

**Konferencija „Muzikavimas senjorų emocinės sveikatos gerinimui”
2023–11–21**

Kūrybinių veiklų taikymas senjorų gyvenimo kokybės gerinimui: Erasmus projektų patirtis

Loreta Kačiušytė Skramtai

Jūratė Ūselienė

VŠĮ „Saulės stygos“



**Co-funded by
the European Union**

(1)



Co-funded by
the European Union



„Tarpdisciplininės komandos alternatyvių pagalbos būdų pagyvenusio amžiaus žmonėms, sergantiems perdegimo sindromu ir daugybinėmis ligomis pristatymas“

„Presenting Alternative Approaches to Burnout Syndrome in Elderly Multimorbid (multiple diseases) Individuals with Interdisciplinary Collaboration“ (PABSEM),

KA220 – Strateginės partnerystės projektas



P A B S E M



P A B S E M

PABSEM projektas apima 24 mėnesių laikotarpį. Šis projektas parengtas vadovaujant VŠĮ „Saulės stygos“ (Lietuva), bendradarbiaujant su Turkijos, Olandijos, Italijos ir Lenkijos partneriais.

Šį projektą remia Europos Komisija, vadovaudamasi Erasmus+ programa. Čia pateiktas turinys atspindi autoriaus požiūrį, todėl Europos Komisija ir Lietuvos nacionalinė agentūra negali būti laikoma atsakinga už išreikštas nuomones.



PABSEM

Multiterapija pagerina gyvenimą...



Projekto tikslai

Sudaryti sąlygas gerinti senyvo amžiaus žmonių, sergančių keliomis ligomis, gyvenimo kokybę:

padedant išreikšti savo mintis ir jausmus alternatyviais būdais;

menų terapijos intervencijomis siekti vyresnio amžiaus žmonių sergančių keliomis ligomis geresnės savijautos;

skleisti patirtį projekto partnerių šalyse apie projekto rezultatus.

Projektas įgyvendintas keliais etapais:

Atliktas tyrimas:

- Partnerių šalyse slaugos/globos įstaigose 3 mėnesių laikotarpiu įvairių sričių specialistai (menų terapeutai, menininkai, psichologai) taikė įvairias menines veiklas. Tyrimo eksperimentinėje ir kontrolinėse grupėse dalyvavo po 50 dalyvių.
- Meninių veiklų pradžioje ir pabaigoje tyrimo dalyvių savijauta buvo vertinama psichologinėmis Geros savijautos (PBWS) ir Vieništumo (LOSS) skalėmis.

Tyrimo rezultatai ir tyrėjų patirtys pristatomi projekto rezultatų medžiagoje:

Tarpdisciplininėje PABSEM teorijoje

El. knygoje – Multimorbid. Art Therapy



n° 2021-1-LT01-KA220-ADU-000028279

Result 1

Introducing the interdisciplinary PABSEM Theory

Projekto rezultatai

PABSEM

Multimorbite

ART THERAPY



<https://asterion.altervista.org/>

(2)

„Socialinių darbuotojų ateitis įtraukiant vyresnio amžiaus žmones į bendruomenės veiklą kartu su menininkais ir menų terapeutais“

„The future of social workers involving people with disabilities in community activities between artists and art therapists“ (FSW).



Arte communitate seniores

Menas į senjorų bendrystę

Arte comunica agli anziani



**Co-funded by
the European Union**

KA210-ADU Mažos apimties partnerystės projektas
(suaugusiųjų švietimas)

Projekto partneriai

- VŠĮ Saulės stygos (Lietuva)
- PROMETEO (Italija)
- Projektą finansuoja Europos komisija



**Co-funded by
the European Union**

FSW – tai
tarpdisciplininis (meno
ir sveikatos sričių)
projektas, kuriuo
siekiama:

- padėti kurti ryšį tarp senjorų įtraukiant juos į bendruomenės veiklas, susijusias su jų prisiminimais, kurie kūrybingai įprasminami per meninę saviraišką;
- sumažinti senjorų izoliaciją;
- praturtinti jų bendravimą įvairesnėmis formomis.

Tikslinės projekto dalyvių grupės:

- Vyresnio amžiaus žmonės, neįgalieji, kurie nebuvo įtraukti į bendruomenių praktines veiklas. Jie turi galimybę užmegzti naujus soc. ryšius, turiningai praleisti laisvalaikį.
- Įvairių organizacijų socialiniai darbuotojai turės galimybę plėsti savo kompetencijas, įgydami naujų idėjų, įrankių bei įgūdžių savo darbui.
- Projekto veiklos skatina menininkus ir menų terapeutus kurti ilgalaikius bendradarbiavimo ryšius su soc. darbuotojais, tobulinti savo kompetencijas, reikalingas dirbant su senjorais ir neįgaliaisiais.

Projekto rezultatai

1. Parengta meninių veiklų taikymo vyresniojo amžiaus suaugusiems metodinė medžiaga, kuri testuojama su senjorų grupėmis ir aptariama su socialiniais darbuotojais
2. Sukurta elektroninė priemonė, skirta socialiniams darbuotojams ir senjorams, papildanti jų priemonių arsenalą meninių veiklų idėjomis tikslingai organizuojant užimtumo veiklas vyresniems žmonėms.

Metodinės medžiagos parengimo ir įgyvendinimo etapai:

1. Susipažinimo veiklų pavyzdžių pristatymas, skirtas užmegzti ryšius, stimuliuoti kalbą, emocijas ir atmintį.

2. Socialinės izoliacijos įveikimo strategijos, menų terapijos veiklų bei taikymo strategijų pavyzdžiai.

3. Meninių veiklų laboratorijos, siekiant išryškinti pozityvaus bendravimo perspektyvą bendraujant ir bendradarbiaujant per menines veiklas. Praktinis veiklų išbandymas.

4. Atvirų kūrybinių bendruomenės renginių organizavimo gairės, praktinės veiklos. Rekomendacijos specialistams dirbantiems su senjorais.

5. Patyriminis renginys socialiniams darbuotojams ir fokusuota grupinė diskusija.

Praktinių veiklų patirtis ir pastebėjimai

1. Parengtos metodinės medžiagos išbandymas laboratorijoje (13 senjorų ir 1 soc. darbuotojas)

2. Kūrybinė popietė – bendruomenės renginys „Patirkime, kurkime bendraukime“ (23 dalyviai)

Veiklos vyko bendradarbiaujant su Alytaus TAU lankytojomis

Veiklas vedė 2 menų terapeutės

Funded by the European Union



Š. m. lapkričio 9 d. 15 val.
kviečiame susitikti kūrybinėje **popietėje**
„Patirkime, kurkime, bendraukime“

Popietės metu menų terapeutės Loreta Kaciūšytė Skramtaite ir Jūratė Ūselienė pakvies į įvairias menines veiklas skatinančias kurti, džiaugtis, geriau pažinti vieni kitus.



Renginys vyks adresu:
Seirijų g. 2, Alytus
Alytaus kolegija,
Informacijos ir ryšių technologijų fakultetas
303 auditorija
Renginio trukmė – iki 2 val.



Renginys organizuojamas įgyvendinant projektą „Socialinių darbuotojų, įtraukiančių pagyvenusius žmones į bendruomenės veiklą su menininkais ir meno terapeutais, ateitis“. Projektą finansuoja Europos Komisija pagal programą „Erasmus+“. Projektą įgyvendina VSI „Saulės stygos“ (Lietuva) ir suaugusiųjų švietimo asociacija „Prometeo“ (Italija).



Grupės dalyvių meninės veiklos pasirinkimai

Meninės laboratorijos dalyvės nurodė menines veiklas, kurioms jos teikia prioritetą:

Kokias meninės veiklos formas Jūs mėgstate labiausiai?	
Muzikos klausymas	92% [N=12]
Įvairios veiklos: Rankdarbiai [N=3;23%], gėlių priežiūra, šokis, teatrų/kino/koncertų lankymas.	54% [N=7]
Dainavimas	46% [N=6]
Piešimas, lipdymas	46% [N=6]
Fotografija	38% [N=5]
Vaidinimas	8% [N=1]
Groti muzikos instrumentu (nurodyti):	0%
Aš nemėgstu meninių veiklų	0%

Praktinių užsiėmimų struktūra

Apšilimo žaidimai

Senjorų bendravimą skatinančios
veiklos

Kūrybinės veiklos

Dainavimas

Refleksija

Apšilimo veiklos





Bendravimą skatinančios veiklos





Kūrybinės veiklos



Kūrybinēs veiklos



Dainavimas



Dainų preferencijos:

„Jaunystė“
„Išėjo tėvelis į mišką“
„Neišaik tu iš sodžiaus“

„Vai ko nusižvengei“
„Atskrend sakalėlis“
„Ateis rudenėlis“

„Du gaideliai“
„Jaunystė“
„Pušelė“



Refleksija = grįžtamasis ryšys



Dalyvių pastebėjimai po praktinių veiklų (klausimynas po veiklos)

- **Ar galėtumėte parašyti trumpą pastraipą apie tai, kaip jautėtės pasibaigus socialinei veiklai laboratorijos / bandomosios grupės metu?**
- Citata Nr. 1: *Jaučiuosi gerai, pavyko bendrauti su buvusiais nepažįstamais, ypač kuriant pasakojimą.*
- Citata Nr. 2: *Labai įdomu ir gerai jaučiuosi, tai bendravimas su žmonėmis, kur galima ir padainuoti, ir savijauta labai gera. Tai yra gyvas bendravimas su bendraminčiais.*

Dalyvių pastebėjimai apie bendravimą pandemijos metu

- Trūksta kūno kalbos, fizinio kontakto, apsikabinimų, laikymosi už rankų.
- Citata Nr.1: *“Tas bendravimas nenutrūko, jis yra labiau telefoninis. Daug labiau patiko bendravimas, kai atėjai, už rankos paėmei, o ne tai, kad – „Laba diena, aš sveika, o kaip tu?“ (Juokas grupėje). – „Aš gyva, kaip tu?“ Aš daug bendrauju telefonu ir manęs neužmiršta, bet nėra taip kaip iš širdies į širdį, kai matai žmogų, jo emocijas.”*

Socialinio darbuotojo įžvalgos po meninės laboratorijos

Kaip galvojate, jei Jums, kaip socialiniam darbuotojui, reikėtų vesti tokią laboratoriją, su kokiais iššūkiais susidurtumėte? Kas būtų atrodytų pritaikoma / ne?

„Abejoju, ar sugebėčiau nuteikti auditoriją efektyviai veiklai, ar sugebėčiau sutelkti ir sudominti man nežinomą grupę iki užsiėmimo pabaigos. Specialistams būtų naudinga turėti parengtą planą“.

„...kiti socialiniai darbuotojai tokias veiklas pagal parengtą planą sėkmingai galėtų pritaikyti savo darbinėje veikloje“

Menų terapeutu (mūsu) izvalgos po praktiniu veiklu

Konservativums vietas, laiko, grupes dalyviu sudeties klausimais.

```
graph TD; A[Konservativums vietas, laiko, grupes dalyviu sudeties klausimais.] --> B[Atsargumas naujiems potyriams, neįprastoms veikloms, refleksijai.]; B --> C[Kūrybinės veiklos (istorijų, koliažų kūrimas) padėjo joms bendrauti ir dalintis, jaustis saugiai.];
```

Atsargumas naujiems potyriams, neįprastoms veikloms, refleksijai.

Kūrybinės veiklos (istorijų, koliažų kūrimas) padėjo joms bendrauti ir dalintis, jaustis saugiai.

Auditorijos klausimai

?

?

?