

## **When I go back to painting, I am 'Alice in Wonderland': older women coping with age-related crises through visual art-making**

"כשאני חוזרת לצייר, אני 'אליס בארץ הפלאות': נשים מבוגרות המתמודדות עם  
"משברים הקשורים לגיל באמצעות אמנות חזותית"

**Neta Ram-Vlasov & Liat Shamri-Zeevi**

Coping resources and resilience factors play a crucial role in determining how well older women can adapt and cope with physical, cognitive, emotional, and social stressors related to aging. Resilience refers to a person's ability to adapt and bounce back when facing adversity. In the case of older people, physical resilience is often related to their physical health and functional status. Art-making enables sensory, emotional, cognitive, and metacognitive processing.

The current study examined the roles of painting in older women's lives in general as well as in relation to the ongoing challenges of aging and periodic crises. The sample was composed of 21 Israeli women aged 60-90, Hebrew-speaking, in good mental health, retired with an extended family, who indicated that they painted and had engaged in the artwork on an ongoing basis. The participants' artworks were collected, and semi-structured in-depth interviews lasting one to two hours were conducted. The participants were asked about their artworks, and the role of making visual art in their lives as older women. Thematic analysis of the interviews revealed 4 themes: art-making to address the challenges of older women life; artwork as a framework for doing; art-making to support wellbeing in older women; artwork as a channel for communication and connection with family members. These findings contribute to a better understanding of the roles of visual art in older women's lives, especially in times of crisis, and can form the basis for the design of creative art interventions using visual art-making to support the wellbeing of older adults.

כשאני חוזרת לצייר, אני 'אליס בארץ הפלאות': נשים מבוגרות המתמודדות עם משברים הקשורים לגיל " באמצעות אמנות חזותית

משאבי התמודדות וגורמי חוסן ממלאים תפקיד מכריע בהערכה עד כמה נשים מבוגרות עשויות להסתגל ולהתמודד עם גורמי לחץ פיזיים, קוגניטיביים, רגשיים וחברתיים הקשורים להזדקנות. חוסן מתייחס ליכולת של אדם להסתגל ולחזור כשהוא מתמודד עם מצוקה. במקרה של אנשים מבוגרים, החוסן הגופני קשור לרוב לבריאותם הגופנית ולמצבם התפקודי. יצירת אמנות מאפשרת עיבוד חושי, רגשי, קוגניטיבי ומטה-קוגניטיבי המחקר הנוכחי בחן את תפקידי הציור בחייהן של נשים מבוגרות באופן כללי וכן ביחס לאתגרים המתמשכים של הזדקנות ומשברים תקופתיים. המדגם הורכב מ-21 נשים ישראליות בגילאי 60-90, דוברות עברית, במצב בריאותי נפשי טוב, פנסיונריות עם משפחה מורחבת, אשר ציינו כי הן מציירות ועוסקות ביצירה באופן שוטף. יצירות האמנות של המשתתפות נאספו, ונערכו ראיונות עומק מובנים למחצה שנמשכו שעה עד שעתיים. המשתתפות נשאלו על יצירות האמנות שלהן, ועל תפקידה של יצירת אמנות חזותית בחייהן כנשים מבוגרות. ניתוח נושאי של הראיונות חשף 4 נושאים: יצירת אמנות כדי להתמודד עם אתגרי החיים של נשים מבוגרות; יצירות אמנות כמסגרת לעשייה; יצירת אמנות לתמיכה ברווחה של נשים מבוגרות; יצירות אמנות כערוץ לתקשורת וחיבור עם בני המשפחה. ממצאים אלו תורמים להבנה טובה יותר של תפקידיה של אמנות חזותית בחייהן של נשים מבוגרות, במיוחד בתקופות משבר, ויכולים להוות בסיס לעיצוב התערבויות באמנות יצירתית תוך שימוש ביצירת אמנות חזותית כדי לתמוך ברווחתם של אנשים מבוגרים.

## Biography

**Dr Liat Shamri-Zeevi PhD** is an experienced art therapist, Head of the Art Therapy Program and a senior lecturer in the School of Society and the Arts, Ono academic College, Israel. Senior Supervisor, and a researcher. She specialized in parent-child art psychotherapy, art-based parental training, art-based Virtual Reality and working in private clinic.

**Dr Neta Ram-Vlasov PhD** is an experienced art therapist, a researcher and lecturer in the School of Society and the Arts, Ono academic College, Israel. She specialized in mindfulness-based art therapy and trauma-informed art therapy.

## Recent publications and conference presentations

Gilboa-Einhorn, C., Shamri-zeevi, L., & Honig, O. (2023). **Case study of therapist-client co-creation for the treatment of relational trauma in children.** *The Arts in Psychotherapy*, 101993. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.101993>

Cohen, S., Shamri-zeevi, L., & Honig, O. (2022). **Art therapy for chemsex: A pilot study of representations of memories among this subset of self-identified gay men as expressed in gouache painting.** *The Arts in Psychotherapy*, 80, 101952. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.101952>

Kelman, L., Shamri-zeevi, L. (2022). **Art therapy open studio and teen identity development: helping adolescents recover from mental health conditions.** *Children*, 9(7), 1029; <https://doi.org/10.3390/children9071029>

Shamri-zeevi, L., & Katz, A. (2021). **Self-portrait paintings as evidence of coping and emotional reactions among art therapists through online therapy.** *International Journal of Art Therapy*. 27:3, 112-120. [doi.org/10.1080/17454832.2021.2001024](https://doi.org/10.1080/17454832.2021.2001024)

Ram-Vlasov, N., & Orkibi, H. (2020). **The kinetic family in action: An intermodal assessment model.** *The Arts in Psychotherapy*, 101750. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101750>

Ram-Vlasov., N., Goldner, L., & Lev-Wiesel R. (2019). **Preliminary validation of the peri-traumatic dissociation trauma drawing assessment (PDTDA): the case of military trauma.** *The Arts in Psychotherapy*, 62, 68-76. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2018.11.002>

Orkibi, H., & Ram-Vlasov, N. (2018). **Linking trauma to posttraumatic growth and mental health through emotional and cognitive creativity.** *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. <http://dx.doi.org/10.1037/aca0000193>