

## SAVAIMINIŲ NĖŠTUMO NUTRAUKIMĄ IŠGYVENUSIŲ MOTERŲ PATYRIMAI DAILĖS TERAPIJOS PROCESĖ

### EXPERIENCES OF WOMEN WHO HAVE EXPERIENCED MISCARRIAGE IN THE ART THERAPY PROCESS

**Monika Tekutienė**  
Utenos kolegija (Lietuva)

#### Santrauka

Savaiminis nėštumo nutraukimas yra dažniausia nėštumo komplikacija, su kuria susiduria maždaug viena iš keturių besilaukiančiųjų. Moterys, netekusios vaiko ankstyvoje nėštumo stadijoje, dažnai išgyvena visas gedulo stadijas, tačiau Lietuvoje daugiau nei 95 % jų nesulaukia jokios psichologinės pagalbos. Straipsnio tikslas – atskleisti savaiminį nėštumo nutraukimą išgyvenusių moterų patyrimus dailės terapijos procese. Atliktas kokybinis tyrimas: keturios savaiminį nėštumo nutraukimą patyrusios moterys dalyvavo grupinėje 10 sesijų dailės terapijoje; analizuojami trijų dalyvių, dalyvavusių visose sesijose, duomenys. Verbalizuotos refleksijos transkribuotos ir analizuotos indukcinės teminės analizės metodu; grupinės terapijos metu sukurti kūriniai – piešinių formaliųjų elementų analizės metodu. Teminėje analizėje išskirtos keturios temos: gynybiškumas, gedėjimo procesas, komplikotas santykis su savimi ir kitais, įsisašmoninimas ir įprasminimas. Formaliųjų elementų analizėje nustatytos dvi elementų grupės – atspindinčios sunkius emocinius išgyvenimus ir atskleidžiančios netekties įsisašmoninimą bei susitaikymą. Nustatyta, kad žodinė ir meninė raiška papildė viena kitą: verbaliniai duomenys buvo struktūriškesni ir racionalesni, o kūrinii formaliieji elementai labiau atskleidė emocinį krūvį, ambivalentiškumą ir susidūrimą su ikisąmoningais patyrimais.

**Raktažodžiai:** dailės terapija, savaiminis nėštumo nutraukimas.

#### Įvadas

Savaiminis nėštumo nutraukimas yra dažna ir skausminga patirtis: maždaug kas penktas nėštumas baigiasi netektimi. Nepaisant to, visuomenėje išlieka stipri stigma – gėda, kaltė ir vengimas kalbėti apie skausmingą patyrimą būdingi daugeliui kultūrų ir socialinių grupių (Bilardia ir kt., 2020; Seftel, 2020). Moterys dažnai jaučia neteisybę, kaltę dėl tariamų savo klaidų, baimę dėl galimo nevaisingumo, o visa tai lemia socialinę izoliaciją ir sumažėjusią savęs vertę. Tyrimai rodo koreliaciją tarp persileidimo ir depresijos, potrauminio streso bei komplikuoto gedulo simptomų (Farren ir kt., 2021; Kulathilaka ir kt., 2016; Lok ir kt., 2010).

Lietuvoje 95,2 % savaiminį nėštumo nutraukimą patyrusių moterų nesulaukė jokios psichologinės pagalbos (Gaižauskaitė, 2019). Australijoje atliktas tyrimas parodė, kad daugiau nei pusei moterų (59 %) savaiminio nėštumo nutraukimo metu nebuvo pasiūlyta jokia informacija apie palaikymą ar psichologinės pagalbos galimybes (Bilardia ir kt., 2020). Taigi pagalbos prieinamumas išlieka sisteminė problema tiek Lietuvoje, tiek tarptautiniu mastu.

Dailės terapija – tai sveikatai stiprinti skirta dailės terapeuto vykdoma veikla, integruojanti dailės, medicinos, psichologijos ir psichoterapijos žinias, kurios pagrindinė raiškos priemonė yra kūrybinė veikla. Terapinis procesas grindžiamas psichoanalitine paradigma: kūrinys tampa projekcijos objektu, leidžiančiu išryškinti ir įvardyti tai, kas buvo išstumta sąmonėje (Hogan, 2020). Vizualinė

kūryba ypač aktuali moterims, patyrusios persileidimą, nes jų išgyvenimai dažnai yra pernelyg skausmingi, kad būtų išreikšti žodžiais (Seftel, 2020). 2024 m. atsitiktinių imčių klinikinis tyrimas (n = 60) parodė, kad meno terapija reikšmingai pagerina gyvenimo kokybę biopsichosocialinėse srityse moterims po nėštumo netekties (Zahmatkesh ir kt., 2024). Hogan (2020) nustatė, kad reguliarios dailės terapijos sesijos didino dalyvių pasitikėjimą savimi, mažino socialinę atskirtį ir pagerino gerovę vidutiniškai 37 %.

Kūrybinis įsitraukimas padeda atrasti vidinius gijimo resursus, o vizualios kūrybos dėka moterys gali užmegzti simbolinį ryšį su prarastu vaiku – taip netektis įprasminama (Seftel, 2020; Hogan, 2020). Vis dėlto tyrimų, nagrinėjančių konkrečius savaiminį nėštumo nutraukimą išgyvenusių moterų patyrimus dailės terapijos procese ir jų sąsajas su kūrybinių formaliisiais elementais, stokojama. Straipsnio tikslas – atskleisti savaiminį nėštumo nutraukimą išgyvenusių moterų patyrimus dailės terapijos procese.

## Tyrimo metodika

**Tyrimo dizainas.** Tyrime taikyta kokybinė tyrimo prieiga, siekiant atskleisti savaiminį nėštumo nutraukimą išgyvenusių moterų patyrimus dailės terapijos procese. Toks tyrimo dizainas pasirinktas todėl, kad nagrinėjama patirtis yra jautri, asmeniška ir glaudžiai susijusi su individualiais išgyvenimais, kuriuos svarbu analizuoti ne tik per verbalizuotas refleksijas, bet ir per meninę raišką. Atsižvelgiant į tyrimo tikslą, derinti du duomenų analizės metodai – indukcinė teminė analizė ir piešinių formaliųjų elementų analizė. Toks metodų derinys sudarė galimybę atskleisti tiek žodinėje refleksijoje išreikšiamus išgyvenimus, tiek kūrybinėje veikloje atsispindinčius emocinius bei simbolinius patirties aspektus.

**Tyrimo dalyviai ir atranka.** Tyrime dalyvavo keturios savaiminį nėštumo nutraukimą patyrusios moterys, savanoriškai sutikusios dalyvauti grupinėje dailės terapijoje. Šiame straipsnyje analizuojami trijų dalyvių duomenys. Į galutinę analizę įtrauktos tos dalyvės, kurios dalyvavo visose dešimtyje dailės terapijos sesijų, o jų surinkti duomenys buvo tinkami analizuoti abiem pasirinktais metodais. Tokia atranka galutinei analizei pasirinkta siekiant užtikrinti duomenų išsamumą, nuoseklumą ir galimybę palyginti viso terapinio proceso metu atsiskleidusius patyrimus.

**Duomenų rinkimas.** Duomenys rinkti grupinės dailės terapijos metu, kurią sudarė dešimt sesijų. Sesijų metu dalyvės kūrė meninius darbus, o po kūrybinės veiklos vyko refleksija, kurios metu jos žodžiu aptarė savo patyrimus, išgyvenimus ir kūrybinių reikšmes. Verbaliniai duomenys buvo garso įrašomi ir vėliau transkribuojami. Taip buvo sukaupta empirinė medžiaga, apimanti tiek žodinę, tiek meninę tyrimo dalyvių raišką.

**Duomenų analizė.** Transkribuoti refleksijų duomenys analizuoti taikant indukcinę teminę analizę. Analizės metu nuosekliai atliktas duomenų skaitymas, reikšminių vienetų išskyrimas, kodavimas, subkategorijų ir kategorijų formavimas bei temų išgryninimas. Toks analizės būdas leido identifikuoti pasikartojančius turinio modelius ir atskleisti svarbiausius dalyvių patirties aspektus. Dailės terapijos metu sukurti piešiniai analizuoti piešinių formaliųjų elementų analizės metodu, vertinant linijų pobūdį, spalvinę raišką, kompoziciją, potėpius ir kitus vizualinius elementus. Vėliau abiejų analizių rezultatai buvo lyginami, siekiant nustatyti verbalinių refleksijų ir meninės raiškos sąsajas bei papildomumą.

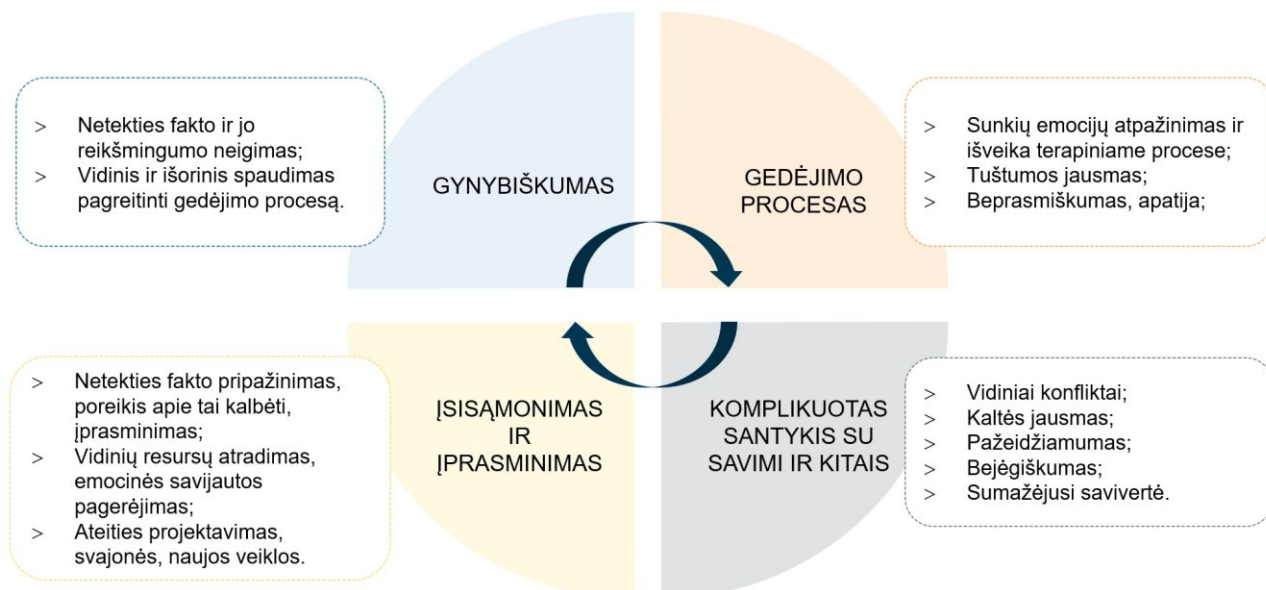
**Etiniai aspektai.** Tyrimas atliktas laikantis pagrindinių mokslinių tyrimų etikos principų. Visos dalyvės prieš įsitraukdamos į tyrimą buvo informuotos apie tyrimo tikslą, eigą, duomenų rinkimo pobūdį, jų naudojimą mokslo tikslais bei teisę bet kuriuo metu atsisakyti dalyvauti tyrime. Dalyvės pasirašė informuoto sutikimo formą. Tyrimo metu užtikrintas konfidencialumas ir anonimiškumas – analizuojant bei pristatant duomenis naudoti kodai, neleidžiantys identifikuoti tyrimo dalyvių. Duomenys tvarkyti laikantis asmens duomenų apsaugos reikalavimų.

**Tyrimo ribotumai.** Šio tyrimo rezultatai turi būti vertinami atsižvelgiant į ribotą imtį. Nors kokybiniuose tyrimuose siekiama ne statistinio apibendrinimo, o gilesnio patirties supratimo, galutinė trijų dalyvių duomenų analizė riboja galimybę plačiau perkelti gautas išvalgas į kitus kontekstus. Nedidelį tiriamųjų skaičių lėmė jautri tyrimo tema ir papildomas reikalavimas analizuoti tik visose

dešimtyje sesijų dalyvavusių moterų duomenis. Todėl tyrimo rezultatai atskleidžia individualias patirtis konkretaus terapinio proceso rėmuose, tačiau negali būti laikomi reprezentatyviais. Be to, meninės raiškos analizė visais atvejais išlieka susijusi su interpretaciniu tyrėjo vaidmeniu.

## Tyrimo rezultatai

**Teminės analizės rezultatai.** Apibendrinant teminės analizės duomenis, išskirtos keturios pagrindinės temos, apibūdinančios esminius tyrimo dalyvių savaiminio neštumo nutraukimo patyrimus: gynybiškumas, gedėjimo procesas, komplikotas santykis su savimi ir kitais, įsisąmoninimas ir įprasminimas (žr. 1 pav.).



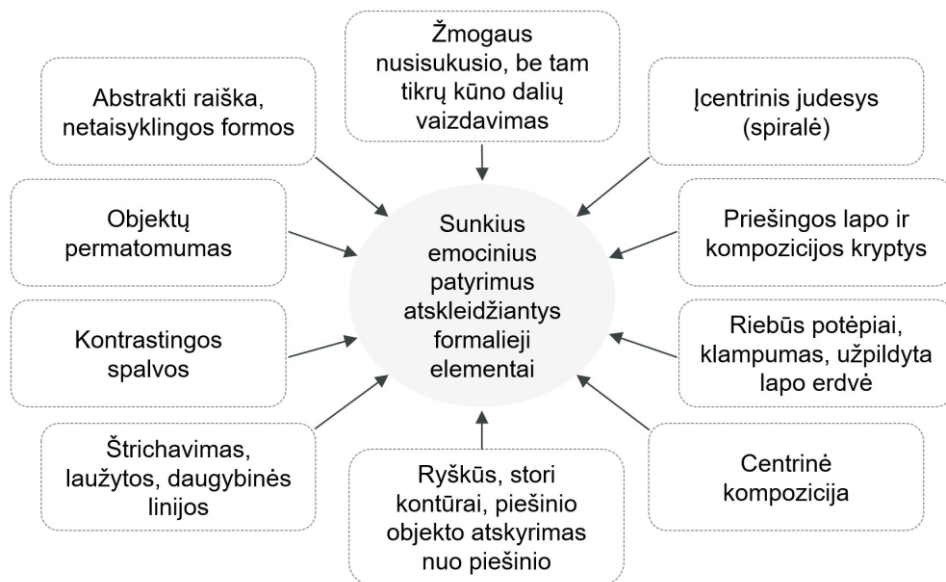
1 pav. Bendros tyrimo dalyvių teminėje analizėje atsiskleidžiančios temos

Gynybiškumas pasireiškė anksčiau nuslopintais, nesureikšmintais su netektimi susijusiais jausmais, kuriuos moterys terapiniame procese atpažino ir išveikė, arba vidiniu bei išoriniu spaudimu paspartinti gedulo procesą. Dvi moterys, daugiau nei prieš 10 metų patyrusios savaiminį neštumo nutraukimą, atpažino netekties fakto reikšmės neigimą ir sunkių emocijų slopinimą. Moteris, vaikelio netekusi prieš 3 mėnesius, patyrė išorinį ir vidinį spaudimą greičiau „susitvarkyti“. Gedėjimo proceso tema apėmė tokias emocijas kaip pyktis, liūdesys, beprasmiškumas, bejėgiškumas, apatija ir tuštumos jausmas. Komplikoto santykio su savimi ir kitais tema atskleidė sumažėjusią savivertę, savikaltą, vidinius konfliktus, padidėjusį jautrumą ir poreikį atsiriboti nuo aplinkinių. Įsisąmoninimo ir įprasminimo tema rodė terapinio proceso dinamiką: moterys pripažino netektį, atrado vidinius resursus ir pradėjo kurti ateities svajones.

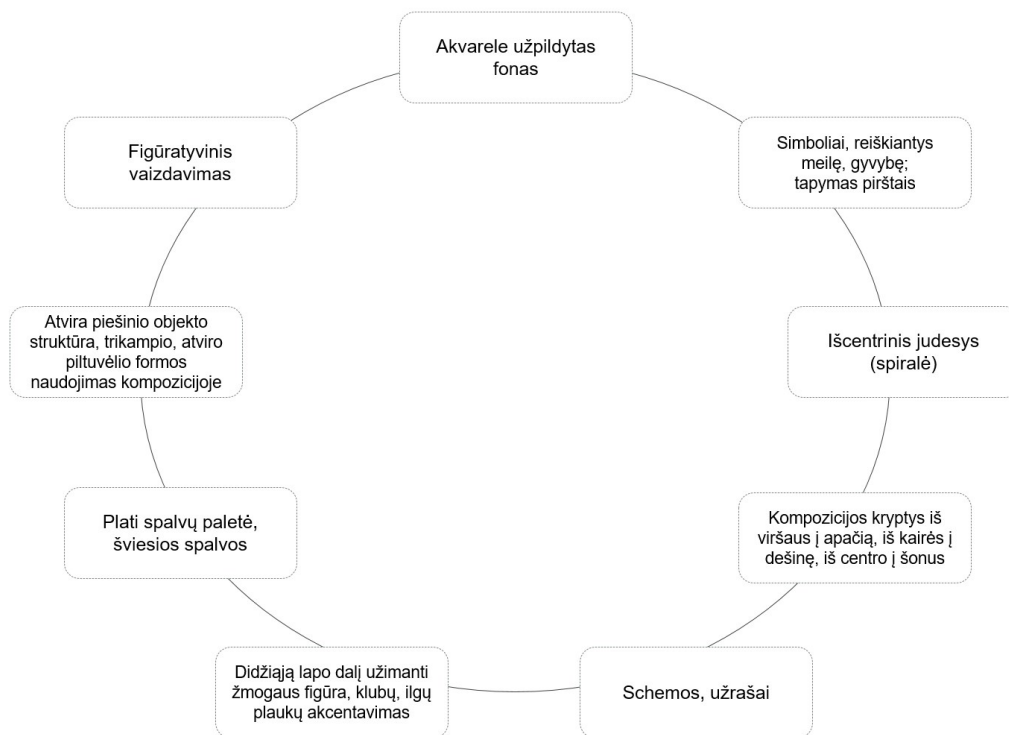
**Formaliųjų elementų analizės rezultatai.** Apibendrinant tyrimo dalyvių kūriniių formaliuosius elementus, išskirtos dvi grupės (žr. 2 pav. ir 3 pav.).

A grupė – sunkius emocinius išgyvenimus indikuojantys formalieji elementai: nusišukusio ar be tam tikrų kūno dalių žmogaus vaizdavimas, abstrakti raiška, piešinio objektų permatomumas, kontrastingos spalvos, riebus potėpias, centrinė kompozicija, priešingos lapo ir kompozicijos kryptys, įcentrinio judesio (spiralės) naudojimas.

B grupė – netekties įsisąmoninimo, įprasminimo ir susitaikymo patyrimą atskleidžiantys formalieji elementai: kompozicijos kryptys iš kairės į dešinę, iš apačios į viršų, iš centro į šonus; figūratyvinis vaizdavimas, schemas, užrašai; atvira piešinio objekto struktūra, trikampio ir atviro piltuvėlio formų naudojimas; plati spalvų paletė, šviesios spalvos; didžiąją lapo dalį užimanti žmogaus figūra.



2 pav. Tyrime išryškėję formalieji elementai, susiję su sunkių emocijų išgyvenimų patyrimu



3 pav. Formalieji elementai, susiję su netekties įsisąmoninimo, įprasminimo, susitaikymo patyrimu

**Formaliųjų elementų ir temų sąsajos.** Nustatyta, kad kūrinių formalieji elementai koreliavo su teminės analizės temomis. Gynybiškumas susijęs su kietų piešimo priemonių, užrašų ir rodyklių naudojimu, daugiasluoksniais, purvinų spalvų potėpiais, greitomis ir eskiziškoms linijomis, storais kontūrais bei piešinio objektų atribojimu. Gedėjimo procesas sietinas su kontrastingomis, tamsiomis spalvomis, abstrakčia raiška, riebiais potėpiais, pilnu lapo erdvės užpildymu ir centrine kompozicija. Komplikuotą santykį su savimi ir kitais atspindi objektų permatomumas, nusišokusios ar be tam tikrų kūno dalių žmogaus figūros, stori kontūrai ir laužytos linijos. Įsisąmoninimas ir įprasminimas atsispindėjo simboliuose, reiškiančiuose meilę ir gyvybę, figūratyviame vaizdavime, šviesiose spalvose ir kompozicijos kryptyse, rodančiuose judėjimą į priekį.

## Diskusija

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad dailės terapijos procesas leido savaiminį neštumo nutraukimą išgyvenusioms moterims išreikšti ir integruoti patyrimus, kuriuos žodžiais perteikti yra itin sunku. Tai atitinka Hogan (2020) ir Seftel (2020) teiginius, kad vizuali kūryba suteikia saugią erdvę netekties temoms, kurios dėl visuomenės stigos dažnai lieka neapartos. Nustatytų temų seka – nuo gynybiškumo per gedėjimo procesą iki įsisąmoninimo ir įprasminimo – atspindi gedulo proceso dinamiką, aprašytą klasikinėje literatūroje (Coenen, 2018).

Formaliųjų elementų kaita terapijos eigoje rodo, kad moterų emocinė būseną kito: iš pradžių vyraujantys sunkius išgyvenimus indikuojantys elementai (kontrastingos spalvos, abstrakti raiška, uždaros formos) vėlesnėse sesijose keitėsi į elementus, rodančius susitaikymą (šviesios spalvos, figūratyvinis vaizdavimas, atviros kompozicijos). Tai dera su Zahmatkesh ir kt. (2024) tyrimo išvadamis apie meno terapijos teigiamą poveikį gyvenimo kokybei po neštumo netekties ir su Blomdahl ir kt. (2018) pastebėjimais apie piešinių reflektavimo galimybę kurti vidinį dialogą.

Svarbu pastebėti, kad verbaliniai duomenys buvo struktūriškesni ir racionalesni nei meninė raiška, kuri labiau atskleidė emocinį krūvį ir ikisąmoningus patyrimus. Tai patvirtina prielaidą, kad dailės terapija pasiekia turinį, kurio kalbinės intervencijos vienos gali nepasiekti – ypač dirbant su netektimi, kurios visuomenė nepripažįsta ir nepalaiko (Bilardía ir kt., 2020).

Tyrimo ribotumai. Tyrimas grindžiamas trijų dalyvių duomenimis, todėl rezultatų negalima apibendrinti platesniems kontekstams. Dalyvių skaičius ribotas dėl griežtų įtraukimo kriterijų (dalyvavimas visose sesijose) ir jautrios tyrimo temos, kuri gali atbaidyti potencialias dalyves. Formaliųjų elementų interpretacija gali būti veikiamą tyrėjos subjektyvumo, nors taikytas struktūruotas analizės metodas siekė šį aspektą sumažinti. Tolesnių tyrimų kryptys: didesni imtys, kontrolinių grupių įtraukimas, ilgalaikių intervencijos poveikių vertinimas.

## Išvalgos

1. Teminėje analizėje išskirtos keturios temos, apibūdinančios esminius savaiminį neštumo nutraukimą išgyvenusių moterų patyrimus dailės terapijos procese: gynybiškumas, gedėjimo procesas, komplikotas santykis su savimi ir kitais, įsisąmoninimas ir įprasminimas.
2. Piešinių formaliųjų elementų analizėje nustatytos dvi elementų grupės: sunkius emocinius išgyvenimus indikuojantys elementai (abstrakti raiška, kontrastingos spalvos, uždaros formos, permatomumas) ir netekties įsisąmoninimą bei susitaikymą atskleidžiantys elementai (figūratyvinis vaizdavimas, šviesios spalvos, atviros kompozicijos kryptys).
3. Teminės analizės temos ir piešinių formalieji elementai koreliavo tarpusavyje: žodinė ir meninė raiška papildė viena kitą. Verbaliniai duomenys buvo struktūriškesni ir racionalesni, o kūrinių formalieji elementai labiau atskleidė emocinį krūvį, ambivalentiškumą ir susidūrimą su ikisąmoningais patyrimais.

## Literatūra

1. Bilardía, J.E., Sharp, G., Paynee, S., & Temple-Smith, M.J. (2020). The need for improved emotional support: A pilot online survey of Australian women's access to healthcare services and support at the time of miscarriage. *Women and Birth, 33*(6).
2. Blomdahl, C., Wijk, H., Guregård, S., & Rusner, M. (2018). Meeting oneself in inner dialogue: Manual-based phenomenological art therapy as experienced by patients diagnosed with moderate to severe depression, a qualitative study. *The Arts in Psychotherapy, 58*, 68–78.
3. Bright, K. S., Charrois, E. M., Mughal, M. K., Wajid, A., McNeil, D. A., Stuart, S., Hayden, K. A., & Kingston, D. (2020). Interpersonal psychotherapy to reduce psychological distress in perinatal women: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(22).

4. Coenen, C. (2018). *Shattered by grief: Picking up the pieces to become whole again*. Jessica Kingsley Publishers.
5. Farren, J., Jalmbant, M., Falconieri, N., Mitchell-Jones, N., Bobdiwala, S., Al-Memar, M., Tapp, S., Van Calster, B., Wynants, L., Timmerman, D., & Bourne, T. (2021). Posttraumatic stress, anxiety and depression following miscarriage and ectopic pregnancy: A multicenter, prospective, cohort study. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 222(4).
6. Gaižauskaitė, J. (2019). Moterų emocinė būklė po persileidimo [Magistro baigiamasis darbas]. Lietuvos sveikatos mokslų universitetas.
7. Hogan, S. (2020). *Arts therapies and gender issues: International perspectives on research*. Routledge.
8. Khodakarami, B., Mafakheri, B., Shobeiri, F., Soltanian, A., & Mohagheghi, H. (2017). The effect of Fordyce happiness cognitive behavioral counseling on the anxiety and depression of women with spontaneous abortion. *Journal of Pharmacy & Pharmacognosy Research*, 9(12), 2335–2341.
9. Kouriatis, K., & Brown, D. (2014). Therapists' experience of loss: An interpretative phenomenological analysis. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, 68(2), 89–109.
10. Kulathilaka, S., Hanwella, R., & de Silva, V. A. (2016). Depressive disorder and grief following spontaneous abortion. *BMC Psychiatry*, 16.
11. Lok, I. H., Yip, A. S., Lee, D. T., Sahota, D., & Chung, T. K. (2010). A 1-year longitudinal study of psychological morbidity after miscarriage. *Fertility and Sterility*, 93(6), 1966–1975.
12. Seftel, L. (2020). Art therapy and pregnancy loss: A secret grief. In L. Seftel (Ed.), *Therapeutic arts in pregnancy, birth and new parenthood* (pp. 22–41). Routledge.
13. Wahlbeck, H., Kvist, L. J., & Landgren, K. (2020). Art therapy and counseling for fear of childbirth: A randomized controlled trial. *Art Therapy*, 37(3), 123–130.
14. Zahmatkesh, M., Faal Siahkal, S., Alahverdi, F., Tahmasebi, G., & Ebrahimi, E. (2024). The role of art therapy on quality of life of women with recent pregnancy loss: A randomized clinical trial. *PloS one*, 19(7).

### Summary

Miscarriage is the most common pregnancy complication, affecting approximately one in four pregnancies. Despite its prevalence, most women who experience miscarriage receive no psychological support – in Lithuania, over 95% of women surveyed reported receiving no help after their loss. The aim of this article is to explore the experiences of women who have experienced miscarriage through the art therapy process. A qualitative study was conducted in which four women participated in a group art therapy programme of 10 sessions; the data of three participants who attended all sessions were analysed. Verbal reflections were audio-recorded, transcribed, and analysed using inductive thematic analysis, while creative works produced during the sessions were analysed using the formal elements of drawing method. Thematic analysis identified four themes: defensiveness, the grieving process, a complicated relationship with oneself and others, and awareness and meaning-making. Formal element analysis identified two groups of elements – those indicating difficult emotional experiences and those reflecting awareness, acceptance, and meaning-making. The two analyses were found to complement each other: verbal data had a clearer, more rational structure, while artworks revealed greater emotional charge, ambivalence, and contact with pre-conscious experiences. The findings suggest that art therapy offers a valuable, non-verbal pathway for processing miscarriage-related grief, particularly for experiences that are difficult to articulate in words.

**Keywords:** art therapy, miscarriage.

**Monika Tekutienė**

Utenos kolegija, Lietuva

monikatekutiene@gmail.com