

The Meaningful Life Experience of Elderly Women During Dance-Movement Therapy

Vyresnio amžiaus moterų prasmingo gyvenimo patyrimas šokio-judesio terapijos metu

Aušra Poškutė Stasiulevičienė

In Lithuania, the use of dance-movement therapy (DMT) has increased since 2011 when the DMT Association was established by Raimonda Duff (MA Dance-Movement Psychotherapy, Christ Church University, Canterbury). In 2018, the first doctoral thesis on DMT – *Education and Therapy of Children with Autism Spectrum Disorders Using Lithuanian Folk Dances* – was defended by Solveiga Zvicevičienė.

The therapy is available mostly to children and the able-bodied population. Owing to latent ageism segregation and manifest social inequality, elderly people have had fewer opportunities to gain access to it. This especially hurts women, for they live significantly longer than men. Thus, the latent restriction of elderly women from dance-movement therapy is a serious social problem.

According to my research data, these women are psychologically traumatized by the economic, social, political and cultural transition from soviet-style socialism to western style capitalism. The totalitarian regime did not approve of long mournings and religious rites. It taught to curb personal emotions in order to adapt and survive. DMT works primarily with the body-mind connection. As a result, it helps to reduce post-traumatic stress disorder (PTSD), gradually restoring psycho-somatic bonds. The aim of my qualitative study is to reveal the DMT therapeutic effect to elderly women, applying the methods of deductive thematic analysis and Laban Movement Analysis (LMA).

I consider the following questions: what, according to respondents, constitutes the meaningful experience of their life; what elements of LMA reflect their meaningful life experience; how LMA is related to the thematic analysis topics. The research is based on a humanistic paradigm and Logo-therapy, invented by Holocaust survivor, Austrian psychiatrist Victor Frankl, who claims that life is always unconditionally meaningful. One can always find meaning in creativity, communication, experiencing something new, etc. The main thesis of this study is that DMT can make the lives of elderly women meaningful again.

Vyresnio amžiaus moterų prasmingo gyvenimo patyrimas šokio-judesio terapijos metu

Vyresnio amžiaus moterų prasmingo gyvenimo patyrimas šokio-judesio terapijos metu Lietuvoje šokio-judesio terapija plačiau taikoma neseniai, 2011 m. susikūrus Šokio-judesio terapijos asociacijai, vadovaujamai šokio-judesio psichoterapijos magistrės Raimondos Duff (Kenterberio Christ Church Universitetas). 2018 m. apginta pirmoji Lietuvoje šokio-judesio terapijos taikymą analizuojanti daktaro disertacija - Solveigos Zvicevičienės disertacija „Vaikų, turinčių autizmo spektro sutrikimų, ugdyimas ir terapija, taikant Lietuvių šokamąjį folklorą“. Šokio-judesio terapijos paslaugos Lietuvoje labiau prieinamos vaikams ir darbingo amžiaus suaugusiems.

Šio tyrimo naujumas, problema: Pagyvenę žmonės kaip “neperspektyvi” visuomenės dalis turi mažiau galimybių dėl egzistuojančio, bet neįvardinto eidžizmo ir ekonominės, socialinės atskirties. Demografinė situacija Lietuvoje atliepia pasaulines tendencijas, pagal kurias moterys gyvena ilgiau nei vyrai, jos ilgiau našlauja. Visuomenei senstant, aštriai išskyla vyresnio amžiaus moterų atskirties, įprasminto gyvenimo problemos.

Tyrimo dalyvavusios moterys subrendo sovietų okupuotoje Lietuvoje ir turi santykį su kolektyvine trauma. Totalitarinėje santvarkoje buvo draudžiama atminti ir gedėti, išmoktas emocinis atsiribojimas tapo viena iš prisitaikymo ir išgyvenimo sąlygų. Šokio-judesio terapija padeda atkurti kūno ir emocijų ryšį, palaipsniui sumažinti potrauminio streso sutrikimus.

Tyrimo tikslas – atskleisti vyresnio amžiaus moterų prasmingo gyvenimo patyrimą šokio-judesio terapijos metu. Tyrimo metodika: kokybinis tyrimas, taikant dedukcinės teminės analizės ir Labano judesio analizės metodus. Tyrimo klausimai: kokios teminės

analizės temos atskleidžia tyrimo dalyvių prasmingo gyvenimo patyrimą; kokie Labano judesio analizės elementai atspindi tyrimo dalyvių prasmingo gyvenimo patyrimą; kaip Labano judesio analizės elementai susiję su teminės analizės temomis.

Tyrimas remiasi humanistine paradigma. Logoterapija, sukurta holokaustą išgyvenusio austrų psichiatro Viktoro Franklio, teigia, kad gyvenimas yra besąlygiškai prasmingas; gyvenimo prasmę galime atrasti kurdami, sutikdami Kitą ir ką nors patirdami. Šio tyrimo hipotezė - Šokio-judesio terapija gali padėti vyresnio amžiaus moterims išgyventi prasmingo gyvenimo patyrimą.

Biography

Aušra Poškutė Stasiulevičienė is an art therapist at Naujoji Vilnia library.

In 2016 Aušra embarked on a qualificatory programme 'Art therapy methods for psychological counseling in social and educational jobs and health care' at the Institute of Positive Technologies and Psychological Counseling, Moscow. She also studied physiotherapy at the Šiauliai University, Faculty of Social Welfare and Disability. She went on to a joint Master's in Art Therapy at Lithuanian University of Health Sciences and Vilnius Academy of Arts. Aušra is currently studying on a joint Art Therapy (Dance and Movement specialisation) Master's programme at Vilnius University & Lithuanian Academy of Music and Theater.

Professional trainings undertaken include:

Clay in art therapy, Lect. Beate Albrich (Czech Republic)

Introduction to Jungian Sandplay Therapy, Lect. Anna Schwerdtfeger (The Netherlands)
Šiauliai university, Institute of Continuing Studies

How to use psychodrama methods, Šiauliai university, Institute of Continuing Studies

Tales in Art Therapy, Lithuanian Art Therapy Association

J.A. Smith Fundamentals of Interpretive Phenomenological Analysis, Institute for Phenomenological Research.

Aušra is a member of the Lithuanian Society of Physiotherapists and of the Lithuanian Art Therapy Association.

Recent publications and conference presentations

2020: Presentation: Art Therapy Methods for the blind and visually impaired. Virtual conference of Lithuanian Library for the Blind, Vilnius, 18/09/20.

2017: Presentation: Art Therapy for Arthritis Patients. Lithuanian Arthritis Association Conference 'Don't delay and join today!' Vilnius, 01/12/17.

2014: Presentation: Medical Values: positions and oppositions. International Conference 'Youth in a Changing Society', Vilnius College, Vilnius, 07/03/14.