – asmens raidos valdymas.

Ugdomosios poetikos terapijos metodikos analizė didaktikos kontekste

Ekspertų (edukologų ir humanitariniams mokslams atstovaujančių pedagogų) teiginiai buvo analizuojami didaktikos problemų kontekste, aiškinantis, kaip ekspertai vertina mokymosi organizavimo proceso ypatybes, interaktyvią veiklą, įvairiapusės

veiklos lavinimą, paramą adaptavimuisi gyvenime, mokymosi motyvacijos formavimą, pagalbą psichikos galių ugdymuisi. Mokymosi proceso organizavimas siejamas su mokymusi, pozityviai savikūrai palankios aplinkos kūrimu, kurioje vyksta besimokančiųjų gebėjimų plėtra. Ekspertai patvirtino, kad mokymosi aplinka kuriama, vadovaujantis žinomomis andragogikos teorijomis: transformuojančio mokymosi, kritinio mąstymo. Interaktyvią veiklą ugdomojoje poetikos terapijoje reprezentuoja kolektyvinis rašymas ir gyvenimo įvykių aiškinimasis, ugdomojo proceso metu labiausiai plėtojami ir lavinami kognityviniai ir verbaliniai gebėjimai, o parama adaptavimuisi gyvenime pagrįsta savęs supratimo ugdymu. Surinkti ekspertų vertinimo duomenys taip pat leidžia teigti, kad mokymuisi palankios nuostatos formuojamos skatinant pasitikėjimą savimi ir diegiant atsakomybę už savo gyvenimą, pagalba psichikos galių ugdymuisi yra konkreti ir lanksti, ugdymo proceso eigoje prisitaikoma prie kintančios situacijos.

7 lentelė

Didaktikos problemų sprendimas ugdomojoje poetikos terapijoje

Didaktikos problema	Subkategorija	Teiginiai, iliustruojantys, kaip didaktikos problema sprendžiama	Citatų skaičius
Mokymosi proceso organizavimas	Jautrumo, kūrybiškumo sužadinimas (skaitymas)	„Reaguojant į skaitomą poeziją žmoguje išlaisvinamas poetas, klausiantis, tiriantis, patiriantis įvairiausių jausmų spektrą“. Tai „sudarą prielaidas kliento (jų grupės) emocinės saviraiškos plėtotei“; „plėtoja verbalinius gebėjimus, o tai reiškia kognityvinių galių plėtrą ir savivertės stiprinimą“.	3
	Atsivėrimas ir saviraiškos plėtotė (Rašymas)	„Kūrybiškai rašydamas asmuo atsiveria kitiems be baimės.“ „Kolektyvinis rašymas ir pati stipriausia poveikio priemonė“	2
	Verbalinių gebėjimų plėtotė, kognityvinių galių plėtra (Pokalbis)	“..„Kalba stimuliuojama ir emociškai veikiama asmenybė, skatinama savikūra“	1
	Teorinis pagrindimas	„Metodika parengta nuosekliai laikantis andragogikos principų. Naudojamos žinomos andragogikos teorijos ir klasikiniai veikalai (transformuojantis ugdymas, kritinio mąstymo teorija.“	1

Didaktikos problema	Subkategorija	Teiginiai, iliustruojantys, kaip didaktikos problema sprendžiama	Citavimų skaičius
Interaktyvi veikla žinių ir vertybių konsolidavimas	Kolektyvinis rašymas	„Kolektyvinis rašymas ir pati stipriausia po-veikio priemonė“; „Kūrybinius impulsus skatinanti metodika, skirta emocijų sutrikimų, emocinio pažinimo ir įvairių socialinių kompetencijų ugdymui“	2
	Gyvenimo įvykių aiškinimasis (pokalbis)	„Stengiamasi „...išryškinti buvusių gyvenimo įvykių priežasčių ir pasekmių priklausomybės kontūrus, nukreipiančius asmenį savo elgesio psichinės savireguliacijos linkme; ir kt.“	1
Įvairiapusės veiklos lavinimas	Kognityvinių/verbalinių gebėjimų lavinimas ir plėtra	„Kognityvinių ir verbalinių gebėjimų ugdymui plačiąją prasme ši metodika yra tinkama, labai reikšminga pačiomis pastangomis šiuos gebėjimus vystyti ar atstatyti“ „Yra įmanomas praktinis psichikos sutrikimais sergančių asmenų kalbėjimo įgūdžių lavinimas, sudaromos prielaidos plėtoti konkrečių psichikos sutrikimais sergančių klientų verbalinius įgūdžius	2
Parama adaptavimuisi gyvenime	Savęs supratimo ugdymas	„savęs pažinimo ugdymas“ „mokomasi suprasti stipriąsias savo asmenybės savybes, skatinama pasitikėti savimi“ „Metodika be abejonės reikšminga psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei“	3
Palankių nuostatų mokymosi veiklai formavimasis, veiklos motyvų ugdymas	Atsakomybės už savo gyvenimą diegimas	„gyvenimo prasmės aiškinimasis“ „atsakomybės už savo gyvenimą diegimas“ Metodika skirta „puoselėti pozityviosios socializacijos nuostatas, kai mokomasi suprasti stipriąsias savo asmenybės savybes, skatinama pasitikėti savimi ir imtis atsakomybės už savo gyvenimą“	3
	Pasitikėjimo savimi skatinimas	„skatinama pasitikėti savimi ir imtis atsakomybės už savo gyvenimą“	1
Pagalba psichikos galių ugdymuisi	Konkretumas / lankstumas	„Analizuotame kontekste metodika be jokios abejonės atitinka psichikos ligonių emocijoms, pažintiniams ir socialiniams poreikiams“; „padeda planuoti ir įgyvendinti įgalinimo tikslus, priklausomai nuo besikeičiančios situacijos“.	2

Dažniausiai reitinguota kategorija – interaktyvi veikla žinių ir vertybių konstravime. Antroje vietoje pagal reitingavimą – mokymosi proceso organizavimas.

Ugdamosios poetikos terapijos metodikos naudingumas sprendžiant ugdymo valdymo problemas

Ugdymo procesas ugdomojoje poetikos terapijoje valdomas asmenybės ir socialiniu lygiu. Metodika yra naudinga specialisto saviugdai. Ekspertai pažymėjo, kad metodika gali naudotis socialiniai pedagogai ir psichopedagogikos specialistai savo darbe. Sudarant galimybes specialistams ugdytis, yra valdomas ugdymo procesas asmenybės lygiu, intrapersonaliniu polygiu. Ugdamosios poetikos terapijos metodikoje pateikiama daug poveikio technikų, nes proceso metu kinta besimokančiųjų poreikiai, o ugdytojai – taip pat yra individualybės, kurioms būdinga savita kūrybiška raiška. Ekspertų požiūriu, išsami, siūlanti platų technikų pasirinkimo spektrą metodika sudaro galimybes siekti įgalinimo tikslų besikeičiančiose ugdymo situacijose ugdamosios sąveikos metu – tai yra, patvirtinama, kad ugdymo procesas valdomas asmenybės lygiu, interpersonaliniu polygiu.

Ugdamosios poetikos terapijos metodika naudinga sprendžiant ugdymo valdymo problemas socialiniu lygiu. Ekspertai pažymi, kad metodika atitinka nacionalinius poreikius – pedagoginius ir specialistų kompetencijų tobulinimo. Būtų naudinga metodiką skleisti bendrojo lavinimo mokyklose, kuriose daug problemų kyla dėl besimokančiųjų psichikos sveikatos, o taip pat psichopedagogikos specialistams – reiškia ugdymo valdymą socialiniu lygiu, interpersonaliniu polygiu. Ekspertų nuomone, metodika pritaikoma bendrojo lavinimo mokyklose, socialinės rūpybos institucijose, aukštosiose mokyklose – vadinasi, ugdamosios poetikos terapijos metodika galima pasinaudoti valdant ugdymą socialiniu lygiu, institucijų polygiu. Ekspertai pažymi, kad specialistų, dirbančių su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, darbo pobūdis nepakankamai orientuotas į ugdomąsias veiklas, nes vadovaujamosi rutininio mąstymu, tad metodika labai aktuali specialistams. Tai, kad ugdamosios poetikos terapijos metodika būtų naudinga transformuoti specialistų, dirbančių su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, rutininį mąstymą, įrodo jos aktualumą ugdymo valdymui socialiniu lygiu intrapersonaliniu polygiu.

Ugdamosios poetikos terapijos metodikos naudingumas sprendžiant ugdymo valdymo problemas

kategorija	subkategorija	Išgryninta kokybė	Įrodantys teiginiai	Citatų skaičius
Pirmasis (asmenybės) lygmuo				5
	Interpersonalinis (dalinis lygmuo: ugdytojo ir ugdytinių sąveikos aspektai)	Pritaikomumas besikeičiančioje situacijoje	„Tikėtina, kiekvieno specialisto profesinė kompetencija bus (yra) pakankamai individualizuota, lygiai, kaip ir ligonių (jų grupės) emociniai, pažintiniai ir socialiniai poreikiai taip pat bus skirtingi. (Beje, šiaudien gal būt vienokie, o rytoj kitokie...). Todėl kiekvieną kartą konkretaus metodo panaudojimo tikslingumas gali būti skirtingas. Svarbu, manyčiau, tai, kad teikiama Metodika yra pakankamai plati ir išsami, todėl minėtam selektyvumui suteikia plačias galimybes“ „...padeda planuoti ir įgyvendinti įgalinimo tikslus, priklausomai nuo besikeičiančios situacijos“.	2
	Intrapersonalinis (dalinis lygmuo: specialisto saviugda)	Socialinio pedagogo	„Metodika kūrybiškai galėtų naudotis socialiniai pedagogai mokyklose“.	1
		Psichopedagogikos specialisto	„Metodika net labai atitinka specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotės poreikiams ir lūkesčiams“. „Andragoginiu požiūriu metodika atitinka pažintiniams, emociniams ir socialiniams gebėjimams plėtoti ir specialistams, dirbantiems su psichikos ligoniais yra vertinga priemonė“.	2
Antrasis (socialinis) lygmuo				7

katgorija	subkatgorija	Išgryninta kokybė	Įrodantys teiginiai	Citatų skaičius
	Interpersonalinis (dalinis lygmuo: ugdytojo ir ugdytinių sąveikos aspektai	Nacionalinis poreikis	„Metodika pritaikoma nacionaliniams ugdomiesiems šalies laukams“	1
		Pedagoginis poreikis	„...pedagoginių problemų kurias stebime šių dienų bendrojo lavinimo mokyklose, (...) priežastimis labai dažnai esti įvairaus laipsnio psichikos sutrikimų turintys mokiniai). Reikėtų galvoti apie šios Metodikos sklaidą studentų – būsimųjų mokytojų (laisvai pasirenkamas kursas?) ir jau dirbančių kolegų sąmonėje (seminarų forma), jų profesinėje veikloje „Metodika kūrybiškai galėtų naudotis, socialiniai pedagogai mokyklose“	2
		Specialistų tobulinimo poreikis	„Metodika kūrybiškai galėtų naudotis aukštųjų mokyklų dėstytojai, tobulindami socialinių darbuotojų, socialinių pedagogų, specialiųjų pedagogų rengimo procesą“ „Reikėtų galvoti apie šios Metodikos sklaidą studentų – būsimųjų mokytojų sąmonėje (laisvai pasirenkamas kursas?)“	2
	Institucinis (dalinis lygmuo: ugdymas kaip institucijos ugdomosios veiklos sistema	Pritaikomumas	Metodika kūrybiškai galėtų naudotis socialinės rūpybos institucijos, mokyklos, aukštosios mokyklos	1
	Intrapersonalinis (specialisto sąviugda	Specialisto veiklos plėtotė	„Metodika net labai atitinka specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotės poreikiams ir lūkesčiams. Praktikoje dažnai susiduriame su atvejais, kai specialistai skęsta kasdienybėje, jų darbo pobūdis nepakankamai orientuotas į ugdomąsias veiklas	1

Dažniausiai reitinguota kategorija – antrasis (socialinis) ugdymo lygmuo.

Apibendrinimas. Socialinių, humanitarinių ir biomedicinos mokslų ekspertai teigiamai įvertino ugdomosios poetikos terapijos metodiką šizofrenija ir depresija sergančių asmenų įgalinimui. Visi ekspertai patvirtino metodikos originalumą ir naujumą, o atlikdami ekspertizę daugiausia svarstė teorinio aiškumo ir pagrįstumo problemą. Ekspertų nuomone, ugdomosios poetikos terapijos metodika yra teoriškai reikiamai pagrįsta ir parengta kokybiškai. Patvirtinta, kad taikant ugdomosios poetikos terapijos metodiką galima rekonstruoti socialinę elgesį. Kognityvinių ir verbalinių gebėjimų ugdymas įvertintas kaip geriausiai moksliskai pagrįsta ir metodiškai parengta ugdomosios poetikos terapijos metodikos dalis. Veiksmingiausiomis pripažintos intervencinės poetikos terapijos technikos, skirtos įveikti emocinį užsisklendimą ir emocinę saviraišką, o taip pat lavinti verbalinius įgūdžius. Įvertindami, kad, taikant ugdomosios poetikos terapijos metodiką, galimi asmens, sergančio depresija ar šizofrenija, emociniai, kognityviniai ir socialinio elgesio pokyčiai, ekspertai pripažino ugdomosios poetikos terapijos veiksmingumą. Ugdomosios poetikos terapijos metodika yra reikšminga edukologijos mokslui, nes ugdomosios poetikos terapijos procesas pristatomas kaip ugdymo vyksmas, kuriame metodiškai kuriama mokymosi / pozityviosios savikūros aplinka, pateikiamos poveikio technikos, lavinančios besimokančiųjų turimus įgūdžius ir plėtojančios jų gebėjimus. Ugdomosios poetikos terapijos metodiką galima naudoti siekiant sustiprinti pozityviosios socializacijos veiksmus, sudaryti sąlygas atsirasti naujiems, socialiai vertingesniems poreikiams. Metodikoje išryškinti mokymosi proceso organizavimo, įvairiapusės veiklos lavinimo, paramos adaptavimuisi gyvenime, psichikos galių stiprinimo, palankių nuostatų mokymosi veiklai formavimo, veiklos motyvų ugdymo aspektai. Ją galima panaudoti, sprendžiant ugdymo valdymo problemas asmenybės ir socialiniu lygiais: pažymėtas metodikos aktualumas siekint įgyvendinti nacionalinius ugdymo tikslus; aktualumas plėtojant vidurinės mokyklos pedagogų ir specialistų kompetencijas; pritaikomumas mokyklose, universitetuose, socialinės rūpybos įstaigose; naudingumas socialiniams pedagogams, psichoedukacijos specialistams. Ekspertai, pripažindami ugdomosios poetikos terapijos metodikos naudingumą ugdymo problemoms spręsti, patvirtino jos praktinį reikšmingumą, mokslinį pagrįstumą ir reikšmingumą edukologijos mokslui.

4.4. Ugdomosios poetikos terapijos taikymo atvejų analizė

Iš viso buvo tirti 2 asmenų, sergančių depresija, ir 3 asmenų, sergančių šizofrenijos spektro sutrikimais, įgalinimo atvejai. Tokio tiriamųjų skaičiaus pakanka ugdomosios poetikos terapijos metodikos veiksmingumo tyrimui, nes, remiantis analoginiu kokybinio tyrimo duomenų generalizavimo principu, pagal vieną atvejį sprendžiame apie kitus. Mūsų tiriamųjų psichikos sutrikimo sunkumas nevienodas, skiriasi jų amžius, susirgimo trukmė, bet visais atvejais buvo pastebėta įgalinimo tendencija: negalią nusakančių požymių nykimas ir įgalinimą nusakančių kriterijų atsiradimas.

Įgalinimo atvejų analizę pradedame pristatydami vyresnio amžiaus depresija sergančios moters įgalinimo atvejį.

DEPRESIJA SERGANČIO ASMENS NEGALIA. GENĖS ATVEJO APRAŠYMAS

Amžius: 60 metų moteris. Diagnozė – depresijos epizodas su somatiniu sindromu. Gyvenimo istorijos duomenys: užaugo daugiavaikėje šeimoje, vyriausia. Tėvas, o vėliau vyras piktnaudžiavo alkoholiu. Klientė dirbo, užaugino du sūnus. Prieš metus palaidojo vyrą. Nusiskundimai: negerumo jausmas, vienišumas, baimė.

Duomenys apie ugdomosios poetikos terapijos taikymą. Įžanginio pokalbio trukmė – 60 minučių. Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimų skaičius – 10 (5 pirmajame cikle, 5 – antrajame). Kiekvieno susitikimo trukmė – 90 minučių. Periodiškumas: vienas kartas per savaitę.

Genė kreipėsi į šeimos gydytoją, skųsdamasi nuo ryto iki vakaro nesibaigiančiu silpnumu, energijos stoka, negalėjimu užmigti, dažnais prabudinėjimais ir dažnėjančiais širdies plakimo priepuoliais. Jokie vaistai nepadėjo, bejėgiškumas, silpnumas tęsėsi vienerius metus. Pradėjo varginti nereikalingumo jausmas, vienišumas, baimė, kad blogėjant sveikatai taps priklausoma nuo kitų žmonių malonės.

Iš ligos ir gyvenimo istorijos (remiamasi tik klientės pasakojimo duomenimis)

Prieš dvidešimt metų Genė buvo gydyta nuo depresijos ne tik medikamentais, bet ir psichoterapija. Tąkart psichikos sveikatos specialistų pastangos davė gerų rezultatų, tad šį kartą, išgirdusi šeimos gydytojos patarimą kreiptis pagalbos į psichiatrą, Genė nesutriko ir nesibaimindama paėmė siuntimą. Gydytis norėjo.

Genė augo daugiavaikėje ūkininkų šeimoje, buvo pati vyriausia, augino jaunesnius, o mama mažai laiko skyrė vaikams. Nuo pats mažens Genė dirbo: daržus ravėjo, eidavo perkelti ir pagirdyti karvės, skynė serbentus, saugojo jaunesnius brolius. „Mano mama vargo, ir aš gyvenimo nemačiau. Tėvas mėgo kompanijas, gerdavo. Tinginys, paskutinis tinginys“, - skundėsi Genė. Baigusi aštuonias klases, įstojo į profesinę technikos mokyklą, ją baigė, gavo bendrą darbą fabrike, o

po kelerių metų ištėkėjo už turtingo vyriškio, užimančio įtakingas pareigas. Pinigų nestigo, tačiau jiedu vienas kitam buvo svetimi: „Mano žmogus dažnai išgerdavo.“ Genė daugiausia pasakojo apie darbus ir apie uždirbtus pinigus bei vyro turėtas privilegijas, leidusias turtingiau gyventi. Genė užaugino du sūnus, materialiai juos rėmė, kol šie namus pasistatė. Dabar vienas sūnus gyvena Anglijoje, per metus atskrenda tik vieną kartą, o kitas gyvena Lietuvoje, bet ir su juo Genė retai matosi: „Vaikas neturi laiko susitikimams“.

Didžiuodamasi pasakojo, kaip prieš dešimt metų jai pavyko iš mirties išplėsti savo vyrą. Tąkart gydytojams ji „prigrūdo pilnas kišenes pinigų“ ir gavo siuntimą važiuoti į užsienį pas dar geresnius specialistus. Genės vyras išsikapstė, visiškai pasveiko, o prieš metus po pietų atsisėdo ant sofos ir mirė. Staigi mirtis labai sukrėtė, sutriko miegas, širdies veikla.

Įžanginis pokalbis

Įžanginio pokalbio metu Genė papasakojo savo gyvenimo istoriją. Pokalbio metu stengėsi atkreipti dėmesį į tai, kad labai daug dirbo, pabrėžti savo turtines galias, laikėsi nuostatos, kad tik materialinės vertybės valdo žmonių tarpusavio santykius ir motyvuoja veiklai.

- Mano ligos mūsiškiai gydytojai nemoka gydyti, - ji piktai sakė įžanginio pokalbio metu, tačiau neatrodė, kad būtų pasimetusi ar nelaiminga, ryžtingai tvirtino, - bet aš išsigydysiu. Nuvažiuosiu pas gerus gydytojus, daug sumokėsiu, nepagailėsiu, ir tada mane išgydys. Jūs pamatysite.

Apie ketinimą važiuoti gydytis pas neeilinius specialistus Genė kalbėjo piktdžiugiškai ir tyrė terapeutės elgesį, stebėjo, kaip ši reaguoja girdėdama, kad tikrai geri specialistai dirba ne čia, kur jai teikiama pagalba, o ji, klientė, galinti dosniai sumokėti.

Paklausta, ar sunkiai išgyveno vyro netektį, Genė kalbėjo:

- Kažkoks nerimas... Kažkokia baimė... Negaliu užmigti. Oro trūksta. Bet tąkart, po laidotuvių, susiėmiau, apsiėjau be ligoninės... dabar vėl pablogėjo. Negerai ta vienatvė, bet nieko nebepa-keisi, - tai pasakiusi Genė atsiduso ir pasididžiuodama pasakė, kad jos gyvenimas sutvarkytas, negalinti skųstis, visko užtenka.

Pokalbio metu Genė iš karto pagyvėdavo, kai tik prašnekdamo apie pinigus, pastatytus namus ir dovanas gydytojams.

Baigdamą pokalbį ji prisipažino:

- Visą gyvenimą labai daug dirbau. Darbe praradau sveikatą.

Genės buvo paklausta, ar retkarčiais ji nejaučia apmaudo, kad nuo pat mažens tiek daug dirbo ir bedirbdama tiesiog pamiršo save, vis tarnavo vyrui, vaikams, o dabar nesulaukia artimųjų dėmesio. Pasiteirauta, ar retkarčiais ji nepagalvoja, kad gaila pačiai savęs: vis darbas, rūpesčiai, buitį, tik skubėk, tik sukis, o gyvenimo metai nepastebėti prabėga.

Genė pasipiktino ir pasakė:

- Gailėti savęs? Nesąmonė. Aš visada žinojau, kaip reikia gyventi. Vaikams namus pastačiau.

Pirmasis ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Į ugdamosios poetikos terapijos grupę ji atėjo skatinama ne nuoširdaus noro dalyvauti, o smalsumo. Po pirmo susitikimo, kai visų grupės dalyvių buvo klausama, kaip jie jautėsi valandą laiko būdami kartu, ar tas buvimas jiems buvo naudingas, Genė ironiškai apžvelgė sėdinčius rate ir pasakė:

- Visi patenkinti. Kaipgi, kiekvienas gavo išsiskyti. Dabar visi džiaugiasi, kad juos išgirdo. Durni žmonės.

Taip pasakiusi ji įdėmiai pažiūrėjo į terapeutę, laukdama atsakymo.

- Durni? Čia tokių nėra. Esame tiktai mes, ir mums gera vienam kitą pajauti, suprasti, mintimis pasidalinti. Ar ši valanda jūsų nesušildė, ar nebuvo malonu pabūti tarp geranoriškų žmonių? - paklausė terapeutė.

- Buvo. Kaipgi, buvo. Jau sakiau, čia durni žmonės. Ir aš tokia pat durna, - taip sakydama Genė žvelgė į visus iš aukšto ir dirbtinai nusišypsojusi energingai išėjo.

Genei reikėjo nuoširdaus bendravimo, o ji pati nesugebėjo gerbti šio savo poreikio. Po ironija slypėjo apmaudas, kad įsisukusi į nesibaigiančius darbus ji prarado nuoširdų bendravimą, dvasinius saitus su žmonėmis. Genė dar buvo nepajėgi atrasti šią tiesą.

Antrasis ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Pradėta nuo kolektyvinio rašymo. Pirmosios dvi eilutės buvo skirtos gamtos vaizdai, kuri visi matė pro kabineto langą. Pateikiamas kolektyvinės kūrybos puslapis. Pirmosios dvi eilutės parašytos ugdytojos. Klientas jas pakartodavo, jei jo mintis labai skirdavosi nuo prieš tai rašiusio asmens minties ar nuotaikos ir toliau rašydavo savo eilutes. Genės tekstas paryškintas. Grupės dalyvių mintys spausdinamos pasviruoju šriftu, ugdytojos – įprastiniu. Kalba neredaguota

Kolektyvinė kūryba

Pilka diena, nei tolių, nei bokštų / rūko skaros miestą užklojo. // *Man duota kiekviena nauja diena / dovanoja kažką naujo ir gero. // Kiekviena diena yra nuostabi, / tik ar mokame tai įvertinti? // Pilka diena, nei tolių, nei bokštų / rūko skaros žemę užklojo. // Esu čia, bet mano mintys skrieja kitur, / kur šilta, jauku, kur nėra blogio, / kur viskas gražu. // Atrodo, tiek nedaug reikia, atrodo, vos vos... / kad būtum laimingas. // Pilka diena, nei tolių, nei bokštų / rūko skaros žemę užklojo. // Vėjas silpnas, smagus, / plaukstosi plaukai – malonu. // Kartais taip ir išsiskiriame / nepasakę vienas kitam gero žodžio. // Pilka diena, nei tolių, nei bokštų / rūko skaros žemę užklojo. // Zylutė ant palangės nusileido. / **Atskridusi tyliai barbena / Snapu į stiklą. / Reiškia šiandien manęs laukia / žinia ar laiškas, / linksmi nuteikia mane.** // Pilka diena, nei tolių, nei bokštų / rūko skaros žemę užklojo.*

Aptariant kolektyvinį eilėraščių aiškintasi, kad grožis yra ne kažkur toli, čia pat, o jo pajautimas susijęs su gebėjimu stebėti aplinką. Klientai suvokė, kad šis gebėjimas duotas visiems, tik dauguma pamiršta juo pasinaudoti. Genė neprieštaravo ugdytojos mintims.

Baigiant ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimą, buvo pasiūlyta atlikti spontaniškumą skatinančią, metaforinį mąstymą ugdančią ir žmones suartinančią užduotį, į kurią integruoti judesio terapijos elementai (technika „Pilnatvė“). Genė neatliko pirmojo pratimo: ryžtingu rankos judesiu nestūmė tolyn nuo savęs įsivaizduojamo blogio, bet kartu su kitais „prausėsi“ šaltinio vandeniui, „sėmė jį“ riešukučiomis, kaip medis pamėgino stiebtis į dangų, bet rankų aukštai virš galvos neiškėlė.

Kai reikėjo delnais perduoti savo meilę kitam žmogui, Genė pratrūko:

- Perduoti??? Žinoma, kiekvienas nori gauti meilės. O kas man liks? Man – nieko. Ne, - ji pasitraukė iš žaidimo.

- Žaidimai mums gali nepatikti, - pasakė ugdytoja, - bet šio žaidimo metu mes visi pastebėjome, kad mums reikia kitų žmonių artumo, meilės. Kartais mes jaučiamės labai silpni. O dvasiniame gyvenime kartais būna paradoksų: kai tik kitam dovanojame savo stiprybę ar padrąsinančius žodžius, kurių mums patiems labiausiai reikia, įvyksta stebuklas. Sustiprėjame.

Kita ugdomosios poetikos terapijos grupės dalyvė nuoširdžiai paaiškino, kad meilės nereikia laikyti savyje, reikia dalinti gerumą, o kiek jo išdalinsime, tiek ir dar su kaupu mums duos pats gyvenimas, ir prisipažino tikinti Dievą.

Genė atsakė:

- Ir aš einu į bažnyčią.

Buvo išvelgtos mokymuisi reikšmingos problemos: kodėl žmogus atsiriboja nuo kitų žmonių, kodėl susvetimėjame? Kaip šis atsiribojimas susijęs su patirtomis traumomis? Grupės dalyviai ieškojo atsakymo į šiuos klausimus, remdamiesi savo patirtimi.

Visi prisipažino, kad gyvenimas pasikeitė po to, kai jie pirmą kartą pateko į psichiatrijos ligoninę. Sveikata sugrįžo, bet kolektyvo nariai, kaimynai, net artimiausieji žmonės į juos jau žiūrėjo kitaip. Saviems jie jau buvo „nebe savi, o kiti žmonės“. Su šiuo aplinkos pasikeitimu visiems buvo sunku susitaikyti, o tai ir skatino atsiriboti nuo kitų žmonių. Diskusijos metu Genė kalbėjo paprastai ir nuoširdžiai, prisipažino, kad tame pačiame mieste gyvenanti sesuo atsisakė ateiti į ligoninę aplankyti, nes jai buvo baugu, kad žmonės nesišaipytų, nevadintų beprotės seserimi.

Problemos išryškėjimas ir sprendimo būdų ieškojimas sudarė prielaidas suteikti žinių, paaiškinančių, kokios priežastys lemia stigmatizuotą požiūrį į psichikos ligonius, kaip pats žmogus gali padėti sau nepalūžti, patirdamas supančių žmonių nepasitikėjimą. Ugdytoja kalbėjo apie Viktorą Franklį, jo gyvenimą ir būtinybę visose situacijose ieškoti gyvenimo prasmės. Baigus diskusiją, visų klientų buvo paprašyta pasidalinti mintimis, kaip jie vertina savo dalyvavimą susitikime: ar buvo verta ateiti, kokius jausmus jie išgyveno grupėje, apie ką pagalvojo, ar sužinojo ką nors naudingo.

Genė iš pradžių kalbėjo atvirai ir nuoširdžiai:

- Viskas buvo labai gerai. Man patinka išsimokslinę žmonės, - o paskui pradėjo reikšti nepasitenkinimą, - bet ne visko reikėjo. Man nepatinka tas vaikščiojimas, meilės dalinimas, stiebimasis į dangų, - ir net prasiveržė pyktis, - reikia gyventi ant žemės. Tos nesąmonės man nepatiko. Daugiau nebeateisiu.

- Mes ne vien tik žaidžiame,- pasakė ugdytoja, - vieniems labiau patinka žaidimai, kitiems diskusijos.

Genės pyktis buvo ne ignoruojamas, o pripažįstamas kaip jos emocinė būseną.

Antrajame ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime buvo daug teigiamų veiksnių, kurie stiprino Genės ryšį su kitais žmonėmis: ji gerai jautėsi rašydama kolektyvinį eilėraštį, dalyvaudama diskusijoje apie stigmatizuoto požiūrio į psichikos ligonius priežastis, neigiamai paveikė tik žaidimą primenančios užduotys: sėmimas vandens iš įsivaizduojamo šaltinio, tapatinimasis su medžiu.

Kai Genė pradėjo reikšti pyktį, jis intensyvėjo. Pyktį sukėlė situacijos, kuriose Genė suprato, kad ji skiriasi nuo kitų. Labiau negu kiti ji bijo, kad gali prarasti meilės gyvenimui jausmą, bijojo spontaniškumą skatinančių situacijų. Ji nenorėjo kreipti dėmesio į kūną, ignoravo žaidimus. Ji buvo įpratusi tik dirbti ir racionaliai mąstyti, o ne žaisti ir mėgautis emociniais išgyvenimais.

Ketvirtasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Genė dalyvavo ne tik poetikos, bet ir muzikos bei dailės terapijose. Prabėgus savaitei po antrojo ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo, Genės laukė dailės terapeutė. Genė nuėjo į dailės terapijos kabinetą, bet išėjo po kelių minučių - atsisakė dalyvauti susitikime, nes blogai jaučiasi. Dailės terapeutei pasakė, kad sveikata negerėja, o aną vakarą buvo apėmusios mintys apie savižudybę. Tą pačią dieną Genė atėjo į ugdomosios poetikos terapijos valandą. Be jos kabinete buvo trys moterys.

Genė išreiškė nepasitenkinimą:

- Kodėl tik tiek ligonių? Aš jau anksčiau pastebėjau, kad čia žmonės ateina ne gydytis, o parūkyti, palašyti kortomis. Jie – ne tikri ligoniai, išlepėliai.

Genė nuoširdžiai pasakojo, koks praeityje regėtas vaizdas jai buvo ypač gražus, atsimenamas iki šiol. Tas įkvepiantis reginys – tai pro autobuso langą matomas dauboje žiburiuojantis Kaunas. Atvirai kalbėjo apie paprastą kasdienį džiaugsmą – zylutes prie lango, kurias ji lesina lašinukais.

Vėliau prisipažino:

- Aš nemokėjau gyventi, pridariau daug klaidų. Nieko nebepakeisi, bet tos padarytos klaidos kirba krūtinėje. Grauziuosi, ypač prieš miegą, ta graužatis neduoda užmigti, nieko nebenoriu. Mintys pradeda suktis apie mirtį, atrodo, einu iš proto, Va tada, kai man būna labai blogai, pro akis pradeda plaukti visi mūsų susitikimų vaizdai, išgirstu jūsų balsą. Aš stengiuosi viską prisiminti, viską, apie ką kartu kalbėjome, stengiuosi prisiminti visų pasakytus žodžius. Jie reikalingi. Prisimindama, apie ką mes čia kalbėjome, aš neišprotėju. Nurimstu ir užmiegu, o rytą diena prasideda iš naujo. Vėl atvažiuoju pas jus.

- Jūs atradote kelią, kuriuo einant stiprėjama,- pasakyta klientei ir paaiškinta, kad graužtis dėl praeities yra žmogiška silpnybė, ir kad daugelis žmonių nežino, kaip mūsų jausmai ir požiūriai priklauso nuo įvairių aplinkybių, nuo nežinojimo. Pasidžiaugta, kad klientė deda pastangas kabintis į gyvenimą: lanko susitikimus, pastebi zylutę už lango.

Penktasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Susitikime refleksyviai mąstydamą apie ugdomosios poetikos terapijos reikšmę asmeniniam gyvenimui, Genė buvo ramesnė, grupė nebegirdėjo jos pykčio. Ji irgi suvokė, kad jai pasidarė lengviau dalyvauti susitikimuose, bet savo atžvilgiu Genė tebebuvo ironiška.

-Viskas gerai praėjo. Šįkart nebuvo jokių klykimų, spieгимų, kaip anksčiau būdavo. Dabar viskas gerai.

- Spiegimo? - paklausė ugdytoja.

- Na taip, čia baisūs spieгимai būdavo,- juokdamasi pasakė ir paprastai paklausė, - argi neprišiminate?

Genės ironiškame kalbėjime apie spieгимą ankstesniuose susitikimuose buvo užkoduotas prisipažinimas, kad jos išgyvenimai buvo skaudūs. Genė nesugebėjo suprasti poetinių įvaizdžių, tad ironiškai kalbėjo apie poeziją ir ja besizavinčius žmones.

- Kaip gali minutė apie žmogų apibrėžti fosforinę orbitą? (Įvaizdis iš Janinos Degutytės eilėraščio „Laikrodžiai“.) Nesąmonės rašomos. Aš vaikščioju žeme, - arba,- svaichiojimai. Kalba apie norą įminti pėdas begalybėje, nežino žmonės, ko reikia norėti. Prisigalvoja visko.

Perskaičius Janinos Degutytės eilėraščių „Gyventi – tai ilgėtis amžinybės“, pradėta diskutuoti apie „aukštos sidabro lelijos“ vaizdinio sukeltas asociacijas. Genė energingai prabilo:

-Ir kokia nauda iš tos lelijos? Geriau, kai pupa žydi.

Genės ironijoje slypėjo jos nepasirengimas domėtis poezija ir oponavimas ne pragmatinėmis, o idealistinėmis pažiūromis grindžiamam mąstymui. Konkretus darbas, naudos siekimas buvo jos gyvenimo prasmė. Skaitoma poezija atvėrė kitą gyvenimo matymo perspektyvą, kuri galbūt buvo Genės ankstyvose pajautose, bet pačiai Geni taip ir liko nepažįstama.

Kitas vertybes teigiantis lyrinio herojaus ar ugdytojos požiūris oponavo Genės pasaulėžiūrai ir kėlė dvasinį skausmą – ji nesąmoningai tai slėpė po ironiškais sakiniais.

Klientės santykis su poezija iškėlė problemas: 1) kas yra poetinė kalba ir kas yra buitinė kalba, 2) kokių žmogaus išgyvenimų ir suvokimų neįmanoma perteikti buitinais sakiniais, 3) kodėl žmonės nori pažinti ne tik tai, kas materialu? Genė nekommentavo diskusijos, šia tema nieko nepasakė, bet susidomėjusi klausėsi kitų.

Kiekvieną kartą Genė ironiškai kalbėjo apie savo santykį su poezija, tačiau ta ironija buvo vis lengvesnė.

Prisimindama ankstesnį poetinį susitikimą, ji dažnai pakartodavo:

-Aš ta, kuriai žydinti pupa reiškia daugiau už leliją. Aš vis kažko nesuprantu.

Praėjus gydymo terminui, Genė išrašė iš ligoninės. Išnyko varginantys širdies plakimo priepuoliai, pagerėjo miegas, tačiau ji tebesiskundė jėgų stoka ir bloga nuotaika.

Po mėnesio pertraukos sugrįžo gydytis. Pačią pirmą gydymo ciklo dieną Genė jau sėdėjo ugdomosios poetikos terapijos kabinete. Sakė, kad jai reikia bendravimo, o labiausiai nori bendrauti su žmonėmis, kurie „baigę aukštus mokslus“. Prisipažino, kad norinti gauti žinių, kaip gyventi. Po antrojo gydymo ciklo nebesiveržė gydytis, bet paprašė leisti atvykti į ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimus.

Po pusmečio Genė atvirai pasakė:

-Pinigai nieko nereiškia... Svarbiausia sugyventi, suprasti gyvenimą.

Bejėgiškumo jausmas išnyko, Genė nebesakė, kad gydytojai nemoka gydyti jos ligos, tik pabrėžė, kad „žmogus pats turi stengtis“ įveikti dvasinę krizę ir padedant specialistams mokytis gyventi. Dar po mėnesio prisipažino, kad ji norėtų lankyti „trečiojo amžiaus“ universitetą.

Pasidžiaugta Genės ketinimais ir jos didėjančiomis galimybėmis vadovauti savo gyvenimui:

- Jūs iš tiesų pajautėte, kad žinios padeda ir kad nereikia užsidaryti vienai tarp keturių sienų.

Pas mus jūs taip pat galite lankytis. Kai esame kartu, lengviau išsivaduoti iš betikslės graužaties.

GENĖS ATVEJO ANALIZĖ

Pirmiausia įvertinami negalios mokytis būti su kitais žmonėmis požymiai.

9 lentelė

Negalios požymiai

Negalios kriterijus	Fenomeno raiška		
	emocinė	kognityvinė	Elgesys
Žema savivertė	Beviltiškumas	Netikėjimas savo galimybėmis	Susikaustymas
Kaltės išgyvenimo sutrikimas	Liūdesys, graužatis dėl padarytų klaidų	Blogio priežastys matomos savyje	Užsisklendimas
Vienišumas	„Kažkoks nerimas... Kažkokia baimė... Negaliu užmigti. Oro trūksta“	„Negerai ta vienatvė, bet nieko nebepakeisi“	Susirūpinimas sveikata, kitų interesų nėra

Įvertinamos ugdytojo funkcijos ugdomojo dialogo metu

Kliento atsakymas / reakcija	Fenomeno raiška	Ugdytojo reakcija	Fenomeno raiška
Idėjos	„Visi patenkinti. Kaip gi, kiekvienas gavo išsakyti. Dabar visi džiaugiasi, kad juos išgirdo. Durni žmonės“. Svetimumas kitiems: „Nebe savi, o kiti žmonės“ sesuo bijo ateiti aplankyti į ligoninę, bijo būti pavadinta beprotės seserimi“.	Paaškinimas/ Žinių teikimas	„Durni? Čia tokių nėra. Esame tiktai mes, ir mums gera vienam kitą pajusti, suprasti, mintimis pasidalinti“. Paaškinta, kodėl žmonės bijo psichikos ligonių. Kalbėta apie Viktorą Franklį, jo gyvenimą ir būtinybę visose situacijose ieškoti savo gyvenimo prasmės.
Jausmai	„Graužiūosi, ypač prieš miegą, ta graužatis neduoda užmigti, nieko nebenoriu. Mintys pradeda sukstis apie mirtį, atrodo, einu iš proto Va tada, kai man būna labai blogai, proakis pradeda plaukti visi mūsų susitikimų vaizdai, išgirstu jūsų balsą.“ Reikia gyventi ant žemės. Tos nesąmonės man nepatiko. Daugiau nebeateisiu.	Refleksijos skatinimas, parodant mąstymo kryptį/ vadovavimas pažintiniam vystymuisi.	Pritarimas klientės pasirinkimui lankyti susitikimus, pasidžiaugimas, kad ji atrado pastangų reikalaujančią kelią ir juo eina, kad išmoko pastebėti gražias dabarties akimirkas (zylutę už lango). Genės pyktis buvo ne ignoravimas, o pripažįstamas kaip jos emocinė būseną.
Ateities planai	Ketinimas lankyti trečio amžiaus universitetą Noras mokytis: „žmogus pats turi stengtis įveikti dvasinę krizę ir padedant specialistams mokytis gyventi“	Drąšinimas, Pastebėtų galiemybių ir pastangų sumavimas	Jūs iš tiesų pajautėte, kad žinios padeda ir kad nereikia užsidaryti vienai tarp keturių sienų. Pas mus jūs taip pat galite lankyti. Kai esame kartu, lengviau išsivaduoti iš betiklės graužaties.

Pažinimo problema; žinių apie dvasinį bendravimą stoka	„Perduoti... Žinoma, kiekvienas nori gauti meilės. O kas man liks? Man – nieko. Ne,- ji pasitraukė iš žaidimo“	Komentavimas, neatmetant kliento požiūrio	„Kartais mes jaučiamės labai silpni. O dvasiniame gyvenime kartais būna paradoksų: kai tik kitam dovanojame jausmą ar padrašinančius žodžius, kurių mums patiems labiausiai reikia, įvyksta stebuklas. Sustiprėjame“.
Žinios apie sustiprėjimo galimybę	„Aš stengiuosi viską prisiminti, viską, apie ką kartu kalbėjome, stengiuosi prisiminti visų pasakytus žodžius. Jie reikalingi“	Įvertinimas ir plėtojimas.	„ Jūs atradote kelią, kuriuo einant stiprėjama“-pasakyta klientei . Pasidžiaugta, kad ji deda pastangas kabinimuisi į gyvenimą: lanko susitikimus, pastebi zylutę už lango.

Įvertinama, kokios ugdomosios technikos naudotos ugdomosios poetikos terapijos proceso metu.

11 lentelė

Technikų pasirinkimo kriterijai

Kliento problema	Problemos raiška	Ugdytojo refleksija: koks turi būti ugdymo turinys	Ugdytojo refleksija: kaip palengvinti ugdomąją sąveiką	Pasirinkta technika
Jausmų ignoravimas	Ironiškai, paniekinančiai atsiliepiama apie žmones, mėgstančius poeziją, norinčius pasidalinti vidiniais išgyvenimais.	Dvasingumas žmogaus gyvenime, dvasinio bendravimo grožis, gyvenimo prasmė.	Atrasti autentiškus pozityvius klientės išgyvenimus, patirtus praeityje. Pastebėti šios akimirkos grožį. Atrasti dvasingumą kaip pozityvių praeities ir dabarties išgyvenimų jungtį.	Poetinė improvizacija.
Negatyvus praeities vertinimas	Praeityje matomos tik klaidos, dėl kurių klientė jaučiasi nelaiminga.	Atrasti kitą požiūrį į praeitį.	Atrasti pozityvius praeities išgyvenimus. Atrasti visybišką požiūrį į praeitį.	Dialogas. Minties įvaizdinimas. Kritinė refleksija.

Ugdymo turinys ugdomojoje poetikos terapijoje

Ugdymo sudedamoji dalis	Tematika	Probleminiai klausimai
Savęs pažinimo ugdymas Socialinės kultūros ugdymas	Susvetimėjimas / žmogus tarp žmonių.	Kodėl žmogus atsiriboja nuo kitų žmonių, kodėl susvetimėjame?
Savęs pažinimo ugdymas	Traumos poveikis asmenybei/savęs pažinimo ugdymas.	Kaip atsiribojimas nuo žmonių susijęs su patirtomis traumomis?
Socialinės kultūros ugdymas	Socialinė kultūra: stigmatizavimo priežastys ir destigmatizacijos galimybė / žinių apie galios įgijimo galimybę teikimas .	Kokios priežastys lemia stigmatizmuojantį požiūrį į psichikos sutrikimais sergančius asmenis? .
Gyvenimo prasmės aiškini- masis Savęs pažinimo ugdymas	Gyvenimo prasmė.	Kaip žmogus gali pats sau padėti nepalūžti, patirdamas supančių žmonių nepasitikėjimą?
Poetinis ugdymas	Poetinės kalbos samprata.	Kas yra poetinė kalba ir kas yra buitinė kalba/
Gyvenimo prasmės aiškini- masis Savęs pažinimo ugdymas	Dvasingumo reikmė. Gyvenimo prasmė.	Kodėl žmonės nori pažinti ne tik tai, kas materialu/
Autentiškos kalbos ugdymas Savęs pažinimo ugdymas	Žmogaus gyvenimo unikalumas.	Kokių žmogaus išgyvenimų ir suvokimų neįmanoma perteikti buitinais sakiniais,?

Įvertinamos santykio su literatūros kūriniais ypatybės.

Ugdomosios poetikos terapijos procesas: literatūros kūrinio ir kliento sąveika

Literatūros kūrinys	Kliento reakcija į literatūrą	Fenomeno raiška
Janinos Degutytės eilėraštis „Gyventi – tai ilgėtis amžinybės“	Dėmesys	Sukaučia dėmesį teksto išklausymui.
	Domėjimasis	Dalyvauja išreikšdama ironiją poezijos ir ją mėgstančių atžvilgiu.
	Poetinio teksto supratimas	nepakankamas
	Sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas	Savarankiškai tekstą sieja su savo patirtimi.
	Teksto nesieja su savo patirtimi	Atsiriboja nuo lyrinio herojaus patirties.
	Emocijos / Jausmai	Emocinis šaltumas.
	Kūno kalba	Įsitempusi.
	Kalbėjimo ypatybės	Kalba lengvai.

Genės atvejis priskirtinas tiems depresijos atvejams, kada psichikos sutrikimas ne-diagnozuojamas laiku. Problemos priežastis - vyraujantys somatiniai (kūno funkcijų) simptomai, vyresnis amžius. Tokiame amžiuje artimo žmogaus netektis išgyvenama dažniau, ūmėjančios lėtinės ligos dažniau sutrikdo ir apriboja įvairias kūno funkcijas. Įprasta, kad šios moterų kartos vaikai yra vedę ir turi savo šeimas, gyvena atskirai, retai bendrauja. Problemos siejamos su senstančio žmogaus dalia, dažnai neįvertinama, kad depresija yra daugybės negalavimų priežastis, o tokio amžiaus žmogus dar gali išmokti pakeisti požiūrį į savo gyvenimą ir atrasti savo vietą visuomenėje. Klientės negalia susijusi su vienišumo, savivertės ir kaltės išgyvenimo sutrikimais.

KLIENTO NEGALIA: VIENIŠUMAS / AUKOS ROLĖ →**ĮGALINIMO REZULTATAS – AKTYVI POZICIJA**

Genės vienišumo problema išaiškėjo pirmo pokalbio metu: „Negerai ta vienvė, bet nieko nebeįpakeisi“. Vienatvė buvo susijusi su nerimo išgyvenimu ir nemaloniais pojūčiais: „Kažkoks nerimas... Kažkokia baimė... Negaliu užmigti. Oro trūksta.“ Aprašyti nemalonūs pojūčiai yra vadinami psichosomatiniais sutrikimais, nagrinėjami nerimo

simptomų skyriuje (Daubaras, 2004, p. 176-194). Vienišumas yra normalus žmogaus jausmas, kada nėra sąlygų užmegzti socialinių kontaktų. Genės vienišumas interpretuojamas kaip negalios kriterijus, nes atitinka šias sąlygas: 1) vienišumas yra asmens būseną, išgyvenama būnant tarp žmonių, 2) asmuo, išgyvendamas vienišumą, jaučiasi auka, 3) vienišumo jausmas susietas su nerimo išgyvenimu.

Laisvinimasis iš vienišumo buvo susietas su negatyvių emocijų transformacija, su kognityviniais pokyčiais, atsiradusiais ugdomojo proceso metu. Atsiradus kognityviniams pokyčiams, sustiprėjo mokymosi ir socialinio bendravimo poreikis, susiformavo aktyvi pozicija – sprendimas lankyti III amžiaus universitetą.

**KLIENTO NEGALIA: SAVIVERTĖS IŠGYVENIMO SUTRIKIMAS →
ĮGALINIMO POŽYMIAI: STIPRĖJANTIS
PASITIKĖJIMAS SAVIMI / BENDRYSTĖS JAUSMO FORMAVIMASIS**

Genės savivertės išgyvenimo sutrikimas yra negalios požymis, nes jis yra 1) asmenybės bruožas, sukeliantis nesaugumo jausmą, 2) būseną, verčianti asmenį jaustis nesaugiai čia ir dabar, kai tam nėra objektyvių priežasčių, 3) susietas su negatyvia ateities perspektyva, 4) susietas su neigiama patirtimi (nesėkmės, kaip duotybės, įsisąmoninimas).

Genės žemos savivertės išgyvenimo sutrikimas išaiškėjo poetikos terapijos proceso metu, iš pradžių jis slėpėsi po viską žinančios asmenybės kauke: „Aš visada mokėjau gyventi“.

Jausmų raiškos stoka ir jausmų nepažinimas (negalią didinantys veiksniai)

Genė prisipažino, kad ji einanti į bažnyčią, bet žaidimo metu neįstengė delnais perduoti savo meilės kitam žmogui, įtikinėjo, kad jai pačiai reikia meilės, bijojo jos netekti – visa tai liudijo, kad nėra dermės tarp racionaliai suvokto krikščioniško mokymo mylėti savo artimą ir jausmų. Šio reiškinio priežastį galima aiškinti socialiniu išmokimu. Nuo mažens Genė dirbo ūkio darbus, motiniškai prižiūrėjo jaunesnius brolius ir seses, vėliau viena, be girtaujančio vyro pagalbos, rūpinosi šeimos buitimi, pritrūko laiko atkreipti dėmesį į vidinius išgyvenimus, neišmoko jų pažinti ir išreikšti. Genės artimiausių žmonių aplinkoje neskirtas dėmesys dvasinėms reikmėms, buvo vertinamos tik materialios. Kai emociniai poreikiai lieka nepažinti, racionaliai suvokti žmogaus veiklos motyvai dažnai yra be emocinio rezonanso, o tai turi neigiamos reikšmės asmens sveikatai, yra viena iš depresijos priežasčių (Hofer, Chasiotis ir Campos, 2006, Schüller, 2008). Genė gerai nepažino savo emocinių poreikių.

Neigiama patirtis – stigmatizacija (negalią didinantys veiksniai)

Genė entuziastingai dalyvavo diskusijoje, kurioje klientai dalijosi mintimis apie artimų žmonių (giminių, kaimynų) požiūrio į juos pasikeitimą, susirgus psichikos liga. Genė

pasiskundė, kad sesuo atsisakė ją aplankyti, nes gėdijosi eiti į tokią ligoninę, bijojo, kad kiti nesužinotų, kokia liga serga sesuo. Genė teigė, kad žmonių požiūris į sergančiuosius taip pat yra viena iš kančios priežasčių.

Destigmatizacija (kritinė refleksija) – įgalinančios mokymosi aplinkos kūrimas

Aiškintasi, kas formuoja visuomenės kultūrą ir mokytasi suprasti, kad savijauta priklauso ne tik nuo visuomenės požiūrio, bet ir nuo savigarbos, kurią žmogus gali išsaugoti net neteisingai vertinamas ar skriaudžiamas.

Susikaustymas, atvirumo stoka ir beviltiškumas ateities atžvilgiu (negalią atspindintys požymiai)

Genė nesugebėjo rankos judesiu nustumti nuo savęs įsivaizduojamo blogio, o vaizduotėje tapatindamasi su medžiu, rankomis (šakomis) ji nesistiebė aukštyn į dangų (svajonę). Buvo panaudota bendra judesio / poetikos terapijos technika „Pilnatvė“. Aiškinant šį fenomeną psichoanalitiniu požiūriu, galima teigti, kad Genė tąkart netikėjo, kad ji pati gali apsaugoti savo gyvenimą nuo blogio, netikėjo ateitimi. Šis netikėjimas būdingas depresijai.

Įgalinimo prielaida – įtraukimas į refleksinį mokymąsi

Kai buvo panaudota intervencinė poetikos terapijos technika „Pilnatvė“, Genė pajuto, kad jai nemalonus žaidimas: jis išskyrė ją iš kitų žmonių ir skatino aiškintis savo santykį su gyvenimu. Viešai ji nereflektavo, nemėgino kalbėti, kokios priežastys lėmė nepasitikėjimą savimi ir beviltišką žvilgsnį į ateitį - atvirumas buvo per sunkus, bet likusi viena Genė sugrįždavo prie grupėje nagrinėtų temų. Ji ieškodavo atsakymų į klausimą, kodėl negali pasitikėti savimi ir ateitimi, prisimindavo visą ugdomojo proceso eigą ir pokalbių turinį. Šie faktai tvirtino, kad ji buvo įsitraukusi į mokymosi procesą.

**KLIENTO NEGALIA: KALTĖS IŠGYVENIMO SUTRIKIMAS /
NEGATYVUS PRAEITIES VERTINIMAS →**

**ĮGALINIMAS: POZITYVUS PRAEITIES VERTINIMAS /
PADIDĖJUSI SAVIVERTĖ**

Kaltės išgyvenimas laikomas negalios kriterijumi, nes jis reiškia: 1) asmenybės bruožą, pasireiškiantį nesveiku polinkiu blogio priežasčių ieškoti tik savyje, 2) sunkią čia ir dabar išgyvenamą būseną, kai pasireiškia noras sunaikinti blogį pasitraukiant iš gyvenimo.

Kaltės išgyvenimas - depresiją didinantis veiksnys

Genė kalbėjo apie padarytas klaidas, jų lemiamą vidinę graužatį, blogio priežastis matė savyje. Blogio priežasčių matymas vien savyje, kaltės išgyvenimas konfrontuojant su ankstesnio gyvenimo pasekmėmis būdingas depresija sergantiems žmonėms ir kenkia sergančiam asmeniui (Quelhas, Power, Juhos, Senos 2008).

Kaltės išgyvenimą lengvinantys veiksniai: 1) reikalingų žinių įgijimas, 2) pozityvių praeities išgyvenimų sudabartinimas

Ugdomojoje poetikos terapijoje Genės nesužlugdė susidūrimas su negatyviomis ankstesnio gyvenimo pasekmėmis, o jų būta daug: 1) nemokėjimas vertinti jausminių dvasinių saitų su žmonėmis, 2) asmeninių dvasinių poreikių nepažinimas ir ignoravimas, 3) įtikėjimas visagale pinigų verte.

Nauji išgyvenimai, patiriami ugdomojoje poetikos terapijoje bei gaunamos žinios padėjo įveikti kaltės jausmą, užvaldžiusį po to, kai nebeliko išskirtinio materialinio pajėgumo, kuriuo didžiavosi metų metus.

Kaltės išgyvenimo transformacijos prielaida - asmeniškai prasmingų vaizdų ir išgyvenimų siejimas su universaliomis egzistencijos tiesomis. Paaiškinimas, kad gyvenimo kelyje būna pakilimų ir nusileidimų, klaidų ir jų ištaisymo, skausmo ir džiaugsmo ir kad mes visi esame tai patyrę, buvo tik deklaratyvi tiesa. Siekiant visybiško suvokimo, panaudota minties įvaizdinimo technika. Kai abstrakti gyvenimo kelio sąvoka (universali deklaratyvi tiesa) susiliejo su Genei asmeniškai prasmingais prisiminimų vaizdais (*žiburiuojantis Kaunas*) ir kitais grupės dalyvių konkrečių išgyvenimų liudijimais, žinios tapo daug veiksmingesnės. Vaizdus kalbėjimas apie praeityje išgyventas ramybės ar džiaugsmo valandas leido jų emocijas išgyventi dar kartą (praeities sudabartinimas). Dėmesys asmenišką prasmę turintiems išgyvenimams ir jų aiškinimasis padeda asmeniui geriau suvokti savo identitetą ir stiprina moralinę poziciją (Gorelick, Heller, 2003). Dėmesys patirtiems dvasiniams išgyvenimams (vidinio ryšio su grupės nariais pajautimui, asmenišką prasmę turinčių vaizdų prisiminimui) bei nuoširdus pokalbis leido Genei geriau pažinti savo dvasinį identitetą ir atrasti moralinę poziciją: „*Pinigai nieko nereiškia.. Svarbiausia sugyventi, suprasti gyvenimą*“. Asmuo, sulaukęs pensinio amžiaus, dar gali perkainoti vertybes ir pasirinkti kitą vertybinę orientaciją. Refleksijos būdu suvokta universali išminties tiesa padėjo Genei išverti liūdesį poetikos terapijoje, ugdė gebėjimą matyti nelaimių priežastis ne tik savyje.

NEGALIA: MOKYMOŠI SUNKUMAI→

ĮGALINIMAS: NAUJI GEBĖJIMAI

Mokymosi sunkumai: 1) rigidiškas žinojimas, kaip gyventi, 2) jausmų ignoravimas, 3) liūdesio neigimas ir slopinimas, 4) blogio priežasčių matymas tik savyje, 5) pyktis situacijose, kuriose susiduriama su nauju požiūriu.

Kognityvinio vystymosi problema – rigidiškas mąstymas. Prieš terapiją ir terapijos pradžioje Genė vadovavosi nuostata, kad turtingumas nulemia padėtį visuomenėje ir pelno žmonių pagarbą, o dėmesys žmogui nuperkamas. Pastačiusi namus sūnums, ji jautė

gyvenimo vertę ir prasmę, bet tai nelengvino vienišumo. Sūnūs mažai ja domėjosi, o ji mažai žinojo apie jų gyvenimus. Pirmosios pažinties metu pastebėtas žinojimo, kaip reikia gyventi, garsus deklaravimas: „*Aš visada žinojau, kaip reikia gyventi, vaikams namus pastačiau*“. Tai pasakiusi ji žvelgė į terapeutę, laukdama įvertinimo. Ji troško dėmesio. Gerai žinojo, kad geri santykiai priklauso ne tik nuo turto, bet šios tiesos emociškai ji neišgyveno, tad ir nebuvo įsisažmoninusi. Suabejojimas išskirtine materialinių vertybių svarba būtų skatinęs kritiškiau pažvelgti į ankstesnį gyvenimą, suabejoti daugelio darbų ir poelgių prasme. Genė buvo nelinkusi nei klausti, nei svarstyti.

Emocinio vystymosi problema – jausmų ignoravimas ir nepripažinimas. Genė jautė išsikalbėjimo, dalijimosi jausmais poreikį, bet šio poreikio nuoširdžiai nepripažino. Savo jausmus ji perkėlė į kitus asmenis: „...*kiekvienas gavo išsakyti. Dabar visi džiaugiasi*“. Dalijimasis jausmais, teikiantis džiaugsmo ir leidžiantis patirti savo Aš reikšmingumą bendruomenėje, yra nemateriali vertybė. Išmokusi tikslingai siekti tik materialinės naudos, Genė ignoravo kitų ir savo jausmus: „*Durni žmonės. Ir aš tokia pat durną*“. Savo požiūrį gynė, neleisdama nei sau, nei kitiems suabejoti – buvo įmanomas tik ginčas, bet ne dialogas. Šis fenomenas sietinas su kritiško mąstymo stoka. P. Freire (2006) filosofijoje tokia žmogaus sąmonė vadinama naivaus tranzityvumo sąmone, tai yra nepasiekusia pakankamo išsivystymo lygio.

Pykčio išgyvenimo dinamika ugdomosios poetikos terapijos proceso metu

Humanistinė terapijos aplinka, kurioje pripažįstami autentiški ir unikalus kiekvieno asmens jausmai ir jiems reiškiamas pagarba, skatino atsivėrimą. Ne kartą atsivėrimas pasireiškė pikta ironija arba viską neigiančiu, piktu kalbėjimu. Pastebėtas pykčio stiprėjimas situacijose, kurios prieštaravo ankstesniems Genės įsitikinimams ir kuriose pavyko atrasti, kad kiti žmonės kitaip reaguoja ir elgiasi.

Genės pikta ironija ir piktas kalbėjimas ją išskyrė iš kitų grupės dalyvių, bet neprieštarautą pykčio valdomam jos elgesiui, pagarbiai žiūrėta į emocinę būseną: tai privertė Genę sutrikti, pamatyti, kad ne viskas, kas prieštarauja ankstesnei patirčiai, yra pavojinga ir priešiška.

Genės pyktis yra sietinas su jos asmenybės žeidžiančiu, terapijos metu išgyvenamu liūdesiu, natūraliai kilusiu dėl to, kad terapijos aplinkoje esanti informacija prieštaravo ankstesnėms vertybėms. Šio jausmo Genė neišreiškė, galima manyti, kad liūdesį ji siejo su žmogaus silpnumu, slėpė nuo kitų ir nuo savęs. Kaip jau buvo minėta, pradžioje Genė laikėsi požiūrio, kad žmonės, susitikimo metu besidžiaugiantys galimybe išsakyti, yra „durni“. O tai, kad ji ir save priskyrė „durniems“ žmonėms, atskleidžia faktą, kad įspūdiškai prieštaravo racionaliam požiūriui į jausmų reikšmę žmonių gyvenimui. Situacija, vertusi tikrinti nuostatas, buvo palanki sąveikavimui su naujomis žiniomis, bet emociškai

sunki. Atsiradus įžvalgai, kad ne tomis vertybėmis vadovautasi, kilo liūdesys. Liūdesys yra tiesioginė reakcija į situaciją, o pyktis kyla, kai asmuo sužeidžiamas ar pasijaučia esąs kaltas (Coggins, Fox, 2009). Kol Genė visomis išgalėmis slopino ir ignoravo liūdesį – buvo pastebimas tik pyktis ir ironija.

Kai ankstesnis požiūris į išsikalbėjimo, dalijimosi jausmais poreikį susitiko su kita vertybine nuostata ir nauju požiūriu į bendravimą, Genė išgyveno psichinį diskomfortą. Atsiradus naujam suvokimui, nebeliko piktos ironijos. Visada, kai asmuo įžvelgia, kad ankstesni suvokimo būdai yra nebetinkami, atsiranda liūdesys ir tęsiasi tol, kol ankstesnė ir naujesnė reiškinų suvokimo patirtys yra suintegruojamos į vieną (Boyd, Myers, 1988.) Baigiantis ugdomosios poetikos terapijos programai, buvo pastebėtas Genės sugebėjimas lengvai, be įtampos bendrauti. Paskutinių susitikimų metu Genė žaismingai atkreipdavo visų dėmesį į tai, kad poetiniai vaizdai jai sunkiai suprantami, mėgo kartoti, kad jai „žydinti pupa reiškia daugiau negu žydinti lelija“, bet pykčio jau nebebuvo, tik lengva autoironija ir geranoriška šypsena.

Naujas gebėjimas įžvelgti veiklos prasmę: 1) tikslingas mokymasis, 2) padidėjęs atvirumas

Nors po nepatikusios užduoties Genė pažadėjo nebeiti į poetikos terapiją, į kitą ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimą atėjo. Įėjo ryžtingai, energingai visus apžvelgė ir pareiškė, kad atėjo mokytis. Vis dėlto išsilaisvinimas iš liūdesio buvęs dalinis, dailės terapeutė ji prisipažino pagalvojanti apie savižudybę, teigė, jog sveikata negerėja. Pažymėtina, kad nepaisant to, jog mokymasis buvo susijęs su vertybių, kuriomis vadovaudamasi Genė suvokė gyvenimo prasmę, paneigimu ir skaudžiais išgyvenimais, ji suprato, kad norėdama sveikti turi eiti šituo nelengvu keliu. Po skaudžiai atrandamų naujų tiesų sumažėdavo vidinės sumaišties, palengvėdavo, paaiškėdavo gyvenimo kelio kryptis. Ugdomosios poetikos terapijos eigoje Genė tapo atviresnė, netgi atvirai prisipažino pagalvojanti apie savižudybę, o prieš terapiją ji deklaravo, kad žino, kaip gyventi, kad jokių psichologinių problemų neturi, tik sveikata bloga.

Teigiamų emocinių išgyvenimų stimuliavimas ir autentiškos kalbos vystymas

Daug dėmesio skirta Genės regėtiems gyvenimo vaizdams ir vidiniams išgyvenimams, kurie jai turėjo asmeniškai reikšmingą prasmę. Detaliai įsivaizduojant vietą, kurioje buvo labai gera, o taip pat pasakojant apie šiandien matytą mielą vaizdą, buvo naudojamos vaizduote ir atminties informacija – taip buvo kuriamos sąlygos artėti į visybišką aplinkos ir savęs suvokimą, savo tikrųjų troškimų atpažinimą. Aplinkos vaizdai (*pakalnėje žiburiuojantis Kaunas, zylutė prie virtuvės lango*) Genės kalbai suteikė autentiškumo, neleido kalbėti frazėmis, kurios teisingos, bet neatitinkančios

jausmų, elgesio. Psichoanalitinėje transformuojančio mokymosi teorijoje sakoma, kad transformuojančio mokymosi procese svarbūs ne tik asmens racionalūs sprendimai, bet ir vidinė patirtis, išvalgos, atskiri simboliai (Taylor, 2008). Asmeniškai reikšmingų vaizdų prisiminimas, dėmesys visybiškumui sukėlė teigiamas emocijas, stiprino tikėjimą savo sugebėjimais, kalboje atsirado autentiškumo ženklų.

DAŽNIAUSIAI NAUDOTOS UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS TECHNIKOS:

a) biblioterapinis dialogas, b) minties įvaizdinimas, c) kritinė refleksija, d) mišri judesio terapijos / poetikos terapijos technika „Pilnatvė“, e) kolektyvinis rašymas.

Rezultatų pasiekimui buvo ypač svarbios šios technikos: 1) minties įvaizdinimas (skatino visybišką suvokimą ir leido sudabartinti teigiamus praeities išgyvenimus), 2) **kolektyvinė kūryba** (asmeniškų jausmų galiojimo pripažinimas ir bendrystės jausmo išgyvenimas), 3) **kritinė refleksija** (kaltės išgyvenimo korekcija, stimuliuojant kritinį mąstymą).

14 lentelė

Klientės įgalinimo požymiai

Įgalinimo kriterijus	Įgalinimo kriterijaus konkreti raiška
Sustiprėjęs pasitikėjimas savimi	Tiki, kad ji gali vadovauti savo gyvenimui mokydamasi.
Emocijų atskleidimas	Prakalbo apie savęs kaltinimą, išsakė mintis apie savižudybę.
Praeities pozityvus vertinimas	Džiugina prisiminimai: žiburiuojantis Kaunas.
Aktyvi pozicija	Poreikis lankyti trečiojo amžiaus universitetą, sąmoningai apmąsto ugdomosios poetikos terapijos susitikimų turinį.
Kritinis mąstymas	Naujas suvokimas „Pinigai dar nieko nereiškia“.
Ugdymosi motyvacija	Nori bendrauti su žmonėmis, kurie „baigę aukštus mokslus“.
Išlaisvėjimas	Neliko pykčio, lengvai prisipažįsta; „Aš vis ko nors nesu-prantu“.
Pasirinkimo galimybių suvokimas	Paprašė leisti atvykti į ugdomosios poezijos terapijos grupės susitikimus po išsirašymo, lankys trečiojo amžiaus universitetą.

Ugdamosios poetikos terapijos poreikis

Ugdamosios poetikos terapijos poreikio raiška	Ugdamosios poetikos terapijos poreikio raiška	Ugdamosios poetikos terapijos poreikio raiška
Emocinė	Pažintinė	Socialinė
Prisimindama apie ką mes čia kalbėjome, aš neišprotėju. Nurimstu ir užmiegu.	Nori lankyti trečio amžiaus universitetą. Nori bendrauti su išsimokslinusiems žmonėmis.	„Man reikia bendravimo“.

APIBENDRINANTYS TEIGINIAI

Vienišumas, savivertės ir kaltės jausmo išgyvenimo sutrikimai yra būdingi sergantiems depresija ir charakterizuoja šių žmonių nepajėgumą būti ir kartu su kitais gyventi visuomenėje. Asmenims, sergantiems depresija, trūksta gebėjimų suprasti savo jausmus ir juos reikšti. Jausmai ignoruojami, todėl negalima išgyventi bendruomeniškumo jausmą, o tai komplikuoja socialinius santykius ir didina vienišumą. Negalią būti ir kartu su kitais gyventi visuomenėje nusakantys požymiai (kriterijai) yra vienas su kitu susiję ir vienas kitą veikiantys. Vidinis depresija sergančiųjų įgalinimas apima kognityvinį, socialinį ir emocinį vystymąsi, o jo užtikrinimui būtinos sąlygos: 1) dėmesys asmeniškai reikšmingoms patirties prasmėms, 2) ryšio su aplinka stiprinimas, 3) autentiškos kalbos lavinimas.

Kai naujos žinios konfrontuoja su turimomis žiniomis, galimas pykčio pasireiškimas. Pyktis yra suprantamas kaip reakcija į natūraliai kylantį liūdesio jausmą, kurio individas stengiasi išvengti. Psichinis diskomfortas (pyktis, liūdesys) mažiau sunkus, kai mokantis kreipiamas dėmesys į tuos besimokančiojo patirties elementus, kurie jam turi asmeniškai reikšmingą prasmę, ir stiprinamas ryšio su aplinka jautimas. Žinios gali pakeisti asmens negatyvų požiūrį į savo gyvenimą, požiūrio transformacija yra sėkmingesnė, kai ugdytojo suteiktos deklaratyvios žinios susilieja su besimokančiojo refleksija individualios gyvenimo patirties tema.

Įgalinimo rezultatas: bendrystės (bendruomeniškumo) jausmas pakeičia vienišumo jausmą, gyvenimo autentiškumo ir asmeninės pozicijos pajautimas – menkavertiškumo ir kaltės jausmus.

IŠVADA

Ugdomojoje poetikos terapijoje minties įvaizdinimo technikos dėka stimuliuojamas visybiškas suvokimas sudaro prielaidas transformuoti neigiamą patirties įsisąmoninimą,

o sužadintų prisiminimų analizė ir dabarties galimybių aiškinimasis kritinės refleksijos metu bei sąveikavimas su teikiamomis universalios egzistencijos žiniomis suteikia galių būti atsakingam už savo gyvenimą: asmuo įsisąmonina aktyvaus žmogaus poziciją, padidėja savivertė. Kolektyvinė poetinė kūryba, kurios metu klientų žodžiai kūrybiškai sujungiami į vieną poetinį tekstą, išreiškiantį visų priklausomybę dabarčiai irliudijantį grožį, depresiško asmens kaltės jausmą ištirpdo poezijos išgyvenimo akimirkoje ir leidžia atsiveikinti su praeitimi. Ilgalikiame ugdomosios poetikos terapijos procese įvyksta ryškus savivertės pokytis ir išsilaisvinama iš negalios.

ASMENS, SERGANČIO DEPRESIJA, ĮGALINIMO, TAIKANT UGDOMĄJĄ POETIKOS TERAPIJĄ, ANALIZĖ

PALMIROS ATVEJO APRAŠYMAS

Amžius - 48 metų moteris. Diagnozė – kartotinis depresinis sutrikimas. Gyvenimo istorijos duomenys: sunki vaikystė, matytas smurtas mamos atžvilgiu, mamos dėmesio stoka, augimas su patėviu, pirmojo vyro areštas ir teismas, traumuojantys gulėjimo uždaruosiuose psichiatrijos skyriuose prisiminimai.

Dalyvavimo ugdomosios poetikos terapijos programoje trukmė – 1,5 mėnesio (gydymosi metu), 7,5 mėnesio (asmeniška klientės iniciatyva), 1,5 mėnesio pakartotinio gydymosi stacionare metu), 4,5 mėnesio (asmeniška klientės iniciatyva). Iš viso: 1,5 metų. Periodiškumas – 1 ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas kiekvieną savaitę. Vieno ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo trukmė – 90 minučių. Individualių egzistencinių pokalbių –5

Palmiros atvejį iš kitų išskiria tai, kad labai daug psichikos traumų. Atvejis priskiriamas tai depresijų grupei, kada sergantysis psichikos sutrikimo pradžią sieja su psichikos trauma, gydymo nesėkmingumą - su nesibaigiančiais stresais, o sėkmingumą - su psichoterapijos, bet ne medikamentų galia (Budd, James ir Hughes, 2008). Šie asmenys yra labai motyvuoti dalyvauti psichoterapijos grupėse.

Prieš ugdomąją poetikos terapijos programą Palmirai buvo būdingas visiškas nepasitikėjimas savimi, baimė atvirai kalbėti apie savo gyvenimą, nerimas jausmų sužadavimo metu, ryškus atotrūkis nuo išorinio pasaulio ir užsisklendimas, verbalinių gebėjimų stoka ir nusivylimas gydymu. Iki ugdomosios poetikos terapijos programos Palmira nebuvo gydyta psichoterapijos metodais, nedalyvavo jokiose psichikos sutrikimais sergantiems žmonėms skirtose ugdomosiose programose. Asmenybės emocinis, kognityvinis ir socialinis vystymasis ugdomojoje poetikos terapijos programoje vyko laipsniškai.

Iš ligos ir gyvenimo istorijos (remiamasi tik klientės pasakojimo duomenimis)

Susirgo būdama 25 metų. Serga depresija 23 metus. Vaikystė sunki. Palmirai, einančiai į pirmą klasę, nebuvo leista klausti, kodėl mama išsiskyrė, ir kodėl į namus atėjo patėvis. „Nesikišk ne į

savo reikalus“, „Sutvarkyk kambarius“, „Suplauk indus“, – tokie sakiniai vaikystėje įsirėžė į atmintį. Patėvis visada buvo teisus, o jo nuomonė buvusi pati svarbiausia. Mamai Palmira niekada neprisi-pažino, kad jaučiasi nelaiminga. Gerai mokėsi vidurinėje mokykloje, svajojo studijuoti teisę, dirbti advokate ir teismuose ginti nuskriaustuosius. Dėl sunkių materialinių sąlygų negalėjo studijuoti, įsidarbino pardavėja. Darbas patiko, nes darbe galėjo daug patarti drabužius besirenkantiems pirkėjams, jie vertino jos skonį. Pirmasis sunkios depresijos epizodas pasireiškė po gimdymo. Depresiją išprovokavo ne tik moters organizme vykstantys biologiniai persitvarkymai po nėštumo ir gimdymo, bet ir netikėtas vyro areštas bei žinia apie jo neteisėtą veiklą. Tąkart depresija buvo gydyta medikamentais, bet Palmira nepasveiko, liko prislėgtumas. Uždarojo psichiatrijos skyriaus prisiminimai atmintyje išliko kaip baisus košmaras ir liko baimė, kad visa tai gali pasikartoti. Po vyro teismo Palmira liko viena su vaiku, jautė gėdą, pradėjo nejaukiai jaustis tarp žmonių. Depre-sija pasikartojė. Gydymas buvo ilgas ir beveik be rezultatų. Taikytas medikamentinis gydymas ir elektroimpulsų terapija. Pastarasis gydymo metodas buvęs ypač sunkus ir, kaip teigia ligonė, sukėlė sveikam žmogui neįsivaizduojamus kūno ir sielos skausmus bei visiškai sunaikino pasitikėjimą savimi. Gydymasis ligoninėje pasidarė dažnas. Po kiekvieno išrašymo Palmira duodavo sau žodį, kad šįkart susiims, nepasiduos, atsilaukys, slegiama sunkių išgyvenimų. Kas pusmetį pasikartodavo nusivylimas savimi, nes depresijos epizodas vėl pasikartodavo, tad pradėjo stengtis nebegalvoti apie gyvenimą, o jei pagalvodavo, tai kiekvieną kartą iškildavo klausimas: „Už ką visa tai man? Kodėl aš negaliu būti tokia, kaip visi?“ Palmira nerado atsakymo į šį klausimą, o ją supantys gi-minaičiai ir medikai prašė tik vieno – nesijaudinti. Tuo metu, sovietmetyje, laikytasi požiūrio, kad psichikos ligonių negalima skatinti mąstyti apie jų asmenišką būtį, nes mąstymas gali sukelti ligos paūmėjimą – tai skatino bejėgiškumo įsisąmoninimą. Savo gyvenimo istoriją Palmira sugebėjo papasakoti tik penktojo susitikimo metu, kai aiškiai suvokė, kad nereikia kovoti su savimi ir jausti kaltę dėl nepilnaverčio gyvenimo. Po kiekvieno ugdomojo susitikimo Palmira atskiromis detalėmis papildydavo savo gyvenimo istoriją.

Ugdomosios poetikos terapijos procesas. Pirmasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Pirmojo susitikimo metu Palmira sėdėjo rate kartu su kitais, žvelgė sustingusiomis, išplėstomis akimis, tačiau sugebėjo suprasti skaitomo eilėraščio nuotaiką ir turinį.

Atsiliepdama į Vytauto Bložės eilėraščių „Jeigu mano gyvenimas..“, Palmira sakė:

– Šis žmogus žino, kaip jam gyventi, jis nepasiduoda, kopia aukštyn.

Antrą kartą skaitant tą patį eilėraščių, buvo pastebėtos labai ryškios Palmiros kūno reakcijos: garsėjo kvėpavimas, akyse pasirodė ašaros, labai stipriai paraudo veidas, garsiai kūkčiodama ji pamėgino užgniauzti jausmus, paskui tyliai atsiprašė ir paklausė:

– O gal man išeiti? Ką tik atsigulčiau gydytis, man labai blogai.

Palmiros buvo paprašyta surasti jėgų išbūti penkias minutes, kol visi nusiramins, o po to ji galėsianti spręsti, ar pasilikti, ar išeiti. Buvo pastebėtas grupės dalyvės jaudinimasis, nerimastin-gumas, buvo sunku suprasti, ką ji išgyvena: baimę dėl tolesnio gyvenimo, apmaudą, kad serga ir

negali jaustis pilnaverčiu žmogumi, kopiančiu į kalną. Palmiros nerimastinga būseną galėjo reikšti jos sąmoningai nesuvokiama akistatą su sunkiomis, jau pragyventomis kančios valandomis, keliančiomis siaubingą baimę būti čia ir dabar.

Nerimo stiprėjimas visada yra rimta problema, tai signalas, pranešantis, kad labai didėja sergančiojo psichikos diskomfortas, galintis sudaryti prielaidas dar sunkesniems psichikos sutrikimams. Vienas iš būdų suvaldyti nerimą - asmens ir aplinkos emocinio ryšio įtvirtinimas, kuris prasideda nuo dėmesio čia ir dabar patiriamiems elementariems pojūčiams: regos, klausos, uoslės, skonio...

Kiekvieno grupės dalyvio buvo paklausta, ką jis mato priešais save, vėliau kiekvieno paklausta, ką jis mato viršuje, paskui paprašyta pažiūrėti, kas yra žemai - prie kojų, o po to - kas už jų nugaros. Kai klientų pastebėti objektai buvo įvardinti, visų grupės dalyvių paprašyta įsivaizduoti malonų gamtos vaizdą, matytą praeityje, klausta, ko jie trokšta ateityje, kokį gamtos vaizdą pamatys tą dieną, kai jų svajonė išsipildys. Grupės dalyviai labai nenoriai įsivaizdavo ateitį, sakė: „Duok, Dieve, kad mes pasveiktume“, arba skundėsi: „Mūsų ligos neišgydomos“. Klientų pateikta informacija buvo panaudota poetinėje improvizacijoje, išryškinančioje dabarties vaizdą ir gyvenimo kelią iš praeities į ateitį. Improvizacijoje - kompozicijoje panaudoti visų grupės dalyvių žodžiai.

Pateikiamas poetinės improvizacijos tekstas. Palmiros žodžiai yra paryškinti, paskutinėse eilutėse pastebimas sekimas Vytauto Bložės eilėraščio mintimis. Tekstas buvo atkurtas ir užrašytas po ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo. Ugdytojos parašyti sakiniai pabraukti.

Poetinė improvizacija

*Stora knyga lentynoje, / ant palangės - mūsų išlankstytos rožės, / už lango - medžiai...// Man patiko eiti į bažnyčią, /kai buvo labai blogas oras, / labai sunkiai ėjau / prieš stiprų vėją, lietu. / Buvau laimingas. // Vasarą gera prie jūros, tik vasarą. // Ir žiemą buvo gerai, /su manimi buvo mano vaikai, / jie važinėjosi rogutėmis. // Apšviestas paveikslas ant sienos, / prieš mane - besišypsanti moteris. / Neatsimenu, kada man buvo gerai, / dabar man gerai, su jumis. / Sėdžiu priešais duris, / **blizga rankena** // **Stokholme jaučiausi laiminga- / buvome visi keturi, visa šeima, / atrodė, pirmą kartą matau/tokią šviesią gatvę.** // Baltos lubos, / šviestuvai. / O virš lubų, virš stogo-/ dangus. // **Baltos lubos.** / Baltos lubos // **Duok, Dieve, kad mes pasveiktume . / Pasveiksiu.** / Po mano balkonu / žydės raudonos tulpės, / čiulbės paukšteliai už lango. / Po lietaus kvėpės mūsų gatvės. // Prieš saulėlydį / iš debesies saulė išnirs / ir leisis į jūrą. / Į saulę/ takas nusities.// Švies kaimynės langas man einant namo. / Po mano kojomis išplautos grindys. / Ant grindų supakuoti paveikslai, / žadėjo surengti parodą Seime. / **Grindys po kojomis,** / Grindys. // O aplink - sienos, **žmonės,** / paveikslai ant sienų, / visi šypsosi. // Esu čia, gerai pažįstamame kambaryje, / o mano mintys, / kaip paukščiai, / tai praeities takus apskrenda, / tai į ateitį skrieja. // Apsižvalgiau ir supratau: / turiu savo gyvenimą, / turiu savo kelią. // Žingsnis po žingsnio / į kalno viršūnę / žingsnis po žingsnio aukštyn. / Tiesiu pagalbos ranką / einančiam iš paskos. // O Dieve, / ir man pagalbos ranka ištiesta, / kodėl jos nepastebėjau lig šiolei? / Aukštyn, tik aukštyn.*

Išklaušę poetinės improvizacijos minčių visi klientai atsipalaidavo. Palmira nebenorėjo išeiti iš ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo. Palmira sakė, kad jai buvo įdomu, stebėjosi, iš kur atsirado jėgų dalyvauti susitikime, prisipažino netikėjusi, kad žodis turi tokią galią.

Visi ugdomosios poetikos terapijos grupės dalyviai pastebėjo, kad jų nuotaika labai pagerėjo. Tai sudarė prielaidas refleksyviai mokymuisi, kurio metu nagrinėtos šios problemos: 1) kas įvyko, kad pasikeitė nuotaika? 2) Ar mes patys galime rasti būdus, leidžiančius įveikti nerimą?

Pokalbių metu teiktos žinios: 1) apie depresijos metu prarandamą norą bei gebėjimą stebėti aplinką, 2) apie sergančiųjų neprarastus gebėjimus, leidžiančius išsiugdyti poreikį stebėti aplinką bei ją stebėti, 3) apie psichikos sveikatos specialistų knygas, kuriose rašoma, kad sugebėjimas matyti vaizdus ir jais apsidžiaugti stiprina asmens psichikos sveikatą, neleidžia izoliuotis nuo išorinio pasaulio.

Po savaitės klientai rašytiniame variante atpažino savo žodžius ir prisiminė poetinės improvizacijos metu išgyventą nuotaiką, vėl pasidavė toms pačioms pozityvioms emocijoms.

Antrasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Ugdomosios poetikos terapijos grupės dalyviams buvo perskaitytos Nijolės Kliukaitės-Kepevienės eilėraščio eilutės: „Žuvėdras // jos eina // plunksnomis šluodamos // gatves ir // susižavėjimo purslai // tyška joms // ant galvų // karūnuotų“ ir paklausta klientų, kada jie atkreipė dėmesį į žuvėdrą? Kada tai buvo? Kur jie matė žuvėdras? Kaip jie jautėsi stebėdami paukščius? Gal dauguma žmonių džiaugėsi žuvėdromis ir atrodė, kad visų žvilgsniai tiesiog laimina gatve einančią žuvėdrą? O gal žuvėdras pastebėjo tik vienas kitas gatve einantis žmogus?

Klientai pasakojo paprastas istorijas: matė žuvėdras „gatvės saloje tarp mašinų“; „Daug žuvėdrų nusileidžia ant miesto žolės, kai lauke labai vėjuota“. „Žuvėdras tomis dienomis, kai labai vėjuota, labai garsiai klykia.“

Palmira paraudo ir atsiduso išstardama:

–Žuvėdra... Taigi ir aš esu mačiusi žuvėdras, tik kažkaip neatkreipdavau dėmesio. Atrodė, kas ta žuvėdra, o čia taip gražiai parašyta.

- Jūsų vidinis pasaulis pasidarė gražesnis, nes jame atsirado vietos žuvėdrai. Paprasti pastebėjimai mus praturtina ir gydo. O jūs jau mokate pastebėti, - buvo pasakyta Palmirai.

Klausant grupės dalyvių pasakojimų, stengtasi sužinoti kaip įmanoma daugiau vaizdo detalių, kur, kokioje vietoje, kokių metų laiku jie matė klykiančias žuvėdras, kokia buvo jų pačių nuotaika. Vėliau kartu su klientais, naudojantis konkrečiomis prisiminimų detalėmis, buvo užrašyti regėti vaizdai trumpų miniatiūrų forma, o tekstai buvo dedami vienas prie kito.

Klientų mintys, stebint žuvėdras:

Žuvėdra prie žuvėdras. Visa pieva balta. Stoviu aikštelėje, laukiu autobuso ir žiūriu į jas. Dar daugiau atskrenda. Mosuoja sparnais, leidžiasi, neranda vietos, pakyla, paskrenda toliau ir leidžiasi ant žalios žolės. Atvažiuoja mano autobusas. Įlipu ir nuvažiuoju. Rūkas, tamsūs debesys, bet dienos tamsumas šiandien lengvesnis. Šviesu akyse nuo žuvėdrų baltumo.

Žuvėdros klykė, nedavė miegoti. Man neramu, kai jos klykia. Galvoju, kad kažkas blogo nenutiktų mano vyrui. Jau pusė metų, kai jis jūroje.

Mačiau žuvėdras prie Palangos tilto. Tada buvau su vyrui ir su vaikais. Man pikta, kad vyras geria, nesirūpina vaikais. Už viską tik aš ir aš turiu rūpintis. O iš kur man gauti pinigų? Grasiņa, kad atims mano butą.

Aš nemačiau žuvėdrų, niekada jų nepastebėdavau. Eidama namo pasidairysiu, gal ir aš pamatysiu žuvėdrą. Man net pavydu, kad jūs visi dažnai matote žuvėdras.

Man patikdavo keltis keltu ir berti žuvėdroms batono trupinius. Visus metus laukdavau atostogų, kad galėčiau važiuoti prie jūros. Žuvėdros lydėdavo mūsų keltą. Tada buvau sveika, dirbau.

P. S. Palmiros mintys paryškintos. Pirmiausia klientai kalbėjo apie žuvėdras, mintys buvo užrašytos paskui.

Kartais ugdomosios poetikos terapijos grupės dalyviai klausdavo, ką jiems rašyti. Aiškinta, kad reikia užrašyti tai, ką jie ką tik papasakojo. Dažnai viena kita kliento mintis buvo pakartojama ir paprašoma ją užrašyti.

Po ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo vienas grupės dalyvis pasakė:

- Pagalvojau, kad labai noriu išeiti į gatvę, labai noriu pamatyti tuos baltus paukščius. Man atrodo, kai tik pamatysiu, tuoj pasidarysiu dar sveikesnis.

Palmiros balsas sustipėjo:

- Bet ir aš sugebu matyti žuvėdrą. Tikrai sugebu. Tai gal aš dar visai neprarastas žmogus? - Palmira klausė žvelgdama ugdytojai tiesiai į akis ir laukdama atsakymo.

- O kas sakė, kad jūs prarastas žmogus? - paklausė ugdytoja.

Ji pradėjo ašaroti. Išryškėjo mokymuisi aktualios problemos: 1) Kada aš sugebu stebėti savo aplinką ir kada prarandu šį gebėjimą? 2) Kas yra liga, ir kas esu aš? 3) Ką aš pats galvoju apie savo galimybes, ir ką apie tai galvoja kiti?

Į visus klausimus dar nebuvo atsakyta, kai Palmira pasakė:

- Kai aš pirmą kartą atsiguliau į lignonę, visiškai praradau pasitikėjimą savimi.

Diskutuojant aiškintasi, ar uždaramame psichiatrijos skyriuje visiems ligoniams labai sunku? Ar jų visų nesupranta medicinos personalas? Ar uždarakintos skyriaus durys ir dėmesio stoka yra patys blogiausi dalykai, visiškai sunaikinantys pasitikėjimą savimi? O gal priežastys žmogaus psichikoje: per daug jautriame reagavime į supančią aplinką, gal liga iškreipia santykių su slaugytojomis ir kitais ligoniais vertinimą? Kaip kiti žmonės atsitiesė ir vėl pradėjo tikėti savimi po gydymo uždaramame skyriuje?

Trečiasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Prabėgo savaitė po antrojo susitikimo.

Į trečiąjį susitikimą atėjusi Palmira pasakojo:

- Trečiadienį eidama į parduotuvę aš mačiau žuvėdras. Man pasidarė viskas nebesvarbu. Sustojau ir žiūrėjau į žuvėdras. Aš jas matau, aš sugebu matyti, džiaugiausi. Man labai blogai. Nežinau, ar prasilaukysiu namie, ar vėl reiks gulti į uždara skyrių. Daugiau kaip dvidešimt metų sergu. Anksčiau

verčiausi be invalidumo grupės, o paskui sutikau, kad apiformintų. Jaučiuosi visiems našta. Man tikrai blogai, bet kai aš pamačiau tas žuvėdras, atsirado kažkokia viltis. Jei aš galiu jas matyti, tai gal dar ne viskas prarasta?

- Anksčiau Jūs nežinojote, kaip padėti pačiai sau, o dabar pradėdote atrasti kelią. Sunkiausi pirmi žingsniai, - pastebėjo ugdytoja.

Ketvirtasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Skaitėme Henriko Nagio eilėraščių „Motina“. Grupelės dalyviai nuoširdžiai kalbėjo, ką jų gyvenime reiškia mama, kaip sunku gyventi jos netekus.

Palmira tyliai prisipažino:

- Mano prisiminimai šiek tiek kitokie. Aš nelabai turiu ką pasakyti. Mes sunkiai gyvenome. Norėjau labai gerai mokytis, stengiausi, bet ne viską suspėdavau, reikėjo padėti mamai. Ji visada buvo įsitempusi, taikėsi prie patėvio, mes mažai kalbėdavomės. Bet gal tai nieko nereiškia? Jei negaliu šviesiai kalbėti apie vaikystę, gal aš ne blogesnė už kitus? Ar Jūs kitaip galvojate? Man atrodo, kad nesu blogesnis žmogus už kitus, jei mano patirtis skiriasi

Suteikta žinių apie žmogaus galimybę visą gyvenimą mokytis ir kurti save.

Palmiros atvirumas leido išvelgti mokymuisi reikšmingas problemas, ką reiškia patirtis mūsų požiūriui į save ir santykiams su kitais žmonėmis. Kaip traumos mus paveikia ir kaip iš jų vaduojamės? Kaip padedame vieni kitiems ir kas mums trukdo?

Penktasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Klientai suprato Liudo Pranciškaus eilėraščio nuotaiką ir turinį: kosminės vienatvės ir kosminės depresijos apimtas žmogus už *lango* pamato, kaip „bunda murzinas miestas už gyvybę kovoti“ ir išgirsta su tuštuma nepalyginamą garsą, „kai senu malūnėliu mali pupeles ryto kavai...“ Apie ryto kavą ir patiriamą kosminę depresiją tąkart klientai daug kalbėjo.

Palmira tyliau balsu ištarė:

- Kaip gera sužinoti, kad aš ne viena tokia. Tai, ką mes jaučiame, iš tiesų yra ne liūdesys, net ne sielvartas, ta kančia tikrai nebeišsitenka žemėje. Na, tai iš tikrųjų kosminė depresija.

Palmirai buvo atsakyta to paties Liudo Pranciškaus eilėraščio eilute: bet tu „senu malūnėliu mali pupeles ryto kavai“.

Palmira nusišypsojo:

- Kažkada maldavome malūnėliu kavą. Dabar retai bemažu. Betgi ne tai svarbiausia. Svarbu, kad aš galiu iš ryto pažiūrėti pro langą ir išsivirti kavos.

Baigiantis susitikimui, Palmira pasakė:

- Šįryt man buvo blogai. Atrodė, kad nieko nebesugebu, bet užteko tik ateiti čia, atsisėsti į ratą, ir viskas pasikeitė. Iš tiesų, labai svarbu, kad mes čia galime išsakyti tai, kas guli ant širdies. Išsikalbame, suprantame vieni kitus, ir labai palengvėja. Anksčiau aš maniau, kad aš tik viena tokia nepasitikinti, praradusi viltį. Man tokių susitikimų labai reikia.

Prabėgo dar viena savaitė.

Individualus egzistencinis pokalbis

Palmira atsiduso:

- Mokaisi žmogus, visą gyvenimą mokaisi, ir miršti durnas. Jei smegenėlės būtų dirbusios kitaip, būčiau savęs taip baisiai nekaltinusi, o paprasčiausiai bendravusi, ėjusi į gamtą, -ir pasiteiravo: -ar jūs nenorėtumėte sužinoti, kas atsitiko mano gyvenime prieš pirmą patekimą į psichiatrijos ligoninę? Jūs taip nuoširdžiai bendraujate ir daug pasakote apie save, pagalvojau, kad galiu tuo pačiu atsilyginti už jūsų nuoširdumą ir atvirai papasakoti apie savo gyvenimą.

Ugdytoja sudarė sąlygas Palmirai išsipasakoti: buvo sužinota apie vyro areštą – toji žinia Palmirai buvusi kaip žaibas iš giedro dangaus. Ji net nenujautė, koku valstybinio turto grobstymu užsiėmė vyras. Tąkart, sužinojusi apie areštą, Palmira verkė nesulaikomomis ašaromis, tai truko ne vieną parą, nebepajėgė rūpintis kūdikiu, prarado orientaciją aplinkoje.

Papasakojusi gyvenimo istoriją Palmira prisipažino:

- Aš jau supratau, kad reikia kitaip gyventi. Negrauzti savęs. Aš daug ko išmokau. Gal iš tiesų aš dar galiu turėti gyvenimą?

Palmirai buvo pasakyta, kad ji jau turi ne bejėgio, o sveikstančio, sprendžiančio problemas žmogaus gyvenimą, tik reikia jį pamatyti. Palmira pasakojo apie sūnaus ir dukters magistrantūros studijas užsienyje. Labai rūpinosi, ar pavyks sūnui apsiginti darbą. Tąkart buvo nagrinėjama problema: kaip gyventi, kai vaikai suauga ir nori būti savarankiški, aiškintasi apie tarpusavio santykių priklausomybę, teigiamas ir neigiamas priklausomybės puses.

Palmira pasakė:

- Iš tiesų, turiu dažniau išeiti iš namų, daugiau pastebėti, kaip gamta keičiasi, kokie žmonės eina gatve. Teisingai sakote, kad turiu turėti savo gyvenimą, ne tik vaikais rūpintis. Kasdien kalbame telefonu ir daugiau kaip pusę valandos klausinėju, kaip jiems sekasi. Ar pavalgę, ar sveiki, ar užtenka pinigų, ar profesorius šįkart neprisikabino prie rašomo darbo? Jaučiu, kad vaikai nelabai nori su manimi šnekėti, sako, kad laiko neturi. O gal tikrai neturi? Dažnai nesulaukiu, kol man paskambins, pati skambinu. Pasikalbame, jie sako, kad viskas gerai, o aš visa ko prisigalvoju. Bijau, kad sūnus neparašys darbo, bijau, kad į Lietuvą grįžusi dukra neturės kur įsidarbinti. Vaikai niekina mane, sako, kad visko prisigalvoju. Gal tikrai per daug prisigalvoju? Gal tikrai be reikalo galvoju, kad esu nereikalinga savo šeimos nariams, kad esu sunki našta? Prisigalvoju visko ir graužiuosi.

Palmirai buvo pritarta pasakant, kad ji turi turėti savo gyvenimą, paaiškinta, kad pirmiausia reikia pasirūpinti, kaip išlikti, nepalūžti, o ne rūpintis kitų žmonių problemomis, kas jiems sunku ar nesunku. Paaiškinta, kad tada, kai žmogus visą laiką graužiasi, jis nesuprantamas kitiems.

Devyni mėnesiai be ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimų

Aštuonis mėnesius ji gyveno be ligoninės, labai tvirtai jautėsi. Per tą laiką iš Anglijos grįžo dukra ir pasidžiaugė mamos sveikatos pasikeitimu. Iš jūros parėjo dabartinis vyras, su kuriuo ji užaugino pirmojo vyro sūnų ir judviejų dukterį. Pirmosios kartu su vyru praleistos dienos buvo labai laimingos. Po kelių dienų atrodė, kad jau viskas iškalbėta, o vyras norėjo, kad ji nė per žingsnį neatsitrauktų, sėdėtų su juo prie stalo ir kartu atsipalaiduotų nuo visų gyvenimo negandų.

Ji sėdėjo šalia savo žmogaus ir jautėsi nelaiminga, kad jiedu gurkšnoja alkoholį. Palmira suprato, kad ne tik vyras, bet ir ji pati pasijaučia geriau po pirmos taurelės, kad alkoholis jau ir ją traukia. Valdėsi, stengėsi mažai išgerti, kasdien blogėjo nuotaika, vis sunkiau buvo išeiti iš namų. Po devynių mėnesių, vyrui išėjus į jūrą, ji atvyko į dienos stacionarą.

Individualus egzistencinis pokalbis

Palmira atėjo į individualų ugdomąjį susitikimą ir žvelgė paklaikusiomis akimis. Aiškino, kad stresinės situacijos buvo palyginti nedidelės, bet labai pablogėjo jos psichikos būseną.

-Aš labai bijau. Nežinau ko, bet aš labai bijau",- kartojo Palmira.

Jai buvo paduotas popieriaus lapas ir paprašyta kairėje lapo pusėje nupiešti žmogaus siluetą ir į jo kontūrus įrašyti, kokios jos pačios mintys jai kelia baimę šią akimirką šiame kabinete, o dešinėje pusėje parašyti, kas aplinkoje yra nemalonus, slegiančio, gniuždančio.

Palmira kaltomis akimis pažiūrėjo į ugdytoją:

- Nieko nėra slegiančio. Aš pati dėl visko kalta.

Palmiros paklausta, ar jos nuotaikos neveikia laikraščių, televizijos informacija apie mažėjančias pensijas, atlyginimus, ar ji nepastebi, kad daugėja įsitempusių žmonių.

- Daugėja piktų žmonių, -- pasakė ir pažvalėjo, -- nagi tikrai, žodis gydo, o kartais gali ir sugniuždyti. Man labai palengvėjo.

- Į dešinę lapo pusę įrašykite, kas yra jūsų viduje: kokie išgyvenimai atima jėgas ir kelia baimę,- paprašė ugdytoja.

Palmira prakalbo apie gripo baimę. (Su kliente bendrauta gripo epidemijos metu). Ji bijojo, kad vaikai nesusirgtų, kad jiems kas blogo neatsitiktų. Palmirai paaiškinta, kad gripo baimę kelia reali situacija, o jos polinkis prisigalvoti apie galimas nelaimes, baimė, kad kažkas neatsitiktų yra jos vidinė problema, jos nerimas, kurį ji gali šiek tiek valdyti, stebėdama gamtą, žmones – tai, kas yra čia ir dabar. Buvo svarstoma, kaip bendradarbiaujant pasiekti pagerėjusios būsenos. Ugdytoja aiškino Palmirai, kad yra labai svarbu matyti tai, kas yra šią akimirką, čia ir dabar, ir patyrinti, kas yra aplinkoje (kabinete, gatvėje, autobuse, namuose ir t.t.), ir kas slėpi jos pačios viduje.

Palmiros gebėjimai ir įgūdžiai mokytis suprasti savo gyvenimą buvo tokie pat, kokie buvo prieš devynis mėnesius, kai ji baigė gydymąsi dienos stacionare ir jautėsi taip gerai, kaip prieš susirgdama. Po individualaus egzistencinio pokalbio su ugdytoja, tą pačią dieną, Palmira atėjo į ugdomosios poezijos terapijos valandėlę. Elgėsi laisvai, buvo aktyvi.

Individualus egzistencinis pokalbis

Klientei pasiūlyta kūrybiško rašymo užduotis, bet prieš rašymą buvo būtina trumpa savianalizė. Palmirai paduotas popieriaus lapas, paprašyta jame nupiešti skritulį, o šį padalinti į dalis. Paaiškinta, kad į skritulio dalis reikia įrašyti savo savybes, atsakyti sau pačiai: kokia esu aš. Kai visos savybės buvo surašytos į skritulį, reikėjo įsivaizduoti, kad kažkuri viena iš savybių yra savarankiškai gyvenanti būtybė ir trumpam išeina iš skritulio. Palmira panorė, kad iš jos nupieštosios subasmenybių mandalos išeitų baimė. Savo baimei ji davė Mamos vardą, įsivaizdavo ją esant 78

metų, stambia, pilkai apsvilkusią ir vis bambančią. Rašydama atsakymus į užduoties klausimus, Palmira įsivaizdavo Mamą ir jautė stiprėjantį širdies plakimą, prieš akis buvo tamsu. Palmira rašė, kad ji mažai žino apie Mamą, tik tiek, kad Mamos gyvenimas irgi buvo nelaimingas. Įsivaizduodama Mamą, prieinančią prie jos, Palmira regėjo save bejėgę, nepasakančią nė žodžio. Ji įsivaizdavo, kad susitikimas su Mama įvyko netoli jūros.

Parašiusi atsakymus į užduoties klausimus, Palmira atsiduso:

- Kažkaip keista, kad baimę įsivaizdavau kaip savo Mamą. Nežinau kodėl, bet man iškilo mamos vaizdinys.

- Ar jūs nepagalvojate,- klausė ugdytoja,- kad jus tebevaldo vaikystėje patirta mamos baimė ir kartais pasijaučiate kaip mamos barama, nusikaltusi mergaitė?

Palmira pasakė:

- Taip yra iš tikrųjų, tik niekada nepagalvojau, kad tas sunkumas iš ano laiko, iš vaikystės.

Ugdytoja Palmirai priminė, kad ji jau pati mama, o jos vaikai jau suaugę. Palmira nusijuokė, sakydama, kad ji „pati jau sena boba“, o tebesijaučia kaip maža barama mergaitė. Nagrinėtos problemos: 1) kaip Palmira gali padėti sau pajauti, kad ji gyvena dabartyje ir yra nebe maža prasi-kaltusi mergaitė, 2) kaip blogėjant nuotaikai, kai mama kažkuo nepatenkinta ir bamba, neprarasti gebėjimo suvokti, kad Palmira jau suaugusi, 3) kaip susitaikyti su faktu, kad mama yra tokia, kokia yra, ir nepasikeis.

Individualus egzistencinis pokalbis telefonu

Bendrauta telefonu. Palmira skundėsi visiška jėgų stoka. Ji gulėjo lovoje, nesikėlė, bet telefonu kalbėjo noriai. Palmira sakė, kad jai jau viskas aišku ir atėjusi į egzistencinį pokalbį nebeturėsianti ką pasakyti. Palmirai pasakyta, kad ji neprivalo žinoti problemos, kuri bus nagrinėjama individualaus pokalbio metu ar ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikime. Palmira padėkojo už pokalbį ir prisipažino, kad norėtų ateiti kitą dieną.

Individualus egzistencinis pokalbis

Atėjusi į individualų susitikimą Palmira prisipažino pasakiusi mamai, kad ne tik mamos vienos gyvenimas buvęs kančia, jos, Palmiros, gyvenimas taip pat buvęs pragaras. Jai paaiškinta, kad diena, kai atrandama jėgų savo ankstesnį gyvenimą pavadinti pragaru, yra ypatinga, nes jau sugebama suvokti, kokių traumų pasekmės trukdo gyventi ir kas vyksta psichikoje. Pokalbio metu Palmira suprato, kad žmogus, suvokdamas priežastis ir pasekmes, gali pasirinkti, kaip padėti sau, jis nebėra auka, kuri tiktai kenčia ir nesusigauja, kas vyksta, nežino, kaip gelbėtis.

Susitikimo metu Palmirai pasiūlyta parašyti akrostichą. Akrosticho rašymui pasirinktas jos vardas¹³. Šią užduotį atlikdami asmenys paprastai surašo žodžius, kurie jiems asmeniškai prasmingi. Palmirai asmeniškai prasmingi buvo šie žodžiai: laikraštis, ateitis, ilgesys – juos ji pavartojo sakiniuose.

¹³ Jau buvo minėta, kad tikrieji klientų vardai pakeisti. Siekiant išsaugoti konfidencialumą, iš akrosticho, kuris atitiko tikrąjį klientės vardą, atvejo pristatymui paimti tik trys žodžiai

Palmira rašė:

Šiandien atkeliavo laikraštis. Ateitis dar gali būti laiminga. Ilgesys suspaudžia širdį, kai pagalvoju apie vyrą.

Perskaičiusi sakinius ugdytoja paklausė:

-O kas jums trukdo būti laiminga dabar?

-Oi, aš neteisingai parašiau. Aš esu laiminga. Kojas, rankas turiu. Galiu vaikščioti, turiu kur gyventi. Na taip, aš laiminga.

-Bet nesijaučiate laiminga, ar ne?- klausė ugdytoja.

- Jaučiuosi,- paprieštaravo Palmira,- jaučiuosi laiminga.

-Yra visos sąlygos, kad jūs būtumėte laiminga, bet... ar savo viduje jūs tikrai laimingas žmogus? - paklausta.

- Viduje? Ne,- ji atsiduso.

-Jei taip, tai prisiminkime kurią nors tikrai laimingą dieną,-pasiūlė ugdytoja, - parašykite, kiek jums buvo metų, kaip atrodė ta diena, kai tikrai buvote laiminga.

Palmira rašė apie draugę Liubą, kuri turėjo nailoninį rausvą lietpaltį. Parašiusi keletą žodžių sudavo, pradėdavo pasakoti tai, ką reikėtų užrašyti. Išpasakojusi, kas jai svarbu, Palmira klausdavo, ar užrašyti tai, ką ji jau papasakojo. Išgirdusi siūlymą rašyti, noriai užrašinėjo pasakytas mintis.

Iš Palmiros užrašytų sakinių ir pasakojimo sužinota, kad vaikystėje jai labai patiko Liubos paltukas. Apie tokią grožybę ji nediršusi net pasvajoti, bet vieną dieną mama Palmirai padovanojo rausvą lietpaltį, lygiai tokį pat, kokį turi Liuba. Tai buvo laimingiausia Palmiros gyvenimo diena.

Laimingosios dienos prisiminimas (Palmiros tekstas)

Pavasario. Lauke jau buvo šilta. Švietė saulė, ir dangus buvęs giedras. Mama man nupirko rausvą paltuką. Sutaupė pinigų ir nupirko. Aš pati sau patikau, atrodžiau taip pat, kaip mano draugė Liuba.

Atlikusi užduotį, Palmira prisiminė mamą. Pasakojo, kad vakar ją guodusi ir aiškinusi, kad net ir sunkiausiam gyvenime yra ne tik blogis, yra ir gražių dalykų.

- O kokia diena buvusi nelaimingiausia?- paklausta.

Palmira prisiminė ikimokyklinius metus. Ji žaidė kartu su mergaitėmis, kai uždusios atlėkė dar dvi draugės. Jos atbėgo pranešti, kad Palmiros tėtis muša jos mamą. Ji pasileido bėgte namo. Mamos veidas buvo užvertas, sutinęs, lūpa kruvina. Palmira išsigando, pradėjo klykti. O kas buvo toliau, ji neatsimena. Iš tuštumos tik vienas vaizdas išnyra: ją, ne savo balsu klykiančią, vyresni vaikai suėmę už pažastų mėgina įvilkti į kambarį.

Palmiros paprašyta įsivaizduoti, kad ji šiuo metu atsiduria šalia klykiančios mergaitės, kuri ką tik pamatė sumuštos mamos veidą.

-Aš nežinau, ką aš daryčiau. Nežinau. Galvoju, kad eičiau pas jos tėvus ir prašyčiau, kad jie taikytųsi, pagalvotų apie savo vaiką,- sakė Palmira.

-O ką pasakytumėte mergaitei, kaip su ja pasielgtumėte?- klausta.

-Mergaitė? Ką aš galėčiau? Pasakyčiau, kad tikiu, jog man pavyks pakalbėti su jos tėvais, kad jie šitaip nebesielgtų,- Palmira ramiai dėstė mintis, o ugdytoja laukė, kad ji dar kažką pasakytų. Po kelių minučių Palmiros balsas pasidarė šiltesnis,- gal aš pabučiuočiau tą mergaitę. Taip, aš ją pabučiuočiau.

Tąkart bendromis jėgomis buvo kuriama prozos miniatiūra: Palmira ašarojo, rašyti jai buvo per sunku. Ji tik pateikė autentišką informaciją, o rašė ugdytoja.

Empatiškas rašymas:

Vasaros diena. Šilta. Miestą užliejęs vaikų klegesys. Per aikštę bėga dvi mergaitės, skuba pas savo drauges. Žodžiai kaip kirčiai: „Palma, tavo tėvas tavo mamą muša. Baisiai muša“. Išsigąsta šešerių metų mergaitė ir dusdama pasileidžia bėgte namo. Mamos veidas užverktas, sutinęs. Mergaitė klykia iki pamėlynavimo. Einu prie jos, priglaudžiu prie savęs, sakau, kad padėsiu jos mamai. Priglausta mergaitė kūkčioja balsu, bučiuoju ją ir einu į jos namus padėti suaugusiems suvokti, kaip lengvai sužeidžiami vaikai, o traumoms gydyti reikia viso ilgo gyvenimo. Ta klykusi mergaitė – tai aš, jau suaugusi moteris, užauginusi savo vaikus. Siela praskaidrėja, kai yra žmonių, su kuriais galiu pakalbėti apie sužeistą vaikystę. Kai vienas kitą girdime, siela augina sparnus, vėl išdrįstu svajoti, turėti gyvenimo tikslą. Šiandien pilka diena už lango. Medžiai niūrūs, be lapų. Vėlyvas ruduo. Ir mano sieloje ruduo. Suledės skausmas ir šaltyje žus, o siela pavasarį naują galią pajaus, žaliais lapeliais išsprogs, sužydės.

Palmira nepajėgė perskaityti bendradarbiaujant parašyto teksto. Akis temdė ašaros, tad tekstą skaityti baigė ugdytoja. Pokalbio metu pavyko suprasti, kad vaikystės siaubas Palmirą užvaldo kiekvieno streso metu – ji jo neatpažįsta, tik praranda galias. Palmirai aiškinta, kad kūrybiškas žmogus gali 1) dokumentiškai užfiksuoti visus gyvenimo įvykius, 2) sugalvoti pasakojimus apie įvykius, kokių iš tiesų jo gyvenime nebuvo (fantazijos, vaizduotės dėka sukuriami pasakojimai leidžia pasijusti taip, lyg svajonė būtų tapusi tikrove). 3) papasakoti apie savo gyvenimą trečiuoju asmeniu (pasakojant asmeninis skausmas perkeliamas į literatūrinio, išgalvoto personažo gyvenimą), 4) kūrybiškas gyvenimo istorijos papasakojimas suteikia galią atlaidžiau pažvelgti į savo praeitį ir iš jos išaugti.

- Man labai palengvėjo,- pasakė Palmira,- aš labai daug sužinojau. Iš tiesų reikia daugiau stebėti gyvenimą, nenugrimzti į nereikalingus galvojimus. Ne viskas gyvenime yra tik blogai. Gal iš tikrųjų pradėsiu rašyti dienoraštį. Kai susirgau, rašiau, man labai padėjo,- kalbėjo Palmira.

Tąkart ji prisipažino, kad vakarais dažnai galvojanti apie mūsų individualius ar ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimus, viską permąsto. Džiaugėsi, kad dabar geriau supranta savo gyvenimą, jis nebeatrodo toks baisus, bet stresų gyvenime daug, pasitaiko nemalonumų. Palmira teigė, kad nutraukus lankymąsi ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimuose, po pusmečio nyksta gebėjimas stebėti aplinką, pradedama užsidaryti savyje. Prisipažino, kad dalyvavimas ugdomojoje poetikos terapijoje jai reiškia ritualinį, sveikatą palaikantį veiksmą, suteikiantį gyvenimui prasmės.

ATVEJO ANALIZĖ

Pirmiausia įvertinami negalios mokytis būti kartu su kitais požymiai

16 lentelė

Negalios požymiai

Negalios kriterijus	Fenomeno raiška		
	Emocinė	kognityvinė	Elgesys
Beviltiškumas	Nerimas, liūdesys, krūpčiojimas, ašarojimas.	„Mūsų ligos neišgydomos“.	Užsisklendimas.
Kaltės išgyvenimo sutrikimas	Nusikaltusio, atleidimo prašančio žmogaus žvilgsnis.	„Nieko nėra slegiančio. Aš pati dėl visko kalta“.	Užsisklendimas
Žema savivertė	Bejėgiškumas: „Nežinau, ar prasilaikysiu namie, ar vėl reiks gulėti į uždarą skyrių.“	„Jaučiuosi visiems našta. Man tikrai blogai“	Nepastebi supančios aplinkos, nebendruoja. „Man pasidarė .viskas nebesvarbu“.
Priklausomybė nuo kitų žmonių	„Bijau, kad sūnus neparrašys darbo, bijau, kad į Lietuvą grįžusi dukra neturės kur įsidarbinti“.	„Būsena blogėja, kai mama „bamba“. „Vaikai niekina mane, sako, kad visko prisigalvoju. Gal tikrai per daug prisigalvoju, gal tikrai pati prisigalvoju, kad jaučiuosi nereikalinga savo šeimos nariams, sunki našta“ .	Pakludama vyrui, elgdamasi ne taip, kaip norėtų.

Nustatomos ugdytojo funkcijos dialogo metu

Ugdytojo funkcijos dialogo metu

Kliento atsakymas/reakcija	Fenomeno raiška	Ugdytojo reakcija	Fenomeno raiška
Idėja	Gal tikrai, per daug prisigalvoju? Gal tikrai be reikalo galvoju, kad esu nereikalinga savo šeimos nariams, kad esu jų sunki našta? Prisigalvoju visko ir graužiuosi.	Paaiškinimas/ žinių teikimas.	Palmirai paaiškinta, kad pirmiausia kiekvienas turime pasirūpinti savimi, padėti sau nepalūžti, o ne rūpintis kitų žmonių problemomis, kas jiems sunku ar nesunku. Paaiškinta, kad tada, kai žmogus visą laiką graužiasi, jis nesuprantamas kitiems.
Jausmai	„Bet ir aš sugebu matyti žuvėdrą. Tikrai sugebu. Tai gal aš dar visai neprarastas žmogus?“	Refleksijos pagilinimas.	„O kas sakė, kad jūs prarastas žmogus?“
Ateities planai	„Man tikrai blogai, bet kai aš pamačiau tas žuvėdras, atsirado kažkokia viltis“.	Drąsinimas: pastebėtų galimybių ir pastangų sumavimas.	„Anksčiau Jūs nežinojote, kaip padėti pačiai sau, o dabar pradodate atrasti kelią. Sunkiausi pirmi žingsniai“
Pažinimo problema	„Man atrodo, kad nesu blogesnis žmogus už kitus, jei mano patirtis skiriasi“.	Komentavimas, neatmetant kliento požiūrio ir žinių teikimas.	Suteikta žinių apie žmogaus galimybę visą gyvenimą mokytis ir kurti save.
Žinios apie sustiprėjimo galimybę	„Žuvėdra... Taigi ir aš esu mačiusi žuvėdras, tik kažkaip neatkreipdavau dėmesio. Atrodė, kas ta žuvėdra, o čia taip gražiai parašyta“.	Įvertinimas ir plėtojimas.	„Jūsų vidinis pasaulis pasidarė gražesnis, nes jame atsirado vietos žuvėdrai. Paprasti pastebėjimai mus praturtina ir gydo. O jūs jau mokate pastebėti“.

Išsiaiškinama, kokios ugdomosios technikos buvo naudotos

Intervencinių technikų pasirinkimo kriterijai

Ugdomajame procese nustatyta mokymosi problema	Problemos raiška	Ugdytojo refleksija: koks turi būti ugdymo turinys	Ugdytojo refleksija: kaip palengvinti ugdomąją sąveiką	Pasirinkta technika
Klientų nekontroliuojamas nerimas	Grupės dalyvių beviltiškumas, nerimas, apmaudas dėl nesėkmingai susiklosčiusio gyvenimo, proceso metu parandama motyvacija mokytis.	Gyvenimo kaip nenutrūkstamo proceso suvokimas, kuriame yra pozityvių ir neigiamų dalykų. Praeities pozityvios patirties išryškinimas. Pozityvesnės ateities projekto konstravimas.	Dėmesys čia ir dabar esantiems objektams. Dėmesys klientų patirčiai, kuri jiems turi asmeniškai reikšmingą prasmę. Teigiamų emocijų stimuliavimas, vilties teigimas.	Aplinkos stebėjimas. Poetinė improvizacija.
Autentiškų išgyvenimų raiškos problema	Ašarojimas, drebulys, žodžių stoka.	Žmogaus ir gamtos dvasiniai ryšiai. Visuminio suvokimo vystymas.	Dėmesys kliento patirčiai, kuri jam turi asmeniškai reikšmingą prasmę. Simbolinė kalba. Teigiamų emocijų stimuliavimas.	Poetinė kolektyvinė kūryba.
Realios situacijos nesuvokimas	Klientė jaučiasi dėl visko kalta.	Žmogaus pasirinkimo galimybės. Situacijos, kurias galima valdyti. Nuo mūsų nepriklausančios situacijos.	Dabartinės gyvenimo situacijos tyrimas. Aiškinimasis, ką klientė gali valdyti ir ko negali.	Dailės terapijos technikos integravimas.

Įvertinama, koks buvo ugdymo turinys, siekiant asmenybės išlaisvinimo tikslų.

Ugdymo turinys ugdomojoje poetikos terapijoje

Ugdymas	Tematika	Probleminiai klausimai
Savęs pažinimas	Neigiamų emocijų išgyvenimo poveikis mąstymui ir elgesiui.	Kada aš sugebu stebėti savo aplinką ir kada prarandu šį gebėjimą?
Psichoedukacija Savęs pažinimas	Ligos sukeliama išgyvenimai. Žmogaus galia padėti sau gyventi su liga.	Kas yra liga, ir kas esu aš?
Savęs pažinimas Gyvenimo prasmės aiškinimais	Savivertės išsaugojimo problema susirgus. Gyvenimo prasmė.	Ką aš pats galvoju apie savo galimybes, ir ką apie tai galvoja kiti?
Psichoedukacija Savęs pažinimas	Ligos sukeliama išgyvenimai. Psichozės išgyvenimas. Stigmatizuojančios aplinkos išgyvenimas. Neigiamų emocijų poveikis gebėjimui išreikšti vidinius išgyvenimus kalba. Savivertės išsaugojimas.	Ar uždarame psichiatrijos skyriuje visiems ligoniams labai sunku? Ar jų visų nesupranta medicinos personalas?
Savęs pažinimas Gyvenimo prasmės aiškinimais	Savivertės išsaugojimas. Gyvenimo prasmės problema.	Ar užrakintos skyriaus durys ir dėmesio stoka yra patys blogiausi dalykai, visiškai sunaikinantys pasitikėjimą savimi? O gal priežastys žmogaus psichikoje: per daug jautriame reagavime į supančią aplinką? Gal liga iškreipia santykių su slaugytojais ir kitais ligoniais vertinimą
Savęs pažinimas. Gyvenimo prasmė	Mokymasis kaip išlikimo galimybė. Savivertės problema.	Kaip kiti žmonės atsitiesė ir vėl pradėjo tikėti savimi po gydymo uždarame skyriuje?
Poetinis / literatūrinis ugdymas	Išgyvenimų perkėlimas į literatūros herojų. Aiškesnis patirties suvokimas	Ar dienoraščio rašymas gali padėti išgyventi neigiamus jausmus ir atrasti viltį

Įvertinamos literatūros kūrinio ir klientės sąveikos ypatybės

20 lentelė

Ugdomosios poetikos terapijos procesas: literatūros kūrinio ir kliento sąveika

Literatūros kūrinys	Kliento reakcija	Fenomeno raiška
Nijolės Kliukaitės- Kepenienės „Žuvėdros...“	Dėmesio sukaupimas	Sukaupia dėmesį ir jį išlaiko.
	Domėjimasis	Didelė motyvacija dalyvauti.
	Teksto supratimas	Lengvai supranta tekstą, savarankiškai interpretuoja.
	Savarankiškai tekstą sieja su savo patirtimi	„Žuvėdra... Taigi ir aš esu mačiusi žuvėdras, tik kažkaip neatreipdavau dėmesio“.
	Emocijos / Jausmai	Nuostaba, katarsis.
	Kūno kalba	Paraudimas, atodūsis, tylus balsas.
	Kalbėjimo ypatybės	Kalba lėtai, tyliai, pasako tai, ką nori pasakyti.

21 lentelė

Ugdomosios poetikos terapijos procesas: literatūros kūrinio ir kliento sąveika

Literatūros kūrinys	Kliento reakcija	Fenomeno raiška
Liudo Pranciškaus „Kosminė vienatvė“	Dėmesio sukaupimas	Susikaupusi.
	Motyvacija	Noriai dalyvauja.
	Teksto supratimas	Gerai supranta teksto turinį, savarankiškai jį interpretuoja. „Tai, ką mes jaučiame iš tiesų yra ne liūdesys, net ne sielvartas, ta kančia tikrai nebeišsitenka žemėje. Na, tai iš tikrųjų kosminė depresija“.
	Savarankiškai tekstą sieja su savo patirtimi	Kaip gera sužinoti, kad aš ne viena tokia. Kažkada maldavome malūnėliu kavą. Dabar retai bemalu.
	Emocijos / Jausmai	Tapatinasi su lyriniu herojumi. Mažėja įtampa, patiriamas katarsis; „Kaip gera žinoti, kad aš ne viena tokia.“
	Kūno kalba	Labai tylus balsas.
	Kalbėjimo ypatybės	Kalba lėtai, suranda reikiamus žodžius, bet kalba labai tyliai.

Ugdomosios poetikos terapijos procesas: literatūros kūrinio ir kliento sąveika

Literatūros kūrinys	Kliento reakcija	Fenomeno raiška
Vytauto Bložės eilėraštis „Jeigu mano gyvenimas	Dėmesio sukaupimas	Dėmesį sukaupė eilėraščio skaitymui.
	Motyvacija	Motyvacijos praradimas: „O gal man išeiti? Ką tik atsiguliau, man labai blogai“.
	Teksto supratimas	Teksto supratimas geras: „Šis žmogus žino, kaip jam gyventi, jis nepasiduoda, kopia aukštyn“.
	Savarankiškai tekstą sieja su savo patirtimi	Tekstą sieja su savo praeitimi.
	Emocijos / Jausmai	Ryškus susijaudinimas.
	Kūno kalba	Pagarsėjęs kvėpavimas, veido paraudimas, apsiašarojimas.
	Kalbėjimo ypatybės	Kalbėjo pakankamai laisvai, kol kūrinio paveikta nesusi- jaudino. Susijaudinus nebesugebėjo pasakyti, ką jaučia.

Kūrybiško rašymo naudingumas

Empatiškas rašymas	Fenomeno raiška
Kliento kalbėjimo ypatybės prieš technikos panaudojimą	Gebėjimas kalbėti pakankamai geras; lengvai ir noriai kalba su ugdytoja.
Kliento motyvacija bendradarbiauti	Didelė.
Kalbos suvokimas /pažintinės funkcijos	Gerai suvokia kalbą.
Emocinė reakcija į empatišką tekstą	Palmira nepajėgė perskaityti bendradarbiaujant parašyto teksto. Akis temdė ašaros.
Kliento komentaras	„Man labai palengvėjo,- pasakė Palmira,- aš labai daug sužinojau. Iš tiesų reikia daugiau stebėti gyvenimą, nenugrimzti į nereikalingus galvojimus. Ne viskas gyvenime yra tik blogai. Gal iš tikrųjų pradėsiu rašyti dienoraštį. Kai susirgau, rašiau, man labai padėjo“.
Kliento kalbėjimo ypatybės po technikos panaudojimo	Gebėjimas kalbėti po technikos panaudojimo toks pat geras kaip ir prieš technikos panaudojimą.

KLIENTO NEGALIA - BEVILTIŠKUMAS / BEPRASMIŠKUMAS/ TIKSLO ATEITIES SVAJONĖS NETURĖJIMAS→

ĮGALINIMO POŽYMIAI: NERIMO SUVALDYMAS, BENDRUO MENIŠKUMO PAJAUTA, KRITINIO MĄSTYMO ATSIRADIMAS

Beviltiškumas yra normalus žmogaus išgyvenimas, kai tenka susitaikyti su svajonių žlugimu, brangiausių dalykų praradimu. Dažnai jis sutrikdo įprastinį gyvenimą, kol adaptuojamasi¹⁴ naujomis gyvenimo sąlygomis.

Beviltiškumas yra negalios kriterijus, kai atitinka šias sąlygas: 1) Vyrauja neigiamos emocijos, 2) emocijų spektras labai siauras, 3) labai silpni socialiniai kontaktai, 4) neigiama ateities perspektyva valdo visas mintis, 5) asmuo jaučiasi auka, 6) prarasta savigarba.

Beviltiškumo žodinė raiška

Palmira, kaip ir kiti grupės dalyviai, labai nenorėjo įsivaizduoti ateities. Ji nieko nepasakė, tik pritarė kitoms klientėms, kurių išsakomos mintys buvo labai panašios į jos mintis: „- Duok, Dieve, kad mes pasveiktume,“ „ Mūsų ligos neišgydomos“.

Neverbalinė beviltiškumo raiška (elgesys situacijoje, kurioje mąstoma apie gyvenimo prasmę)

Vytauto Bložės eilėraščio „Jeigu mano gyvenimas...“ lyrinis herojus. gyvenimo prasmę suvokia kaip kopimą į kalną, „kur aš viena ranka stveriuos aukščiau užkopusio rankos, o kitą ištiesiu kopiančiam paskui save“ (p. 170). Tokia gyvenimo samprata labai sujaudino Palmirą. Iš pradžių ji mėgino slopinti poezijos žadinamus savo jausmus, nuo jų atsiriboti ir racionaliai kalbėti apie lyrinį herojų, kuris turi tikslą, bet jausmai nesidavė užslopinti. Pastebėtas psichikos būsenos pokytis.

Psichikos būsenos pokytis pasireiškė: 1) somatinėmis reakcijomis: a) pagarsėjusiu kvėpavimu, b) paraudusiu veidu, c) apsiašarojimu ir krūpčiojimu, 2) elgesio pokyčiu (atsistojo ir norėjo išeiti iš susitikimo).

Intervencija kilus nerimui : poetinė improvizacija

Palmira nesuprato savo psichikos būsenos pokyčio, atsiradusio po eilėraščio skaitymo, emocinės būsenos nepavadino baime jausti ir mąstyti apie savo gyvenimą, tik susiejo su liguistu nerimu, bloga sveikata. Reikėjo suvaldyti nerimą: kreipti Palmiros dėmesį į tai, kas yra *čia ir dabar*, neleisti laukti negatyvių ligos simptomų.

Siekiant transformuoti beviltiškumo/ beprasmiškumo išgyvenimo jausmą buvo pasirinkta poetinė improvizacija šiems uždaviniams spręsti: 1. išreikšti pagarbą individualybei ir jos čia ir dabar išgyvenamiems jausmams (asmuo turi teisę išgyventi beviltiškumą)

¹⁴ Susiklosčius nepalankioms aplinkybėms adaptacija gali sutrikti kiekvienam asmeniui. Nepalankiai situacijai praeinant adaptacijos sutrikimas blanksta. Adaptacijos sutrikimas paprastai prasideda per mėnesį po stresogeninio įvykio ar gyvenimo pokyčio, simptomai rečiau trunka kaip 6 mėnesius (Danilevičiūtė, 2003, p. 382)

tiškumą), 2 suteikti naujų emocinių išgyvenimų, 3 sustiprinti išorinio pasaulio jautimą, 4. išryškinti dvasinio universalumo ir savaiminio gyvybingumo idėją, 5. sunorminti grupės dalyvių jautrumą.

Poetinė improvizacija nebuvo visai laisva: joje buvo kartojami klientų, dalyvavusių ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime, žodžiai, išlaikyta sąsaja su Vytauto Bložės eilėraščio tema. Poetinės improvizacijos technika gali būti siejama su poetinės retorikos tradicija.

Kritinė refleksija

Kaip sau padėti išgyventi beviltiškumą, buvo analizuojama diskusijoje, skatinta kritinė refleksija. Diskutuota po poetinės improvizacijos.

Emocinė, socialinė parama

Ne tik Palmirai, bet ir kitiems kartu su ja grupėje dalyvavusiems asmenims buvo **būdingas beviltiškumas žvelgiant į ateitį** – šis požymis siejamas su depresijos diagnoze. R. Bjorklund (1999) tyrimai, atlikti JAV, pademonstravo, kad poezijos skaitymas įgalina psichikos sutrikimais sergančius žmones pasidalinti skaudžiais išgyvenimais ir būti išgirstiems, R. Bjorklund atkreipė dėmesį į faktą kad poetikos terapija teigiamai veikia į visuomenės paribį nublokštų, psichiškai neįgalių asmenų skurdų gyvenimą, atveria langą į humaniškesnę būtį. Tokia pat išvalga padaroma ir mūsų tyrime. Laikas, praleistas vienas kitą girdinčių, geranoriškų žmonių grupėje, veikė kaip pozityvus socializacijos veiksnys. Poetikos terapijos grupėje Palmira sulaukė emocinės paramos ir grupės palaikymo.

KLIENTO NEGALIA: YDINGA EMOCIJŲ VALDYMO STRATEGIJA→ ĮGALINIMAS: EMOCIJŲ RAIŠKA, KRITINĖ REFLEKSIJA, STIPRĖJANTI SAVIGARBA

Pastebėta sergančios depresija klientės *baimė jausti* bei gebėjimų, leidžiančių išžvelgti gyvenimo problemas ir jas spręsti, stoka. Užgniaužus skaudžius išgyvenimus, būties klausimai nekyla, nėra egzistencinio mokymosi poreikio – asmuo yra užsisklendęs: nesidomintis aplinka, nebendruojantis. Be atvirumo savo jausmams gili refleksija gyvenimo patirties temomis yra neįmanoma, nes pasiduodama deklaratyviems svarstymams.

YDINGOS JAUSMŲ STRATEGIJOS TRANSFORMAVIMAS

Kai Palmira išdrįso nebeslopinti jausmų, užsimezgė dialogas, atsirado gebėjimai mokytis suprasti savo gyvenimo įvykių priežastis ir pasekmes, ieškoti būdų, kaip sau padėti. Palmira kalbėjo, kad ji jaučiasi laiminga, nes kojas, rankas turi, o viduje nesijautė laiminga. Buvo lengva padėti Palmirai nutolti nuo deklaratyvaus kalbėjimo apie laimę, nes ji jau buvo atvira savo išgyvenimams ir jų nebebijojo.

KLIENTO NEGALIA - SAVIVERTĖS/ IDENTITETO IŠGYVENIMO SUTRIKIMAS→

ĮGALINIMO POŽYMIAI: NERIMO SUVALDYMAS, BENDRUOMENIŠKUMO PAJAUTA, KRITINIO MĄSTYMO ATSIKIRADIMAS

Savivertės išgyvenimo sutrikimas yra negalios požymis, nes jam būdinga 1) ypač stiprus nesaugumo jausmas, pažeidžiantis net savojo Aš pojūtį (asmuo pradeda nebejausti savęs kaip gebančio jausti žmogaus, išgyvena savo tapatybės praradimo jausmą), 2) nesaugumo būseną išgyvenama net bendraujant su specialistais, norinčiais geranoriškai padėti, 3) savojo gyvenimo vizija susieta su negatyvia ateities perspektyva, 4) visos nesėkmės įsisąmonintos kaip lemties duotybė.

SAVIVERTĖS IŠGYVENIMO KOREKCIJA:

dėmesys aplinkai ugdomosios poetikos terapijos proceso metu:

Galima išvelgti savivertės praradimo ir gebėjimo pamatyti supančios aplinkos detales ryšį. Palmira kalbėjo: „Jaučiuosi visiems našta. Man tikrai blogai, bet kai aš pamačiau tas žuvėdras, atsirado kažkokia viltis. Tai gal aš dar visai neprarastas žmogus?“

Kritinė refleksija

Antrajame ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime pateikiant klausimus siekta išsiaiškinti, kokiomis nuostatomis klientė vadovaujasi, patikrinti jos požiūrių racionalumą, papildyti klientės žinias naujomis žiniomis, padėti atrasti naujus požiūrius. Nebaigus nagrinėti klausimų, Palmira atvirai ir skaudžiai prisipažino, kad visiškai prarado pasitikėjimą savimi uždaryjame psichiatrijos skyriuje. Reikėjo operatyviai reaguoti į jos beviltiškumą, suteikti vilties, kad pasitikėjimą savimi dar galima susigrąžinti, todėl ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime nebaigus nagrinėti iškeltų klausimų, buvo suformuluoti kiti ir į juos sutelktas dėmesys. Mokymosi turinys yra priklausomas nuo kliento poreikių, nuo temos aktualumo *čia ir dabar*.

KALTĖS IŠGYVENIMO SUTRIKIMAS IR JO ĮVEIKIMAS→

ĮGALINIMAS: IŠSILAISVINIMAS, NAUJAS POŽIŪRIS, ASMENINĖS POZICIJOS FORMAVIMASIS

Kaltės išgyvenimas atitinka negalios kriterijaus reikalavimus, nes išpildytos šios sąlygos: Palmira visą laiką blogio priežasčių ieškojo tik savyje; dažnai pasireiškė sunki *čia ir dabar* išgyvenama būseną, net kylantis noras sunaikinti blogį pasitraukiant iš gyvenimo (buvo mėginimų nusižudyti). Depresija sergantis asmenys blogio priežastis mato savyje ir jaučiasi kalti (Quelhas, Power, Juhos, Senos, 2008). Tokia emocinė būseną blokuoja

sugebėjimus 1) čia ir dabar pamatyti konkrečias detales, 2) pripažinti ir priimti savo jausmus, 3) gyvenimiškąją situaciją matyti plačiame būties kontekste.

Savęs kaltinimas (kritiškumo stoka). Palmira buvo sutrikusi; suvokė nuotaikos pablogėjimą ir baiminosi dėl sveikatos. Paklausus, kas kelia nerimą, neleidžia jaustis laimingai, ji neturėjo ką atsakyti. Palmira neatkreipė dėmesio į autobuse, parduotuvėje, ligoninėje sutinkamų žmonių nuotaikas, negatyvią medijos kanalais skleidžiamą informaciją, sakė, kad niekas jos ramybės netrikdo, tikino, jog esanti laiminga, o iš tiesų jos giluminiai išgyvenimai buvo kitokie. Pokalbiui vystantis Palmira kaltomis akimis pažiūrėjo į ugdytoją: „Nieko nėra slegiančio. Aš pati dėl visko kalta“.

Pasąmonės valdomas kaltės jausmas. Savo baimei davė Mamos vardą, įsivaizdavo ją esant 78 metų, stambiają, pilkai apsilvilkusią ir vis bambančią. Rašydama atsakymus į klausimus, Palmira įsivaizdavo Mamą ir jautė stiprėjančią širdies plakimą, rašant prieš akis buvo tamsu. Kūrybiško rašymo užduoties atlikimas ir kalbėjimasis su ugdytoja padėjo Palmirai suprasti, kad ją tebevaldo vaikystės trauma.

PRIKLAUSOMYBĖ NUO KITŲ ŽMONIŲ IR JOS ĮVEIKIMAS→ ĮGALINIMAS: IŠSILAISVINIMAS, KRITINIS MĄSTYMAS, AKTYVIOS POZICIJOS FORMAVIMASIS

Buvo pastebėti asmenybės sutrikimo požymiai, būdingi priklausomos asmenybės tipui¹⁵. Asmenybės sutrikimas iki susirgimo buvo nenustatytas, išryškėjo kartojantis depresijai, bet nėra susijęs vien tik su ligos sukeltais išgyvenimais. Priežastys atsirado vaikystėje. Priklausomybės nuo kitų žmonių mažinimui neužteko vien darbo grupėje, buvo tikslingas individualus darbas su kliente.

Priklausomybė nuo kitų žmonių yra negalios požymis tuo atveju, kai 1) nekritiškai vadovaujamosi kitų žmonių nuomone, sprendžiant savo gyvenimo klausimus (vidinė stigma); 2) yra labai stiprus emocinis prisirišimas prie artimiausių žmonių ir bejėgiškumas nesulaukiant jų dėmesio, 3) pasireiškia ryškus nesavarankiškumas, nesugebėjimas savarankiškai spręsti, pasidavimas kito valiai.

Priklausomybė nuo mamos ir jos korekcija (kritinė refleksija). Palmiros emocinė būseną blogėja, kai mama „bamba“. Pokalbio metu atkreiptas dėmesys į būtinybę neprarasti gebėjimo suvokti, kad ji pati jau mama, užauginusi porą vaikų, ji nebėra maža mamos barama mergaitė.

¹⁵ Asmenybės sutrikimas – tai visuma stabilių asmenybės bruožų, kurie trikdo žmogaus prisitaikymą prie aplinkos sąlygodami socialinės, darbinės veiksenos sutrikimus arba subjektyvų distresą (Milašiūnas, 2003, p.427. Priklausomos asmenybės diagnostiniai požymiai: asmens paklusnumas kitų sprendimams, net ir lemiantiems jo gyvenimą; savo norų ir poreikių atsisakymas vardan kitų; reiklumo aplinkiniams stoka; baimė ir bejėgiškumas iškilus būtinybei pasirūpinti savimi; atstūmimo baimė, neryžtingumas (ten pat, p441)

Priklausomybė nuo vaikų ir jos korekcija (kritinė refleksija bei naujų žinių teikimas). „Pasikalbame, jie sako, kad viskas gerai, o aš visa ko prisigalvoju. Bijau, kad sūnus neparašys darbo, bijau, kad į Lietuvą grįžusi dukra neturės kur įsidarbinti. Vaikai niekina mane, sako, kad visko prisigalvoju. Gal tikrai per daug prisigalvoju, gal tikrai pati prisigalvoju, kad jaučiuosi nereikalinga savo šeimos nariams, sunki našta?“ - svarstė Palmira. Pokalbio metu kalbėta apie būtinybę turėti savo gyvenimą ir būti už jį atsakingai ir apie priklausomybės teigiamą pusę: rūpinimasis artimaisiais, meilė šildo gyvenimą.

Priklausomybė nuo vyro ir jos korekcija (kritinė refleksija bei naujų žinių teikimas)

Palmira yra priklausomo tipo asmenybė. Jai buvo sunku pasipriešinti vyrui, kuris norėjo, kad ji kartu sėdėtų ir gertų alkoholinius gėrimus. Pakludama vyrui, elgdamasi ne taip, kaip norėtų, ji prarado savo Aš jausmą (identiteto jautimą), kurį jau buvo pažeidusi depresija ir negatyvi patirtis. Ugdomojoje poetikos terapijoje Palmira buvo įgijusi žinių, vadovavimo sau įgūdžių, bet jų buvo per maža naujoje situacijoje, vyrui grįžus iš jūros.

PANAUDOTOS UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS TECHNIKOS:

a) biblioterapinis dialogas, b) kritinė refleksija, c) kūrybiškas rašymas, d) poetinė improvizacija, e) kolektyvinė kūryba

Atskirų technikų reikšmės analizė: *Poetinė improvizacija* buvo ypač svarbi nerimo nuslopinimui ir įgalinimui tęsti dalyvavimą ugdomojoje poetikos terapijoje; *biblioterapinis dialogas* padėjo atskleisti klientės asmeninės patirties prasmes. Pastebėta, kad ypač svarbu naudoti poeziją, kurioje yra kasdienių gamtos vaizdų – klientė užmezgė emocinį kontaktą su išoriniu pasauliu ir suvokė ryšio su gamta atsiradimo svarbą savęs pačios suvokimui. *Kritinė refleksija* buvo esminė, kad pasikeistų klientės požiūris į save ir į supantį pasaulį. *Kūrybiško rašymo technikos* padėjo klientei geriau suvokti Aš pojūtį ir aiškiau suvokti dabarties išgyvenimus.

GEBĖJIMŲ IR SOCIALINIŲ SANTYKIŲ POKYTIS – MOKYMOŠI UGDOMOJOJE POETIKOS TERAPIJOJE REZULTATAS

1) mokymasis nesibaigia ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime. Ugdomosios poetikos terapijos grupėje nagrinėtas problema Palmira svarstė ir namuose, o tai turėjo įtakos santykiams su artimiausiais žmonėmis.

2) pokytis santykiuose su šeimos nariais. Mamai ji išdrįso pasakyti, kad jos gyvenimas buvęs pragaras, o kitą dieną sugebėjo mamai paaiškinti, kad juodžiausioje patirtyje yra ir gerų dalykų. Įgalinančio ugdymo rezultatai priklauso ir nuo namiškių, kaip jie reaguoja į tai, kad silpnojo etikete paženklintas jų žmogus kelia problemas ir jas svarsto. Palmiros mama neprieštaravo dukters svarstymams, išvalgoms, tik skaudžiai sureagavo

į dukters atvirumą, kad jos gyvenimas buvęs pragaras. Guosdama mamą, aiškindama, kad praeityje ne viskas buvo blogai, Palmira jautė didesnę savivertę.

3) **pokytis vertinant ankstesnį savo elgesį.** H. Nagio eilėraštis „Motina“ daugumai grupės dalyvių priminė vaikystę. Diskutuojant Palmira išdrišo neslėpti fakto, kad jos vaikystė sunki, nėra gražių prisiminimų, pati panoro papasakoti savo gyvenimo istoriją. Palmira pradėjo kritiškai vertinti ankstesnį savo elgesį, ypač savęs kaltinimą dėl sveikatos pablogėjimų, kritiškai pažvelgė į tai, kad neturi savo pomėgių, veiklos, gyvena tik galvodama apie vaikus ir vis baiminasi dėl jų. Ji kalbėjo, kad jai labai padeda susitikimuose gaunamos žinios. Tai yra epistemologinis pokytis.

4) **mažesnis kaltės išgyvenimas.** Kūrybiškas rašymas padėjo tolti nuo praeities skaudžių išgyvenimų, kurie stiprino menkavertiškumo jausmą ir nuostatą, kad visos blogybės yra tik joje pačioje, o taip pat sustiprino ryšį su išoriniu pasauliu, dabartimi. Buvo pastebėta, kad praeities emocinių išgyvenimų kūrybiškas perkėlimas į kitą kontekstą mažina emocinę įtampą ir kaltės išgyvenimo sutrikimą.

5) **savivertės ir verbaliniai pokyčiai.** Susitikimų pradžioje Palmira jautėsi visiškai bejėgė, kad pasipriešintų ligai, o susitikimuose, pradėjusi kalbėti apie asmenišką prasmę turinčius gyvenimo įvykius, pradėjo labiau pasitikėti savimi. Didėjo noras bendrauti ir dalintis vidiniais išgyvenimais. Palmiros kalbėjimas palaipsniui laisvėjo.

6) **Mokymosi rezultatai yra negrįžtamas procesas.** Po ilgos pertraukos, atėjusi į ugdomąjį susitikimą, Palmira vėl jautėsi laisvai, nebuvo susikaustymo - ankstesnio ugdomojo proceso rezultatai buvo pastebimi.

7) **Mokymosi poreikis.** „Anksčiau aš maniau, kad aš tik viena tokia nepasitikinti, praradusi viltį. Dabar kitaip galvoju. Man susitikimų labai reikia“, - sakė Palmira.

24 lentelė

Ugdomosios poetikos terapijos poreikis

Ugdomosios poetikos terapijos poreikio raiška	Ugdomosios poetikos terapijos poreikio raiška	Ugdomosios poetikos terapijos poreikio raiška
Emocinė	Pažintinė	Socialinio bendravimo
„Labai svarbu, kad mes čia galime išsakyti tai, kas guli ant širdies“.	„Anksčiau aš maniau, kad aš tik viena tokia nepasitikinti, praradusi viltį. Dabar kitaip galvoju. Man susitikimų labai reikia“.	„Išsikalbame, suprantame vieni kitus, ir labai palengvėja“.

Ugdymas neišgydė ligos, bet suteikė galių daug kokybiškiau gyventi sergant, gražino žmogiškąjį orumą ir parodė pagalbos sau būdus. Dalyvavimas ugdomajame susitikime tapo ritualu, suteikiančiu gyvenimui prasmės.

25 lentelė

Klientės įgalinimo požymiai

Įgalinimo kriterijus	Įgalinimo kriterijaus konkreti raiška
Sustiprėjęs pasitikėjimas savimi	Džiaugėsi, kad dabar geriau supranta savo gyvenimą, jis nebeatrodo toks baisus, bet stresų gyvenime daug, pasitaiko nemalonumų.
Emocijų atskleidimas	„Iš tiesų, labai svarbu, kad mes čia galime išsakyti tai, kas guli ant širdies. Išsikalbame, suprantame vieni kitus, ir labai palengvėja“.
Praeities pozityvus vertinimas	„Ne viskas gyvenime yra tik blogai“.
Aktyvi pozicija	„Man tokių susitikimų labai reikia.“
Kritinis mąstymas	„Jei smegenėlės būtų dirbusios kitaip, būčiau savęs taip baisiai nekaltinusi, o paprasčiausiai bendravusi,ėjusi į gamtą.“
Ugdymosi motyvacija	„ Užteko tik ateiti čia, atsisėsti į ratą, ir viskas pasikeitė“.
Išlaisvėjimas	Palmira prisipažino pasakiusi mamai, kad ne tik mamos vienos gyvenimas buvęs kančia, jos, Palmiros, gyvenimas taip pat buvęs pragaras.
Pasirinkimo galimybių suvokimas	Prisipažino, kad dalyvavimas ugdomojoje poetikos terapijoje jai reiškia ritualinį, sveikatą palaikantį veiksmą, suteikianti gyvenimui prasmės.

APIBENDRINANTYS TEIGINIAI

Poetinė improvizacija suvaldo individo baimę jausti save patį *čia ir dabar*, sustiprina ryšį su išoriniu pasauliu, leidžia pašalinti įtampos perteklių ir susikaupti tolesniam darbui.

Poezija, kurioje yra gamtos vaizdų, padeda individui užmegzti ryšį su išoriniu pasauliu ir stiprina Aš pojūtį ir savivertę.

Išdrįsimas prakalbėti apie asmenišką prasmę turinčius patirties dalykus skatina verbalinę komunikaciją ir vysto kalbinius įgūdžius.

Kūrybiškas rašymas padeda nutolti nuo traumuojančio įvykio, bet neatsiriboti nuo klientui aktualios egzistencinės problemos.

Ugdomosios poetikos terapijos metu įgytos žinios ne visada apsaugo nuo psichikos sveikatos krizės, bet įgytos žinios, kaip sau padėti būti ir gyventi kartu su kitais, išlieka ir ilgiau nedalyvavus ugdomuosiuose susitikimuose.

Mokymasis neapsiriboja ugdomosios poetikos terapijos valanda, o mokymosi rezultatai yra negrįžtamas procesas.

IŠVADA

Ugdomosios poetikos terapijos proceso pradžioje emocijų žadinimo metu pasireiškiantis ryškus depresija sergančio asmens psichikos būsenos pablogėjimas yra sunorminamas panaudojant nerimą suvaldančias *aplinkos stebėjimo* ir *poetinės improvizacijos* technikas: asmuo yra įgalinamas kritinės refleksijos metu tirti savo gyvenimiškąją situaciją, sąveikauti su naujomis žiniomis ir išsilaisvinti iš objektyviai nepagrindžiamos kaltės išgyvenimo, o tai pozityviai pakeičia savivertę ir ateities įsivaizdavimą.

UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS PANAUDOJIMO ASMENŲ, SERGANČIŲ DEPRESIJA, ĮGALINIMUI VEIKSMINGUMO TYRIMAS: ATVEJŲ ANALIZĖS APIBENDRINIMAS

Išanalizuoti 2 ugdomosios poetikos terapijos panaudojimo atvejai depresija sergančių suaugusių asmenų įgalinimui. Biblioterapinio dialogo metu buvo nustatyti klientų negalios požymiai ir išsiaiškinti negalią didinantys mąstymo konstruktai. Siekiant asmenybės požiūrio transformacijos, naudota kritinės refleksijos technika. Stimuliuojant klientų gyvenimo prasmės paiešką, dialogo metu teiktos žinios apie nepalūžusius asmenis ir aiškintasi, kokiomis vertybėmis tikslinga vadovautis. Taip pat buvo atrastos klientų emocinės problemos, darančios poveikį mąstymui ir elgesiui. Jų sprendimui pasirinktos specialios kūrybiškos technikos: poetinė improvizacija, kolektyvinė kūryba, minties įvaizdijimas, empatiškas rašymas.

Žema savivertė yra svarbiausias asmens, sergančio depresija, negalios požymis. Sergančių depresija klientų žema savivertė nustatyta, atkreipus dėmesį į jų nesaugumo jausmą bendraujant, neigiamą patirtį ir neigiamą ateities įsivaizdavimą, kuriuos jos suvokė kaip lemties duotybę.

Negalios kriterijai: vienišumas, kaltės išgyvenimo sutrikimas, priklausomybė nuo kitų žmonių, beviltiškumas/ beprasmiškumas buvo nustatyti, tiriant, kaip klientės įvardija savo negalią, kokiais sunkumais skundžiasi, ir stebint jų elgesį. Įvertinus visų šių negalios kriterijų raišką, buvo pastebėta, kad jie yra neatsiejami nuo savivertės ir identiteto išgyvenimo sutrikimo. Savivertės / identiteto išgyvenimo sutrikimas yra esminis, tai tarsi negalios piramidės pagrindas, o šios piramidės viršūnėje vienu metu pamatoma vienišumo, kitu atveju – kaltės išgyvenimo, trečiu atveju – beviltiškumo/ beprasmiškumo problema.

Vidinė stigma. Visos klientės buvo patyrusios visuomenės stigmatizuotą požiūrį į psichikos ligonius, dažnai tarp žmonių išgyveno nesaugumo jausmą, o tai jas skatino izoliuotis, nebendrauti, nesidalinti vidiniais išgyvenimais. Vidinė stigma neatsiejama nuo žemos savivertės ir skatina užsisklendimą.

Užsisklendimas. Buvo išvelgta, kad nesidalijimas emociniais išgyvenimais su kitais žmonėmis, patiriant dvasinį skausmą, pasireiškia visais depresijos atvejais, tik vienais atvejais jausmai slopinami ir neparodomi sąmoningai, siekiant apsaugoti nuo nepalankaus, žeidžiančio kitų žmonių reagavimo, o kitais atvejais šiuos procesus valdo tik pasąmonė.

Prasmės praradimas. Nesąmoningai labai apribojus savo galimybes, asmens gyvenimas praranda ankstesnę prasmę, susietą su aukštesniais poreikiais. Prasmės praradimas išgyvenamas kaip kaltė ir buvo viena iš ryškiausių žemos savivertės priežasčių.

Nerimas. Klausimai apie asmeninius išgyvenimus ir ankstesnio gyvenimo įvykius (net teigiamus!) kėlė stiprų depresija sergančių moterų nerimą ir buvo susieti su žema saviverte ir identiteto išgyvenimo sutrikimu.

Kognityvinis vystymasis. Lentelėje pateikiami negalios požymiai, juos reprezentuojantis tikėtinas mąstymo konstruktas ir ugdomosios poetikos terapijos technika, kuria siekta stimuliuoti kognityvinį vystymąsi ir požiūrių transformacijos.

26 lentelė

**Asmenybės transformacijos prielaida – požiūrio į savo gyvenimą
ir į save patį transformacija**

Eil. Nr.	Negalios požymis	Negalią didinantis tikėtinas mąstymo konstruktas	Ugdomosios poetikos terapijos technika
1	Žema savivertė	„Mano gyvenimas prarastas.“ „Mūsų ligos neišgydomos.“ „Aš dėl visko kalta“.	Kritinė refleksija: kritiškai įvertintas įprotis savo pasiekimus lyginti su kitais žmonėmis.
2	Vidinė stigma	„Esu visiems našta“. „Sesuo atsisakė ateiti manęs aplankyti, nes pakliuvau į tokią ligoninę“. „Kai grįžom iš ligoninės pirmą kartą, bendradarbiams, kaimynams mes jau buvome nebe tie žmonės, kitokie“.	Kritinė refleksija: Kritiškai įvertinamos vertybės, kuriomis vadovaujasi visuomenė.
3	Prasmės netekimas	„Aš nieko nesugebu. Visiems esu našta“.	Kritinė refleksija: kritiškai įvertintos asmens nusibrėžtos jo galimybių ribos.
4	Užsisklendimas	Aš tik viena tokia. Prisigalvoju visko ir graužiuosi.	Kritinė refleksija: kritiškai įvertintas įprotis savo pasiekimus lyginti su kitais žmonėmis.

Kritinė refleksija buvo svarbiausia technika, padedanti suprasti, jog asmens, sergančio depresija, gebėjimas savarankiškai gyventi priklauso nuo visuomenės socialinių kultūrinių nuostatų, nuo savęs pažinimo ir vertybių pasirinkimo. Kritinė refleksija buvo labai svarbi įsisąmoninant, koku vertybiniu požiūriu vadovautis, ir turėjo reikšmės asmens savivertės pokyčiams.

Emocinė įtampa, nerimas yra veiksniai, neigiamai veikiantys gebėjimą refleksiškai mąstyti apie savo gyvenimą ir įsitraukti į dialogą. Emocinės įtampos metu nepastebimos aplinkos detalės. Neigiamos emocijos lydi praeities vertinimą ir ateities įsivaizdavimą.

Emocinis vystymasis ugdomojoje poetikos terapijoje. Lentelėje pateikiamos emocinės problemos, jų raiška, emocijų transformacijos prielaidos ir ugdomosios poetikos terapijos technikos, kuriomis siekta emocijų transformacijos.

27 lentelė

Asmenybės transformacijos prielaida – emocijų transformacija

Eil. nr	Emocinė problema	Emocinės problemos raiška	Prielaidos emocijų transformacijai	Ugdomosios poetikos terapijos technika
1	Nerimas.	Bijo kylančių prisiminimų, bijo, kad gali būti dar blogiau, nori nutraukti biblioterapinį dialogą. Nepastebi ir neišgyvena supančios aplinkos.	Kliento žodžių, keliančių jam reikšmingas asociacijas, perkėlimas į gyvenimo prasmę ir viltį teigiantį kontekstą. Elementarių pojūčių (uoslės, regos, klausos, kinestezinių) stimuliacija.	Poetinė improvizacija. Minties įvaizdijimas.
2	Neigiamos emocijos, lydinčios praeities įsisąmoninimo konstrukta.	Klausimai apie ankstesnę gyvenimą kelia liūdesį arba pyktį, vengiama pokalbio temų, kurios sukelia bet kokias asociacijas su praeitimi.	Teigiamų praeities išgyvenimų atskleidimas ir reiškinimas poetine kalba („praetis sudabartinimas) Gamtos ir žmogaus dvasinius saitų perteikiantis poezijos skaitymas.	Minties įvaizdijimas. Biblioterapinis dialogas.
3	Menkavertiškumo išgyvenimas bendruomenėje	Užsisklendimas.	Bendra veikla.	Kolektyvinė kūryba.
4	Menkavertiškumas, neigiamas ateities įsivaizdavimas	Užsisklendimas	Savo jausmų pripažinimas galiojančiais, identifikacija su stipresniu lyri herojumi.	Poetinė improvizacija.

Holistinis ugdymo pobūdis. Mokslinėje literatūroje rašoma, kad emocinių poreikių nepažinimas, jų nesusiejimas su konkrečios veiklos tikslais yra viena iš priežasčių, sutrikdančių asmens psichologinę ir fiziologinę sveikatą (Hofer ir kt., 2006, Schüler, 2008, Job, 2008, Fröhlich, 2008 ir Brandstätter 2008). Analizuojant depresija sergančių moterų įgalinimą, buvo pastebėta psichologinės sveikatos ir asmens savivertės priklausomybė nuo emocinių poreikių, taip pat pastebėta, kad aukštesniųjų emocinių poreikių nepažinimas ir jų ignoravimas susijęs su gyvenimo beprasmiškumo pojūčiu ir žema saviverte. A. Maslow (2006) teigia, kad gyvenimas atrodo neišsipildęs, kai prarandamos vertybės (p.106).

Remiantis ugdamosios poetikos terapijos proceso fenomenologinio stebėjimo duomenimis, klientų paliudytais jų savivertės keitimosi duomenimis, yra patvirtinama holistinio ugdymo būtinybė. Asmenų, sergančių depresija, savivertės transformacija negali būti pasiekta vien racionaliai mokantis išspręsti problemą. Neigiamų emocijų transformacija – būtina prielaida gebėjimui kritiškai mąstyti. Šią išvalgą galima patvirtinti, remiantis R. Lengelle, F. Meijers (2009) tyrimo rezultatais, kuriuose, remiantis Bühler ir Allen, 1972, tvirtinama, kad asmenybės vystymasis priklauso nuo individo reakcijos į skausmą ar kančią. Individas, neįstengiantis išgyventi kančios, nusibrėžia galimybių ribas, perkelia jas į savo asmenybės koncepciją (self-concept) ir nebeįstengia susidoroti su sunkiais situacijos reikalavimais (Meijers, Wardekker, 2002). Galimybių ribos yra iššūkis asmenybės identitetui: *Aš pojūtis* yra sumenkinamas arba prarandamas, o kartu prarandami gebėjimai pasitikėti savimi ir veikti. Nesugebėjimas pasitikėti savimi ir veikti gali būti susijęs su supratimo ir reikiamų žinių stoka (kognityviniais dalykais), bet dažniau aktyvią veiklą užblokuojantis nepasitikėjimas savimi siejamas su emocinės kilmės problemomis (Lengelle, Meijers, 2009).

Vertinant sergančių depresija moterų įgalinimo, taikant ugdomąją poetikos terapiją, duomenis, buvo išvelgta, kad prarastoji asmens savivertė gali būti susigrąžinama tik susigrąžinus savo identiteto (sau pačiam tapataus žmogaus) pojūtį, kuris susietas su gebėjimu jausti ir reflektuoti supančią aplinką. *Aš pojūčio* (tapatumo pačiam sau) išgyvenimas yra siejamas su žmogaus gebėjimu kūno pojūčiais patirti aplinką, su aplinkos išgyvenimo intensyvumu, aplinkos ir su ja užsimezgančių santykių refleksija. Teigiama, kad per aplinkos refleksiją žmogus sužino apie save, o tapatybė išnyra „iš vidaus“ ir reiškia žmogaus orumo jausmą (Šmitienė, remdamasi Husserlio, Lingio pažiūromis, 2006, p.14).

Negalia ir kalba. Analizuojant Palmiros atvejį, buvo pastebėta, kad dažnai ji yra nepajėgi pasakyti, ką iš tikrųjų jaučia. Jai mėginant prakalbėti, būdavo pastebimi pasimetimo, vidinės sumaišties požymiai. Analizuojant Palmiros įgalinimo atvejį, buvo išvelgta, kad gebėjimas papasakoti gyvenimo istorijos fragmentą labai priklauso nuo *Aš pojūčio*.

Kai prarastas tapatumas pačiam sau, nesugebama papasakoti savo istoriją. Panaudojus klientės biografijos medžiagą, buvo parašytas jos gyvenimo istorijos fragmentas. Naujoje gyvenimo istorijoje, susiejančioje į visumą praeities išgyvenimus ir dabartį, klientė atpažino save ir emociškai identifikuosi su aiškia poziciją turinčia pasakojimo heroje. Emociškai identifikuodamasi ji išgyveno *Aš pojūtį* (tapatumą sau pačiai), o tai pozityviai paveikė jos savivertę ir stimuliavo gebėjimą pasakoti apie savo gyvenimą. A. Giddensas nurodo, kad „savęs projektas yra neatskiriamas nuo reflektivaus savęs interpretavimo: tapatumas konstruojamas naratyvinio judesio metu, susiejančio pavienius gyvenimo epizodus į vieną biografinę visumą“ (Lavrinec, 2006, p.13-140). Pokalbyje su individu yra nepervertinamos kūrybiškos technikos, vartojančios meninę kalbą, padedančios individui susigrąžinti prarastą tapatumą sau pačiam jausmą.

Išanalizavus depresija sergančių klientių įgalinimo, taikant ugdomąją poetikos terapiją, veiksmingumą, galima teigti, kad ugdomoji poetikos terapija yra veiksmingas metodas. Ugdomosios poetikos terapijos veiksmingumą lemia holistinis požiūris į ugdymą ir tai, kad buvo surastos veiksmingos technikos: 1. nerimo suvaldymo technikos (aplinkos stebėjimas, poetinė improvizacija) ir 2. technikos, padedančios transformuoti negatyvų praeities vertinimo konstrukta (poetinė improvizacija, minties įvaizdijimas).

Įgalinimo rezultatas: pozityvesnis požiūris į gyvenimą, gyvenimo prasmės atradimas, lengvesnis bendravimas, motyvacija mokytis gyventi, atsakomybė už savo gyvenimą.

Toliau analizuosime šizofrenijos spektro sutrikimais sergančių asmenų įgalinimo taikant ugdomąją poetikos terapiją, atvejus.

SERGANČIOJO ŠIZOFRENIJA ĮGALINIMO, TAIKANT UGDOMĄJĄ POETIKOS TERAPIJĄ, ATVEJO ANALIZĖ

ASMENS, SERGANČIO ŠIZOFRENIJA, ĮGALINIMAS. LOLITOS ATVEJO APRAŠYMAS

Amžius - 34 metų moteris. Išsilavinimas – aukštasis neuniversitetinis. Specialybė – slaugytoja. Diagnozė - paranoidinė šizofrenija. Gretutinės ligos: Cukrinis diabetas. Kraujo liga.

Dalyvavimo ugdomosios poetikos terapijos programoje trukmė – 2 mėnesiai (8 ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimai). Periodiškumas – 1 ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas kiekvieną savaitę, 2 egzistenciniai pokalbiai per savaitę. Vieno ugdomosios terapijos grupės susitikimo trukmė – 90 minučių. Individualių egzistencinių pokalbių - 5

Lolitos negalią būti ir gyventi kartu su kitais visuomenėje lėmė: 1) ydinga jausmų valdymo strategija, 2) savivertės stoka, 3) beviltiškumas, 4) vienišumas, 5) aleksitimija (nesugebėjimas skaudžiausius vidinius išgyvenimus išreikšti kalba).

Praėjus pusmečiui po dalyvavimo ugdomosios poetikos terapijos programoje Lolita susirgo dar viena liga – epilepsija, bet ugdymo rezultatai tebebuvo matomi. Ji nebesudirgdavo, nebesupykdavo taip greitai kaip anksčiau, santykiuose su tėvais ir seserimis, socialinėmis darbuotojomis ir kitais ligoniais nebebuvo pirmykštės įtampos.

Iš gyvenimo ir ligos istorijos: Užaugo daugiavaikėje šeimoje. Susirgo būdama 25 metų. Dirbo slaugytoja reanimacijos skyriuje. Kasdien teko matyti mirštančius žmones, iš darbo grįždavo prislėgta. Vaikinas žuvo autoavarijoje. Susirgo šizofrenija. Skaudžiai išgyveno, kad ne tik mylimasis žuvo, bet ir ji susirgo psichikos sutrikimu. Po gydymo psichiatrijos skyriuje pastebėti cukrinio diabeto požymiai. Ligos eiga sunki, kelis kartus per dieną būtina kontroliuoti cukraus kiekį kraujyje ir švirkštis insuliną. Pradėjo varginti mintys apie gyvenimo beprasmiškumą. Norėjo mirti. Mėgino nusižudyti nusinuodydama. Buvo reanimuota, bet nuodijimosi tikslu pavartoti medikamentai pažeidė kraujodaros sistemą. Kraujo liga iš lėto progresuoja. Kreipėsi į privačiai dirbančią psichoterapeutę. Ji atsisakė gydyti psichoterapijos metodais. Santykiai su šeimos nariais visą laiką buvo įtempti, Lolita dažnai kalbėdavo apie norą mirti, stengdamasi atkreipti kitų dėmesį į savojo gyvenimo tragizmą.

Pirmasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Penki grupės dalyviai sėdėjo nedideliame ratelyje, skaitytas Henriko Nagio eilėraštis „Laukiu pavasario“. Eilėraštis budino jausmus: „Vaikai, pasilenkę virš popieriaus, rašo rašinį „Laukiu pavasario...“. Tekstas sukėlė įvairių prisiminimų. Visi klientai buvo pakviesti pasidalinti mintimis, kaip juos paveikė eilėraštis: gal kokie nors vaizdai iškilo prieš akis. Kalbėjo visi iš eilės.

Diskusijoje Lolitos balsas buvo vos girdimas:

- Nieko nežinau.

Jai buvo pasakyta, kad ir nereikia nieko žinoti, grupėje tikrai dalijamasi mokyklinių metų ir ankstesnių pavasarių prisiminimais. Paklausus, ar Lolita nenorėtų kažką pasakyti apie savo pavasarius, atsakymas buvo lakoniškas:

-Ne.

Paklausus, gal ji galėtų pasakyti, kaip skaitomas eilėraštis paveikė nuotaiką, Lolita rankomis susiėmė už galvos, nulenkę ją žemyn ir tyliai atsidusdama ištarė:

- Aš negirdėjau eilėraščio.

Jai pritarta pasakant:

-Būna ir taip.

Visi pastebėjo, kad Lolita elgiasi kitaip negu visi, kad jai negera. Grupės dalyviams suteiktos žinios 1) apie traumų poveikį psichikai, 2) apie galimybę išsilaisvinti iš dvasinės kančios, 3) paaiškinta, kad a) skaudžių išgyvenimų prisiminimas visiems sunkus, verčiantis iš naujo išgyventi skausmą, b) tik nebeslopinant jausmų įmanomasuvokti, kas esi, kokie išgyvenimai valdo, 4) apie dėmesio užfiksavimo į praeities traumą neigiamą poveikį dabarties savijautai (teigta: „ kad ir kokia skaudi vaikystė buvo, ji jau yra praeitis, o mes visi gyvename dabartyje“.)

Grupės dalyviai buvo paprašyti apsižvalgyti kabinete ir pasakyti, kas šią akimirką yra prieš jų akis.

- Kryžius,- pasakė Lolita.

Kitas klientas tvirtino:

-Mes kiekvienas nešame savo kryželį. Taip jau Dievo duota.

Lolita dirbtinai ir truputį paniekinančiai nusišypsojo, sakydama:

-Mirties ženklas.

Ligonė buvo labai aktyvi, teigdama gyvenimo beprasmiškumą ir prieštaraudama kitaip galvojančioms: tąsyk ji mėgaudamasi daug kartų pakartojo, kad kryžius - mirties ženklas. Grupė klausiamai žiūrėjo į Lolitą, ugdytoja aiškino, kad skausmas žmones akina, atima galimybę pamatyti tai, kas šviesu ir gera, kad užgniaužti jausmai ar noras pasirodyti nejautriam slopina gyvybingumą, norą nepasiduoti. Cituotos Onies Kriegler mintys: „Tik tada atgyja ir išplasnėja svajonė, kai yra atkėmami buteliai, į kuriuos supiltos ašaros“, papasakota teksto autorės biografija.

- Sveiki žmonės turi daug reikalų, jie visą laiką skuba, visur ieško naudos, net bendravimą perka, bet jie turi rytojų,- kalbėjo trisdešimties metų grupės dalyvis, o mes kitokie. Mes turime tik šią dieną. Mes neturime rytojaus.

Buvo išvelgtos problemos, naudingos mokymuisi būti ir gyventi visuomenėje: ar sergantis psichikos sutrikimu žmogus neturi rytojaus, ar neviltingas slegiamas toks žmogus praranda gebėjimą matyti rytojų?

Ugdytoja aiškino, kad žmonės, sukdamiesi į šviesą ir gerumą, prakalbėdami apie tai, ką gražaus ir gero jie yra patyrę, stiprėja.

Lolita ironiškai šypstelėjo:

- Vis tiek viskas baigsis mirtimi.

Atsiliepiant į Lolitos neviltingą, buvo išvelgta kita mokymuisi aktuali problema: kaip gyventi suvokus mirties neišvengiamumą. Ar branginti kiekvieną akimirką ir ieškoti gyvenimo prasmės? Ar pasiduoti, nugrimzti į neviltingą?

Klientai neabejojo, kad reikia dėkoti Dievui už kiekvieną akimirką.

Lolita nusijuokė:

-Vis tiek viskas baigsis mirtimi. Prasmės nėra. Yra tik mirtis.

-Yra ši akimirka, - pasakyta mėgdžiojant Lolitos intonacijas, tik šiek tiek žaismingiau.

Baigiant pokalbį su Lolita, grupei buvo pažadėta atkartoti svarbiausias ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime girdėtas mintis. Ugdytoja pasiėmė popieriaus lapą, kuriame buvo užrašyti žodžiai, kuriais klientai įvardijo ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo kambaryje esančius objektus: „šuo liuojantis arklys: atkreipiau dėmesį į arklį, nes mane žavi jo energija, šuo liai“ (reprodukcija ant pakabinamo sieninio kalendoriaus), „gėlės ant sienos“ (profesionalus akvarelė lietas dailininkės darbas), „arbatinukas“, „kryžius“, „dukters akys: norėjau, kad akių žvilgsnis būtų linksmesnis, bet man nepavyko kitaip nutapyti, pamėginsiu pataisyti“. (Grupės dalyvė nukreipė žvilgsnį į eksponuojamą ant kėdžių didžiulį portretą, kurį pati nutapė prieš dieną. Portrete – jos dukra), „medis“.

Poetinės improvizacijos tekstas

Kur leki, šuolijuojantis arkly? / Kur tavo šaukia širdis? / Mane žavi tavo šuoliai, / Veržlumas, laisvė, ištvėrmė. / Gėlės ant sienos paveiksle / ir kryžius šalia. / Stiebigasis į saulės šviesą, / spinduliuojanti gyvybė, / ir kryžius šalia / Ar kryžius reiškia tiktai mirtį, / tiktai vargus prie žemės lenkiančius? / Aleliuja! Kristus prisikėlė, / ant bažnyčių bokštų kryžiai, / Jėzus myli mane. // Kryžiais, kryžkelėmis nužymėti mūsų keliai. / Eiti tiesiai ar sukti į šoną? / Esu laisva pasirinkti, / ko norėti, kam pasiaukoti. // Medis už lango be lapų, / dar pumpurai pavasarį sapnuoja. // Dukters akys iš paveiklo žvelgia į mane / kaip gyvos, tiktai liūdnos, / tikiu: dar nuskaidrės jų žvilgsnis. // Baltas arbatinukas / Išgersime arbatos, sušilsime // Lauke dar žvarbu, / o žvirbliai jau čirškia garsiau..

Klientai neslėpė susižavėjimo:

- Koks gražus eilėraštis!
- Betgi čia mūsų žodžiai...
- Neįtikėtina.

Grupės dalyvių buvo paklausta, ar jie ateis į kitą susitikimą, kaip jie jautėsi šioje sesijoje.

Lolita pasakė:

- Ateisiu, jei nekalbėsite apie vaikystę.

Po savaitės ant stalo ugdytoja rado klientės dienoraščio puslapį.

Klientės savarankiškai parašytas tekstas (kalba netaisyta)

Man trūksta jėgų aiškinti, kodėl artėdama prie išėjimo į anapus, labai trokštu išsiaiškinti, kas ir dėl ko būtent su manimi darosi. Man neramu ir aš nesuprantu, mirt vis vien noriu. Nugrimzdus į pogrindį savųjų minčių, beviltiškai laukiu aušros, kada pranyks pesimizmas iš mano galvos, kada gyventi turėsiu vilčių... Man trūksta jėgų aiškinti, kodėl artėdama apie išėjimo į anapus, labai trokštu išsiaiškinti, kas ir dėl ko būtent su manimi darosi. Man neramu ir aš nesuprantu, mirt vis vien noriu. Nugrimzdus į pogrindį savųjų minčių, beviltiškai laukiu aušros, kada pranyks pesimizmas iš mano galvos, kada gyventi turėsiu vilčių... Kada gi atrasiu tą kelią, kur man reik eiti, be ašmenų, be šukių ir gyvenimo lūžių, kada gi žinosiu – kaip elgtis teisingai man reikia... Suprantu, kad esu kvaila, durna, narkomanė kažkokia, nes būsiu visą gyvenimą priklausoma nuo tų tablečių... Jos nuodys mane po truputį visą likusį gyvenimą, nes nesugebu iš karto tiek prisigerti jų.... Gyvenam sunkiu laikotarpiu – sunku pažvelgti į praeitį... ir į ateitį – nelabai norisi. Turbūt praeityje trūko mamos dėmesio, gal trūksta ir dabar. Per jos tuos nuolatinus priekaišiojimus, kad aš jai sugrioviau gyvenimą, per mane ji daug ką prarado ir pan., per jos nuolatinį smurtą prieš mane, aš turbūt ir susirgau (jei aš iš tikrųjų sergu), todėl ir noriu jai padaryti ką nors bloga. Niekada nenorėjau patikti miniai, nes to, ką žinau, minia negiria, o to, ką ji giria, aš nežinau. Nors visi puikiai suprantame, kad mirties su supermarketuose įgytais niekučiais nepapirksime, greičiau jau mus sugundys komersantai, apsirengę gražiais kostiumais – siūlantys prabangius karstus už prieinamą kainą. Gyvenimas nėra už patyrimo, išminties ar laikinumo ribų, jis nėra grynoji kalba ar protas. Gyvenimas nei daugiau nei mažiau nei aš pati,

kaulų ir svajonių nervas, kuriame atlieku iš karto man sukurtą scenarijų.. Ir atrodo, kad jis greitai baigsis, nes pasakėte, kad reiks vaistų visą laiką, o man taip atrodo, kai taip pasako, kad liko visai nebeilgai egzistuoti. Jei neturi dėl ko numirti, neturi ir dėl ko gyventi. Tik taip kol kas mąstau apie savo esybę, tik taip apibrėžiu savąją lemtį. Norėčiau nuskęst aš beribėj tamsoj, pasislėpt išsigalvotoj realybėj savo, užsimerkti ir matyti tik tamsą. Kalbėti tylą išreiškiant mintis, tikėti savimi, netikėti mirtimi... Išskrisiu į tamsą sutikti savęs, į tolą tuštybės, kur mano esybė prasitęs... Dažnai gyvenimas mane „užknis“, tai gal mirtis šiais atvejais būtų vaizdas nuo visų negandų? Baimė užmigti man neleidžia, nakties tuštuma atspindi jos tamsųjį veidą. Vėjas šlaistosi kančia, rūščiai šniokščia taip arti šalia... Stiprūs gniaužtai kausto kūną, taip arti mirtis tik būna... Niekur nepaspruksi, jau vėlu, kaip aplink mane taip šalta ir tamsu... Giltinė dalgius galanda, tuoj nukirs niekingą mano sprandą. Ši akimirka galbūt man paskutinė, nes gyvenimas tai daiktas vienkartinis...

...

Individualus egzistencinis pokalbis. Prisiminta, kad pirmajame ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime Lolitai į akis krito kryžius. Ugdytoja žodį „kryžius“ parašė ne iš kairės į dešinę, o iš viršaus žemyn- kiekvienoje horizontalioje eilutėje buvo po vienišą raidę. Lolita gavo užduotį : parašyti akrostichą.

Pateikiamas Lolitos savarankiškai parašytas akrostikas. I raidė buvo pakeista į **I**, nes **I** siejosi su žodžiu, kuris Lolitai turėjo svarbesnę asmenišką prasmę.

Kūdikis verkė visą naktį, neleido miegoti.

Randas buvo didelis ir baisus.

Yla yra vienas iš tėčio instrumentų.

Žiaurumas. Liutaurai, tu esi pats žiauriausias, nes mane palikai.

Įspėjimas. Tu visai nesiklausai, ką aš tau sakau. Aš tave juk įspėju.

Ubagas eina per miestą kažkam sukeldamas gailęstį.

Saulė šviečia skaisčiai, bet ne visiems.

Lolitos buvo paklausta, kada ir kur ji girdėjo kūdikio verksmą. Sužinota, kad ligonė turi daug seserų, o šios jau su vaikais. Lolitai pasakojo, kad jai patinka maži kūdikiai, nori su jais pabūti, bet trumpai: ilgesnis laikas išvargina. Kūdikių verksmai trukdo išsimiegoti.

Paklausus, apie ką Lolita galvojusi, rašydama **randas**, ji papasakojo apie mylimojo netektį. Mylimasis Liutauras žuvo autoįvykyje. Jo Lolitai labai trūksta. Pokalbio metu paklausta, ar ji neturinti artimų žmonių, tarp kurių nesijaustų vieniša. Lolita papasakojo apie tėvą.

Akrostiche Lolita pavartojo žodį „yla“ todėl, kad yla yra vienas iš tėčio įrankių. Tėtis labai artimas, tik turi mažai laiko. Kai Lolita jam atsiveria, papasakoja apie sunkius išgyvenimus, norą nusizudyti, tėtis visada sureaguoja. Sužinojęs apie Lolitos ketinimą į veną susišvirkšti benzino, tėtis visus tepalus, benzina iš sandėlio pernešė į garažą ir keliomis spynomis užrakino. Lolita prisipažino, kad pasišnekėjimas su kuo nors apie atsirandančias sunkias mintis ir ketinimą pasitraukti iš gyvenimo ją tam kartui išvaduoja iš nevilties. Lolita kalbėjo, kad jos gyvenime nebuvo nieko šviesaus: nelaimė lydi nelaimę.

Kai ugdytoja Lolitos paklausė, o kas gi atsitiko vaikystėje, ji pasuko galvą į šoną, per liemenį palinko žemyn, veidas sustingo, labiau priminė jokių emocijų neatspindinčią kaukę, o ne žmogų. Ji tylėjo, į ugdytoją nereagavo. Tik tada, kai ugdytoja pakartojo vieną iš anksčiau Lolitos pasakytų sakinių, ji žvilgtelėjo į ugdytoją ir vėl nugrimzdo į savo vidinį pasaulį, atsiribodama nuo supančios aplinkos..

Po keturių minučių laukimo jos žvilgsnis sutiko ugdytojos akis, ir Lolita prakalbo:

- Aš visada buvau kitokia. Mane pakvietė žaisti indėnus. Jie paėmė mane į nelaisvę. Pargriovė. Į akmenį nusibrozdinau kaktą. Jie juokėsi, apmėtė purvais. Jie iš manęs tyčiojosi, nes aš buvau kitokia,- lėtai, verksmingai pasakojo.

Jai buvo pasiūlyta kartu su ugdytoja kurti gyvenimo istorijos puslapį apie vaikystėje patirtą pažeminimą ir išreikšti šiandieninį požiūrį į vaikystės patyrimą. Lolitos buvo paprašyta parašyti, koks buvo metų laikas, kai ji patyrė pažeminimą. Ji parašė: „Pavasaris“. Lolita buvo skatinama prisiminti arba įsivaizduoti, koks oras buvo tądien, kokias spalvas ji regėjo, kokį kvapą tada užuodė.

- Neatsimenu,- Lolita buvo suirzusi,- žinau, kad buvo pavasarį,- taip pasakiusi nutilo.

- Ar buvo graži diena?Saulėta?- klausė ugdytoja.

- Saulė švietė,- pasakė Lolita ir prašant ugdytojai užrašė pasakytą sakinį.

- Ar buvai labai laiminga, kai vaikai pakvietė žaisti?

- Labai. Aš buvau ne tokia kaip jie. Kitokia.O jie mane pakvietė,- dalijosi prisiminimais Lolita.

Ji užrašė: „Aš buvau vieniša. Vaikai manęs šalinosi“.

- Lolita, ar medžiai jau buvo išsprogę?

- Neatsimenu.

- Rašome ne protokolą teismo posėdžiui, kada labai svarbu, kaip buvo iš tikrųjų. Ne esmė, kaip aną pavasarį atrodė žemė. Domiuosi medžių, žolės spalvomis tik todėl, kad galėtume įsivaizduoti pažeminimo dieną. Kai pamėgini prisiminti aną pavasarį, ar įsivaizduoji sprogstančius medžius, dar nesužaliavusių pievą, ar...? – domėjosi ugdytoja.

- Žydėjo pienės, medžiai jau buvo su lapais,- pasakė Lolita, pasakytų minčių nenorėjo užrašyti, prisipažino, kad jai sunku ir nemalonu prisiminti pasityčiojimą.

- Gerai, Lolita, nebevarkime. Paskutinis klausimas: kokį kvapą užuodi, prisimindama aną įvykį?

- Dvoko,- entuziastingai sušuko ir pridūrė,- dumblo. Gerai, kad pro šalį ėjo suaugęs žmogus. Jis mane išgelbėjo.

Jai buvo priminta, kad ji jau ne vienuolikos metų, kad praeitis jau nutolusi. Lolitos buvo paprašyta pažvelgti pro langą ir po kelių minčių pasakyti apie šią, dabartinio pavasario dieną.

- Šalta diena,- pasakė Lolita.

Po pokalbio dienoraščio puslapio rašymui informacijos pakako. Lolita nenorėjo rašyti. Ugdytoja rašė viena.

Lolitos gyvenimo istorijos puslapis (ugdytojos empatiškas rašymas)

Šalta pavasario diena. Saulėta, bet pučia ledinis vėjas. Aš vis prisimenu aną šiltą pavasario dieną. Buvo saulėta, dangus mėlynas. Medžiai jau buvo sužaliavę, pievoje žydėjo geltonos gėlės. Aš buvau

vieniša. Vaikai manęs šalinosi. Iš tiesų buvau kitokia, augdama skurdžioje daugiavaikėje šeimoje. Būdama vyriausia, turėjau auginti jaunesnes seses. Tądien vaikai mane pakvietė žaisti. Pagaliau, džiaugiausi, būsiu tokia, kaip jie. Buvau laiminga. Mes nuėjome prie tvenkinio. „Žaisime indėnus,- padiktavo kartu buvę bendraklasiai,- tave imame į nelaisvę“. Garsiai juokdamiesi jie puolė mane, pargriovė. Trenkiausi į akmenį, per kaktą nubėgo kraujas. Jie vis dar juokėsi. Pasakiau, kad nebenoriu žaisti. Į mane pradėjo lėkti purvo gniūžtės. Pro šalį atsitiktinai ėjęs žmogus mane išgelbėjo. Atsikėliau. Purvina išėjau namo, jausdama šleikštų dumblo kvapą.

Šalta pavasario diena. Dar labiau šalta prisimenant bendraklasių išdavystę. Man teko nelengva dalia: mylimojo žūtis, neįgalumą sukėlusios ligos, bet aš galiu akis kreipti į žydinčias vyšnias ir tikėti, kad mano gyvenimas prasmingas, nes galiu liudyti, kaip žmonių likimus suluošina patirti pažemini- mai, ir liudyti, kad galima išgyventi, nepražūti neviltyje. Gal mano gyvenimo prasmė yra atkreipti dėmesį į tai, kad ašaros dėl to, kad neturi madingo švarkelio arba egzamino neišlaikė dešimtukui, dar ne nelaimė.

Perskaičius parašytą tekstą, Lolita susidomėjusi pažvelgė į ugdytoją ir šypsodamasi pasakė:
- Galėčiau čia sėdėti visą dieną. Čia taip ramu. Aš pamiršau, kad sergu. Lengva lengva pasidarė, visa palengvėjau.

Dar po minutės ji paklausė:

- Ar galiu su savimi pasiimti gyvenimo istorijos puslapį? Jį skaitysiu prieš miegą, tada, kai būna labai blogai. Man padės. Viena aš būčiau nesugebėjusi taip gražiai parašyti.

Teksto originalas atiduotas Lolitai.

Trečiasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Vytauto Bložės eilėraštyje „Jeigu mano gyvenimas..“ gyvenimas suprantamas kaip kopimas į kalną. Perskaitę eilėraščių aiškinomės, ar sergantys psichikos sutrikimais kartais svajoja. Ar sergantys psichikos sutrikimais jaučiasi neturį teisės apie kažką svajoti ir siekti tikslo?

Diskutuota, ką kiekvienam iš esančiųjų grupėje reiškia „kopimas į kalną“, kas jų laukia kalno viršūnėje.

Lolita buvo lakoniška :

- Mirtis.

Grupės dalyviai nustebę pažiūrėjo į ją.

Ji pakartojo drąsiau ir garsiau:

- Mirtis..

Individualus egzistencinis pokalbis

Pasibaigus ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimui, kartu su Lolita buvo rašomas akrostichas MIRTIS.

Į Morgą eisiu pažiūrėti numirėlių.
Irena, su kuria gulėjau ligoninėje, nusižudė.
Rudis lojo, nedavė miegoti.
Trumpam man nusišvietė saulė, bet trumpam.
Išdavei mane, Liutaurai.
Sakiau, Dievas mane pamiršo

Lolitos paklausta apie Ireną, Rudį, Liutaurą, į kokį morgą ji ketinanti eiti. Paaiškėjo, kad iš M raidės ji nerado kito žodžio, o kiekvieną kartą, kai tik sužino, kad kažkur yra pašarvotas žmogus, einanti į šermenis.

Rudis yra senas, mažai bematantis šuo, dantys iškritę.
- Kas iš tokio gyvenimo? Visai kaip mano, – teigė Lolita.

Pokalbio metu sužinota, jog kas kartą ji paspiria šunį, o šis inkščia, loja ant jos. Lolita teigė, kad reikia šunį užmigdyti, bet niekas nesiryžta. Kartą šuniui į nasrus supylė leponeksa, kuriuo ji pati gydoma. Prisipažino jaučianti baimę, kad vieną dieną nunuodys šunį, o paskui ateis eilė motinai. Kalbėtasi apie būtinybę susidaryti sąlygas atsipalaidavimui nuo įtampos: galima paprašyti seserų, kad jų vaikai vakare nelėktų į jos kambarį, kad netrukdytų anksčiau atsigulti. Išsiaiškinta, kad ją gerai veikia gydymo įstaigoje, klubuose praleidžiamos valandos. Lolita drąsinta pagalvoti, kad jos gyvenimas nėra beprasmis. Ji, mokydamosi išgyventi savo kančią, gali parodyti kitiems, kokia didelė žmogaus ištvermė, apie kurią žmonės dažnai nepagalvoja ir lengvose situacijose palūžta.

Lolita prisipažino, kad mėgstamiausias užsiėmimas – vakarais paimti kempinę, ją nardinti į vandenį, bet visai nenuskandinti, palengva spausti iš kempinės vandenį ir klausytis vos girdimo kempinės garso.

-Tu labai nori, kad žmonės žinotų, kaip labai tu kenti nuo daugybės ligų, tiesa? Tu labai nori būti išgirsta? –paklausė ugdytoja.

Ji vos girdimai pritarė. Ugdytoja, įsivaizduodama Lolitos išgyvenimus, parašė tekstą:

Skandinama kempinė

Jaučiuos kaip ta kempinė, gramzdinama gilyn ir nenuskandinama įveikiu vieną nevilties valandą, kita nelaimė užgriūva. Mano pirštai spaudžia kempinę, kaip gyvenimas mane. Vos girdimas spaudžiamos kempinės riksmas. Toks pat kitų negirdimas, bet šaukiantis mano sielos riksmas. Noriu būti žmonių girdima, kad jie žinotų, kokias kančias kenčiu. Kenčiu ir liudiju ištvermę. Klausykite mano sielos šauksmo, to vos girdimo ištvermės balso, ir jūsų vargai palengvės.

Lolita energingai čiupo nuo stalo prirašytą popieriaus lapą:

- Šitą aš parsinešiu. Daug kartų skaitysiu. Man padeda.

Ketvirtasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Skaitytas Vinco Mykoliaičio – Putino eilėraštis „Iš „Benamio dainų III“, o aš tolyn tuo pat ke-
liu...‘), dalintasi prisiminimais, o po to grupės dalyviai buvo pakviesti pasivaikščioti po kabinetą ir
einant mąstyti apie savo gyvenimo kelią, įsivaizduoti, koks jis – lygus, duobėtas, kylantis aukštyn.
Klientų prašyta prisiminti vienišas valandas ir eiti nesidairant, žvilgsnį nukreipti žemyn. Vėliau
paprašyta prisiminti, kokius mielus žmones jie sutiko savo gyvenimo kelyje, ir atkreipti dėmesį į
tuos, kurie dabar yra šalia- į po kambarį vaikščiojančius grupės dalyvius.

Po penkias minutes trukusio pasivaikščiojimo ugdytoja paėmė popierinę rožę, pažvelgė į
einančio pro ją kliento akis ir jam padovanojau gėlę. Visi buvo pakviesti elgtis taip pat: pažvelgti
į kažkurio kambariu vaikščiojančio žmogaus akis ir jam padovanoti rožę. Ugdomosios poetikos
terapijos susitikimo pabaigoje visi dalinosi įspūdžiais, netikėtoms mintimis.

Lolita visa virpėjo ir susijaudinusi krūtininiu, šiek tiek trūkčiojančiu balsu pasakė:

- Aš ga -vau gė -lių.

Prieš išeidama iš kabineto ji paprašė

- Ar negalėtumėte perskaityti eilėraščių, kuris baigiasi žodžiais: „ tikėti, tikėti.“ Aš tą eilėraščių
stengiuosi girdėti mintyse naktį, kai nubundu ir kai apima nerimas.

Po 3 individualių ir 4 ugdomosios poetikos terapijos grupės valandų Lolita tapo labai moty-
vuota dalyvauti ir kituose ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimuose, atsirado motyvacija
gyventi. Tėvai ir kartu gyvenančios, vaikus auginančios seserys pažymėjo, kad Lolita pasidarė daug
ramesnė, lengviau bendraujanti, daug daugiau kalbanti.

ATVEJO ANALIZĖ

Pirmiausia įvertinama, kodėl Lolitai sunku mokytis būti su kitais žmonėmis.

28 lentelė

Negalios požymiai

Negalios kriterijus	Fenomeno raiška		
	emocinė	kognityvinė	Elgesys
Beviltiškumas	Lolitos balsas buvo vos girdimas „Mirt vis vien noriu“. Lolita kalbėjo, kad jos gyvenime nebuvo nieko šviesaus: nelaimė lydi nelaimę.	„Vis tiek viskas baigsis mirtimi“.	Lolita dirbtinai ir truputį paniekinančiai nusišypsojo, sakydama: „-Mirties ženklas“.
Savivertės stoka	„Sakiau, Dievas mane pamiršo“	„Rudis yra senas, mažai bematantis šuo, dantys iškritę. Kas iš tokio gyvenimo? Visai kaip mano“..	.Lolita teigė, kad reikia šunį užmigdyti, bet niekas nesiryžta. Kartą šuniui į nasrus supylė leponeksą, kuriuo ji pati gydoma.
Vienišumas	„Aš buvau vieniša. Vaikai manęs šalinosi“.	Aš visada buvau kitokia.	Tik tada, kai ugdytoja pakartojo vieną iš anksčiau Lolitos pasakytų sakinių, ji žvilgtelėjo į ugdytoją ir vėl nugrimzdo į savo vidinį pasaulį, atsiribodama nuo supančios aplinkos.
Aleksitimija	„Tu labai nori būti išgirsta?“ –paklausė ugdytoja. Ji vos girdimai pritarė.	„Man neramu ir aš nesuprantu, mirt vis vien noriu“.	Lolita prisipažino, kad mėgstamiausias užsiėmimas vakarais paimti kempinę, ją nardinti į vandenį, bet visai nenuskandinti, palengva spausti iš kempinės vandenį ir klausyti vos girdimo kempinės garso.

Įvertinamos ugdytojo funkcijos dialogo metu

Ugdamosios poetikos terapijos procesas. Ugdytojo funkcijos dialogo metu

Kliento atsakymas/ reakcija	Fenomeno raiška	Ugdytojo reakcija	Fenomeno raiška
Idėja	<p>Prieštaraudama grupei ir lyrinio herojaus nuostatai kopti į kalną, ji pakartojo drąsiau ir garsiau: „Mirtis“.</p> <p>Prisipažino jaučianti baimę, kad vieną dieną nunuodys šunį, o paskui ateis eilė motinai.</p>	Paaiškinimas	<p>Savižudybės idėja numanoma. Siekiant, kad apie tai prakalbėtų klientė, pasirenkama kūrybiško rašymo užduotis: rašomas akrostichas, vartojamas žodis „Mirtis“.</p> <p>Kalbėtasi apie būtinybę susidaryti sąlygas atsipalaidavimui nuo įtampos: galima paprašyti seserų, kad jų vaikai vakare nelėktų į jos kambarį, kad netrukdytų anksčiau atsigulti. Kalbėtasi apie gerai ją veikiančias valandas gydymo įstaigoje, klubuose, Lolita skatinta lankyti sergančiųjų klubus.</p>
Jausmai	<p>„Į Morgą eisiu pažiūrėti numirėlių“.</p> <p>„Trumpam man nusišvietė saulė, bet trumpam“.</p>	Refleksijos pagilinimas	Klausiama, į kokį morgą ji eisianti.
Ateities planai	<p>Pokalbio metu sužinota, jog kas kartą ji paspiria šunį, o šis inkščia, loja ant jos. Lolita teigė, kad reikia šunį užmigdyti, bet niekas nesiryžta- „Kas iš tokio gyvenimo? Visai kaip mano,- teigė Lolita“.</p> <p>Kartą šuniui į nasrus supylė leponeksą, kuriuo ji pati gydoma.</p>	Drąsinimas; pastebėtų galimybių ir pastangų sumavimas.	Drąsinta lankyti sergančiųjų klubus, lankytis gydymo centre, mokytis rasti jėgų išgyventi savo kančią ir savo gyvenimu paliudyti silpniems, kad žmogaus ištvermė labai didelė.
Pažinimo problema	<p>Lolita prisipažino, kad mėgstamiausias užsiėmimas vakarais paimti kempinę, ją nardinti į vandenį, bet visai nenuskandinti, palengva spausti iš kempinės vandenį ir klausyti vos girdimo kempinės garso.</p>	Komentavimas, neatmetant kliento požiūrio.	Tu labai nori, kad žmonės žinotų, kaip labai tu kenti nuo daugybės ligų, tiesa? Tu labai nori būti išgirsta? –paklausė ugdytoja.

30 lentelė

Ugdymo turinys ugdomojoje poetikos terapijoje

Ugdymo turinys	Tematika	Probleminiai klausimai
Gyvenimo prasmės	Traumų poveikis psichikai. Galimybė išsilaisvinti iš dvasinės kančios	Dialogas neužsimezgė. Pastebėtas problemiškas klientės elgesys, ugdymo tema pasirinkta ugdytojos sprendimu
Gyvenimo prasmės	Žmogaus galia padėti sau gyventi su liga. Gyvenimo prasmė	Ar sergantys psichikos sutrikimais kartais svajoja? Ar sergantys psichikos sutrikimais jaučiasi neturį teisės apie kažką svajoti ir siekti tikslo?

Nustatomos klientės santykio su skaitomais literatūros kūriniais ypatybės

31 lentelė

Lolitos atvejis: sąveika su literatūros kūriniais

Literatūros kūrinys	Kliento reakcija / elgesys	Fenomeno raiška
Henriko Nagio eilėraštis „Laukiu pavasario“	Dėmesio sukaupimas	Atsiribojusi.
	Motyvacija	Dalinai motyvuota dalyvauti.
	Teksto supratimas	Supranta tekstą.
	Savarankiškai lyrinio herojaus patirtį lygina su savo patirtimi	nelygina
	Teksto nesieja su savo patirtimi, atsiribojimas	„Aš negirdėjau eilėraščio“.
	Emocijos / Jausmai	Paklausus, ar Lolita nenorėtų kažką pasakyti apie savo pavasarių, atsakymas buvo lakoniška: -„Ne“.
	Kūno kalba	Tylus balsas Paklausus, gal ji galėtų pasakyti, kaip nuotaiką paveikė skaitomas eilėraštis, Lolita rankomis susiėmė už galvos, nulenkė ją žemyn ir tyliai atsidusdama ištarė: NE.
	Kalbėjimo ypatybės	Nepajėgia verbalizuoti sunkių išgyvenimų.

Literatūros kūrinys	Kliento reakcija	Fenomeno raiška
Vytauto Bložės eilėraštyje „Jėgu mano gyvenimas..“ (žr. priedas,psl	Dėmesio sukaupimas	Sukaupia dėmesį
	Motyvacija	Dalyvauja noriai
	Teksto supratimas	Tekstą supranta
	Savarankiškai lyrinio herojaus patirtį lygina su savo patirtimi	
	Tekste nesieja su savo patirtimi, atsiribojimas	Atsiriboja, kalba ne apie tikslo siekimą, o išreiškia beviltiškumą „- Mirtis“.
	Emocijos / Jausmai	Beviltiškumo demonstravimas Ji pakartojo drąsiau ir garsiau: „Mirtis...“
	Kūno kalba	Energinga
	Kalbėjimo ypatybės	Garsi kalba

Literatūros kūrinys	Kliento reakcija	Fenomeno raiška
Vinco Mykolaičio –Putino eilėraštis „Benamio dainos (III)“ Į biblioterapinį dialogą integruota judesio terapijos technika „Gyvenimas yra kelias“	Dėmesio sukaupimas	Dėmesį sukaupia.
	Motyvacija	Motyvuota.
	Teksto supratimas	Supranta.
	Savarankiškai lyrinio herojaus patirtį lygina su savo patirtimi	Sieja.
	Emocijos / Jausmai	Lolita visa virpėjo ir susijaudinusi krūtininiu, šiek tiek trūkčiojančiu balsu pasakė: „- Aš ga-vau gė -lių“
	Kūno kalba	Visa virpėjo ir susijaudinusi krūtininiu, šiek tiek trūkčiojančiu balsu pasakė...
	Kalbėjimo ypatybės	Sunku giluminius išgyvenimus išreikšti kalba.

LITERATŪROS PANAUDOJIMAS PRISIMINIMAMS ŽADINTI

Jausmus ar prisiminimus sužadinančioje situacijoje pastebėti šie požymiai:

1) neigiamos emocijos: irzlumas, pyktis 2) neįprastas, nesuprantamas elgesys, 3) užsisklendimas.

Pirmajame susitikime Lolita nepajėgė girdėti skaitomo eilėraščio, nepajėgė įsitraukti į diskusiją, kartojo: „*Aš negirdėjau eilėraščio*“ arba „:Nieko nežinau“. Eilėraščio skaitymas sukėlė elgesio pasikeitimą: atsirado irzlumas, piktokas balsas, rankomis ji susiėmė už galvos, galvą nulenkė iki žemės. Lolitos nesugebėjimą dalyvauti ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime lėmė vaikystėje patirta psichikos trauma, apie kurią Lolita papasakojo antrojo susitikimo metu. Sunkūs išgyvenimai tapo emocinio užsisklendimo ir socialinio izoliavimosi priežastimi.

NEGALIA: BEVILTIŠKUMAS → ĮGALINIMAS: SAVO GALIMYBIŲ PAJAUTA

Beviltiškumo raiška: Lolitos beviltiškumas siejamas su šiais požymiais: 1) dominuoja neigiamos emocijos, 2) emocijų spektras labai siauras, 3) labai nedaug socialinių kontaktų, o turimi nestabilūs, greitai nutrūkstantys, 4) neigiama ateities perspektyva, 5) ji jaučiasi auka, 6) prarasta savigarba.

Beviltiškumo išgyvenimo palengvinimas: 1) atrasta mokymuisi aktuali tema, 2) suteiktos žinios, paaiškinančios dabartinius išgyvenimus, ir 3) žinios, paaiškinančios asmeninių gyvenimo įvykių psichologines ir sociokultūrines priežastis.

Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo metu, vertinant Lolitos elgesį, buvo įžvelgta, kad klientės nesugebėjimas klausyti mokyklą primenančio eilėraščio yra susijęs su mokykliniais metais patirta psichikos trauma. Išgyvenimai, neigiamai veikiantys Lolitos elgesį ir darantys jį nesuprantamą kitiems, daugeliui buvo nesuvokiami, tad ši situacija buvo išnaudota švietėjiškai veiklai. Kalbantis su grupe, aiškinta, kad nepakeičiamas sielos skausmas gali visiškai sunaikinti tikėjimą kitų žmonių gerumu, skatinti nepasitikėjimą, įtarumą bendraujant, sukelti nepasitikėjimą ateitimi, savosios ištvermės galia, sveikatos sutrikimus ir neatpažįstamai pakeisti žmogaus elgesį. Lolita išgirdo švietėjišką informaciją ir panorė įsitraukti į pokalbį. J. Mezirow asmens įsitraukimą į mokymąsi sieja su lemtingu gyvenimo įvykiu, sukeliančiu dezorientuojančią dilemą, kada reikia rinktis, kaip toliau gyventi. Carter (2002) atkreipia dėmesį į atmintyje saugomus santykius su kitais žmonėmis, kurių interpretavimas mokymosi metu turi reikšmės asmenybės transformacijai (Taylor, 2008). Pokalbis apie sunkiausius išgyvenimus ir santykius su kitais žmonėmis, motyvavo mokymąsi pažinti save ir buvo pozityvaus elgesio pokyčio priežastis.

Pagarba vidiniams išgyvenimams ir gyvenimo prasmės tvirtinimas . Diskusijoje apie rytojų Lolita buvo labai aktyvi: stengėsi atkreipti dėmesį į beviltiškumą, mirties neišvengiamumą ir gyvenimo beprasmiškumą. Išsakiusi visas savo mintis, vėl jas kartojo. Lolita norėjo, kad būtų paneigtas jos gyvenimo beprasmiškumo jausmas. Prieštarauti paranoidine šizofrenija sergančios Lolitos gyvenimo beprasmiškumo idėjai buvo nelengva, nes klientės mąstymas buvo rigidiškas, o priežasties – pasekmės ryšių ji nesuvokė ir nemėgino aiškintis: vyravo įsitikinimas savaį tiesa. Mintys, sprendimai ir samprotavimai, kylantys iš realios situacijos, lydimi prislėgtos arba pakilios nuotaikos, pervertinantys realių faktų svarbą, psichiatrijoje vadinami pervertinimo idėjomis. Jas trumpam galima koreguoti, bet pažymėtina ir tai, kad pervertinimo idėjos yra pirmasis besiformuojančio interpretacinio kliedesio, būdingo sergantiems paranoidine šizofrenija, etapas (Dembinskas, 2003, p.145). Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo metu Lolita būseną buvo be psichozės reiškinių, tad į ją žiūrėta kaip į sveiką žmogų ir stengtasi ugdyti mąstymo kritiškumą diskutuojant.

Dešimtmetį šizofrenija (psichoziniu susirgimu) sergančio asmens charakteris pakinta. Lolitai būdingos nutildytos, represuotos asmenybės požymiai: ji buvo užsisklendusi, atsi-ribojusi nuo aplinkos, o kai išsivadavo iš užsisklendimo, nesugebėjo įsitraukti į dialogą, vyravo jos monologas¹⁶.

Lolita neatmetė prieštaravimo jos mintims, o į jas įsiklausė. Prieštaraujant Lolitos beviltiškumui, savęs nuvertinimo idėjoms, pavyko nesumenkinti jos vidinio Aš. Oponuojant Lolitai, buvo siekta, kad ji patirtų, jog jos autentiškais išgyvenimais yra neabejojama. Lolitai, negirdėjusiai eilėraščio, pasakyta: „Būna ir taip“. Lolita, kalbėdama apie gyvenimo beprasmiškumą, norėjo, kad jos mintys būtų paneigtos. Šį savo poreikį ji stengėsi patenkinti ne užduodama susimąstymą skatinančius klausimus, o aktyviai skelbdama gyvenimo beprasmiškumo idėją (mąstymo kritiškumo stoka, nepilnaverčiai socialiniai santykiai).

Izoprincipas dialogo technikoje – prieštaravimas asmens mintims, atkartojant išgirstus sakinius ir nežymiai juos perfrazuojant. Empatiško pokalbio metu stengtasi pakartoti klientės mintis ir intonacijas, bet kartojant šiek tiek keisti jų atspalvį, išryškinant gyvybingumą. Į Lolitos frazę: „Prasmės nėra. Yra mirtis“ atsiliepiama panašia stilistine konstrukcija, bet atveriamą kita gyvenimo supratimo perspektyva „Yra mirtis, bet yra iš ši akimirka“. Ši dialogo technika yra pagrįsta poezijos ir muzikos terapijose naudojamu izoprincipu, tačiau visada būtina atsiminti, kad klientas sąveikaudamas su eilėraščiu ar

¹⁶ P. Freire (1970) nagrinėjo šiuos represuotos asmenybės laisvėjimo ir kritiškos sąmonės formavimosi aspektus „Engiamųjų pedagogikoje“, tačiau savo teoriją jis kūrė, analizuodamas žmogaus represavimą socialinės priespaudos kontekste, šiame tyrime tos pačios idėjos išvelgtos psichikos sutrikimų sergančių asmenų ugdymo kontekste.

ugdymo gali suvokti, kad jo jausmai yra nepripažįstami, nesuprantami ir ignoruojami (Mazza, 1999, p. 19, L. Olson- McBride, 2009). Lolita norėjo, kad jos jausmams ir mintims būtų prieštarauta, tad galvota, jog izoprincipą galima taikyti dialogo metu.

Empatiškumas oponuojant Lolitai. Empatiško emocinio, verbalinio atsiliepiamo į vidinius išgyvenimus dėka Lolita pajautė, kad ji yra girdima ir pripažįstama, o tai, kaip sako C. Rogers (2005, p. 66-67), „leidžia asmeniui tolti nuo požiūrio į save kaip sau nepriimtina, nevertą pagarbos, jis artėja prie savęs pamatymo vertingu asmeniu, kuris gali turėti savuoju patyrimu pagrįstus standartus ir vertybes“. Emocinis verbalinis kontaktas, kurio metu Lolita pajautė, kad jos asmenybė yra gerbiama, jos jausmais tikima, sudarė prielaidas užmegzti giluminį kontaktą. Dialogo metu Lolitos poreikis *paneigti gyvenimo beprasmiškumą* buvo patenkintas, parodant kitą požiūrį į gyvenimą, neatsiejamą nuo dvasinės bendrystės jausmo. Poetinė improvizacija buvo pasirinkta gautoms žinioms įtvirtinti, dvasiniams santykiams su grupe užmegzti, visumai pajausti

VEIKSNIAI, PALENGVINANTYS ĮSITRAUKIMĄ Į TRANSFORMUOJANTĮ MOKYMĄSI

a) emocinis palaikymas, potencialių autentiško vystymosi galimybių išvėlgimas,

b) žinių, galinčių paaiškinti asmeninius išgyvenimus ir socialinius santykius, aktualumas

Diskutuojant stengtasi kuo daugiau klausti, svarstyti, išgirsti grupės dalyvių autentiškus išgyvenimus ir sužinoti, kokia informacija vadovaudamiesi jie sprendė savo problemas, kaip rado gyvenimo prasmę. Šviečiamoji informacija buvo teikiama dialogo metu kaip apibendrinantis atsakymas į grupės narių ar nario klausimus. Dialogo metu santykis yra intymus, emociškai palaikantis. Gaunamos žinios prieštaravo Lolitos patirčiai ir įsitikinimams, bet klientė jų nesuvokė kaip grėsmės, suprato, kad žinios paaiškina, kas vyksta jos gyvenime. Svarbiausias veiksnys, skatinęs Lolitos įsitraukimą į transformuojančio mokymosi procesą, buvo noras suprasti, kas su ja darosi.

MOKYMO SI SUNKUMAI IR KLIENTO APSISPRENDIMO LAISVĖ

Po pirmo ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikimo Lolita aiškiai suvokė, kodėl buvo sunku dalyvauti (atgijo traumuojančio gyvenimo įvykio prisiminimas), ir buvo pajėgi spręsti, ar dalyvauti kituose susitikimuose. Nepaisant to, kad Lolita pirmajame ugdamosios poetikos terapijos grupės susitikime gavo jai reikalingų žinių ir sulaukė emocinės paramos, ji išiminė ir sunkiąją mokymosi dalį, todėl pasakė: „Ateisiu kitą kartą, jei nekalbėsite apie vaikystę“.

Analizuojant atvejį, galima teigti, kad pozityvių išgyvenimų būta daugiau negu neigiamų, nes Lolita neatsisakė dalyvauti kituose susitikimuose. Didžiausi sunkumai kilo dėl neigiamų išgyvenimų sužadavimo pirmuosiuose ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimuose, vėliau atsirado motyvacija įveikti sunkumus. Motyvaciją palaikė teigiami išgyvenimai bei pozityvūs gyvenimo pokyčiai, atsiradę dalyvaujant ugdomosios poetikos terapijos grupėje ar individualiuose poetiniuose – egzistenciniuose pokalbiuose.

EMOCINIŲ IŠGYVENIMŲ NORMINIMAS – APLINKOS STEBĖJIMAS

Pirmojo ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo metu grupės dalyviai buvo paprašyti apsižvalgyti kambaryje ir pasakyti, kas šią akimirką patraukia dėmesį.

Užduotimi buvo siekta: sumažinti Lolitos negatyvių emocijų intensyvumą ir nerimą, blokuojantį gebėjimą dalyvauti grupės darbe, sustiprinti vidinio ir išorinio pasaulių ryšį; mažinti visų grupės dalyvių nerimą ir stiprinti buvimo čia ir dabar suvokimą; rinkti medžiagą poetinei improvizacijai

Čia ir dabar dėmesį patraukusio objekto pavadinime (simbolyje) visada yra užkoduota individui reikšminga asmeninė prasmė. Žodis „Kryžius“ buvo reikšmingas, jame tilpo Lolitai labai svarbi mirties tema ir jos neatrandama gyvenimo prasmė. Buvo pastebėta, kad dėmesys kliento žodžiui, turinčiam jam asmenišką prasmę, sudaro prielaidas dialogui su užsisklendusiu individu. Savo reikšmingąjį žodį, atkartotą poetinėje improvizacijoje, Lolita atpažino – tai ją nuramino.

POETINĖ IMPROVIZACIJA – GILIAUS EMOCINIO RYŠIO IR DIALOGO PRIELAIDA

Individui asmeniškai reikšmingo žodžio pakartojimas poetinėje improvizacijoje buvo susietas su dėmesiu asmeniui, pritarimu jo vidinių išgyvenimų visumai, (tai C. Rogers teorijoje reiškia besąlygišką pagarbą), su nauja jusline ir kognityvine informacija, galinčia pakeisti asmeniškai reikšmingo žodžio (simbolio) prasmę.

Simboliškumas E. Cassireriui reiškia I. Kanto „apriorinių tiesų“ modifikaciją, formalią juslinio patyrimo, juslinio santykio, juslinio paliudijimo įvairovės sintezę. E. Cassirerio teigimu, simboliai sutaiko žmogų ir pasaulį, sutvarko žmogaus chaotišką, padriką pasaulį, sudvasina gyvenimą, suteikia galimybę kažką svarbaus pasakyti netiesioginiu būdu, rasti tinkamiausią ryšį su aplinka, sisteminti, gausinti savo patyrimą (Gaižutis, 2000).

KLIENTO NEGALIA : ŽEMA SAVIVERTĖ →

ĮGALINIMAS: KRITINIO MĄSTYMO ATsirADIMAS,

BENDRYSTĖS JAUSMO FORMAVIMASIS

Lolitos savivertės išgyvenimo sutrikimas apibūdinamas šiais požymiais: 1) jos charakteriui būdingas bruožas, skatinantis nuolat jaustis nesaugiai, 2) ji jaučiasi nesaugiai, nes išgyvena nereikalingumo jausmą visose situacijose, 3) beviltiškai žvelgia į ateitį, 4) bendravimo nesėkmės yra įsisąmonintos kaip lemties duotybė.

Savivertės ir savigarbos stoka („*Suprantu, kad esu kvaila, durna, narkomanė kažkokia*“) blokavo gebėjimą matyti savo gyvenimo praeitį ir ateitį („*sunku pažvelgti į praeitį... ir į ateitį – nelabai norisi*“). Noras suprasti, „kas su ja darosi“, skatino Lolitą aiškintis, kodėl gyvenimas yra toks. Ji linko į savianalizę: „*Turbūt praeityje trūko mamos dėmesio*“, per jos nuolatinį smurtą prieš mane aš turbūt ir susirgau“.

Lolita darė sprendimus vadovaudamasi jausmais ir kritiškai jų neanalizuodama: „*Noriu jai (mamai) padaryti ką nors bloga*“. Tokios mintys yra socialiai nepriimtinos, bet sąmoningos. Jos kėlė realų pavojų, nes galėjo būti realizuotos.

Lolita mėgino susitaikyti su „užknisančiu“ gyvenimu, nebesipriešinti – beviltiškumas ją kreipė mirties link, rašydama ji niro į fantazijos pasaulį, kuriame nebėra aiškios takoskyros tarp to, kas realu ir nerealū: „*Giltinė dalgius galanda, tuoj nukirs niekingą mano sprandą*“. Vaizduotė, fantazija silpnino konkrečios gyvenimo situacijos suvokimą, mažino emocinę įtampą ir lengvino išgyvenamą skausmą, bet beviltiškumo problemos neišsprendė. Epistemologiniams pokyčiams atsirasti būtina sąveika su naujomis žiniomis.

Analizuojant Lolitos savarankiškai parašytą dienoraščio puslapį, galvota, kad ugdydamasi Lolita galėtų pakeisti savo mintis, suteikdama ankstesnio gyvenimo įvykiams ir tarpusavio santykiams kitą prasmę.

NEGALIA: VIENIŠUMAS / KALBOS SUTRIKIMAI→

ĮGALINIMAS: BENDRYSTĖS JAUSMAS / LAISVAS KALBĖJIMAS

Lolitos vienišumo išgyvenimo sutrikimas, reiškiantis negalią būti ir kartu su kitais gyventi visuomenėje, buvo susietas su 1) asmenybės bruožu, sukeliančiu vienišumo jausmą daugelyje situacijų, 2) su vienišumo išgyvenimu būnant tarp žmonių, 3) su aukos role. Vienišumo išgyvenimo stiprėjimas buvo susijęs su nerimo stiprėjimu arba su nesuprantamo elgesio atsiradimu.

Analizuojant Lolitos savarankiškai parašytą tekstą, buvo pastebėta, kad jai užtenka verbalinių gebėjimų vidiniams išgyvenimams išreikšti, užtenka gebėjimų refleksiškai mąstyti bei aiškintis gyvenimo problemas, tačiau grupėje kilo bendravimo ir kalbėjimo

sunkumų. Sunkumų atsirado ir individualių egzistencinių pokalbių metu, kai kalbėtasi apie apie psichikos traumas. Įvertinus šiuos duomenis, išvelgiama, kad užsisklendimas ir verbalinių kontaktų nepalaikymas labiau susiję su beviltiškumu, prarastu gebėjimu jausti gyvenimo visumą, negirdėjimu savęs socialiniame kontekste, gyvenimo prasmės stoka, o ne su verbaliniais gebėjimais. Savivertės stoka ir asmenybę gniuždantis vienišumas yra susiję ir vienas kitą stiprinantys veiksniai, didinantys negalią būti ir gyventi visuomenėje.

Socialiai nuo kitų atsiribojusi, nepraradusi refleksinio mąstymo ir verbalinių gebėjimų Lolita laukė prie jos emociškai prisiderinančio, į jo vidinę būseną panyrančio, „suprantančio“ kito žmogaus. K. Koivisto, S. Jahnönen ir L. Vaisanen (2003) teigia, jog labai svarbu suprasti, kaip sergantysis aiškina psichikos sutrikimo priežastį, kaip kenčia, mėgindamas susigrąžinti Aš pojūtį. Lolitos kančia buvo išgirsta ugdomosios poetikos terapijos programoje.

Akrosticho rašymas kaip galimybė sužinoti asmens vidinius išgyvenimus

Konceptualiai ir pakankamai emociškai kalbanti apie savo egzistencijos esmę Lolita patyrė sunkumų, kai jos buvo paprašyta papasakoti, kur ir su kuo ji gyvena, kodėl ji nenori prisiminti mokyklos. Kai ji ryžosi kalbėti, kalba buvo neišraiškinga, netgi stigo žodžių. Pastebėta, kad praelyje išgyventa traumuojanči situacija tebeveikė *čia ir dabar*, blokavo verbalinius gebėjimus.

Asmenišką prasmę turintis žodis *kryžius* (simbolis) buvo panaudotas akrosticho rašymui. Individo pasirinkti simboliai yra ne tik vidinės ekspresijos raiška, bet ir ženklai, kuriuose slypi individo intencija paliudyti savo gyvenimą, atkreipti dėmesį į savo žmogiškąją būtį.

Akrosticho rašymui reikalingi, spontaniškai surasti žodžiai sužadino slopinamas neigiamas emocijas. Nepaisant pakankamų verbalinių gebėjimų, Lolita nesugebėjo papasakoti, ką ji jautė rašydama akrostichą, nesugebėjo išgyvenimų išreikšti nei kalbėdama, nei rašydama. Emocinis prisiderinimas prie Lolitos, jai užduodami klausimai, dėmesio kreipimas į jos pojūčius leido daugiau sužinoti apie jos ankstesnę gyvenimą. Dialogo metu surinkta papildoma informacija leido skurdžia kalba išreikštą Lolitos biografijos faktą paversti vaizdingu pasakojimu, padedančiu jai geriau suprasti savo Aš, suteikiančiu vilties ir skatinančiu imtis atsakomybės už savo gyvenimą.

Bendradarbiavimo ypatumai užrašant kliento skaudaus gyvenimo įvykio liudijimą

1. Klientė buvo atsakinga a) už kuo detalesnį įvykio atkūrimą. b) už praeities epizodo įsivaizdavimą ar pamėginimą

2. Įsivaizduoti, atkuriant su įvykiu susijusią elementariais kūno pojūčiais gautą informaciją. 2. Ugdytoja parašė tekstą, panaudodama dialogo metu surinktą informaciją apie traumuojančią įvykį.

3. Ugdytojos parašytas tekstas atliko šias funkcijas: 1) integravo į visumą padrikus klientės išgyvenimus: parodė kitą savęs vertinimo perspektyvą; 2) išryškino laiko distanciją tarp šios dienos ir sutraumavusio įvykio.

Savęs pažinimo ir metaforinio mąstymo ugdymas

Lolita savais išgyvenimais nepajėgė dalintis su kitais žmonėmis. Antra vertus, ji labai norėjo būti išgirsta ir savo išgyvenimus projektavo į supančios aplinkos objektus: „*Rudis yra senas, mažai bematantis šuo, dantys iškritę. Kas iš tokio gyvenimo? Visai kaip mano*“ arba į žaidimą kempine. Vakarais ji paimdavo kempinę, ją nardindavo į vandenį, bet visai nenuskandindavo, palengva spausdavo iš kempinės vandenį ir klausydavosi vos girdimo kempinės garso. Dažnai kartojami beprasmiškieji veiksmai (kempinės nardinimas į vandenį) yra ekspresyvūs, valdomi pašąmonės, be pagalbos individas negali suvokti šių ritualų esmės. M. Blake (2002), remdamasi S. Glading (1985), N. Mazza (1999), klientų ritualuose ir kartojamuose žodžiuose pataria ieškoti metaforinės reikšmės. Metafora terapijoje tiriama – ją aiškinantis keičiasi kliento savęs įvardijimas: tuštumą pakeičia atvirumas, atsiranda prielaidos naujiems požiūriams, įžvalgoms (Blake, 2002).

Bendradarbiaujant su kliente, jos beprasmiškas, nesąmoningai kartojamas veiksmas buvo susietas su asmeniškai reikšminga prasme ir ugdytojos parašytame¹⁷ prozos tekste įgijo metaforinę reikšmę, tapo poetine priemone, turinčia etinį, ontologinį ir vaizdinį aspektus. Metafora Lolitai buvo lengvai suprantama, nes buvo artimai susieta su jos vidišiais išgyvenimais, be to, metaforoje buvo užkoduotos ir naujos žinios, galinčios padidinti Lolitos savivertę. Tokia metafora pasižymi sielą gydančiu poveikiu, o jos veikimą galima aiškinti P. Ricouero gyvosios metaforos teorija. P. Ricouer (2000) rašo apie metaforos galią iš karto patraukti ir užvaldyti jausmus, pažymi, kad emocinės identifikacijos ir refleksijos metu vyksta savęs suvokimas. T. Kačerauskas (2006), remdamasis P. Ricoueru, rašė, kad metaforos supratimas įvyksta akimirksniu, o ją suprantantysis pamiršta save, peržengia savąjį Aš, suskliaudžia senąjį pasaulėvaizdį ir išvysta naują supratimo horizontą, atvirą Kitam. Visa tai yra susiję su asmenybės emocijų transformacija, individuacija¹⁸.

Klientei asmeninę prasmę turėję žodžiai „Kryžius“, „Mirtis“, rituališkai atliekamas kempinės gnaužimas buvo simboliai, reiškiantys daugiau prasmių, negu Lolita pajėgė suvokti. *Kryžius* Lolitai asociavosi tik su mirtimi, tik šią reikšmę ji buvo suteikusi žodžiui, o kitiems asmenims kryžius asocijuojasi su bažnyčia, su Jėzaus nukryžiovimu ir prisikėlimu, su esminiais žmogaus gyvenimo įvykiais, sunkumais ir susitaikymu su savo dalia. Lolita neigė prasmes, kurias kiti asmenys suteikia žodžiui *kryžius*. *Mirtis*

¹⁷ Persikūnijimas į kito asmens rolę ir rašymas jo vardu vadinamas kūrybišku empatišku rašymu

¹⁸ Individuacijos sąvoka kildinama iš Carlo Gustavo Jungo analitinės psichologijos ir reiškia individo tapsmą individualybe individo raidos arba psichoterapinio gydymo požiūriu (Auchter, Strauss, *Psichoanalizės terminų žodynelis* 2003, p.67)

Lolita reiškė svarbiausią bendravimo temą, jos gyvenimo atspindį, o kitiems tokia žodžio *Mirtis* reikšmė neįprasta ir nepriimtina. Gniaužomos kempinės išleidžiamas „*garselis*“ Lolita reiškė jos gyvenimo prasmę, o kitiems jos gniaužoma kempinė reiškė degraduojančios lignonės beprasmius veiksmus. Perkėlus Lolitos simbolių reikšmes į literatūros tekstą, ryškinantį kitas prasmes, klientė buvo labai stipriai paveikta. Tai galima paaiškinti ir simbolio transcendentiniu veikimu. G. Gudaitė (2001, p.68) simbolio transcendentinę funkciją susiejo su viršasmninės galios pripažinimu ir pažymėjo, kad simbolio reikšmė svarbi individo transcendentijoje, kuri, anot C. G Jungo, yra svarbi vystymosi sąlyga, leidžianti atsiverti naujai patirčiai, sintezuoti naują ir seną suvokimą į visumą.

Bendradarbiaujant su ugdytoja kurti tekstai lėmė asmenybę transformuojantį veikimą 1) Juose buvo atpažįstami asmeninę prasmę turintys žodžiai ir gyvenimo įvykiai, 2) teksto apie gyvenimo įvykį kūrimui panaudota nauja informacija, atskleista dialogo metu, 3) išryškinta gyvenimo prasmės idėja, 4) nepakankamos savivertės jausmas kūrybiškai transformuotas į laisvo žmogaus savivertės jausmą, 5) racionalus mąstymas buvo susietas su emocijomis ir vaizdais.

Savivaizdžio transformacija kūrybiško rašymo metu

Lolita buvo labai svarbūs kartu su ugdančia terapeute sukurti jos gyvenimo istorijos puslapiai, jie leido naujomis akimis pamatyti praeities vaizdą ir naujais žodžiais jį interpretuoti – atsirado galimybė ne atsiriboti nuo skaudžios praeities, o ją suvokti kaip jau išgyventą periodą, artėti visuminio gyvenimo suvokimo link: gešaltinei teorijai būdingas požiūris, kad žmogus yra visybinis, jo kūnas, protas, jausmai ir dvasia yra nedalomi (Lepeškienė, 2007), o įsisąmonindamas savo poelgius, jausmus, sprendimus asmuo tampa laisvas.

Praeities ir dabarties jungčių nebuvimas asmens gyvenime buvo viena iš Lolitos užsisklendimo ir verbalinio nekomunikavimo priežasčių. Jungčių tarp žmogaus praeities ir dabarties atkūrimas išlaisvina užblokuotus verbalinius gebėjimus.

Skaitydama ugdytojos parašytą tekstą, Lolita suvokė jį kaip literatūros kūrinėlį, bet tekste atpažino save. Rašant tekstą buvo sukurtas kitoks Lolitos savivaizdis¹⁹, gražesnis už Lolitos suvokiamą savąjį Aš. Teksto nuotaikos veikiama Lolita emociškai identifikavosi su kitokiu savivaizdžiu, ir keitėsi jos savęs suvokimas, savęs vertinimas.

¹⁹ Savivaizdis – savo išorės ir reikšmingumo vaizdinys, savęs vertinimo, supratimo rezultatas, savo minčių, požiūrių, nuostatų, jausmų, poelgių visumos pažinimo ir vertinimo tapatinimas su savo Aš, darantis poveikį savivertei ir elgesiui. Savivaizdis kinta išgyvenant savo vertingumą. (Jovaiša, *Enciklopedinis edukologijos žodynas*, 2007, p260)

ATSKIRŲ INTELEKTO RŪŠIŲ PANAUDOJIMAS

Lolita ir daugeliui kitų klientų buvo labai svarbu išmokti susitaikyti su egzistencine tiesa: su sveikatos pagerėjimo ir pablogėjimo, gyvenimo sėkmingumo ir nesėkmingumo, vienumos valandų ir su kitais žmonėmis leidžiamo laiko kaita, o taip pat būti pasiruošus branginti gyvenimą kiekvieną valandą, bei tikėti savo galia. Šiuo tikslu skaitytas Vinco Mykoliaičio Putino eilėraštis „Benamio dainos (III)“. Asociacijos *eiti- gyventi, kelias- gyvenimas* yra lengvai suvokiamos. Einant lengviausia suvokti, kas jaučiama einant, arba prisiminti ankstesnes ėjimo valandas. Ugdomojoje poetikos terapijoje siekta panaudoti kaip galima daugiau intelekto rūšių suvokti literatūros tekstą ir kūrinyje slypinčias žinias susieti su kliento asmeniškai reikšminga patirtimi, todėl į ugdomąją poetikos terapiją buvo integruoti judesio terapijos elementai. Eidami klientai buvo mokomi pastebėti kitą žmogų: pažiūrėti jam į akis ir padovanoti savąjį gerumą, kurį simbolizavo popierinė rožė. Ryški Lolitos jausmų transformacija vyko, kai sąveikavo ją valdę pažeminimų prisiminimai (paauglystėje ją purvais apmėtė bendraamžiai) ir nauji jausmai, patiriami grupėje (grupės dalyviai jai dovanojo popierinę rožę).

Lolitos jausmų transformacija vyko eilėraščio, aprėpiančio gyvenimo kelią, džiaugsmo ir liūdesio valandas, kontekste. Buvo laikomasi nuostatos, kad orientacija į visuminį suvokimą ir dėmesys labai konkretiems išgyvenimams sudaro geriausias prielaidas asmenybės laisvėjimui, sąveikavimui su naujomis žiniomis ir epistemologiniams pokyčiams.

Besikeičiančius jausmus Lolita susiejo su eilėraščiu, su savimi, einančia per savo gyvenimą, su gyvenimo dėsningumus aiškinančiomis žiniomis, gautomis per ankstesnius susitikimus, ir paprašė perskaityti jai kitą eilėrašį, stiprinantį viltį. Ji pacitavo to eilėraščio eilutes: „tikėti, tikėti, tikėti“. Lolita prisipažino, kad būdama viena ji dažnai prisimenanti tą eilėrašį, ir jis jai padeda – tai rodo, kad mokymosi procesas neapsiriboja ugdomosios poetikos terapijos valanda, tęsiasi daug ilgiau. Tai patvirtina P. Taylor (2008) teorinį požiūrį, kad transformuojantis mokymasis apima visą gyvenimą, tęstinį reflektavimą, nuolatinį ar spartėjantį augimą.

POZITYVŪS POKYČIAI

Lolitos jausmų, elgesio ir minčių kaitos pozityvūs pokyčiai buvo pastebėti ugdomosios poetikos terapijos programos eigoje: 1) pagerėjo bendravimas, 2) sumažėjo nerimo ir neigiamų emocijų, 3) mintys apie gyvenimo beprasmiškumą nebedominavo, 4) rečiau buvo pastebimas nesuprantamas elgesys, 5) bendravimas nebeutrūkdavo dėl kalboje atsirandančių ilgų pauzių.

SVARBIAUSIOS UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS TECHNIKOS:

a) biblioterapinis dialogas, b) kritinė refleksija, c) išlaisvinančio žodžio ir akrostiko technikos, d) empatiškas ugdytojo rašymas (asmens metaforos iškodavimas), e) žinių teikimas, f) aplinkos stebėjimas.

Biblioterapinis dialogas. Nauda - prisiminimų sužadimas, padėjęs ugdytojui suvokti asmens problemas, o asmeniui susigrąžinti biografijos turėjimo jausmą. Vien poezijos skaitymas terapinio efekto nesukeltų.

Į biblioterapinį dialogą integravus judesio terapijos techniką, sudaromos didesnės prielaidos užsisklendimo įveikimui

Kritinė refleksija. Pozityvūs savivertės pokyčiai buvo susieti su epistemologiniais pokyčiais, kurių atsiradimo prielaida – priežasčių, pasirinkimų, pasekmių aiškinimasis.

Išlaisvinančio žodžio technika buvo esminė, įgalinanti asmenį kalbėti apie vidinius išgyvenimus.

Ugdytojo empatiškas rašymas leido atpažinti savo pačios vidinius išgyvenimus ir emociškai identifikuotis su teksto lyriniu herojumi, o tai sudarė prielaidas aukos rolės transformacijai į atsakingo už save žmogaus rolę.

Aplinkos stebėjimas sustiprino Aš pojūtį.

32 lentelė

Klientės įgalinimo požymiai

Įgalinimo kriterijus	Įgalinimo kriterijaus konkreti raiška
Sustiprėjęs pasitikėjimas savimi	-
Emocijų atskleidimas	Atviresnė, dalijasi vidiniais išgyvenimais.
Praeities pozityvus vertinimas	-
Aktyvi pozicija	Prašo atiduoti literatūrinius tekstus, kurie jai padeda Prieš miegą, kai apima nerimas, prisimena ugdomosios poetikos terapijos susitikimus, nes jie suteikia vilties.
Kritinis mąstymas	
Ugdymosi motyvacija	Labai motyvuota dalyvauti terapijoje, nes „ramiau pasidarė“.
Išlaisvėjimas	Tėvai ir kartu gyvenančios, vaikus auginančios seserys pažymėjo, kad Lolita pasidarė daug ramesnė lengviau bendraujanti, daug daugiau kalbanti.
Pasirinkimo galimybių suvokimas	„Ar negalėtumėte perskaityti eilėraščių, kuris baigiasi žodžiais: „tikėti, tikėti.“ Aš tą eilėraščių stengiuosi girdėti mintyse naktį, kai nubundu ir kai apima nerimas“.

Ugdamosios poetikos terapijos poreikis

Ugdamosios poetikos terapijos poreikio raiška	Emocinė	Pažintinė	Socialinio bendravimo
	„Aš čia galėčiau sėdėti ir sėdėti, visai nenoriu išeiti“.	„Aš tą eilėrašį sten-giuosi girdėti mintyse naktį, kai nubundu ir kai apima nerimas“.	„Ar negalėtumėte per-skaityti eilėrašį, kuris baigiasi žodžiais: „ tikėti, tikėti?““

APIBENDRINANTYS TEIGINIAI

Poezija sužadina individo jausmus ir prisiminimus, o estetinis kūrinio išgyvenimas priklauso ne tik nuo asmens intelektualių savybių, bet ir nuo patirties ypatybių. Asmenį traumavusių prisiminimų sužadinimas užblokuoja gebėjimą patirti estetinį pasitenkinimą skaitant.

Dėmesys žmogaus kūnui, kinestezinio intelekto panaudojimas skatina ekspresyvų elgesį ir spontaniškus prisiminimus – tai naudinga, siekiant sužinoti asmens vidinius išgyvenimus ar gyvenimo įvykius ir ugdant sugebėjimą autentiškai kalbėti apie savo būtį.

Paranoidine šizofrenija sergantys asmenys gali būti labai aktyvūs ir stelbiantys kitus, skelbdami jiems ypatingai svarbų įsitikinimą. Jų elgsena nepasiduoda korekcijai, bet poetinė improvizacija patraukia ir jų dėmesį, nuslopindama grupės darbui kliudantį šių individų aktyvumą.

Asmuo, gebantis konceptualiai ir vaizdžiai aprašyti savo egzistencijos problemas, gali turėti sunkumų, mėgindamas papasakoti atskirus gyvenimo epizodus. Minčių ir jausmų išreiškimo sunkumai yra sietini ne su verbaliniais gebėjimais, o su nepakankama saviverte.

Asmens išgyvenimų, sužinotų dialogo metu, užrašymas menine kalba padidina jo savivertę, nes sugrąžina asmeniui tikėjimą, kad jo vidiniai išgyvenimai gali būti išreikšti kalba ir suprantami kitiems.

Atskiriems žodžiams (simboliams) šizofrenija sergantis asmuo suteikia daug prasmės, bet toji prasmė daugumai žmonių gali būti nepriimtina, nes yra labiau siejama su marginaline, o ne su centrine prasme, apie kurią pirmiausia pagalvoja tos pačios kultūros tradicijų veikiami žmonės.

Šizofrenija sergančiam asmeniui asmeninę prasmę turintys spontaniškai pasakyti žodžiai yra metaforos, kuriose yra užkoduoti asmens patirties elementai, dabarties

išgyvenimai, abejonės ir neišsąmonintos viltys. Jų perkėlimas į rišlią meninę kalbą leidžia asmeniui atrasti naujas prasmes – tai stimuliuoja savęs pažinimą, skatina imtis atsakomybės už savo gyvenimą.

Suteikiamos žinios skatina kritiškiau pažvelgti į savo galimybes, perkainoti vertybes ir imtis atsakomybės už savo gyvenimą, bet sąveikaujama su naujomis žiniomis tik tuo atveju, jei asmuo jaučia partnerystės santykį ir jaučiasi esąs suprantamas. Savivertės stiprinimas sudaro prielaidas sąveikavimui su naujomis žiniomis.

Mokymosi procesas neapsiriboja ugdomąja valanda: savas gyvenimas analizuojamas ir kitu metu, o problemoms spręsti individas taiko žinias, gautas ugdomosios poetikos terapijos grupėje ar individualaus egzistencinio pokalbio metu.

IŠVADA

Šizofrenija sergančiam asmeniui reikšmingų žodžių (simbolių) sužinojimas ir jų prasmės aiškinimasis dialogo metu leidžia atskleisti reikšmingą individo gyvenimo įvykį ir jį kūrybiškai perkelti į savo vertę žinančio, savo jėgomis ir ateitimi pasitikinčio žmogaus pasakojimą – tai leidžia aukos rolę pakeisti aktyvaus žmogaus rolę; didina savivertę ir normina atskirų žodžių prasmės suvokimą: simboliui grąžinama pagrindinė prasmė. Individo neišsąmonintiems, nuolat atliekamiems ritualams suteikus žodžiais paaiškinamą prasmę ir ją perkėlus sergančiojo gyvenimo istorijos pasakojimą, įvyksta ryškus savęs suvokimo ir savivertės pokytis, todėl asmens metaforos iškodavimo technika yra būtina dirbant su šizofrenija sergančiu žmogumi. Per iĮgalaių ugdomosios poetikos terapijos procesą kartu su klientu atrandama ir papasakojama jo gyvenimo istorija. Įgytas sugebėjimas papasakoti socialiai reikšmingą gyvenimo istoriją yra neatsiejamas nuo verbalinių ir socialinio bendravimo įgūdžių susigrąžinimo – šie pokyčiai reiškia įgalinimo rezultatą.

SERGANČIOJO ŠIZOFRENIJA ĮGALINIMO, TAIKANT UGDOMĄJĄ POETIKOS TERAPIJĄ, ATVEJO ANALIZĖ

MATO ATVEJO APRAŠYMAS

Amžius: 34 metų vyras. Diagnozė – paranoidinė šizofrenija. Išsilavinimas – vidurinis. Specialybė – tekintojas. Gyvenimo istorijos duomenys: serga nuo 16 metų. Tėvai mirę. Gyvena vienas. Dirbti pagal specialybę nepajėgus.

Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo trukmė – 90 minučių. Periodiškumas: 1 kartas kiekvieną savaitę. Ugdomosios poetikos terapijos programos trukmė – 2 metai. Individualių pokalbių skaičius - 4

Mūsų aprašomu atveju atskleidžiamas 18 metų psichikos sutrikimu sergančio asmens gyvenimas. Per tiek metų pasikeitę gydomo asmens susirgimo požymiai, atsirado liguistų vaizdinių, balsų dalinė kritika, tačiau žmogus, keičiantis psichikos sutrikimo požymiams, netapo pajėgesnis, o po ugdomosios poetikos terapijos buvo pastebėti teigiami pokyčiai.

Atvejo aprašymas

Prieš ugdomosios poetikos terapijos programą buvo mandagus, paklusnus, labai nepasitikintis savimi, be iniciatyvos, nieko negalįs papasakoti apie savo planus ar troškimus. Praėjus vieneriems metams po dalyvavimo ugdomosios poetikos terapijos programoje lengvai ir noriai bendraujantis, norintis dalyvauti renginiuose, labiau pasitikintis savimi.

Iš gyvenimo ir ligos istorijos

Pirmą kartą susirgo būdamas 16 metų. Baigė profesinę technikos mokyklą, bet pagal specialybę dirbti nesugebėjo. Darbe buvo pernelyg lėtas, blogos orientacijos. Dar prieš susergant pasikeitė elgesys: pradėjo nebeiti į paskaitas, girtuokliavo, girtas važinėjo motoroleriu, pateko į avariją, bet kūno sužalojimai nepaliko rimtesnių pasekmių. Pradėjo savo verslą: važinėjo į Maskvą pirkti kavos pupelių, namuose jas fasuodavo, parduodavo turguje. Vieną vakarą sustojo tarp kavos maišų, juos skaičiavo ir niekaip nebeįėjė suskaičiuoti. Beskaičiuojant nusilpo jėgos, mama iškvietė greitąją, o gydytojai atvežė į psichiatrijos ligoninę. Taip vyriškis pasakoja apie šizofrenijos pradžią. Daugiau kaip dešimt metų nepajėgė suvokti, kad serga psichikos liga. Išėjęs iš ligoninės, mamai žadėdavo kitaip gyventi, nebesusirgti, bet vos tik išeidavo iš ligoninės, nustodavo gerti vaistus, ir vėl prasidėdavo psichozės epizodas

Pirmasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Programa pradėta nuo kūrybiško rašymo. Klientams buvo pasiūlyta įsivaizduoti vietą, kurioje jiems labai gera: ką jie toje vietoje mato, girdi, užuodžia. Matui labai sunkiai sekėsi.

-Kieme,- pasakė.

- Kiemas yra ta vieta, kurioje jums labai gera, tiesa?-domėjosi ugdytoja.

Jis linktelėjo galva.

-O ką jūs veikiate kieme? – paklausė ugdytoja,- gal kiemas labai žalias, kaip parkas?

-Aš nebūnu kieme, aš būnu namuose,- pasakė.

- Grįždamas namo pereinate jums patinkantį kiemą, atsirakinate buto duris, ir jūs jau namie. Kodėl gera sugrįžus? Galbūt namuose maloniai šilta, o gal malonu mėgautis arbatos puodeliu?- paklausė ugdytoja ir pastebėjo, kad Matui nepatinka domėjimasis jo gyvenimu, tad ji pasiteisino paaiškindama programos tikslus,- kitose grupėse žmonės sakė, kad aš moku išprovokuoti atsakymus. Iš pradžių visiems tai nemalonu, o paskui visi nudžiunga supratę, kad visi galime būti poetai. Rašymas tikrai suteikia jėgų, bet rašytojas turi mokėti pastebėti paprastus dalykus, kuo kvėpia arbata, kaip atrodo kiemas. Ne vienas poetas sakė, kad rašydami jie geriau supranta patys save, o rašymas suteikia jėgų gyventi.

Matas pyko:

- Išgeriu vaistus ir užtraukiu užuolaidas. Einu miegoti.

-Grįžtate namo apie penktą vakaro. Miegoti dar anksti. Ar neprailgsta vakarai? Ar tikrai gera namuose? O gal norėtumėte papasakoti apie visai kitą vietą: pajūrį, parką ar kaimą?- klausė ugdytoja.

- Apie ką bus jūsų eilėraštis? Apie kiemą ar apie namuose praleistą gražią valandą?- ugdytoja buvo aktyvi.

- Yra balkonas,- pasakė Matas.

Taip ir nesugebėta suprasti, kur jam gera: kieme, balkone ar kambaryje. Paaiškinta, jog gali būti daug vietų, kuriose gera, bet prieš rašant tekstą iš pradžių reikia įsivaizduoti vieną vietą, ką joje matome.

Matas išgąstingai suvirpėjo:

- Aš negaliu pasakoti. Tai labai asmeniška.

Situacijoje įžvelgta mokymuisi aktuali problema: ar reikia būti atviram?

Aiškinta:

- Kai žmogus užsisklendęs, nieko apie save nepasakoja, kiti negali jo suprasti, o kai žmogus atvirai kalba, iš tiesų šiek tiek rizikuoja, kad kiti jo nesupras, apkalbės. Išgyvenimai gali būti labai skaudūs, tokiu atveju sunkiau rasti tokį žmogų, kuris išklaitys ir teisingai supras, tačiau mūsų gyvenime yra daug paprastų dalykų, apie kuriuos atvirai kalbėdami, mes niekuo nerizikuojame. Niekas mūsų elgesio neanalizuos ir nepasmerks, jei atvirai pasakysime, kurioje vietoje mums ramu ir gera pabūti. Žinoma, kiekvienas pats sprendžia, ar jam būti atviram, ar patylėti.

Beklausydamas aiškinimo Matas buvo labai susikaustęs. Išdėsčius mintis apie atviro bendravimo privalumus ir riziką būti nesuprastam, apkalbėtam, Mato buvo paklausta, kur ir ką jam malonu daryti.

- Rūkyti balkone,- atsakė.

Tuo metu ugdytoja dar nežinojo, kad Matas nerūkantis. Siekiant užmegzti dialogą, pamėginta iš atskirų Mato žodžių parašyti rišlų tekstą.

Ugdytojos parašytas tekstas, siekiant perteikti Mato išgyvenimus

Glaudžiasi diena prie dienos, vaizdas prie vaizdo- gražus gyvenimo raštas. Turiu savo kiemą, savo namus. Išeinu į balkoną. Rankoje cigaretė smilksta, toliai prieš akis.

Matas abejingai reagavo, nes tekste neatpažino savo patirties. Matant, kad dialogas neužsimezga, pasiūlytas kitas žaidimas. Poetiniame mąstyme labai svarbūs palyginimai, tad paprašyta atsipalaiduoti ir įsivaizduoti, su kuo galima būtų palyginti aktyviai asmeniniais gyvenimais besidominčią ugdytoją: „Su pristojusia ragana, įkyria kate, o gal su meška, įsibrovusia į žmogaus namus, ar su žingeidžia senute, o gal koks kitas palyginimas šauna galvon?“

Matas irzliai pasakė, kad ugdytoja priminė policininkę, norinčią daugiau sužinoti apie jį. Tai pasakęs Matas išsigando ir puolė atsiprašinėti, kad įžeidė. Matui pasakyta, kad jis ne įžeidė, o nudžiugino, nes rado jėgų pasakyti tai, ką pajautė bendraudamas.

- Jūsų baimė įgijo policininkės pavidalą,- pasakyta Matui,- o jūs nepasidavėte baimei, jausdamas policininkės žvilgsnį, išdrįsote pasakyti, kaip jaučiatės klausinėjamas.

Paaiškinta Matui, kad jo atvirumas yra laimėjimas, nes be atvirumo jausmams ir išpūdžiams neįmanoma patirti kūrybos stebuklo.

Antrasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Perskaitytas Vinco Mykoliaičio-Putino eilėraštis „Benamio dainos (III)“, kuriame yra šie žodžiai „...o aš tolyn tuo pat keliu einu einu...“ Klientai sugebėjo suprasti eilėraščio nuotaiką, bet į diskusiją neįsitraukė, buvo labai susikaustę.

- Pasivaikščiokime po meno terapijos kambarį, mąstydami apie savo gyvenimą,- pakvietė ugdytoja,-. Mūsų gyvenimas yra kelias, ir kiekvienas turime savąjį. Iš kur mes ateiname? Kur norime nueiti? Vaikščiokime laisvai, eikime, kur norime...

Atlikus užduotį, dalintasi išpūdžiais, kaip klientai jautėsi, ką galvojo.

Matas kalbėjo:

- Vaikščiodamas labai keistai jaučiausi, taip lyg eičiau į vaikų darželį. O kai jūs pasakėte, jog esame laisvi ir galime eiti, kur norime, nebežinojau, kur aš, kiek man metų... Man pasidarė taip lengva...- kliento akyse suspindo ašaros.- Dėl to, kad mes-laisvi.

Po ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo Matas vėl paprašė atleisti, kad aną kartą ugdytoją palygino su policininke, norinčią iškvosti tiesą.

- Po mūsų pirmo susitikimo aš supratau, kad jus atsiuntė Dievas. Po mūsų bendravimo supratau, kad dabar mano gyvenimas iš esmės pasikeis,- prisipažino.

Trečiasis ugdomosios poetikos terapijos susitikimas.

Perskaitytas Henriko Nagio eilėraštis „Tėvas“. Matas prisiminė savo tėvus, kurių jis nemokėjo įvertinti, kol šie buvo gyvi. Jau dveji metai, kai nebeturi tėvo. Kaltino save, kad buvo nedoras, sakė, kad dėl to tėvelis prarado sveikatą. Teigė, jog gyvenimas jį baudžia. Dialogo metu buvo išvelgtos problemos, aktualios mokymuisi: ar psichikos ligos yra bausmė? Ar ligos tiesiog yra, ir reikia išmokti gyventi sergant, nenuvertinti savęs, mokytis būti savarankiškam ir laimingam?

Pokalbio metu suteiktos žinios, paaiškinančios 1) kodėl dalis žmonių galvoja, kad psichikos ligos yra bausmė, 2) kaip išsilavinimas keičia požiūrį į sergančius psichikos sutrikimais, 3) kas gali padėti mokytis gyventi pilnavertį gyvenimą sergant psichikos sutrikimu.

Matas pasakė, kad jame gyvena demonas ir jis tai žino. Jam pasakyta, kad dauguma žmonių dažnai graužiasi, kad kažką ne taip padarė, ne vienas žmogus pasiduoda pykčiui ir blogai pasielgia, o paskui pagalvoja, kad taip elgtis nereikėjo. Visa tai žmogiška, visa tai yra mūsų prigimtyje, kurią galime mokytis pažinti, o demonų mummyse nėra.

Matas pasakė:

- Jūs nieko nežinote apie mane.

Ugdytoja pasakė, jog žino, kad kiekvienas žmogus yra nepakartojamas ir labai reikalingas savo artimiems žmonėms, kad visi, šiuo metu dalyvaujantys ugdomosios poezijos terapijos grupės susitikime, yra labai reikalingi vienas kitam, reikalingi už visus aukštesnei dvasinei jėgai. Ugdytoja pakvietė pasidalinti mintimis apie žmones, kurie „mus myli ir mumis rūpinasi“.

Matas papasakojo:

- Kai mažas būdamas sunkiai sirgau, bočelis buvo palinkęs ties manimi ir laikė šlapią rankšluostį. Karščiačiau. Degiau. Tada kalbėjo, jei naktį išgyvensiu, nemirsiu. Jūs tik įsivaizduokite, palinkęs į mane stovėjo bočelis.

Kai Matas tai pasakojo, jo akyse spindėjo ašaros, bet jis kalbėjo ramiai, o balsas buvo ypač malonus. Bočelio prisiminimas jam buvo labai reikšmingas: jį apėmė ramybė ir labai padaugėjo energijos. Klientams paaiškinta, kad žmonės išeina iš gyvenimo, o jų rūpestis, jų meilė lieka, ir visi kartas nuo karto gali patirti tos meilės galią.. Visų klientų minčių nuotrupos buvos sujungtos į poetinę kompoziciją, liudijančią, jog rūpestis kitu yra gyvenimo prasmė.

Poetinės improvizacijos tekstas

Diena po dienos einu savo keliu. / Ateinu iš vaikystės namų, / Kuriuose bočelis palinkęs ties manim. / Rūpestis jo veide: / kad tik išgyventų sergantis berniukas! // Ateinu iš sostinės žiburiuojančių gatvių, / iš miesto, kuriame studijavau / fizikos mokslus. / Ateinu nuo vakarienių stalo. / Už jo sėdėjau kartu su tėčiu. / Tėtis tądien grįžo iš Vilniaus, / susitikęs su žymiausiaisiais daktarais, / ant stalo padėjo vaistų dėžutę, / Pasisuko į langą ir nebeištarė nė žodžio. / Tą vakarą mes praradome vienas kitą, mano liga mus išskyrė. // Ateinu iš stovyklos, / nuo degančio laužo, / su auklėtiniais planavome rytdienos žygį. // Jaučiu kelią po kojomis, / mokausi gyventi ir nepalūžti / kai mane nesupranta. // Sutemose man šviečia / kaimynės mokytojos veidas, / mano bočelis, / tėčio akys. / Nėra šviesos. // O ne! Nuo jūsų man šviesu. // Nesibaigia mano kelias. / Toly, toly. / Keliasi nauja gyvenimo diena. / Keliasi / lyg motina / ant rankų ima mane. / Dienos palytėtas augau, stiprėju, / po kojomis – kelias.

P.S. Mato žodžiai paryškinti. Ugdytojos žodžiai pabraukti.

Išklausę poetinės improvizacijos tekstą, visi ugdytojos pakviesti nuėjo prie lango pažiūrėti į kelią. Klientai ilgai nesitraukė nuo lango. Daugelis ašarojo.

Ketvirtasis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimas

Skaitytas Anastazijos Kanoverskytės eilėraštis „Medžio būdas“. Kiekvienas turėjo save palyginti su koku nors medžiu ir pasakyti, kaip atrodo tas medis, kur jis auga. Matas save palygino su jovaru. Klientams pasakyta, kad medžių šaknys skverbiasi į žemę. Žemė jas maitina, o žmonės turi savo patirtį, sunkias gyvenimo valandas, kurias ištvėrė, ir po kurių pasidarė išmintingesni. Klientų paklausta, kokie praeities įvykiai įsirėžė į jų atmintį, kokios patirties jie įgijo.

Matas prisipažino, kad labai norėjo pamatyti, „kaip plaka varlytės širdis“, ir „peiliu atėmęs“ jos gyvybę. Kalbėjo, kad dėl to dabar labai kenčia, serga tokia liga. Buvo išvelgtos problemos svarstymui:

ar netinkamai pasielgiame tik turėdami blogus tikslus, ar dėl to, kad trūksta patirties ir žinių? Ar galima save kaltinti už vaikystės klaidas visą gyvenimą?

Klientai mokėsi suprasti, kad klaidos liko praeityje, o praeities dabar nėra, yra tik dabartis. Ugdytoja teigė, jog dabar visai nesvarbu, kad vaikystėje būta paklydimų.

- Svarbiausia, - kalbėjo ugdytoja, - išmokome suprasti, kas yra gyvybė.

Matas prisiminė, kad kartą į namus parsinešė sužeistą paukštelį, jį suvystė, kad nesušaltų, bet paukštelis neišgyveno. Tėvelis vėliau pasakė, kad nereikėjo paukščio suvystyti.

Matas guodėsi:

- Aš nežinojau. Neišgydžiau. Per mane paukštelis žuvo. Aš kaltas.

Matui buvo pasakyta, kad reikia žiūrėti ne į klaidas, o norėti padaryti kažką gero, svajoti. Visiems grupės dalyviams buvo priminta, kad poetai mėgsta palyginimus, mėgsta lyginti medį ir žmogų, nes jie abu ištvermingi ir gyvybingi.

- Kaip medžiai stiebiasi į dangų, taip mes turėtume kilti į savo svajonę,- tai ugdytojos žodžiai.

Antroje ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo dalyje klientams buvo pasiūlyta visiems parengti kompoziciją, apibendrinančią grupėje išsakytas mintis. Kiekvienas turėjo įsivaizduoti, kad jis esąs medis. Galima buvo tapatintis su tuo pačiu medžiu, kuris buvo pasirinktas susitikimo pradžioje. Kiekvienas turėjo prisiminti, kas jam suteikė ištvermės, dvasinių galių, kai buvo sunku, ir prisimenamą gerį įsivaizduoti kaip medžio šaknis maitinančią žemę. Taip pat klientai buvo prašomi pamąstyti, koks gamtos grožis juos dažnai nustebina, ir pagalvoti, į kokią svajonę jie kyla. Klientai savo mintis užrašė, jų atsakymų stilius buvo pakoreguotas. Ugdytojos pakviesti klientai sutiko garsiai paskaityti savo užrašytus sakinius, buvo sutarta, kas kada ir kokią sakinį skaitys.

Kompozicija Aš medis²⁰

Ugdytoja: Aš medis. / Matas: Aš jovaras. / Jonas: Aš drebulė. / Vitalija: Aš šermukšnis / Tania: Aš eglė. / Ugdytoja: Aš medis. **Mano šaknys skverbiasi į žemę, laiko apraizgiusios gerąją atmintį. Šaknų maitinama viršūnė kyla aukštyn, vis aukštyn. O kokia žemė maitina tavo šaknis?** / Matas: **Negaliu papasakoti. Tai labai asmeniška** / Ugdytoja: Bijai skersvėjo, įsiveržiančio į tavo būstą? Bijai likti nesuprastas? / Matas: **Aš noriu turėti asmenišką, labai asmenišką ramybės salą.** / Ugdytoja: Mano šaknys laiko apkabinusios gerąją atmintį. Tavo mama norėtų matyti tave laimingą, besidžiaugiantį gyvenimu. Žemės dulkės užkloja klaidas, o šauksmą augti pats turi išgirsti. Žemė tau duoda gyvybės jėgas, užkalba augimui. Svajok! Tavo svajonė neatskiriama nuo tave mylėjusių žmonių gerumo, kaip neatskiriamos medžio šaknys ir medžio viršūnė. / Matas: **Norėjau matyti, kaip plaka varlytės širdis. Mano peilis atėmė jos gyvybę.** / Ugdytoja: Tai buvo tavo klaida. Nežinojimas, bet ne bloga valia. Ilgiuos viršūnės augimo, sėkmės apie dangų, ne tavo savigraužos. Ilgiuosi tavo svajonės, žiūrėjimo į dangų / Matas: **Sužeistą paukštelį suvysčiau, kad jis nesušaltų. Paukštelis neišgyveno. Aš nemokėjau paukščio gydyti.** / Ugdytoja: **Ne į klaidas žiūrėk, o pamatyk, kad tu išaugai, tapai išmintingenis. Auk į dangų,**

²⁰ Vėliau ši kompozicija buvo papildyta kitų kompozicijų tekstais ir atlikta kaip sceninė kompozicija. Klientai norėjo viešumo

auk! / **Matas:** Jaučiuosi sutrikęs. / **Ugdytoja:** :O taip, augimo svaigulys mus verčia gyvenimu stebėtis! / **Viktorija:** Stebiuosi saulėlydžiais, slaptingais debesimis. / **Matas:** Sningančiais vyšnių žiedais. / **Vida:** Mane stebina medžio lapų grožis. / **Ugdytoja:** Aš augu, kylu iš žemės. / **Viktorija:** Iš žmonių bendravimo. / **Matas:** Iš maldos. / **Jonas:** Iš geranoriškų draugų patarimų. / **Ugdytoja:** Stiebiuosi aukštyn į dangų. / **Viktorija:** Į svajonę. / **Vida:** Į kūrybą. / **Matas:** Į Jūratės skaitomus eilėraščius. / **Jonas:** Į draugus. / **Ugdytoja:** Prisiglausk prie mano šakų, tau padovanosiu didžiulę meilę gyvenimui, viltį. / **Matas:** Šviesą. / **Vida:** Meilę, viltį. / **Viktorija:** Pasitikėjimą. / **Jonas:** Meilę.

Susitikimo pabaigoje Matas prisipažino, kad ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo metu pajuto labai stiprų liūdesį, o pabaigoje labai palengvėjo, net kojos pasidarė lengvos lengvos, sakė, kad norėtų kažką dirbti.

Kiti ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimai

Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimų būta daug.. Henriko Nagio eilėraštyje minima ežerų sietuva. Matui leido prisiminti Lakštingalų slėnį, pionierių stovyklą, laužą, meškeriojimą. To paties poeto refleksija pavasario tema klientus skatino pasakoti, ką pavasariško jie pastebėjo, eidami į reabilitacijos centrą. Pokalbiuose Matas prisimindavo savo gyvenimą iki ligos, tėvelius, jį tai labai jaudino. Ne kartą baigiantis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimui jis prisipažino:

-Kai pradėjome kalbėtis, mano akyse pasirodė ašaros, vos susitramdžiau nepravirkęs, o paskui buvo lengva, lengva.

Matui aiškinta, kad nereikia slopinti jausmų, reikia išsilaisvinti iš skausmo, leisti jam išsiveržti, o būnant kartu lengviau išgyventi skausmo išėjimą iš sielos.

Kartą Matas pasakė:

- Kai mes pradėjome bendrauti, aš pradėjau prisiminti savo gyvenimą. Vaikų darželį, mokyklą, kaip labai norėjau būti gamtininku.... Man net pačiam keista, kad turėjau tiek daug gyvenimo...

Į ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimus ėjo labai noriai, netgi pasidarė artistiškas. Pasakodamas epizodą iš ankstesnio gyvenimo norėdavo suvaidinti, kaip jis ėjo, kokią pozą stovėjo. Buvo leista tai daryti, nes autentiškumas ugdomosios poezijos terapijos grupės susitikimuose yra pats svarbiausias.

Dažnai į skaitomą tekstą reaguodavo aktyviai: „Čia apie mane“, „Aš taip jaučiuosi“.

Savivertės stoka

Kai buvo perskaitytos eilutės „Nieko negirdžiu ir nematau“ iš Marcelijaus Martinaičio eilėraščio, Matas prisipažino, kad ir jis taip gyvena. Mato paklausta, ar iš tikrųjų taip yra, ar jis nori girdėti ir matyti.

- Noriu matyti, bet aš nematau. Nuo šešiolikos metų sergu. Jokių mokslų aš nebaigęs,- atsakė Matas.

Dialogas tęsėsi toliau..

- Jei tu jokių mokslų nebaigęs, tai dar nereikia, kad akis turėdamas nieko nematai,- buvo pasakyta..

- Na, taip aš turiu akis, bet.. Ką aš matau?
- Ar ne tu šįryt pasakojai apie kieme pražydušį rododendrą?
- Ar matėt? Galiu nuvesti parodyti.
- O sakei, kad gyvenimi nieko nematydamas
- Dabar... Bet kai aš gulėjau ligoninėje
- Mes kalbame apie dabartį
- Dabar matau ir *kasdien matau vis daugiau,- sutiko Matas.*

Poetiniai palyginimai. Matas išsiugdė neblogus gebėjimus ieškoti poetinių palyginimų ir juos vartoti savo jausmams išreikšti.

Mato savarankiškai parašytas tekstas: *Liūdesys plaikstosi aplink kaip juodas audeklas. Jei kas pasityčioja iš manęs, tai tas juodas audeklas pradeda vyniotis apie mane, vyniojasi, vyniojasi, net padėti nebegaliu. Plėšiu nuo savęs juodą audeklą. Kiek tik leidžia jėgos, tiek plėšiu. Man reikia oro.*

Kai išmoko jausmus išreikšti poetiškai, drąsiau jautėsi blogėjant būsenai, susigalvodavo gyvybinių ritualų.

Atėjęs pasakojo:

- Šįryt kampe mačiau dviejų moterų galvas su juodomis skarelėmis. Jų akys smerkiančiai žiūrėjo į mane. Nusipurčiau, pasakiau: „Išnykite!“, ir jos išnyko. Galvoju, kad tos šmėklos nebesasirodys. Tos galvos man rodėsi, bet ar tikrai jos ten buvo? Čia turbūt man taip rodosi. Viskas iš ligos.

Buvo įžvelgtos mokymuisi svarbios problemos:

ar liga nugali žmogų,

ar valia padeda apsisaugoti nuo visiško sužlugdymo.

Daug kalbėta apie būtinybę tikėti savimi, pačiam savęs nevadinti nevykėliu. Matas rado taiklią metaforą savo negaliai išreikšti, pasakė, kad esąs kaip paukštis sulaužytu sparnu. Tada jam buvo priminta universali tiesa: „Jei svajonės sparnas sužeistas, angelas paskolina savąjį“. Tai jį įkvėpė kūrybai.

Mato miniatiūra „Angelo sparnas“

Liga manęs nepalieka. Noriu ar nenoriu, esu priverstas gyventi su ja. Esu kaip paukštis, kuriam trūksta vieno sparno. Bet mano mintys, mano svajonės gali skraidyti. Tai kas, kad man vieno sparno trūksta, skrendant angelas man paskolina savąjį.

Miniatiūrą parašęs jis buvo labai laimingas, rašymas padėjo vaduotis iš nepasitikėjimo savimi; - „Tai kas, kad mes truputį kitokie, mes vis vien esame žmonės. Dievas myli visus“,- pasakė .

Savižudybės tema. Vieno ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo metu poJustino Marcinkevičiaus eilėraščio „kas girdi tylintį?“ skaitymo. Matas papasakojo apie ketinimą numirti. Tada jis nuėjo į katilinę, ant kurios durų kabėjo neužrakinta spyna, atsigulė ant grindų ir pradėjo

laukti mirties. Slapčia vylėsi, kad draugai jį prikels iš numirusių. Išglėbo kelias paras – išseko, bet nenumirė. Atėjo ne draugai, o katilinės prižiūrėtojas ir piktai pareikalavo nešdintis lauk. Iš paskutinių jėgų grįžo namo ir jautėsi be galo nelaimingas, kad draugai jo neieškojo. Mato atvirumas leido įžvelgti mokymuisi reikšmingas problemas: 1) kokios priežastys paskatina žmogų geisti mirties? 2) Kodėl jaunuoliai dažnai klaidingai įsivaizduoja, kad juos kažkas prikels iš mirties? Gal neužtenka jėgų matyti sunkų gyvenimą, kabintis į jį, nesulaukiant palaikymo ir taip norima į save atkreipti dėmesį? 3) Gal neradimas jėgų kęsti vienišumą tampa iliuzijų priežastimi, tikėjimu, kad numirusį asmenį galima prikelti naujam gyvenimui?

Iš pradžių Matas irzliai piktokai kartojo:

-Liga viską padarė. Liga. Liga.

Matui paaiškinta, kad liga yra jo gyvenimo dalis, bet ir sergantis žmogus jaučia, pagalvoja apie savo vietą visuomenėje. Matas papasakojo, kad jautėsi labai nelaimingas, nes susirgo psichikos liga, o susirgęs draugams pasidarė nebeįdomus. Buvo labai skaudu. Tada ir užvaldė mintys apie mirtį, galvojo, kad draugai jį supras ir jo gailėsis, jeigu jis, jaunas būdamas, numirsiąs, bet vis dėlto vylėsi būti prikeltas iš numirusių. Padedant ugdytojais, Matas įžvelgė, kad ne tik liga valdo sergančiojo elgesį, bet ir vienišo, atstumto, nesuprasto žmogaus skausmas.

Poetinės kalbos poreikis. Ne kartą ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimo dalyvių buvo paklausta, ar susitikimus būtina pradėti nuo eilėraščio skaitymo.

Matas buvo kategoriškas:

- Mums nepavyktų. Nebūtų minčių.

Grupėje jis pasidarė iškalbingiausias, mielai bendravo ir su ligoniais, ir su studentais. 10 kartų įvairių specialybių studentams, studijuojantiems psichikos sveikatos klausimus, universitete papasakojo apie kančią, kurią sukėlė psichikos sutrikimas. Nuoširdžiai atvirai pasakojo apie balsus, liepusius gulti po traukiniu, apie klaidingas mintis, kad tik vokiečių psichiatras jį galėtų išgydyti hipnoze. Po atviro kalbėjimo studentams jautėsi įkvėptai ir pakiliai.

Kartą Matas liudijo:

- Kai susirgau, man buvo šešiolika, o dabar man trisdešimt dveji. Susirgęs aš nesivysčiau, pasilikau kaip tas šešiolikos metų paauglys. Niekas nesimokiau, niekuo nesidomėjau. Dabar kas kita, bet dar labai nedaug laiko, kai aš domiuosi gyvenimu, noriu daug ką žinoti. Jūs mus pamokote gyventi, be jūsų pagalbos būtų blogai. Per vasarą jūs visos atostogaujate, sunkiau pasidaro. Jeigu ne jūs, aš turbūt nesikelčiau iš lovos, nesiprausčiau, nebūtų gyvenime jokio tikslo. Aš dėkingas Dievui, kad jūs esate. Dėkingas visiems, kurie dėl mūsų stengiasi. O kiti neįvertina. Ir aš anksčiau neįvertinau..

Skaitomi eilėraščiai Matui dažnai priminė tą laiką, kai jis dar nesirgo, kai laiką leido pionierių stovykloje, kai kartu su tėvuku žuvavo. Gamtos sukeltų įspūdžių daug jo kalboje ir mėginimuose rašyti.

Mato prozos miniatiūra PETELIŠKĖ

Nė vieno lango, durys uždarytos. Koridoriuje skraido peteliškė. Nuo sienos prie sienos – nesuranda jokio plyšelio, pro kurį galėtų išskristi į laisvę. Pagaunu peteliškę, apgaubiu delnais ir nešu į lauką. Skrisk,

brangioji, skrisk. Ji dar neskrenda, kažko lūkuriuoja. Sulaikęs kvėpavimą žvelgiu į ją: peteliškė, kodėl tu neskrendi? Tu jau laisva. Peteliškė patiki savo jėga, apsidžiaugia laisve ir pakyla iš mano saujos. Gera.

Kartais pajuntu, kad yra kažkokia jėga, kuri mane šildo ir veda gera kryptimi. Kartais pajuntu, kad aš esu kaip ta peteliškė tarp gerojo angelo delnų.

Ugdomosios poetikos terapijos poreikis. Pamatęs ugdytoją, ateinančią į centrą, Matas labai apsidžiaugdavo

-Vėl atnešate kažką saldaus.

Pirmą kartą tai išgirdusi ugdytoja nustebė ir net pasiteisino, sakydama, kad gal ir neblogai būtų visiems kartu išgerti arbatos, bet šįsyk ji tikrai nieko saldaus neatnešusi.

Matas aiškino:

- Gyvenimas pasidaro saldesnis po mūsų susitikimų. Man vis atrodė, kad mano gyvenime nieko nebuvo, o kai mes pradėjome susitikinėti, aš pradėjau atsiminti viską, kas buvo. Daug malonių dalykų buvo, o aš juos buvau pamiršęs. Ne iš karto būna lengva. Kai jūs pradėdate skaityti, aš vos sutramdau ašaras. Tramdausi iš paskutiniųjų.

Vėl Matui buvo aiškinta, kad nereikia tramdytis, visi nuoširdžiai išgyvenami jausmai gražūs.

Ugdytoja kalbėjo:

-Tegu skausmas neslegia širdies lyg akmuo, tegu jis išeina iš sielos ir gula į piešinius, dienoraščio puslapius, tegu išsūva kartu su ašaromis.

-Neįmanoma,- sakė Matas,- neįmanoma išmesti to skausmo. Jūs net neįsivaizduojate, kiek jo daug mumyse.

Kartą, baigiantis ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimui, Matas kalbėjo:

-Čia yra vienintelė vieta, kur galima pašnekėti apie gyvenimą. Šito labai reikia. Turiu giminių, kartais paskambina, bet apie ką mes kalbame? Tuščios tos kalbos, nuo jų nepalengvėja gyvenimas. Mums reikia mokytis gyventi, o jūs mums labai daug duodate. Žinokite, aš saugau kiekvieną lapelį, kuriame mes kažką rašėme. Prieš miegą pasižiūriu į nupieštas svarstyklės, atsimenu, kaip suradome, kad gyvenime buvo ne tik blogų dalykų. Viską tebeturiu: ir saulę, ant kurios spindulių užrašėme, ką aš sugebu, ir apvedžiotus pirštus, ant kurių rašėme, ką reikia atsiminti. Atsimenu, kaip jūs sakėte, kad žmogui, kurio svajonės sparnas sužeistas, angelas paskolina savąjį, atsimenu, kaip ant svarstyklių lėkštelių dėjome gerus ir blogus praeities dalykus ir ieškojome pusiausvyros. Aš gyvenu vienas. Kas man padės? Nėra kam, todėl man labai reikia išminties. Man reikia mokytis gyventi. Eilės, kurias jūs skaitėte, taip pat padeda, ypač Nagio, Putino.

ATVEJO ANALIZĖ IR INETRPRETACIJA

Paranoidinė šizofrenija yra viena iš dažniausių šizofrenijos formų²¹. Laikotarpiu tarp susirgimo paūmėjimų dažnai būdingi negatyvūs šizofrenijos simptomai: sumažėjęs ak-

²¹ Susirgimui būdingos klausos haliucinacijos (girdimi realybėje nesančių žmonių ar dvasių balsai), dažnai neadekvačiai interpretuojami santykiai su kitais žmonėmis, tai yra būdingi persekiojimo, poveikio klaidės.

tyvumas, skurdūs jausmai, kalbos turinio skurdumas, neišraiškingas veidas, iniciatyvos stoka. Analizuojant atvejį, buvo pastebėta, kad žmogaus neiniciatyvumas, skurdi jausmų raiška ir skurdi kalba gali būti ne ligos požymis, o suprantama sergančio psichikos sutrikimu asmens reakcija į gyvenimišką situaciją: individo socialinio izoliavimo ir psichologinio izoliavimosi rezultatas.

Pirmiausia nustatomi Mato negalios ir negalios mokytis būti su kitais požymius.

34 lentelė

Negalios požymiai

Negalios kriterijus	Fenomeno raiška		
	Emocinė	Kognityvinė	Elgesys
Žema savivertė	„Vaikščiodamas labai keistai jaučiausi, taip lyg eičiau į vaikų darželį. O kai jūs pasakėte, jog esame laisvi ir galime eiti, kur norime, nebežinojau, kur aš, kiek man metų... Man pasidarė taip lengva...- kliento akyse suspindo ašaros.- Dėl to, kad mes-laisvi.“	Nesugebėjo, neišdrįso pasakyti, kurioje vietoje jam malonu pabūti, ką jam malonu toje vietoje daryti.	Nerūkantis, nesuvokiamos baimės valdomas Matas pasakė, kad malonu „rūkyti balkone“, labai norėjo, kad tik nebūtų atpažinti tikrieji išgyvenimai.
Kaltės išgyvenimo sutrikimo požymiai	Matas papasakojo, kad jautėsi labai nelaimingas, nes susirgo psichikos liga, o susirgęs draugams pasidarė nebeįdomus Buvo labai skaudu. Tada ir užvaldė mintys apie mirtį	Matas prisipažino, kad labai norėjo pamatyti, „kaip plaka varlytės širdis“, ir „peiliu atėmęs“ jos gyvybę. Kalbėjo, kad dėl to dabar labai kenčia, serga tokia liga. Neišgydžiau. Per mane paukštėlis žuvo. Aš kaltas. Matas pasakė, kad jame gyvena demonas, ir jis tai žino	Matas irzliai pasakė, kad ugdytoja priminė policininkę, norinčią daugiau sužinoti apie jį. Tai pasakęs Matas išsigando ir puolė atsiprašinėti, kad įžeidė.

NEGALIA: ŽEMA SAVIVERTĖ →

ĮGALINIMAS: EMOCINIO IR VERBALINIO KONTAKTO UŽMEZGIMAS

Savivertės išgyvenimo sutrikimas yra Mato negalios požymis, nes jam būdingos šios savybės: 1) stiprus nesaugumo jausmas, pažeidęs Aš pojūtį, 2) nuolatinė nesaugumo būseną, patiriama bendraujant su specialistais, 3) neigiama socialinė patirtis suvokiama kaip bausmė, 4) ypač stiprus nepasitikėjimas savimi, 5) ryškus saviraiškos sutrikimas, 6) mėginimas pasitraukti iš gyvenimo, pasikeitus santykiams su draugais.

Nesaugumas, autentiškų jausmų baimė

Atkreiptinas dėmesys į ypač stiprų asmens nesaugumo jausmą. Pirmojo susitikimo aplinka jam atrodė grėsminga, o ugdytojos mėginimas užmezgti pokalbį apie vietą, kurioje gera, Matui priminė tardymą policijoje. Pirmajame ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikime Matas nesugebėjo, neišdrįso pasakyti, kurioje vietoje jam malonu pabūti, ką jam malonu toje vietoje daryti. Nerūkantis Matas, jam pačiam nesuvokiamos baimės valdomas, pasakė, kad malonu „rūkyti balkone“, labai norėjo, kad tik nebūtų atpažinti tikrieji išgyvenimai. Bijoj, kad viešai pasakydamas, kur jam gera ir ramu pabūti, jis neprarastų to, kas priklauso tik jam ir yra brangu - Matas norėjo turėti ką nors privataus. Aš pojūtis buvo labai pažeistas, savoji tapatybė taip pat buvo menkai suvokiama. Autentiškų jausmų baimė, nesaugumas buvo viena iš verbalinių gebėjimų nykimo priežasčių.

EMOCINIO IR VERBALINIO KONTAKTO UŽMEZGIMAS

Nuoširdžiai pasakęs, ką jam iš tikrųjų primena susitikimas su ugdytoja-terapeute, jis puolė atsiprašinėti. Atvirumo kibirkštis pokalbyje tapo sėkmingo bendradarbiavimo pradžia, nes atvirumas sudarė galimybę emociškai prisiderinti prie kliento.

NEGALIA: YDINGA JAUSMŲ VALDYMO STRATEGIJA / ATsirIBOJIMAS NUO IŠORINIO PASAULIO→

ĮGALINIMAS: EMOCINIO IR VERBALINIO KONTAKTO UŽMEZGIMAS

Kai asmuo patiria, kad kiti jo nesupranta, aplinka pasidaro nemaloni ir grėsminga. Nepažįstamų, neįprastų jausmų atsiradimas yra psichikos sutrikimo raiška. Susirgęs Matas nesuprato, kodėl nebepajėgia suskaičiuoti maišų su kavos pupelėmis, kas pradėjo maišyti jo mintis ir kodėl atvažiavo „greitoji“ ir veža į psichiatrijos ligoninę. Sužeidžiamumas ir izoliacija didėjo kartu su atsirandančiais nepažįstamais, neįprastais jausmais. K. Koivisto, S. Jahnonen, L. Vaisanen (2003) fenomenologiniuose tyrimuose išvelgiama, kad atsiradus neįprastiems jausmams ir keičiantis žmogaus elgesiui, savęs suvokimas iš tikrųjų tebėra realistinis ir susietas su gyvenimiškosiomis situacijomis bei patirtimi,

tačiau socialinėje aplinkoje toks žmogus nesuprantamas, ir tai skatina asmenį užgniaužti emocijas. Mato gyvenime tokių situacijų buvo daug, tad jis išmoko atsiriboti nuo išorinio pasaulio (neigiamas socialinis išmokimas).

Dešimtmetį Matas nesuprato, kad esąs ligonis, o supratęs pradėjo liguistai kaltinti save, prarado savigarbą – visi šie veiksniai skatino psichologinę izoliavimąsi, užsisklendimą, jausmų užgniaužimą. D. Kelly, J. Shim, S. Feldman, Y. Yu, R. Conley (2004) atkreipia dėmesį į nevilgtį, sielvartą, sužinojus apie susirgimą psichikos liga. Sergantis šizofrenija užgniaužia savo emocijas, *Aš pojūtis prarandamas*, paskata kažko siekti taip pat yra užgniaužiama (Coggins, Fox, 2009). Gniauždamas, slėpdamas tikruosius išgyvenimus, šizofrenija sergantis Matas palengva pamiršo, kokius skaudulius užgniaužė, pamiršo gražias praeities akimirkas, tik jautė didžiulę vidinę įtampą. Atvejį analizuojant, pavyko išvelgti tai, ką yra pastebėję kiti mokslininkai (Butler, Surawy, 2004 ir Kashdan, Barrios, Forsyth, Steger, 2006, Roemer, Salters, Raffa, Orsillo, 2005) - nepilnavertis bendravimas užsisklendusio žmogaus būseną dar labiau blogina, dažnai kyla nerimas.

NEGALIA: KALTĖS IŠGYVENIMO SUTRIKIMAS / NEGATYVUS PATIRTIES VERTINIMAS →

ĮGALINIMAS: ASMENIŠKOS PATIRTIES ATSKLEIDIMAS, REIKŠMINGŲ IŠGYVENIMŲ IŠSAKYMAS, KRITINIO MĄSTYMO FORMAVIMASIS, POZITYVESNIS PATIRTIES VERTINIMAS

Požymiai: 1) blogio priežastys matomos tik savyje, 2) nepagrįstas savęs kaltinimas nekoreguojamas arba tik trumpam koreguojamas racionaliū būdu.

Kinestezinio intelekto panaudojimas atskleisti individo autentišką patirtį

Taikyta Ugdomosios poetikos terapijos technika „Gyvenimas yra kelias“. Užduotis įpareigojo pasivaikščioti po kambarį galvojant apie tai, kad gyvenimas yra kelias. Klientams sakyta, kad jie laisvi, gali eiti, kur nori. Matas, vaikščiodamas po kabinetą, patyrė stiprų laisvės pojūtį ir labai susigraudino. Prasmingai susijungus jo mintims ir kūno judesiams, atgijo užgniaužti jausmai ir prisiminimai. Matas džiaugsmingai atrado, kad ir jis esąs žmogus, turintis gyvenimą. Prisiminimų turinys reprezentavo Mato gyvenimiškąją patirtį, tad buvo panaudotas kaip mokymosi medžiaga. Prisiminimuose stengtasi išvelgti gyvenimo problemas ir jas aiškintis. Kūno pojūčių dėka sustiprėjo išorinio ir vidinio pasaulio ryšys, labai sustiprėjo saugumo jausmas ir palengvėjo verbalinis bendravimas.

GROŽINĖS LITERATŪROS SKAITYMAS

Literatūros skaitymas sužadino daug teigiamų prisiminimų: tėvo meilę, bočelio rūpestį, kad mažasis berniukas išgyventų. Bočelio prisiminimas Matui suteikė ramybės ir energijos pojūtį ir didino savigarbą. Prisimindamas ankstesnį gyvenimą, Matas pajuto, kad ir jis buvęs toks, kaip visi, juo labai rūpintasi. R. W. Bjorklund darbuose (1999) teigiama, kad prarastas identiteto jausmas tampa psichikos sutrikimu sergančio asmens neįgalumo priežastis. Prisiminimai leidžia atpažinti savo identitetą, jį išgyventi. Susitikimuose Matas suvokdavo skaitomo eilėraščio nuotaiką. Jis buvo įsitikinęs, kad poezija padeda surasti bendrą pokalbio temą, skatinančią visus atsiverti.

KATARSIS²² dažnai išgyventas: „*Kai pradėjome kalbėtis, mano akyse pasirodė ašaros, vos susitramdžiau nepravirkęs, o paskui buvo lengva, lengva*“, - ne kartą pasakojo Matas.

PASAKOJIMO YPATUMAI, IŠRYŠKĖJANTYS DALYVAUJANT UGDOMOJOJE POETIKOS TERAPIJOJE:

1) fizinio aktyvumo sustiprėjimas pasakojant, 2) metaforinio mąstymo atsiradimas.

Ugdomosios poetikos terapijos pradžioje Matas nepajėgė pasakoti apie savo gyvenimą. Jis neturėjo ką pasakyti ir bijojo kalbėti. Šie pastebėjimai patvirtino mokslininkų teiginius, kad sergančiųjų šizofrenija pasakojamos gyvenimo istorijos paprastai būna tuščios, atsietos nuo išgyvenimų, neatskleidžiančios santykių su kitais žmonėmis. (Fenton, 2000; Holma, Aaltonen, 1997, Lysaker, Davis, Eckert, Strasburger, Hunter ir Buck 2005).

Buvo pastebėta, kad asmens išlaisvintas gebėjimas atsiverti yra susijęs su ekspresyvumu, išradingumu stiprėjimu ir kalbėjimo pokyčiais. Pasakodamas prisiminimus, Matas kūno judesiais iliustruodavo praeities veiksmus, nesunkiai rado simbolinius palyginimus vidiniams išgyvenimams reikšti: „*liūdesys kaip juodas šalis*“. Pasakojimo struktūros ir turinio atsistatymas gali būti siejamas su visišku pasveikimu (Lysaker ir kiti, 2005).

KRITINĖ REFLEKSIJA / ŠVIEČIAMOSIOS INFORMACIJOS TEIKIMAS

Racionalus problemos aiškinimasis, ar neteisingą vaiko poelgį „*pažiūrėjimą, kaip plaka varlytės širdis*“ nulėmė bloga valia, ar nežinojimas, kad peilio pjūvis sukelia skausmą ir nužudo, leido Matui pakeisti požiūrį į vaikystėje padarytą klaidą ir nebesijausti kaltam.

Skaitymą lydinčioje diskusijoje aiškintasi, kodėl atsiranda noras numirti: ar mirties troškimą kursto tikrai nepagydoma liga, dažni sveikatos pablogėjimai, ar mirties trokštama, kai

²² A. Maslow (2006) katarsį nusako kaip sudėtingą iškvopos elgesio variantą, kaip sutrukdyto, neužbaigto veiksmo išraišką, teigia, kad išpažintis ar net įžvalga gali būti atspalaidavimo arba veiksmo užbaigimo reiškinys.

užvaldo skaudūs vienišumo ir nereikalingumo jausmai. Žinios, paaiškinančios, kad sergantis šizofrenija taip pat išgyvena vienišumą ir nereikalingumą, mažino kaltės jausmą.

DAILĖS TERAPIJOS TECHNIKŲ INTEGRAVIMAS

Matas ilgam įsiminė pieštas svarstyklės, ant kurių lėkštelių sudėjo gerį ir blogį. Ugdomojoje poetikos terapijoje dažnai iškyla būtinybė padėti individui palyginti, ko jo gyvenime daugiau: skausmo ar džiaugsmo, blogio ar gėrio, ir ieškoti pusiausvyros tarp įvairių išgyvenimų. Abstraktus aiškinimasis nepadėtų asmeniui apčiuopiamai susieti savrstymo metu išsakomų minčių su savo konkrečia patirtimi, su tuo, kas asmeniškai jam yra reikšminga.

POETINĖ IMPROVIZACIJA

Matas poetinės improvizacijos tekste atpažino grupės dalyvių žodžius ir jų asmenišką patirties ženklus, suprato, kad tekste yra ryškinama universali žmogaus vystymosi galia, romantizuojama ištvermė. Tekstui būdingas ne tik intymus kalbėjimas, bet ir stipraus asmens ištvermės teigimas. Improvizuojant orientuotasi į prasmės teigimą (poetinė retorika). Matas ir kiti grupės dalyviai išgyveno poetinį tekstą ir emociškai identifikavosi su stipresniu poetinio teksto herojumi.

SĄVEIKAVIMAS SU TEIKIAMOMIS EGZISTENCINĖMIS ŽINIOMIS: EMOCIJŲ IR SAVIVERTĖS POKYČIAI

Matui refleksyviai mąstant apie savo gyvenimą, ugdytojos išstartas viltį teigiantis, universalią dvasinę tiesą išreiškiantis posakis: „Jei svajonės sparnas sužeistas, angelas paskolina savąjį“ įkvėpė Matą poetinės miniatiūros rašymui, o parašyta miniatiūra suteikė džiaugsmo, pasitikėjimo savimi ir vilties. Pažymėtina, kad reflektuodamas savo patirties temomis ir mokydamasis suprasti savo gyvenimo įvykių priežastis ir pasekmes, patirdamas katarsį ir rasdamas vis daugiau vidinio ir išorinio pasaulio jungčių, Matas vis geriau suprato mokymosi reikšmę. Jis žinojo, kad gyvena vienas, o kiti žmonės turi savo rūpesčių, nemes savo darbų, šeimos reikalų, neskubės lėkti pas jį, jeigu jo gyvenime kils sunkumų. Išmintį jis suvokia kaip didžiausią dovaną, nes išmintingas žmogus sugeba išgyventi, savarankiškai spręsti. Išsilaisvinimas iš stigmatizacijos, nevilties jau buvo geras: Matas savanoriškai sutiko studentams papasakoti apie šizofrenijos ligą.

SVARBIAUSIOS UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS TECHNIKOS:

a) biblioterapinis dialogas, b) kritinė refleksija, c) žinių teikimas, d) aplinkos stebėjimas, e) judesio terapijos technikos, f) dailės terapijos technikos, g) poetinė improvizacija.

Biblioterapinis dialogas. Nauda- prisiminimų sužadimas, ugdytoji padėjęs suvokti asmens problemas, o asmeniui susigrąžinti biografijos turėjimo jausmą.

Kritinė refleksija buvo nepakeičiama vaduojantis iš kaltės, kuriai nėra objektyvaus pagrindo, išgyvenimo.

Judesio terapijos technikų integravimas plėtojo gebėjimą reflektuoti aplinką ir stiprino Aš pojūtį. Spontaniškai kylantys prisiminimai buvo medžiaga, reikalinga savo gyvenimiškosios situacijos analizei.

Dailės terapijos technikos padėjo geriau suprasti dabarties situaciją.

Aplinkos stebėjimas ir poetinė improvizacija sustiprino Aš pojūtį.

35 lentelė

Kliento įgalinimo požymiai

Įgalinimo kriterijus	Įgalinimo kriterijaus konkreti raiška
Sustiprėjęs pasitikėjimas savimi	„Susirgęs aš nesivysčiau, pasilikau kaip tas šešiolikos metų pauglys. Nieko nesimokiau, niekuo nesidomėjau. Dabar kas kita, bet dar labai nedaug laiko, kai aš domiuosi gyvenimu, noriu daug ką žinot“.
Emocijų atskleidimas	„Čia yra vienintelė vieta, kur galima pašnekėti apie gyvenimą. Šito labai reikia. Turiu giminių, kartais paskambina, bet apie ką mes kalbame? Tuščios tos kalbos, nuo jų nepalengvėja gyvenimas“.
Praeities pozityvus vertinimas	„Man vis atrodė, kad mano gyvenime nieko nebuvo, o kai mes pradėjome susitikinėti, aš pradėjau atsiminti viską, kas buvo“.
Aktyvi pozicija	Mokymosi poreikis
Kritinis mąstymas	„Daug malonių dalykų buvo, o aš juos buvau pamiršęs.“
Ugdymosi motyvacija	“Kas man padės? Nėra kam, todėl man labai reikia išminties. Man reikia mokytis gyventi.
Išlaisvėjimas	Nuoširdžiai atvirai pasakojo apie balsus, liepusius gulti po traukiniu, apie klaidingas mintis, kad „tik vokiečių psichiatras jį galėtų išgydyti hipnoze“.
Pasirinkimo galimybių suvokimas	„Jūs mus pamokote gyventi, be jūsų pagalbos būtų blogai“.

Ugdomosios poetikos terapijos poreikis

Poreikio raiška	Emocinė	Pažintinė	Socialinio bendravimo
	„Gyvenimas pasidaro saldus po mūsų susitikimų“.	„Žinokite, aš saugau kiekvieną lapelį, kuriame mes kažką rašėme. Prieš miegą pasižiūriu į nupieštas svarstyklės, atsimenu, kaip suradome, kad gyvenime buvo ne tik blogų dalykų. Viską tebeturiu: ir saulę, ant kurios spindulių užrašėme, ką aš sugebu, ir apvedžiotus pirštus, ant kurių rašėme, ką reikia atsiminti. Atsimenu, kaip jūs sakėte, kad žmogui, kurio svajonės sparnas sužeistas, angelas paskolina savąjį“.	„Jeigu ne jūs, aš turbūt nesikelčiau iš lovos, nesiprausčiau, nebūtų gyvenime jokio tikslo. Aš dėkingas Dievui, kad jūs esate“.

APIBENDRINANTYS TEIGINIAI

Žmogaus nesaugumo jausmas, baimė reikšti autentiškus išgyvenimus yra verbalinių gebėjimų nykimo ar nesivystymo priežastis. Saugumo jausmas ir ryšio su išoriniu pasauliu jautimas yra susiję.

Žinios gali padėti asmeniui neprarasti ryšio su išoriniu pasauliu, bet mokymasis įmanomas tik tada, kai asmuo yra atviras savo vidiniams išgyvenimams, o emocijos neužslopintos.

Literatūra, sužadinti jausmus ir leidžianti nebeslopinti skaudžių išgyvenimų, padeda atrasti pokalbiui aktualią temą, o metaforos, išreiškiančios tai, kas aktualu kiekvienam individui ir kas bendra visiems, yra priemonė, palengvinanti dvasinės bendrytės ir saugumo jausmo ugdymą.

Skandūs išgyvenimai yra patirties medžiaga, kurioje galima išvystyti egzistencijos problemas, jas išsiaiškinti ir spręsti racionaliu būdu – mokymosi procesas, susijęs su dvasinės kančios sustiprėjimu ir jį lydintiu katarsiu, reikalauja besimokančiojo ištvermės ir leidžia pasiekti ilgalaikių įgalinimo rezultatų.

Ankstesnio gyvenimo prisiminimų atkūrimas leidžia susigrąžinti Aš pojūtį, iš naujo atrasti savo tapatybę ir kokybiškai pakeičia asmens gebėjimą pasakoti.

IŠVADA

Eilėraščių skaitymą lydinčioje diskusijoje panaudojus judesio terapijos elementus, lengviau sužadunami prisiminimai ir sudaromos prielaidos kritinei refleksijai asmeniškų patirties temomis. Nesaugumą išgyvenančio, atsiribojusio nuo išorinio pasaulio asmens mokymąsi lengvina metaforų kalba, nes metafora labiau negu įprasta buitinė kalba susieja į visumą tai, kas kliento patirtyje yra jam asmeniškai reikšminga, ir tai, kas yra bendražmogiška, universalu. Ilgalaikiame ugdomosios poetikos terapijos procese darnus egzistencinių žinių ir metaforinio mąstymo mokymasis, susietas su dėmesiu kūno pojūčiams ir jų stimuliavimu, sugrąžina asmeniui gebėjimą papasakoti savo gyvenimo istoriją, transformuoja kaltės išgyvenimą į aktyvaus žmogaus poziciją, žemą savivertę į bendruomeniškumo išgyvenimą.

ASMENS, SERGANČIO ŠIZOAFEKTINIŲ SUTRIKIMU (DEPRESIJOS TIPU), ĮGALINIMO, TAIKANT UGDOMĄJĄ POETIKOS TERAPIJĄ, ATVEJO ANALIZĖ

Diagnozei būdingi ir šizofrenijos, ir depresijos požymiai

MARIAUS ATVEJO APRAŠYMAS

Amžius 20 metų vyras. Diagnozė – šizoafektinis sutrikimas (depresinis tipas). Gyvenimo istorijos duomenys: buvęs studentas, tarptautinį pripažinimą pelnęs sportininkas, smurto auka.

Dalyvavimo ugdomosios poetikos terapijos programoje trukmė – 6 savaitės. Periodiškumas – 2 kartai per savaitę. Vieno egzistencinio pokalbio trukmė – 60 minučių. Ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimų nebuvo. Individualių egzistencinių pokalbių – 12.

Pradžia

Iš pradžių į medicinos personalą kreipėsi Mariaus motina. Ji aktyviai prašė taikyti įvairius psichologinės bei socialinės terapijos metodus sūnui gydyti, netikėjo biologine samprata grindžiamu ligos aiškinimu ir medikamentinio gydymo sėkme, buvo nepatenkinta visais ankstesniais gydymais uždaryjame psichiatrijos skyriuje. Visiškas individo užsisklendimas, nekalbėjimas, nejudrus, įsmeigtas į vieną tašką žvilgsnis, dairymasis kabinete tuo metu, kai jis kalbinamas, kai domimasi jo gyvenimu, vertė suabejoti Mariaus pajėgumu dalyvauti terapijoje. Slaugytojai nuoširdžiai pripažino: „Mes su juo nemokame kalbėti. Su mumis jis nekalba“.

Pirmasis egzistencinis pokalbis (individualus)

Pokalbio metu pasakė savo vardą, į klausimą, kaip jis gyvena šiuo metu, neatsakė. Sėdėjo nuleidęs galvą, po kurio laiko apžvelgė grindis ir vėl sėdėjo susitingęs. Po trijų minučių Marius pasakė, kad šiuo metu viskas neblogai.

- Ar tikrai neblogai? – paklausė ugdytoja.

- Dabar neblogai, - atsakė Marius.

- O anksčiau?

- Anksčiau buvo blogiau, - pasakė ir nutilo.

Po ilgos tylos ugdytoja pasakė:

- Kitus klientus labai sutraumuoja žinia, kad jie susirgo psichikos sutrikimu. Kai kurie net dešimt metų negali pamiršti uždaramo skyriuje patirtų nemalonių išgyvenimų.

- Uždaramo skyriuje buvo blogiau. Na taip, ten... – Marius prakalbo stipresniu balsu, bet tarp žodžių buvo labai ilgos pauzės.

Mariui pasiūlyta kūrybiško rašymo užduotis – nupiešti lapę skritulį, o į jo skiltis surašyti savo savybes. Mariaus užrašytos jo savybės: „bejėgis, vienišas, nusiminęs, jautrus, kartais pykstantis“. Perskaičius žodžius, kuriais Marius charakterizavo save, iš karto kilo klausimai: 1) ar asmuo su niekuo nebendruoja, 2) ar nieko nemylė, 3) ar neturi ryškesnių kažkokios veiklos sugebėjimų. Ugdytojai padedant Marius atrado ir užrašė šias savo savybes: „draugiškas, darbštus, mėgstantis gamtą, šeimos žmogus“. Egzistencinio pokalbio metu buvo vardinamos teigiamos žmogaus savybės ir klausta, ar Mariui jos nebūdingos.

Marius panoro, kad iš jo subasmenybių mandalos išeitų bejėgiškumas. Bejėgiškumą jis įsivaizdavo kaip savo amžiaus žmogų, vilkintį tamsiais drabužiais, einantį per darganotą orą. Marius jį pavadino Verslininku.

Sakė neišivaizduojąs to žmogaus figūros, klausiamas apie išivaizduojamo žmogaus lytį, kartojo:

- Nežinau.

Jis nepasirinko jokio ugdytojos siūlomo atsakymo varianto, nepasakė, ar išivaizduojamas žmogus moteriškos ar nenusakomos lyties – viskas tilpo žodyje „nežinau“.

Paklausus, ką jis žino apie išivaizduojamo žmogaus biografiją, pasakė:

- Jis ligonis, - ir į visus tolesnius klausimus atsakė tylėjimu.

Ugdytoja pakartojo :

- Jis ligonis.

Marius tylėjo.

Po penkių minučių, nesulaukusi tolesnių žodžių, ugdytoja paaiškino, kad ir ligoniai turi biografiją, bet daugelį žmonių traumuoja paguldymas į uždarąjį psichiatrijos skyrių, jie nebetiki, kad gyvenimas dar gali turėti prasmę, jaučiasi labai nelaimingi, kad nebegyvena pirmąsio labai sėkmingo gyvenimo, jie nebesijaučia savimi.

Mariaus akyse pasirodė ašaros, jis giliai įkvėpė ir skaudžiai, be jokių pauzių pasakė:

- Viskas yra taip, kaip jūs pasakojate.

- Jūs jaučiatės praradęs viltį?- paklausė ugdytoja.

Marius atšylančiomis akimis pažvelgė į ją, bet nieko nepasakė.

Ugdytoja išryškino žmogaus būties problemą, sakydama:

- Liga sutrikdo asmens gyvenimą, bet ją galima gydyti vaistais, o psichologinę traumą, kurią sukėlė patekimas į psichiatrijos ligoninės uždarytą skyrių, dažnai sunkiau įveikti, bet įmanoma

Mariui pasakyta, kad gali rinktis, ar bendradarbiauti su specialistu ir stengtis įveikti traumos pasekmes, ar pasiduoti.

Marius suaktyvėjo:

- Ar jūs sutiksite su manimi dirbti?

Kai Marius išgirdo teigiamą atsakymą, jo žvilgsnio gyvumas ir dėmesio koncentracija nė kiek nepriminė to Mariaus, kuris stovėjo ligonių poilsio kabinete atsirėmęs į sieną arba sėdėjo prie stalo egzistencinio pokalbio pradžioje.

Staiga Marius ryžtingu rankos judesiu parodė į pribraižytą, prirašytą užduoties lapą ir pasakė:

- Jis - ne vyras. Nenusakomos lyties. Gal net moteris. Aš nežinau.

Mariui buvo priminta žaidimo pradžia: paaiškinta, kad savo charakterio savybei vaizduotės, fantazijos dėka jis suteikė žmogaus pavidalą, leido gyventi savarankiškai. Marius klausėsi įdėmiai, tada jo paklausta, ar to Verslininko, apie kurį jis rašė atlikdamas užduotį, gyvenimas yra panašus į jo, Mariaus, gyvenimą. Marius linktelėjo galva. Atvirai paklausta, ar jis kartais nesuabejoja savo paties vyriškumu. Jis tylėjo. Paaiškinta, kad gydymo tikslu vartojami vaistai gali sumažinti vyrišką lytinę potenciją ir sukelti skaudžių išgyvenimų, bloginančių psichikos būseną. Marių pradėjo krėsti drebulys, akyse pasirodė ašaros.

Jam pasakyta:

- Jei pastebėjote nepageidaujamus medikamentų sukeltus reiškinius, mes turime informuoti gydančią gydytoją, kad sumažintų vaistų dozę ar vienas tabletes pakeistų kitomis.

Marius atsiduso ir pasakė nebe norįs tęsti pokalbio, nes jaučiasi labai pavargęs. Nepraėjus nė minutei jis jau buvo gydančios gydytojos kabinete, o ši dvigubai sumažino paskirtų medikamentų dozę. Slaugytojoms Marius taip pat pasiskundė dideliu nuovargiu, atsiradusiu egzistencinio pokalbio metu, bet tvirtino, jog jam bendravimas labai padėjęs.

Antrasis egzistencinis pokalbis

Marius pasisveikindamas nusišypsojo ir atsisėdo priešais. Jo paklausta, kaip jis gyvena dabar, kas jam rūpi, ko jam trūksta.

-Šiuo metu viskas yra neblogai,-pasakė.

Mariui buvo paduota eilėraščių knyga ir paprašyta iš atsitiktinio eilėraščio išsirinkti vieną žodį. Marius atvertė vidurinius knygos lapus ir spontaniškai, žaibiškai pirštu parodė į žodį:

- Čia tas žodis: „gyvatė“.

Paprašius žodį pavartoti sakinyje Marius parašė: *Atšliaužė didelė, pikta gyvatė. Paėmiau ylą dūriau gyvatei į galvą. Paskui atvažiavo autobusas, mes įlipome į jį ir nuvažiavome. Vėliau aš sugrįžau atsiprašyti negyvos gyvatės.*

Parašęs klausiamai žiūrėjo į ugdytoją.

- Gyvatė,- ji pakartojė.

-Taip, gyvatė,- pasakė Marius.

- Jums ji kažką reiškia?

- Gyvatė yra simbolis.

- Taip, simbolis. Bet ką tas simbolis jums reiškia?- domėtasi.

- Kaip vaistinėje,- jis pasakė.

- Na taip. Gyvatė jums primena vaistinę. Gal galite papasakoti, kodėl pagalvojote apie vaistinę.

- Būna gyvačių nuodai,- pasakė.

-Būna,- patvirtino ugdytoja ir laukė, ką Marius dar pasakys.

Marius tylėjo. Ugdytoja taip pat tylėjo.

Po ilgos minutės ji paklausė:

- Na taip, gyvačių nuodai vartojami medicinos pramonėje. O kodėl jūs prisiminėte vaistinę, gyvatės simbolį? Ką jis jums reiškia?

- Yra toks ženklas, medicinos simbolis. Jame yra gyvatė,- aiškino Marius.

- O jūs šiuo metu gydotės, bendraujate su medikais.

- Na taip. Kaip liga.

- Gyvatė jums simbolizuoja ligą?

- Taip, bet liga yra ne vien tik blogis.

Kai gyvatės simboliuje buvo atrasta ligos, kaip egzistencijos fenomeno, prasmė, buvo išvelgtos mokymuisi svarbios problemos ir užduoti klausimai: „Kaip liga keičia mūsų²³ gyvenimą? Ką parandame susirgę? Gal susirgę išmokstame atrasti naujus savo sugebėjimus? Ar tik ligos sukeliame reiškiniai yra turėtų galimybių praradimo priežastis? Ar daug galių prarandame dėl to, kad nepažįstame naujos situacijos, nežinome, kas priklauso nuo mūsų?

Į iškeltus klausimus atsakė pati ugdytoja, o Marius susikaupęs klausėsi, kartais įsiterpdamas vienu ar keliais žodžiais:

- Taip ir yra, kaip jūs sakote.

Arba:

-Taip, aš tai jaučiu.

Po trumpos paskaitėlės (išplėstų atsakymų į iškeltus klausimus) vėl sugrįžta prie susitikimo pradžioje Mariaus parašyto sakinio. Paklausta, apie kokius žmones jis galvojo, rašydamas „atvažiavo autobusas, mes įlipome į jį ir nuvažiavome“. Ką tame sakinyje reiškia „mes“? Marius prisipažino galvojęs apie savo šeimą: tėvą, mamą. Ir gal apie brolių. Jis teigė, kad šeima jam labai padeda.

Po šio pokalbio Marius vėl buvo labai pavargęs, koridoriuje prasilenkdamas su slaugytoja pasakė, kad jam reikia eiti namo, nes mama ruošiasi iškristi į Londoną.

²³ Įvardis „mes“ yra vartojamas problemas keliančiuose klausimuose ir atlieka keletą funkcijų:

1. pabrėžiamas mokymosi konkretumas, mokymosi turinys susiejamas su besimokančiu asmeniu.

2. pabrėžiamas partnerystės santykis.

Trečiasis egzistencinis pokalbis

Marius jau šiek tiek daugiau bendravo su medicinos personalu, noriai įėjo į terapijos kabinetą, bet buvo įsitempęs. Marius paklausė, ar bus galima tęsti susitikimus, kai baigsis gydymo laikas. Atsakyta, jog bus galima bendrauti. Marius atsikvėpė ir atsipalaidavo. Jis neturėjo, ką pasakyti ar ko paklausti. Buvo pasiūlyta parašyti akrostichą .

Frazės iš jo akrosticho (akrosticho rašymui panaudotas tikras asmens vardas, todėl negalima pateikti viso akrosticho): „Brolis studentas. Anglijoje tėvai sunkiai dirba. Išmintingas mano brolis. Užbaigęs darbą, grįšiu namo. Studijos brangiai kainuoja“.

Pirmiausia paklausta apie brolių. Sužinota, kad brolis vyresnis, kad jie gerai sutaria. Marius pasakė, kad didžiuojasi, jog brolis yra studentas.

- Ar kartais nepagalvojate, kad jūsų brolis laimingesnis už jus? Jis studijuoja, - paklausė ugdytoja.

- Aš noriu gero savo broliui.

- O jis jums?

- Taip. Mes su tėvais sutarėme, kad brolis padės man, kai pabaigs mokslus. Dabar aš jam padedu.

- Kaip padedate?

- Aš daug dirbu. Tėvai taip pat daug dirba. Mokslas brangiai kainuoja.

Buvo išvelgtos mokymuisi reikšmingos problemos: ar daug dirbdami mes laikomės elementaraus darbo ir poilsio režimo. Ar daug dirbdami neprarandame sugebėjimo pamatyti aplinką, kurioje gyvename: gamtą, gatves, pabendrauti su žmonėmis.

Marius pasakė, kad jau metai, kai jis nemato gatvių, žmonių, neturi su kuo bendrauti. Paaiškinta, kokios būna pasekmės, kai nebematome aplinkos, prarandame draugus, dirbame kaip automatai. Marius atsiduso.

- Būna, kad artimam žmogui norime gero, bet tuo pačiu metu jaučiame apmaudą, kad mūsų gyvenimas skiriasi nuo jo gyvenimo. Jūs stengiatės broliui padėti, bet ar nepagalvojate, kad jūs pats dabar norėtumėte studijuoti, sėdėti auditorijoje?- paklausė ugdytoja.

- Studijavau verslo vadybą. Man gerai sekėsi, bet...

- Bet...

- Mane sumušė. Pasirodžiau panašus į tą, kuris jiems buvo skolingas. Praradau sąmonę, atsigavau reanimacijos skyriuje. Teko pasiimti akademines.

- O kokia dabar savijauta? Ar trauma atsiliepia?

- Viskas praėjo, tik intensyviai sportuoti nebegaliu. Galvoju, kad vėliau grįšiu į studijas,- jis trumpam nutilo,- dabar brolis studijuoja. Studijos brangiai kainuoja.

- Ar pavargęs nuo darbo nepagalvojate, kad broliui dabar lengviau. Ar jis įvertina jūsų pastangas materialiai padėti?

- Jis neturi laiko apie tai pagalvoti, net gerai nesupranta, ką reiškia dirbti be poilsio. Jam reikia daug pinigų, labai daug pinigų. Dėl to tėvai išsiskyrė. Mama išvažiavo į Angliją.

- O tėvas liko Lietuvoje?

-Dabar jis taip pat Anglijoje, bet kartu su mumis negyvena. Pinigų duoda, daug pinigų. Tėvas man geras, kasdien skambina.

- Sunkiai išgyvenote tėvų skyrybas?

- Taip. Viskas susidėjo: tėvų skyrybos, trauma, o dar po pusmečio susirgau psichikos liga.

Buvo paklausta, ar bendravimas su ugdytoja jam naudingas. Marius pasakė, kad po pokalbių jam daug ramiau ir jis geriau supranta savo gyvenimą. Pasibaigus pokalbiui jis vėl rado priežastį išeiti iš psichikos sveikatos centro.

Ketvirtasis egzistencinis pokalbis

Marius buvo paprašytas prisiminti laimingiausią dieną ir tai aprašyti.

Mariaus parašytas tekstas „Laimingoji diena“:

Aš stovėjau ant pakylos kartu su kitais komandos nariais. Tuo metu ant mano krūtinės užkabino aukso medalį. Komandoje buvau sėkmingiausias. Man dovanojo gėlių. Žmonės žiūrėjo į mane.

Perskaičius buvo paklausta, kaip laimingą dieną atrodė žmonės. Sužinota, kad Marius atkreipė dėmesį į jų rankose laikomas gėles. Jam atrodė, kad žmonės labai ryškūs ir susižavėjusiomis akimis žvelgia į jį. Mergina jam padovanojo gėlių. Paklausta, ar grojo himną, kai buvo įteikiami apdovanojimai. Pasidomėta, su kokiais planais Marius sieja ateitį.

- Tikiuosi, kad versle atrasiu savo gyvenimą,- pasakė.

Jo mintys buvos surašytos į vieną tekstą. Rašė ugdytoja.

Empatiškas rašymas: *Čempionato pabaiga. Prieš žmonių minią stoja geriausia komanda. Grojamas himnas. Ant žaidėjų krūtininių sublizga užkabinti aukso medaliai. Jis laimingas, didžiuojasi savimi ir savo komanda. Suspaudžia rankoje merginos padovanotas gėles. Žmonės kaip niekada ryškūs, susižavėjusiomis akimis žvelgia į jį. Jis neįsivaizduoja didesnės laimės, svajoja apie kitus laimėjimus ir net nenujaučia, kad po pusmečio visam laikui atsisveikins su didžiuoju sportu, ir tai padarys ne savo noru, o likimo priverstas.*

Tas laimingasis sportininkas – tai aš prieš ketvertą metų. Tada dar neįtariau, kad vieną dieną tapsiu smurto auka, ir reikės gyvenimą pradėti iš naujo. Dar neįtariau, kad susirgsiu psichikos sutrikimu ir uždaryjame psichiatrijos skyriuje pagalvosiu, kad mano gyvenimas prarastas, nebežinosiu, kas aš esu. Aš išmokau liudyti žmogaus išgyvenimus ir supratau, kad tai turi prasmę. Iš mūsų klaidų, kančių ir skaudžiai atrandamo suvokimo, kaip gyventi, galės mokytis kiti. Galvoju, kad mano ryžto ir valios, ištvermės, kurių reikėjo didžiajame sporte, reikės ir organizuojant verslą. Tikiu, kad man pavyks

-Grįšiu į studijas, – jis tvirtai pasakė baigiantis susitikimui.

Penktasis egzistencinis pokalbis

Marius išsirinko vieną žodį iš eilėraščio: „vasara“. Žodį pavartojo rišliame tekste ir linksmai padavė rašinį.

Mariaus savarankiškai parašytas rašinys

Vasara dar tik prasideda. Susirinkau dokumentus ir važiuosiu į universitetą. Išsiaiškinsiu, kada galėsiu išlaikyti egzaminus, kurių po sumušimo negalėjau laikyti kartu su kitais. Susirinkau visus užrašus, kai ką pakartojau. Mėginu susigrąžinti mokymosi įgūdžius. Rudenį pradėsiu studijuoti. Tėvas pažadėjo pinigų mano studijoms. Tikiu, kad pasiseks savo sugebėjimus realizuoti versle.

- Jau nebereikia užduoti klausimų, kad lengvai pasakotumėte apie savo gyvenimą? – paklausė ugdytoja.

Marius nusijuokė:

- Jau nebereikia. Išmokau gyventi.

Mariaus tvirtinimas, kad jis išmoko gyventi, paskatino kritinę refleksiją: kodėl kartais prarandamas sugebėjimas gyventi. Mariui buvo pasakyta, jog dažnai mokymosi procese jaunuoliams suteikiama per mažai informacijos apie žmogaus būties problemas, nesimokoma reflektuoti, pažinti vidinių išgyvenimų. Kai trūksta žinojimo, susikuriama iliuzija, kad mano gyvenime negali būti jokių sudėtingų situacijų, kad kažkas kitas gali patirti likimo smūgį, tik ne aš.

- Aš buvau vienas iš tų jaunuolių, kurie įsitikinę, kad gyvenimas yra paprastas ir lengvas, galvoju, kad reikia mokėti susigalvoti pramogų ir to užtenka. Mūsų niekas nemokė įveikti gyvenimo sunkumų. Mane mokė pirmą kartą, - kalbėjo Marius, - aš niekada nė su vienu žmogumi nebuvau atviras. Net vaikystėje.

- Mes visą laiką mokomės suprasti save, gyvenimo reiškinius, kitus žmones. Tobulinamės savo profesijoje, ir tai padeda įveikti ligas, jausti savo vertę, - kalbėjo ugdytoja..

- Jau žinau, kad mokymasis padeda. Aš studijuosiu. Vėl būsiu tarp studentų, turėsiu savo gyvenimą.

Po ketverių metų pertraukos Marius tęsia studijas.

ATVEJO ANALIZĖ IR INTERPRETACIJA

Šis atvejis reprezentuoja šizoafektiniu sutrikimu sergančių asmenų grupę – tuos šizoafektinio sutrikimo atvejus, kai vienu metu pasireiškia ir šizofrenijos ir depresijos požymiai²⁴. Psichologinė- socialinė trauma gali labai sutrikdyti kalbėjimo – mąstymo funkcijas ir labai sumažinti gebėjimus mokytis. Nykstantys gebėjimai tampa dar viena psichikos trauma, o tai sudaro palankias sąlygas šizoafektiniam sutrikimui progresuoti.

Pirmiausia nustatomi negalios mokytis būti požymiai.

²⁴ Plačiau. Dembinskas, A., Goštautaitė Midtun, N. (2003). Psichikos sutrikimai. *Psichiatrija*, p.288

Negalios požymiai

Negalios kriterijus	Fenomeno raiška		
	emocinė	kognityvinė	Elgesys
Žema savivertė	Užslopintas. Emocinė būseną perteikiama kūno kalba: sėdėjo nuleidęs galvą, po kurio laiko apžvelgė grindis ir vėl sėdėjo susitingęs. Po trijų minučių Marius pasakė, kad šiuo metu viskas neblogai.	Marius įrašė tik silpnąsias savo savybes.	Sėdėjo nuleidęs galvą, po kurio laiko apžvelgė grindis ir vėl sėdėjo susitingęs. Po trijų minučių Marius pasakė, kad šiuo metu viskas neblogai

NEGALIA: NEKALBĖJIMAS →**ĮGALINIMAS: ASMENIŠKAI REIKŠMINGŲ VIDINIŲ IŠGYVENIMŲ ATSLOPINIMAS IR RAIŠKA, VERBALINIŲ GEBĖJIMŲ IŠLAISVINIMAS (PRAKALBĖJIMAS), KRITINIO MĄSTYMO ATSIRADIMAS, SUSTIPRĖJĘS PASITIKĖJIMAS SAVIMI, BENDRYSTĖS JAUSMAS**

Požymis pastebėtas ugdomosios poetikos terapijos proceso pradžioje, individualaus darbo su klientu metu. Ugdomosios poetikos terapijos proceso pradžioje Mariaus nesugebėjimas kalbėti, papasakoti apie savo gyvenimą buvo susietas su psichikos traumomis (psichologinis -socialinis aspektas), o taip pat priklausė nuo neurobiologinių ypatybių (biologinis aspektas). Sergantiems šizofrenija, o taip pat sergantiems depresija būdingas nesugebėjimas kalba perteikti asmeniškų išgyvenimų - aleksitimija²⁵ (biologinis aspektas).

Susitikimo pradžioje Mariaus elgesys buvo labai panašus į žmogaus, nesiorientuojančio aplinkoje ir savyje, elgesį. Dairymasis tuo metu, kai į jį kreipiamasi, net sudarė prielaidas pagalvoti, ar tikrovės suvokimas neiškreiptas, ar nėra haliucinacijų. Tokia Mariaus išvaizda kūrė partnerystės principų neatitinkančius santykius: dauguma žmonių į jį žiūrėjo kaip į bejėgį, jautė jam užuojautą, o tai buvo dar viena iš žemos savivertės priežasčių. Verbalinis kontaktas su Mariumi buvo įmanomas, bet sunkus, tarp žodžių buvo ilgos pauzės. Susitikimo pradžioje jis negalėjo nieko papasakoti apie save, bet teigė, kad „dabar ne taip blogai“. Savo būseną jis lygino su dar sunkesnėmis būsenomis, bet ne su laisvo, sveiko žmogaus savijauta. Žema savivertė neleido susieti į visumą to gyvenimo, kurį jis gyveno prieš susirgdamas, ir dabartinio gyvenimo, kuriame jis yra identifikavę-

²⁵ Gr.lexis –žodis, thymos – dvasia, nuotaika. (Dembinkas, 2003, p.176)

sis su bejėgio, beviltiško ligonio role. Biografijos neturėjimas, o tiksliau negalėjimas jos papasakoti, yra būdingas sergantiems šizofrenijos spektro sutrikimais. Daugelis tyrėjų konstatuoja, kad sumažėja sergančiųjų šizofrenija gebėjimas išsamiau papasakoti savo gyvenimo istoriją (Laing, 1978; Lysaker ir Lysaker, 2002; Parnas ir Handest, 2003).

NEOBJEKTYVUS, NEIGIAMAS SAVĖS VERTINIMAS IR JO KOREKCIJA

Į „Subasmenybių mandalą“ Marius įrašė tik silpnąsias savo savybes, kurias ryškina liga. Dialogo dėka Marius atrado ir teigiamas savo savybes, o tai stiprino pasitikėjimą savimi. Be ugdytojos pagalbos jis nebūtų sugebėjęs to padaryti.

DAILĖS TERAPIJOS TECHNIKŲ INTEGRAVIMAS Į POETIKOS TERAPIJĄ

Kūrybiškas išgyvenimų projektavimas į įsivaizduojamą asmenį. Kūrybiško rašymo metu Marius suprojektavo savo būseną į įsivaizduojamą nupieštą asmenį ir pasakė: „Jis ligonis“. Prašomas papasakoti apie įsivaizduojamo žmogaus biografiją, jis tylėjo ir laukiančiomis akimis žiūrėjo į ugdytoją, lyg prašydamas klausyti. M. Hynes (1994) ir kiti pabrėžia poetikos terapijos uždavinį – išgirsti nepajėgiančio kalbėti tylą, suprasti, ką nekalbantis norėtų pasakyti.

Marius nežinojo, kodėl jis nieko negali pasakyti apie įsivaizduojamo žmogaus gyvenimą, nežinojo, kad psichikos sutrikimais sergančiųjų vidiniai išgyvenimai panašūs ir skaudūs. Tas nežinojimas didino vidinį sutrikimą. Vyko disociacijos reiškinys - buvo atskeliami skaudūs vidiniai išgyvenimai, kurių protas nepajėgia integruoti į asmenybės visumą, todėl sutriko žodžių, susijusių sunkiausiais vidiniais išgyvenimais, prasmės suvokimas – verbaliniai gebėjimai nukentėjo.

Simbolinės medžiagos, kurioje galima atpažinti savo gyvenimiškąją situaciją, panaudojimas

Laikytasi prielaidos, kad informacija apie tai, ką gali jausti žmogus, būdamas Mariaus situacijoje, padės vaikinui prisiminti ankstesnius išgyvenimus ir atpažinti dabartinius jausmus, o tai išlaisvins traumos užblokuotą gebėjimą kalbėti. Ugdomojoje poetikos terapijoje vadovautasi P. Freire (2006) transformuojančio mokymo teorija, kurioje teigiama, kad simbolinė medžiaga padeda besimokančiajam atpažinti jam aktualias gyvenimo problemas. Pokalbyje su Mariumi simbolinės medžiagos funkciją atliko pasakojimas apie psichikos sutrikimais sergančiųjų išgyvenimus. Beklausydamas pasakojimo Marius kartais išvardavo: „Ir man taip buvo“, „taip“, „tikrai“, tačiau atviriau, išsamiau kalbėti nesugebėjo.

Marius savo išgyvenimus perkėlė į įsivaizduojamą personažą, tad dialogo metu buvo stengtasi sužinoti, ar jam pačiam būdingos tos savybės, kurias jis suteikė nupieštajam herojui. Pokalbio metu sužinota Mariui aktuali lytinės identifikacijos problema.

EGZISTENCINIO POKALBIO PROCESAS: TECHNIKOS „IŠLAISVINANTIS ŽODIS“ PANAUDOJIMAS

Klientas nerado žodžių savo išgyvenimams išreikšti, o pasiūlius žodžio paieškoti knygos puslapyje, jis tuoj pat surado reikiamą: „gyvatė“. Kliento sakiny su jame pavartotu žodžiu „gyvatė“ buvo sunkiai suvokiamas, buvo neaišku, kaip iškoduoti jo prasmę. Daug dėmesio skirta simbolio „gyvatė“ aiškinimuisi, nes būtent šį simbolį Marius spontaniškai pasirinko. Išskoduojant simbolį asmuo pirmiausia kalbėjo apie tas prasmes, kurios yra daug mažiau svarbios išreikšti jo būsenai, ir tik ugdytojos padedamas pajėgė atrasti tą simbolio reikšmę, kuri labiausiai susijusi su jo gyvenimu. Dialogo metu buvo labai svarbu neforsuoti, neskubėti pasakyti Mariui, kokius vidinius išgyvenimus jis norėjo perteikti simboliu „gyvatė“, o išlaukti, kol jis pats pasakys tai, ką jaučia.

DIALOGO APLINKKELIO²⁶ NAUDA UGDOMOJOJE POETIKOS TERAPIJOJE:

1) ilgiau tęsiant pokalbį labiau stimuliuojami verbaliniai įgūdžiai, 2) maksimalus dėmesys kliento žodžiams (rūpestis klientu) didina jo savivertę.

Šizoafektiniu sutrikimu sergančio asmens gebėjimas iškoduoti simbolį yra susijęs su jo *Aš pojūčio* suvokimu ir jo išgyvenimu. Kai prarandamas savasis Aš, tampa nebesuprantamos tos žodžių prasmės, kuriose užkoduotos neišspręstos, dvasinį identitetą pažeidusios egzistencijos problemos. Pagrindinė (centrinė²⁷) žodžio prasmė pamirštama, nebesuvokiama, žodis pirmiausia kelia tas asociacijas, kurios susijusios su ne esminėmis, o šalutinėmis prasmėmis. H. Tamura (1998) straipsnyje *Therapeutic functions of poetic language in schizophrenia* tvirtino, kad šizofrenija sergančiųjų kalbai būdinga tai, kad žodžio centrinė prasmė yra pakeičiama marginalinėmis arba asmeninėmis prasmėmis (p.189). Simbolio prasių suvokimo atkūrimas sudaro prielaidas gyvenimo problemų išskėlimui ir atsakymo į rūpinimus klausimus ieškojimui.

EGZISTENCINIO POKALBIO PROCESAS: KRITINĖ REFLEKSIJA

Išsiaiškinus, ką Mariui reiškia „gyvatė“, analizuota, 1) kokių galimybių žmogus netenka susirgęs psichikos sutrikimu (reali gyvenimo situacija), 2) kas priklauso nuo

²⁶ Analizuodamas dialogą M. Buberis skiria tris jo principus. Trečiasis dialogo tipas paremtas monologu, „kai kalbasi kiekvienas pats su savimi“ ir „kiekvienas paliktas pats sau“ (Buberis, p.71).

²⁷ Žodžio (kalbos vieneto) centrinė prasmė, lingvistikoje vadinama denotacijos terminu, o šalutinė, marginalinė žodžio prasmė yra papildoma, atpažįstama atskiruose posakiuose, lingvistikoje vadinama konotacijos terminu.

žmogaus paties: kaip galima pakeisti savo požiūrį, elgesį, 3) kokios priežastys lemia vienokį ar kitokį požiūrį į save, į supančius žmones? 4) ar palengvina sergančiojo gyvenimą žinojimas tų priežasčių, kurios daro poveikį įsitikinimams.

EGZISTENCINIO POKALBIO PROCESAS: ASMENS METAFOROS IŠKODAVIMAS

Trijų pirmųjų egzistencinių pokalbių metu reikėjo panaudoti *Išlaisvinančio žodžio* techniką, įgalinančią Marių spontaniškai rasti žodžius, turinčius jam asmeniškai reikšmingą prasmę. Tos prasmės aiškinimasis leido sužinoti Mariaus biografijos ypatybes ir pastebėti dažniau kartojamus žodžius (asmens metaforas). Metafora terapijoje tiriama – ją aiškinantis, keičiasi kliento savęs įvardijimas: vidinę tuštumą pakeičia nepripažintų jausmų atradimas, atvirumas, atsiranda prielaidos naujiems požiūriams, išvalgoms (Blake, 2002).

Kai trumpame teksto fragmente, vienas žodis kartojamas dažniau už kitus, tikėtina, kad asmeniui jis yra reikšmingesnis ir galbūt susijęs su prieštaringais vidiniais išgyvenimais. Rašydamas akrostichą, Marius kelis kartus pakartojo žodį „brolis“. Brolis jam buvo autoritetas, bet galvojimas apie jį primindavo skirtingas jų situacijas: brolis studentas, studijos brangios, o jo, Mariaus, pinigai reikalingi tam, kad brolis studijuotų. Išdrįsdamas būti atviras jausmams, kurie susiję su broliu, Marius tapo pajėgus papasakoti apie savo studijas. Analizuojant Mariaus įgalinimo prakalbėti procesą, išvelgiama, kad gebėjimas papasakoti savo gyvenimo istorijos fragmentus yra susijęs su gebėjimu būti atviram savo išgyvenimams, tiek dabartiniams, tiek patirtiems praityje.

NEGALIOS KRITERIJAUS NEKALBĖJIMAS TRANSFORMAVIMAS Į ĮGALINIMO KRITERIJŲ PRAKALBĖJIMAS

Individualių egzistencinių pokalbių metu surinkti duomenys leido išvelgti, kad nekalbėjimas yra neatsiejamas nuo žemos savivertės, o pastaroji neatsiejama 1) nuo čia ir dabar patiriamos nesaugumo būsenos ir Aš pojūčio netekimo, 2) nuo bejėgiškumo įsisąmoninimo (liga kartojasi, žlugo pastangos grįžti į sveiko žmogaus gyvenimą).

EGZISTENCINIŲ POKALBIŲ REZULTATAS – VERBALINIŲ GEBĖJIMŲ IR SAVIVERTĖS POKYTIS

Susigražinant gebėjimą pasakoti, keičiasi asmens savivertė: Marius, pradėjęs lengviau kalbėti apie savo gyvenimą, vis aiškiau suprato, kad jis gali mokytis. Ugdytojos parašytas tekstas, perteikiantis jo išgyvenimus, leido Mariui pajusti, kad jis yra teisingai suprantamas, ir išryškino tas vertybes, kurios jam galėtų būti naudingos formavimuojantis

asmeninėms pozicijoms. Mariaus verbaliniai gebėjimai visiškai atsistatė po to, kai jis papasakojo apie didžiausias gyvenimo traumas. Savojo dvasinio identiteto susigrąžinimas ir tolesnis jo vystymasis buvo susietas su vertybių aiškinimusi. Marius buvo mokytas tik pirmauti, bet ne įveikti sunkumus. Kalbinių įgūdžių atkūrimas grąžino asmeniui jo turėtas psichines galias. Jis sugrįžo mokytis į kolegiją.

SVARBIAUSIOS TECHNIKOS:

1. **Kūrybiškas rašymas** (išlaisvinančio žodžio ir akroticho rašymo technika, empatiškas ugdytojo rašymas). Buvo atkurtas gebėjimas kalbėti. 2. **Dialogas** (aplinkkelio dialogas) labai svarbus asmens savigarbos ir Aš pojūčio stiprinimui, žodžio prasmės suvokimo korekcijai.

38 lentelė

Kliento įgalinimo požymiai

Įgalinimo kriterijus	Įgalinimo kriterijaus konkreti raiška
Sustiprėjęs pasitikėjimas savimi	„Išmokau gyventi.“
Emocijų atskleidimas	„Viskas susidėjo: tėvų skyrybos, trauma, o dar po pusmečio susirgau psichikos liga“.
Aktyvi pozicija	„Susirinkau visus užrašus, kai ką pakartojau. Mėginu susigrąžinti mokymosi įgūdžius. Rudenį pradėsiu studijuoti.“
Kritinis mąstymas	„Aš buvai vienas iš tų jaunuolių, kurie įsitikinę, kad gyvenimas yra paprastas ir lengvas, galvojau, kad reikia mokėti susigalvoti pramogų ir to užtenka. Mūsų niekas nemokė įveikti gyvenimo sunkumų. Mane mokė pirmauti.“
Ugdymosi motyvacija	„Mokymasis padeda“.
Išlaisvėjimas	Kalba lengvai, nebereikia specialių užduočių
Pasirinkimo galimybių suvokimas	„Jau žinau, kad mokymasis padeda. Aš studijuosiu. Vėl būsiu tarp studentų“.

Ugdomosios poetikos terapijos poreikis

Ugdomosios poetikos terapijos poreikio raiška	Emocinė	Pažintinė	Socialinio bendravimo
	Po pokalbių jam daug ramiau, ir jis geriau supranta savo gyvenimą.	„Mūsų niekas nemokė įveikti gyvenimo sunkumų. Mokymasis padeda“.	

Apibendrinantys teiginiai

Traumos (sužinojimo apie psichikos ligą) nulemta žema savivertė yra veiksnys, neleidžiantis individui atskirų gyvenimo fragmentų susieti į visumą ir verčiantis savo gyvenimą tapatinti tik su nesėkmingąja dalimi.

Kalbėjimo funkcija sutrinka, nes 1) užmirštami žodžiai, keliantys asociacijas su ankstesniu gyvenimu, kai tapatintasi su stipriu žmogumi; 2) pasikeičia žodžio (simbolio) semantinis suvokimas.

Iki šiol mokslinėje literatūroje nebuvo aprašyta, kaip vystosi šizoafektiniu sutrikimu sergančio asmens žodžio prasmės suvokimo sutrikimas.

IŠVADA

Išlaisvinančio žodžio technikos dėka emocinę paramą teikiančioje aplinkoje asmuo atpažįsta žodį, labiausiai susijusį su jam asmeniškai reikšmingu įvykiu ir vidiniais išgyvenimais, sustiprėja savęs pojūtis dabartyje ir pamėginama atsiverti. Atsiveriant susigrąžinami prarasti verbaliniai gebėjimai. Ilgalaikiame ugdomosios poetikos terapijos procese pasakojant atskirus gyvenimo epizodus, susigrąžinamas oraus žmogaus, turinčio savo biografiją, jausmas ir išsilaisvinama iš žemos savivertės, o tai yra įgalinimo rezultatas.

UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS, TAIKOMOS ĮGALINTI SERGANČIUOSIUS ŠIZOFRENIJOS SPEKTRO SUTRIKIMAIS, ĮGALINIMUI VEIKSMINGUMO TYRIMAS: ATVEJŲ ANALIZĖS APIBENDRINIMAS

Išanalizuoti 3 ugdomosios poetikos terapijos taikymo atvejai.

Žema savivertė → pozityvi savivertė. Sergant šizofrenija ar šizoafektiniu sutrikimu (depresijos variantu) asmens savivertė yra žema, bet apie savo nevisavertiškumą asmenys neįstengia kalbėti. Ugdomosios poetikos terapijos pradžioje asmuo nekalba apie aukštesnius poreikius, klientas kalba tik apie gyvenimo beviltiškumą/ beprasmiškumą arba pernelyg stiprų kaltės išgyvenimą, kai objektyviai, vadovaujantis visiems priimtinomis elgesio normomis, kaltės jausmui nėra pagrindo. Dialogo metu yra sužinomi kliento vienišumo, žemos savivertės išgyvenimai, bet tai įvyksta vėliau, užmezgus gilesnį verbalinį kontaktą, jau pasiekus pirmųjų pozityvių savivertės transformacijos pokyčių. Atvejų analizės duomenys sudarė prielaidas papildyti biheavioristinę asmens savivertės sampratą, savivertę susieti ne tik su atsaku į savo elgesį, ne tik su pasiekimais, kurių vertė nustatoma lyginant savuosius laimėjimus su kitų asmenų veiklos rezultatais, bet ir su gyvenimo prasmės suvokimu bei gebėjimu gyventi prasmingai, realizuoti aukštesnius poreikius.

Beviltiškumo, vienišumo, kaltės išgyvenimai → teigiamesnės emocijos, pozityvesnė savivertė. Beviltiškumo, vienišumo, kaltės išgyvenimai neatsiejami nuo žemos savivertės ir yra labai sunkūs, žlugdantys asmenybę. Buvo pastebėta, kad kritinė refleksija ir teikiamos žinios lengvina beviltiškumo, vienišumo, kaltės išgyvenimus, bet iš sunkių išgyvenimų išsivaduojama tik įvykus asmens savivertės transformacijai.

Ydinga jausmų valdymo strategija → pozityvesnės emocijos, užsisklendimo mažėjimas. Sergantieji šizofrenija skaudžiais jausmais nesidalija, juos slopina arba nuo jų stengiasi atsiriboti. Pastebimas kliento užsisklendimas arba nesuvokiamas, neįprastas elgesys. Klientai jautė savo asmenybę kaip lengvai sužeidžiamą ir negalinčią saugiai jaustis, nes jų patyrimai neįprasti, ne tokie, kaip kitų. Remiantis atvejų analizės duomenimis, galima patvirtinti K. Koivisto, S. Jahnonen ir L. Vaisanen (2003) fenomenologinių studijų įžvalgą, kuriose sakoma, kad neįprasti išgyvenimai yra vidinio sumišimo priežastis, verčianti izoliuotis ir atsargiai stebėti kitus žmones. Analizuojant atvejus, įsitikinta, kad klientų, lankančių ugdomosios poetikos terapijos grupės susitikimus, *Aš pojūtis* buvo nusilpęs, jie išgyveno nesaugumą tarp žmonių, buvo praradę tikėjimą savo galimybėmis. Žema savivertė buvo susieta su šiais išgyvenimais, o tai dar labiau stiprino užsisklendimą.

Psichoanalizėje užsisklendimas siejamas su liūdesio darbo (liūdesio reakcijų psichinio perdirbimo) antrąją fazę (Auchter, Strauss, 2003, p.85). Remiantis atvejų analizės duomenimis, galima teigti, kad šizofrenija sergančio asmens liūdesio reakcijų perdirbimo procesas yra nesibaigiantis, atsiradęs kalbos ir kalbėjimo sutrikimas – aleksitimija – dar labiau sustiprina liūdesį, tad prakalbėjimas yra neigiamų emocijų mažinimo ir pozityvaus savivertės pokyčio prielaida.

Aš pojūčio stiprinimas. Analizuojant atvejus, buvo atkreiptas dėmesys į tai, kad šizofrenija sergančio asmens psichikai būdingas disociacijos reiškinys, į jį žvelgiama humanitariniu meniniu aspektu. Laikomasi nuostatos, kad atsiskyrimas nuo skaudžių išgyvenimų vystosi palaipsniui. Asmuo suvokia, kad jis vienišas, kad jam negera tarp žmonių, ir jaučia poreikį nuo jų atsiriboti. Sergantysis gali sustabdyti tokios būsenos negatyvų poveikį tolesniam gyvenimui kreipdamasis pagalbos į psichikos sveikatos specialistą, bet tai įmanoma tik tuo atveju, jei asmuo turi minimalių refleksinio mąstymo įgūdžių ir žino, kad užsisklendimas pavojingas. Aplinkos, ypač gyvos gamtos stebėjimas, elementarių kūno pojūčių stimuliavimas, poetinis išgyvenimas, kurio metu individas susieja savo patirties prasmes su poezijos kūrinio prasmėmis, stiprina visybišką suvokimą, o pastarasis padeda išsaugoti ir vystyti refleksinio mąstymo gebėjimus.

Neįprasti, nuolat kartojami ritualai → geresnis savęs suvokimas, neįprastų ritualų nykimas. Analizuojant atvejus, buvo išvelgta, kad klientai nesąmoningai atsiskiria nuo vidinių skaudžių išgyvenimų (disociacijos fenomenas), bet juos traumuojanti patirtis niekur nedingsta, todėl šizofrenija sergantis asmuo savo jausmus, impulsus, troškimus nesąmoningai projektuoja į kitus objektus: atlieka beprasmius ritualus, įkyriai kartoja vieną ar kitą žodį (projekcija). Toks reiškinys psichoanalizėje vadinamas savigynos mechanizmu. Pasirenkant intervencinę techniką, nesigilinta į kliento ankstyvosios vaikystės ypatumus, siekta tik vieno: atskleisti traumuojančius išgyvenimus, juos išreikšti kalba ir padėti individui perkelti jo įvairias emocinės patirties prasmes į vieną naratyvą, tokiu būdu sudaryti prielaidas traumuojančių išgyvenimų pripažinimui ir integravimui į vieną patirtį.

Aleksitimija → prakalbėjimas, išlaisvėjęs verbalinis bendravimas. Aleksitimija siejama su pažeistu asmens identitetu, tai yra išnykusiu gebėjimu jausti savo tapatybę. Stebėtų klientų *Aš pojūčio* nusilpimas ar išnykimas buvo susietas su traumine patirtimi, analogiškas išvadas yra padarę K. Koivisto, S. Jahnonen ir L. Vaisanen (2003). Buvo išvelgta, kad aleksitimijos problemą galima spręsti: 1) stimuliuojant asmens kūno pojūčius, 2) skatinant aplinkos (išorinio pasaulio) ir individo (vidinio pasaulio) ryšių užmezgimą, 3) dialogo metu išsiaiškinant kliento vidinius išgyvenimus ir juos perkeliant į kliento gyvenimiškąją patirtį išreiškiančią meninę kalbą. Kai *Aš* pojūtis gali būti labai silpnas,

o aplinkos jautimas nepakankamas, asmeniui kyla sunkumų, suvokiant, kas priklauso nuo jo, o kas nuo kitų žmonių, įvykių; kas buvo praeityje, kas yra dabartyje - šiais atvejais yra tikslinga stimuliuoti dabartinės situacijos suvokimą ir integruoti dailės terapijos technikas.

Analizuojant šizoafektiniu sutrikimu sergančio asmens prarasto gebėjimo prasmingai, verbaliai bendrauti atkūrimo procesą, buvo išsiaiškintas aleksitimijos vystymosi mechanizmas ir patvirtintas ugdomosios poetikos terapijos technikų, atkuriančių kalbėjimo bei kognityvinius įgūdžius, veiksmingumas. Taip pat buvo pastebėta, kad sergant šizoafektiniu sutrikimu pakinta žodžio prasmės suvokimas, kaip ir paranoidinės šizofrenijos atveju. Mūsų tyrimo duomenys patvirtino H. Tamura (1998) pastebėjimus, liudijančius, kad šizofrenija sergančiųjų kalbai būdinga tai, jog žodžio centrinė prasmė yra pakeičiama marginalinėmis arba asmeninėmis prasmėmis (p.189). Tyrimo metu buvo išvelgta, kad žodžio centrinės prasmės pakeitimas marginalinėmis yra susijęs su asmens savivertės nykimu. Marginalinės žodžio prasmės yra mažiau susietos su dvasiniu skausmu, atsirandančiu dėl pažeistos savivertės. Savęs vertinimo korekcija yra kalbinių įgūdžių išsaugojimo prielaida.

Biografijos neturėjimo jausmas → savo gyvenimo atradimas

Socialiai reikšmingos biografijos neturėjimo jausmas buvo susietas su ankstesnio gyvenimo prisiminimų stoka arba su gyvenimo beprasmiškumo išgyvenimu, sugebėjimais prisiminti vien negatyvius praeities epizodus. Šizofrenija sergančiųjų kalbos tyrinėtojai teigia, jog sergantieji nekalba apie save kaip veikiančius asmenis didžiuliam socialiniame pasaulyje (Kline, Horn, Patterson, 1996; Lysaker, Wickett, Wilke, Lysaker, 2003) ir labai skurdžiai blankiai kalba apie ligą (Amador ir kiti., 1995; Lysaker, Clements, Plascak-Hallberg, Knipschure, Wright, 2002). Jų istorijos „tuščios“, asmeninė pozicija socialiai nereikšminga, nekalbama apie intymius ryšius su kitais žmonėmis (Roe, 2001; Roe, Ben-Yaskai, 1999; Wright, Gronfein, Owens, 2000). Mūsų atliktas fenomenologinis šizofrenija sergančių asmenų stebėjimas ugdomosios poetikos terapijos metu neprieštarauja čia pateiktoms mokslininkų išvargoms. Grožinės literatūros skaitymas buvo ypač svarbi technika siekiant sužadinti asmens prisiminimus. Aplinkos stebėjimo ir poetinės improvizacijos technikos padėjo šizofrenija sergantiems asmenims geriau suvokti tai, kas yra čia ir dabar, išgyventi Aš pojūtį ir stimuliuoti ankstesnio gyvenimo prisiminimus. Ugdomojoje poetikos terapijoje kalbėjimas apie išgyvenimus lavino kalbą ir didino savivertę.

Kognityvinis vystymosi stimuliavimas poetikos terapijoje

Eil.nr	Negalios požymis	Negalią didinantis mąstymo konstruktas	Ugdomosios poetikos terapijos technika
1	Žema savivertė	„Viską padarė liga.“ „Aš pats dėl visko kaltas.“ „Mano gyvenimas nieko nereiškia.“ „Mano gyvenime nieko nebuvo, tik liga.“	Kritinė refleksija Išsiaiškinamas kliento požiūris į save ir į ligos galią. Išsiaiškina, koku požiūriu klientas vadovaujasi, teigdamas, kad jis bejėgis. Žinių teikimas Patvirtinimas, kad šizofrenija sergančiojo jausmai galioja. Aiškinimas, kas yra sveika šizofrenija sergančiojo asmenybėje. Biblioterapinis dialogas Prisiminimų žadinimas, emociinės patirties analizė,
2	Aleksitimija	„Aš esu kitoks, mano gyvenimas prarastas“.	Išlaisvinančio žodžio technika, Akrostichas, Empatiškas rašymas

Šizofrenija sergančiojo emocinis vystymasis poetikos terapijoje

Eil. nr	Emocijų ir suvokimo problemos	Emocinės problemos raiška	Prielaidos emocijų transformacijai	Ugdomosios poetikos terapijos technika
1	<i>Aš pojūtis</i> nusilpęs	Užsisklendęs, nekalbant, nepastebintis aplinkos.	Kūno pojūčių stimuliavimas. Aplinkos pamatymas. Teigiamų prisiminimų įsisąmoninimas.	Judesio terapijos technikos. Aplinkos stebėjimas. Poetinė improvizacija. Biblioterapinis dialogas.

2	Nevisavaertiškumo išgyvenimas	Nekalba, nesuprantami sakiniai. Atlieka tik jam vienam svarbius ritualus.	Vidinių išgyvenimų atskleidimas ir perkėlimas į literatūrinę kalbą, Katarsis.	Empatiškas rašymas.
3	Neigiamos emocijos, lydinčios praeities išsąmoninimo konstrukta	Klausimai apie ankstesnę gyvenimą kelia liūdesį arba pyktį, vengiama pokalbių, kurios sukeltų bet kokias asociacijas su praeitimi.	Teigiamų praeities išgyvenimų atskleidimas ir išreiškimas poetine kalba („praeities sudabartinimas”). Gamtos vaizdus ir jų išgyvenimą perteikiančios poezijos skaitymas .	Minties įvaizdijimas. Biblioterapinis dialogas.
4	Neisavertiškumo išgyvenimas bendruomenėje	Užsisklendimas.	Bendra veikla.	Kolektyvinė kūryba.
į	Neisavertiškumas, neigiamas ateities įsivaizdavimas	Užsisklendimas.	Savo jausmų pripažinimas galiojančiais, identifikacija su stipresniu lyriniu herojumi.	Poetinė improvizacija.

Įgalinimo rezultatai: sumažėjusi emocinė įtampa, mažiau neigiamų emocijų, lengvesnis bendravimas, atkurti verbalinio bendravimo įgūdžiai, motyvacija mokytis, atsakomybė už savo gyvenimą, padidėjusi savivertė.

Remiantis išanalizuotų atvejų duomenimis, galima teigti, kad ugdomoji poetikos terapija yra veiksmingas metodas, tinkamas įgalinti šizofrenija sergančius asmenis. Ugdomosios poetikos terapijos veiksmingumą lemia holistinis ugdymo pobūdis ir ugdomosios poetikos terapijos technikų sistema, sustiprinanti savivertę ir įgalinanti įsitraukti į kritinę refleksiją grindžiamą racionalaus mokymosi procesą.

Sergančiųjų depresija ir sergančiųjų šizofrenija įgalinimo palyginimas

Ydinga jausmų valdymo strategija depresijos atveju yra dažniau susieta su socialiniu išmokimu slopinti emocijas: nekritišku pasidavimu visuomenės nuostatoms, teigiančioms, kad 1) sergantiems psichikos sutrikimais negalima jaudintis, 2) reikia vengti liūdesio, kad sveikata nepablogėtų, 3) akyse suspindusios ašaros yra ligos požymis.

Ydinga jausmų strategija šizofrenijos atveju mažai priklausė nuo pasidavimo šioms nuostatoms, bet daug reikšmės turėjo neigiama patirtis, susieta su psichozės išgyvenimu, gydymusi uždaryjame psichiatrijos skyriuje. Klientai jautė savo asmenybę kaip lengvai sužeidžiamą ir negalinčią saugiai jaustis, nes jų išgyvenimai neįprasti, ne tokie, kaip kitų.

Ugdomosios poetikos terapijos proceso metu didžiausi iššūkiai ugdytojui: depresijos atveju sergančiojo nerimas, kylantis sužadinus prisiminimus, baimė jausti, **šizofrenijos atveju** - sergančiojo nesugebėjimas savo jausmus pripažinti savo asmenybės dalimi.

42 lentelė

Ugdomosios poetikos terapijos proceso dalyvių mintys apie ugdomosios poetikos terapijos poreikį

Asmuo	Ugdomosios poetikos terapijos poreikis	Citata
Genė	Nerimo suvaldymas	„Prisimindama apie ką mes čia kalbėjome, aš neišprotėju. Nurimstu ir užmiegu“.
	Beviltiškumo transformacija	„Mintys pradeda suktis apie mirtį, atrodo, einu iš proto, Va tada, kai man būna labai blogai, proakis pradeda plaukti visi mūsų susitikimų vaizdai, išgirstu jūsų balsą“.
	Pažintiniai poreikiai	„Noriu bendrauti su žmonėmis, kurie „baigę aukštus mokslus“. „Norėčiau lankyti „trečiojo amžiaus“ universitetą“.
	Bendravimo poreikio patenkinimas	„Man reikia bendravimo“.
	Atsakomybė už savo gyvenimą	„Žmogus pats turi stengtis ir mokytis gyventi.“
Palmira	Beviltiškumo transformacija	„Gyvenimas nebeatrodo toks baisus, bet stresų gyvenime daug“.
	Kaltės išgyvenimo transformacija	„Iš tiesų reikia daugiau stebėti gyvenimą, nenugrimzti į nereikalingus galvojimus“.
	Kognityvinis vystymasis	„Man labai palengvėjo, aš labai daug sužinojau“.

	Bendravimo, paramos poreikio patenkinimas	„Kai nustoju eiti į susitikimus, pradėdau mažiau pastebėti, kas vyksta aplink, vėl užsidarau“.
Lolita	Gyvenimo beprasmiškumo transformavimas	„Aš tą eilėraščių stengiuosi girdėti mintyse naktį, kai nubundu ir kai apima nerimas.“
	Savęs pažinimo poreikio patenkinimas	Lolita energingai čiupo nuo stalo prirašytą popieriaus lapą: „Šitą aš parsinešiu. Daug kartų skaitysiu. Man padeda“
Matas	Negatyvaus praeities vertinimo transformacija	„Gyvenimas pasidaro saldesnis po mūsų susitikimų. Man vis atrodė, kad mano gyvenime nieko nebuvo, o kai mes pradėjome susitikinėti, aš pradėjau atsiminti viską, kas buvo. Daug malonių dalykų buvo, o aš juos buvau pamiršęs“.
	Bendravimo poreikio patenkinimas	„Čia yra vienintelė vieta, kur galima pašnekėti apie gyvenimą. Šito labai reikia“.
	Mokymosi poreikio patenkinimas	„Aš gyvenu vienas. Kas man padės? Nėra kam, todėl man labai reikia išminties. Man reikia mokytis gyventi“.
	Sąmoningas, atsakingas mokymasis	„Žinokite, aš saugau kiekvieną lapelį, kuriame mes kažką rašėme. Prieš miegą pasižiūriu į nupieštas svarstyklas, atsimeinu, kaip suradome, kad gyvenime buvo ne tik blogų dalykų. Viską tebeturiu: ir saulę, ant kurios spindulių užrašėme, ką aš sugebu, ir apvedžiotus pirštus, ant kurių rašėme, ką reikia atsiminti“.
Marius	Vertybių transformacija	„Aš buvau vienas iš tų jaunuolių, kurie įsitikinę, kad gyvenimas yra paprastas ir lengvas, galvoju, kad reikia mokėti susigalvoti pramogų ir to užtenka. Mūsų niekas nemokė įveikti gyvenimo sunkumų. Mane mokė pirmauti, aš niekada nė su vienu žmogumi nebuvau atviras. Net vaikystėje“.
	Mokymosi prasmės atradimas	„Jau žinau, kad mokymasis padeda. Aš studijuoju. Vėl būsiu tarp studentų, turėsiu savo gyvenimą“.

Apibendrinantys teiginiai

Aš pojūtis reiškia dabartį, o jo išgyvenimo stiprumas priklauso nuo atvirumo dabarties įspūdžiams ir prisiminimams.

Aš pojūčio stiprumas siejamas su savivertės išgyvenimu.

Nesąmoningai atsiskiriant nuo ankstesnio gyvenimo sukeltų skaudžių išgyvenimų (vykstant disociacijai), silpsta Aš pojūtis, nukenčia gebėjimas vidinius išgyvenimus išreikšti kalba.

„Išlaisvinančio žodžio“ technika yra ypač svarbi dirbant su individu, kai psichologiniai faktoriai yra užblokavę gebėjimą suvokti žodžio prasmę ir kalbėti.

IŠVADA

Atsiribojimas nuo gyvenimo iki ligos ir psichikos sutrikimo diagnozės sukeltų skaudžių vidinių išgyvenimų neleidžia atskirų būties fragmentų integruoti į visumą, stipriai išgyventi Aš pojūčio, todėl prarandamas gebėjimas papasakoti socialiai reikšmingą gyvenimo istoriją; silpsta socialinio bendravimo poreikiai ir verbalinio bendravimo įgūdžiai, todėl šizofrenijos spektro sutrikimu sergančio asmens prakalbėjimas yra svarbiausia įgalinimo priemonė. Giluminiame, poetiniame pokalbyje stiprėja asmenybės integralumas, o jį lydi pozityvios emocijos ir stiprėjantys pažintiniai poreikiai. Prakalbėjimas ir įgytas gebėjimas papasakoti savo gyvenimo istoriją transformuoja žemos savivertės išgyvenimą į stiprų bendruomeniškumo jausmą ir pasitikėjimą savimi, o tai yra įgalinimo rezultatas.

IŠVADOS

Tyrimo visumos pagrindu galima teigti, kad

1. Pagrindiniai faktoriai, neigiamai veikiantys psichikos ligomis sergančiųjų gebėjimą savarankiškai gyventi visuomenėje ir mokytis būti yra emocijų slopinimas ir ignoravimas, jų nepažinimas, ir nežinojimas, kaip susidoroti su neigiamais išgyvenimais – visa tai nukreipia asmens mąstymą negatyvia linkme: negatyviai vertinama praeitis, išgyvenamos neigiamos emocijos arba jos nuskursta, prarandamas tikslas, ateities svajonės, tai lemia žemą savigarbą, žemą savęs vertinimą, emocinę įtampą, užsisklendimą ir kalbėjimo įgūdžių nykimą. Šizofrenijos atveju pastebimas žodžio prasmės suvokimo sutrikimas – jį lemia prarastos savivertės sukeliama neigiami išgyvenimai. Centrinė žodžio prasmė sukelia asociacijas, primenančias ankstesnę socialiai reikšmingą gyvenimą ir prarastą savivertę, nuo šių skaudžių išgyvenimų, kaip ir nuo centrinės žodžio prasmės, nesąmoningai atsiri-bojama, centrinė žodžio prasmė pakeičiama marginaline arba asmenine – tai yra viena iš psichikos procesų disociacijos ir kognityvinių funkcijų silpnėjimo priežasčių. Šių procesų pasekmė – identiteto (tapatumo pačiam sau) nebesuvokimas ir ryšio su aplinka netekimas, socialinio bendravimo įgūdžių netekimas. Mokantis reikšti ir pažinti emocijas bei susidoroti su neigiamais išgyvenimais kritinio mąstymo dėka, galima išsaugoti savigarbą ir nesumenkinti savęs vertinimo, o tai gali apsaugoti psichiką nuo disociacijos reiškinių ir didinti gebėjimą savarankiškai gyventi visuomenėje ir mokytis būti.

2. Dėmesys depresija arba šizofrenija sergančio individo asmeninėms prasmėms sukuria artimą emocinį ryšį, išlaisvina užgniaužtas emocijas ir paskatina užsisklendusį asmenį prakalbėti. Skaudžių asmeniškų išgyvenimų atskleidimas išryškina žemos savi-vertės ir gyvenimo beprasmiškumo problemas, gyvenimo prasmė atrandama dalijantis autentiškais vidiniais išgyvenimais ugdomosios poetikos terapijos grupėje ir išgyvenant dvasingumą. Skurdžia kalba, padrikai išsakytų vidinių išgyvenimų atpažinimą meninėje kalboje lydi spontaniškas savęs suvokimas, teigiamos emocijos. Išsakydamas vidinius išgyvenimus kitiems ugdomosios poetikos terapijos grupės dalyviams, asmuo įgyja gebėjimą papasakoti savo gyvenimo istoriją. Emocinės paramos fone, pasakojant savo gyvenimo istoriją, atrandama jos socialinė prasmė, sustiprėja pasitikėjimas, pagerėja savęs vertinimas, atrandama viltis, rekonstruojami verbaliniai, refleksinio mąstymo įgūdžiai, skatinama kritinė refleksija ir mokymosi motyvacija. Visa tai kreipia psichikos sutrikimu sergančio asmens mąstymą pozityvia kryptimi, leidžia identifikuotis ne su gydomu, o su besimokančiu gyventi bendruomenėje asmeniu ir transformuoti žemos savivertės išgyvenimą į bendrystės jausmą, negatyvios patirties suvokimą į pozityvesnį, beviltiškos ateities vaizdinį į pasirinkimo galimybių suvokimą ir veiklos planavimą.

3. Depresija arba šizofrenija sergančiųjų įgalinimo Ugdomosios poetikos terapijos procese modelis teoriškai pagrindžiamas A. Adlerio individualiosios psichologijos holistiniu požiūriu į žmogų, kuriuo vadovaujantis psichikos sutrikimu sergantis žmogus matomas konkrečioje jo situacijoje: pripažįstamas pašąmonės poveikis elgesiui, socialiniams santykiams ir individo socialinis interesas būti suprastam bendruomenėje; A. Adlerio požiūriu į individo literatūrinę kūrybą kaip į individualiosios ir socialinės raiškos aktą, leidžiantį susitaikyti su išoriniu pasauliu; P. Freire socialine emancipacine transformuojančio mokymosi koncepcija, akcentuojančia užguitojo asmens prakalbėjimą kaip išsilaisvinimo iš aukos rolės ir įgalinimo prielaidą, V. Franklio logoterapijos idėjomis (visose gyvenimo situacijose, net sergant sunkia psichikos liga galima atrasti gyvenimo prasmę, o žmogus atsakingas už jos ieškojimą), ir E. Tisdell kultūriniu dvasiniu požiūriu į transformuojantį mokymąsi, kuriuo remiantis asmeniškai prasmingas pasakojimas jautriems klausytojams suprantamas kaip visybiškesnio gyvenimo suvokimo, savęs supratimo ir bendruomeniškumo kūrimo prielaida.

4. Sukurta Ugdomosios poetikos terapijos metodika yra inovatyvi priemonė, veiksminga optimizuojant depresija arba šizofrenija sergančiųjų įgalinimo mokytis ir savarankiškai gyventi procesus. Ugdomosios poetikos terapijos užsiėmimuose bendradarbiaujant su ugdytiniu(iais), meninės-poetinės kalbos technikos naudojamos kaip represuotų jausmų sužadavimo ir išlaisvinimo, negatyvių išgyvenimų ir nerimo suvaldymo, verbalinių gebėjimų atkūrimo bei refleksinio mąstymo skatinimo ir asmens įtraukimo į transformuojančio mokymosi dialogą įrankiai:

- *Akrostiko* ir kitų žodžių išlaisvinančių technikų dėka padidėja verbalinio bendravimo įgūdžius praradusio individo spontaniškumas, sužinomi klientui asmeniškai reikšmingi žodžiai, sudarantys prielaidas užmegzti giluminį dialogą ir atskleisti vidinius išgyvenimus. Dialogo metu išsilaisvinant iš vidinio užsisklendimo, didėja asmens savivertė ir koreguojamas žodžio prasmės suvokimas, o tai sudaro prielaidas kognityviniam vystymuisi ir socialinio bendravimo įgūdžių lavinimui.
- *Empatiško rašymo* technikos dėka psichikos sutrikimu sergančio asmens skurdžia arba padrika kalba perteikti vidiniai išgyvenimai yra kūrybiškai perkeltami į savo vertę jaučiančio, visybiškiau gyvenimą suvokiančio asmens pasakojimą. Atpažindamas savo išgyvenimus pasakojime, psichikos sutrikimu sergantis asmuo spontaniškai emociškai identifikuojasi su pasakotoju ir pasakojimo herojumi, o tai lemia pozityvų savęs suvokimo, savęs vertinimo pokytį.
- *Terapinėje poetinėje improvizacijoje* pavartojami klientui asmeniškai prasmingi žodžiai atveria kitokį – pozityvesnį - pasaulio vaizdą, kuris, emociškai susitapatinus, išgyvenamas ir suvokiamas kaip pozityvesnė patirtis ir šviesesnė ateities

perspektyva. Šių išgyvenimų kartojimasis ilgalaikiame terapijos procese perkelia kliento „aš“ iš negalios į įgalumo kontekstą.

- *Minčių įvaizdinimas* malonius prisiminimus paverčia dabarties išgyvenimu, o tai suteikia teigiamų emocijų „čia ir dabar“. Ilgalaikiame terapijos procese vyksta ryški asmenybės transformacija, apimanti emocinius ir kognityvinius procesus – pozityvūs išgyvenimai transformuoja praeities ir ateities suvokimus, atsiranda viltis, išsiugdoma įgalintam asmeniui būdinga aktyvi pozicija ir bendrystės jausmas.
- *Kritinės refleksijos* metu aiškinantis, kokios priežastys ir įsitikinimai lėmė būtent tokią gyvenimo patirtį, išmokstama suvokti, kas priklauso nuo aplinkos ir kas nuo paties psichikos sutrikimu sergančio asmens, ką jis pats gali pakeisti. Tai didina savivertę, rolė „Aš auka“ pakeičiama į savarankiško, atsakingo už savo gyvenimą asmens rolę.
- Ugdomosios poetikos terapijos proceso pradžioje, emocijų žadinimo metu, pasireiškiantis ryškus depresija sergančio asmens psichikos būsenos pablogėjimas yra sunorminamas panaudojant nerimą suvaldančias *aplinkos stebėjimo* ir *poetinės improvizacijos* technikas.
- Taikant techniką *asmens metaforos iškodavimas* šizofrenija sergančiojo neįsisąmonintiems, nuolat atliekamiems ritualams suteikiama žodžiais paaiškinama prasmė, o ją perkėlus į sergančiojo gyvenimo istorijos pasakojimą, įvyksta ryškus savęs suvokimo pokytis, ilgalaikiame terapijos procese tai lemia sergančiojo negatyvių emocijų pasikeitimą teigiamesnėmis ir pozityvius socialinio bendravimo pokyčius.

Socialinių, humanitarinių ir biomedicinos mokslų ekspertai, išanalizavę ugdomosios poetikos terapijos metodiką, nustatė, kad ji moksliskai pagrįsta ir gali būti naudojama asmenų, sergančių šizofrenija ar depresija, įgalinimui, o taip pat pritaikoma kituose edukologijos kontekstuose kaip savęs pažinimo ir socialinio bendravimo ugdymo metodas.

5. Individo, sergančio depresija ar šizofrenija, emocinės patirties atskleidimas, individui asmenišką prasmę turinčių išgyvenimų ir pozityvaus vystymosi galimybių patvirtinimas humanistiniame poetiniame kontekste pasižymi asmenybės psichikos procesus integruojančiu veikimu, transformuoja neigiamą žemos savivertės išgyvenimą į bendrystės jausmą, išlaisvina žemos savivertės užblokuotus gebėjimus teisingai suvokti žodžio prasmę ir refleksyviai kritiškai mąstyti, o tai sudaro prielaidas epistemologiniams pokyčiams ir socialinio elgesio rekonstravimui.

5.1 Sergančiojo šizofrenija įgalinimas savarankiškai gyventi visuomenėje ir mokytis įveikti negalią yra žemos savivertės transformavimo ir epistemologinių pokyčių rezultatas, kurio būtina prielaida – dėmesys sergančiojo patirties asmeninėms prasmėms, destigmatizuojančių, sergančiojo išgyvenimus ir santykius su kitais žmonėmis paaiški-

nančių žinių teikimas bei emocinė parama, gebėjimų papasakoti socialiai reikšmingą gyvenimo istoriją vystymas. Sergančio šizofrenija asmens žodžio prasmės suvokimas yra koreguojamas dialogo metu, išreiškiant emocinį palaikymą, ieškant dvasinių sąsajų su asmens išsakomomis mintimis ir nežymiai kreipiant pokalbį didesnio atvirumo ir užslopintų išgyvenimų linkme – taip sudaromos prielaidos gyvenimo istorijos fragmento papasakojimui, o išmokimas papasakoti visą, socialiai reikšmingą savo gyvenimo istoriją yra susijęs su pozityviais savivertės, kognityviniais ir socialinio elgesio pokyčiais. Sergantis šizofrenija asmuo įgyja gebėjimą refleksyviai mąstyti ir įsitraukti į pozityvius asmenybės pokyčius sukeltą transformuojančio mokymosi procesą tik tada, kai jam racionaliai paaiškinama, kad liga neužvaldė visos asmenybės, kad jausmai yra jo paties išgyvenimai, o ne ligos požymis, ir jis pats daugiausia žino apie savo gyvenimą. Antroji būtina sąlyga – kūno pojūčių ir ryšio su aplinka išgyvenimo stimuliavimas. Akrostiko, išlaisvinančio žodžio, asmens metaforos iškodavimo, empatiško rašymo technikų panaudojimas, šviečiamosios informacijos teikimas ir kritinės refleksijos skatinimas lemia pozityvias sergančiojo šizofrenija emocijų transformacijas ir įgalina jausmus pripažinti savo asmenybės dalimi, juos išreikšti kalba, pasakoti ir bendrauti - atkuriami dėl ligos prarasti socialinio bendravimo įgūdžiai. Sergančiojo šizofrenija prakalbėjimas ir įgytas gebėjimas papasakoti savo gyvenimo istoriją transformuoja žemos savivertės išgyvenimą į stiprų bendruomeniškumo jausmą ir pasitikėjimą savimi. Atvejų analizės rezultatais patvirtinamas Ugdomosios poetikos terapijos metodikos taikymo šizofrenija sergančių asmenų įgalinimui veiksmingumas.

5.2 . Sergančiojo depresija įgalinimas savarankiškai gyventi visuomenėje ir mokytis įveikti negalią yra žemos savivertės transformavimo ir epistemologinių pokyčių rezultatas, kurio būtina prielaida – emocijų transformacija, pasiekama stimuliuojant pojūčius, ir suvaldant nerimą, kylantį kalbant apie sergančiojo asmenines prasmes. Dvasinio ryšio su gamta stimuliavimas, emocinė identifikacija su stipresne kūrėjo asmenybe išlaisvina gebėjimą kritiškai mąstyti, leidžia atsisakyti negatyvia kryptimi nukreipto galvojimo, pakeisti požiūrį į savo praeitį, save ir ateities galimybes. *Poetinės improvizacijos, minčių įvaizdinimo, kolektyvinės kūrybos* technikų panaudojimo dėka suvaldomas sergančiojo depresija nerimas, negatyvus praeities įsisąmoninimas transformuojamas į pozityvesnį, šviesiau įsivaizduojama ateitis, kaltės išgyvenimo sutrikimas transformuojamas į bendrystės jausmą. Ilgalaikiame terapijos procese tai lemia pozityvius ir stabilius asmenybės pokyčius: išsivaduojama iš bejėgiškumo, priklausomybės nuo kitų žmonių, atrandamas tikslas, planuojama veikla, atrandamas socialinio bendravimo poreikis ir kokybiškiau bendraujama. Atvejų analizės rezultatais patvirtinamas Ugdomosios poetikos terapijos metodikos taikymo depresija sergančių asmenų įgalinimui veiksmingumas.

REKOMENDACIJOS

1. Ištęstinių studijų institutams

Rekomenduojama integruoti ugdomosios poetikos terapijos dėstymo ciklą į slaugytojų, socialinių darbuotojų, ergoterapeutų, bibliotekininkų, socialinių pedagogų, lietuvių kalbos ir literatūros mokytojų kvalifikacijos kėlimo kursų programas, kad specialistai įgytų papildomų kompetencijų, reikalingų jų tiesioginiam darbui.

Psichiatrijos skyriuje dirbantys slaugytojai, įgiję kompetencijų įveikti savivertę praradusio žmogaus emocinį užsisklendimą ir skatinti autentišką kalbėjimą, galėtų sustiprinti sergančiųjų pasitikėjimą savimi, motyvaciją gyventi ir sveikti, o tai turėtų pozityvios įtakos šių žmonių ligos eigai ir socialiniams santykiams.

Socialiniai darbuotojai ir ergoterapeutai, įgiję poetikos terapeuto kompetencijų, organizuodami ligonių mokymą, sugebėtų išplėsti mokymosi turinį, teikti žinių ne tik apie ligą ir gydymosi būdus, bet apimančių įvairius žmogaus būties aspektus, didinančių sergančiojo savęs pažinimą ir savigarbą.

Bibliotekininkai, įgiję poetikos terapeuto kompetencijų, galėtų bibliotekose organizuoti biblioterapines grupes, skatinti žmonių autentišką kalbėjimą ir kolektyvinę kūrybą, tokiu būdu kurdami gyvas bendruomenes visuomenėje, kurioje daug asmenų jaučiasi niekam nereikalingi ir yra praradę savivertę.

Socialiniai pedagogai, dirbdami su nevaikišką patirtį turinčiais problemiškais paaugliais, galėtų jiems padėti atrasti refleksyvaus dvasinio mokymosi kelią, įgalinantį pažinti ir kurti save. Įgytos giluminio dialogo kompetencijos leistų užmegzti gilų kontaktą, galintį apsaugoti savo identiteto ieškantį, traumotą paauglį nuo destruktinio elgesio.

Lietuvių kalbos ir literatūros mokytojai, įgiję terapijos tikslams tarnaujančių autentiškos kalbos ugdymo kompetencijų, galėtų jomis pasinaudoti tiesioginiame gimtosios kalbos mokytojo darbe, ugdydami mokinių savęs pažinimą, kūrybišką rašymą ir atsakomybę už savo gyvenimą.

2. Nevyriausybinėms organizacijoms, teikiančioms pagalbą neįgaliems asmenims

Rekomenduojama kurti ir įgyvendinti Ugdomosios poetikos terapijos projektus neįgaliųjų organizacijose, nes taikant ugdomąją poetikos terapiją, individai susigrąžina prarastąją savivertę, tampa atsakingi už savo gyvenimą ir norintys stiprinti bendruomenę.

3. Ligoninių vadovams

Rekomenduojama ugdomąją poetikos terapiją integruoti į medicinos reabilitacijos paslaugų sistemą, nes tai yra psichikos sveikatą atstatantis metodas, veiksmingas siekiant įveikti nerimą, mažinti depresiją.

4 . Menų terapijos asociacijoms

Tikslinga organizuoti ugdomosios poetikos terapijos seminarus menų terapeutams, nes integravus ugdomosios poetikos terapijos technikas į kitas menų terapijos sritis, klientai galėtų giluminius vidinius išgyvenimus išreikšti kalba, o tai skatintų įsitraukimą į transformuojantį mokymąsi, lemtų epistemologinius pokyčius ir rekonstruotų socialinį elgesį.

LITERATŪRA

1. Abalos, D. *La Comunidad Latina in the United States*. Westport, Conn.: Praeger, 1998.
2. Ackerman, *Piaget's Constructivism, Papert's Constructionism, What's the Difference?* On-line: <http://learning.media.mit.edu/publications.html>
3. Addis, M. E., Jacobson, N. S. (1996). Reasons for depression and the process and outcome of cognitive– behavioural psychotherapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1417–1424.
4. Adler, A. (2009). *Žmogaus pažinimas*. Vilnius: Vaga.
5. Aleksienė V. (2001). Sutrikusio intelekto vaikų bendrųjų gebėjimų ugdymas: edukologijos daktaro disertacija. – Vilnius: VPU.
6. Alicke, L.S. (2000). Culpable control and the psychology of blame. *Psychological Bulletin*, 126, 556–574.
7. Amador, X. F., Flaum, M., Andreasen, N., Strauss, D. H., Yale, S. A., Clark, S. C., Gorman, J. M. (1994). Awareness of illness in schizophrenia and mood disorders. *Archives of General Psychiatry* 51: 826–836.
8. Anderson, R. (2001). Embodied writing and reflections on embodiment. *Journal of Transpersonal Psychology* 33(2), 83-96
9. Ansbacher, H. L. (1999). Alfred Adler's concepts of community feeling and social interest and the relevance of community feeling for old age. In P. Prina, C. Shelley, & C. Thompson (Eds.), *Adlerian year book 1999* (pp. 5–19). London: Adlerian Society (UK) and Institute for Individual Psychology
10. Anthony, W.A. (2000). A recovery-oriented service system: Setting some system level standards. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 24: 159–168.
11. Ansell, C. (1994). Psychoanalysis and poetry , in Lerner, A., Ed., *Poetry in the Therapeutic Experience*, 2nd ed., St. Louis:MMB Music, pp. 12-23
12. Aristotelis (1990). Poetika. *Rinktiniai raštai*. Vilnius: Mintis
13. Ashford N. *Laisvos visuomenės principai*. Vilnius: Aidai; 2003.
14. Auchter T., Strauss, L.V. , 2003, *Psichoanalizės terminų žodynelis*. Vilnius: Vaga
15. Baxter, E. A., Diehl, S. (1998). Emotional stages: Consumers and family members recovering from the trauma of mental illness. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 21: 349–355.
16. Baltijos jūros regiono „Švietimo darbotvarkė – 21“. Hagos deklaracija. *Komunikatas* (2002). Vilnius
17. Barker, P. (1998) The future of the Theory of Interpersonal Relations? A personal reflection on Peplau's legacy. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing* 5, 213–220.

18. Barker P. J., Keady J., Croom S., Stevenson C., Adams T. Reynolds W. (1998) The concepts of serious mental illness. Modern myths and grim realities. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing* 5: 247–254.
19. Barker, P. (2001). The Tidal Model: developing an empowering, person-centred approach to recovery within psychiatric and mental health nursing. *Journal of Psychiatric. Mental Health Nursing*. 8(3): 233-240.
20. Bebout, R. R., Haris, M. (1995). Personal myths about work and mental illness. *Psychiatry*, 58; 401–404
21. Beck, A. T., Rush, A.S., Shaw, B. F., Emery, G. (2005). *The cognitive therapy of depression: A treatment manual*. New York: The Guilford Press.
22. Beeble, M., Salem, D. (2009). Understanding the phases of recovery from serious mental illness: the roles of referent and expert power in a mutual-help setting. *Journal of Community Psychology*. 2: 249-267
23. Bellack, A. S. (2006). Scientific and consumer models of recovery in schizophrenia: Concordance, contrasts, and implications. *Schizophrenia Bulletin*, 32: 432–442
24. Berthoff, Ann E. (1990) “Paulo Freire’s Liberation Pedagogy.” *Language Arts*, Vol. 67, No. 4, Bertrando, P. (2006). The evolution of family interventions for schizophrenia. A tribute to Gianfranco Cecchin *Journal of family therapy* 28 (1): 4-22.
25. Bertrando, P. (2006). The evolution of family interventions for schizophrenia. A tribute to Gianfranco Cecchin *Journal of family therapy* 28 (1): 4-22
26. Bitinas, B. (2006). *Edukologinis tyrimas: sistema ir procesas*. Vilnius: Kronta.
27. Bjorkly, S.(2002). Psychotic symptoms and violence toward others - a literature review of some preliminary findings. *Part 2. Hallucinations. Aggress Viol Behav* 7:605–615.
28. Bjorklund R.W., (1999). Exploring Diagnostic Identity of Psychiatric Patients through Poetry Therapy. *Journal of Poetry Therapy* 4: 211–219.
29. Blake, M. E. (2002). Poetry Therapy and Infertility Counseling. *Journal of Poetry Therapy*, 4, 195-206
30. Bleuler, E. (1924). *Textbook of psychiatry* (A. A. Brill, Trans.). New York: Macmillan
31. Boyd, R. D., and Meyers, J. G. Transformative Education. *International Journal of Lifelong Education*, 1988 7,:261-284
32. Bragan, K. (1996). *Self and spirit in the therapeutic relationship*. London and New York: Routledge.
33. Breeze, J. (1998 Can paternalism be justified in mental health care? *Journal of Advanced Nursing* 28 (2): 260-265(6)
33. Brazauskaitė A. Žymaus ir vidutinio protinio atsilikimo vaikų savivokos ugdymas daile [Rankraštis] : daktaro disertacija : socialiniai mokslai, edukologija (07 S) / Vilniaus pedagoginis universitetas. – Vilnius, 2001. – 128 lap. : iliustr. – Bibliogr.: lap. 129–133. [M 123]

34. Breeze, J. (1998) Can paternalism be justified in mental health care? *Journal of Advanced Nursing* 28 (2): 260-265(6)
35. Brooks, A. (2000) Cultures of Transformation. *Handbook of Adult and Continuing Education*. San Francisco: Jossey-
36. Brown, G. K., Ten Have, T., Henriques, G. R., Xie, S. X., Hollander, J. E., Beck, A. T. (2005). *Cognitive therapy for the prevention of suicide attempt of the American Medical Association* 294,:563–570.
37. Buber, M. (2001). Dialogo principas II. Vilnius: Katalikų pasaulis
38. Budd, R. Darren, J., Hughes, I. (2008) *Patients' Explanations for Depression: A Factor Analytic Study Clin. Psychol. Psychother.* 15, 28–37 (Internetinė prieiga:www.interscience.wiley.com). DOI: 10.1002/cpp.558
39. Bühler, C., Allen, M. (1972). *Introduction to humanistic psychology*. Monteneroy, CA: Brooks/Cole
40. Bunevičius, R. (239) *Psichikos sutrikimų klasifikacija.*, p.239-259
41. Burgess, K. R. Mentoring as Holistic Online Instruction. *New Directions for Adult and Continuing Education*. DOI: 10.1002/ace
42. Butler, G., Surawy, C. (2004). Avoidance of affect. In J.Bennet-Levy, G. Butler, M. Fennell, A. Hackman, M. Mueller (Eds), *Oxford guide to behavioural experiments incognitive therapy*. London: Oxford University Press.
43. Calish, A (1989) Eclectic blendingo f theory in the supervision of art psychotherapusts. *The Arts inPpsychotherapy*, 16, 37-43
44. Carneiro, R. (2005). Futures of learning: new learning paradigms. *International Futures Forum*. Paris. On-line: www.internationalfuturesforum. com/ fol.
45. Carter, T. J. “The Importance of Talk to Midcareer Women’s Development: A Collaborative Inquiry.” *Journal of Business Communication*, 2002, 39, 55–91.
46. Chambers, M. (1998) Interpersonal mental health nursing:research issues and challenges. *Journal of Psychiatric and MentalHealth Nursing* 5: 203–211.
47. Chapman, A. L., Gratz, K. L., Brown, M. Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 371–394
48. Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory a practical guide through qualitative analysis* SAGE publications London
49. Claxton, G. (2005). *The way ward mind: An intimate history of the unconscious*. London: Abacus.
50. Coggin, J. Fox, J.(2009), A Basic Emotional and Developmental Perspective. *Clinical Psychology and Psychotherapy*.16: 55-76.
51. Copeland, M. E. Beeing expert on yourself. [http://www. Helphorizons.com/care](http://www.Helphorizons.com/care)
52. Corrie, S. (1999). Existential Motifs in Medieval Poetry: Insights on Therapeutic Practice from Dante’s „Divine Comedy“. *Journal of Poetry Therapy*. 1 : 11-16

-
53. Corrigan, P., W., Ralph, R., O. (2005). Introduction: Recovery as consumer vision and research paradigm. *Recovery in mental illness. Broadening our understanding of wellness*. Washington, DC: American Psychological Association, p. 3–17
54. Courtenay, B., Merriam, S. B., Reeves, P. M. (2000). The Centrality of Meaning-Making in Transformational Learning: How HIV-Positive Adults Make Sense of Their Lives. *Adult Education Quarterly* 48: 65-84
55. Crampton, M. (2005). A Psychosynthesis Approach History and Manual for Practitioners. Second revised edition published by The Synthesis Center Inc. in www.synthesiscenter.org
56. Cranton, P.(2000). Individual Differences and Transformative Learning. *Learning as Transformation*. San Francisco: Jossey-Bass,
57. Daloz, L. (1986). *Effective Teaching and Mentoring: Realizing the Transformational Power of Adult Learning Experiences*. San Francisco: Jossey-Bass
58. Damasio, A. *The Feeling of What Happens*. New York: Harcourt, 1999
59. Danilevičiūtė, V. (2003). Lietuvos gyventojų psichikos apžvalga. *Psichiatrija*. Vilnius: Vaistų žinos, p. 44-51
60. Daubaras, G. (2004). *Psichiatrija somatinėse gydymo įstaigose*. Vilnius: Charibdė.
61. Davidson, L., Strauss, J. S. (1992). Sense of self in recovery from severe mental illness. *British Journal of Medical Psychology* 65: 131–145.
62. Davis, C. G., Lehman, D. R., Silver, R. C., Wortman, C. B., Ellard, J. H. (1996). Self-blame following a traumatic event: The role of perceived avoidability. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22: 557–567.
63. Deegan, P.E. (1996). Recovery as a journey of the heart. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 19: 91–97.
64. Dembinskas, A. (2003). Simptomai-sondromas-liga. *Psichiatrija*. Vilnius: Vaistų žinos, p. 258-290
65. Dembinskas, A. Goštautaitė-Midtun, N. (2003). Šizofrenijos spektro sutrikimai. *Psichiatrija* (sud. A. Dembinskas). Vilnius: vaistų žinios. P. 261-274
66. Dėl Lisabonos strategijos įgyvendinimo ir koordinavimo Lietuvoje“ (Žin., 2005, Nr. 78-2823) Nacionalinės darnaus vystymosi strategijos, patvirtintos Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2003 m. rugsėjo 11 d. nutarimu Nr. 1160 (Žin., 2003, Nr. 89-4029), <https://www.lnks.lt/>
67. Dirks, J. (2000). *Transformative Learning and the Journey of Individuation*. On-line: ERIC Digests, 2000, no. 223.
68. Dormann, C., & Zapf, D. (2004). Customer-related social stressors and burnout. *Journal of Occupational Health Psychology*, 9 (1), 61–82.
69. Durivage, A. (1989). Assaultive behavior before it happens. *Can J Psychiatry* 34:393–397
70. Eagle, M. Wakefield, J. (2004) How NOT to escape from the Grunbaum Syndrome: A critique of the ‘new view’ of psychoanalysis. *Who Owns Psychoanalysis?* London and New York, NY: Karnac., p. 343–62
-

71. Engel, S.L. (1982). The clinical application of biopsychosocial model. *Journal of Psychiatry*;137:535-44.
72. Europos bendrijų komisijos komunikatas „Suaugusiųjų mokymasis: mokyti niekada nevēlu“ (Briuselis, 2006 10. 23, KOM (2006)614galutinis), <http://ec.europa.eu>
73. Europos Komisijos organizuoto depresijų ir savižudybių prevencijos kongresas, 2009 12 10-11. Europos Sąjungos portalas apie sveikats apsaugą:http://ec.europa/health/eu./events_2009.lhtml
74. Everett, B. (2004) Something is happening: the contemporary consumer and psychiatric survivor movement in historical context. *Journal of Mind and Behaviour*15 (1-2): 55-70
75. Falkai, P.; Wobrock, T.; Lieberman, J. ir kt. (2006). Pasaulinės biologinės psichiatrijos draugijų federacijos (WFSBP) biologinio schizofrenijos gydymo rekomendacijos. *Biologinė psichiatrija ir psichofarmakologija* 8: 2, 65
76. Fenton, WS, McGlashan, TH, Victor BJ, Blyler CR. (1997). : Symptoms, subtype, and suicidality in patients with schizophrenia spectrum disorders. *Journal of Psychiatry*, 154:199-204
77. Fenton, WS (2000). Depression, suicide, and suicide prevention in schizophrenia. *Suicide Life Threatening Behavior* 30:34-49.
78. Field, J.(2001). Lifelong education. *International journal of Lifelong Education* 20 (1): 3–15.
79. Ford, D. Urban, H. (1963) *Systems of Psychotherapy*. New York: Wiley
80. Fox, J. (1997) *Poetic medicine*. New York: Putnam books
81. Fowler, J.(1981) *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*. San Francisco: Harper San Francisco.
82. Franklis, V. (1997). *Žmogus ieško prasmės*. Vilnius
83. Frankl, V.E.(2008). *Sielogyda*. Vilnius: Vaga.
84. Freire, P. (1970) *Pedagogy of the Oppressed*. New York: Seabury
85. Freire, P. (1970). *Cultural Action for Freedom*. Cambridge, MA: Harvard Educational Review
86. Freire, P. Macedo, D. P (1995). A Dialogue: Culture, Language, Race. *Harvard Educational Review* 65: 377-402
87. Furnham, A., Kuyken, W. (1991). Lay theories of depression. *Journal of Social Behaviour and Personality*, 6, 329–342
88. Fromas, E. (1990). *Turėti ar būti?* Vilnius: Mintis. Fromas, E. (1992). *Menas mylėti*. Vilnius: Valstybinis leidybos centras
89. Fulton (1997). Nurses' views on empowerment: a critical social theory perspective. *Journal of Advanced Nursing*, 26:529-536
90. Gailienė, D. (2008). *Ką jie mums padarė*. Vilnius: Tyto alba. Gaižutis, A. (2004). Spiritualistinė, metafizinė estetika: formos ir vertės. *Pedagogika*, t.72, p. 26-30.
91. Gaižutis, A. (2000). Kultūra – simbolinių formų vienis. *Kultūrologija*, t. 6, p. 166 -189
92. Gallagher, S. (2003). Self narrative in schizophrenia. In T. Kirshner, & A. David (Eds), *The self in neuroscience and neuropsychiatry* (pp. 336–353). Cambridge: Cambridge University Press.

-
-
93. Galkutė, L., Navickas, K. Vingelienė, S. (2003) Visa ko pradžia yra maža. Regiono aplinkos centro Centrinei ir Rytų Europai biuras Lietuvoje.
 94. Gefenas, E. (2003) Psichiatrija ir medicinos etika. *Psichiatrija*, Vilnius: Vaistų žinios, p. 51-61
 95. Germanavičius, A., Pūras, D., Šakalienė, D., Rimšaitė, E., Mališauskaitė, L., Povilaitis, R. (2005). *Projekto ataskaita*. Vilnius: Žmogaus teisių stebėjimo institutas,
 96. Giddens, A. 1992. The transformation of intimacy: Sexuality, love, erotism in modern societies. Standford University Press
 97. Glancy, G, Regehr, C.(1992). The forensic psychiatric aspects of schizophrenia. *Clinical Forensic Psychiatry* 15:575–589.
 98. Golden, K. (2000). The use of collaborative writing to enhance cohesion in poetry therapy groups. *Journal of Poetry Therapy*, 13(3), 125-138.
 99. Gooding, L.F. (2008). Finding your inner voice through song: reaching adolescents with techniques common to poetry therapy and music therapy. *Journal of poetry therapy*. 21(4): 219-231
 100. Gorelick, K., Heller, P.O. (2003). Finding a map to travel by. *The Healing Fountain. Poetry Therapy for Life's journey* (p.257 -276). North Star Press of st. Cloud, Minesota
 101. Goštautas, A. (2007). *Sergančių depresija arba šizofrenija pacientų pirminės psichikos sveikatos priežiūros centruose su sveikata susijusios gyvenimo kokybės ir dvasingumo ypatumai*. Valstybinio Psichikos sveikatos Centro užsakymu atlikto darbo ataskaita. On line: www.vpsc.lt/tyrimai.htm
 102. Gottesman, I.I. (1999). *Shizophrenia genesis. The origins of madness*. New York: W. H. Freeman and company
 103. Glading, S.T. (1987) the poetics of a „check out“ place: preventing burnout and promoting self-renewal, *Journal of poetry therapy*, 1, 95-102
 104. Gratz, K. L., Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioural Assessment* 26: 41– 54.
 105. Green, M. (2001). *Schizophrenia revealed: from neurons and social interactions*. New york: Norton, 207.
 106. Grulke, N., Bailer, H., Blaser, G., Geyer, M., Schmutzer, G., Brähler, E., & Albani, C. (2006). Worrying about one's job, family, financial situation, and health- results of a population-representative study. *Psycho-Social-Medicine*, 3, 1–10
 107. Gudaitė, G. (2005). *Asmenybės transformacija sapnuose, pasakose, mituose*. Vilnius.
 108. Harding, C.M., Zubin, J., Strauss, J.S. (1987). Chronicity in schizophrenia: Fact, partial fact, or artifact? *Hospital and Community Psychiatry* 38:477–486
 109. Hart, T. *From Information to Transformation: Education for the Evolution of Consciousness*. New York: Peter Lang, 2000
 110. Hayne, Y. (2003). Experiencing Psychiatric Diagnosis: Client Perspectives on Being Named Mentally Ill. *Journal of Psychiatric Mental Health Nursing*. 10: P.722-729
-

111. Heaney, T.(1989). "Freirean Literacy in North America: The Community-Based Education Movement" *Thresholds in Education* www3.nl.edu/academics/cas/ace/resources/paulofreire.cfm
112. Heideger, M. (1992). Kas yra metafizika, *Rinktiniai raštai*. Vilnius: Mintis, 168-216
113. Hersh K, Borum, R. (1998). Command hallucinations, compliance, and risk assessment. *Journal Am Acad Psychiatry Law*. 26:353–359.
114. Hiltuten S. (2003). „I need to be turtle, reflective, mindful and slow“ The projective prism of Consciousness in poetry therapy. *Journal of Poetry Therapy*, 153–176.
115. Hiltuten, S.(2005).Country Haiku from Findland: Haiku meditation for self-healing *Journal of Poetry Therapy*, 2(18): 85-97
116. Hynes, A. Mc, Hynes -Berry, M. (1994) *Bibliotherapy – the interactive process*. North Star Press of St. Cloud, Inc.
117. Hodgins, S, Hiscoke, U, Freese, R. (2003). The antecedents of aggressive behavior among men with schizophrenia: A prospective investigation of patients in community treatment. *Behav Sci Law* 21:523–546.
118. Holma, J., Aaltonen, J., (1998),. Narrative understanding and acute psychosis. *Contemporary Family Therapy* 20: 463–477
119. Holmes, J. (2001) *The Search for the Secure Base*. London and New York, NY: Brunner-Routledge.
120. Hofer, J., & Chasiotis, A. (2003). Congruence of life goals and implicit motives as predictors of life satisfaction: Crosscultural implications of a study of Zambian male adolescents. *Motivation and Emotion*, 27, 3, 251–272.
121. Hooks, B. *Teaching Community*. New York: Routledge, 2003.
122. Husserl. *Karteziškosios meditacijos*. Vilnius: Aidai, 2005.
123. Imes, S.A., Clance,P.R., Gailis, A.T Atkeson, (2002). Mind's Response to the Body's Betrayal: Gestalt/Existential Therapy for Clientswith Chronic or Life-Threatening Illnesses *Journal of Clinical psychology* 11 (58):1361-1373
124. Iserhard, R., F. (2006). Antidepressantai gydo polinkį į savižudybę ar jį sukelia? *Biologinė psichiatrija ir psichofarmakologija*. 8,(2), 73
125. Yen, S., Zlotnick, C., Costello, E. (2002). Affect regulation in women with borderline personality disorder traits. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 190: 693–696
126. Young, S.L., Ensing, D.S. (1999). Exploring recovery from the perspective of people with psychiatric disabilities. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 22,;219–231.
127. Janoff-Bulman, R. (1979). Characterological versus behavioral self-blame: Inquiries into depression and rape. *Journal of Personality and Social Psychology*,37:1798–1809.
128. Janik, D. S. (2007) What Every Language Teacher Should Know About the Brain and How It Affects Teaching. Paper presented at Conference on Foreign Language Pedagogy, University of Helsinki, Finland, 2007

-
129. Jarvis, P. (2006). *Toward a Comprehensive Theory of Human Learning*. London: RoutledgeJanik,
- D. S. (2007) What Every Language Teacher Should Know About the Brain and How It Affects Teaching. Paper presented at Conference on Foreign Language Pedagogy, University of Helsinki, Finland, 2007
130. Jaspers, K. (1989). *Filosofijos įvadas*. Vilnius: Pradai
131. Jeffs, T. Smith, K. M. (1999). Engaging in conversation <http://www.infed.org/foundations/engage.htm> *Žiūrėta 2008.03.04*
132. Jenson J. (2000) Portrait of a person with schizophrenia. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* 38, 46–50.
133. Johansson, I. M., Lundman, B. (2002) Patients' experience of involuntary psychiatric care: good opportunities and great Losses *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing* 9, 639–647
134. Johnson, S.1991. Storytelling and therapeutic process: the teller's trance. *Journal of poetry therapy*, 4: 141-148
135. Jovaiša, L. (2007). *Enciklopedinis edukologijos žodynas*. Vilnius: Gimtasis žodis.
136. Jung C.G. (1999). *Psichoanalizė ir filosofija*. Vilnius: Pradai
137. Jungtinių tautų Europos ekonomikos komisijos Darnaust vystymosi švietimo strategija (2005). Vilnius: Švietimo ir mokslo ministerija
138. Kačerauskas T. (2006). *Filosofinė poetika*. Vilnius: Versus Aureus
139. Kačiušytė–Skramtai L. 5–7 metų mikčiojančių vaikų ugdymo optimizavimas muzikine veikla [Rankraštis] : daktaro disertacija : socialiniai mokslai, edukologija (07 S) / Loreta Kačiušytė–Skramtai ; Vilniaus pedagoginis universitetas. – Vilnius, 2002. – 165 lap. : iliustr. – Bibliogr.: lap. 121–130. [M 163]
140. Calish, A. (1989) Eclectic blending a theory in the supervision of art psychotherapists. *The Arts in psychotherapy*. 16, 37-43
141. Kashdan, T.B., Barrios, V., Forsyth, J.P., Steger, M.F. (2006). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour, Research and Therapy* 44(9): 1301–1320.
142. Kasireris, E. (1980). Menas. *Grožio kontūrai*. Vilnius: Mintis, p. 307–324
143. Kegan, R. (1994) *In over Our Heads*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press
144. Kelly, DL, Shim JC, Feldman, SM, Yu, Y, Conley, RR:(2004). Lifetime psychiatric symptoms in persons with schizophrenia who died by suicide compared to other means of death. *J Psychiatr Res* 38:531-356
145. Kilcommons, A. M., Morrison (2005). A.P.Relationships between trauma and psychosis: an exploration of cognitive and dissociative factors *Acta Psychiatrica Scandinavica* (112): 351-359
146. King, R. A., Schelley, Ch. A. (2008) Community Feeling and Social Interest: Adlerian Parallels, Synergy and Differences with the Field of Community Psychology. *Journal of Community. Applied*
-

- Social Psychology* 18: 96–107. Published online in Wiley InterScience www.interscience.wiley.com) DOI: 10.1002/casp.962
147. Kinzleman A., Taynor J., Rubin W. V., Ossa J. Risner P. B., (1994). Clients' perceptions of involuntary hospitalisation. *Journal of Psychosocial Nursing* 6: 28–32.
148. Kiselica, M. S., Baker, S. B., Thomas, R. N., & Reedy, S. (1994). Effects of stress inoculation training on anxiety, stress, and academic performance among adolescents. *Journal of Counseling Psychology*, 41, 335–342
149. Kline, J., Horn, D., Patterson, C. M. (1996). Meaning and development in the interpersonal treatment of severe psychopathology. *Bulletin of the Menninger Clinic* 60: 314–315.
150. Knox, J. (2009) The analytic relationship: integrating Jungian, Attachment theory and developmental perspectives - *British Journal of Psychotherapy* 1(25): 5-23
151. Kočiūnas, R. (2008). Egzistencinė ir humanistinė psichoterapijos kryptis. *Psichoterapija*. Vilnius: vaistų žinios, p. 191-215
152. Koivisto, K., Jahnonen, S., Vaisanen, L., (2003). Patients' experiences of psychosis in an inpatient setting. *Journal of Psychiatric. Mental Health Nursing*. 2: 221-229
153. Kovjcs, M., Beck, A.T. (1978). Maladaptive cognitive structures in depression. *American Journal of Psychiatry* 135: 525–533.
154. Krakowski, M, Czobor, P, Chou, J. (1999). Course of violence in patients with schizophrenia: relationship to clinical symptoms. *Schizophr Bull* 25:505–517.
155. Kriščiūnas, A. Ir kiti (2008). Bendroji reabilitacija. Reabilitacija. Kaunas: Vitae Litera
156. Kurtz, L. F. (1997). Self-help and support groups. A handbook for practitioners. Thousand Oaks, CA: Sage.
157. Labonte, R. (1995). Community empowerment and leisure. *Journal of Leisurabilit*: 23: 4-20
158. Lapkauskienė, N. (2004) Psichikos sveikatos sutrikimai ir slaugos pagrindai, www.skaityk.lt, p. 7–9.
159. Laing, R. D. (1978). *The divided self*. New York: Penguin
160. Lange, E. (2004). Transformative and Restorative Learning: A Vital Dialectic for Sustainable Societies." *Adult Education Quarterly* 54: 121-139
161. Landreville, P. ir Bissonnette, L. (1997). Effects of cognitive bibliotherapy for depressed old adults with a disability. *Clinical Gerontologit*, 17, 35-55
162. Laurinaitis, E. (2003). Neuroziniai sutrikimai. p. 335-345
163. Laurinaitis, E., Milašiūnas, R. (2003). Psichoterapija. *Psichiatrija* (sud. A. Dembinskas). Vilnius. P. P. 612-622.
164. Lee, C., Gramotnev, H. (2007). Life transitions and mental health in a national cohort of young Australian women. *Developmental Psychology*, 43 (4), 877–888.
165. Leedy, JJ. (1969). Introduction: the healing power of poetry, in Leedy, J. J., Ed., *Poetry Therapy: The Use of Poetry in the Treatment of Emotional Disorders*. Philadelphia, P. A: Lippincott.
166. Leff J., Vaugh C (1985). *Expressed Emotion in Families*. New York: Guilford Press.

-
-
167. Leible, T. L., Snell, W. E., Jr. (2004). Borderline personality disorder and multiple aspects of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences* 37: 393–404.
 168. Lengelle, ER., Meijers, F. (2009). Mystery to mastery: An exploration of what happens in the black box of writing and healing. *Journal of poetry therapy*, 2 (22): 55-75
 169. Lepskienė, V. (2007). *Geštaltingės psichoterapijos teorija ir praktika*. Vilniaus universitetas
 170. Lessner, J. W. (1974). The poem as a catalyst in group counseling. *Personale and Guidance Journal*, 53 91), 33–38.
 171. Levine, S. (2000). Topology of Awareness: therapeutic Implications of Logical Modalities of Multiple Levels of Awareness. *Journal of Poetry Therapy*. 79-97
 172. Letendre, R. (1997). The everyday experience of psychiatric hospitalisation: the users' viewpoint. *International Journal of Social Psychiatry* 4: 285–297
 173. Liberman, R. P., Kopelowicz, A., Ventura, J., Gutkind, D. (2002). Operational criteria and factors related to recovery from schizophrenia. *International Review of Psychiatry* 14:256–272.
 174. LR lygių galimybių įstatymas (Žin., 2008, Nr. 76-2998) <http://www.socmin.lt./index.php?-693332963>
 175. LR neįgaliųjų socialinės integracijos įstatymas (Žin., 2004, Nr. 83-2983) <http://www.socmin.lt./index.php?-693332963>
 176. Lietuvos Respublikos švietimo įstatymas (2003). Valstybės žinios, 2003, Nr. 63-2853 (2003-06-28)
 177. Lysaker, P. H., Clements, C. A., Plascak-Hallberg, C., Knipschure, S. J., Wright, D. E. (2002). Insight and personal narratives of illness in schizophrenia. *Psychiatry* 65: 197–206.
 178. Lysaker, P. H., Wickett, A. M., Campbell, K., Buck, K. (2003) Movement toward coherence in the psychotherapy of schizophrenia: A method for assessing narrative transformation. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 19, 538–541.
 179. Lysaker, P. H., Lysaker, J. T. (2004). Dialogical transformation in the Psychotherapy of schizophrenia. In H. J. M Hermans, G. Dimaggio (Eds), *The dialogical self in psychotherapy*. NY: Brunner- Routledge, P. 205–219.
 180. Lysaker, P., Dawis, L., Eckert, G., Strasburger, A., Hunter, N., Buck, K. (2005), Structure and Content in Schizophrenia in Long Term Individual Psychotherapy: A Single Case Study. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 12: P. 406-416.
 181. Luber, R.L. (1976) Evaluation of poetic mood with the semantic differential. *Psychological Reports*, 39, 499–502.
 182. Marsh, K. L., Weary, G. (1994). Severity of depression and responsiveness to attributional information. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13, 15–32.
 183. Maslow, A. (2006). *Motyvacija ir asmenybė*. Vilnius: Apostrofa
 184. Mazza, N. (1999) *Poetry Therapy/Interface the Arts and Psychology*. CRC Press LLC
-

-
185. McGovern, J., Turkington, D (2001). Seeing the Wood from the Trees: a Continuum Model of Psychopathology Advocating Cognitive Behaviour Therapy for Schizophrenia. *Clinical Psychology and Psychotherapy*. 8: 149-175
 186. Medrano Mara, M. (2009). Writing our way to *Taino* spirituality: Finding a sense of self. *Journal of poetry therapy* 1 (22): 21-39
 187. Meijers, F., Wardekker, W. 2002 Carer learning in changing world; the role of emotions. *International Journal for the Advanced Counselling*, 24, 149-167
 188. McKeown, R. (2002). *Education for Sustainable Development*. Toolkit: University of Tennessee
 189. McNiel, D. (1994). Hallucinations and violence. *Violence and Mental Disorder: Developments in Risk Assessment*. Chicago: University of Chicago Press. p. 183–202.
 190. Meškauskienė, S. (2003). Psychodinaminė etiologijos samprata. *Psichiatrija* (sud. A. Dembinskas). Vilnius. P.69-83
 191. Meunier, A. (1999) Establishing a Creative Writing Program as an Adjunct to Vocational Therapy in a Community Setting. *Journal of Poetry therapy*, 3, 161-169
 192. Mezirov, J. (1997). *Transformative Learning: Theory into Practice* (Red. Cranton P.). *Transformative Learning in Action: Insights From Practice*. New Direction For adult and Continuing Education. San Francisco: CA Jossey Bass.
 193. Milašiūnas, R. (2003). Asmenybės sutrikimai. *Psichiatrija* (sud. A. Dembinskas). Vilnius. P. 427–448.
 194. Minkowski, E. (1987). The essential disorder underlying schizophrenia and schizophrenic thought. *The clinical roots of the schizophrenic concept* (pp. 188–212). Cambridge: Cambridge University Press.
 195. Monahan, J., Hoge, S. K., Lidz, C., Roth, L. H., Bennett, N., Gardner, W., Mulvey E. (1995) Coercion and commitment: understanding involuntary mental hospital admission. *International Journal of Law and Psychiatry* 18 (3): 249–263.
 196. Moreno, J. (1946, 1948, 1969). *Psychodrama* (3 vols). New York: Beacon House.
 197. Neuchterlein, K., H. Dawson M.E., Ventura J., et al. (1994). The vulnerability stress model of schizophrenic relapse. *Acta Psychiatrica Scand.* Suppl. 382:58-64.
 198. Olofsson, B. (2000) A plea for respect: involuntarily hospitalised psychiatric patients' narratives about being subjected to coercion. Use of coercion in psychiatric care as narrated by patients, nurses and physicians. *Dissertation*, Umeå University, Umeå.
 199. Olson –Mc Bride, L (2009) .Examining the influence of popular music and poetry therapy on the development of therapeutic factors in groups with at-risk adolescents (disertacija). A Graduate Faculty of the Louisiana State University and Agricultural and Mechanical College
 200. Palmer, P. (1998) *To Know as We Are Known: Education as a Spiritual Journey*. New York: HarperSanFrancisco,
 201. Palmer, P. (2000) *Let Your Life Speak*. San Francisco: Jossey-Bass.
-

-
-
202. Papadopoulos, A., Right, S., Harding, S. (1999). Evaluating a Therapeutic Poetry Group of Older Adults. *Journal of Poetry Therapy*, 1: 29-37
203. Papert, S. *Which is the big idea? Toward a Pedagogy of Idea Power*. On line: <http://www.research.ibm.com/journal/sj/393/part2/papert.html>. Žiūrėta 2009 01.15
204. Parker G. ir Hadzi-Pavlovic, D.(1990). Expressed emotion as a predictor of schizophrenic relapse: an analysis of aggregated data. *Psychological Medicine* 20:961-965
205. Parker, R. S. (1969). Poetry as therapeutic art, in Leedy, JJ., Ed., *Poetry Therapy: The Use of Poetry in the Treatment of Emotional Disorders*, Philadelphia, PA: Lippincot, pp. 155-170.
206. Parks, S. D.(2000) *Big Questions, Worthy Dreams*. San Francisco: Jossey-Bass, Parnas, J., & Handest, P. (2003). Phenomenology of anomalous self-experience in early schizophrenia. *Comprehensive Psychiatry*, 44, 121–134.
207. Parnas, J., Handest, P. (2003). Phenomenology of anomalous self-experience in early schizophrenia. *Comprehensive Psychiatry* 44: 121–134.
208. Pietoprinto, A. (1973). Exploring the unconscious through nonsense poetry in Leedy, J. J., Ed., *Poetry the Healler*. Philadelphia, PA: Lippincot, pp. 50-76
209. Perls F., Hefferline R., Godman P. (1951). *Gestalt Therapy: Exitement and Growth in the Human Personality*. N. Y.: Dell Publishing Co.
210. Pejler A., Asplund K., Norberg A.(1995) .Stories about living in a hospital ward as narrated by schizophrenic patients. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing* 2: 269–277.
211. Perakis, C. R. (2000). Poetry or Medicine. *Journal of Poetry Therapy* 13, 4 225-231
212. Perkala, E., Merinder, L. (2004). Psychoeducation for schizophrenia (Cochrane Review). *The Cochrane Library*, Issue 2. Chichester, UK, John Wiley and Sons, Ltd.
213. Pettie, D., Triolo, A.M. (1999). Illness as evolution: The search for identity and meaning in the recovery process. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 22, 255–262.
214. Piličiauskas, A. (2005). Neįgaliųjų meninio ugdymo nuostatos. *Neįgaliųjų meninis ugdymas*. Kronta, p. 9–29.
215. Pompili, M.(2006), Suicide risk in schizphrenia. *Suicide in schizophrenia*. New York: Nova Science Publishers Inc;
216. Prince, P. N., Prince, C.R. (2002). Perceived stigma and community integration among clients of Assertive Community Treatment. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 25: 323–331.
217. Pūras, D., Povilaitis, R. (1999) Destigmatizacija psichiatrijoje. - kliūtys ir naujos galimybės. *Konferencija „Destigmatizacija psichiatrijoje: problemos ir sprendimai“*. *Tezių rinkinys*, 42–45.
218. Quelhas A. C., Power M. J., Juhos, C., Senos, J. (2008) Counterfactual thinking and functional differences in depression *Clin. Psychol. Psychother.* 15, 352–365 (2008) Published online in Wiley InterScience (www.interscience.wiley.com). DOI: 0.1002/cpp.593, p. 352–363
-

-
219. Radavičius, L. (2003). Psichikos sutrikimų ir ligų etiologija. *Psichiatrija* (sud. A. Dembinskas). Vilnius, p. 64-65.
 220. Ricoeur, O. (2000) *Interpretacijos teorija*. Vilnius: Baltos lankos.
 221. Roe, D. (2001), Progressing from patienthood across the multidimensional outcomes in schizophrenia and related disorders. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 189: 691–699.
 222. Roe, D., Ben-Yaskai, A., (1999). Exploring the relationship between the person and the disorder among individuals hospitalized for psychosis.
 223. Roemer, L., Salters, K., Raffa, S.D., Orsillo, S. M. (2005). Fear and avoidance of internal experiences in GAD: Preliminary tests of a conceptual model. *Cognitive Therapy and Research*, 29(1): 71–88.
 224. Rogers, A., May, C., Oliver, D. (2001). Experiencing depression, experiencing the depressed: The separate worlds of patients and doctors. *Journal of Mental Health*, 10, 317–333
 225. Rogers, C.R. (2005). *Apie tapimą asmeniu*. Vilnius.
 226. Rojcewicz, S. (2001). The Languages of the Gods. *Journal of Poetry Therapy*, 14, 4, 213-228.
 227. Roxburgh (2004). 'There just aren't enough hours in the day'. The mental-health consequences of time-pressure. *Journal of Health and Social Behavior*, 45, 115–131.
 228. Rubenson, K., Beddie, F. (2004). Policy formation in adult education and training. In G. Foley (Ed.) *Dimensions of Adult Learning: Adult Education and Training in a Global Era*. Berkshire: Open University Press.
 229. Rupšienė, L. (2007). *Kokybinio tyrimo duomenų rinkimo metodologija*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla
 230. Rossiter, C. Brown, R. (1988) An evaluation of interactive bibliotherapy in a clinical setting. *Journal of Poetry therapy*, 1, 157-168
 231. Ruškus, J. Mažeikis, G. (2007). *Neįgalumas ir socialinis dalyvavimas*. Šiauliai. Šiaulių universiteto leidykla
 232. Sass, L. A. (1994). *Madness and modernism*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
 233. Sartre J. P. (1974). *Existentialism and Human Emotions*. New York: Philosophical Library.
 234. Toffler A. *The Third Wave*. New York: William
 235. Scazufca, M., Kuipers, E. (1996) . Links between expressed emotion and burden of care in relatives of patients with schizophrenia. *British journal of psychiatry*, 168, 580-587
 236. Scheff, T. J. (1984). *Being Mentally ill: A sociological theory* (2nd ed.) Chicago: Aldine Publishers
 237. Scott, W., Gough, St. (2003). *Sustainable Development and Learning*. New York.
 238. Sherman, S. J., McConnell, A. R. (1995). Dysfunctional implications of counterfactual thinking: When alternatives to reality fail us. In N.J. Roese, & J. M. Olson (Eds), *What might have been: The social psychology of counterfactual thinking* (pp. 199–233).
 239. Schipani, Daniel S. *Conscientization and Creativity*. University Press of America, 1984.
-

-
-
240. Schröder C (1986) .Arthur Kronfeld (1886-1941) – a psychiatrist in the service of psychotherapy *Psychiatrie Neurologie Medizinische Psychologie (Leipz)*. 38(7):411-8. PMID: 3532156 [PubMed – indexed for MEDLINE
241. Searles, H. (1965). *Collected papers of schizophrenia and related subjects*. New York: International Universities Press
242. Shaffer, J. B. P, Galinsky, M.D. (1989). *Models og Group Therapy*, Enlewood Cliffs, NJ: Prentice- Hall
243. Seale, C (1999) *The quality of qualitaive research*. London: Sage.
244. Schloss, G. (1976). *Psychopoetry*. New York: Grosset and Dunlap.
245. Schüler, J, Job, V, Fröhlich, S., Brandstätter,V. (2008). Dealing with a hidden stressor: emotional disclosure as a coping strategy to overcome the negative effects of motive incongruence on health *Stress and Health* 3(25) 221-233 On-line 2009 interscience.wiley.com
246. Slavik, S., King, R. (2007). Adlerian therapeutic strategy. *The Canadian Journal of Adlerian Psychology* 37, 3–16.
247. Slee, N., Spinhaven, P., Garnefski,N., Arensman, E. (2008). Emotion Regulation as Mediator of treatment Outcome in Therapyfor Deliberate Self-Harm. *Clinical Psychology and Psychotherapy*: 15: 205-216
248. Smyth, J. M. (1998). Written emotional expression: effect sizes, outcome types, and moderating variables, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 174-184.
249. Smith, M. K. (1997, 2002) Paulo Freire and informal education. *The encyclopaedia of informal education*. [www.infed.org/thinkers/et-freir.htm]
250. Solomon, R. C (2007). *True to Our Feelings: What Emotions Are Really Telling Us*. New York: Oxford University Press.
251. Soy, Susan K. (1997). The case study as a research method. Unpublished paper, University of Texas at Austin.
252. Spaniol, L., Wewiorski, N. J., Gagne, C., Anthony, W. A. (2002). The process of recovery from schizophrenia. *International Review of Psychiatry* 14, 327–336.
253. Stein, G. (1982). Dangerous episodes occurring around the time of discharge of four chronic schizophrenics. *Br J Psychiatry* 141:586–589.
254. Steinholtz Ekecrantz, L. (1995) . Patienternas Psykiatri, En Studie Av Institutionella Erfarenheter. Dissertation, University of Linköping, Linköping (in Swedish, summary in English).
255. Story, L. B., Repetti, R. (2006). Daily occupational stressors and marital behavior. *Journal of Family Psychology*, 20 (4), 690–700.
256. Sučylaitė, J. (2009a) Ugdomoji poetikos terapija psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui. *Jaunųjų mokslininkų darbai, Nr 2*. Šiaulių universiteto leidykla.
257. Sučylaitė, J. (2009b). Ugdomoji poetikos terapija psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui. *Tarpdisciplininis diskursas socialiniuose moksluose-2. Socialinių mokslų doktorantų ir jaunųjų mokslininkų konferencijos straipsnių rinkinys*. Kaunas: Technologija, p. 154–158.
-

258. Sučylaitė, J. (2009c). Psichiškai neįgalių šizofrenijos spektro sutrikimais sergančių asmenų verbalinių gebėjimų ir savivokos ugdymas poetikos terapijos metodais. *Sveikatos mokslai*, Nr. 1 (61), p. 2183–2186.
259. Sučylaitė, J. (2009d). Šizofrenijos spektro sutrikimais sergančių asmenų emociniai išgyvenimai poetikos terapijos programoje. *Sveikatos mokslai*, Nr. 2 (62), p. 2331–2334.
260. Suslavičius A., Valickas G. (1999). *Socialinė psichologija teisėtvarkos darbuotojams*. Vilnius.
261. Sverdiolas, A. (2001). Paulio Ricoeuro užuolankos. *Egzistencija ir hermeneutika. Interpretacijų konfliktas*. Vilnius: Baltos lankos.
262. Šinkūnienė J. R. Cerebrinio paralyžiaus vaikų neverbalinio komunikatyvumo ugdymas muzikine raiška [Rankraštis] : daktaro disertacija : socialiniai mokslai, edukologija (07 S) / Jautrė Ramutė Šinkūnienė ; Vilniaus pedagoginis universitetas. – Vilnius, 2001. – 157, [38] lap. : iliustr. [M 138]
263. Šmitienė, G. (2006). Tapatybės išgyvenimas: Julijono Lindės-Dobilo „Blūdo“ analizė. *Literatūra*: 6 (48).
264. Tamura, (1998) H. Therapeutic functions of poetic language in schizophrenia. In G. Roux and M. Laharie (Eds.) *L'Humour: Histoire, Culture et Psychologie*, p. 386-390. Paris: Publications de la SIPE.
265. Tamura, H. (2001). Poetry therapy for schizophrenia: A linguistic psychotherapeutic model of renku (linked poetry). *The Arts in Psychotherapy*, 28(ER5), 319-328.
266. Taylor P. (1998). When symptoms of psychosis drive serious violence. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol Suppl* 1 (S47):54.
267. Taylor, W. (2008). Transformative Learning Theory. *New Directions for Adult and Continuing Education* 119: 5-15 Published Online: 15 Sep 2008 Copyright © 2009 Wiley Periodicals, Inc., A Wiley Company
268. Tham, H. (2000). Poetic justice: On translation. *Potomac Review*, 26, 47-52
269. The Hamburg Declaration on Adult Learning (1997). Prieiga internetu: *Adult Education and Development*, Number 49, 1997, pp. 253–259 http://www.iiz-dvv.de/index.php?article_id=936&clang=1
270. Teresevičienė, M., Gedvilienė, G., Zuzevičiūtė, R., (2006). *Andragogika*. Kaunas, VDU.
271. Tilley, L. M. (2000). Reading experiences and the making of Self: A case study investigating the construction of subjectivity by adolescent girls. *Journal of Poetry Therapy*. 15, 1: 48.
272. Tisdell, E. J. (2003) *Exploring Spirituality and Culture in Adult and Higher Education*. San Francisco: Jossey-Bass.
273. Torgalsboen, A. K., Rund, B. R. (2002). Lessons learned from three studies of recovery from schizophrenia. *International Review of Psychiatry* 14: 312–317
274. Torrey, E., Bowler, A. E., Taylor, E. H, Gottesman, I. I. (1994). *Shizophrenia and Manic-Depressive Disorder. The biological roots of mental illness as revealed by Landmark Study of Identical Twins*. Basic Books. NY, p.113

-
-
275. Tuijnman, A., C., Bostrom, A., K. (2002) Changing notions of lifelong education and lifelong learning. *International Review of Education*. 48: 93–110.
276. Vaitkevičienė, A (2006) Vidutiniškai sutrikusio intelekto jaunuolių Aš veiksmingumo lavinimas edukacinėmis situacijomis skatinant dailinę raišką. ŠU
277. Varela, F., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge, Mass.: MIT Press
278. Vilkėlienė A. Integruotas muzikinis ugdymas neįgaliųjų vaikų socializacijos procese [Rankraštis] : daktaro disertacija : socialiniai mokslai, ugdymas (edukologija) (07S) / Vilniaus pedagoginis universitetas. – V., 2000. – 146 lap. : iliustr. – Bibliogr.: lap. 128–137. [M 117]
279. Warner, R. (2003). *Schizofrenijos aplinka*. Vilnius
280. Weaver Randall, K. (2000). Understanding recovery from schizophrenia in a mutual-help setting. Unpublished master's thesis, Michigan State University, East Lansing, MI.
281. Whalley, G. (1965) The wisdom of the body. *Canadian Medical Association Journal*, 93, 605
282. Vygotsky, S <http://www.kolar.org/vygotsky>
283. Wessely, S, Buchanan, A, Reed, A, et al. (1993). Acting on delusions. I: Prevalence. *Br J Psychiatry* 163:69–76.
284. Williams, C. C., Collins, A. A. (1999). Defining new frameworks for psychosocial interventions. *Psychiatry* 62,:61–78.
285. Wright, E. R., Gronfein, W. P. Owens, T. J. (2000). Deinstitutionalization, social rejection and the self esteem of former mental patients. *Journal of Health and Social Behavior*, 41: 68–90.
286. World Health Organization, Newsletter Nr. 220 [interaktyvus] September 2007 [žiūrėta 2010-06-19]. Prieiga per WHO Media Centre <<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/en/>>
287. Wuthnow, R. *Creative Spirituality: The Way of the Artist*. Berkeley: University of California Press, 2001.
288. Zinker, J. (1977). *Creative Process in gestalt Therapy*, New York: Random House.
289. WFSBP biologinio šizofrenijos gydymo rekomendacijos, 2005, p. 12–13, p.18, p. 57) .
290. Zubrickienė, I; Adomaitienė, J.; Andriekienė, Rūta Marija. (2008). *Vocational Education: Research Reality*. 15: 16-129. On-line: <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ehh&AN=35521771&site=ehost-live>.
291. Бандура, А. Теория социального научения. Санкт Петербург, 2000.
292. Бинсвангер Л (1999). Бытие в мире: введение в экзистенциальную психиатрию. Москва-Санкт Петербург.

PRIEDAI

EMPIRINIŲ STEBĖJIMŲ DUOMENYS: IZOLIACIJOS (PAGULDYMO Į PSICHIATRIJOS SKYRIŲ) SUKELTI IŠGYVENIMAI:

Ugdomosios poetikos terapijos metu klientė prisipažino, kad nuolat jai „pakerta kojas“ praėjimas pro pastatą, kuriame yra uždaras moterų skyrius, į kurį ji pirmą kartą pateko prieš dvidešimt metų. Pasakoja, kad akyse tebestovi metaliniai dubenėliai, iš kurių duodavo valgyti. Ligoninėje ji supratusi, kad niekam neįdomus jos gyvenimas, kad ji - jau prarastas žmogus. Į jos gyvenimą nesistengta pažvelgti labai atidžiai, o vaistai problemų neišsprendė. Elektroimpulsų terapija, sergančiosios nuomone, atėmė paskutines žmogiškas jėgas. Kitas klientas, pusmetį nesugebėjęs dalyvauti atviruose pokalbiuose po poezijos skaitymo, padrikais žodžiais labai jaudindamasis pasakė, kad pirmą kartą patekęs į psichiatrijos ligoninę išgyveno siaubą ir visam gyvenimui prarado pasitikėjimą savimi. Po skaudaus prisipažinimo labai padidėjo jo gebėjimas išgyvenimus reikšti kalba.

NEGALIOS POŽYMIAI IR JŲ PAGRINDIMAS EMPIRINIAIS DUOMENIMIS

1. Bejėgiškumas / identiteto (tapatumo pačiam sau) netekimas

Klientų mintys, užrašytos ugdomosios poetikos terapijos metu:

„Sveiki žmonės mums neduoda net prasižioti“,

„Mes izoliuoti nuo sveikųjų bendruomenės“.

„Kai aš papasakojau psichologei apie savo gyvenimą, ji pradėjo verkti. Mano gyvenimas ypatingai sunkus, todėl niekas negali man padėti. Jūs tik įsivaizduokite, psichologė verkė!“

„Mokykloje dirbau valytoja. Kiti žmonės plovė grindis, o aš jiems padėjau. Kiti dirbo geriau ir pasakė, kad mano pagalbos nereikia. Buvo skaudu. Aš negabus. Mano rankos netikusios.“

„Vaikystėje uždegiau kilimėlį prie kaimyno durų, kaimynas čiupo mane ir trenkė mano galvą į sieną. Tada susirgau“.

2 Savivertės/ kaltės išgyvenimo sutrikimas

Klientų mintys, užrašytos ugdomosios poetikos terapijos metu:

„Mano jaunesnis broliukas nusižudė. Aš jaučiuosi kalta“..

„Tuoj po skyrybų sužinojau, kad mano mažasis sūnus serga vėžiu. Pasijaučiau kaltas. Sūnus mirė. Aš jį taip mylėjau ir jo netekau. Pradėjau bijoti matyti gyvenimą“.

„Tai buvo siaubinga. Mušiau seserį ir rėkiau laukiniu balsu. Buvau įpykusi, kad ji kažką padarė, kažkaip pakeitė mano lėlę. Iki tos minutės mes žaidėme kartu. Nemačiau, kad

ji būtų kažką dariusi mano lėlei. Bet pajaučiau, kad mano lėlė nebe tokia ir pasidaviau pykčiui. Iki šiol jaučiuosi kalta. Taip prasidėjo liga“.

3 Nesavarankiškumas/ priklausomumas nuo kitų žmonių

Klientų mintys, užrašytos ugdomosios poetikos terapijos metu:

„Mano mama ir šeima dažnai man sako: „Nereikšk savo idėjų. Tu lignonė“, o aš noriu su jais švęsti Kalėdas“;

„Mano mama sako, kad ištartas žodis yra sidabras, o neištartas – auksas.

4. Beviltiškumas

Klientų mintys, užrašytos ugdomosios poetikos terapijos metu:

„Ateityje neišvengsiu ligos ir ligininės“.

„Mes neturime ateities. Žmonės turės Kalėdas, o mes jų neturėsime. Mūsų visų gyvenimas baigsis pensionatuose. Tokia perspektyva“.

5. Socialinių įgūdžių praradimas/ bendruomeniškumo išgyvenimo sutrikimas

Klientų mintys, užrašytos ugdomosios poetikos terapijos metu

„Užsidarau duris ir pasilieku vienas. Gyvenimas nebeturi prasmės. Nebereikia nei praustis, nei susišukuoti, nei barzdos nusiskusti. Nieko nebereikia. Tai siaubinga. Po žmonos mirties aš nebematau žmonių“

„Man pasakė, kad visiškas pasveikimas yra išimtis. Tada buvo labai sunku, paradau norą su kuo nors kalbėti, kur nors eiti. Taip, aš esu vieniša“.

„Mes jautresni žmonės, todėl negalime prisitaikyti gyvenime. Nėra psichoterapeutų, kurie sutiktų dirbti su sergančiais šizofrenija. Mes atsinešame prakeikimą su savo karma.“

Mane liga taip labai pažeidė, kad aš kartais pats nebežinau, ar aš dar gyvas.. Aš sergu nepagydoma liga. Man nelengva nepasiduoti, o aplink visi nelaimingi. Pradėjau rengtis savižudybei.“

Aš nematau jokio vilties žiburio. Gyvenimas žiaurus, žmonės vienas į kitą nekreipia dėmesio

6. Ydinga emocijų valdymo strategija (emocijų užgniaužimas, atsiribojimo nuo socialinės aplinkos tendencija).

Klientų mintys, užrašytos ugdomosios poetikos terapijos metu:

Bet kai man sunku, noriu užsirakinti duris ir būti vienas. Be žmonių“.

„Aš visada noriu išvengti susitikimų su žmonėmis, kai man sunku“.

„Nejaučiau sielvarto dėl artimųjų mirties. Liūdesio irgi nejaučiu. Mano senelė nusižudė, pusseserė taip pat nusižudė, dėdė pasikorė. Aš einu į kapines, bet nejaučiu skausmo. Mano giminėje visi žudosi.“

„Vaikščiojau su didele mamos rankine. Vaikai iš manęs juokėsi. Pasijutau labai nelaimingas ir pabėgau nuo besityčiojančių vaikų. Nuo to karto aš su niekuo nebendrauju“

7. Nekomunikuojantis naratyvas

Ugdomojoje poetikos terapijoje sergančiųjų šizofrenija asmenų rašytinės kalbos pavyzdžiai:

Aš bijojau stipraus vėjo nieko neatsitiko. Užė, kaukė, bet lempos nešvietė. Tėvelį prisimenu gerą tik po jo mirties. Ėmiau susitvarkiau, taip perlipau barjerą savo depresijos“

„Bada banga ir pabąla aplinka, tame ekrane bado streiko sistema, o ryt itkusi miega kad davė ką darai ar davei nieko tokio“.

EKSPERTŲ PATEIKTŲ DUOMENŲ APDOROJIMAS TURINIO ANALIZĖS METODU

1 lentelė

EKSPERTŲ ANALIZUOJAMI METODIKOS ASPEKTAI IŠSKIRTI Į SUBKATEGORIJAS

Kategorija	Subkategorija	Įrodantis teiginys	Citų skaičius
1. Metodikos tikslingumas	Emocinė korekcija	Metodika skirta depresija ir šizofrenija sergančiųjų emocinei korekcijai Asmenybės vystoma įvairiapusiškai Galimybė patirti įvairias emocijas	3
	Kognityvinis ugdymas	Metodika skirta depresija ir šizofrenija sergančiųjų kognityviniam ugdymui Įmanomas praktinis psichikos sutrikimais sergančių asmenų kalbėjimo įgūdžių lavinimas, savęs pažinimo ugdymas, gyvenimo prasmės aiškinimasis Vystoma autentiška kalba	3
	Socialinio elgesio rekonstravimas	Grupėje dalyvaujantys klientai išmoksta padėti vieni kitiems Vystomi bendravimo įgūdžiai	2
	Asmenybės išlaisvinimas	Atkuriamas asmenybės savivertė, atrandamos vertybės, išsilaisvinama iš visuomenės nubrėžtų negalios ribų	1
	Metodikos reikalingumas	Abejonių nekelia Puiki metodika Metodika yra tikslinga ir reikalinga. Metodika kuriama tikslingai, integruojant edukologinius ugdymo metodus, išskiriant praktinius metodikos taikymo uždavinius, sujungiant poetikos terapijos praktinius įgūdžius ir gydytojo patirtį.	4
2. Metodikos atitikimas įgalinimo tikslui ir uždaviniams	Socialinio elgesio rekonstravimas	Įmanomas socialinio elgesio rekonstravimas Asmuo išmoksta suprasti savo patirtį konkrečių žingsnių dėka, o tai leidžia eiti į priekį, mokantis vadovauti savo gyvenimui	2

2. Metodikos atitikimas įgalinimo tikslui ir uždaviniams	Atitikimas įgalinimo filosofijai	Iš esmės atitinka įgalinimo filosofiją.	1
	Sėkmingumas	Jautrus atsiliepimas į klientų poreikius Emocijų korekcijos ir pažintinių funkcijų ugdymo derinimas	2
3. Metodikos turinio naujumas	Humanitaro požiūris	Humanitarinių mokslų srityje J. Sučylaitės parengta metodika yra unikali, pateikiamos naujos idėjos Transformuojančio mokymosi teorijomis ir poetikos terapijos sandūroje parengtas daktaro darbas yra moksliskai pagrįstas ir išsiskiriantis iš kitų.	3
	Edukologo požiūris	Lietuvos kontekste tyrimas ir jo metodika yra akivaizdžiai ir inovatyvūs, ir novatoriški. Metodika yra originalus, novatoriškas autorės kūrinys. Autorė turinio prasme metodikoje atsiskleidžia, kaip patyrusi ugdomosios terapijos specialistė.	3
	Psichiatro požiūris	Metodikos turinys visiškai naujas.	2
	Psichologo požiūris	Poezijos panaudojimas refleksijai ir dialogui yra naujas požiūris	1
4. Metodikos turinio išsamumas ir nuoseklumas	Kliento pažinimas	Suprantamai įvertinami klientų poreikiai ir paaiškinama, kaip taikyti metodiką psichikos sveikatos stiprinimui. Pateikiami tokio pobūdžio veiklos realizavimui reikalingi žingsniai, pagirtina, kad išskiriami atskiroms ligonių grupėms būdingos specifikos.	2
	Holistinis požiūris	Išsamus, nes vadovaujamas holistiniu požiūriu: kreipiamas dėmesys į psichikos sutrikimais sergančiųjų emocijas, pažintinius, procesus, elgesį	1

4. Metodikos turinio išsamumas ir nuoseklumas	Teorinio pagrindo aiškumas	Nuosekli, išsami, teoriškai pagrįsta. Naudojamos žinomos andragogikos teorijos ir klasikiniai veikalai (transformuojantis ugdymas, kritinio mąstymo teorija Metodikos turinys atskleistas nuosekliai ir pakankamai išsamiai. Bet tik pakankamai Reikėtų išsamesnių pavyzdžių, alternatyvių priėgų. Teikiamos Metodikos turinio išsamumas, manyčiau, yra pakankamas, o siūlomų konkrečių ugdomosios poetikos terapijos metodų/būdų arsenalas – platus	8
	Kalba kaip įrankis	Logiškas, fokusuojantis dėmesį į savęs tyrimą, analizuojant patirtį kalbos dėka	1
5. Atitikimas specialisto veiklos plėtotės poreikiams ir psichikos ligonių emocinėms, pažintinėms ir socialinėms reikmėms	Specialisto poreikiai: kliento pažinimas	. Galimybė sužinoti, kaip klientai suvokia savo tikrovę. .	1
	Specialisto poreikiai: lankstumas/prisiderinimas prie situacijos	Padeda planuoti ir įgyvendinti įgalinimo tikslus, priklausomai nuo besikeičiančios situacijos	1
	Specialisto poreikiai: metodikos reikalingumas	Metodika gali būti vadovu Labai atitinka specialisto veiklos plėtotės poreikius Tinkama ir mokymui ir mokymuisi, tiek specialistams tiek klientams	3
	Kliento poreikiai: asmenybės augimas	Stiprioji pusė. Pakinta sergančiųjų emocijos, kognityviniai ir socialiniai sergančiųjų poreikiai	1

6. Reikšmė psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei., specialisto, kompetencijų įgijimui	Socialinio elgesio rekonstravimas	Ugdomi socialinės komunikacijos gebėjimai, bet tuo pačiu dėmesys fokusuojamas į savęs supratimą ir atsakomybę, o tai stiprina socialinę integraciją. Metodika be abejonės reikšminga psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei	2
	Sklandos poreikis	Kuo greičiau metodika bus prieinama specialistams, tuo greičiau jie įgis reikiamų kompetencijų. Jaudina kitas klausimas: <i>kada</i> ši metodika pasieks adresatą – specialistus ir jų klientus.	2
	Perkeliamumas	Metodika reikšminga ne tik su apibrėžtomis asmenų grupėmis. Ji reikšminga platesniu kontekstu emocinių sutrikimų, emocinio pažinimo ir įvairių socialinių kompetencijų ugdymui	1
7. Reikšmė konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei	Verbalinių įgūdžių plėtotė	Yra įmanoma plėtoti konkrečių psichikos sutrikimais sergančių klientų verbalinius įgūdžius Kognityvinių ir verbalinių gebėjimų ugdymui plačiąją prasme ši metodika yra tinkama.	2
	Kognityvinis ugdymas	Galimas savęs pažinimo ir gebėjimo kaupti bei analizuoti asmeninę patirtį ugdymas Kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotės galimybės – stipriausia metodikos dalis Kognityvinių ir verbalinių gebėjimų ugdymui plačiąją prasme ši metodika yra tinkama. Akivaizdžiai pakeičiami psichikos sutrikimais sergančiųjų emociniai, kognityviniai ir socialiniai poreikiai,	4
	Mokslinis pagrįstumas	Tai geriausia darbo dalis kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotės galimybės – stipriausia metodikos dalis	2

Reikšmė konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei	Pozityvioji socializacija/ socialinio elgesio rekonstravimas	Verbalinių įgūdžių diegimo metu tampa galimas savęs pažinimo ir gebėjimo kaupti bei analizuoti asmeninę patirtį ugdymas. Pradedama geriau suvokti išorinio pasaulio reikalavimus ir vidinę realybę.	2
	Elgesio savireguliacija	Yra įmanoma išryškinti buvusių gyvenimo įvykių priežasčių ir pasekmių priklausomybės kontūrus, nukreipiančius asmenį savo elgesio psichinės savireguliacijos linkme; ir kt.	1
8. Metodikos praktinis naudingumas	Socialinio elgesio rekonstravimas	Subtilus, neprievartinis poveikio būdas atkuria savigarbą ir socialines kompetencijas	1
	Perkeliamumas	Metodika tinkama darbui su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, bet gali būti panaudojama ir įvadinuose kūrybiško rašymo kursuose vidurinėse mokyklose, o taip pat universitetuose. Konkrečias technikas galima panaudoti daug plačiau, nei metodikos tikslinė paskirtis. Metodikos praktinis pritaikomumas neabejotinas: ir ne tik gydymo įstaigose	3
	Savarankškumo ugdymas	Psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimas vadovauti savo gyvenimui yra laikytinas labiausia reikšminga metodo praktine nauda	1
Metodikos praktinis naudingumas	Įgyvendinamumas	Metodika reali, įgyvendinama ir turėtų būti naudinga	1
	Sklaidos poreikis	Metodikos praktinis naudingumas – akivaizdus todėl reikėtų rūpintis greitesne ir efektyvesne jos sklaida šalies suinteresuotų specialistų ir atitinkamų institucijų erdvėje	1
9. Galutinė eksperto išvada	Teorinis pagrįstumas	Teoriškai yra reikiamai pagrįsta ir parengta kokybiškai. Transformuojančio mokymosi aspektu tai įvertintinas metodas	2

	Praktinis pritaikymas	Puikius modelis praktikams Metodika vertintina teigiamai, ir tinkama naudoti psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui Metodika sudaro realias galimybes psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui	3
	Perkeliamumas	Metodika vertinga, atskiros jos dalys gali būti naudojamos daug platesnėje ugdytinių sampratoje.	1
	Akademinio įvertinimo reikmė	Tai nauja daug resursų turinti kryptis terapijoje, kurią turėtų patvirtinti mokslinė bendruomenė.	1
	Emocinė korekcija	leidžia iš(si)vaduoti iš pražūtingai veikiančio emocinio užsisklendimo sudaro prielaidas kliento (jų grupės) emocinės saviraiškos plėtotei	2
	Asmenybės išsilaisvinimas/pozityvi socializacija	leidžia iš(si)vaduoti iš socialinės izoliacijos, rekonstruoti socialinį elgesį	1
	Kognityvinis ugdymas	o tai reiškia kognityvinių galių plėtrą ir savivertės stiprinimą.	1
	Verbalinių gebėjimų plėtra	plėtoja verbalinius gebėjimus,	1
	Savivertės stiprinimas	o tai reiškia kognityvinių galių plėtrą ir savivertės stiprinimą	1

**Subkategorijų reitingavimas pagal jų išskyrimo dažnumą, analizuojant atsakymus
į atvirus tyrėjo klausimus**

Eil. nr	Subkategorija	Subkategorijos dažnis	Reitingavimas pagal dažnį
1	Emocinė korekcija	2	3
2	Kognityvinis ugdymas	3	2
3	Socialinio elgesio rekonstravimas	5	1
4	Asmenybės išsilaisvinimas	2	3
5	Metodikos reikalingumas	2	3
6	Skaidos poreikis	2	3
7	Teorinis aiškumas/ mokslinis pagrįstumas/	3	2
8	Kliento pažinimas	2	3
9	Perkeliamumas	3	2
10	Verbalinių įgūdžių plėtote	2	3
11	Akademinio patvirtinimo poreikis	1	4
12	Kalba kaip įrankis	1	4
13	Praktinis pritaikymas	1	4
14	Įgyvendinamumas	1	4
15	Pozityvi socializacija	2	3
16	Elgesio savireguliacija	1	4
17	Savarankiškumo ugdymas	1	4
18	Savivertės stiprinimas	1	4
19	Sėkmingumas	1	4
20	Atitikimas įgalinimo filosofijai	1	4
21	Holistiškumas	1	4

Subkategorijų reitingavimas pagal įrodančių teiginių skaičių

Eil. nr.	Subkategorija	Įrodančių teiginių skaičius	Reitingavimas
1	Emocinė korekcija	5	5
2	Kognityvinis ugdymas (gebėjimų plėtotė)	8	3
3	Socialinio elgesio rekonstravimas	9	2
4	Asmeybės išsilaisvinimas	2	7
5	Metodikos reikalingumas	7	4
6	Skaidos poreikis	2	7
7	Teorinis aiškumas/ mokslinis pagrindumas/	12	1
8	Kliento poreikių pažinimas	3	6
9	Perkeliamumas	5	5
10	Verbaliųjų įgūdžių plėtotė	3	6
11	Akademinio patvirtinimo poreikis	1	8
12	Kalba kaip įrankis	1	8
13	Praktinis pritaikymas	3	6
14	Įgyvendinamumas	1	8
15	Pozityvi socializacija	2	7
16	Elgesio savireguliacija	1	8
17	Savarankiškumo ugdymas	1	8
18	Savivertės stiprinimas	1	8
19	Sėkmingumas	1	8
20	Atitikimas įgalinimo filosofijai	1	8
21	Holistiškumas	1	8

INTERVENCINIŲ TECHNIKŲ VEIKSMINGUMO VERTINIMAS

4 lentelė

Intervencinės technikos panaudojimo veiksmingumo vertinimo forma

Veiksmingumo vertinimo kriterijus	Emocinis, pažintinis komunikacinis ar somatinis fenomenas	Fenomeno konkreti raiška	Kriterijus pastebėtas + Kriterijus nepastebėtas –
1. Pozityvesnės emocijos po intervencijos	emocinis		
2. Padidėjęs spontaniškumas	emocinis		
3. Suaktyvėjusi komunikacija (kreipimasis į kitą klientą, prisiminimų pasakojimas)	komunikacinis		
4. Atradimo džiaugsmas	Pažintinis, emocinis		
5. Nuostaba	emocinis		
6. Naujo suvokimo savarankiškas verbalizavimas	pažintinis		
7. Klientas spontaniškai prisipažįsta, kad sumažėjo skausmas arba kad jaučia palengvėjimą kažkurioje kūno vietoje	somatinis		
8 Klientas pasako, kad jam labai įdomu dalyvauti terapijoje	pažintinis		

Veiksmingumo vertinimas:

6–8 kriterijai – technika labai veiksminga

4–5 kriterijai – technika veiksminga

1–3 kriterijai – technika esminės reikšmės neturi

5 lentelė

**TECHNIKOS „KOLEKTYVINĖ KŪRYBA“ PANAUDOJIMO VEIKSMINGUMAS
(GENĖS ATVEJIS)**

Veiksmingumo vertinimo kriterijus	Emocinis, pažintinis komunikacinis ar somatinis fenomenas	Fenomeno konkreti raiška	Kriterijus pastebėtas +
Pozityvesnės emocijos po intervencijos	emocinis	Nurimusi, neliko pykčio	+
Suaktyvėjusi komunikacija)	komunikacinis	Aktyviai įsitraukė į bendrą veiklą, nenori baigti	+
Naujas suvokimas	pažintinis	Nebeprieštarauja ugdytojos teikiamoms žinioms, susidomėjusi klauso	+
Klientas pasako, kad jam labai įdomu dalyvauti terapijoje	pažintinis	„Buvo gerai, įdomu“	+

Išvada – 4 kriterijai . Technika veiksminga

6 lentelė

**TECHNIKOS „KRITINĖ REFLEKSIJA“ PANAUDOJIMO VEIKSMINGUMAS
(GENĖS ATVEJIS)**

Veiksmingumo vertinimo kriterijus	Emocinis, pažintinis komunikacinis ar somatinis fenomenas	Fenomeno konkreti raiška	Kriterijus pastebėtas +
Suaktyvėjusi komunikacija (kreipimasis į kitą klientą, prisiminimų pasakojimas)	komunikacinis	Neklausيامa pradėjo pasakoti apie seserį, kuri neaplankė ligoninėje	+
6. Naujo suvokimo savarankiškas verbalizavimas	pažintinis	stengiuosi prisiminti visų pasakytus žodžius. Jie reikalingi. Prisimin-dama apie ką mes čia kalbėjome, aš neišpro-tėju	+

2 kriterijai. Technika dalinai veiksminga

**TECHNIKOS „MINTIES ĮVAIZDINIMAS“ PANAUDOJIMO VEIKSMINGUMAS
(GENĖS ATVEJIS)**

Veiksmingumo vertinimo kriterijus	Emocinis, pažintinis komunikacinis ar somatinis fenomenas	Fenomeno konkreti raiška	Kriterijus pastebėtas +
1. Pozityvesnės emocijos po intervencijos	emocinis	Džiaugiasi prisiminusi jaunystės Kauną, nuo kalno atsiveriantį dauboje žiburiuojant miestą	+
2. Padidėjęs spontaniškumas	emocinis	Išraiškingesnis kalbėjimas: balso garsumas, intonacijos	+
3. Suaktyvėjusi komunikacija (kreipimasis į kitą klientą, prisiminimų pasakojimas)	komunikacinis	Aktyviai pasakoja jaunystės metų prisiminimus	+
4. Atradimo džiaugsmas	Pažintinis, emocinis	Stebisi ryškiai prisimename vaizdu	+
6. Naujo suvokimo savarankiškas verbalizavimas	pažintinis	„Buvo daug gražių dalykų jaunystėje“	+
8 Klientas pasako, kad jam labai įdomu dalyvauti terapijoje	pažintinis	„Man patiko. Gerai buvo“.	+

6 kriterijai. Technika labai veiksminga

**TECHNIKOS „KOLEKTYVINIS RAŠYMAS“ PANAUDOJIMO
VEIKSMINGUMAS (PALMIROS ATVEJIS)**

Veiksmingumo vertinimo kriterijus	Emocinis, pažintinis komunikacinis ar somatinis fenomenas	Fenomeno konkreti raiška	Kriterijus pastebėtas +
1. Pozityvesnės emocijos po intervencijos	emocinis	balsas sustipėjo	+
2. Padidėjęs spontaniškumas	emocinis	pradėjo ašaroti	+
3. Suaktyvėjusi komunikacija (kreipimasis į kitą klientą, prisiminimų pasakojimas)	komunikacinis	Kai aš pirmą kartą atsiguliau į ligoninę, visiškai praradau pasitikėjimą savimi.	+
4. Atradimo džiaugsmas	Pažintinis, emocinis	Bet ir aš sugebu matyti žuvėdrą. Tikrai sugebu	+
5. Nuostaba	emocinis	Tai gal aš dar visai neprarastas žmogus?-	+
6. Naujo suvokimo savarankiškas verbalizavimas	pažintinis	Tai gal aš dar visai neprarastas žmogus?-	+

6 veiksmingumo kriterijai. Technika labai veiksminga

**TECHNIKOS „POETINĖ IMPROVIZACIJA“ PANAUDOJIMO
VEIKSMINGUMAS (PALMIRA)**

Veiksmingumo vertinimo kriterijus	Emocinis, pažintinis komunikacinis ar somatinis fenomenas	Fenomeno konkreti raiška	Kriterijus pastebėtas +
1. Pozityvesnės emocijos po intervencijos	emocinis	nuotaika labai pagerėjo.	+
2. Padidėjęs spontaniškumas	emocinis	Prakalbėjo apie savo išgyvenimus	+
3. Suaktyvėjusi komunikacija (kreipimasis į kitą klientą, prisiminimų pasakojimas)	komunikacinis	nebenorėjo išeiti iš ugdomosios poezijos terapijos grupės susitikimo	+
4. Atradimo džiaugsmas	Pažintinis, emocinis	Aš tikrai maniau, kad nesugebėsiu dalyvauti	+
5. Nuostaba	emocinis	Prisipažįsta netikėjusi, kad žodžiai taip labai gali pakeisti nuotaiką	+
6 Klientas pasako, kad jam labai įdomu dalyvauti terapijoje	pažintinis	Tikrai įdomu	+

6 veiksmingumo kriterijai. Technika ypač veiksminga

**TECHNIKOS „EMPATIŠKAS RAŠYMAS“ PANAUDOJIMO VEIKSMINGUMAS
(PALMIROS AVEJIS)**

Veiksmingumo vertinimo kriterijus	Emocinis, pažintinis komunikacinis ar somatinis fenomenas	Fenomeno konkreti raiška	Kriterijus pastebėtas +
1. Pozityvesnės emocijos po intervencijos	emocinis	Nuotaika pagerėjusi	+
2. Padidėjęs spontaniškumas	emocinis	ašaros	+
3. Suaktyvėjusi komunikacija (kreipimasis į kitą klientą, prisiminimų pasakojimas)	komunikacinis	Aktyviai bendradarbiauja atskleisdama vidinius skaudžius išgyvenimus	+
4. Atradimo džiaugsmas	Pažintinis, emocinis	„Aš daug ko išmokau, man labai palengvėjo	+
5. Naujo suvokimo savarankiškas verbalizavimas	pažintinis	<i>Ne viskas gyvenime yra tik blogai</i>	+
6. Klientas pasako, kad jam labai įdomu dalyvauti terapijoje	pažintinis	„Man labai padėjo. Labai daug sužinojau“	+

6 veiksmingumo kriterijai. Technika labai veiksminga

**UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS PROCESAS: LITERATŪROS KŪRINIO
IR KLIENTO SĄVEIKA (PALMIROS ATVEJIS)**

Literatūros kūrinys	Kliento reakcija	Fenomeno raiška
Henriko. Nagio eilėraštis „Motina“.	Dėmesio sukaupimas	Gerai sukaupia dėmesį
	Motyvacija	Labai motyvuota dalyvauti
	Teksto supratimas	Gerai supranta tekstą
	Savarankiškai lygina herojaus patirtį lygina su savo patirtimi	Mano prisiminimai šiek tiek kitokie. Aš nelabai turiu ką pasakyti. Mes sunkiai gyvenome. Norėjau labai gerai mokytis, stengiausi, bet ne viską suspėdavau, reikėjo padėti mamai. Ji visada buvo įsitempusi, taikėsi prie patėvio, mes mažai kalbėdavomės
	Teksto nesieja su savo patirtimi, atsiribojimas	-
	Emocijos / Jausmai	jaudinasi prisimindama vaikystę ir galvodama apie savo vietą gyvenime, bet neįsitempusi
	Kūno kalba	Tylus balsas
	Kalbėjimo ypatybės	Lengvai pasako tai, ką nori pasakyti,

**TECHNIKOS „EMPATIŠKAS RAŠYMAS“ PANAUDOJIMO VEIKSMINGUMAS
(LOLITOS ATVEJIS)**

Veiksmingumo vertinimo kriterijus	Emocinis, pažintinis komunikacinis ar somatinis fenomenas	Fenomeno konkreti raiška	Kriterijus pastebėtas +
1. Pozityvesnės emocijos po intervencijos	emocinis	-Galėčiau čia sėdėti visą dieną. Čia taip ramu.	+
2. Padidėjęs spontaniškumas	emocinis	Ar galiu su savimi pasiimti gyvenimo istorijos puslapį?	+
3. Suaktyvėjusi komunikacija (kreipimasis į kitą klientą, prisiminimų pasakojimas)	komunikacinis	Po parašyto teksto perskaitymo Lolita susidomėjusi pažvelgė į ugdytoją ir šypsodamasi pasakė: -Galėčiau čia sėdėti visą dieną	+
4. Atradimo džiaugsmas	Pažintinis, emocinis	Jį skaitysiu prieš miegą, tada, kai būna labai blogai. Man padės	+
5. Nuostaba	emocinis	Viena aš būčiau nesugebėjusi taip gražiai parašyti	+
6. Naujo suvokimo savarankiškas verbalizavimas	pažintinis	Aš pamiršau, kad sergu.	+
7. Klientas spontaniškai prisipažįsta, kad sumažėjo skausmas arba kad jaučia palengvėjimą kažkurioje kūno vietoje	somatinis	Lengva lengva pasidarė, visa palengvėjau	+

7 kriterijai. Technika labai veiksminga

EKSPERTO VERTINIMO FORMA
Jūratė Sučylaitė

Vilniaus Pedagoginio Universiteto

Socialinės komunikacijos instituto doktorantė

Gerb. eksperte....

Pripažindama Jūsų turimą didelę akademinio ir praktinio darbo patirtį, labai prašyčiau Jus įvertinti mano sudarytos Ugdomosios poetikos terapijos metodinės programos, skirtos sergančiųjų psichikos sutrikimais (depresija, šizofrenijos spektro sutrikimais) įgalinimui, teorinį ir praktinį tikslingumą bei kokybę.

kius:

- Emocinio užsisklendimo įveikimas ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė;
- Savivertės stiprinimas/ atsakomybės už savo gyvenimą skatinimas;
- Pasirinkimo galimybių suvokimas;
- Verbalinių įgūdžių vystymas ir plėtotė;
- Socialaus elgesio rekonstravimas .

Labai prašyčiau užpildyti Ekspertinio vertinimo formą. Metodinė programa pridedama.

Nuoširdžiai dėkoju už kolegišką pagalbą.

Jūratė Sučylaitė

EKSPERTO VERTINIMO FORMA

Ekspertas	(pavardė, vardas)		
Mokslų sritis	Mokslų kryptis	Mokslų šaka	Mokslinių interesų kryptys

KOKYBINIS VERTINIMAS

EIL. NR.	VERTINAMAS KRITERIJUS:	EKSPERTO IŠVADA
1.	Metodikos tikslingumas	
2.	Metodikos atitikimas įgalinimo tikslui ir uždaviniams	
3.	Metodikos turinio naujumas	
4.	Metodikos turinio išsamumas ir nuoseklumas	
5.	Metodikos atitikimas specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotės poreikiams ir lūkesčiams, metodikos atitikimas psichikos ligonių emociniams, pažintiems ir socialiniams poreikiams	
6.	Metodikos reikšmė psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei. Metodikos reikšmė specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, kompetencijų įgijimui	
7	Metodikos reikšmė konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei.	
8	Metodikos praktinis naudingumas	
9	Galutinė eksperto išvada	

PROGRAMOS SUDEDAMŲJŲ DALIŲ VERTINIMAS BALAIS

1 (labai blogai), 2 (blogai), 3 (patenkinamai), 4 (gerai), 5 (puikiai)

Eil. Nr.	Dalys	Balai
1.	Emocinio užsisklendimo įveikimas ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, aplinkos stebėjimas ir poetinė improvizacija, judesio terapijos elementų integravimas, minties įvaizdinimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio sąsajų su asmeniškai patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	
2.	Savivertės stiprinimas/ atsakomybės už savo gyvenimą skatinimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, kūrybiškas kliento rašymas, empatiškas ugdytojo rašymas, poetinė improvizacija, kolektyvinis rašymas)	
3.	Kognityvinių gebėjimų plėtotė, pasirinkimo galimybių suvokimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, dailės terapijos technikų integravimas, empatiškas ugdytojo rašymas, subasmenybių mandala, „Asmens metaforos“ iškodavimas)	
4.	Verbaliųjų įgūdžių vystymas ir plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, poetinė improvizacija, minties įvaizdijimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio ir sąsajų su asmeniškai patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	
5.	Socialaus elgesio rekonstravimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kolektyvinė kūryba, poetinė improvizacija)	

EKSPERTŲ VERTINIMAI

Expert	first name, surname, scientific degree Stephen Rojcewicz, M.D., poetry therapist, mentor/supervisor		
Sphere of science	Science areas	Branch of science	Scientific interests
Biomedicine	Medicine	Psychiatrics X	Use of poetry in psychiatry. Forensic psychiatry.
Work place		Private practice of psychiatry.	
Professional Disciplines	Board-certified in psychiatry, board-certified in forensic psychiatry.		
Professional Associations	American Psychiatric Association (Distinguished Life Fellow); National Association for Poetry Therapy; American Academy of Psychiatry and the Law.		
NAPT- Approved Mentor/ Supervisor		Yes	
E-mail	raspberries@comcast.net		

QUALITATIVE EVALUATION

n.	CRITERION FOR EVALUATION	CONCLUSION BY EXPERT
1.	Expedience of methodology	Excellent use of methodology of poetry therapy
2.	Satisfaction of the requirements of empowering	Dr. Sucylaitė's work is very sensitive to the needs of the client and succeeds in empowering the client.
3.	Innovation of content of methodology	The methodology is innovative and effective.
4.	Comprehensive-ness and Consistency of content of methodology	Dr. Sucylaitė provides a very comprehensive and consistent evaluation of the clients' needs and application of her methodology to meet those mental health needs.

5.	Satisfaction of the professional needs of specialists (poetry therapists, social workers, nurses and others) for development of their activities	Dr. Sucylaite's work is applicable and very useful for the professional activities of other specialists, therapists and educators.
6.	Importance of methodology to specialists for applying new competences	Dr. Sucylaite's work is of great benefit to other specialists who wish to learn and to apply these techniques in their own field.
7.	Satisfaction the emotional, cognitive and social requirements of mentally ill	This is a major accomplishment of Dr. Sucylaite's work. Her methodology strongly enhances the emotional, cognitive and social requirements of the mentally ill.
8.	Importance of methodology for development of social competences of mentally ill	Her gentle, unpressured way helps build up the clients' self-esteem and social competences. I have directly observed this effect through review of her detailed notes of the sessions.
9	Importance of methodology for cognitive and verbal development of mentally ill persons	Her methodology allows the clients to improve their verbal and cognitive development in significant ways.
10	Practical benefit of methodology	Dr. Sucylaite's work is significant in improving the quality of life of very difficult-to-treat clients.
11.	Final decision of expert	Excellent work, a model for other practitioners.

**EVALUATION OF CONSTITUENT PARTS OF METHODIC OF PROGRAM
USING GRADE**

1 (very bad), 2 (bad), 3 (satisfactory), 4 (good), 5 (fluent)

EilNr	parts	Grade
1.	Getting out of from one's own shell and development of emotional self expression (bibliotherapeutic dialogue, observation what is around, poetic improvisation, integration of elements of kinesthetic therapy into poetry therapy, stimulation of thought's image, poetic comparisons, learning to connect abstract word and concrete view, looking for connection between personal experience and literary work, acrostic, decodification of nonunderstandable ritual, collective writing	5
2	Stimulation of self evaluation, stimulation of responsibility to manage personal life (bibliotherapeutic dialog, critical reflection, creative writing, emphatic writing, poetic improvisation, collective writing	5
3	Development of cognitive abilities, perception of possibilities to make choices (bibliotherapeutic dialogue, critical reflection, integration of art therapies into poetry therapy, emphatic writing, decodification of nonunderstandable ritual,	5
4	Evaluation of verbal development (bibliotherapeutic dialogue, poetic improvisation, poetic comparisons, learning to connect abstract and concrete, connection between personal experience and literary work, acrostic, liberating word, decodification of nonunderstandable ritual, collective writing	5
5	Social behaviour (bibliotherapeutic dialog ,collective writing, poetic improvisation	5

Your additional comment

Dr. Sucylaite has created an excellent methodology for the mental health therapy of very difficult-to-treat clients, and has done a superb job.

Ekspertas	Piličiauskas Albertas, profesorius, habilituotas daktaras		
Mokslo sritis	Mokslo kryptis	Mokslo šaka	Mokslinių interesų kryptys
Humanitariniai mokslai (dr. disertacija) ir Socialiniai mokslai (habil.dr. disertacija)	Menotyra Socialiniai mokslai	Muzikologija Edukologija	Muzikinio auklėjimo, Neįgaliųjų socializacijos, Mokytojų rengimo, Švietimo reformos, Bendrojo lavinimo ir kt.

KOKYBINIS VERTINIMAS

(asmens, kuris nėra nei ugdomosios poetikos, nei juolab terapijos specialistas, dirbantis su psichikos sutrikimų turinčiais asmenimis, todėl ekspertinė nuomonė pateikiama tik remiantis atsiūsta metodine medžiaga, loginėmis išvargomis ir gyvenimiška patirtimi)

EIL. NR.	VERTINAMAS KRITERIJUS:	EKSPERTO IŠVADA
1.	Metodikos tikslingumas	Pateikti konkrečių metodų aprašymai leidžia galvoti, kad yra įmanomas praktinis psichikos sutrikimais sergančių asmenų kalbėjimo įgūdžių lavinimas, savęs pažinimo ugdymas, gyvenimo prasmės aiškinimasis ir kt. gebėjimų puoselėjimas. Tai reiškia, kad teikiamos Metodikos aktualumas yra akivaizdus.
2.	Metodikos atitikimas įgalinimo tikslui ir uždaviniams	Pirmosios išvados pagrindu galima teigti, kad ugdomosios poetikos terapijos metu tampa realus kliento emocinio užsisklendimo įveikimas, emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė, savivertės stiprinimas, atsakomybės už savo gyvenimą diegimas ir kt. Tai reiškia, kad yra įmanomas ir socialinio elgesio rekonstravimas, atliepiantis tyrimo siekiamybę – psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimą.
3.	Metodikos turinio naujumas	Lietuvos kontekste tyrimas ir jo metodika (kaip sisteminis darbas, t.y. neskaitant pavienių šalies ugdytojų darbe retsykliais pasitaikančių terapinių poetikos intencijų) yra akivaizdžiai ir inovatyvūs, ir novatoriški. Žinant, kad užsienio specialistų metodikos (nekalbant jau apie pačios Autorės originalius darbus) teikiamoje medžiagoje yra deramai adaptuojamos,- praturtinamos ir pritaikomos nacionaliniams ugdomiešiams šalies laukams, galima galvoti ir apie „skolos gražinimą“ – atitinkamą Lietuvos indėlį pasaulio ugdomosios poetikos terapijos plėtrai.

4.	Metodikos turinio išsamumas ir nuoseklumas	Teikiamos Metodikos turinio išsamumas, manyčiau, yra pakankamas, o siūlomų konkrečių ugdomosios poetikos terapijos metodų/būdų arsenalas – platus. Pastarųjų nuoseklumą, matyt, turėtų lemti konkrečios klientų grupės praktiniai poreikiai, narių galimybės (ir, suprantama, profesinė ugdytojo kompetencija).
5.	Metodikos atitikimas specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotės poreikiams ir lūkesčiams, metodikos atitikimas psichikos ligonių emocijoms, pažintiniams ir socialiniams poreikiams	Tikėtina, kiekvieno specialisto profesinė kompetencija bus (yra) pakankamai individualizuota, lygiai, kaip ir ligonių (jų grupės) emociniai, pažintiniai ir socialiniai poreikiai taip pat bus skirtingi. (Beje, šiandien gal būt vienokie, o rytoj kitokie...). Todėl (žr. 4 išvadą) kiekvieną kartą konkretaus metodo panaudojimo tikslingumas gali būti skirtingas. Svarbu, manyčiau, tai, kad teikiama Metodika yra pakankamai plati ir išsami, todėl minėtam selektyvumui suteikia plačias galimybes. (Čia belieka žinoti tik tai, kad pastarųjų plėtrai ribų nėra ir kad ši siekiamybė taps Auto-rei jos ateities darbų gaire...)
6.	Metodikos reikšmė psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei. Metodikos reikšmė specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, kompetencijų įgijimui	Manyčiau, tiek psichikos sutrikimais sergančiųjų asmenų įgalinimui (žr. 1 išvadą), tiek ir specialisto kompetencijos įgijimui bei jos plėtrai (žr. 4–5 išvadas) teikiamos Metodikos reikšmė abejonių nekelia. (Jaudina kitas klausimas: <i>kada</i> ši metodika pasieks adresatą – specialistus ir jų klientus...)
7	Metodikos reikšmė konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei.	Pateiktų konkrečių metodų/būdų aprašo analizė (ir, manau, eksperto vaizduotė) leidžia patikėti, kad yra įmanoma: <ul style="list-style-type: none"> • plėtoti konkrečių psichikos sutrikimais sergančių klientų verbalinius įgūdžius, kurių diegimo metu tampa galimas savęs pažinimo ir gebėjimo kaupti bei analizuoti asmeninę patirtį ugdymas; • puoselėti pozityviosios socializacijos nuostatas, kai mokomasi suprasti stipriąsias savo asmenybės savybes, skatinama pasitikėti savimi ir imtis atsakomybės už savo gyvenimą; • išryškinti buvusių gyvenimo įvykių priežasčių ir pasekmių priklausomybės kontūrus, nukreipiančius asmenį savo elgesio psichinės savireguliacijos linkme; ir kt. Šie argumentai liudija akivaizdžią teikiamos Metodikos mokslinę ir socialinę reikšmę.

10	Metodikos praktinis naudingumas	Metodikos praktinis naudingumas – akivaizdus (žr. 9 išvadą), todėl reikėtų rūpintis greitesne ir efektyvesne jos sklaida šalies suinteresuotų specialistų ir atitinkamų institucijų erdvėje. Dar daugiau: žinant pedagoginių problemų, kurias stebime šių dienų bendrojo lavinimo mokyklose (ir kurių priežastimis labai dažnai esti įvairaus laipsnio psichikos sutrikimų turintys mokiniai) gausą reikėtų galvoti apie šios Metodikos sklaidą studentų – būsimųjų mokytojų (laisvai pasirenkamas kursas?) ir jau dirbančių kolegų (seminarų forma?) sąmonėje, jų profesinėje kompetencijoje...
11.	Galutinė eksperto išvada	Eksperto nuomone, pateikta Ugdamosios poetikos terapijos metodika sudaro realias galimybes psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui, nes: <ul style="list-style-type: none"> • leidžia iš(si)vaduoti iš pražūtingai veikiančio emocinio užsisklendimo ir socialinės izoliacijos; • sudaro prielaidas kliento (jų grupės) emocinės saviraiškos plėtotei ir jo socialaus elgesio rekonstravimui; • plėtoja verbalinius gebėjimus, o tai reiškia kognityvinių galių plėtrą ir savivertės stiprinimą.

PROGRAMOS SUDEDAMŲJŲ DALIŲ VERTINIMAS BALAIS

1 (labai blogai), 2 (blogai), 3 (patenkinamai), 4 (gerai), 5 (puikiai)

Eil. Nr.	Dalys	Balai
1.	Emocinio užsisklendimo įveikimas ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė taikant Ugdamosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, aplinkos stebėjimas ir poetinė improvizacija, judesio terapijos elementų integravimas, minties įvaizdinimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5 (puikiai)
2.	Savivertės stiprinimas/ atsakomybės už savo gyvenimą skatinimas taikant Ugdamosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, kūrybiškas kliento rašymas, empatiškas ugdytojo rašymas, poetinė improvizacija, kolektyvinis rašymas)	5 (puikiai)

3.	Kognityvinių gebėjimų plėtotė, pasirinkimo galimybių suvokimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, dailės terapijos technikų integravimas, empatiškas ugdytojo rašymas, subasmenybių mandala, „Asmens metaforos“ iškodavimas)	5 (puikiai)
4.	Verbalinių įgūdžių vystymas ir plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, poetinė improvizacija, minties įvaizdijimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio ir sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5 (puikiai)
5.	Socialaus elgesio rekonstravimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kolektyvinė kūryba, poetinė improvizacija)	5 (puikiai)

Prof. Albertas Piličiauskas

Vilnius, 2010 m. gegužės 25 d.

Ekspertas	Ingrida Baranauskienė, Socialinių mokslų (edukologija) daktarė (atlikusi habilitacijos procedūrą), profesorė Šiaulių universiteto Socialinės gėrovės ir negalės studijų fakulteto dekanė		
Moklo sritis	Moklo kryptis	Moklo šaka	Mokslinių interesų kryptys
Socialiniai	Edukologija		Asmenų, turinčių negalę, socialinis dalyvavimas

KOKYBINIS VERTINIMAS

EIL. NR.	VERTINAMAS KRITERIJUS:	EKSPERTO IŠVADA
1.	Metodikos tikslingumas	Metodikos reikalingumas ir tikslingumas abejonių nekelia.
2.	Metodikos atitikimas įgalinimo tikslui ir uždaviniams	<p>Metodika iš esmės atitinka įgalinimo filosofiją, tačiau kiek aiškiau reikėtų akcentuoti asmens, turinčio negalę, prisidėjimo svarbą.</p> <p>Kitai sakant, įvairiapusiškiau išryškinti negalės ypatybę kaip „grįžimą prie kolektyvinio išpareigojimo ir mobilizacijos“ (Wieviorka, 1998). Kolektyviniam išpareigojimui svarbus ir asmuo, turintis negalę, nes, Stiker (1998) žodžiais: <i>jiems labiausiai trūksta galimybės realiai prisidėti; jie nesijaučia įpareigoti rodyti savo socialinę naudą; socialinių mainų nebuvimas rodo integracijos trūkumą</i>. Tad „tik šiuo mastu reikėtų matuoti mūsų veiksmų vertę, šia verte reikėtų nušviesti mūsų laikų horizontą“ (ten pat).</p> <p>Taigi, tikslu ir uždaviniuose (vėliau ir turinyje) reikėtų išryškinti neįgalaus asmens išpareigojimą rodyti savo socialinę naudą. Gal toks požiūris (būti naudingas, ne tik laukti, bet ir mylėti) padėtų ir pačiam žmogui, turinčiam psichikos sutrikimų.</p>
3.	Metodikos turinio naujumas	Metodika yra originalus, novatoriškas autorės kūrinys. Autorė turinio prasme metodikoje atsiskleidžia, kaip patyrusi ugdomosios terapijos specialistė. Gal ir kas epizodiškai bando Lietuvoje taikyti tokią prieigą, tačiau empirinis jos pagrįstumas, sudarytų sąlygas platesnėms pritaikymo galimybėms.

4.	Metodikos turinio išsamumas ir nuoseklumas	Metodikos turinys atskleistas nuosekliai ir pakankamai išsamiai. Bet tik pakankamai Reikėtų išsamesnių pavyzdžių, alternatyvių priėgų. Juk metodika naudosis ne tik tokie prityrę ir kūrybingi specialistai kaip darbo autorė?
5.	Metodikos atitikimas specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotės poreikiams ir lūkesčiams, metodikos atitikimas psichikos ligonių emociniams, pažintiniams ir socialiniams poreikiams	Metodika net labai atitinka specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotės poreikiams ir lūkesčiams. Praktikoje dažnai susiduriame su atvejais, kai specialistai skęsta kasdienybėje, jų darbo pobūdis nepakankamai orientuotas į ugdomasias veiklas. Nors ir daug metų siekiama keisti socialinio darbo modelį (iš klinikinio į socialinį) vis dėlto, kaip nebūtų gaila, paramos teikimas išlieka dominuojančia prieiga. Analizuotame kontekste metodika be jokios abejonės atitinka psichikos ligonių emociniams, pažintiniams ir socialiniams poreikiams. Gal būt dar būtų galima ją patobulinti socialinių poreikių prasme. Apie tai jau buvo rašyta. Išryškinant principą: ne tik gauti, bet ir duoti. Ne tik tikėtis būti mylimu, bet ir pačiam mylėti.
6.	Metodikos reikšmė psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei. Metodikos reikšmė specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, kompetencijų įgijimui	Metodika be jokios abejonės reikšminga dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, kompetencijų įgijimui. Bet kaip jau buvo minėta, reikėtų daugiau papildomų „užrašų“ ugdytojui, pasirinkimo ir sprendimo priėmimo erdvių. Be abejonės, patirtis ateis dirbant, tik taip išsiugdo kompetencijos. Bet išsamesnė informacija būtų puiki prielaida. Metodika be abejonės reikšminga psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei.
7.	Metodikos reikšmė konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei.	Ko gero konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotės galimybės – stipriausia metodikos dalis.
8.	Metodikos praktinis naudingumas	Metodikos praktinis pritaikomumas neabejotinas: ir ne tik gydymo įstaigose. Metodika kūrybiškai galėtų naudotis socialinės rūpybos institucijos, socialiniai pedagogai mokyklose (vaikams, turintiems analogiškų problemų), aukštųjų mokyklų dėstytojai, tobulindami socialinių darbuotojų, socialinių pedagogų, specialiųjų pedagogų rengimo procesą ir pan.

9.	Galutinė eksperto išvada	Mano pasiūlymai nėra nurodantys esminius metodikos trūkumus, todėl autorės valia – atsižvelgti į juos ar ne. Metodika vertintina teigiamai, ir tinkama naudoti psichikos sutrikimais sergančiųjų įgalinimui.
----	---------------------------------	--

PROGRAMOS SUDEDAMŲJŲ DALIŲ VERTINIMAS BALAIS

1 (labai blogai), 2 (blogai), 3 (patenkinamai), 4 (gerai), 5 (puikiai)

Eil. Nr.	Dalys	Balai
1.	Emocinio užsisklendimo įveikimas ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, aplinkos stebėjimas ir poetinė improvizacija, judesio terapijos elementų integravimas, minties įvaizdinimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5
2.	Savivertės stiprinimas/ atsakomybės už savo gyvenimą skatinimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, kūrybiškas kliento rašymas, empatiškas ugdytojo rašymas, poetinė improvizacija, kolektyvinis rašymas)	4
3.	Kognityvinių gebėjimų plėtotė, pasirinkimo galimybių suvokimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, dailės terapijos technikų integravimas, empatiškas ugdytojo rašymas, subasmenybių mandala, „Asmens metaforos“ iškodavimas)	5
4.	Verbaliųjų įgūdžių vystymas ir plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, poetinė improvizacija, minties įvaizdijimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio ir sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5
5.	Socialaus elgesio rekonstravimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kolektyvinė kūryba, poetinė improvizacija)	4

EKSPERTO VERTINIMO FORMA

Ekspertas Mokslinis laipsnis pareigos	Prof. hab. dr. Robertas Bunevičius, KMU Psichofiziologijos ir reabilitacijos instituto direktorius		
Mokslų sritis	Mokslų kryptis	Mokslų šaka	Mokslinių interesų kryptys
Biomedicina	Medicina	Psichiatrija	Depresija, šizofrenija, Endokrinologija, ge- netika

KOKYBINIS VERTINIMAS

Eil. Nr.	Vertinamas kriterijus:	EKSPERTO IŠVADA
1.	Metodikos tikslingumas	Metodika skirta depresija ir šizofrenija sergančiųjų įgalinimui. Grupėje dalyvaujantys klientai pradeda daugiau pasitikėti savimi, padidėja jų savivagarba, išmoksta patys padėti vieni kitiems.
2.	Metodikos atitikimas įgalinimo tikslui ir uždaviniams	Metodika iš esmės atitinka įgalinimo tikslus. Pristatant konkrečius metodus, emocijų korekcijai skiriama pakankamai dėmesio, o tai ypač svarbu, nes depresiniai ir iš dalies šizofrenijos spektro sutrikimai-tai emociniai sutrikimai. Metodikos privalumas – emocijų korekcijos ir pažintinių bei intelektualinių funkcijų ugdymo tikslų derinimas
3.	Metodikos turinio naujumas	Siūlomas poetikos terapijos modelis siejamas su transformuojančio mokymosi teorijomis. Lietuvos kontekste metodikos turinys naujas.
4.	Metodikos turinio išsamumas ir nuoseklumas	Metodika pristatyta pakankamai išsamiai ir nuosekliai.
5.	Metodikos atitikimas specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotei poreikiams ir lūkesčiams, metodikos atitikimas psichikos ligonių emociniams, pažintiniams ir socialiniams poreikiams	Metodika gali būti vadovu specialistams dirbantiems su minėtų sutrikimų turinčiais asmenimis – ji atitinka lūkesčius, juolab kad iki šiol Lietuvoje šios metodikos nebuvo aprašytos. Pacientų poreikis poetinei terapijai taip pat yra didelis.
6.	Metodikos reikšmė psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei. Metodikos reikšmė specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, kompetencijų įgijimui	Pati metodika bus reikšminga tiek, kiek bus specialistų, norinčių ją taikyti savo darbe su psichikos ligoniais. Kuo greičiau metodika bus prieinama specialistams, tuo greičiau jie galės įgyti reikiamų kompetencijų

7	Metodikos reikšmė konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei.	Metodika reikšminga ne tik kognityvinių, verbalinių, bet ir emocinių, dvasinių gebėjimų plėtotei.
8	Metodikos praktinis naudingumas	Labai naudingi metodikoje pateikti praktiniai metodai- užduotys, kai kur galėtų būti daugiau pavyzdžių
9	Galutinė eksperto išvada	Autorė padarė didelį darbą sistemindama ir aprašydama poetinės terapijos metodikas. Stiprioji metodikos pusė yra tai, kad metodikos pristatomos lanksčiai, prisitaikant prie konkretaus sergančio žmogaus galimybių ir poreikių, orientuojantis visų pirma į gydymą/įgalinimą, o ne literatūrą.

PROGRAMOS SUDEDAMŲJŲ DALIŲ VERTINIMAS BALAIS

1 (labai blogai), 2 (blogai), 3 (patenkinamai), 4 (gerai), 5 (puikiai)

Eil. Nr.	Daly	Balai
1.	Emocinio užsisklendimo įveikimas ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, aplinkos stebėjimas ir poetinė improvizacija, judesio terapijos elementų integravimas, minties įvaizdinimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5
2.	Savivertės stiprinimas/ atsakomybės už savo gyvenimą skatinimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, kūrybiškas kliento rašymas, empatiškas ugdytojo rašymas, poetinė improvizacija, kolektyvinis rašymas)	5
3.	Kognityvinių gebėjimų plėtotė, pasirinkimo galimybių suvokimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, dailės terapijos technikų integravimas, empatiškas ugdytojo rašymas, subasmenybių mandala, „Asmens metaforos“ iškodavimas)	5
4.	Verbalinių įgūdžių vystymas ir plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, poetinė improvizacija, minties įvaizdinimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio ir sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5
5.	Socialaus elgesio rekonstravimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kolektyvinė kūryba, poetinė improvizacija)	5

Robertas Bunevičius

Expert	first name, surname, scientific degree		
	Irina Anca Tanasescu, Ph.D		
Sphere of science	Science areas	Branche of science	Scientific interests
Social sciences	Psychology	Psychotherapy	Psycho diagnosis, psychoanalysis
Work place			
Ecological University of Bucharest, Milea Str. N. 116, set 6, Bucharest, Romania			
Professional Disciplines			
Developmental psychology, psychoanalysis, clinical psycho diagnostic, psychotherapeutic counselling, psychotherapy of stress diseases			
Professional Associations			
Romanian Psychologists National Association, „Stondi“ Association for Romania, Anti Drug European Association			
E-mail			
Irina_anca_tanasescu@yahoo.com			

QUALITATIVE EVALUATION

n.	CRITERION FOR EVALUATION	CONCLUSION BY EXPERT
1.	Expedience of methodical	Poetry therapy is an efficient alternative psychotherapeutic method because it allows for human sensibility in order to develop different aspects of mentally ill personality. Professional specialists say that mentally illness is a low communication one. Consequently, a therapy which educates in authentic speech and develops abilities to communicate becomes a resourceful method.
2.	Satisfaction the requirements of empowering	The method satisfies the requirements of requirements of empowering clients, because it follows some clean steps. The poetry therapy method starts from understanding personal experience as basis causation for self understanding and goes ahead to management of personal life Is this way it assumes some profound changes in mentally ill personality
3.	Innovation of content of methodical	This method integrates the models of poetry therapy in largest context of theories of transformative education. The literature is used as a tool for personal development, but here it is a newer point of view using poetry as a basis for dialog and reflection

4.	Comprehensiveness and Consistency of content of methodical	This method is comprehensiveness one for specialists as well as for the clients. The specialists can observe its own inner conscience as a result of its scientific theoretical foundation. The method is comprehensiveness for clients because the dialog with client helps them to clarify their problems step by step. The consistency of method is insured by holistic approach of emotional, cognitive behavioural problems of the mentally ill, and all of these with a lot of techniques which help to develop dialog
5.	Satisfaction the professional needs of specialists (poetry therapists, social workers, nurses and other) for the development of their activities Satisfaction the emotional, cognitive and social requirements of mentally ill	The specialists in helping professions benefit of superior abilities to communicate of their clients, of their view understanding of reality and their higher interests to manage personal life. Experiencing of feelings, understanding existential problems and interacting with new knowledge, learning of new attitudes and behaviours, all of them satisfy important aspects of emotional, cognitive and social mentally ill needs.
6.	Importance of methodics for development of social competences of mentally ill Importance of methodics to specialists for applying new competences	An essential characteristic of poetry therapy is that it develops the abilities to communicate which van is considered the most important social abilities In the same time it is focused on the development of self understanding and personal responsibility which contribute to increasing of interpersonal relationship and also to stronger social integration.
7.	Importance of methodics for cognitive and verbal development of mentally ill persons	Poetry therapy techniques deal with repressed feelings, awake them and help mentally ill to speak about them. The transformation of emotion leads to cognitive development because this emotional freedom allows growing of existential knowledge. This mentally ill becomes more and more capable to understand the requirements of external and also inner reality. The words used now in more authentic speech and the more consistent thoughts facilitate not only sharing personal story, but also critical reflection and new points of view about own life.
8.	Practical benefit of methodical	The capability to express own thoughts in words, to reflect critically, to explore new meanings for old personal problems, this capability develop the sense of self. This means a more profound self- understanding and a higher self reflective. Both of these represent basis constitution for assuming of personal responsibilities for mentally ill. The empowering of mentally ill in order to manage personal life can be considered on of the most important practical benefit of method.

9.	Final decision of expert	The poetry therapy reveals to us a resourceful new direction in therapeutic activity. It needs time and devotion to pass over the difficulties of the beginnings, but most of all the therapists who practice it need the confirm of scientific community
----	---------------------------------	---

EVALUATION OF CONSTITUENT PARTS OF METHODOICAL OF PROGRAM USING GRADE

1 (very bad), 2 (bad), 3 (satisfactory), 4 (good), 5 (fluent)

Eil. Nr.	parts	Grade
1.	Getting out of from one's own shell and development of emotional self expression (bibliotherapeutic dialog, observation what is around, poetic improvisation, integration of elements of kinaesthetic therapy into poetry therapy, stimulation of thoughts' image, poetic comparisons, learning to connect abstract word and concrete view, look for connection between personal experience and literary work, acrostic, detoxification of no understandable ritual, collective writing	5
2.	Stimulation of self evaluation, stimulation of responsibility to manage personal life (bibliotherapeutic dialog, critical reflection, creative writing, emphatic writing, poetic improvisation, collective writing	4
3.	Development of cognitive abilities, perception of possibilities to make choices (bibliotherapeutic dialog, critical reflection, integration of art therapies into poetry therapy, emphatic writing, decodification of nonunderstandable ritual,	4
4.	Evaluation of verbal development (bibliotherapeutic dialog poetic improvisation, poetic comparisons learning to connect abstract word and concrete view, look for connection between personal experience and literary work, acrostic, liberating word, decodification of nonunderstandable ritual, collective writing	5
5.	Social behaviour (bibliotherapeutic dialog ,collective writing, poetic improvisation	5

Your additional comment

Signature

Irina Anca Tanasescu, Ph.D

Expert	first name, surname, scientific degree				
	Wendell Mayo, Ph.D				
Sphere of science	Science areas	Branche of science	Scientific interests		
Literature	20th Cenury British and American literatures	Creatve Writing	Creative Writing pedagogy and identity formation through creative writing		
Work place					
Bowling Green State University, Bowling Green, Ohio 43403, USA					
Professional Disciplines					
20th Cenury British and American literatures, creative writing				20th Cenury British and American literatures	Creatve Writing
Professional Associations					
-American Professional Partnership for Lithuanian Education -Associated Writing Programs					
NAPT- Approved Mentor/ Supervisor					
E-mail: wmayo@bgsu.edu					

QUALITATIVE EVALUATION

n.	CRITERION FOR EVALUATION	CONCLUSION BY EXPERT
1.	Expedience of methodic	Although I am not a therapist by training, the methods, especially concerning re-experiencing past events and liberating the self are not only powerful tools, they are supported by the works of social psychologist George Herbert Meade, and writing and rhetoric theorists Robert Brooke and Nancy Sommers. George Meade looks at the way society shapes identity; Brook examines, very convincingly, how the creative writing „workshop,“ a group of writers expressing themselves to one another without fear, can improve one’s self esteem and value. Nancy Somers explores how the responding to poetry is a dramatic act itself and, as such, should not be „closed“ responses—such as „good“ or „bad“ writing, but response that liberate the poet—responses that ask a poet to question, search, and experience a full range of feelings that poetry stimulates.
2.	Satisfaction the requirements of empowering	I think I’ve answered this in (1) above.
3.	Innovation of content of methodic	AGAIN, I’M NOT A SPECIALIST, BUT FROM MY STANDPOINT, AN AMERICAN WRITER INTERESTED IN EDUCATION AND DEVELOPMENT IN LITHUANIA, THIS CERTAINLY SEEMS GROUNDBREAKING. AND I AM HEARTENED THAT THE DOCTORAL CANDIDATE IS LOOKING AT INTERSECTIONS BETWEEN TWO SPHERES OF RESEARCH: TRANSFORMATIVE EDUCATION AND POETRY THERAPY.
4.	Comprehensiveness and Consistency of content of methodic	IT ALL SEEMS LOGICAL AND FOCUSED ON THE SEARCH FOR SELF THROUGH RE-EXPERIENCING THE PAST VIA LANGUAGE. I CAN ONLY RECOMMEND THAT THE CANDIDATE MAY WANT TO INVESTIGATE THE WORK OF MEADE AND BROOKE.

5.	Satisfaction the professional needs of specialists (poetry therapists, social workers, nurses and other) for the development of their activities. Satisfaction the emotional, cognitive and social requirements of mentally ill	I AM SORRY THAT I CANNOT WRITE WITH AUTHORITY ABOUT THIS ONE. MY EXPERTISE IS MAINLY AS A CREATIVE WRITER, TEACHER, AND TEACHER-TRAINER INTERESTED IN HOW EFFECTIVE CREATIVE WRITING PEDAGOGIES CAN BE DERIVED BY LOOKING AT THE NEEDS OF AUTHORS TO DEVELOP STRONG SENSES OF „SELF“ THROUGH WRITING.
6.	Importance of methodics for development of social competences of mentally ill Importance of methodics to specialists for applying new competences	I AM SORRY THAT I CANNOT WRITE WITH AUTHORITY ABOUT THIS ONE.
7	Importance of methodics for cognitive and verbal development of mentally ill persons	I FIND THIS WORK TO BE VALID FOR PERSONS WHO ARE NOT METALLY ILL AS WELL; IT HAS RAMIFICATIONS FOR TEACHERS OF CREATIVE WRITING—ESPECIALLY OF INTRODUCTORY SECONDARY SCHOOL AND UNIVERSITY COURSES IN CREATIVE WRITING.
8	Practical benefit of methodic	I ADDRESS THIS IN (7) ABOVE.
9	Final decision of expert	I HAVE TO ASSUME THAT OTHER EVALUATORS WILL LOOK AT THE CONCEPTUAL FRAMEWORK IN TERMS OF „THERAPY“ SINCE THAT IS NOT MY AREA. HOWEVER, I DO HAVE BACKGROUND AND EXPERIENCE IN TRANSFORMATIVE EDUCATION—AND THE PROJECT SEEMS VALUABLE FROM THAT STANDPOINT.

**EVALUATION OF CONSTITUENT PARTS OF METHODIC OF PROGRAM
USING GRADE**

1 (very bad), 2 (bad), 3 (satisfactory), 4 (good), 5 (fluent)

Eil. Nr.	parts	Grade
1.	Getting out of from one's own shell and development of emotional self expression (bibliotherapeutic dialog, observation what is around, poetic improvisation, integration of elements of kinesthetic therapy into poetry therapy, stimulation of thoughts' image, poetic comparisons, learning to connect abstract word and concrete view, look for connection between personal experience and literary work, acrostic, decodification of non-understandable ritual, collective writing	Cannot grade
2	Stimulation of self evaluation, stimulation of responsibility to manage personal life (bibliotherapeutic dialog, critical reflection, creative writing, emphatic writing, poetic improvisation, collective writing	5
3	Development of cognitive abilities, perception of possibilities to make choises (bibliotherapeutic dialog, critical reflection, integration of art therapies into poetry therapy, emphatic writing, decodification of non-understandable ritual,	5
4	Evaluation of verbal development (bibliotherapeutic dialog poetic improvisation, poetic comparisons learning to connect abstract word and concrete view, look for connection between personal experience and literary work, acrostic, liberating word, decodification of nonunderstandable ritual, collective writing	5
5	Social behaviour (bibliotherapeutic dialog ,collective writing, poetic improvisation	5—„collective writing“ is main strength here.

Your additional comment:

This candidate's contribution to research concerning how language stimulates and affects personality and concepts of self has great value. I am not a clinical psychologist, but I have experience as a writer and educator using creative methodologies, and the educational methodologies described here seem sound to me.

EKSPERTO VERTINIMO FORMA

Ekspertas	Daiva Janavičienė, humanitarinių mokslų daktarė. Klaipėdos universiteto Socialinių mokslų fakulteto Komunikacijų katedros docentė		
Mokslo sritis	Mokslo kryptis	Mokslo šaka	Mokslinių interesų kryptys
Humanitariniai mokslai	Komunikacija ir informacija	Bibliotekininkystė	Bibliotekų istorija, Komunikacija, Semiotinė komunikacija, Biblioterapija, Kultūrinės bibliotekų paslaugos, tarpkultūrinė komunikacija

KOKYBINIS VERTINIMAS

EIL. NR.	VERTINAMAS KRITERIJUS:	EKSPERTO IŠVADA
1.	Metodikos tikslingumas	Metodika kuriama tikslingai, integruojant ekologinius ugdymo metodus, išskiriant praktinius metodikos taikymo uždavinius, sujungiant poetikos terapijos praktinius įgūdžius ir gydytojo patirtį.
2.	Metodikos atitikimas įgalinimo tikslui ir uždaviniams	Metodika atitinka keliamą tikslą ir praktinius uždavinius
3.	Metodikos turinio naujumas	Humanitarinių mokslų srityje J. Sučylaitės parengta metodika yra unikali pateikiamos naujos idėjos, moksliskai pagrįstai suformuotas metodologinis pagrindas
4.	Metodikos turinio išsamumas ir nuoseklumas	Turinys nuoseklus, pateikiamos tokio pobūdžio veiklai realizuoti reikalingi žingsniai, pagirtina, kad išskiriami atskiroms ligonių grupėms būdingos specifikos. Norėtusi kiek detalesnio ugdymo organizavimo, pasiruošimo ugdymui ir ugdytojui reikalingų įgūdžių apibrėžimo.

5.	Metodikos atitikimas specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotei poreikiams ir lūkesčiams, metodikos atitikimas psichikos ligonių emociniams, pažintiniams ir socialiniams poreikiams	Negalėčiau teikti išvadų dėl kompetencijos šioje srityje trūkumo.
6.	Metodikos reikšmė psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtočiai. Metodikos reikšmė specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, kompetencijų įgijimui	Metodika reikšminga šiuo aspektu ne tik su apibrėžtomis asmenų grupėmis. Ji reikšminga platesniu kontekstu, kaip pažintinė, kūrybinius impulsus skatinanti metodika, skirta emocinių sutrikimų, emocinio pažinimo ir įvairių socialinių kompetencijų ugdymui.
7	Metodikos reikšmė konkrečių psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtočiai.	Kognityvinių ir verbalinių gebėjimų ugdymui plačiau prasme ši metodika yra tinkama. apie jos reikšmę konkrečių psichikos sutrikimų sergančių asmenų įvardintų gebėjimų ugdymui galima teigti, kad ji yra labai reikšminga pačiomis pastangomis šiuos gebėjimus vystyti ar atstatyti. žvilgsniu iš humanitarinių mokslų ir bibliotekoje teikiamų paslaugų – metodika vertinga savo įvairove, kūrybiškumu, iniciatyvumu, tiesiog humanistiškumu.
8	Metodikos praktinis naudingumas	Konkrečias technikas galima panaudoti daug plačiau, nei metodikos tikslinę paskirtis. pagirtina, kad įvairios technikos detalizuojamos, pagrindžiami jomis sukeliama efektai, nurodomos interpretacijų galimybės.
9	Galutinė eksperto išvada	Metodika vertinga, atskiros jos dalys gali būti naudojamos daug platesnėje ugdytinių sampratoje.

PROGRAMOS SUDEDAMŲJŲ DALIŲ VERTINIMAS BALAIS

1 (labai blogai), 2 (blogai), 3 (patenkinamai), 4 (gerai), 5 (puikiai)

Eil. Nr.	Dalys	Balai
1.	Emocinio užsisklendimo įveikimas ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, aplinkos stebėjimas ir poetinė improvizacija, judesio terapijos elementų integravimas, minties įvaizdinimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5
2.	Savivertės stiprinimas/ atsakomybės už savo gyvenimą skatinimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, kūrybiškas kliento rašymas, empatiškas ugdytojo rašymas, poetinė improvizacija, kolektyvinis rašymas)	5
3.	Kognityvinių gebėjimų plėtotė, pasirinkimo galimybių suvokimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, dailės terapijos technikų integravimas, empatiškas ugdytojo rašymas, subasmenybių mandala, „Asmens metaforos“ iškodavimas)	4
4.	Verbaliųjų įgūdžių vystymas ir plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, poetinė improvizacija, minties įvaizdijimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio ir sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5
5.	Socialaus elgesio rekonstravimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kolektyvinė kūryba, poetinė improvizacija)	4

EKSPERTO VERTINIMO FORMA

Ekspertas	Vytauto Didžiojo universiteto Socialinių mokslų fakulteto Edukologijos katedros vedėja, profesorė, habilituota daktarė Margarita Teresevičiene		
Mokslų sritis	Mokslų kryptis	Mokslų šaka	Mokslinių interesų kryptys
Socialiniai mokslai	Edukologija	Andragogika	Suaugusiųjų mokymasis

KOKYBINIS VERTINIMAS

EIL. NR.	VERTINAMAS KRITERIJUS:	EKSPERTO IŠVADA
1.	Metodikos tikslingumas	MANAU, KAD TOKIA METODIKA YRA TIKSLINGA IR REIKALINGA.
2.	Metodikos atitikimas įgalinimo tikslui ir uždaviniams	Atitinka
3.	Metodikos turinio naujumas	IKI ŠIOL NETEKO SUSIDURTI SU TOKIO POBŪDŽIO METODIKOMIS.
4.	Metodikos turinio išsamumas ir nuoseklumas	NUOSEKLI, IŠSAMI, TEORIŠKAI PAGRĮSTA. NAUDOJAMOS ŽINOMOS ANDRAGOGIKOS TEORIJOS IR KLASIKINIAI VEIKALAI (TRANSFORMUOJANTIS UGDYMAS, KRITINIO MĄSTYMO TEORIJA).
5.	Metodikos atitikimas specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, veiklos plėtotės poreikiams ir lūkesčiams, metodikos atitikimas psichikos ligonių emocijoms, pažintiniams ir socialiniams poreikiams	ANDRAGOGINIŲ POŽIŪRIU METODIKA ATITINKA PAŽINTINIAMS, EMOCINIAMS IR SOCIALINIAMS GEBĖJIMAMS PLĖTOTI IR SPECIALISTAMS, DIRBANTIEMS SU PSICHIKOS LIGONIAIS YRA VERTINGA PRIEMONĖ, PADEDANTI PLANUOTI IR ĮGYVENDINTI ĮGALINIMO TIKSLUS, PRIKLAUSOMAI NUO BESIKEIČIANČIOS SITUACIJOS.

6.	Metodikos reikšmė psichikos sutrikimais sergančių asmenų konkrečių socialinių kompetencijų plėtotei. Metodikos reikšmė specialisto, dirbančio su psichikos sutrikimais sergančiais asmenimis, kompetencijų įgijimui	METODIKA YRA PARENGTA NUOSEKLIAI, LAIKANTIS ANDRAGOGIKOS PRINCIPŲ, TODĖL TINKAMA IR MOKYMUUI IR MOKYMUISI, TIEK SPECIALISTAMS TIEK KLIENTAMS.
7.	Metodikos reikšmė psichikos sutrikimais sergančių asmenų kognityvinių ir verbalinių gebėjimų plėtotei.	NEGALIU PASAKYTI, NES TURETŲ BŪTI IŠBANDYTA EKSPERIMENTIŠKAI. TEORIŠKAI – TAIP. APRAŠYTI METODAI IR TECHNIKOS GALI BŪTI NAUDOJAMI IR KITUOSE KONTEKSTUOSE, NE TIK PSICHIKOS LIGONIŲ ĮGALINIMUI.
8	Metodikos praktinis naudojumas	METODIKA REALI, ĮGYVENDINAMA IR TURĖTŲ BŪTI NAUDINGA
9.	Galutinė eksperto išvada	UGDOMOSIOS POETIKOS TERAPIJOS METODINĖ PROGRAMA, SKIRTA SERGANČIŲJŲ PSICHIKOS SUTRIKIMAIS (DEPRESIJA, ŠIZOFRENIJOS SPEKTRO SUTRIKIMAIS) ĮGALINIMUI, TEORIŠKAI YRA REIKIAMAI PAGRĮSTA IR PARENGTA KOKYBIŠKAI. PRAKTIŲ JOS PRITAIKYMĄ REIKTŲ PATIKRINTI EKSPERIMENTIŠKAI.

PROGRAMOS SUDEDAMŲJŲ DALIŲ VERTINIMAS BALAIS

1 (labai blogai), 2 (blogai), 3 (patenkinamai), 4 (gerai), 5 (puikiai)

Eil. Nr.	Dalys	Balai
1.	Emocinio užsisklendimo įveikimas ir emocinės saviraiškos gebėjimų plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, aplinkos stebėjimas ir poetinė improvizacija, judesio terapijos elementų integravimas, minties įvaizdinimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5
2.	Savivertės stiprinimas/ atsakomybės už savo gyvenimą skatinimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, kūrybiškas kliento rašymas, empatiškas ugdytojo rašymas, poetinė improvizacija, kolektyvinis rašymas)	5

3.	Kognityvinių gebėjimų plėtotė, pasirinkimo galimybių suvokimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kritinė refleksija, dailės terapijos technikų integravimas, empatiškas ugdytojo rašymas, subasmenybių mandala, „Asmens metaforos“ iškodavimas)	5
4.	Verbalinių įgūdžių vystymas ir plėtotė taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, poetinė improvizacija, minties įvaizdijimas, poetiniai palyginimai, abstraktaus žodžio siejimas su konkrečiu vaizdu, literatūros kūrinio ir sąsajų su asmeniška patirtimi ieškojimas, „Išlaisvinantis žodis“, akrostikas, „Asmens metaforos“ iškodavimas, kolektyvinis rašymas)	5
5.	Socialaus elgesio rekonstravimas taikant Ugdomosios poetikos terapijos metodiką (Technikos: biblioterapinis dialogas, kolektyvinė kūryba, poetinė improvizacija)	5

**The National Federation
For Biblio/Poetry Therapy**

INCORPORATED IN THE STATE OF NEW YORK

THIS WILL CERTIFY THAT

Jurate Sućplaitė MEd, CPT

HAS MET ALL THE REQUIREMENTS FOR

CERTIFICATION AS A POETRY THERAPIST

IN WITNESS THEREOF WE THE OFFICERS HAVE SET OUR HANDS AND SEAL THIS 6TH DAY OF MAY 2005



Regina Anna Heller PhD, RPT-M/S
President

Elaine Arnold RN, RPT, M/S
Chair, Credentials Committee

Certificate Number C 2005-575

Jūratė Sučylaitė

**UGDOMOJI POETIKOS TERAPIJA KAIP PRIEMONĖ SUAUGUSIŲJŲ,
SERGANČIŲ ŠIZOFRENIJA AR DEPRESIJA, ĮGALINIMUI**

Daktaro disertacija
Socialiniai mokslai, edukologija (07S)

Maketavo Laura Petrauskienė

SL 605. 38,25 sp. l. Tir. 10 egz. Užsak. Nr. 11-019
Išleido ir spausdino Vilniaus pedagoginio universiteto leidykla
T. Ševčenkos g. 31, LT-03111 Vilnius
Tel. +370 5 233 3593, el. p. spaustuve@vpu.lt
www.leidykla.vpu.lt