

Mākslu terapija kā viens no psiholoģiskās palīdzības veidiem

Jana Duhovska
Rīgas Stradiņa universitāte
SVSLF Veselības psiholoģijas un pedagogijas katedra, asistente
RF Profesionālā maģistra studiju programmas Mākslas terapija
vadītāja

5 GADI
VESELĪBAS
PSIHOLOĢIJAS
UN PEDAGOGIJAS
KATEDRAI
RSU

Mērķis

- Iepazīstināt ar mākslu terapiju kā vienu no psiholoģiskās palīdzības veidiem Latvijā
- Sniegt ieskatu par Mt lomu un uztvertajām funkcijām veselības aprūpes vidē
- Ieskicēt problēmjomas un iespējamus risinājumus

Mākslas terapija

- Mākslas terapija ir **veselības aprūpes joma**, kurā individuāli vai grupā terapeitiskās vides un terapeitisko attiecību kontekstā izmanto
 - mākslas līdzekļus un tehnikas
 - radošo procesu un tā rezultātu
 - klienta/pacienta refleksiju vai atgriezenisko saiti vai reakciju uz radošo procesu vai radīto darbu

Četras specializācijas



Mākslas terapeits

- Mākslas terapeits ir **ārstniecības persona, funkcionālais speciālists**, kas ir ieguvis **maģistra grādu veselības aprūpē** un mākslas terapeita profesionālo **kvalifikāciju** ar specializāciju vienā no mākslas veidiem (vizuāli plastiskā māksla, deja un kustība, mūzika, drāma) un darbojas atbilstoši savai kompetencei ārstniecībā
- Funkcionālais speciālists (avots - Ārstniecības likums):
 - » pārzina cilvēka funkcionālo ierobežojumu novērtēšanu un rehabilitācijas principus
 - » veic ārstēšanu, izmantojot atbilstošu diagnostiku, novērtēšanu un medicīniskās tehnoloģijas, un dod atzinumus
 - » veic profesionālās izglītības darbu
- Sertifikācija un resertifikācija atbilstoši MK noteikumiem Nr.943 par Ārstniecības personu sertifikācijas kārtību

Izglītība: sastāvdaļas

- Profesionālā maģistra grāds Veselības aprūpē (Rehabilitācijas fakultāte)
- Iepriekšēja izglītība mākslā, psiholoģijā, pedagoģijā, medicīnā
- Izlīdzinošais gads tiem, kam nav iepriekšējas izglītības medicīnā/veselības aprūpē/zinātnē

MĀKSLAS TERAPIJA	PSIHOLOĢISKĀ KONSULTĒŠANA
MEDICĪNA	UZ PIERĀDĪJUMIEM BALSTĪTA PRAKSE UN PĒTNIECĪBA
KLĪNISKĀ PRAKSE	PAŠIZAUGSME UN ATBALSTS

Nozīmīgākās darba vietas veselības aprūpē



Bērnu klīniskā
universitātes
slimnīca



SIGULDAS
SLIMNĪCA



JAUNĶEMERI

Līgatne
REHABILITĀCIJAS CENTRS



LIEPĀJAS REĢIONĀLĀ
SLIMNĪCA



PIEJŪRAS
SLIMNĪCA

vivendi
veselības centrs



RĪGAS
VESELĪBAS
CENTRS



Slimnīca
"Ģintermuiža"



Kādiem mērķiem pielietojama MT?

- VPMT: ... izmanto mākslu un radošo procesu terapeitiskā kontekstā, lai uzlabotu un veicinātu cilvēka **garīgo, emocionālo** un fizisko labklājību
- DKT: .. lai ... panāktu izmaiņas kustību stilā, **emocionālajā stāvoklī un domāšanas veidā** un nonāktu pie pilnīgākas psihiskās, emocionālās un sociālās integrācijas, personības izaugsmes un izmaiņām, kā arī dažādu simptomu mazināšanās
- MT: .. ar mērķi veicināt un **sekmēt komunikāciju un attiecības, mācīšanos un izzīņu, mobilizēšanos, izteiksmi un organizāciju** jeb fizisko, garīgo un sociālo veselību, tādējādi veicinot indivīda potenciālu attīstību un/vai atjaunotu viņa funkcijas un sasniegtu labāku dzīves kvalitāti
- DT: .. tā var palīdzēt ikvienam uzlabot **emocionālo, kognitīvo, fizisko un sociālo veselību**

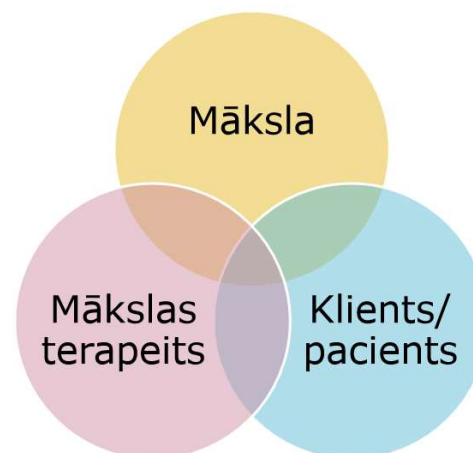
Kā darbojas: trīs posmu modelis

PROCESS	SESIJA
1. Sākuma posms – 1-2- sesijas: izvērtēšana, mērķu (pēc SFK) uzstādīšana, kontrakta veidošana, orientējošā mākslas terapijas plāna izstrādāšana 2. Darba process un starprezultāta novērtējums 3. Noslēguma posms – 1-2 sesijas: sasniegto rezultātu novērtēšana, kopsavilkums, rekomendācijas turpmākam darbam + Mākslā balstītie izvērtēšanas instrumenti + Atbilstoši kompetencei – citi izvērtēšanas instrumenti	1. Ievaddaļa – aktuālās situācijas izvērtēšana un iesildīšanās radošajam darbam 2. Darbības daļa – radošais process, kam seko procesa un rezultāta pārrunāšana 3. Noslēguma daļa – secinājumi (ko uzzināju un sapratu, kā to varu izmantot savā dzīvē) Terapeita izmantotās tehnikas: <i>uzmanība, klātbūtne, aktīvā klausīšanās, informēšana, iedrošināšana (atspoguļošana, pieskaņošanās), konfrontācija (verbāla, neverbāla), izaicinājums (atbalstot vai provocējot)</i>

Triangulāras attiecības: māksla

■ Pacientam māksla ir:

- Papildu iespēja izpaust un izzināt personisko saturu = radošais process = pārslēgšanās no racionālā uz radošo un atpakaļ
- Sameklēt pašizpausmes veidu, kas atbilstu fiziskajām, emocionālajām un psiholoģiskajām vajadzībām un iespējām
- Emociju ietvars vai komunikācijas veids



Bet ARĪ funkcionālā mākslas terapija > akcents uz darbību, kuras laikā attīsta traucētu jomu tās fiziskajā aspektā (runa, motorika) > pielāgo materiālus, instrumentus (pamatā Mūzikas terapija).
VIENMĒR ir mērķis no psihoemocionālā domēna

RSU RFMT absolventu aptauja (1)

- Īstenota 2017.gada martā, interneta tiešsaistē
- Mērķis: apzināt zināšanas, prasmes un kompetences, ko pieprasa «darba tirgus»
- 42 dalībnieku (~ 37% no tā brīža absolventiem)
 - » Uz anketas aizpildīšanas brīdi strādā iegūtajā profesijā
 - » Ir atalgots darbinieks/sniedz pakalpojumu, par kuru saņem samaksu
 - Respondentu stāžs profesijā 1 līdz 8 gadi
 - 81.8% ir daļa no multiprofesionālas komandas
 - Vairums strādā profesijā 2 – 4 dienas nedēļā:
 - Apvieno ar darbu *radniecīgajās* profesijās (pedagoģija, sociālais darbs, veselības aprūpe) vai *attāļajās* profesijās (mārketinga, vadība, jurisprudences, darbs birojā)

RSU RFMT absolventu aptauja (2)

- Zināšanas, prasmes un kompetences, kas no studiju gaitā iegūtā ir praktiski visnoderīgākās:
 - » individuālās konsultēšanas prasmes, specializācijā apgūtās metodes un tehnikas un uz mākslu balstītā izvērtēšanā, psihiatrijas un psihodinamikas pamati, klīniskās prakses pieredze, individuālā izaugsme (psihoterapija (personīgās apmācības terapija))
- Klientu pacientu grūtības, ar kurām strādāts pēdējā gada laikā:
 - » 93.9 – emocionālas; 54.5% - fiziskas/somatiskas; 48.5% - mācīšanās grūtības; 10% - cits
- Terapijas ilgums (pēdējā gada laikā): 54.5% - 6-10 sesijas; 30.3% - mazāk nekā 5 sesijas
- Darba vide (pēdējā gada laikā): 57,6% - veselības aprūpe; 36,4% - privātprakse; 33,3% - sociālā aprūpe

RSU RFMT absolventu aptauja (3)

- Attīstāmās kompetences – šķietami saistītas ar zināmu identitātes neskaidrību > kāds tieši ir mans pienesums komandā
 - » Komunikācijā komandas ietvaros = pārrunāt un izskaidrot mākslas terapijas specifisko ieguldījumu, procesu un rezultātus (62% respondentu – drīzāk vai pilnībā pārliecinoši)
 - » Komunikācija ar klientu/pacientu vai tā piederīgajiem = pārrunāt un izskaidrot pacientam un viņa piederīgajiem/aprūpētājiem mākslas terapijas procesu, tā rezultātus un ietekmi uz viņu veselību (67% respondentu – drīzāk vai pilnībā pārliecinoši)

Funkcionālo speciālistu priekšstati

- B.Bērtas maģistra darbā (2017) «Latvijas funkcionālo speciālistu sociālie priekšstati par mākslas terapiju praksi veselības aprūpē» izdarīts secinājums:
 - » Daļa funkcionālo speciālistu mākslas terapiju saista ar psiholoģiju un ar psihologa darbu, un funkcionālo speciālistu bez pieredzes ar mākslas terapiju/mākslu terapijā vidū īpaši tiek izcelta neskaidrība par atšķirībām starp mākslas terapiju un psihologa funkcijām
 - Risinājums: informatīvas aktivitātes un praktiskas pieredzes nodrošināšana personālam

MT mērķi veselības aprūpē (2)

- A.Golubevas maģistra darbā (2016) «Mākslu terapijas pacientu vajadzību un terapeitisko mērķu novērtējums» atklāts, ka ārsti (n=20) mākslas terapiju nozīmē sekojošu mērķu sasniegšanai:
 - » VPMT: Labāk apzināties savas emocijas; Uzlabot sīko motoriku; Kļūt mierīgākam; DKT: Iemācīties pieņemt/labāk izprast savu ķermeni; Veicināt ķermeņa kustīgumu; Kļūt par pārliecinātākam par sevi; DT: Uzlabot komunikācijas prasmes; Kļūt pārliecinātākam par sevi; Labāk pārvarēt stresu; MT: Kļūt mierīgākam; Kļūt pārliecinātākam par sevi; Vairo optimismu
- Pacientu vajadzības dažādās vidēs:
 - » Psihiskās veselības aprūpes vidē prevalē: Kļūt mierīgākam; Labāk plānot savu laiku; Regulēt savas emocijas
 - » Medicīniskās aprūpes vidē: Uzlabot muskuļu spēku; Uzlabot sīko motoriku

MT komandā rehabilitācijas vidē

■ L.Freimanes maģistra darba (2017) «Mākslas terapietu funkcijas medicīniskajā rehabilitācijā multiprofesionālās komandas sastāvā» rezultāti atklāj, ka:

- » Komandā valda ideja par zināmu lomu pārklāšanos – «Mt strādā līdzīgi mums», taču arī atšķirīgo, jo «Mt pirmkārt interesējas kā pacienti jūtas un ko vēlas»
- » Eksistējot (pamatā) uz ķermeņa funkcijas atjaunošanu vērstam mērķim, nav:
 - skaidrības par Mt pienesumu tieši šajā aspektā
 - Iztrūkstot komunikācijai komandā (bieži – organizatoriskais aspekts, taču arī Mt ierobežotā pieejamība), nav iespējams iegūt informāciju par Mt darbu ar konkrētu pacientu = Mt izkrīt no komandas un kopējā darba

Psiholoģiskā atbalsta sniegšanas līmeņi

Pats patients: pašpalīdzība un informatīvais atbalsts	Līmenis	Atbalsta sniedzējs	Izvērtējums, ko pielieto	Intervences (piemēri)
	1	Jebkurš profesionālis, kam ir saskarsme ar pacientu	Atpazīst nepieciešamību pēc psihoemocionāla atbalsta vai saudzīgākas pieejas	Efektīva informēšana, iejūtīga attieksme, vispārējs psiholoģisks atbalsts
	2	Profesionālis ar papildu kompetenci	Konstatē psiholoģisku distresu saistībā ar konkrētu problēmu	Psiholoģiskas tehnikas konkrētās problēmas atrisināšanai
	3	Apmācīts un sertificēts profesionālis	Konstatē psiholoģisku distresu un psihiskās veselības traucējumu	Psiholoģiskā konsultēšana un psiholoģiskā atbalsta intervences ar konkrētu saturu/pēc konkrētas tehnoloģijas: krīzes interence, motivējošā intervija, stresa mazināšanas tehnikas, uz risinājumu orientētā terapija, kognitīvi-biheviorālā terapija
	4	Psihiskās veselības aprūpes speciālists	Diagnosticē psihiskās veselības traucējumu	Komplekss atbalsts: psiholoģiskas un psihoterapeitiskas intervences, t.sk. komandā un stacionārā, medikamentoza terapija

Avots: National Health Service (2004). Improving Supportive and Palliative Care for Adults with Cancer: Manual

Psiholoģiskās palīdzības sniedzējs: katra specifika

■ Latvijā trīs lielas psiholoģiskās palīdzības sniedzēju grupas:

- » Psihoterapeiti (ārsti un ne-ārsti); Psihologi

- » Mākslas terapeiti

■ Nepieciešamība pēc skaidras pienākumu sadales

- » Lomu un atbildību sajaukums

- » Konkurence, statusa un varas konflikti

- » Pieņēmumi un stereotipi, kas var apdraudēt sadarbības efektivitāti

- » Neskaidrība lēmumpieņēmējiem: kurš speciālists un kāpēc man ir nepieciešams

Darbs komandā veselības aprūpes vidē: specifiskais pienesums

- Biopsihosociālās pieejas un psiholoģiskās labklājības kā atveseļošanās un attīstības akcentēšana
- Pienākumu sadale un robežjautājumu atrisināšana komandas ietvaros (uz ķermeņa fiziskajām funkcijām vērstajos aspektos Mt darbojas līdzīgi citiem funkcionālajiem speciālistiem)
- DKT un sevišķi MT ir skaidri izteikts arī t.s. funkcionālais zars, ko pielieto neirorehabilitācijā un darbā ar pacientiem, kas kādu iemeslu dēļ nevar reflektēt (resp. tikt psiholoģiski konsultēti):
 - » *Mūzikas terapija fiziskās funkcionēšanas jomā* – lielās un smalkmotorikas kustību attīstība, rokas/acu koordinācijas, organizētu ritmisku kustību, galvas kustības u.c. attīstība

Kopsavilkums

- Mt ir daļa no komandas veselības aprūpes vidē
- Mt darbā ar pacientu ir psiholoģiskā atbalsta sniegšanas funkcija, taču komandu vadītāji un kolēģi ne vienmēr izprot atšķirības starp Mt un psihologa darbu, kā arī saredz līdzības vai pat daļēju pārklāšanos arī ar citu funkcionālo speciālistu funkcijām
- Nepieciešams definēt kompetences un to robežas, sekmēt informētību un veidot diskusijas, lai katrs speciālists var sniegt savu īpašo ieguldījumu klienta/pacienta labklājībā
- Sekmēt izpratni par veselības psihosociālo komponenti un dažādu speciālistu ieguldījumu tās sekmēšanā