Univerza v Ljubljani

Fakulteta za socialno delo

Lucija Čop

Pomoč z likovno umetnostjo v dnevnem varstvu starejših

Magistrsko delo

Mentorica: doc. dr. Alenka Gril

Ljubljana, 2025

Univerza v Ljubljani

Fakulteta za socialno delo

Lucija Čop

Pomoč z likovno umetnostjo v dnevnem varstvu starejših

Magistrsko delo

Mentorica: doc. dr. Alenka Gril

Ljubljana, 2025

Iz srca se zahvaljujem mentorici, doc. dr. Alenki Gril,
da je že od začetka verjela v moje sposobnosti
in me podpirala skozi celoten proces izvedbe ustvarjalnih delavnic
in pisanja magistrskega dela.
Brez njene odprtosti in topline si ne bi upala podati v ta projekt.

Zahvaljujem se upokojenkam in upokojencem dnevnega varstva
za pogum in zaupanje, da so se z mano
podali na pot samo raziskovanja in ustvarjanja.

Zahvaljujem se Rasimi in Darji za vso predano znanje o oskrbi starejših
ter pomoč in podporo pri izvedbi empiričnega dela.

Posebna zahvala gre moji dragi mami, Tatjani,
ki me je vztrajno spodbujala skozi celoten študij
in mi dajala zgled neomajne vztrajnosti ter notranje moči.

Naloge ne bi zmogla napisati brez moje drage prijateljice, Tie Marie.
Hvala ti za vso pomoč in čustveno podporo.

Zahvaljujem se tudi sestri Katji za pomoč pri izvedbi empiričnega dela.

Naslov: Pomoč z likovno umetnostjo v dnevnem varstvu starejših

Povzetek: Magistrska naloga obravnava pomoč z vizualno (likovno) umetnostjo (v nadaljevanju PzVU) kot obliko psihosocialne podpore v dnevnem varstvu starejših. V kontekstu staranja prebivalstva, naraščajoče prisotnosti demence in omejenega dometa farmakoloških pristopov se vse bolj kaže potreba po celostnih, skupnostno usmerjenih oblikah podpore. Raziskava v ospredje postavlja vprašanje, kako ustvariti varne in spodbudne ustvarjalne pogoje ter oblikovati vključujoč ter povezovalen program PzVU v dnevnem varstvu starejših. V empiričnem delu naloge sem izvedla šesttedenski program PzVU, v katerem je sodelovalo 12 uporabnikov dnevnega varstva. Raziskava temelji na kombinaciji kvalitativnih in kvantitativnih metod: polstrukturiranih intervjujih, opazovanju z udeležbo, evalvacijah delavnic in kratkih anketnih vprašalnikih. Analiza se osredotoča na spremembe razpoloženja, občutka povezanosti in ustvarjalne samozavesti udeležencev ter na primernost uporabljenih materialov, nalog in prostorskih pogojev dnevnega varstva. Rezultati kažejo, da lahko premišljeno oblikovan proces PzVU spodbudi pozitivno razpoloženje udeležencev, medsebojno povezanost in postopoma krepi njihovo ustvarjalno samozavest. Naloga prispeva k razumevanju pogojev za izvajanje kakovostnega PzVU v dnevnem varstvu starejših in podobnih oblikah institucionalne oskrbe ter ponuja praktične smernice za vključevanje te metode v prakso.

Ključne besede: psihosocialna podpora, demenca, ustvarjalni proces, socialna povezanost, kakovostno staranje

Title: Visual Art Therapy in Elderly Day Care Settings

Abstract This master's thesis explores visual art therapy as a form of psychosocial support in elderly day care. In the context of population aging, the growing prevalence of dementia, and the limited scope of pharmacological approaches, there is an increasing need for holistic, community-oriented forms of care. The research focuses on how to create safe and encouraging creative conditions, and how to design an inclusive and connecting visual art therapy program within a day care setting for older adults. The empirical part of the thesis involved a six-week visual art therapy program, in which 12 day care users participated. The study is based on a combination of qualitative and quantitative methods: semi-structured interviews, participant observation, workshop evaluations, and short survey questionnaires. The analysis focuses on changes in participants' mood, sense of connectedness, and creative self-confidence, as well as the suitability of selected materials, tasks, and the spatial conditions within the institutional setting. The findings indicate that a thoughtfully designed visual art therapy process can enhance positive mood, foster interpersonal connectedness, and gradually strengthen participants' confidence in their own creative abilities. The thesis contributes to the understanding of the conditions necessary for implementing quality visual art therapy in elderly day care and similar forms of institutional care and offers practical guidelines for its integration into everyday practice.

Keywords: psychosocial support, dementia, creative process, social connectedness, quality ageing

Kazalo vsebine

Predgovor 1

1 Teoretični del 3

1.1 Pomoč z likovno (vizualno) umetnostjo kot oblika psihosocialne podpore starejšim 3

1.2 Uporaba umetnostno-izraznih sredstev v socialnem delu 5

1.3 Uveljavljanje pomoči z umetnostjo v slovenskem prostoru 6

1.4 Učinki pomoči z vizualno umetnostjo pri starejših 7

1.5 Pogoji za uspešno izvedbo procesa pomoči z vizualno umetnostjo v dnevnem varstvu starejših 11

i) Vloga izvajalca programa PzU 12

ii) Osebno usmerjen pristop 13

iii) Primernost pristopa za neizkušene pri ustvarjanju 15

iv) Varno ustvarjalno okolje brez možnosti neuspeha 16

v) Stimulativna ustvarjalna izkušnja 17

vi) Omogočanje proste izbire udeležencem 18

vii) Kakovostno sodelovanje z osebjem dnevnega varstva 19

viii) Časovni okvir izvedbe ustvarjalnih delavnic 22

ix) Socialni kontekst izvedbe programa PzVU 24

x) Lastnosti ustvarjalnega prostora 25

xi) Preučevani elementi v magistrskem delu 27

2 Opredelitev raziskovalnega primera 29

2.1 Formulacija problema 29

2.2 Raziskovalna vprašanja 30

3 Metodologija 31

3.1 Vrsta raziskave 31

3.2 Opredelitev pojmov 32

3.3 Merski instrumenti in viri podatkov 34

3.4 Opredelitev enot raziskovanja – populacija, vzorec 36

3.5 Zbiranje podatkov 39

3.6 Obdelava in analiza podatkov 39

3.6.1 Operacionalizacija hipotez in opazovalne kategorije 41

4 Rezultati 50

4.1 Izvedba delavnic 50

4.1.2 Prva delavnica – Risanje portretov 50

4.1.3 Druga delavnica – Predstavim se s kolažem 53

4.1.4 Tretja delavnica – Slikanje pobarvank 56
4.1.5 Četrta delavnica – Oblikovanje glinenih vaz 59
4.1.6 Peta delavnica – Volnene rože 61
4.1.7 Šesta delavnica – Volneni podstavki za skodelice 63
4.2 Spremembe razpoloženja in povezanosti (preverjanje H1 in H2) 66
4.2.1 Ugotovitve o razpoloženju in povezanosti udeležencev iz uvodnih intervjujev 66
4.2.2 Frekvenčna analiza opazovalnih podatkov o razpoloženju in povezanosti 73
4.2.2 Končno preverjanje H1 105
4.2.3 Končno preverjanje H2 109
4.1 Individualni pregled procesa ustvarjanja in učinki na ustvarjalno samozavest udeležencev (preverjanje H3) 111
4.1.2 Ugotovitve iz uvodnih intervjujev 111
4.1.3 Frekvenčna analiza kazalnikov ustvarjalne samozavesti 115
4.1.4 Individualni pregled procesa ustvarjanja 122
4.1.5 Skupno preverjanje hipoteze 3 150
4.2 Ustvarjanje podpornega prostora za PzU v dnevnem varstvu starejših (četrto raziskovalno vprašanje) 152
4.3 Sprejemanje ustvarjalnih nalog ter potrebne prilagoditve (peto raziskovalno vprašanje) 156
4.3.2 Frekvenčna analiza opazovalnih podatkov 156
4.3.3 Odgovor na peto raziskovalno vprašanje 161
5 Razprava 164
i) Spremembe razpoloženja udeležencev (RV1, H1) 164
ii) Spremembe občutka povezanosti (RV2, H2) 165
iii) Spremembe ustvarjalne samozavesti (RV3, H3) 165
iv) Ustvarjanje podpornega prostora za PzU (RV4) 166
v) Sprejetost ustvarjalnih materialov in nalog (RV5) 169
vi) Kritično ovrednotenje raziskave 172
6 Sklepi 175
7 Predlogi 178
8 Uporabljena literatura 181
9 Priloge 186
PRILOGA A: Merski instrumenti 186
i) Vprašanja za pol strukturiran uvodni intervju 186
ii) Opazovalni obrazec za opazovanje z udeležbo 187
iii) Anketni vprašalniki o razpoloženju pred in po delavnici 190

PRILOGA B: Individualni pregled ustvarjalnega procesa 192
PRILOGA C: Kvalitativna analiza uvodnih intervjujev 201
i) Prepis intervjuja z udeleženko 1: 201
ii) Tabela odprtega kodiranja – udeleženka 1..... 204
iii) Osno kodiranje 215

Kazalo slik

Slika 1: Prostor izvedbe delavnic 50
Slika 2: Začetna vaja za prvi stik z materialom 51
Slika 3: Izdelki prve delavnice (risanje portretov) 53
Slika 4: Izdelki druge delavnice (predstavim se s kolažem) 55
Slika 5: Začetna vaja za povezovanje z materialom 56
Slika 6: Model za tretjo delavnico 57
Slika 7: Izdelki tretje delavnice (slikanje pobarvank) 59
Slika 8: Izdelki četrte delavnice (oblikovanje glinenih vaz) 61
Slika 9: Izdelki pete delavnice (volnene rože) 63
Slika 10: Izdelki šeste delavnice (volneni podstavki za skodelice) 65
Slika 11: Izdelki udeležence 1 125
Slika 12: Izdelki udeležence 2 126
Slika 13: Izdelki udeleženca 3 128
Slika 14: Izdelki udeležence 4 130
Slika 15: Izdelki udeležence 5 132
Slika 16: Izdelki udeležence 6 134
Slika 17: Izdelki udeležence 7 136
Slika 18: Izdelki udeležence 8 139
Slika 19: Izdelki udeležence 9 141
Slika 20: Izdelki udeležence 10 144
Slika 21: Izdelki udeležence 11 146
Slika 22: Izdelki udeleženca 12 149

Kazalo tabel

Tabela 1: Sodelujoči udeleženci iz vzorca na posameznih delavnicah PzU 37
Tabela 2: Frekvenčna analiza prisotnosti udeležencev na delavnicah PzU 37
Tabela 3: Prisotnost udeležencev in pripravljenost za sodelovanje 38
Tabela 4: Označba izjav posameznih udeležencev v uvodnem intervjuju 40
Tabela 5: Kazalniki pozitivnega in negativnega razpoloženja v opazovalnih obrazcih 42
Tabela 6: Kategoriji pozitivnih in negativnih čustev 42
Tabela 7: Kazalniki socialnih interakcij 43
Tabela 8: Kazalniki ustvarjalne samozavesti 44
Tabela 9: Kazalniki primernosti in prilagojenosti ustvarjalne naloge 48
Tabela 10: Odgovori na vprašanje o počutju – prva delavnica 74
Tabela 11: Odgovori na vprašanje o čustvih – prva delavnica 75
Tabela 12: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – prva delavnica 77
Tabela 13: Kazalniki negativnega razpoloženja – prva delavnica 77
Tabela 14: Kazalniki socialnih interakcij – prva delavnica 79
Tabela 15: Odgovori na vprašanje o počutju – druga delavnica 80
Tabela 16: Odgovori na vprašanje o čustvih – druga delavnica 81
Tabela 17: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – druga delavnica 82
Tabela 18: Kazalniki negativnega razpoloženja – druga delavnica 82
Tabela 19: Kazalniki socialnih interakcij – druga delavnica 84
Tabela 20: Odgovori na vprašanje o počutju – tretja delavnica 85
Tabela 21: Odgovori na vprašanje o čustvih – tretja delavnica 85
Tabela 22: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – tretja delavnica 87
Tabela 23: Kazalniki negativnega razpoloženja – tretja delavnica 87
Tabela 24: Kazalniki socialnih interakcij – tretja delavnica 89
Tabela 25: Odgovori na vprašanje o počutju – četrta delavnica 90
Tabela 26: Odgovori na vprašanje o čustvih – četrta delavnica 90
Tabela 27: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – četrta delavnica 91
Tabela 28: Kazalniki negativnega razpoloženja – četrta delavnica 92
Tabela 29: Kazalniki socialnih interakcij – četrta delavnica 93
Tabela 30: Odgovori na vprašanje o počutju – peta delavnica 95
Tabela 31: Odgovori na vprašanje o čustvih – peta delavnica 95
Tabela 32: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – peta delavnica 96
Tabela 33: Kazalniki negativnega razpoloženja – peta delavnica 97
Tabela 34: Kazalniki socialnih interakcij – peta delavnica 99
Tabela 35: Odgovori na vprašanje o počutju – šesta delavnica 100
Tabela 36: Odgovori na vprašanje o čustvih – šesta delavnica 100
Tabela 37: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – šesta delavnica 102
Tabela 38: Kazalniki negativnega razpoloženja – šesta delavnica 102
Tabela 39: Kazalniki socialnih interakcij – šesta delavnica 104
Tabela 40: Preverjanje H1 s podatki, pridobljenimi z anketnimi vprašalniki 106
Tabela 41: Preverjanje H1 s podatki, pridobljenimi z opazovanjem 107
Tabela 42: Preverjanje H2 s podatki, pridobljenimi z anketnimi vprašalniki 109
Tabela 43: Preverjanje H2 s podatki, pridobljenimi z opazovanjem 110
Tabela 44: Prvi odziv na ustvarjalno nalogo 116

Tabela 45: Ravnanje v primeru težav z ustvarjanjem 117
Tabela 46: Odnos udeležencev do njihovih izdelkov 118
Tabela 47: Opažanje napak na izdelku 120
Tabela 48: Odziv na pohvalo 121
Tabela 49: Učinek pohvale na samozavest udeleženca 121
Tabela 50: Preverjanje H3 s podatki, pridobljenimi z opazovanjem 150
Tabela 51: Začetek ustvarjanja 156
Tabela 52: Samostojnost pri ustvarjanju 157
Tabela 53: Zbranost pri ustvarjanju 158
Tabela 54: Mnenje o delavnici 159
Tabela 55: Interes za prihodnje podobne ustvarjalne izkušnje 159

Predgovor

Ob pereči potrebi po razvoju celostnih storitev dolgotrajne oskrbe starejših, ki bi poleg telesnih potreb reševale tudi njihove psihosocialne potrebe, se mednarodno raziskovalno zanimanje vse bolj usmerja v uporabo umetnosti kot orodja za izboljšanje kakovosti življenja v poznem življenjskem obdobju. Številne raziskave pričajo o pozitivnih psihosocialnih in telesnih učinkih skupinskih ustvarjalnih intervencij v starejši populaciji. Še vedno pa ostajajo elementi, potrebni za njihovo učinkovito izvedbo, ki so teoretsko in empirično slabo raziskani.

Namen magistrske naloge je prispevati k raziskovalni vrzeli o pogojih za uspešno izvedbo skupinskega programa pomoči z umetnostjo. Naloga raziskuje, kako ustvariti pogoje in oblikovati vključujoč ter povezovalen program pomoči z vizualno (likovno) umetnostjo (v nadaljevanju PzVU) v dnevnem varstvu starejših. Pri tem se opira na ugotovitve dveh sistematičnih pregledov (Windle idr., 2017 in Shoesmith, Charura in Surr, 2022), ki jih zaradi specifičnosti konteksta dnevnega varstva starejših dopolnjuje z ugotovitvami drugih relevantnih raziskav v podobnih ustanovah.

V okviru raziskave je bil v dnevnem varstvu starejših izveden program PzVU, ki ga je sestavljalo šest ustvarjalnih delavnic, ki so potekale enkrat tedensko šest zaporednih tednov. Vsaka delavnica je trajala približno 90 min in imela drugačno ustvarjalno nalogo. Udeleženci so med procesom PzVU ustvarjali z različnimi likovnimi materiali: z barvicami, s kolažem, s tempera barvami, z glino in volno. Raziskava se osredotoča na vprašanja učinkov PzVU na razpoloženje udeležencev, njihov občutek medsebojne povezanosti, njihovo ustvarjalno samozavest, primernost in sprejetost posameznih ustvarjalnih nalog in materialov ter prostorske pogoje za izvedbo procesa PzVU v dnevnem varstvu starejših.

Magistrsko nalogo sestavlja šest glavnih poglavij: prvo poglavje zajema teoretični del naloge, ki predstavlja pomoč z umetnostjo kot obliko psihosocialne podpore starejšim in njeno umeščenost v slovenski prostor. Povzete so ugotovitve novejših sistematičnih pregledov znanstvene literature o učinkih intervencij PzVU za starejše in na podlagi znanstvene literature opredeljeni ključni pogoji za uspešno izvedbo PzVU v dnevnem varstvu. V drugem poglavju je opredeljen raziskovalni primer. Poglavje vsebuje formulacijo raziskovalnega problema in

raziskovalna vprašanja ter hipoteze, ki usmerjajo empirični del naloge. V tretjem poglavju je predstavljena uporabljena metodologija raziskave. V četrtem poglavju so prikazani pridobljeni rezultati. Podrobno je opisana izvedba šestih delavnic PzVU in analizirane so spremembe razpoloženja, povezanosti in ustvarjalne samozavesti udeležencev, ocenjena primernost ustvarjalnih materialov in nalog ter opisane ugotovitve o primernih prostorskih pogojih za izvedbo PzVU. V petem poglavju sledi razprava, kjer so rezultati raziskave interpretirani v luči obstoječe literature in je kritično ovrednotena metodologija raziskave. Naloga se zaključi z navedbo uporabljene literature in s prilogami, ki vključujejo uporabljene merske instrumente, tabele individualnega pregleda ustvarjalnega procesa, tabelo osnega kodiranja, transkript intervjuja z enim udeležencem in tabelo odprtega kodiranja.

1 Teoretični del

1.1 Pomoč z likovno (vizualno) umetnostjo kot oblika psihosocialne podpore starejšim

V zadnjih petindvajsetih letih se vse bolj priznava vpliv umetnosti in ustvarjalnosti na zdravje in dobro počutje. Leta 2019 je Svetovna zdravstvena organizacija (v nadaljevanju SZO) izdala obsežno poročilo, v katerem je analizirana vloga umetnosti v različnih življenjskih obdobjih. Poročilo, ki vključuje več kot 3000 raziskav, ugotavlja, da umetnost lahko bistveno prispeva k ohranjanju zdravja, zmanjševanju tveganj za nastanek bolezni ter nudi podporo pri zdravljenju in lajšanju zdravstvenih stanj v celotnem življenjskem poteku (Fancourt in Finn, 2019, str. ii). Kljub tem spoznanjem je vpliv umetniških dejavnosti na zdravje in dobrobit starejših oseb še vedno premalo raziskan (McQuade in O'Sullivan, 2024, str. 345).

Zaradi starajoče se populacije in omejene učinkovitosti farmakoloških pristopov postajajo psihosocialne intervencije, kot je pomoč z umetnostjo, pomembno področje gerontološkega raziskovanja. SZO opozarja, da se starejši soočajo s številnimi zdravstvenimi in psihosocialnimi tveganji. Njihove duševne stiske so pogosto spregledane ali nezadostno obravnavane, kar je deloma posledica še vedno prisotne stigme, ki jim otežuje iskanje ustrezne pomoči (World Health Organization, 2023).

V kontekstu oskrbe starejših predstavlja demenca enega največjih izzivov. Najbolj ranljiva je populacija starejših od 80 let, kjer za to boleznijo zboli med 30 in 45 odstotkov posameznikov, pri čemer se ta delež iz leta v leto povečuje (GOV.SI, 2020).

Sodobni pristopi k varovanju in krepitvi duševnega zdravja starejših temeljijo na konceptu kakovostne starosti, ki vključuje oblikovanje fizičnega in socialnega okolja, v katerem posameznik kljub starostnim spremembam lahko ohranja dejavnosti, ki mu prinašajo smisel in zadovoljstvo. Pri tem imata ključno vlogo družbena vključenost in občutek povezanosti. Osamljenost in socialna izolacija, ki prizadeneta približno četrtino starejše populacije, sta prepoznana kot pomembna dejavnika tveganja za nastanek duševnih težav v starosti. Zato ima v poznem življenjskem obdobju ohranjanje kakovostnih socialnih stikov še posebej pomembno vlogo, saj pozitivno vpliva na duševno zdravje, povečuje življenjsko zadovoljstvo in zmanjšuje

simptome depresije. Kot učinkovito preventivno intervencijo za zmanjšanje zdravstvenih in psihosocialnih tveganj in kakovostno staranje SZO poleg drugih skupnostnih intervencij predlaga tudi pomoč z umetnostjo (World Health Organization, 2023).

Pomoč z umetnostjo, znana tudi kot umetnostna terapija (angl. art therapy, creative art therapy ipd.), se kot samostojno strokovno in raziskovalno področje uveljavlja šele od druge polovice 20. stoletja. V Sloveniji formalno izobraževanje na tem področju ponuja Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani, ki jo opredeljuje kot: »vrsto psihosocialne pomoči, ki poteka ob podpornem odnosu usposobljenega specialista ali magistra pomoči z umetnostjo, v procesu doživljanja, izražanja in ustvarjanja z umetnostnimi izraznimi sredstvi. Njen cilj ni dovršena umetniška stvaritev, pomemben je proces, ki je usmerjen k osebnostni rasti in samouresničevanju posameznika« (Pedagoška fakulteta, 2025).

V raziskavah o vplivu umetnosti na zdravje se kot umetnostne dejavnosti razume aktivnosti na naslednjih petih področjih (Fancourt in Finn, 2019, str. 1):

- likovna umetnost (tudi vizualna umetnost), ki vključujejo ustvarjanje s tehnikami, kot so slikanje, fotografija, kiparstvo, tekstilno ustvarjanje, oblikovanje, ročna dela ipd.;
- uprizoritvena umetnost, kamor sodijo aktivnosti, povezane z glasbo, s plesom, z gledališčem, s petjem in filmom;
- literarne dejavnosti, kot so pisanje, branje in udeleževanje literarnih dogodkov;
- digitalna, spletna in elektronska umetnost, v okviru katere potekajo aktivnosti, kot so ustvarjanje animacij, filmska produkcija in računalniško oblikovanje.

Magistrsko delo se osredotoča zgolj na področje pomoči z vizualno (oz. likovno) umetnostjo (PzVU), torej uporabo vizualnih (likovnih) izraznih tehnik in materialov, kot so risanje, slikanje, oblikovanje gline, kolaž, delo s tekstilom, z volno ali drugimi materiali, ki omogočajo vizualno senzorično izkušnjo. V tem kontekstu pomoč z vizualno umetnostjo ne pomeni zgolj prostočasne dejavnosti, temveč gre za strokovno strukturiran proces pomoči, ki uporabnikom nudi psihosocialno podporo in priložnost za ohranjanje ter razvoj novih spretnosti. Proces pomoči z vizualno umetnostjo, opisan v nalogi, je bil izveden v dnevnem varstvu starejših, kamor so vključeni uporabniki, ki zaradi starostnih, zdravstvenih ali kognitivnih sprememb potrebujejo dodatno podporo pri ohranjanju samostojnosti, socialne vključenosti in dobrega

počutja. Dnevno varstvo kot oblika institucionalne oskrbe predstavlja pomemben prostor za izvajanje skupnostno usmerjenih psihosocialnih intervencij, saj uporabnikom omogoča strukturirane dnevne aktivnosti, hkrati pa odpira priložnost za uvajanje ustvarjalnih in terapevtskih vsebin.

1.2 Uporaba umetnostno-izraznih sredstev v socialnem delu

Kustec (2011) poudarja, da umetnostna izrazna sredstva v socialnem delu predstavljajo pomembno dopolnitev obstoječih pristopov, saj omogočajo širši spekter odzivov na raznolike potrebe in značilnosti uporabnikov (str. 27). Raznolika in široka uporabnost umetnostnih sredstev omogoča njihovo uporabo pri delu z različnimi ciljnimi skupinami (prav tam, str. 27). V tem okviru lahko umetnost služi kot dopolnilno orodje, ki socialnim delavcem omogoča celostno podporo posameznikom.

Pogosto se pojavlja vprašanje ustrezne usposobljenosti strokovnjaka za uporabo umetnostnih izraznih sredstev, saj prevladuje predstava, da mora biti socialna delavka, ki jih uporablja, tudi umetniško nadarjena na določenem področju (Kustec, 2011, str. 27). Vendar pa Kustec (2011) poudarja, da je za učinkovito vključevanje umetnostnih pristopov v socialno delo od same umetniške spretnosti pomembnejše poglobljeno razumevanje procesov, ki se odvijajo med ustvarjalnim delom (str. 27). Ustvarjalni proces namreč pogosto odpira teme, ki so bistveno povezane z jedrom socialnega dela, kot so izražanje in prepoznavanje čustev, komunikacija, refleksija, dinamika skupine ter soočanje z osebnimi stiskami (prav tam, str. 27). Uporaba umetnostnih izraznih sredstev socialnim delavcem omogoča, da na ustvarjalen način združujejo svoje izkušnje iz prakse s strokovnim znanjem ter tako oblikujejo celostne in učinkovite pristope pomoči (prav tam, str. 27).

Umetnostna izrazna sredstva pogosto temeljijo na simbolni komunikaciji, ki presega verbalno izražanje in omogočajo neverbalno komunikacijo, ki uporabniku ponudi dodatne možnosti za samoraziskovanje in izražanje (Kustec, 2011, str. 29). To omogoča večjo vključenost uporabnika v proces pomoči in osvetljuje njegove notranje vire moči, ki so pogosto skriti ali nezavedni (prav tam, str. 29). V kontekstu socialnega dela je takšna podpora še posebej dragocena, saj krepi aktivno vlogo posameznika, ki ni zgolj opazovalec, temveč dejavno udeležen v problemu in njegovi rešitvi (prav tam, str. 29).

1.3 Uveljavljanje pomoči z umetnostjo v slovenskem prostoru

Jeromel (2022) v magistrskem delu ugotavlja, da je pomoč z umetnostjo v slovenskem prostoru slabo prepoznana in da umetnostni terapevti pri izvajanju svoje dejavnosti doživljajo številne ovire (str. 68). Večina anketirancev kot glavno oviro za izvajanje umetnostne terapije prepoznava pomanjkanje ustrezne sistemske podpore, saj pomoč z umetnostjo ni uveljavljena ali formalno priznana kot stroka (prav tam, str. 78). Pri tem ugotavlja, da so umetnostni terapevti najpogosteje vključeni v vrtce in osnovne šole, v precej manjši meri pa so prisotni pri socialnovarstvenih storitvah za starejšo populacijo (prav tam, str. 68).

Eden izmed ključnih družbenih izzivov sodobnega časa so demografske spremembe, ki prinašajo naraščajoče staranje prebivalstva in s tem povezano potrebo po ustrezni organizaciji oskrbe starejših. V zadnjih letih je področje dolgotrajne oskrbe postalo eno izmed osrednjih vprašanj slovenskih socialnih in zdravstvenih politik. Sistem dolgotrajne oskrbe, ki je bil dolgo časa razdrobljen in nedosledno urejen, se z novim zakonom o dolgotrajni oskrbi (ZDOsk-1, 2023) postopno oblikuje v celovitejši sistem podpore osebam, ki zaradi starosti, bolezni ali invalidnosti potrebujejo trajnejšo pomoč pri vsakodnevnih opravilih (GOV.SI, 2025).

Dnevni centri oz. dnevna varstva za starejše po novem ZDOsk-1 spadajo v kategorijo dnevne dolgotrajne oskrbe pri izvajalcu dolgotrajne oskrbe. Gre za obliko oskrbe, pri kateri se pomoč in podpora zagotavljata za določeno število ur dnevno, v času med 6. in 22. uro, uporabniki pa se dnevno vračajo domov. Storitev bo za uporabnike od 1. 12. 2025 financirana iz sistema zavarovanja za dolgotrajno oskrbo. Ta sprememba pomeni, da bodo uporabniki odslej upravičenci do dolgotrajne oskrbe in ne zgolj stranke socialnovarstvenih storitev.

Med storitve dolgotrajne oskrbe ZDOsk-1 uvršča pomoč pri osnovnih in podpornih dnevnih opravilih in zdravstveno nego, vezano na osnovna dnevna opravila. Poleg tega vključuje tudi storitve za krepitev in ohranjanje samostojnosti (32. člen), ki so konkretizirane v Pravilniku o storitvah, kadrovskih pogojih, usposabljanju in superviziji v dolgotrajni oskrbi (2024). Mednje spada tudi psihosocialna podpora, ki se med drugim izvaja z aktivnostmi raziskovanja življenjskega sveta in potreb uporabnika, s pomočjo in podporo pri vzdrževanju in izboljšanju kakovosti življenja, z izvedbo dejavnosti za ureditev odnosov in opolnomočenjem ob stresnih dogodkih (Priloga 2). Tukaj vidim priložnost za umestitev metode pomoči z umetnostjo v okvir storitev za krepitev in ohranjanje samostojnosti, kot jih predvideva ZDOsk-

1. Pri umetnostni terapiji gre za celostno prakso, ki povezuje telesno, duševno in socialno dimenzijo človekovega delovanja ter omogoča različne načine podpore starejšim osebam. Ponuja priložnost za ustvarjalno raziskovanje življenjskega sveta in potreb uporabnika ter njegovo opolnomočenje ob stresnih dogodkih ter predstavlja priložnost za medosebno povezovanje. Zaradi možnosti individualne prilagoditve nalog je metoda dostopna širokemu spektru uporabnikov, tudi tistim z večjimi telesnimi ali kognitivnimi omejitvami. Takšni programi bi lahko dopolnili obstoječe storitve dolgotrajne oskrbe s psihosocialnimi vsebinami, ki so prilagojene potrebam starejših oseb, tudi tistih z demenco. Zato sem se odločila, da te možnosti raziščem v okviru magistrskega dela.

Posebej smiselno bi bilo programe pomoči z umetnostjo umestiti v socialnovarstvene institucije, kot so dnevna varstva in domovi za starejše, kjer uporabniki zaradi zmanjšanih telesnih, kognitivnih ali socialnih zmožnosti pogosto potrebujejo dodatno podporo pri ohranjanju aktivnega življenjskega sloga in duševnega blagostanja, hkrati pa so v teh institucijah običajno že na voljo skupni prostori, primerni za izvedbo ustvarjalnih delavnic. V tem kontekstu strokovno vodeni programi PzU ne bi predstavljali zgolj prostočasne dejavnosti, temveč bi pomenili strukturirano obliko psihosocialne podpore, ki spodbuja izražanje, povezovanje in vključevanje uporabnikov.

1.4 Učinki pomoči z vizualno umetnostjo pri starejših

V tem poglavju predstavljam tri sodobne sistematične preglede literature, ki analizirajo učinke pomoči z vizualno umetnostjo na različne vidike kognitivnega, telesnega, čustvenega in socialnega funkcioniranja starejših oseb. Predstavljeni pregledi nudijo vpogled v obstoječe empirične dokaze o pozitivnih učinkih pomoči z vizualno umetnostjo, hkrati pa opozarjajo na metodološke vrzeli in možnosti za prihodnje raziskave.

Chiang in sodelavci (2024) so v sistematičnem pregledu analizirali učinke terapije z vizualno umetnostjo pri osebah z blago kognitivno motnjo (angl. mild cognitive impairment). Blaga kognitivna motnja je stanje, za katero je značilen opazen upad v delovanju višjih duševnih funkcij, vendar posameznik ohranja sposobnost za vsakodnevno samostojno delovanje (Winblad idr., 2004, str. 241). V analizo so vključili sedem študij, ki so z uporabo randomizirane kontrolirane (Mahendran idr., 2018; Lee idr. 2022; Hattori idr., 2011; Masika idr. 2021; Pongan

idr., 2017) in kvazieksperimentalne metode (Yan idr. 2021; Savazzi idr. 2020) ocenjevale učinek vizualne umetnostne terapije pri osebah, starejših od 60 let, ki so imele diagnosticirano blago kognitivno motnjo. Osredotočili so se na preučevanje sprememb v kognitivnih sposobnostih in psihološkem blagostanju (Chiang idr., 2024, str. 1).

Izboljšanje kognitivnih sposobnosti (merjenih s standardiziranimi testi MoCA, ADAS -cog, MMSE, MES, List Learning Sum & Memory Domains ali Digit Span Score) je bilo ugotovljeno v petih od sedmih vključenih raziskav, pri čemer so v dveh poročali o ohranitvi pozitivnih učinkov tudi 6–9 mesecev po zaključku intervencije, preostale tri raziskave pa so poročale o izboljšanju le neposredno po zaključku programa. Šest analiziranih raziskav je kot psihološki izid spremljalo pojavnost depresije, pri čemer je bilo v štirih zaznano statistično pomembno zmanjšanje depresivnih simptomov. Tri raziskave so spremljale tudi simptome anksioznosti, pri čemer sta dve zaznali statistično pomembno zmanjšanje teh simptomov (Chiang idr., 2024, str. 8).

Avtorji pregleda izpostavljajo, da ni povsem jasno, v kolikšni meri so k ugotovljenim pozitivnim učinkom prispevali dodatni elementi nekaterih analiziranih intervencij, kot so socialne interakcije, obujanje spominov in vključevanje glasbe. Možno je, da ima njihova socialna komponenta pomembno dopolnilno ali pa celo osrednjo vlogo pri doseganju pozitivnih učinkov na kognitivne funkcije, ki so jih zabeležile vključene študije (Chiang idr., 2024, str. 9). Ob tem zaključujejo, da je pomoč z vizualno umetnostjo obetavna nefarmakološka intervencija, ki lahko prispeva k izboljšanju kognitivnih sposobnosti in psihološkega blagostanja pri starejših osebah z blago kognitivno motnjo, in hkrati poudarjajo, da zaradi omejenega števila dostopnih študij ostaja potreba po nadaljnjih raziskavah, ki bi podkrepile dosedanje ugotovitve (Chiang idr., 2024, str. 10).

Širše se osredotoča sistematični pregled, ki sta ga izvedla Souza in Moraes (2022). V njuno analizo so zajete kontrolirane in nekontrolirane klinične raziskave, ki obravnavajo starejše osebe z nevrokognitivnimi motnjami, vključno z Alzheimerjevo boleznijo, vaskularno demenco in drugimi oblikami demence. V končni pregled je bilo uvrščenih 14 raziskav (Choi in Jeon, 2013; Costa idr., 2020; Hattori idr., 2011; Johnson idr., 2020; Lopes, 2011; Mahendran idr., 2018; Masika idr., 2020; Richards in Tietyen, 2019; Savazzi idr., 2020; Seifert idr., 2017; Tietyen in Richards, 2017; Toscano idr., 2017; Zhao idr., 2018; Windle idr., 2017) (str. 8–14).

Metodološka kakovost raziskav je bila ovrednotena s pomočjo lestvice PEDro, pri čemer je povprečna ocena vključenih raziskav znašala 5,78 (ob standardnem odklonu ±3,30). Od 14 analiziranih študij je kar 13 poročalo o statistično pomembnem učinku PzVU na izboljšanje kakovosti življenja in kognitivnega ter čustvenega funkcioniranja udeležencev. Med najpogosteje uporabljenimi ustvarjalnimi metodami so prevladovali risanje, slikanje in oblikovanje skulptur. Ob tem avtorji opozarjajo, da je za posplošitev rezultatov na širšo populacijo nujna izvedba raziskav z višjo metodološko natančnostjo (Souza in Moraes 2022, str. 8).

Sistematični pregled raziskovalcev McQuade in O'Sullivan (2024) je eden najobsežnejših na tem področju, saj je analiziral 93 empiričnih študij, ki obravnavajo učinke skupinskih ustvarjalnih intervencij pri osebah, starejših od 50 let. Pregled zaobjema pristope z različnimi ustvarjalnimi mediji – s plesom, z glasbo, s petjem, z vizualno umetnostjo in dramsko igro. Študije so metodološko raznolike, kvantitativne, kvalitativne in mešane, v analizo pa so bile vključene le tiste, v katerih so udeleženci dejavno sodelovali v ustvarjalnem procesu (McQuade in O'Sullivan, 2024, str. 344–345).

Dvanajst vključenih študij obravnava intervencije pomoči z vizualno umetnostjo, ki so zaznale raznolike psihosocialne in telesne učinke za udeležence (Beauchet idr., 2020; Camic idr., 2014; Cantu in Fleuriet, 2018; Gross idr., 2015; MacLeod idr., 2016; Pearce in Lillyman, 2015; Phinney idr., 2014; Richmond-Cullen, 2018; Roswiyani idr., 2020; Stickley idr., 2016; Windle idr., 2018). Na področju telesnega zdravja študije poročajo o zmanjšanju kronične bolečine, izboljšanju subjektivne ocene telesnega zdravja, izboljšanju gibljivosti in občutku večje vitalnosti. Na področju psihološkega zdravja in blagostanja so zaznale zmanjšanje simptomov depresije, izboljšanje splošnega psihološkega počutja, okrepitev medosebnih odnosov, izboljšanje kakovosti življenja, občutno večjo povezanost s skupnostjo in bistveno zmanjšanje občutka osamljenosti. Poročajo tudi o pozitivnih izidih pri udeležencih z demenco – napredku pri opravljanju vsakodnevnih opravil, izboljšanju kakovosti življenja in opaznem izboljšanju koncentracije, zanimanja, občutka ugodja in samopodobe. Poleg tega kvalitativni rezultati pričajo o izboljšanju kognitivnih sposobnosti, pridobivanju novih znanj, angažiranosti pri ustvarjanju, občutku avtonomije, užitku in zadovoljstvu ob ustvarjenih izdelkih (McQuade in O'Sullivan, 2024, str. 349).

Avtorji sistematičnega pregleda opozarjajo na omejitve svojih ugotovitev za posploševanje na celotno starejšo populacijo zaradi metodološke heterogenosti vključenih raziskav in majhnih vzorcev, v katerih so močno prevladovale ženske. Izvedba metaanalitičnih primerjav v tem pregledu ni bila mogoča, saj so bile študije preveč raznolike glede uporabljenih meril zdravstvenih izidov, vrst umetnostnih intervencij in premajhnih vzorcev (McQuade in O'Sullivan, 2024, str. 350).

Preučevani elementi v magistrskem delu

Glede na predstavljene izsledke zgornjih treh sistematičnih pregledov literature sem se v magistrski nalogi odločila preučiti predvsem psihosocialne učinke pomoči z vizualno umetnostjo v kontekstu dnevnega varstva starejših. Osredotočila sem se na spremembe razpoloženja in medsebojne povezanosti udeležencev v treh fazah opazovanja: pred delavnico, med njo in po njej. Preučevala sem tudi spremembe v ustvarjalni samozavesti udeležencev v procesu PzVU.

Zgoraj predstavljeni sistematični pregledi ugotavljajo naslednje učinke PzVU na psihološko blagostanje udeležencev: zmanjšanje simptomov depresije (McQuade in O'Sullivan, 2024, str. 349; Chiang idr., 2024, str. 8), zmanjšanje simptomov anksioznosti (Chiang idr., 2024, str. 8), izboljšanje splošnega psihološkega počutja(McQuade in O'Sullivan, 2024, str. 349) in izboljšanje čustvenega funkcioniranja (Souza in Moraes 2022, str. 8).

Psihološkega blagostanja udeležencev v raziskavi ne merim s standardiziranimi merskimi instrumenti, ampak zgolj ugotavljam, ali lahko na podlagi anketnih vprašalnikov in opazovalnih podatkov, pridobljenih med izvedbo delavnice, lahko sklepamo, da je ta spodbudila pozitivno razpoloženje udeležencev. Rezultati, pridobljeni z izbranimi merskimi instrumenti, torej ne merijo širših ali trajnejših pozitivnih učinkov na psihološko blagostanje udeležencev, ampak so osredotočeni zgolj na neposredne spremembe razpoloženja ob izvedbi delavnice. Ugotovitev, da so delavnice v tej raziskavi uspešno spodbudile pozitivno razpoloženje udeležencev, lahko nakazuje na potencial PzVU za dolgotrajnejše in širše učinke na psihološko blagostanje starejših v podobnih kontekstih.

Sistematični pregled avtorjev McQuade in O'Sullivan (2024) vključujejo tudi učinke PzVU na povezanost med udeleženci, pri čemer navajajta okrepitev medosebnih odnosov med udeleženci in občutno večjo povezanost s skupnostjo ter bistveno zmanjšanje občutka

osamljenosti (str. 349). Magistrska naloga se tudi v povezavi z vprašanjem občutka povezanosti osredotoča na zaznane spremembe med izvedbo delavnic in ne opisuje širših ali trajnejših učinkov.

V povezavi z ustvarjalno samozavestjo McQuade in O'Sullivan (2024) navajata kvalitativne rezultate, ki poročajo o doživljanju občutka avtonomije, užitka in zadovoljstva udeležencev ob ustvarjenih izdelkih (str. 349). Poleg tega pri osebah z demenco poročata o pozitivnih učinkih procesa PzVU, kot so izboljšana koncentracija, večje zanimanje za dejavnosti, okrepljen občutek ugodja in povečana samopodoba (str. 349). Magistrska naloga spremlja spremembe ustvarjalne samozavesti udeležencev v procesu PzVU in v tem kontekstu spremlja odnos udeležencev do njihovih ustvarjalnih izdelkov, odnos do napak na izdelkih, odzive na pohvale ter zanimanje in pripravljenost za sodelovanje pri ustvarjalnih delavnicah.

1.5 Pogoji za uspešno izvedbo procesa pomoči z vizualno umetnostjo v dnevnem varstvu starejših

Kljub naraščajočemu raziskovalnemu zanimanju za uporabo tehnik pomoči z vizualno umetnostjo pri delu s starejšimi se v raziskavah malo pozornosti posveča teoretskim osnovam pristopa, ki bi pojasnile, zakaj in kako pristop deluje ter kateri dejavniki so ključni za doseganje pozitivnih izidov v takih programih (Evans, Bray in Garabedian, 2022, str. 23; Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 97; Windle in sodelavci, 2017, str. 703–704). Prepoznava ključnih elementov procesa pomoči z vizualno umetnostjo je pomembna za ustrezno usmeritev pri njegovi izvedbi, saj omogoča oblikovanje intervencij, ki so prilagojene potrebam uporabnikov.

Vprašanja ključnih elementov intervencije PzVU za starejše s svojim pregledom raziskovalne literature prikazujejo Windle in sodelavci (2017) ter Shoesmith, Charura in Surr (2022). Osredotočata se na oblikovanje teoretičnega okvira za učinkovito izvedbo procesa PzVU z osebami z demenco. Starejši se v dnevno varstvo vključujejo iz različnih razlogov, med katerimi so pogosti demenca, telesna oslabelost, socialna osamljenost in potreba po strukturiranih aktivnostih. Omenjenih pregledov literature torej ne moremo v celoti prenesti na kontekst dnevnega varstva, saj sta osredotočena zgolj na starejše z demenco, v dnevnem varstvu pa je skupina običajno bolj heterogena in imajo uporabniki zelo različne kognitivne zmožnosti. Kljub temu lahko služita kot osnova, na kateri je mogoče postaviti prilagojen model

intervencije PzVU, ki upošteva specifične značilnosti dela z uporabniki v dnevnem varstvu. Ugotovitve Windlea in sodelavcev (Windle et al., 2017) ter avtoric Shoesmithove, Charure in Surrove (Shoesmith et al., 2022) zato dopolnjujem z drugimi študijami, ki ne obravnavajo zgolj intervencij z vizualno umetnostjo, ampak vključujejo različne oblike participativnih ustvarjalnih dejavnosti v ustanovah za oskrbo starejših. S tem želim zagotoviti celostno razumevanje pogojev za uspešno izvedbo procesa PzVU v dnevnem varstvu. Z vprašanjem implementacije programov participativne umetnosti v ustanove za oskrbo starejših se ukvarja obsežna študija avtorjev Brooma, Deninga in Schneiderja (Broome et al., 2020), ki zajema vizualne in plesno-gibalne umetnostne intervencije, izvedene v dveh domovih za starejše (str. 2494). Podobno študijo so izvedli Evans, Bray in Garabedian (2022), ki so v raziskavo vključili plesne, dramske, glasbene, pesniške in vizualne-umetnostne intervencije, izvedene v različnih okoljih, kot so domovi za starejše, skupnostni centri, kmetije, šole in bolnišnice (str. 22).

Ugotovitve omenjenih temeljnih raziskovalnih virov v nadaljevanju združujem v ključne dejavnike za uspešno izvedbo procesa PzVU v dnevnem varstvu starejših ali podobni institucionalni oskrbi ter jih dopolnjujem s spoznanji iz druge relevantne literature.

i) Vloga izvajalca programa PzU

Windle in sodelavci (2017, str. 713–714) ter Shoesmith, Charura in Surr (2022, str. 111–112) poudarjajo, da je ključno za uspešnost umetnostne intervencije z osebami z demenco, da ima izvajalec poleg znanja o ustvarjalni praksi tudi znanje o učinkih demence in razumevanje izkušnje življenja z demenco. Izvajalci procesa PzVU lahko prihajajo z različnih poklicnih področij – lahko so pedagogi, poklicni umetniki, zaposleni v galerijah itd. Ne glede na svoj poklic so v študijah, zajetih v pregledu, predstavljali izredno pomemben element procesa pomoči. V nekaterih primerih so jih s posebnimi usposabljanji o demenci podprli zdravstveni delavci, psihiatri, psihologi ali posebej usposobljeni člani raziskovalne ekipe.

Shoesmith, Charura in Surr (2022) ugotavljajo, da za uspešno izvedbo vizualno-umetniških intervencij z osebami z demenco ni nujna formalna izobrazba iz umetnostne terapije (pomoči z umetnostjo) (str. 117). Ugotavljajo, da so ključne sposobnosti, ki jih mora imeti izvajalec programa, občutljivost ter razumevanje oseb z demenco, zmožnost osredotočanja na sposobnosti in vire moči udeležencev namesto na njihove primanjkljaje in ustvarjalno znanje, ki ga na razumljiv način lahko prenese na udeležence. S temi kompetencami lahko ustvarja

varno in spodbudno okolje za ustvarjalno izražanje (str. 118). Vloga izvajalca programa je, da poskrbi, da se udeleženci počutijo prijetno, sprejeto in vključeno, tako da spodbuja udeležence k sodelovanju, razumljivo demonstrira ustvarjalne tehnike in po potrebi nudi nasvete. Pri osebah z demenco se pogosto pojavita nelagodje ali tesnoba ob spoznavanju z novo ustvarjalno aktivnostjo, še posebej če nimajo predhodnih izkušenj z ustvarjanjem. Umetnost lahko spodbudi različne čustvene procese, zato je ključno, da se ustvarjalne dejavnosti izvajajo v varnem in podpornem okolju (str. 112). Huhtinen-Hildén (2013) v zvezi s tem poudarja, da je pomembno, da izvajalci razvijajo spretnost občutljivosti in odzivnosti na udeležence, ki jo lahko pridobijo skozi refleksijo izvedenih procesov pomoči z umetnostjo (str. 230). Vse zgoraj omenjene kompetence se tesno povezujejo s temeljnimi koncepti socialnega dela, kot so perspektiva moči, etika udeleženosti, koncept sonavzočnosti ipd.

Gross idr. (2015) poročajo, da vodenje skupine s strani istega izvajalca med celotnim programom povečuje njegovo konsistentnost in predvidljivost, kar udeležencem omogoča razvijanje občutka varnosti, sproščenosti in domačnosti v ustvarjalnem okolju (kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 112). Hkrati to ponuja priložnost za tesnejše povezovanje udeležencev z izvajalcem, ki posledično bolje razume njihove potrebe in lažje prilagaja ustvarjanje njihovim željam (Sauer idr., 2016, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 112).

ii) Osebno usmerjen pristop

Shoesmith, Charura in Surr (2020) so pri analizi značilnosti uspešnih intervencij z vizualno umetnostjo, ki so dosegale pozitivne izide, identificirale njihovo skupno metodološko izhodišče – osebno usmerjen pristop (angl. person centered approach) (str. 118). To se sklada z raziskavami različnih psihosocialnih intervencij za osebe z demenco, ki ugotavljajo, da so te najučinkovitejše, kadar temeljijo na osebno usmerjenem pristopu in so prilagojene specifičnim potrebam oseb z demenco (O'Connor, Ames, Gardner in King, 2009; Sörensen, Pinquart in Duberstein, 2002, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2020, str. 96).

Osebno usmerjeno oskrbo demence (angl. person-centered dementia care) je utemeljil Tom Kitwood (1997). Oblikoval je model oskrbe, ki nagovarja temeljne psihološke potrebe oseb z demenco, ki do danes ostaja temelj kakovostne oskrbe, priznan s strani SZO (Kitwood, 1997, kot navajajo Kelly, Ahessy, Richardson in Moss, 2023, str. 198).

Kitwood (1997) opredeljuje »osebnost« (angl. »personhood«) kot status, ki ga v kontekstu odnosa in družbenega obstoja posamezniku podeljuje(jo) drugi; dobro oskrbo pa opredeljuje kot oskrbo, ki omogoča ohranjanje osebnosti posameznika tudi ob napredovanju kognitivnih omejitev, pri čemer so bistveni medosebni odnosi (Kitwood, 1997, kot navajajo Kelly, Ahessy, Richardson in Moss, 2023, str. 199). Ključni element njegovega koncepta oskrbe je vzpostavljanje neposrednega stika z doživljanjem posameznika z demenco in pristno prizadevanje za razumevanje njegovega pogleda na svet (Kitwood, 1997, kot navajajo Kelly, Ahessy, Richardson in Moss, 2023, str. 199). Nadalje Kitwood (1997) izpostavlja pet ključnih psiholoških potreb oseb z demenco, ki so: povezanost z drugimi, udobje in varnost, ohranjanje identitete, občutek pripadnosti in aktivnost. Vedenjski odzivi nemira naj bi odražali neizpolnjenost teh temeljnih potreb (kot navajajo Kelly, Ahessy, Richardson in Moss, 2023, str. 199). Dobro oskrbo opisuje s konceptom »pozitivnega dela z osebo« (angl. »positive person work«), ki temelji na prepoznavanju in spodbujanju posameznikovih obstoječih virov moči, njegove osebne izbire ter edinstvenih značilnosti. Kot vodilo opredeljuje dvanajst oblik pozitivnih interakcij, ki prispevajo k ohranjanju in potrjevanju posameznikove osebnosti ter dostojanstva in njegove splošne dobrobiti, ki so: praznovanje, sodelovanje, ustvarjanje, spodbujanje, dajanje, (čustveno) držanje, pogajanje, igra, prepoznanje, sproščanje ter nežen in pozoren telesni dotik oz. timilacija (Kitwood, 1997, kot navajajo Kelly, Ahessy, Richardson in Moss, 2023, str. 202–203). Znotraj Kitwoodovega koncepta oskrbe ima ustvarjalnost pomembno vlogo, saj omogoča izražanje, podpira občutek lastne vrednosti in krepi medosebne odnose (kot navajajo Kelly, Ahessy, Richardson in Moss, 2023, str. 199).

Različni elementi Kitwoodovega modela pozitivnega dela z osebo se odražajo v pregledih literature in posameznih raziskavah s področja umetnostne terapije. Byrne in MacKinlay (2012) neposredno poudarjata, da morajo ustvarjalni programi za osebe z demenco temeljiti na »načelih osebno usmerjenega pristopa k umetniškemu ustvarjanju« (ang. Person-Centered Approach to Art Making) (str. 118). Vloga izvajalca programa je odpreti prostor za ustvarjalno izkušnjo, nato pa se umakniti v ozadje in zavzeti držo opazovalca – tako se lahko vzpostavi neposreden odnos med umetnostjo in udeležencem (Byrne in MacKinlay, 2012, str. 118). Podobno Windle in sodelavci (2017) ugotavljajo, da je dober mentor uglašen z udeleženci in razume njihove individualne potrebe in sposobnosti ter se nanje odziva s prilagoditvami in

spodbudami. Osredotočen je na to, kar udeleženci še zmorejo, in ne na to, česa ne zmorejo več (str. 713).

Evans, Bray in Garabedian (2022) so kot ključna elementa za uspešno izvedbo delavnic prav tako izpostavili prilagodljivost in odzivnost na različne sposobnosti in potrebe udeležencev (str. 27). V njihovi raziskavi so izvajalci delavnic poročali, da je pomembna določena mera fleksibilnosti pri izvedbi načrtovanega ustvarjalnega progama za zagotovitev vključenosti vseh udeležencev, saj so k ustvarjanju udeleženci pristopali na različne načine (str. 27). Ugotavljajo tudi, da je refleksivna praksa izvajalca lahko dragoceno orodje za prilagajanje delavnic potrebam udeležencev. V okviru raziskave je bila ta izvedena v obliki pisanja dnevnika po vsaki delavnici, kar je izvajalcem PzU omogočalo preseganje lastnih preferenc pri oblikovanju vsebine, boljše razumevanje ustvarjalnih sposobnosti udeležencev, razumljivejše podajanje navodil in ustreznejšo podporo uporabnikom. Poročajo, da je bila refleksivna praksa še učinkovitejša, če je imel izvajalec možnost sodelovanja z mentorjem ali drugim izvajalcem, s katerim sta si lahko izmenjevala ideje in opažanja (str. 28).

iii) Primernost pristopa za neizkušene pri ustvarjanju

Empirične raziskave na področju PzVU za osebe z demenco ugotavljajo, da predhodne ustvarjalne izkušnje niso pogoj za doseganje pozitivnih učinkov intervencije (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 110; Windle idr., 2017, str. 714). V zvezi s tem Kinney in Rentz (2005) poročata, da sta v raziskavo vključila starejše osebe brez predhodnih ustvarjalnih izkušenj; prišla sta do rezultatov, ki kažejo, da so udeleženci programa PzVU v primerjavi s kontrolno skupino, ki je bila vključena v neumetnostno rekreativno aktivnost, izkazali bistveno višjo raven zanimanja, užitka, zbranosti, občutka samozavesti in občutka normalnosti (kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 110). Podobno ugotavljajo Camic in sodelavci (2014), ki so v raziskavo vključili starejše osebe, ki v zadnjem času niso sodelovale v ustvarjalnih dejavnostih ali niso izrazile zanimanja za umetnost. Kljub temu je intervencija PzVU dosegla pozitivne izide, saj je udeležencem nudila intelektualno stimulacijo in spodbujala njihovo socialno vključenost (kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 110). Spodbujanje neizkušenih udeležencev k prisotnosti in čuječnosti pri ustvarjanju namesto k estetski dovršenosti izdelkov ustvarjalnemu procesu doda posebno vrednost (Windle idr., 2017, str. 714).

Shoesmith, Charura in Surr (2022) v pregledu poročajo, da čeprav programi PzVU sprva verjetno pritegnejo osebe z umetniškim ozadjem, raziskave vedno znova ugotavljajo, da imajo takšni programi potencial za pozitivne izide pri veliko širšem krogu uporabnikov, pri čemer je ključna ustrezna prilagoditev intervencije njihovim ustvarjalnim sposobnostim (str. 111).

iv) Varno ustvarjalno okolje brez možnosti neuspeha

Byrne in MacKinlay (2012) opozarjata, da so ustvarjalni programi v ustanovah za starejše pogosto usmerjeni v estetsko dovršene končne izdelke. Ugotavljata, da takšna naravnanost izvajalce programov usmerja stran od vrednotenja sámega ustvarjalnega procesa in daje prednost vrednotenju izdelkov. Dokončan umetniški izdelek, ki se ga lahko razstavi, je pogosto prepoznan kot dokaz uspešnosti ustvarjalnega programa. Namesto tega bi v ospredje programa morali postaviti duhovne in ekspresivne aspekte ustvarjalne izkušnje udeležencev, ki ne vodijo vedno do vidnega rezultata, saj ustvarjalni proces do neke mere presega naše razumevanje (str. 118).

Usmeritev programa v estetsko dovršene končne izdelke ne vpliva le na način izvajanja programa, ampak tudi na udeležence, ki v program pogosto vstopajo z nizko ustvarjalno samozavestjo. V povezavi s tem Shoesmith, Charura in Surr (2020) kot pogosto težavo pri vključevanju oseb z demenco v programe vizualne umetnosti opažajo njihov začetni odpor do likovnega ustvarjanja. V več raziskavah, vključenih v njihov pregled, so izvajalci tudi kasneje imeli težave z ohranjanjem udeležencev v programu. Pri tem ugotavljajo, da je bil pogost razlog strah pred ustvarjalnim neuspehom, ki je bil povezan s pomanjkanjem ustvarjalnih izkušenj ali primerjanjem nastalih izdelkov z izdelki, ki so jih ustvarili v preteklosti (str. 18). Avtorice poročajo, da je notranji pritisk po estetski dovršenosti izdelkov in uspehu pogosto vplival na motivacijo udeležencev za sodelovanje v programu. Ko so med procesom pomoči z usmeritvijo mentorjev udeleženci postopno preusmerili pozornost s popolnosti končnih izdelkov na doživljanje in izražanje, je strah pred ustvarjalnim neuspehom popustil (str. 18). Tako ugotavljajo, da je ključnega pomena za pritegnitev in ohranjanje udeležencev v programu varno ustvarjalno okolje, ki je prosto sodb in v katerem ni možnosti za neuspeh (str. 18). Podobne ugotovitve navajajo tudi Windle in sodelavci (2017, str. 714).

v) Stimulativna ustvarjalna izkušnja

Windle in sodelavci (2017) ugotavljajo, da sta za učinkovitost intervencije bistvena vsebina programa in način njegove izvedbe. To povzamejo z idejo, da mora intervencija za osebe z demenco predstavljati »provokativno in stimulativno estetsko izkušnjo« (str. 714).

Aktualne raziskave s področja nevrologije, kognitivne nevroznanosti, gerontologije in demence poudarjajo, da je za spodbujanje učinkovitega učenja in ohranjanja kognitivnih sposobnosti starejših oseb ključno, da se v aktivnosti vnaša novosti, izzive in postopno povečuje njihovo kompleksnost (Tietyen in Richards, 2017, str. 1245). Na podlagi teh spoznanj so Tietyen, Richards in sodelavci (2017, 2018) razvili pedagoški pristop k PzVU za osebe z demenco, imenovan »Visual Arts Education« (prevod: Vizualno-umetnostno izobraževanje) (2017, str. 1245). Temeljna značilnost njihovega inovativnega pristopa je postopno uvajanje elementov novosti in kompleksnosti v ustvarjalne dejavnosti programa (2017, str. 1245). Program zajema osem delavnic, na katerih se s spreminjanjem ustvarjalnih tehnik med procesom uvajajo elementi novosti in kompleksnosti. Začne se z okraševanjem klobukov, nadaljuje pa s kolažem, z reliefnim tiskanjem, s slikanjem, keramiko (ki poteka dva zaporedna tedna), fotografijo in z grafičnim tiskanjem (str. 1245). S tem izvajalci ustvarijo pogoje za večjo angažiranost udeležencev v učnem procesu in jih spodbudijo, da se samozavestno soočajo z novimi izzivi (str. 1245). Avtorji pristopa predlagajo izboljšanje programov PzVU za osebe z demenco z adaptacijo tega pedagoškega pristopa (str. 1245). Richards, Tietyen in sodelavci (2018) so program »Visual Arts Education« preizkusili s standardiziranimi merskimi instrumenti na 26 parih oseb z demenco in njihovih oskrbovalcev, ki so bili naključno razporejeni v eksperimentalno skupino, ki je sodelovala na ustvarjalnih delavnicah, in kontrolno skupino, ki je zgolj razpravljala o umetnosti (str. 3132–3133). Takoj po izvedbi intervencije niso zaznali pomembnih razlik, po šestih mesecih pa so opazili bistveno izboljšanje v obremenjenosti oskrbovalcev in samozavesti oseb z demenco eksperimentalne skupine (str. 3136–3137). Rezultati kažejo na velik potencial metode za izboljšanje kakovosti življenja oseb z demenco in njihovih oskrbovalcev.

Shoesmith, Charura in Surr (2020) so v pregled vključile več raziskav vizualno-umetnostnih intervencij, ki so v procesu uporabljale zgolj eno vrsto ustvarjalnega medija (Esker & Ashton, 2013; Flatt idr., 2015; Gross idr., 2015; Ullán idr., 2013) (str. 110). Čeprav te

intervencije niso vključevale različnih vrst ustvarjalnih medijev, so raziskovalci poročali o njihovih pozitivnih učinkih na udeležence, kot so občutek ponosa in avtonomije (Flatt idr., 2015) ter povečano samozaupanje (Camic idr., 2014; Ullán idr., 2013, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2020, str. 110). Sicer pa sta Esker in Ashton (2013) pri enomedijski intervenciji, pri kateri so v individualnih srečanjih udeleženci ustvarjali izključno z akvarelnimi barvami na vnaprej določene tematske motive, zaznala znake pasivnega odzivanja, kot so nižja raven aktivnosti, odsotnost zanimanja in brezvoljnost (kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2020, str. 110).

Glede abstraktnih ustvarjalnih aktivnosti Evans, Bray in Garabedian (2022) ugotavljajo, da se pri udeležencih z demenco ali drugimi kognitivnimi težavami take ustvarjalne naloge ne obnesejo najbolje (str. 24). Primer abstraktne aktivnosti v njihovi raziskavi je bila tehnika kolaža, ki med udeleženci ni bila dobro sprejeta (str. 24). Hkrati opažajo, da so otipljivi končni izdelki (npr. slike, filmi, knjige) za številne udeležence delovali motivacijsko, saj so jim omogočali spremljanje lastnega napredka (str. 27).

Windle in sodelavci (2017) poudarjajo, da ima pomembno vlogo tudi skrbna izbira ustvarjalnih materialov, ki morajo biti kakovostni, prilagojeni starosti in fizičnim ter kognitivnim sposobnostim udeležencev, hkrati pa morajo spodbujati njihovo ustvarjalno izražanje in raziskovanje (str. 717).

vi) Omogočanje proste izbire udeležencem

Shoesmith, Charura in Surr (2020) v pregledu literature ugotavljajo, da je omogočanje proste izbire udeležencem pomemben dejavnik, ki prispeva k večji vključenosti udeležencev, užitku ob ustvarjanju, njihovi večji samostojnosti in krepi občutek avtonomije (str. 110). Pri tem je pomembno, da izvajalec ne nadomešča ustvarjalnih odločitev udeležencev s svojimi, ampak podaja ustvarjalne usmeritve na način, da udeleženci ohranijo kontrolo nad ustvarjalnim procesom.

Izvajalec PzU lahko prosto izbiro v ustvarjalnem procesu udeležencem omogoča na različne načine. V zvezi z izvajanjem intervencije v dnevnem varstvu je bistveno, da se uporabniki lahko samostojno odločijo za sodelovanje v ustvarjalni aktivnosti. Ta možnost je posebej podprta, če ima dnevno varstvo na voljo druge prostore, kamor se uporabniki lahko

umaknejo v primeru, da se odločijo, da ne želijo sodelovati. Prosta izbira sodelovanja spoštuje avtonomijo uporabnikov in krepi njihov občutek kontrole.

Sauer, Fopma-Loy, Kinney in Lokon (2016) so v raziskavi primerjali program *Opening Minds through Art (OMA),* ki temelji na osebno usmerjenem pristopu in poudarja prosto izbiro udeležencev, ima pa tradicionalno ustvarjalni program, ki vsebuje bolj rutinske aktivnosti, ki niso prilagojene posameznikom in v njem ni poudarjena prosta izbira (npr. aktivnost barvanja pobarvank) (str. 898). OMA vsebuje strukturirane delavnice, ki omogočajo prosto izbiro različnih materialov in tehnik z namenom senzorične stimulacije in spodbujanja radovednosti udeležencev (str. 899). V njihovi raziskavi je vsak udeleženec z demenco imel svojega prostovoljca, ki mu je nudil podporo, vendar ni smel posegati v njegove ustvarjalne izbire ali dokončati izdelka namesto njega (str. 899). Avtorji raziskave poročajo, da so udeleženci programa OMA dosegli bistveno boljše rezultate na področju splošnega počutja, angažiranosti in užitka pri ustvarjanju in bistveno nižjo stopnjo umika iz delavnic (str. 905). Kljub temu da je raziskava metodološko šibka, nakazuje, da možnost proste izbire udeležencev v ustvarjalnem procesu spodbudno vpliva na njihovo počutje in tudi angažiranost.

Walsh in drugi (2011) v individualni intervenciji PzVU niso omogočali proste izbire ustvarjalnih materialov ali tehnik. Kljub temu so uspeli vključiti element proste izbire s ponujanjem različnih možnosti znotraj strukturiranih nalog. Udeležencem so na primer omogočili izbiro svojih najljubših barv iz nabora barv, izbiro priljubljenih motivov med predhodno pripravljenimi motivi in izbiro telesa iz delovnega zvezka, ki je najbolje izražal vrsto aktivnosti, ki jim je bila pri srcu. Na ta način so kljub dokaj rigidni strukturi delavnic podprli avtonomijo udeležencev v ustvarjalnem procesu (str. 67).

vii) Kakovostno sodelovanje z osebjem dnevnega varstva

Broome, Dening in Schneider (2020) poročajo, da se je v procesu izvedbe PzU v varstvenih ustanovah izkazalo, da imajo pri omogočanju dostopa stanovalcem do ustvarjalnih delavnic in oblikovanju pozitivne izkušnje sodelovanja ključno vlogo zaposleni. Koordinatorji aktivnosti v varstvenih ustanovah so proaktivno spodbujali stanovalce k udeležbi na delavnicah, še posebej če ti sprva niso bili motivirani za udeležbo. Nekateri udeleženci so se upirali spremembi rutine ali zapuščanju svojih sob, zato je bilo pomembno, da so jim zaposleni vnaprej predstavili potek delavnic in jih osebno povabili k sodelovanju. Vzpostavitev občutka

soudeleženosti v procesu se je izkazalo za pomemben dejavnik za uspešnost programa – uporabnikom je bilo treba omogočiti, da vedo, kaj se bo dogajalo, in da se na to lahko pripravijo s tem, da se jim vnaprej posreduje čim več informacij. Pomembno vlogo pri izvedbi je imela tudi tehnična podpora, ki jo je zagotovilo osebje doma (str. 2498).

Poleg tega je institucionalno osebje izvajalce podprlo s svojim znanjem in z izkušnjami, kar se je izkazalo za ključno pri oblikovanju vsebine in dinamike ustvarjalnih delavnic. Ker izvajalci ustvarjalnih intervencij pogosto delujejo v ustanovi le kratek čas in nimajo možnosti, da bi podrobno spoznali vse udeležence, predstavljajo delovne izkušnje osebja s posameznimi udeleženci dragocen vir informacij. Izvajalci ustvarjalnih programov pogosto niso imeli dovolj časa, da bi globlje spoznali vsakega posameznika, zato so informacije o osebnih preferencah in interesih uporabnikov, posredovane s strani osebja, bistveno prispevale k oblikovanju vključujočih in smiselnih aktivnosti. Osebje ustanove tako deluje kot pomemben most med izvajalci PzU in uporabniki ter pomaga pri izbiri ustreznih udeležencev za posamezne aktivnosti glede na trenutne sposobnosti, razpoloženje in zanimanja. S tem program PzU lahko doseže večjo angažiranost udeležencev v ustvarjalnem procesu (Broome, Dening in Schneider, 2020, str. 2499).

Broome, Dening in Schneider (2020) poročajo, da proces sodelovanja med izvajalci PzU in zaposlenimi v varstveni ustanovi ni bil enosmeren, ampak je vzajemno obogatil obe strani. Zunanji izvajalci PzU so v procesu pridobili globlje razumevanje institucionalnega okolja, specifik dela z ranljivo starejšo populacijo in vsakdanjih izzivov, s katerimi se sooča osebje. To jim je omogočilo razvijanje kompetenc, ki jih lahko prenesejo v druge skupnostne ali institucionalne projekte. Pridobili so tudi boljšo predstavo o tem, katere ustvarjalne metode so učinkovite in katere zahtevajo dodatne prilagoditve. Na drugi strani so tudi koordinatorji aktivnosti v procesu soustvarjanja prepoznali priložnosti za strokovno rast. Pridobili so ideje za načrtovanje prihodnjih programov in inovativne pristope k delu z uporabniki. Takšna izmenjava znanj in perspektiv predstavlja temelj za trajnejšo integracijo ustvarjalnih pristopov v varstvene ustanove (str. 2500–2501). O podobnih pozitivnih vplivih sodelovanja med institucionalnim osebjem in zunanjim izvajalcem PzU poročajo tudi Evans, Bray in Garabedian (2022, str. 29).

Kljub temu da so koordinatorji aktivnosti pogosto dejavno sodelovali pri izvedbi delavnic, Broome, Dening in Schneider (2020) navajajo, da drugi člani osebja varstvene ustanove zaradi velike obremenjenosti z osnovnimi nalogami oskrbe večinoma niso mogli

aktivno sodelovati v ustvarjalnem procesu. Posledično niso imeli možnosti, da bi sproti spremljali potek dejavnosti, podali povratne informacije ali razmišljali o tem, kako bi določene vsebine lahko vključili v svojo vsakodnevno prakso (str. 2500). Pomembnost njihove vloge pri uspešni izvedbi procesa poudarjajo ugotovitve Evansa, Braya in Garabediana (Evans et al., 2022), ki navajajo, da so izvajalci PzU večjo uspešnost delavnic pogosto povezovali prav s prisotnostjo osebja, ki je nudilo podporo pri izvedbi in spodbujanju sodelovanja udeležencev (str. 27).

Nekatere študije so preučevale vprašanje aktivnega vključevanja (domačih) oskrbovalcev oseb z demenco v ustvarjalni proces. Čeprav so te raziskave metodološko šibke, nakazujejo, da lahko navzočnost oskrbovalca med izvedbo programa pozitivno vpliva na kakovost skrbstvenega odnosa in občutek povezanosti (Camic idr., 2016, 2014; Eekelaar idr., 2012; Flatt idr., 2015; Johnson idr., 2017, povzeto po Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 113). Po drugi strani MacPherson s sodelavci (2009) opozarjajo na možne neželene učinke prisotnosti oskrbovalcev med programom PzVU, saj je ta v določenih primerih zmanjšala samozavest oseb z demenco, ki so se ob njihovi navzočnosti težje sprostile in prosto izrazile. Avtorji ob tem poudarjajo pomen podpiranja samostojnosti oseb z demenco, ki pogosto zmorejo več, kot se običajno zdi – še posebej takrat, ko imajo občutek nadzora nad lastnim ustvarjalnim procesom (kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 113).

Broome, Dening in Schneider (2020) navajajo, da se je pri izvajanju PzU v varstvenih ustanovah kot ključen element izkazala vzpostavitev jasnih in usklajenih pričakovanj glede ustvarjalnega programa med izvajalci PzU ter institucionalnim osebjem (str. 2499). Poudarjajo, da je za uspešno izvedbo intervencije ključno, da imajo sodelujoči jasno določene vloge v procesu pomoči in da se vnaprej uskladijo glede časovnega okvira ter drugih tehničnih podrobnosti intervencije. Raziskovalci predlagajo predhodno posvetovalno srečanje izvajalcev programa PzU s pomembnim osebjem ustanove, na katerem naj izvajalci predstavijo potek in posebnosti delavnic, osebje pa posreduje informacije o delovanju ustanove, specifičnih okoliščinah in uporabnikih. Takšen dialog lahko prispeva k boljši prilagoditvi vsebine delavnic in večji učinkovitosti celotnega procesa (str. 2499). Predlogu se pridružujejo Evans, Bray in Garabedian (2022), ki poudarjajo, da premišljeno vključevanje pripravljalne faze v proces pomoči lahko pomembno prispeva k temu, da se delavnice izvedejo bolj tekoče in z večjim zadovoljstvom vseh vpletenih. Tako se lahko s pravočasnim dogovorom o ključnih vidikih

izvedbe procesa sodelujoči izognejo pogostim težavam iz prakse – oblikovanju prevelikih skupin, motnjam med izvedbo, neustrezni prostorski ureditvi ali pomanjkanju aktivne podpore s strani osebja (str. 28–29). Navajajo še, da je v okviru načrtovalne faze pomembno vprašanje usklajevanja ustvarjalnih delavnic z ostalimi dejavnostmi, ki jih udeleženci že obiskujejo. Tako izvajalci PzU kot tudi osebje naj imajo pregled nad tem, kako se posamezna delavnica umešča v dnevni ali tedenski program, saj lahko prekrivanje ali preobremenjenost uporabnikov vplivata na njihovo stopnjo angažiranosti (str. 26).

viii) Časovni okvir izvedbe ustvarjalnih delavnic

Shoesmith, Charura in Surr (2022) v pregledu raziskovalne literature navajajo, da sta trajanje posameznih srečanj in pogostost njihovega izvajanja pomembna elementa oblikovanja programa pomoči z vizualno umetnostjo za osebe z demenco. Njihove ugotovitve povzemam v nadaljevanju.

Dolžina posameznih srečanj

Med vključenimi študijami so se srečanja najpogosteje izvajala v dolžini 60 min, kar se je izkazalo kot učinkovita in prijazna oblika za udeležence (Gross, Danilova, Vandehey & Diekhoff, 2015; MacPherson et al., 2009; Pöllänen & Hirsimäki, 2014; Rentz, 2002; Rusted et al., 2006; Sauer et al., 2016, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 105). V več kot polovici teh raziskav so poročali o statistično relevantnih pozitivnih spremembah v počutju, občutku užitka, samopodobi in socialni vključenosti. Ta časovni format je bil posebej pogost v delavnicah, namenjenih osebam z bolj razvito obliko demence, pri katerih je krajša časovna obremenitev omogočala večjo zbranost in angažiranost (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 105).

Preostale vključene študije so spremljale intervencije s 120-minutnimi srečanji, ki so večinoma vključevala dve ločeni dejavnosti (npr. ogled slik v galeriji in ustvarjalno aktivnost) (Camic, Baker & Tischler, 2016; Camic et al., 2014; Young et al., 2015, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 105). Namenjene so bile predvsem osebam z blažjo obliko demence. Čeprav te raziskave niso poročale o statistično pomembnih rezultatih na področju sprememb počutja, pozornosti in samopodobe, so kvalitativne ugotovitve pokazale, da so udeleženci te delavnice doživljali kot prijetno in spodbudno izkušnjo, ki je okrepila njihove socialne stike

(Camic idr., 2014, 2016; Young idr., 2015 kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 105).

Shoesmith, Charura in Surr (2022) na podlagi teh podatkov zaključujejo, da je pri načrtovanju intervencij z vizualno umetnostjo smiselno upoštevati stopnjo kognitivnih zmožnosti udeležencev. Medtem ko lahko osebe z blažjo obliko demence sodelujejo tudi v daljših srečanjih (120 minut), so za posameznike z bolj razvito stopnjo demence za ohranjanje zbranosti bolj primerne krajše delavnice (60 min). Prilagoditev trajanja delavnice glede na zmožnosti in potrebe udeležencev je zato ključna za zagotavljanje uspešne in dostopne intervencije (str. 115–116). Vendar avtorice poudarjajo, da dolžina trajanja intervencij ni odločilni dejavnik za njihov uspeh, saj so o pozitivnih učinkih poročale raziskave z obema časovnima formatoma. Ključno vlogo pri učinkovitosti delavnic imajo verjetno druge značilnosti programa, predvsem kakovostna vsebina delavnic in prisotnost drugih elementov, ki spodbujajo angažiranost in dobro počutje (str. 107).

Pogostost srečanj

Shoesmith, Charura in Surr (2022) navajajo, da so programi PzVU, ki so potekali enkrat tedensko, z največjo verjetnostjo dosegli pozitivne rezultate (str. 115). Ta ugotovitev ni presenetljiva, saj konsistentno ponavljanje aktivnosti omogoča oblikovanje rutine, večjo vključenost in postopno gradnjo zaupanja v ustvarjalni proces. Avtorice poudarjajo, da je tedenska izvedba še posebej pomembna pri pristopu novejših vizualnih intervencij, ki temeljijo na strukturiranosti in ponavljanju kot ključnih pogojih za učinkovito izvedbo (Me de Werd, Boelen, Rikkert in Kessels, 2013, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 115–116).

Trajanje programa

Celotno trajanje programov PzVU se med vključenimi študijami v pregledu močno razlikuje – od enkratnih srečanj do programov, ki so trajali 40 tednov. Povprečna dolžina programa je bila osem tednov (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 106). Kvantitativno pomembni učinki so bili zaznani tako pri krajših kot daljših programih, vendar se je pri dolgotrajnih izvedbah pokazalo, da je bilo težko zagotoviti redno prisotnost vseh udeležencev zaradi bolezni, smrti ali selitve. Te rezultati kažejo na zahtevnost dolgoročnega izvajanja programov v tej populaciji (Rusted idr., 2006, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 106).

Študije s krajšimi intervencijami PzVU (do šest tednov) so bile večinoma kvalitativne narave, a so kljub temu poročale o dobrem odzivu, izboljšanem počutju in visoki stopnji udeležbe. To nakazuje, da daljše trajanje ni nujno pogoj za pozitiven učinek, temveč je lahko krajši časovni okvir v dani populaciji celo bolj primeren (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 106–107).

ix) Socialni kontekst izvedbe programa PzVU

Učinkovitost vizualno-umetnostnih intervencij za starejše je odvisna tudi od socialnega konteksta, v katerem potekajo. Shoesmith, Charura in Surr (2022) opozarjajo na metodološke nejasnosti pri razumevanju, kaj pravzaprav prispeva k pozitivnim učinkom intervencij PzVU – ali gre za vpliv umetniške dejavnosti kot take ali za učinke, ki izhajajo iz odnosa med izvajalcem in udeleženci. Ugotavljajo, da morda socialna povezanost in dinamika znotraj skupine igrajo enako pomembno vlogo kot sam ustvarjalni proces (str. 116–117).

Glede ustrezne velikosti skupine Evans, Bray in Garabedian (2022) poročajo, da so manjše skupine ali individualna srečanja z osebami z demenco ali težjimi oviranostmi bolj učinkovita, saj omogočajo priložnost za več individualne pozornosti in podpore ter manj težav z vključevanjem udeležencev v skupinsko dinamiko. Ugotavljajo, da manjše skupine lahko pripomorejo k večji sproščenosti udeležencev, vendar obstaja tudi tveganje, da se posamezniki med seboj ne bodo ujeli, kar lahko oslabi učinek intervencije. Zaradi nepredvidljivosti udeležbe so izvajalci intervencij pogosto izpostavljali potrebo po sprotnih prilagoditvah (str. 26).

Starejši, še posebej tisti z demenco, so izpostavljeni tveganju socialne izolacije. Intervencije PzVU lahko pomembno prispevajo k vzpostavljanju socialnih povezav in izboljšanju njihovega družabnega življenja. Aktivno sodelovanje v kakovostnih in pristnih socialnih stikih namreč bistveno vpliva na počutje in kakovost življenja oseb z demenco (McDermott idr., 2018; Woods idr., 2012, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 117).

x) Lastnosti ustvarjalnega prostora

Praktični aspekti ustvarjalnega prostora

Pri načrtovanju in izvedbi intervencij PzVU je pomembno razmisliti tudi o prostorskih pogojih, v katerih se bodo izvajale ustvarjalne delavnice. V raziskavi so avtorji Evans, Bray in Garabedian (2022) predstavili, da so izvajalci ustvarjalnih delavnic izpostavili več praktičnih izzivov, s katerimi so se soočali pri izvedbi programov v varstvenih ustanovah. Eden največjih problemov so bile stalne motnje med delavnicami s prihajanjem osebja, obiskovalcev in drugih stanovalcev, prekinjanje zaradi odhodov udeležencev na zdravstvene preglede ter zunanji hrup, kot so gradbena dela ali druge dejavnosti v okolici. Specifične izzive je prinašala tudi velikost ustvarjalnega prostora. V večjih prostorih je bilo težje vzpostaviti skupinsko dinamiko, manjši prostori pa so bili pogosto pretesni, še posebej kadar so aktivnosti zahtevale uporabo opreme ali delovnih miz. Na potek delavnic so v nekaterih primerih negativno vplivale tudi fizične značilnosti prostora, kot sta neustrezna osvetlitev in previsoka temperatura, ki sta motili angažiranost udeležencev. Izvajalci so se poskušali prilagajati izzivom in ohraniti pozitivno naravnanost, vendar rezultati jasno kažejo, da prostorske omejitve pomembno vplivajo na kakovost in učinkovitost ustvarjalnih intervencij v institucionalnem okolju (str. 27–28).

Broome, Dening in Schneider (2020) poročajo o podobnih težavah s prostorskimi pogoji pri izvedbi vizualno-umetnostnih programov. Da bi čim bolje izkoristili razpoložljiv prostor, so izvajalci pogosto preuredili pohištvo v prostoru pred srečanjem (premaknili mize ipd.), tako da so si omogočili dostop do vseh udeležencev in udeležencem dostop do materialov. Opazili so tudi nekatere razlike v ustvarjalnem vzdušju med dnevnimi centri in domovi za starejše. V domovih za starejše so ustvarjalne delavnice predstavljale osrednji vir spodbude za stanovalce, saj je bilo to okolje praviloma bolj umirjeno. Zaradi umirjene bivalne atmosfere so izvajalci v teh prostorih v program načrtno vnašali več dinamičnosti, zanimivosti in igrivosti, da bi pritegnili udeležence k sodelovanju. Nasprotno so opazili živahnejšo in bolj socialno naravnano atmosfero v dnevnih centrih, kar jim je omogočalo, da so izhajali iz že prisotne dinamike skupine in se lažje povezali z udeleženci, saj so bili ti že motivirani za sodelovanje in druženje (str. 2496–2497).

V kvalitativni študiji, ki je vključevala perspektive tako izvajalcev kot udeležencev vizualno-umetnostnih programov za osebe z demenco, so Windle in sodelavci (2017) glede

lastnosti ustvarjalnega prostora ugotovili naslednje: prostor mora biti ustrezno fizično prilagojen, torej dostopen, opremljen s potrebnimi osnovnimi elementi (kot so sanitarije, parkirišča, čajna kuhinja ipd.) in udoben za uporabo. Pomembno je tudi, da je prostor zračen, svetel in prostoren, saj to neposredno vpliva na počutje in sodelovanje udeležencev. Prav tako je smiselno zmanjšati moteče zunanje zvoke, saj ti lahko motijo zbranost in zmanjšujejo občutek umirjenosti. V okoljih, kjer sicer poteka vsakodnevna oskrba ali varstvo, priporočajo izvedbo aktivnosti v ločenem prostoru, ki omogoča več zasebnosti in koncentracije. Pri zagotavljanju osnovnih prostorskih pogojev je pomembno, da se srečanja vnaprej načrtujejo skupaj z osebjem ustanove (str. 718–719).

Estetski aspekti ustvarjalnega prostora

V številnih raziskavah s področja umetnostnih intervencij v starosti so bili muzeji in umetnostne galerije prepoznani kot posebno spodbudna okolja za izvajanje ustvarjalnih dejavnosti (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 114; Windle idr., 2017, str. 714). Kakovost teh prostorov se izraža v njihovi sposobnosti, da spodbujajo estetsko zaznavanje, intelektualno angažiranost in omogočajo občutke socialne vključenosti. Poleg tega raziskave kažejo, da izvedba programa v muzejih spodbuja obujanje spominov ter učenje novih znanj in veščin (Flatt idr., 2015; Johnson idr., 2017, kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 114).

Čeprav Shoesmith, Charura in Surr (2022) v sistematičnem pregledu niso mogli z gotovostjo opredeliti razlik v učinkih intervencij glede na okolje, v katerem so izvedene, so bile umetnostne ustanove pogosto zaznane kot prostori z visoko simbolno in čustveno vrednostjo (str. 118). Izvirna umetniška dela, prisotna v prostoru, so v intervencijah služile kot izhodišče za pogovor, opazovanje in refleksijo (Windle idr., 2017, str. 714). Raziskave le redko obravnavajo uporabo takšnih prostorov za osebe z razvitejšo obliko demence (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 115).

Ob zaznanih pozitivnih učinkih muzejskih in galerijskih prostorov se postavlja vprašanje, kako lahko tudi institucionalne prostore, kot je na primer dnevno varstvo, preoblikujemo v estetsko in simbolno bogate prostore. Ullán idr. (2013) so uspešno prenesli izkušnjo muzeja v dom starejših, tako da so stanovalcem omogočili ogled digitalne zbirke, ki ji je sledila ustvarjalna aktivnost. Udeleženci so se na program odzvali z visoko vključenostjo in zadovoljstvom (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 115). Walsh in sodelavci (2011) poročajo,

da so razstavljeni izdelki v sobah stanovalcev olajšali vzpostavljanje pogovorov in stikov med stanovalci in osebjem (kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 115).

Vzpostavitev prostora, ki ga udeleženci doživljajo kot dragocenega, ne zahteva nujno velikih finančnih stroškov, pogosto zadošča že umirjen in namensko določen prostor, v katerem se lahko starejše osebe varno in smiselno vključijo v ustvarjalni proces (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 115).

xi) Preučevani elementi v magistrskem delu

Med načrtovanjem in izvedbo programa PzVU v dnevnem varstvu starejših, opisanem v tej raziskavi, sem namenila posebno pozornost pogojem, ki jih znanstvena literatura prepoznava kot ključne za uspešno izvedbo tovrstnih programov v podobnih kontekstih. Teoretske ugotovitve, predstavljene v tem poglavju, sem skušala čim bolj dosledno vpletati v konkretno prakso ustvarjalnih delavnic, ki sem jih izvedla v okviru raziskave. Pogosto sem se vračala na Kitwoodovo (Kitwood, 1997) ključno vodilo za osebno usmerjanje oskrbe za osebe z demenco: trudila sem se vzpostavljati neposreden stik z doživljanjem udeležencev in si pristno prizadevala za razumevanje njihovega pogleda na svet. Pri izvedbi programa so mi pomagale izkušnje, pridobljene v času študija in obštudijskih aktivnosti, ter predhodno izkušnja prakse v istem dnevnem varstvu starejših, kjer sem od socialnih oskrbovalk pridobila dragoceno znanje o delu s posameznimi uporabniki in imela priložnost za razvijanje osebnega odnosa z njimi še pred izvedbo programa. Ob izvedbi delavnic sem bila posebej pozorna na ustvarjanje varnega ustvarjalnega okolja in udeležence spodbujala s pogostimi pohvalami.

V uvodnem intervjuju z udeleženci pred začetkom delavnic sem raziskovala teme njihovih preteklih ustvarjalnih izkušenj, osebne naravnanosti do ustvarjanja in odnosa do ustvarjanja v dnevnem varstvu. Pridobljene informacije so mi omogočile, da sem program PzVU oblikovala na dostopen in fleksibilen način, ki je omogočal vključenost udeležencev z različnimi predhodnimi ustvarjalnimi izkušnjami. Te informacije so mi služile tudi kot usmeritev pri oblikovanju stimulativne ustvarjalne izkušnje za udeležence. V delavnicah sem znotraj predvidene strukture spodbujala prosto izbiro udeležencev, tako da so imeli nadzor nad izbiro barv in drugih elementov izdelka. Poleg tega sem poudarjala prostovoljnost udeležbe in brez odpora sprejela zavrnitev sodelovanja, če se je ta pojavila. V raziskavi sem v dnevniških zapiskih spremljala tudi primernost časovnega okvira izvedbe delavnic in primernost velikosti skupine

glede na podano ustvarjalno nalogo. Posebno pozornost sem že v uvodnem intervjuju namenila potrebnim lastnostim ustvarjalnega prostora za uspešno ustvarjanje.

2 Opredelitev raziskovalnega primera

2.1 Formulacija problema

K obravnavanju raziskovalne teme me je usmerila praksa v Dnevnem varstvu starejših Šiška, kjer smo pogosto ustvarjali z različnimi likovnimi materiali. Ustvarjalnega procesa uporabniki večinoma niso dojemali kot sprostitev ali izražanje, temveč kot delo, ki ga morajo opraviti po navodilu zaposlenih. Ustvarjalne naloge in materiali niso bili dobro prilagojeni njihovim potrebam, zato določeni uporabniki večinoma niso sodelovali pri ustvarjanju. Ustvarjanje je bilo usmerjeno v estetsko dovršen končni izdelek in ne v sam ustvarjalni proces. Opazila sem, da uporabniki na svoje izdelke niso ponosni in se jih pogosto sramujejo. Na splošno so kazali nizko ustvarjalno samozavest in majhno pripravljenost za preizkušanje novih likovnih materialov. Uporabniki kljub večmesečnem ali večletnem skupnem preživljanju časa med seboj večinoma niso imeli tesnih odnosov; opazila sem, da pogosto sedijo skupaj v tišini. V dnevno varstvo se uporabniki pogosto vključijo zaradi demence. Zanjo je značilno izrazito in trajno poslabšanje višjih duševnih procesov vključno s spominom, percepcijo, komunikacijo, z reševanjem problemov in abstraktnim mišljenjem, kar lahko prispeva k socialni izolaciji in vedenjskim težavam (Young, Camic in Tischler, 2015, str. 337). Young, Camic in Tischler (2015) izpostavljajo, da se demenco v zahodni medicini večinoma obravnava farmakološko, kar se ne more posvetiti celotnemu spektru potreb oseb, ki so posledica bolezni (str. 337). Potrebne so tudi psihosocialne intervencije, usmerjene v skupnost. Primer take intervencije, ki v zadnjem času pridobiva na veljavi, je pomoč z umetnostjo.

Nekateri pogoji za izvedbo procesa pomoči z likovno umetnostjo so bili v dnevnem varstvu že izpolnjeni. Na voljo smo imeli likovni material, prostor in čas. Za optimizacijo ustvarjalnega procesa, ki bi udeležencem omogočil ustvarjalno izražanje, jih spodbudil k socialnim interakcijam in podprl razvoj njihove ustvarjalne samozavesti, je bila potrebna še ustrezna metoda dela, ki sem jo našla v razviti teoriji in praksi pomoči z umetnostjo.

Med brskanjem po literaturi sem med slovenskimi viri našla kar nekaj gerontološke literature in nekaj prispevkov s področja pomoči z umetnostjo. Razen enega magistrskega dela nisem našla literature, ki bi povezovala področje socialnega dela s starostniki in področje pomoči z umetnostjo. Več sreče sem imela pri iskanju med tujimi viri. Povezava med

omenjenima področjema je v praksi lahko izredno plodovita, literatura v slovenščini pa razširja poznavanje pristopa med strokovnjaki, ki delujejo na področju oskrbe starejših.

Namen raziskave je ugotoviti, kako v dnevnem varstvu starejših ustvariti pogoje za izvedbo procesa pomoči z umetnostjo.

2.2 Raziskovalna vprašanja

Raziskava se ukvarja z vprašanji, kako ustvariti primerno okolje, kako prilagoditi naloge in material potrebam starejših in spreminjajoči se skupini dnevnega varstva, kako vzpostaviti delovni odnos z uporabniki, da jih delavnice spodbudijo in podprejo pri svobodnem ustvarjalnem izražanju, ter s kakšnim pristopom krepiti njihov občutek medsebojne povezanosti. Natančen opis izvedenega procesa pomoči lahko služi kot usmeritev za podobne oblike oskrbe starejših, v katerih mentorji želijo z ustvarjalno prakso podpreti svoje uporabnike.

Raziskovalna vprašanja s hipotezami:

1. Kako delavnice pomoči z umetnostjo spreminjajo razpoloženje uporabnikov dnevnega varstva?
   H1: Delavnice PzU spodbudijo pozitivno razpoloženje posameznikov.

2. Kako delavnice pomoči z umetnostjo spreminjajo občutek povezanosti med udeleženci?
   H2: Delavnice PzU krepijo občutek povezanosti med udeleženci.

3. Kako proces pomoči z umetnostjo spreminja samozavest udeležencev pri likovnem ustvarjanju?
   H3: V procesu delavnic PzU se samozavest udeležencev pri likovnem ustvarjanju poveča.

In še dve vprašanji, pri katerih zaradi pomanjkanja teoretičnega gradiva in njune specifike ne bom oblikovala hipotez:

4. Kako v dnevnem varstvu ustvariti primeren prostor za proces pomoči z umetnostjo?

5. Kako sta bila posamezna material in naloga sprejeta med udeleženci delavnic? (Podvprašanja: Katere prilagoditve so potrebovali? Kako jasne so jim bile ustvarjalne

smernice? Kako angažirani so bili pri posamezni delavnici? Kakšno evalvacijo so podali na material in nalogo?)

3 Metodologija

3.1 Vrsta raziskave

Raziskovala sem ustvarjalni proces, prilagoditve in odziv uporabnikov na šest delavnic pomoči z likovno umetnostjo, ki sem jih izvedla v dnevnem varstvu starejših. Raziskava je zasnovana kot mešana, kvalitativno-kvantitativna, saj v enem delu zbira številčne odgovore (količinsko ovrednoti opazovan pojav), v drugem delu pa z opazovanjem pridobiva besedne opise (kvalitativne podatke). Kvalitativno sem spremljala vse raziskovalne kategorije – osnovne podatke o udeležencih in njihov odnos do ustvarjanja, razpoloženje udeležencev na delavnicah, občutek povezanosti udeležencev, njihovo ustvarjalno samozavest in primernost ter ustrezno prilagojenost ustvarjalnih nalog. Večina podatkov je pridobljena s kvalitativno metodo, ker ta omogoča spremljanje bolj subtilnih sprememb omenjenih konstruktov v kontekstu raziskave. Kot pomembno dopolnilo sem uporabila tudi kvantitativno metodo (anketni vprašalnik), s katero sem spremljala spremembe razpoloženja, občutek povezanosti in mnenje o ustvarjalni nalogi, ki je povezano z vprašanjem primernosti in ustrezni prilagoditvi ustvarjalne naloge. Ob daljšem stiku z uporabniki dnevnega varstva v okviru prakse sem ugotovila, da bom neposredne informacije po vsaki delavnici od udeležencev zaradi časovne omejenosti najbolj učinkovito pridobila z zaprtim anketnim vprašalnikom, ki omogoča hitro pridobivanje pomembnih podatkov.

Uporabila sem tri kvalitativne in en kvantitativen merski instrument. Med uporabljenimi merskimi instrumenti so prevladovali kvalitativni, saj je izhodišče raziskave stvaren, praktičen problem, kako izvajati proces pomoči z umetnostjo v dnevnem varstvu starejših. Izbira merskih instrumentov je po Mesecu (1997, str. 6) skladna s temeljnim načelom kvalitativne raziskave, ki pravi, da se ta osredotoča na raziskovanje stvarnih problemov z upoštevanjem perspektive udeležencev. Uporabljene kvalitativne metode so: opazovanje z udeležbo med izvedbo delavnic, polstrukturiran intervju pred začetkom delavnic in dnevniški zapiski mojih izkušenj z vodenjem delavnic. Uporaba opisanih metod raziskovanja omogoča

odprtost za raznolike podatke o udeležencih, kar je ključno za natančnejši opis procesa pomoči. Zaradi pomanjkanja literature na raziskovalnem področju sem raziskavo začela z omejenim izhodiščnim razumevanjem metod pomoči z umetnostjo v izbranem okolju. Sekvenčno raziskovanje mi je omogočilo, da sem med izvedbo procesa pomoči znanje dopolnjevala s praktičnimi spoznanji in prilagajala raziskavo ter merske instrumente. Poleg kvalitativnih metod je uporabljen tudi kvantitativen merski instrument – anketni vprašalnik o splošnem razpoloženju pred delavnicami in po njih. Anketni vprašalnik je uporabljen komplementarno zgoraj opisanim kvalitativnim metodam. Kombinacije izbranih metod ne označujem kot triangulacijo, saj namen kvantitativnega dela ni izboljšati veljavnosti merskega postopka, ampak razširiti, pojasniti in obogatiti podatke, pridobljene s kvalitativnimi metodami (Lobe, 2006, str. 64).

3.2 Opredelitev pojmov

Raziskava se nanaša na teme pozitivnega in negativnega razpoloženja, socialne povezanosti in ustvarjalne samozavesti. Sledi opredelitev teh ključnih pojmov.

Pozitivno in negativno razpoloženje

V okviru raziskave pojem *razpoloženje* opredeljujem glede na definicijo SSKJ – kot duševno stanje, ki je posledica celotnega čustvenega doživljanja (Fran, b. d.). Na podlagi pozitivne psihologije (Cohn in Fredrickson) *pozitivno* in *negativno razpoloženje* razlikujem glede na prevladujoča čustva znotraj celotnega čustvenega doživljanja, ki se izražajo navzven z verbalnimi in neverbalnimi znaki. V *pozitivnem razpoloženju* prevladujejo pozitivna čustva, tj. prijetni in zaželeni odzivi, kot so zanimanje, veselje, zadovoljstvo, ljubezen ipd. *Pozitivno razpoloženje* je ključno za gradnjo medosebnih odnosov. V *negativnem razpoloženju* prevladujejo negativna čustva, torej neprijetni in nezaželeni odzivi na situacijo, kot so nezainteresiranost, utrujenost, vznemirjenje, zdolgočasenost ipd.

Socialna povezanost in krepitev občutka povezanosti

V raziskavi prevzemam koncept socialne povezanosti, ki sta ga s pregledom ključne gerontološke literature oblikovali O'Rourke in Sidani (2017). Po njunem zgledu *socialno povezanost* opredeljujem kot subjektivno nasprotje osamljenosti, torej kot posameznikovo zaznavo, da ima pomembne in podporne odnose z drugimi. Pomoč z likovno umetnostjo je v

tej raziskavi usmerjena v krepitev in poglabljanje medosebnih odnosov med posamezniki preko skupnih ustvarjalnih aktivnosti, ki spodbujajo socialne interakcije. S tem proces pomoči skuša *okrepiti občutek (socialne) povezanosti* med udeleženci, torej cilja na obe komponenti socialne povezanosti, ki ju navajata O'Rourke in Sidani (2017): njihovo skrb za druge in občutek, da drugi skrbijo zanje, ter občutek pripadnosti skupini (str. 1).

Ustvarjalna samozavest

V znanstveni literaturi se v povezavi z *ustvarjalno samopodobo* (angl. creative self--concept) izpostavlja dva koncepta, ki opisujeta posameznikovo ustvarjalno delovanje: *ustvarjalna samoučinkovitost* in *ustvarjalna osebna identiteta* (Bandura, 1997; Beghetto, 2006; Jaussi, Randel in Dionne, 2007, kot navaja Karwowski, 2016, str. 99).

Ker so v raziskovalni vzorec vključene osebe z demenco, sem se v povezavi z ustvarjalno samozavestjo odločila spremljati le aspekt *ustvarjalne samoučinkovitosti*, torej zaupanje udeležencev v lastne sposobnosti, da lahko uspešno opravljajo ustvarjalne naloge, ki so podane v procesu PzU (prirejeno po Karwowski, 2016, str. 99). V nasprotju s tem je aspekt *ustvarjalne osebne identitete* bolj trajen del samopodobe posameznika, ki zahteva dober spomin in zmožnost poglobljene samorefleksije, ki je osebe z demenco zaradi kognitivnih omejitev pogosto ne zmorejo. Zato je spremljanje *ustvarjalne samoučinkovitosti* v tej raziskavi primernejše, saj je bolj vezano na konkretno izkušnjo v delavnici in zato tudi bolj dosegljivo opazovanju.

V nadaljevanju naloge pojem *ustvarjalne samoučinkovitosti* enačim s pojmom *ustvarjalne samozavesti*, ker želim ugotovitve raziskave čim bolj razumljivo predstaviti strokovnim delavcem, ki niso seznanjeni s specifično strokovno terminologijo. Izraz *ustvarjalna samozavest* je bližji vsakdanjem jeziku in jasneje izraža, da gre za občutek zaupanja v svoje sposobnosti pri ustvarjanju.

3.3 Merski instrumenti in viri podatkov

V raziskavi sem oblikovala in uporabila naslednje **merske instrumente:**

- Kratek anketni vprašalnik o razpoloženju

Vprašalnik so udeleženci izpolnili tik pred koncem in ob koncu posamezne delavnice. Sestavljen je bil iz treh vprašanj:

Vprašanje 1: Kako se počutite ta trenutek?

Možni odgovori: Zelo slabo, slabo, nekaj vmes, dobro, zelo dobro.

Vprašanje 2: Kaj čutite ta trenutek?

Udeleženci so na prvi delavnici lahko v odgovoru izbirali med 17 čustvi: povezanost, pomirjenost, veselje, hvaležnost, zaupanje, navdušenje, moč, sočutje, strast, osamljenost, prestrašenost, nemoč, žalost, frustracija, zmedenost, razočaranje, ljubosumje in jeza.

Težko je bilo pravilno predvideti, ali je vprašanje ustrezno zasnovano, saj je stopnja pisnega razumevanja pri udeležencih različna. Ob prvem izpolnjevanju se je izkazalo, da so vprašalniki preveč kompleksni, saj več kot polovica udeležencev vprašanja ni razumela. Napako sem popravila pri naslednjih delavnicah, kjer sem udeležencem, ki so pri prvi delavnici imeli težave z vprašanjem o čustvih, ponudila preprostejšo verzijo vprašalnika, ki je vsebovala 4 vprašanja:

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE OSAMLJENO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE POVEZANO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE PRESTRAŠENO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE POMIRJENO? DA NE

Preostali udeleženci, ki so na prvi delavnici razumeli anketni vprašalnik o počutju in ga zmogli samostojno reševati, so tudi v preostalih delavnicah izpolnili prvotni vprašalnik, kot je prikazan zgoraj (neprilagojena različica). Prilagoditev merskega instrumenta med raziskavo lahko vpliva na rezultate prve delavnice.

Vprašanje 3: Kakšna se vam je zdela današnja likovna delavnica?

Možni odgovori: Ni mi bila všeč, nekaj vmes, bila mi je všeč.

Tretje vprašanje sem dodala po prvi delavnici, saj sem ugotovila, da časovno ne bom uspela narediti dovolj obsežne ustne evalvacije z vsemi udeleženci. Vprašanje je bilo na anketnem vprašalniku, ki so ga udeleženci rešili ob koncu delavnice.

- Obrazec za opazovanje z udeležbo

Opazovalni obrazec je bil razdeljen na 4 faze opazovanja: pred delavnico, med delavnico, med evalvacijo in po delavnici. Zadnji fazi sta časovno pogosto sovpadali. Opazovalne kategorije so se nanašale na razpoloženje, obrazne izraze, telesno držo, interakcije z drugimi udeleženci, prvi odziv na ustvarjalno nalogo, samostojnost in zbranost pri ustvarjanju, soočanje s težavami pri ustvarjanju, samoevalvacijo izdelka, sprejemanje povratnih informacij in interes za podobne aktivnosti v prihodnje. Vsaka kategorija je vsebovala specifične kazalnike vedenja ali neverbalnih znakov komunikacije.

- Vodila z vprašanji za polstrukturiran uvodni intervju

Vprašanja so se nanašala na teme splošnega počutja, ustvarjalne samozavesti, preteklih ustvarjalnih izkušenj, občutka povezanosti z drugimi uporabniki dnevnega varstva, prostorskih preferenc pri ustvarjanju, samozavesti pri izražanju in odnosa do ustvarjalne aktivnosti. Uvodne intervjuje sem z udeleženci izvedla v dveh tednih pred začetkom ustvarjalnih delavnic.

- Vodila z vprašanji za evalvacijo po delavnici

Po vsaki delavnici sem z udeleženci izvedla kratko evalvacijo procesa ustvarjanja. Obsežnost evalvacije je bila odvisna od preostalega časa na delavnici. Osredotočala sem se predvsem na vprašanja o ustvarjalnem procesu in odnosu do izdelka. Vodila so me spodnja vprašanja, ki sem jih na posamezni delavnici konkretizirala:

  - Povejte mi malo, kako ste ustvarjali.
  - Kakšen se vam je zdel današnji material?
  - Kakšen se vam zdi vaš izdelek?
  - Kaj vam je (najbolj) všeč na izdelku?/Kateri del izdelka vam je všeč?
  - Kako ste izbrali določeno barvo ali element izdelka?
  - Kako ste se počutili v ustvarjalnem procesu?

Merski instrumenti so priloženi v Prilogi A.

Uporabljeni viri podatkov:

1) Likovni izdelki, nastali na delavnicah
2) Dnevniški zapiski

Izbiro merskih instrumentov in virov podatkov je vodila predvsem želja opolnomočiti udeležence, da v raziskavi sami predstavijo svoj položaj. Izbrani instrumenti omogočajo neposredno pridobivanje podatkov od raziskovanih udeležencev delavnic, kar dopolnjujejo podatki, pridobljeni z opazovanjem z udeležbo. Ob izdelavi anketnih vprašalnikov o razpoloženju sem jezik ohranila preprost in jasen, da so ga lahko razumeli tudi udeleženci z naprednejšo obliko demence.

3.4 Opredelitev enot raziskovanja – populacija, vzorec

Populacija raziskave so uporabniki Dnevnega varstva starejših Šiška, ki je ločena enota DSO (skupno 25 uporabnikov), na dan 30. 10. 2024. Uporabniki so starejši od 65 let, kar je pogoj za vključitev v dnevno varstvo. Ob vpisu v dnevno varstvo so uvrščeni v oskrbo I, ki je primerna za uporabnike, ki ne potrebujejo neposredne osebne pomoči. Ker se njihovo zdravstveno stanje v letih spreminja, lahko kasneje potrebujejo pomoč pri nekaterih osebnih opravilih (hranjenju, toaleti ipd.). V populaciji je 22 žensk in 3 moški.

Vzorec je neslučajnostni, priročni, saj so udeleženci raziskave tisti uporabniki, ki so bili na izbrani dan v tednu, ko so se izvajale delavnice, prisotni v dnevnem varstvu in so podali soglasje za udeležbo v raziskavi. Vzorec tako predstavlja 12 uporabnikov dnevnega varstva v starosti med 78 in 89 let. Med njimi je 10 žensk in 2 moška. Vsi udeleženci niso sodelovali na vseh šestih delavnicah zaradi odsotnosti iz dnevnega varstva ali drugih razlogov. Tabeli 1 in 2 prikazujeta udeležbo na posameznih delavnicah in frekvenčno analizo števila sodelujočih udeležencev.

Tabela 1: Sodelujoči udeleženci iz vzorca na posameznih delavnicah PzU

Sodelovanje na delavnicah (število udeležencev)	**Prva delavnica**	**Druga delavnica**	**Tretja delavnica**	**Četrta delavnica**	**Peta delavnica**	**Šesta delavnica**
Sodelujoči	11	10	10	9	10	9
Prisotni in nesodelujoči	0	2	1	2	1	2
Odsotni	1	0	1	1	1	1

Tabela 2: Frekvenčna analiza prisotnosti udeležencev na delavnicah PzU

Sodelovanje na delavnicah	**Število sodelujočih udeležencev (f)**
Na šestih delavnicah	5
Na petih delavnicah	4
Na štirih delavnicah	1
Na treh delavnicah	1
Na dveh delavnicah	1
Na eni delavnici	0

Spodnja tabela 3 predstavlja prisotnost in pripravljenost za sodelovanje posameznih udeležencev na ustvarjalnih delavnicah v okviru raziskave. Sodelovanje sta največkrat odklonili udeleženka 1 in udeleženka 9, enkrat ga je odklonil udeleženec 12. Ostale odsotnosti od delavnic so posledica celodnevne odsotnosti iz dnevnega varstva.

Tabela 3: Prisotnost udeležencev in pripravljenost za sodelovanje

Prisotnost	**Število udeleženih delavnic**	**Prva delavnica**	**Druga delavnica**	**Tretja delavnica**	**Četrta delavnica**	**Peta delavnica**	**Šesta delavnica**
Udeleženka 1	3	S	NS	NS	NS	S	S
Udeleženka 2	5	O	S	S	S	S	S
Udeleženec 3	6	S	S	S	S	S	S
Udeleženka 4	6	S	S	S	S	S	S
Udeleženka 5	6	S	S	S	S	S	S
Udeleženka 6	5	S	S	S	S	O	S
Udeleženka 7	5	S	S	O	S	S	S
Udeleženka 8	6	S	S	S	S	S	S
Udeleženka 9	2	S	NS	S	NS	NS	NS
Udeleženka 10	6	S	S	S	S	S	S
Udeleženka 11	4	S	S	S	O	S	NS
Udeleženec 12	5	S	S	S	S	S	O

Legenda: S = sodeloval/-a; NS = ni sodeloval/-a; O = odsotna/odsoten iz dnevnega varstva.

Ker udeleženci niso bili na poseben način izbrani iz populacije uporabnikov dnevnega varstva, se postavlja vprašanje, ali ugotovitve raziskave lahko posplošimo na širšo populacijo. Raziskava se ukvarja z vplivom procesa pomoči z umetnostjo na razpoloženje, povezanost in ustvarjalno samozavest starejših. Predmet raziskave je torej sorazmerno stabilen način delovanja človekove duševnosti. Mesec (1997, str. 52) v tem primeru ne zavrača možnosti posplošitve ugotovitev na širšo populacijo. Ugotovitve raziskave so lahko razmeroma uporabne za uporabnike podobnih oblik institucionalne oskrbe, torej uporabnike drugih dnevnih varstev in vsaj v določenem obsegu tudi domov za starejše.

Menim, da izbira populacije in vzorca te raziskave nima bistvenega vpliva na kakovost raziskave, saj poglobljena kvalitativna raziskava zaradi omejenosti raziskovalnega časa in sredstev od raziskovalca običajno zahteva vzorčenje. Zaradi predhodnega dela v dnevnem varstvu, ki sem ga izbrala za populacijo, bom kot raziskovalka in izvajalka procesa pomoči postavljena v podoben položaj kot strokovne delavke, ki bodo ugotovitve raziskave lahko uporabile pri delu s primerljivimi skupinami. Priročnost vzorca zato dodaja vrednost raziskavi v smislu njene uporabnosti.

3.5 Zbiranje podatkov

Raziskava je potekala v obliki sekvenčne analize. Podatki so bili zbrani iz dvožariščne perspektive: raziskovalne in uporabniške. Upoštevanje različnih perspektiv Mesec (1997, str. 9) postavlja za strateško načelo kvalitativnega raziskovanja. Komunikacija z udeleženci raziskave je bila osebna. Delavnice so se izvajale šest zaporednih tednov, enkrat tedensko v novembru in decembru 2024.

V dveh tednih pred začetkom delavnic sem izvedla polstrukturiran intervju z vsakim uporabnikom, ki je dnevno varstvo običajno obiskoval na izbrani dan in je soglašal z udeležbo v raziskavi. Izbrana metoda mi je omogočila prilagajanje vprašanj razumevanju posameznih udeležencev.

Med izvedbo posameznih delavnic je raziskovalna asistentka zapisovala opažanja po metodi opazovanja z udeležbo na prej pripravljene opazovalne obrazce. Te podatke sem dopolnila s svojimi dnevniškimi zapiski o izvedbi delavnic. Metoda opazovanja z udeležbo vsebuje zbiranje podatkov z neposrednim čutnim zaznavanjem, kar omogoča realističen in živ vtis o celoti prepletenih dogajanj v procesu pomoči (Mesec, 1997, str. 57).

Anketni vprašalnik z vprašanji o razpoloženju je bil uporabljen v dveh fazah: pred vsako delavnico in po njej. Metoda omogoča hitro in neposredno pridobivanje podatkov od udeležencev. Po vsaki delavnici je bila s sodelujočimi udeleženci individualno izvedena kratka evalvacija procesa ustvarjanja ob prisotnosti drugih uporabnikov dnevnega varstva. V ustvarjalne delavnice so bili vključeni vsi prisotni uporabniki dnevnega varstva, spremljajoči podatki o procesu ustvarjanja pa so zbrani le za uporabnike, ki so soglašali z udeležbo v raziskavi.

3.6 Obdelava in analiza podatkov

Kvalitativna analiza uvodnih intervjujev

Zvočne posnetke uvodnih intervjujev sem s transkripcijo prenesla v pisno obliko. Besedilo sem anonimizirala in ločila na posamezne izjave. Iz celotnih pogovorov sem izključila vsebino, ki se ni nanašala na zastavljena vprašanja. Vsakemu udeležencu sem za namen odprtega kodiranja določila zaporedno črko abecede in njegove izjave označila s

kombinacijo črke (označuje udeleženca) in številke (označuje zaporedno številko izjave udeleženca). Tabela odprtega kodiranja je v prilogi B. Izjave sem nato kvalitativno analizirala z metodama odprtega in osnega kodiranja ter ugotovitve predstavila v vsebinsko ustreznih poglavjih rezultatov.

Tabela 4: Označba izjav posameznih udeležencev v uvodnem intervjuju

	Označba izjav udeleženca
Udeleženka 1	A1–A82
Udeleženka 2	B1–B18
Udeleženec 3	C1–C23
Udeleženka 4	D1–D30
Udeleženka 5	E1–E20
Udeleženka 6	F1–F31
Udeleženka 7	G1–G27
Udeleženka 8	H1–H32
Udeleženka 9	I1–I35
Udeleženka 10	J1–J26
Udeleženka 11	K1–K24
Udeleženec 12	L1–L28

Empirično gradivo je urejeno v naslednje vsebinske sklope:

1) **Izvedba delavnic**

   Dnevniški zapiski o načrtu in izvedbi delavnic so urejeni v poglavju *Izvedba delavnic*, v katerem so opisani cilji, oblike in metode dela ter material posameznih delavnic. Priloženo je slikovno gradivo z izdelki udeležencev in opisani odzivi na evalvacijska vprašanja.

2) **Spremembe razpoloženja in povezanosti (preverjanje H1 in H2)**

   S frekvenčno analizo je predstavljena skupna pojavnost kazalnikov razpoloženja, pozitivnih in negativnih čustev ter kazalnikov socialnih interakcij na posamezni delavnici in izdelana primerjava s podatki preostalih delavnic.

3) **Individualni pregled procesa ustvarjanja in učinki procesa PzU na ustvarjalno samozavest udeležencev (preverjanje H3)**

V tem poglavju so predstavljene osnovne informacije o ustvarjalni naravnanosti posameznega udeleženca, pridobljene z uvodnim intervjujem. Na podlagi opazovalnih podatkov in dnevniških zapiskov je na kratko opisan individualni ustvarjalni proces udeleženca s poudarkom na spremembah ustvarjalne samozavesti in primernosti ter ustrezne prilagojenosti ustvarjalne naloge. Vključena je tudi frekvenčna analiza kazalnikov ustvarjalne samozavesti (opredeljeni v nadaljevanju), ki služi kot dopolnilo pri interpretaciji opazovalnih podatkov za posamezne udeležence. Priloženo je slikovno gradivo, ki prikazuje izdelke posameznega udeleženca.

4) **Ustvarjanje podpornega prostora za PzU v dnevnem varstvu starejših**

V tem poglavju izhajam iz uvodnih intervjujev in dnevniških zapiskov o primernosti prostora dnevnega varstva starejših za izvedbo procesa PzU, ki jo podkrepim z ugotovitvami iz pregleda literature.

5) **Sprejemanje ustvarjalnih nalog in potrebne prilagoditve (peto raziskovalno vprašanje)**

Poglavje vsebuje frekvenčno analizo kazalnikov primernosti in prilagojenosti ustvarjalne naloge (opredeljeni v nadaljevanju) ter interpretacijo razlik teh kazalnikov med posameznimi delavnicami. Vključuje tudi frekvenčno analizo odgovorov na anketno vprašanje o mnenju o delavnicah.

3.6.1 Operacionalizacija hipotez in opazovalne kategorije

Za boljšo preglednost rezultatov sem oblikovala kriterije za preverjanje hipotez in opredelila kazalnike pri posameznih kategorijah opazovanja, ki jih predstavljam v nadaljevanju.

i) Operacionalizacija hipoteze 1: Delavnice PzU spodbudijo pozitivno razpoloženje posameznikov

Kazalniki razpoloženja

Pri opazovanju se raziskava v povezavi s H1 osredotoča na prisotnost kazalnikov razpoloženja. Razpoloženje je bilo opazovano v treh fazah – pred delavnico, med njo in po njej. V Tabeli 4 opredeljujem kazalnike razpoloženja, ki se v nekaterih delih prekrivajo z zgoraj omenjenimi čustvi. Poudarjam, da gre tu zgolj za interpretacijo prevladujočega, navzven

izraženega čustvenega doživljanja udeleženca v posamezni fazi opazovanja. Spremembe kazalnikov razpoloženja je potrebno interpretirati v kontekstu ustvarjalne delavnice in procesa pomoči.

Tabela 5: Kazalniki pozitivnega in negativnega razpoloženja v opazovalnih obrazcih

Kazalniki razpoloženja	
Kazalniki pozitivnega razpoloženja	mirna sproščenost, radovednost, veselje, zadovoljstvo, nasmehi, nevtralni obrazni izrazi, sproščena, odprta telesna drža
Kazalniki negativnega razpoloženja	nezainteresiranost, utrujenost, vznemirjenje, zdolgočasenost, zaskrbljeni obrazni izrazi, napeta, zaprta telesna drža

Kategoriji pozitivnih in negativnih čustev

Izbrana čustva sem po zgledu pozitivne psihologije za namen raziskave razdelila v dve kategoriji: pozitivna in negativna; predstavljena so v Tabeli 5 (Glej poglavje opredelitev pojmov).

Tabela 6: Kategoriji pozitivnih in negativnih čustev

Kategorizacija čustev	
Pozitivna čustva	povezanost, pomirjenost, veselje, hvaležnost, zaupanje, navdušenje, moč, sočutje, strast
Negativna čustva	osamljenost, prestrašenost, nemoč, žalost, frustracija, zmedenost, razočaranje, ljubosumje, jeza

Hipoteza 1 je potrjena, če v štirih od šestih delavnic PzU:

- vsaj 60 % udeležencev posamezne delavnice na anketnem vprašalniku na vprašanje, kako se počuti ta trenutek, poroča o boljšem razpoloženju v fazi po delavnici glede na fazo pred delavnico
- in/ali če frekvenčna analiza odgovorov na vprašanje anketnega vprašalnika, kaj anketirani čuti ta trenutek, v fazi po delavnici glede na fazo pred njo pokaže večjo skupno pojavnost pozitivnih čustev in/ali manjšo pojavnost negativnih čustev
- in/ali če frekvenčna analiza podatkov, pridobljenih z opazovanjem, pokaže, da se v fazi med in/ali po delavnici glede na fazo pred delavnico:

– skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja poveča

– in/ali pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja zmanjša.

ii) Operacionalizacija hipoteze 2: Delavnice PzU krepijo občutek povezanosti med udeleženci.

Kazalniki socialnih interakcij

Socialna povezanost je po definiciji subjektivna ocena, notranje doživljanje posameznika (O'Rourke in Sidani, 2017) in je opazovanju zato do velike mere nedostopna. Povezanost ima tudi vedenjski izraz, ki je viden v spremembah socialnih interakcij. Na podlagi njihovega spremljanja lahko posredno raziskujemo vpliv delavnic PzU na občutek povezanosti med udeleženci (R2). V ta namen sem opredelila kazalnike socialnih interakcij, to so pričakovane oblike socialnega vedenja udeležencev na delavnicah. Interakcije sem razdelila v dve kategoriji: povezovalne interakcije in interakcija umika. Povezovalne interakcije opredeljujem kot tiste socialne interakcije, pri katerih je prisotna verbalna komunikacija ali je neverbalno izraženo zanimanje za druge z iskanjem očesnega stika ali opazovanjem dejavnosti drugih. Pri interakciji umika je neverbalno izražena zaprtost za povezovanje z drugimi z zadržanostjo, odsotnostjo verbalne komunikacije in usmerjenostjo vase, v »svoj svet«. Obe kategoriji interakcij sta prikazani v Tabeli 6.

Tabela 7: Kazalniki socialnih interakcij

Kazalniki socialnih interakcij	
Povezovalne interakcije	izmenjevanje mnenj ali komentarjev o delu, iskanje očesnega stika z drugimi, opazovanje izdelkov drugih, pogovor, pohvala delu drugih, obračanje k drugim
Interakcija umika	zadržanost zase v tišini

Hipoteza 2 je potrjena, če v štirih od šestih delavnic:

- frekvenčna analiza podatkov, pridobljenih z opazovanjem pokaže, da se v fazi med delavnico in/ali po njej glede na fazo pred delavnico:
  - skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča
  - in/ali skupna pojavnost interakcije umika zmanjša

- in/ali če frekvenčna analiza odgovorov na vprašanje anketnega vprašalnika, kaj čutite ta trenutek, v fazi po delavnici glede na fazo pred delavnico:
  - pokaže večjo skupno pojavnost čustev povezanosti, sočutja in zaupanja
  - in/ali manjšo skupno pojavnost čustva osamljenosti.

iii) Operacionalizacija hipoteze 3: V procesu delavnic PzU se samozavest udeležencev pri likovnem ustvarjanju poveča.

Kazalniki ustvarjalne samozavesti

Tabela 8: Kazalniki ustvarjalne samozavesti

Kazalniki ustvarjalne samozavesti	
Pripravljenost za sodelovanje pri ustvarjalni delavnici	– zavrne sodelovanje – sprejme ustvarjalno nalogo
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	– navdušenje – nevtralna reakcija – odpor do naloge – skrb glede svojih likovnih sposobnosti
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	– obrne se k drugim po nasvet ali mnenje – prosi za pomoč – poskuša težave rešiti sam – preneha z delom
Odnos do izdelka	– ponos – zadovoljstvo – nezadovoljstvo – sram ali negotovost
Opažanje napak na izdelku	– vidi napake in jih sprejema kot del procesa – ne omenja napak in kaže zadovoljstvo – zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami
Odziv na pohvalo	– pohvalo sprejme navdušeno – pohvalo sprejme zadržano – pohvalo zavrne ali zmanjša njen pomen
Učinek pohvale na samozavest	– zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest – na samozavest ni opaznega vpliva – pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje

Hipoteza 3 je potrjena, če na podlagi podatkov, pridobljenih z opazovanjem kazalnikov ustvarjalne samozavesti, interpretiranih skozi dnevniške zapiske, lahko sklepamo, da se je 7 od 12 udeležencev v procesu delavnic PzU povečala samozavest pri likovnem ustvarjanju.

Da lahko sklepamo na povečanje ustvarjalne samozavesti posameznega udeleženca, moramo med procesom PzU v opazovalnih podatkih opaziti vsaj 2 od spodnjih premikov:

- Povečanje pripravljenost udeleženca za sprejemanje ustvarjalnih nalog,
  če opazimo, da se v procesu PzU:
  - prvi odziv na ustvarjalno nalogo delavnice spremeni iz odpora do naloge ali skrbi glede svojih ustvarjalnih sposobnosti v nevtralno reakcijo ali navdušenje
  - in/ali reakcija zavrnitve delavnice in umika se spremeni v sodelovanje pri ustvarjanju
  - in/ali soočanje s težavami pri ustvarjanju se spremeni iz prenehanja z delom v obračanje k drugim po nasvet, prošnjo za pomoč ali samostojno reševanje težav.
- Izboljšanje odnosa udeleženca do lastnega izdelka,
  če opazimo, da se začetni občutki sramu, negotovosti ali nezadovoljstva glede lastnega izdelka kasneje v procesu spremenijo v zadovoljstvo in/ali ponos glede izdelka.
- Izboljšanje odnosa udeleženca do napak na izdelku,
  če opazimo, da se začetna zahteva po popolnosti in nesprejemanje napak na izdelku v PzU spremeni v odsotnost omembe napak in zadovoljstvo z izdelkom ali sprejemanje napak kot del ustvarjalnega procesa.
- Izboljšanje odziva na pohvalo,
  - če opazimo, da se začetno zavračanje ali zmanjševanje pomena pohvale za izdelek pri udeležencu v procesu PzU spremeni v zadržano ali navdušeno sprejemanje pohvale
  - in/ali če opazimo, da se začetni odziv zadrege in nelagodja ob pohvali za izdelek pri udeležencu v procesu PzU spremeni v bolj nevtralen odziv (ne opazimo učinka pohvale na samozavest) ali oceno, da je pohvalo sprejel in jo ponotranjil (se zdi, da mu pohvala dvigne samozavest).

Kot podporo pri interpretaciji analize učinka procesa PzU na ustvarjalno samozavest udeležencev bom uporabila frekvenčne analize posameznih kazalnikov in njihovo primerjavo med delavnicami.

Utemeljitev kazalnikov ustvarjalne samozavesti

- Povečanje pripravljenost udeleženca za sprejemanje ustvarjalnih nalog v procesu PzU opazujemo s tremi kazalniki ustvarjalne samozavesti: pripravljenost za sodelovanje pri ustvarjalni delavnici, prvi odziv na ustvarjalno nalogo in soočanje s težavami pri ustvarjanju. Vsi trije kazalniki odražajo motivacijo in angažiranost udeleženca za ustvarjanje, ki je odvisna od različnih dejavnikov, zagotovo pa tudi od ustvarjalne samozavesti udeleženca. *Pripravljenost udeleženca*, *da sprejme povabilo k ustvarjalni delavnici,* odraža njegovo zaupanje v lastno sposobnost soočenja z ustvarjalno nalogo in zanimanje za ustvarjalne aktivnosti. Zavrnitev sodelovanja lahko pomeni zaznavo lastnih omejitev ali strah pred neuspehom, kar je značilno za nizko ustvarjalno samozavest, lahko pa zgolj pomeni nezainteresiranost za ustvarjanje v danem trenutku, ki je lahko povezana z osebnimi preferencami ali s trenutnim zdravstvenim stanjem. *Prvi odziv na ustvarjalno nalogo* udeleženca odraža njegovo notranjo naravnanost do ustvarjanja in samooceno lastnih ustvarjalnih sposobnosti. Odziv navdušenja pomeni višjo ustvarjalno samozavest, splošno visoko motiviranost za organizirane dejavnosti dnevnega varstva ali povezanost s preteklo podobno ustvarjalno izkušnjo, ki jo je udeleženec doživel kot pozitivno. Nevtralen odziv interpretiram kot indiferentnost do naloge, a hkrati pripravljenost za ustvarjalne izzive, odpor in/ali skrb do lastnih ustvarjalnih sposobnosti pa kot izraz nižje ustvarjalne samozavesti in strahu pred razkritjem pomanjkljivosti. Način *soočanja s težavami pri ustvarjanju* odraža angažiranost udeleženca za dokončanje izdelka in hkrati stopnjo ustvarjalne samozavesti udeleženca. Posamezniki z višjo ustvarjalno samozavestjo prepoznajo težave pri ustvarjanju kot del procesa in se nanje odzovejo konstruktivno s samostojnim iskanjem rešitev, prošnjo za nasvet ali pomoč. Posamezniki z nižjo ustvarjalno samozavestjo pa ob težavah doživijo večjo frustracijo, ki lahko vodi v prekinitev ustvarjanja.
- Izboljšanje odnosa udeleženca do lastnega izdelka

  Odnos do končnega izdelka je pomemben kazalnik ustvarjalne samozavesti udeležencev, saj odraža način, kako udeleženci vrednotijo svoje ustvarjalno delo. Čustveni odziv na končni izdelek neposredno kaže, kako so udeleženci doživeli svojo ustvarjalno izkušnjo. Pozitiven odnos do izdelka, ki je izražen s *ponosom in/ali*

zadovoljstvom, lahko razumemo kot izraz zaupanja v svoje ustvarjalne sposobnosti in občutek uspeha pri ustvarjanju. To prispeva k večji pripravljenosti za prihodnje ustvarjalne izzive. Negativen odnos do izdelka, kot so *nezadovoljstvo, sram in negotovost*, pa kaže na občutek nekompetentnosti pri ustvarjanju, visoko stopnjo samokritičnosti in morebitno manjšo pripravljenost za prihodnje ustvarjalne izzive.

- Izboljšanje odnosa udeleženca do napak na izdelku

  Odnos udeležencev do napak na lastnem izdelku kaže na njihov odnos do ustvarjalnega procesa in stopnjo njihove ustvarjalne samozavesti. *Opažanje napak na izdelku in njihovo sprejemanje kot del ustvarjalnega procesa* kaže na visoko stopnjo ustvarjalne samozavesti in pozitivno doživljanje ustvarjalnega procesa. Pomeni, da udeleženec kljub opaženim napakam ohrani zadovoljstvo z izdelkom in od sebe ne zahteva popolnosti. Na napake se ne odzove s sramom, ampak z njihovim sprejemanjem, kar omogoča njegov nadaljnji ustvarjalni razvoj. *Odsotnost omenjanja napak in hkrati opaženo zadovoljstvo* ima lahko več možnih pomenov. Lahko pomeni, da udeleženec »estetskih napak« na izdelku ne opazi, kar je lahko posledica njegovih kognitivnih omejitev. Zadovoljstvo udeleženca kljub temu kaže na njegovo pozitivno doživljanje ustvarjalnega procesa, ki je pomembno za razvoj njegove ustvarjalne samozavesti. Po drugi strani pa lahko pomeni, da udeleženec napake opazi, vendar ni obremenjen z njimi in je bolj osredotočen na proces ustvarjanja kot na popolnost izdelka. Takšna naravnanost odraža visoko stopnjo ustvarjalne samozavesti. *Zahtevanje popolnosti in nesprijaznjenost z napakami* kažeta na visoko stopnjo samokritičnosti in verjetno pomenita, da je ustvarjalna samozavest udeleženca nizka. Udeleženec, ki je do sebe zelo samokritičen, verjetno proces ustvarjanja doživlja bolj negativno in se ob (pričakovanem) neuspehu umakne iz ustvarjalnega procesa.

- Izboljšanje odziva udeleženca na pohvalo

  Odziv na pohvalo in njen opazen učinek na samozavest udeleženca predstavljata pomemben kazalnik njegove ustvarjalne samozavesti. Pohvala je lahko za osebe z nizko ustvarjalno samozavestjo neprijetna ali neprepričljiva, medtem ko jo osebe z boljšo ustvarjalno samozavestjo lažje sprejemajo in uporabijo za podporo svojemu ustvarjalnemu razvoju.

iv) Opazovalne kategorije za peto raziskovalno vprašanje: Kako sta bila posamezna material in naloga sprejeta med udeleženci delavnic?

V povezavi s petim raziskovalnim vprašanjem sem oblikovala kazalnike primernosti in prilagojenosti ustvarjalne naloge, ki omogočajo spremljanje odzivov udeležencev na posamezne materiale in naloge ter ugotovitve o njihovi primernosti in ustrezni prilagojenosti ter strukturi.

Tabela 9: Kazalniki primernosti in prilagojenosti ustvarjalne naloge

Kazalniki primernosti in prilagojenosti ustvarjalne naloge	
Začetek ustvarjanja	– potrebuje spodbudo, da začne – potrebuje veliko pomoči in usmeritev za začetek – brez težav se loti ustvarjanja
Samostojnost pri ustvarjanju	– kaže negotovost pri ustvarjanju – izraža samozavest in zaupanje v svoje ustvarjalne odločitve
Zbranost pri ustvarjanju	– zbran, osredotočen na nalogo – občasno odvrača pozornost, vendar se vrne k nalogi – večino časa ni osredotočen na nalogo
Interes za prihodnje podobne izkušnje	– izraža interes za podobne delavnice – kaže odpor ali nezainteresiranost za prihodnje podobne izkušnje – nevtralen odziv brez posebnega izraza interesa ali odpora

Utemeljitev kazalnikov primernosti in prilagojenosti ustvarjalne naloge

- <u>Začetek ustvarjanja</u>

Način, kako hitro in samostojno se udeleženec loti ustvarjanja, odraža predvsem razumljivost podanih navodil in zanimivost ustvarjalnega materiala ter naloge za udeležence. Hkrati lahko odraža tudi stopnjo ustvarjalne samozavesti udeležencev. Če večina udeležencev delavnice potrebuje veliko pomoči in usmeritev za začetek ustvarjanja, to pomeni, da navodila niso bila podana na ustrezen, dovolj razumljiv način ali da je ustvarjalna naloga v danem kontekstu prezahtevna. Če večina udeležencev delavnice potrebuje dodatno spodbudo, da začne z ustvarjanjem, to lahko odraža začeten odpor do materiala ali smiselnosti ustvarjalne naloge. Windle in drugi (2017) poudarjajo, da ustvarjalna intervencija za udeležence predstavljati provokativno in stimulativno estetsko izkušnjo (str. 704). V primeru, da rezultati pokažejo na veliko potrebo po individualni spodbudi za začetek ustvarjanja v posamezni delavnici, je smiselno razmisliti o prilagoditvi

naloge na način, da bo bolj intuitivna in spodbudna že v svoji osnovni zasnovi. To lahko vključuje uporabo materialov, ki so udeležencem bolj poznani in jih povezujejo s pozitivnimi preteklimi izkušnjami, ali pa oblikovanje uvodnega dela delavnice, ki udeležence najprej varno uvede v ustvarjalno nalogo preko demonstracije.

- Samostojnost pri ustvarjanju

Kazalnik samostojnosti pri ustvarjanju pokaže, ali je naloga po zahtevnosti prilagojena do te mere, da omogoča posamezniku angažirano in neodvisno sodelovanje pri ustvarjanju brez pretirane odvisnosti od pomoči mentorja. Če udeleženec med ustvarjanjem pogosto izraža negotovost, to pomeni, da naloga presega trenutne sposobnosti posameznika, ali pa da ni dovolj jasno, kaj se od njega pričakuje v posameznem koraku. V primeru, da pri posamezni delavnici večina udeležencev med ustvarjanjem izraža negotovost, je pomembno usmeriti pozornost k dodatni demonstraciji tehnike ali razdeliti nalogo na manjše in jasnejše korake, lahko pa to tudi pomeni, da je naloga v danem kontekstu prezahtevna.

- Zbranost pri ustvarjanju

Zbranost pri ustvarjanju kaže na stopnjo angažiranosti udeležencev pri posameznih delavnicah. Večja osredotočenost na ustvarjalno nalogo pomeni, da je ta pri udeležencih spodbudila aktivnejšo vključenost v ustvarjalni proces. Občasno ali pogosto odvračanje pozornosti od naloge je lahko posledica manjšega zanimanja za likovni material in tehniko, slabe prilagojenosti naloge ali pa posledica drugih dejavnikov, kot so kognitivne omejitve udeležencev.

- Interes za podobne prihodnje izkušnje

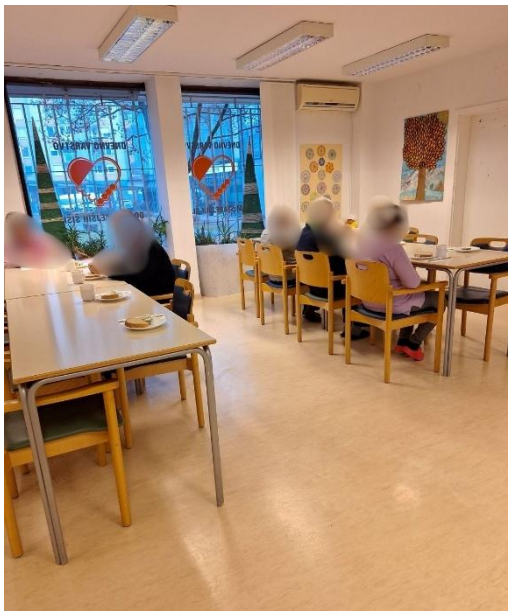
Kazalnik interesa udeležencev za podobne ustvarjalne izkušnje v prihodnosti odraža uspešnost delavnice z vidika ustrezne prilagoditve delavnice in smiselnosti ter zanimivosti ustvarjalne naloge in materiala. Je dopolnilo mnenju udeležencev o delavnicah, ki so ga lahko izrazili na anketnem vprašalniku po delavnici in kot táko kaže na to, ali je opazovalka pravilno zaznala in interpretirala neverbalne znake zanimanja ali nezanimanja pri udeležencih med ustvarjalnim procesom.

4 Rezultati

4.1 Izvedba delavnic

Delavnice so potekale med 10.30 in 12. uro na izbrani dan v tednu. Dolžina delavnice se je izkazala za ustrezno, saj je omogočala izvedbo začetnega sproščanja, dokončanje večine izdelkov in individualno usmerjanje ter pomoč pri ustvarjanju.

Delavnice so potekale v prostoru dnevnega varstva, prikazanem na sliki, ki služi kot dnevna soba in jedilnica. Mize so bile razporejene tako, kot prikazuje slika – dve omizji, vsaka je imela 16 mest, vendar niso bila vsa zapolnjena. Takšna razporeditev je omogočala samostojno ustvarjanje in delo v manjših skupinah. Udeleženci imajo večinoma svoja stalna mesta, ki jih neradi menjajo, kar sem upoštevala pri izvedbi delavnic. V primeru sodelovalnih nalog, pri katerih je bila potrebna prilagoditev sedežnega reda, sem to izvedla glede na želje uporabnikov, ki so bolj navezani na svoja mesta. Dnevno varstvo ima še en prostor z manjšo mizo, ki je povezan z vhodom, in spalnico. Udeleženci, ki so zavrnili sodelovanje pri ustvarjanju, so se na delavnicah po želji lahko umaknili v ta dva dodatna prostora.



Slika 1: Prostor izvedbe delavnic

4.1.2 Prva delavnica – Risanje portretov

Cilji: soočanje s strahom pred neuspehom, opazovanje drugega udeleženca, spodbujanje komunikacije med udeleženci, medsebojno spoznavanje.

Oblike in metode dela: individualno delo, delo v paru, likovno praktično delo, pogovor, neverbalna komunikacija, evalvacija procesa dela.

Material: A4-list papirja, voščenke, barvice, kolaž papir, škarje, lepilo.

Pred začetkom delavnice sem udeležence razdelila v pare tako, da so sedeli nasproti drug drugemu. Na mize sem razdelila likovni material. Za glasbeno podlago sem predvajala klasično glasbo iz obdobja impresionizma, ki se je izkazala za preveč stimulativno, zato sem jo na delavnici zamenjala za preprostejše klavirske melodije.

Za začetno sproščanje in povezovanje s telesom smo naredili samomasažo telesa, ki ji je sledila kratka meditacija z usmerjanjem pozornosti na zvoke v okolici. Naredili smo povezovalno vajo, tako da so udeleženci v parih hkrati naredili pet globokih vdihov in izdihov. To jih je vpeljalo v opazovanje, ki je bilo bistveno za ustvarjano nalogo.

Da bi premostili začetni strah pred materialom, sem vsakemu paru razdelila A3-list in jih spodbudila, naj izmenično z barvicami nanj rišejo vzorce. Vaja jih je na začetku nekoliko zmedla in slišati je bilo nekaj izrazov odpora. Nekateri pari so se brez težav lotili risanja, tistim, ki naloge niso razumeli, pa sem jo še enkrat razložila individualno in jih spodbudila k začetku risanja. Nastali so zanimivi vzorci, nekateri povsem abstraktni, drugi pa bolj realistični.



Slika 2: Začetna vaja za prvi stik z materialom

Nato sem jim razdelila A4-liste za risanje portretov. Naročila sem jim, naj si ogledajo svojega ustvarjalnega partnerja, in jih spodbudila, naj narišejo njihov portret. Razložila sem jim, da portretu ni treba natančno preslikavati značilnosti osebe, da ni treba, da ima resnično podobo, lahko je zgolj skupek barv, ki jih spominja na osebo ali pa neko obliko. Precej

udeležencev se je na to odzvalo z odporom in glasno izraženim občutkom nekompetentnosti. Potrebnih je bilo kar nekaj spodbud, da so začeli z ustvarjanjem. Večkrat sem jim potrdila, da samo raziskujemo in da ni pomembno, kaj nastane. Da ne morejo nič narediti narobe in da je namen delavnice zgolj to, da se bolje spoznajo med sabo. Kljub začetnemu odporu so se vsi udeleženci na koncu spoprijeli z nalogo in narisali portret. Poleg barvic in voščenk so imeli na izbiro tudi kolaž papir, škarje in lepilo, ki ga je uporabila samo ena udeleženka. Izbira barvic in voščenk, ki so jim znane in jih pogosto uporabljajo, je pomagala pri tem, da so kljub zahtevnosti naloge sprejeli izziv. Udeleženci niso vajeni nestrukturiranih likovnih nalog, običajno v dnevnem varstvu ustvarjajo znotraj vnaprej pripravljene strukture, zato je jasno opredeljena naloga na začetku ustvarjalnega procesa delovala podporno.

Evalvacija procesa ustvarjanja

Ob koncu delavnice sem z vsakim parom izvedla kratko evalvacijo procesa ustvarjanja. Udeležencem sem zastavila naslednja vprašanja: Povejte, kako ste ustvarjali. Zakaj ste izbrali določen element ali določeno barvo? Kakšen se vam zdi vaš izdelek? Ali se prepoznate na svojem portretu? Kaj vam je (najbolj) všeč na njem? Kako je bilo opazovati in risati drugo osebo?

Odgovori udeležencev na evalvacijska vprašanja so bili raznoliki. Več udeležencev je izrazilo, da jim je bilo všeč opazovati in risati svojega ustvarjalnega partnerja. Pri evalvaciji, ki je bila izvedena takoj po delavnici, se štirje udeleženci niso spomnili svojih izdelkov, ki so jih imeli pred sabo. Nekateri udeleženci so bili s svojo risbo zelo nezadovoljni. Ena udeleženka je izrazila, da je njena slika »grda kot smrtni greh« in se pod njo raje ne bo podpisala. Kljub nezadovoljstvi so vsi udeleženci, ki so prepoznali svoj izdelek, našli vsaj en element risbe, ki jim je bil všeč. Dve udeleženki, ki sta zelo dobri prijateljici, sta med evalvacijo izrazili močno povezanost in prijateljstvo. Ena udeleženka je zelo natančno opisala vse detajle svoje risbe. Druga udeleženka je izrazila, da je opazila zelo specifičen pogled gospe, ki jo je risala, zato se je najprej fokusirala na ta element. Izrazila je tudi negotovost, ki jo je čutila v procesu, in rekla, da »upa, da bo kaj spravila iz sebe«. Razživel se je živahen pogovor, ki se je delno nanašal na vsebino delavnice, razvijale pa so se tudi druge teme o preteklih potovanjih in uspešnih smučarjih iz Jugoslavije. Med evalvacijo sta v prostor vstopila delavca doma, ki sta prišla opravljat inventuro. Obisk je bil nenapovedan in videti je bilo, da je nekatere udeležence zmedel in vznemiril.

Moja refleksija

Presenetila me je angažiranost udeležencev, saj sem v predhodnih izkušnjah ustvarjanja z njimi opazila nizko motiviranost in potrebo po številnih spodbudah za ustvarjanje. Menim, da je bil razlog za to delo v parih, saj je ustvarjanje dobilo dodaten namen druženja in interakcije. Kljub začetnemu odporu do ustvarjalne naloge so presegli moja pričakovanja in premostili strah pred ustvarjalno nalogo. Ustvarjanje v parih (oz. v trojici) se je izkazalo za ustrezno in spodbudno metodo dela. Tudi začetna vaja za prvi stik z materialom je dobro uspela, vendar menim, da je bilo celotnega programa (skupaj z izpolnjevanjem anketnih vprašalnikov) preveč, saj so udeleženci na koncu delovali utrujeno.



Slika 3: Izdelki prve delavnice (risanje portretov)

4.1.3 Druga delavnica – Predstavim se s kolažem

Cilji: utrjevanje in spominjanje lastne identitete, medsebojno spoznavanje in povezovanje, spodbujanje komunikacije, sodelovanje in deljenje materialov.

Oblike in metode dela: individualno delo, delo v skupini, likovno praktično delo, pogovor, neverbalna komunikacija, urjenje osredotočanja pozornosti.

Material: A4-list papirja, izrezki različnih motivov iz revij in časopisov, kolaž papir, škarje, lepilo, voščenke, barvice.

Za delavnico sem pripravila izrezke različnih motivov iz časopisov in revij. Za takšno predpripravo materiala sem se odločila, ker sem pričakovala, da bo izrezovanje iz časopisov za udeležence preveč stimulativno in bodo hitro izgubili zbranost ter pozabili na ustvarjalno nalogo. Pred začetkom delavnic sem na mize razdelila material in izročke za podporo pri razmišljanju o svoji identiteti.

Slika 4. Izroček za kolaž o sebi

IZDELOVANJE KOLAŽA O SEBI – poskusi najti sličice, ki odgovarjajo na vprašanja:
KDO SEM?
KAJ SO MOJE LASTNOSTI?
KAJ ME VESELI?
KAJ ME ZANIMA?
KATERE SO MOJE VREDNOTE?
KAJ MI JE V ŽIVLJENJU POMEMBNO?
NA KAJ SEM V SVOJEM ŽIVLJENJU NAJBOLJ PONOSEN/-NA?

Začeli smo z vajo za sproščanje, ki je bila sestavljena iz nežnega raztegovanja in kratke meditacije, ki je udeležence vodila k zaznavanju in občutenju različnih delov telesa. Glasbena podlaga na delavnicah je bila umirjena in preprostejša klasična glasba.

Nato sem predstavila ustvarjalno nalogo – ustvarjanje kolaža o sebi. Vsak udeleženec je dobil listek z napisom: »Kdo je (ime udeleženca)?« Vprašanje je služilo kot pripomoček za ohranjanje osredotočenosti na nalogo. Povabila sem udeležence, naj med izrezanimi sličicami poiščejo motive, s katerimi se povežejo. Lahko so to slike, ki predstavljajo njihove osebne lastnosti, jih spominjajo na preteklost, opisujejo njihove hobije, vrednote in podobno. Kot primer izdelka sem jim pokazala prej izdelan kolaž o sebi in ga na kratko predstavila. Za oporo pri razmisleku o motivih so se lahko obrnili na zgornji izroček. Motive so razporedili na list papirja, jih po potrebi obrezali in jih prilepili z lepilom.

Evalvacija procesa ustvarjanja

Po koncu delavnice sem načrtovala kratko predstavitev kolažev v skupinah po 3–4 udeležence, vendar je zaradi številnih težav z ustvarjalno nalogo zmanjkalo časa. Predlogi za vprašanja pri pogovoru v skupinah:

– Vprašanja za izdelovalca kolaža: Kaj vam predstavljajo izbrani motivi? S katerimi deli sebe/svojega življenja jih povezujete?

– Vprašanja za druge udeležence: Kateri motiv vam je na kolažu udeleženca najbolj všeč? Kateri motiv vas je presenetil? Ali ste tudi sami izbrali podoben motiv?

Moja refleksija

Naloga se je izkazala za izredno kompleksno. Nekaj udeležencev je bilo zmedenih glede samega koncepta naloge; ena udeleženka je večkrat naglas ponovila: »Kdo je Petra? Jaz sem Petra!« (Ime je spremenjeno.) Z dvema udeleženkama, ki naloge po večkratni usmeritvi nista razumeli, smo skupaj izbrale sličice, ki so jima bile všeč, ne glede na povezavo z njuno identiteto. Nekateri udeleženci so zaključili izredno hitro; usmerila sem jih, naj pomagajo pri iskanju motivov in lepljenju drugim udeležencem. Kljub temu da je bila naloga za večino udeležencev zahtevna, je ob koncu vsak izdelal svoj kolaž, zmanjkalo pa je časa za predstavitev izdelkov in evalvacijo.



Slika 4: Izdelki druge delavnice (predstavim se s kolažem)

4.1.4 Tretja delavnica – Slikanje pobarvank

Cilji: spoznavanje zahtevnejše likovne tehnike, soočanje z motoričnimi izzivi slikanja, spoznavanje znanih likovnih del, eksperimentiranje z barvami, spodbujanje kreativnosti.

Oblike in metode dela: individualno delo, likovno praktično delo, pogovor, neverbalna komunikacija, evalvacija procesa dela.

Material: trši A4-list papirja s pobarvankami znanih likovnih del, čopiči, palete, tempere in akvarelne barve.

Pred delavnico smo mize prekrili z zaščitno folijo. Folijo sem izbrala na podlagi predhodne izkušnje, da pri prekrivanju s časopisnim papirjem udeleženci težje ohranjajo pozornost na ustvarjalni nalogi in začnejo prebirati časopis. Razdelila sem tempera barve in čopiče, tako da je vsak udeleženec imel na voljo svojo paleto, set čopičev in svoj plastični kozarček z vodo za čiščenje čopiča, ki je bil precej nižji od kozarcev s čajem. To je pomembno, ker nekateri udeleženci kozarce z vodo za čiščenje večkrat zamenjajo za kozarce s čajem in spijejo vodo, v kateri je raztopljena barva. Zelo očitno mora biti, kateri kozarec je za čiščenje in kateri za pitje. Glasbena podlaga na delavnici je bila umirjena in preprosta klasična glasba.

Delavnico smo začeli s kratko vajo za abstraktno razmišljanje in povezovanje z likovnim materialom. Udeležencem sem razdelila risalne liste velikosti A5. Povabila sem jih, naj zaprejo oči in si zamislijo kakršnokoli obliko. Ker so delovali zmedeno, sem jim podala nekaj predlogov (kvadrat, pravokotnik, oblak, packa, krog …). Spodbudila sem jih, naj opazujejo podrobnosti

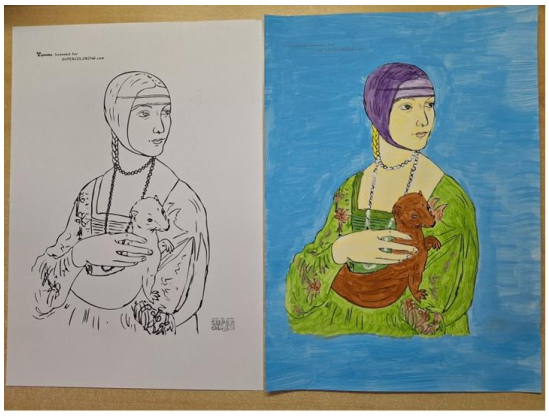


Slika 5: Začetna vaja za povezovanje z materialom

zamišljene oblike in poskusijo natančno določiti njeno barvo. Nato so odprli oči in s temperami narisali zamišljeno obliko na majhen list.

Vajo je dokončalo samo pet od desetih sodelujočih udeležencev. Večina je risala realistične motive in ne abstraktnih. Preostali udeleženci, ki niso sodelovali, so imeli težave z uporabo tempera barv. Opazila sem, da niso razumeli, kako odpreti barve in kako uporabiti čopič. Udeležencem s težavami sem na paleto stisnila osnovne barve in jim individualno pokazala, kako jih uporabljati.

Nato sem predstavila likovno nalogo – barvanje pobarvank s temperami. Motivi pobarvank so bili znana likovna dela, natisnjena na trši papir formata A4. Kot dodatno pojasnilo naloge sem jim pokazala pobarvanko, ki sem pripravila za model.



Slika 6: Model za tretjo delavnico

Pobarvanke sem razdelila po mizah, tako da so jih udeleženci lahko pregledali in si sami izbrali svojo. Nato so se lotili barvanja. Po potrebi sem jim pomagala, kadar se je njihov ustvarjalni proces ustavil.

Evalvacija procesa ustvarjanja

Ob koncu delavnice sem z vsakim udeležencem izvedla kratko evalvacijo procesa ustvarjanja. Postavila sem jim naslednja vprašanja: Kako vam je bilo ustvarjati s tempera barvami? Kakšen se vam zdi vaš izdelek? Ali želite pogledati originalno različico umetniške slike, ki ste jo pobarvali?

Tehnika barvanja s temperami je bila večini udeležencev všeč. Izrazili so, da so se jim tempere zdele »prijazne«, »kar v redu« in da »je šlo dobro«. Udeleženec 12 je povedal, da je bila to zanj nova tehnika in da je bilo njegovo edino barvarsko delo na železnici, kjer je barval rdeče in bele črte. Udeleženka 11 pove, da je prvič delala s temperami in da ji niso všeč, ker se

ji tresejo roke in potem pobarva čez črto. Zato tudi ni dokončala svojega izdelka. Udeleženka 10 je izrazila nezadovoljstvo glede pretemne namešane barve, ki jo je uporabila za del svoje slike. Večina udeležencev je bila s svojimi izdelki zadovoljna. Ko sem jim pokazala originalne različice umetniških slik, se je odprl pogovor o različnih interpretacijah enakih motivov. Udeleženka 10 se je na originalno umetniško delo odzvala z nezadovoljstvom nad svojim izdelkom, saj je menila, da bi morala pobarvati enako originalni sliki. Iskala je elemente svoje pobarvanke, ki so bili drugačni od originala. Spodbudila sem pogovor o možnosti različnih interpretacij istih simbolov, ki so ga udeleženci podprli; nekateri so dodali, da je pomembno, da vsak dela tako, da je lepo za njegove oči. Udeleženka 9, ki pogosto zavrača ustvarjalne aktivnosti, je bila na tej delavnici posebej navdušena nad nalogo in se je nostalgično spominjala tečaja iz umetnostne zgodovine, ki ga je obiskovala v centru za aktivnosti starejših. Nad originalnimi umetniškimi deli so bili vsi udeleženci navdušeni in z zanimanjem so poslušali osnovne informacije o simboliki in zgodovini slik.

Moja refleksija

Z izvedbo delavnice sem zelo zadovoljna, saj je udeležence angažirala za novo ali manj poznano likovno tehniko. Pri zasnovi ustvarjalne naloge sem uporabila udeležencem dobro poznano nalogo (barvanje pobarvank) in jo nadgradila z novo oz. manj znano likovno tehniko. Zdi se, da je estetska vrednost motivov pobarvank (slavna umetniška dela) spodbudila udeležence k sodelovanju pri delavnici. Edina prilagoditev, ki bi jo lahko podala že na začetku, je pladenj z že stisnjenimi osnovnimi barvami, saj so nekateri udeleženci imeli težave z odpiranjem barv.



Slika 7: Izdelki tretje delavnice (slikanje pobarvank)

4.1.5 Četrta delavnica – Oblikovanje glinenih vaz

Cilji: spoznavanje likovne tehnike oblikovanja gline, soočanje z motoričnimi izzivi oblikovanja gline, povezovanje preko skupnega ustvarjanja, spodbujanje kreativnega raziskovanja novega materiala.

Oblike in metode dela: individualno delo, delo v paru, likovno praktično delo, pogovor, neverbalna komunikacija, evalvacija procesa dela.

Material: glina, okrogli modelčki za peko piškotov, valjar, krpe.

Na mize sem razporedila manjše kose gline, nizke kozarce z vodo in krpe, tako da so bili dosegljivi vsem udeležencem. Za glasbeno podlago sem ponovno izbrala preprosto in umirjeno klasično glasbo.

Delavnico smo začeli z vódeno samomasažo dlani, s katero smo se ogreli in pripravili na ustvarjanje z glino. Udeležence sem razdelila v pare, ki sem jih posedla nasproti drug drugemu. Razložila sem jim, da bodo v parih iz gline izdelali vaze, ki jih bomo kasneje napolnili z rožami in uporabili za dekoracijo miz ob posebnih priložnostih. Udeleženci so ob spodbudi večinoma z zanimanjem prijeli material in ga začeli gnesti. Navodila sem podajala po posameznih korakih. Najprej so razvaljali glino in vanjo odtisnili okrogel model za peko piškotov ter s tem izdelali

dno vaze. Nato sem jim pokazala, kako se naredijo »kačice«, tj. dolgi svaljki iz gline, ki bodo namenjeni stenam vaze. Nekateri udeleženci so s svojim likovnim partnerjem imeli dobro komunikacijo in so se takoj lotili skupnega ustvarjanja. Drugi so ustvarjali samostojno in niso kazali zanimanja za sodelovanje z drugimi. Glinene svaljke so prilepili na podstavek z bolj razredčeno glino in začeli z grajenjem vaze v višino. Par udeležencev je glina nagovorila drugače in na lastno pobudo sta se lotila raziskovanja različnih oblik. Udeleženec 12 je natančno oblikoval realistične kače, udeleženka 8 pa je izdelala miško in na prvotnem podstavku izdelala rožni motiv.

Evalvacija procesa ustvarjanja

Na koncu sem z vsakim udeležencem ali s parom izvedla kratko evalvacijo procesa ustvarjanja. Postavila sem jim naslednja vprašanja: Kako vam je bilo oblikovati glino? Ali ste imeli kakšne težave pri tem in kako ste jih rešili? Kakšen se vam zdi nastali izdelek?

Oblikovanje gline je bilo večini udeležencev všeč. Povedali so, da se jim je zdelo zanimivo, prijetno, da ni bilo težko ter da je bilo fino nekaj mesiti in delati nekaj posebnega. Dvema udeležencema glina ni bila preveč všeč; udeleženec 12 je rekel, da je do kolen gazil v blatu, da je lahko prišel do določenih stvari. Večina udeležencev ni omenila nobene težave, udeleženka 10 pa je na začetku delavnice povedala, da ima težave z dlanmi, ko ni mogla gnesti gline, saj so jo boleli prsti. Potem je ugotovila, da lahko kačice valja tudi z zgornjim delom dlani, kar jo je navdušilo. Z izdelki je bila večina udeležencev zelo zadovoljna, udeleženec 3 pa ne povsem. Dve udeleženki nista oblikovali skupne vaze, ampak vsaka svojo, kar sem opazila med delavnico in ju podprla pri samostojnem ustvarjanju. Udeleženka 8 in udeleženec 12 nista oblikovala vaze, ampak se je vsak od njiju lotil svojih izdelkov po navdihu. Udeleženka 8 je izdelala miško in rožo, udeleženec 12 pa je na mizi z natančnostjo oblikoval realistične kače.

Moja refleksija

Tehnika izdelovanja vaz iz kačic se je v danem kontekstu izkazala za zelo primerno, saj so jo vsi udeleženci, ki so to želeli, zmogli usvojiti. Pomembno se mi zdi, da v ustvarjalnem procesu podpremo udeležence pri njihovih avtonomnih idejah in željah ter jim omogočimo, da ustvarjajo po lastnem navdihu, če se ta pojavi. Med delavnico je več udeležencev brisalo ali drsalo mizo z nožem, da bi jo očistili. Smiselna bi bilo uvodno pojasnilo, da bomo ustvarjali z materialom, ki lahko umaže površino, vendar bomo po delavnici počistili in miza ne bo ostala

umazana. Opozorila bi še na možnost, da bi uporabniki glino lahko zamenjajo za hrano in bi jo začeli vnašati v usta. Do tega je prišlo pri uporabnici, ki ni vključena v raziskavo. Svetujem, da izvajalec delavnic pozorno spremlja dogajanje med ustvarjanjem z glino in drugimi gnetljivimi materiali.



Slika 8: Izdelki četrte delavnice (oblikovanje glinenih vaz)

4.1.6 Peta delavnica – Volnene rože

Veliko udeleženk je med uvodnim intervjujem omenilo, da so se v preteklosti ukvarjale z ročnimi deli z volno, predvsem s pletenjem in kvačkanjem. Ustvarjalno prakso so opustile zaradi različnih zdravstvenih težav. Zadnji dve delavnici sem zasnovala z namenom učenja novih tehnik dela z volno, ki so zanje dostopne kljub zdravstvenim oviram.

Cilji: ohranjanje fine motorike, vadba koncentracije, opolnomočenje skozi ponovno ustvarjanje s priljubljenim materialom, medsebojno povezovanje.

Oblike in metode dela: individualno delo, delo v paru, likovno praktično delo, pogovor, neverbalna komunikacija, evalvacija procesa dela.

Material: volna različnih barv, škarje, lepilni trak, lesene palčke (za stebla), vnaprej pripravljeni kartončki za oblikovanje cvetov.

Za uvod smo naredili kratko vajo za usmerjanje pozornosti. Vsak udeleženec je vzel klobčič volne in zaprl oči. Spodbudila sem jih, naj z različnimi čutili raziskujejo material, tako da ga pretipajo, povohajo, poslušajo zvoke, ki jih morda proizvede, ko ga premikajo. Za glasbeno podlago sem predvajala izbor starejših slovenskih popevk, ki je uspešno spodbudil sproščeno vzdušje.

Nato sem udeležencem pokazala rožo iz volne, ki sem jo prej pripravila kot model za ustvarjanje. Povabila sem jih, naj med različnimi barvami volne izberejo klobčič, ki ga bodo uporabili za cvet. Nato smo se postopno lotili pletenja, tako da sem vsakemu omizju razložila posamični korak in so lahko udeleženci od blizu spremljali navodila. Najprej smo izdelali cvetove, kar je od udeležencev zahtevalo sodelovanje v parih, predvsem pri držanju modela ob vezanju cvetov. Udeleženci so za ta del potrebovali precej tehnične pomoči. Nato so v cvetove zapičili leseno palčko, ki so jo ovili z zeleno volno; ta je predstavljala steblo.

Za možnost prilagoditve sem pripravila lažjo nalogo izdelovanja majhnih cofkov, ki bi jih na koncu nalepili na vejico in bi služila kot dodatek k cvetličnim šopkom. Predvidela sem namreč, da bodo nekateri udeleženci za izdelavo volnene rože potrebovali zelo pogoste usmeritve, ki jih ne bi uspela nuditi na delavnici. Na podlagi predhodnega ustvarjalnega procesa sem nekaterim udeležencem že na začetku prilagodila ustvarjalno nalogo. Želela sem namreč, da ob koncu delavnice vsak pride do praktičnega izdelka in z njim prispeva k skupnim šopkom. Na koncu sem zbrala njihove izdelke in jih položila v vaze, ki so jih izdelali na prejšnji delavnici.

Evalvacija procesa ustvarjanja

Na koncu sem z vsakim udeležencem izvedla kratko evalvacijo procesa ustvarjanja. Vprašanji, ki sem ju postavila, sta bili: Kako je bilo danes ustvarjati te rožice z volno in kakšen se vam zdi vaš izdelek?

Skoraj vsi udeleženci so bili nad ustvarjalno nalogo z volno navdušeni. Povedali so, da jim je bilo lepo, luštno, da so uživali, da je prijetno, če imaš čas. Dve udeleženki sta tudi nostalgično omenili volnene izdelke, ki sta jih pletli v preteklosti za svoje otroke. Ustvarjanje z volno ni bilo všeč edino udeležencu 3, ki je vseeno izrazil zadovoljstvo s svojim izdelkom. Z izdelki je bila velika večina udeležencev zadovoljnih, nekateri še posebej. Udeleženka 8 je ponosno povedala, da je naredila regrat. Udeleženec 12 je povedal, da je zadovoljen, ker je to

njegov prvi izdelek iz volne, če pa bi bil stoti, pa ne bi bil tako zadovoljen. Udeleženka 10 s svojim izdelkom ni bila povsem zadovoljna, saj ji je druga udeleženka vzela izbrano rdečo volno in ji ni bilo všeč, da je morala potem delati z modro volno.

Moja refleksija

Volna je bila kot ustvarjalni material izredno primerna, saj so bili udeleženci visoko motivirani za sodelovanje v delavnici. Pridružila se je tudi udeleženka 1, ki je v prejšnjih dveh delavnicah sodelovanje zavrnila. Številne udeleženke imajo pozitivne pretekle izkušnje z ročnimi deli z volno, ki so jih opustile zaradi zdravstvenih omejitev in težav z vidom (glej podatke iz uvodnega intervjuja). Njihov odziv angažiranosti in zadovoljstva je bil verjetno povezan s ponovnim srečanjem priljubljenim materialom iz preteklosti. Imela pa sem kar nekaj težav z iskanjem primerne ustvarjalne tehnike, ki ne bi bila prezahtevna in bi jo lahko predala naprej skupini.



Slika 9: Izdelki pete delavnice (volnene rože)

4.1.7 Šesta delavnica – Volneni podstavki za skodelice

Cilji: ohranjanje fine motorike, vadba koncentracije, opolnomočenje skozi ponovno ustvarjanje s priljubljenim materialom, medsebojno povezovanje, ustvarjanje uporabnega izdelka, sproščanje skozi osredotočanje na ponavljajoče gibe.

Oblike in metode dela: individualno delo, likovno praktično delo, pogovor, neverbalna komunikacija, evalvacija procesa dela.

Material: volna različnih barv, škarje, modelčki iz kartona za osnovo, lepilni trak.

Pred delavnico sem pripravila kartonaste modele v obliki kroga in nanje napela rjavo volno, med katero so udeleženci pletli podstavke. Za glasbeno podlago sem ponovno predvajala izbor slovenskih popevk, ki je spodbudilo sproščeno atmosfero.

Zaradi visoke zbranosti in motivacije za ustvarjanje na prejšnji delavnici ustvarjanja z volno sem preskočila uvodno sproščanje in udeležencem takoj predstavila ustvarjalno nalogo. Za vzorec sem jim prinesla prej izdelan podstavek za skodelice, ki sem ga izdelala po isti ustvarjalni tehniki. Nato sem jih usmerila k izboru vsaj dveh klobčičev volne, ki sta morala imeti podobno strukturo in debelino volne. Postopek pletenja sem razložila vsakemu omizju posebej (4 udeleženci hkrati), da so lahko od blizu opazovali navodila. Na začetku je bilo potrebnih kar nekaj individualnih dodatnih pojasnil in usmeritev. Večina udeležencev je usvojila tehniko pletenja, vendar izdelka ni dokončala na delavnici, saj je zmanjkalo časa. Izdelek so nekateri udeleženci dokončali v naslednjih dneh, v času drugih aktivnosti dnevnega varstva.

Evalvacija procesa ustvarjanja

Ob koncu delavnice smo izvedli kratko evalvacijo procesa ustvarjanja. Vprašala sem jih o njihovi izkušnji ustvarjalne naloge in zadovoljstvu z nastalim izdelkom.

Pletenje volnenih podstavkov za skodelice je bilo všeč večini udeležencev. Povedali so, da je bilo super, lepo, luštno, zanimivo, da ni bilo težko, da je bilo v redu delati in da je bilo treba na dejavnosti kar misliti. Nekateri so omenili tudi, da je bil proces počasen in da je treba biti v njem natančen. Udeleženec 3 je rekel, da vsak dan naredimo 500 km, da je delavnico občutil kot tako dolgo. Udeleženka 5 je povedala, da ji je bilo všeč in da zelo rada dela za otroke (predstavljala si je, da plete otrokom). Udeleženka 10 je povedala, da je imela težave z vidom in da je zato nekajkrat narobe spletla del, pri čemer je problem imela samo s temnejšo (vijolično) volno. Hitro je popravila in spletla na pravilen način, na koncu pa rekla: ,,Zakaj ne bi bilo lepo, če je lahko lepo?!'' Večina udeležencev je bila zadovoljna s svojimi izdelki (z izjemo udeleženca 3, ki ni usvojil tehnike). Udeleženka 7 je povedala, da ima rada barve, ki jih je izbrala, in volno.

Moja refleksija

Ustvarjalna naloga pletenja podstavkov za skodelice je bila dobro zasnovana, saj so tehniko usvojili skoraj vsi udeleženci (z izjemo udeleženca 3) in uspeli dokaj samostojno ustvarjati. Na koncu so tudi kazali znake zadovoljstva in navdušenja. Pomembno je, da imajo udeleženci možnost izbrati svojo barvo volne, saj se s tem krepi njihov občutek avtonomije in to pripomore k končnemu zadovoljstvu z izdelki. Dobro bi bilo, da bi pripravila še prilagojeno nalogo ali povsem drug ustvarjalni material, saj udeleženec 3 kljub večkratni demonstraciji in pomoči ustvarjalne tehnike ni uspel usvojiti.



Slika 10: Izdelki šeste delavnice (volneni podstavki za skodelice)

4.2 Spremembe razpoloženja in povezanosti (preverjanje H1 in H2)

4.2.1 Ugotovitve o razpoloženju in povezanosti udeležencev iz uvodnih intervjujev

Temi 1 in 2: Splošno razpoloženje in življenjska naravnanost

Uvodni intervju sem začela z vprašanjem: »Kako se počutite danes?« Pri tem je osem udeležencev izrazilo **splošno pozitivno razpoloženje** z izrazi: */V redu, v redu, ja./ (B1); /Dobro, kar v redu./ (E1).* Udeleženka 4 je svoje trenutno dobro počutje primerjala z negativnimi preteklimi izkušnjami: */Ja, že dosti bolje. Ja. Ker sem velikokrat na tleh ležala, tudi na cesti, tako sem bila slaba. To je pa zelo nevarno. Podvprašanje: A ste padli? Ja, kar padla sem./ (D1).* Udeleženka 1 je poleg odličnega splošnega razpoloženja izrazila svoje kronične bolečine v hrbtu: */Jaz se vsak dan počutim odlično, kot splošno počutje. Imam pa težave s hrbtom, me hrbet boli, v hrbtu mam neke določene bolečine./ (A1, A2)*. Nadaljevala je z izrazom zavezanosti borbi z bolečino, ki kaže na njeno osredotočanje na pozitivne vidike življenja: */Kljub bolečini se moram dobro počutit, čeprav se ne, ampak moram se počutit, moram jo premagovat./ (A5).* Udeleženka 7 je poleg splošnega dobrega počutja izrazila občutek domačnosti v dnevnem varstvu: */Jest sem že tukaj tako dolgo, tako da sem, kot da bi bila doma./ (G2).* Udeleženka 6 je izrazila splošno dobro počutje in veselje nad dobro družbo ter aktivnostmi dnevnega varstva*: /V redu, v redu se počutim. Sploh v tej družbi, kjer fajn delamo in se izobražujemo tako rekoč./ (F1)*. Svojo osredotočenost na pozitivne življenjske vidike in sprejemanje svoje poti je izrazila s prispodobo: */Jaz sem tudi veliko prestala. Pa si včasih mislim, lej, še sem živa, tu sem, pa glej, kaj sem vse prestala v življenju, ne. Bistvo je to. Tako da ni bilo vse z rožicami posuto, pravijo, nobena pot ni vsa z rožicami posuta, vedno so in trnje in rožice, potem pa na katero naletiš kdaj, ne. To je to./ (F22)*.

Splošno negativno razpoloženje sta izrazili dve udeleženki. Udeleženka 9 je opisala občutek obupa in ujetosti: */Težko je opisati moje občutke. Jaz se zelo zavedam vsega, kaj se z mano dogaja, ne morem se s tem sprijazniti, ampak se moram, ker drugega izhoda nimam. Tako da zelo trpim. Zelo. To je to. Nimam drugega izhoda. Sama sem. V bolnici sem bila, sem imela psihične težave. So me nafilali s tabletami in zdaj na teh tabletah živim. To je to. A te še kej zanima? Težko je, težko je. Ker se zavedam. Vidim, da nimam drugega izhoda./ (I1, I2, I3)*. Intervju sva opravili na dan, ko smo obiskali Dom starejših Šiška. V povezavi s tem kontekstom

je v nadaljevanju izrazila strah pred selitvijo v dom starejših, staranjem in smrtjo: */Tegale dneva danes sem se bala zaradi tega, ker sem že tolikokrat bila tukaj in sem vse to videla in vem, da me to tudi čaka. A veste? Tega se zavedam. Podvprašanje: A bojite se tega staranja pa umiranja? Absolutno. Ampak, mislim, staranja, to se zavedam, da gre./ (I4, I5)*. Izrazila je, da ne čuti veselja: */Nobenega veselja več nimam, čisto za nič. Nobenega veselja. Čisto vse sem …, ne vem, kako bi rekla, sem rekla./ (I8)*. Dodala je, da ima težave s sprejemanjem svoje potrebe po dnevnem varstvu, ki ji sicer omogoča malo sprostitve, vendar občutki obupa in žalosti vztrajajo: */Nimam pa, saj pravim, ne morem se s tem sprijazniti, da hodim in v varstvo in doma mi je pa spet po svoje hudo; Zavedam se tega, tega, s katerim se ne morem sprijaznit. In tukaj v dnevnem varstvu, malo se sprostim, ampak to ni to./ (I7, I9)*. Njene izjave odsevajo osredotočenost na negativne življenjske vidike. Udeleženka 8 je izrazila splošno negativno razpoloženje zaradi utrujenosti in kroničnih motenj spanja: */Nisem se dosti spočila in tudi spala nisem. Zadnje čase se zbujam zelo, tako da sem že dobila dvakrat po polnoči, če se zbudim, da bom morala, ne vem, kaj je že rekla, iti na pregled al' kaj, jaz ne vem./ (H2)*. Izrazila je tudi občutek nemira in obremenjenosti: */Pa malo sem živčna pa tako naprej in doma tudi tako moram določene stvari delati, tako da ne vem, no, kaj naj rečem./ (H4)*.

Tema 3: Lastnosti medosebnih odnosov

Tema je razdeljena na kategorije: vrednotenje odnosov v skupini, lastnosti komunikacije, zaznavanje povezanosti, intenzivnost odnosov, zaznavanje razumljenosti in soočanje z medosebnimi konflikti.

1) Kategorija: Vrednotenje medosebnih odnosov

Na vprašanje, kako bi opisali svoj odnos z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu, so udeleženci podali precej različne odgovore. Tema vrednotenja medosebnih odnosov se je pojavila tudi v odgovorih na vprašanje, ali v skupini prepoznavajo osebo, s katero se najbolje razumejo, in ali v skupini obstaja kdo, s komer se razumejo slabše. Odgovori kažejo na zelo raznoliko doživljanje skupinske dinamike in medosebnih odnosov.

Tri udeleženke so izrazile **splošno zadovoljstvo z dnevnim varstvom in medosebnimi odnosi:** */Drugače pa (zvok poljubčkov). Jaz vas imam rada bolj kot samo sebe. Ja, res, veste vi, kaj ste vi meni naredili? Jaz to nikoli, še na smrtni postelji bom rekla. Toliko ste vi meni spremenili življenje, jaz se to …, to je za mene, kot da bi se bila rodila./ (J11).* Udeleženka 1 je

izrazila **preferenco aktivnega preživljanja prostega časa**, ki ji ga ponuja dnevno varstvo, in učenje z opazovanjem drugih: ***/****Bolje kot doma sedet pa čakat, da čas mine./ (A7); /pa se marsikaj naučim tudi ob tem, kar drugi delajo/ (A63).* Dve udeleženki sta izpostavili **harmoničnost odnosov** in odsotnost konfliktov: */V bistvu se, jaz se z vsemi razumem in nič, da bi nekaj rekla, ta pa ni v redu, to pa ni v redu. Tega jaz nimam rada./ (G22).* Udeleženec 12 je izrazil **presenečenje nad sprejetostjo v skupino**: ***/****Moj odnos? Hmm, zanimivo, ne, da so me kar dosti pozitivno sprejeli. Jaz nisem verjel, da me bodo./ (L21).* Izraženi so bili tudi **občutki varnosti in sprejemanja v skupini**: */Podvprašanje: Pa vam je tukaj v bistvu tako, se varno počutite. A prav razumem? Ja. Ja. Ja. Zelo zelo./ (J23)*.

Tri udeleženke so izrazile **zmerno ali občasno zadovoljstvo z odnosi:** */Ja. Zdaj odvisno, če so v redu. Tako, da je fajn, potem je v redu to, ne. Če pa ni v redu, potem pa je bolje, da malo pustiš kje, kaj, če je. Tega pa ne maram, ne. Potem, če je tudi kaj takega, je, potem sem rajše doma, ne. Ja./ (G18).*

Dve udeleženki sta izrazili tudi **zmedenost glede odnosov** in **težavnost navezovanja stikov**: */Jah, niti ne vem. Ne vem. Ni glih. Kaj pa vem. Ne vem, kam so odšli. Tako da bom jaz to vedela, če ga poznam pa vse. Ne vem. Čim več jih lahko, ki radi hodijo povsod okrog, a ne, ne samo, da bi kje doma bili očitno. To pa tko, ne, se dogaja zdaj, ne. Ja, ja. Lahko greš, kamor češ, ne./ (G21)*; */Kej prav, da bi, ne vem, s kom. So nekateri tudi tako malo umaknjeni, ne moreš kar z njimi. Kar je pa od teh, pa ne vem, kaj bi rekla. Ne morem se zdaj odločit, da bi rekla, tale mi je všeč./ (H26).*

Udeleženka 9 je izrazila **neodobravanje deljenja osebnih težav v skupini**: */Včasih mi kakšni gre na živce, da skoz eno isto reče, ko je vsak dan isto. To, kaj se hočete vi spominjati, kaj se je zgodilo pred 50 leti pa kako je koga, kdo, mož pretepal ali to ali ono ali kaj takega? To ni za tukaj govorit, jaz to ne maram. Naj vsak svoje tiste težave kar v svojem srcu ima in to je to. Vsak naj tisto svoje nese./ (F21).* Udeleženka 11 je izpostavila **spremembo v kakovosti odnosov zaradi odhoda nekaterih upokojenk** iz dnevnega varstva: */Bil je zelo dober. Malo se je pokvaril (smeh). Zato ker one, s katerimi smo se dobro razumele, so šle v dom. Zdaj so prišle druge, ampak so bolj bolne. Manj te razumejo./ (K18).* Tako je bila posebej izražena tudi **frustracija s kognitivnimi omejitvami drugih** uporabnikov dnevnega varstva: */Te, keri niso tako dementni, se z vsemi zelo dobro razumem in tudi, saj pravim, komuniciramo. Če pa slučajno una (ime upokojenke) pa to pa kej, njo pa ne smeš nič vprašat, te prec nadere./ (I31)*.

2) Kategorija: Lastnosti komunikacije

Kategorija *lastnosti komunikacije* razkriva zanimivo odnosno dinamiko udeležencev. V izjavah opazim visoko občutljivost udeležencev na ton in vsebino komunikacije, ki ju razumejo kot odraz spoštovanja do drugih.

Udeleženka 7 je izrazila **nelagodje ob šaljivih interakcijah**: */Včasih zajebavajo, ne. Tega pa jaz ne maram. Ne. Ne moreš glih tako rihtat vse povsod, ne. Ne pa, da bi neki se, ne vem kaj, narihtal, ampak to meni ni v redu, hahahah. Če se kaj hecajo. Ja, no. Ni./ (G19)*. Udeleženka 1 svoje komuniciranje opisuje kot **prilagodljivo in premišljeno** ter **zavrača vsiljevanje idej drugim**: */Nekateri zelo radi hitro svojo, tisto, način vrivajo, to pa nimam te navade./ (A68).* Udeleženec 3 izpostavlja pomembnost **spoštljive komunikacije**: */Nikoli nisem zaničeval, da bi kakšnega kaj./ (C16).* Udeleženka 6 pogovor razume kot preprosto izmenjavo besed in se **izogiba analiziranju odzivov drugih**: */Kadar se pogovarjamo, pač se pogovarjamo in ne opazujem nobenega, kako bi kdo kdaj reagiral./ (F29)*. Udeleženka 9 se iz frustracije **izogiba komunikaciji z osebami s kognitivnimi težavami**: */Ne, sej itak se nič ne zavedajo, kaj jim rečeš. Če jim hočeš kej pomagat pa rečt, to moraš naredit, ne pa samo povedat./ (I26)*. Udeleženec 12 je **prekinil komunikacijo** z drugim uporabnikom varstva zaradi **percepcije njegove neiskrenosti**: */Lojze, sem mislil, da se bo pustil uklonit, pa se ni pustil. Podvprašanje: Kako uklonit? Da bova klepetala. Lojze, od kje si ti doma? Iz Beograda, bbbbb. Lojze ti nisi iz Beograda doma, ti si iz Zagreba. Pa kako to veš? Zato ker si iz Zagreba doma. Potem pa sva prešla na Zagreb, na Varaždin, potlej tudi drobne stvari sva obravnavala. Nazadnje mi je vendarle priznal, da je iz kje doma. Iz (ime kraja). Potlej mu je bilo pa nerodno. In pač dela, kar dela. Podvprašanje: Potem pa nista naprej zelo navezala stika? Ne, če mi je pri prvih vprašanjih neiskren. Zakaj bi se potlej hotel z njim pentlat? Podvprašanje: Mogoče se je zmotil? Ne. Mmm. Ni se zmotil./ (L26)*.

3) Kategorija: Zaznavanje povezanosti

Na vprašanja o odnosu z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu ali občutku povezanosti z njimi so se pojavile različne teme:

Udeleženka 1 je izrazila **občutek sprejetosti in povezanosti s skupino**: */Povezano, ja, seveda./ (A65)*; */No, to ja, vsekakor čutim, da sem sprejeta, da je način sprejemanja tudi v redu./ (A66)*. Udeleženka 2 je izrazila **občutek nepovezanosti s skupino**: */Podvprašanje: Ali se počutite povezano z njimi? Ne./ (B15)*. Tri udeleženke so povedale, da **se selektivno povezujejo**

zgolj z določenimi člani skupine: */Skušam biti v redu z upokojenci, sploh z nekaterimi, ko vidim, da so zastopni pa da so taki, da se da pogovorit z njimi pa to. To so mi všeč. Če pa tisto, važiči pa nekaj izstopajo, tisto pa fejst ne maram, ja …/ (H24); /Ja, zelo sem dobra s tema dvema, ki zraven mene sedita. Druge so pa tako dementne, pa nočem komunicirat. Ker tale (ime uporabnice), če ji kej rečeš, se prec začne dret. Zato sem pa kar tiho pa nič ne govorim. S takimi nič ne komuniciram. S temi, s katerimi pa komuniciram, smo pa kar dobri./ (I25); /Bil je zelo dober. Malo se je pokvaril (smeh). Zato ker one, s katerimi smo se dobro razumele, so šle v dom. Zdaj so prišle druge, ampak so bolj bolne. Manj te razumejo./ (K18).* Udeleženka 4 je zaznala **osamljenost nekaterih posameznikov v skupini**: */Ja, sem pa videla, so bili tudi taki, ki so bili samo sami./ (D22)*.

Dve udeleženki sta izrazili **nizko vključenost v socialne interakcije***: /Sej ne vem, koga poznam, kaj dosti jih ne poznam, veste, da bi lahko klepetala. Tko midve zdaj klepetava, ne. Ne poznam, ne vem, mislim, da jih ne poznam./ (B14); /Podvprašanje: A se počutite povezano z njimi? Povezanost? Podvprašanje: A se počutite povezano z drugimi upokojenci tukaj? Ja, če kere dobim, sigurno, samo ne vem. Do zdaj še nisem toliko prišla. Nisem toliko v stikih z nekaterimi, da bi se pogovorila. Da bi videla, kakšen je njihov namen pa kako so oni orientirani pa to …, ker nisem imela namena, nisem imela interesa … Kaj jaz vem? Tako da boste morala iskati kakšno drugo./ (H25)*. Ob tem je udeleženka 8 svojo **socialno distanco povezala z občutkom nepripadnosti:** */Ne da bi se slabo razumela, ampak nismo…, praktično tista ni z mano, jaz pa ne bom v njo rinila pa to. Ona pač…, vsak ima svoj tip človeka, ki so mu všeč. Zgleda jaz ji nisem všeč ali pa kaj preveč ne vidim, da bi z mano kaj kontaktirala./ (H27); /Se pogovarjamo dosti, ne…, se mi zdi, da ni tistega, kot trenutka ali pa kaj jaz vem … To v šoli je bilo drugače. Smo se lahko pogovarjali pa to. Tukaj pa ni tega, ni. Ne vidim zdaj kakšne, da bi rekla, zdaj bom pa z njo kontaktirala. Vse so tako malo zadržane pa tako, se mi zdi./ (H31)*.

Na vprašanje o spominu na trenutek, ko so se počutili zelo povezano z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu, večina udeležencev ni našla takega trenutka (**odsotnost spomina na trenutek povezanosti**): */Pa niti ne./ (C20); /Ne …, nisem, ne glede. Ni bilo tega trenutka. Da bi rekla, oh, zdaj pa sem srečna, ko smo vsi skupaj, to pa nisem. Vedno mi je vse isto v redu, super. Samo nekaj posebnega tako, kakšna zgodovina pa ne. To pa ne./ (F28); /Ne, se nič ne spomnim./ (I29)*. Udeleženka 11 je potrdila **prisotnost spomina na trenutek povezanosti**: */Da, da. Ampak so odšli v dom. Šla sem tja (v dom starejših)./ (K22); /Podvprašanje: Pri čem pa? A*

tko, ko ste se kaj pogovarjali? Ja, ja, ja. Šla sem, da jo obiščem, da vidim, kako so./ (K23). Štirje udeleženci pa so **povezanost** opisali kot **stalno prisotno stanje: /***Saj moraš biti z nekom povezan, saj ne moreš biti sam. Tisto je slabo, biti sam./ (D21); /Ja, povezano se čutim, to se pa počutim povezano. Veste, kako, tudi če je človek sam, samota, to te ubije, ne, in pol pa čutiš, da z vsemi, s katerim si okoli, tisto toplino, ne. Čutiš, da si v eni taki družbi, v kateri nisi ogrožen, pač fajn se počutiš, nobenega ne zmerjam, pa noben mene ne najbrž, saj je to to./ (F25).* Udeleženka 4 je izpostavila **prednost ohranjanju povezanosti z eno prijateljico**: */Ja, sej imam prijateljico, a ne, pa važno je, da se z njo pogovoriš najprej, potem pa šele tisto, kar zahtevajo drugi./ (D26)*.

4) Kategorija: Intenzivnost odnosov

Na vprašanje, ali imajo koga v skupini, s katerim se najbolje razumejo, so štiri udeleženke potrdile **prisotnost tesnih vezi**. Udeleženka 6 in udeleženka 11 imata za sabo dolgo poznanstvo in prijateljstvo iz preteklosti: */S to gospo (ime gospe) se najbolj mamo, ker ona blizu mene stanuje. Potem gremo pa skupaj domov, se za roke primemo pa gremo domov pa se malo pogovarjamo pa takole, da je to tole. Da je kar v redu. Uh, jaz jo poznam že 50 let skoraj, da./ (F26); /Ja, z (ime gospe) in z (ime gospe), ja, to je moja soseda. Jaz sem njene vnuke čuvala 17 let. Zato gremo skupaj. Ona pride peš do mene in potem greva skupaj naprej. Nazaj grede pa jo pospremim do doma in grem nazaj na avtobus ali pa grem peš, če je sonce, do doma. Ni mi težko. Moja hčerka je delala z njenim sinom, tako da se vsi poznamo med sabo./ (K20)*. Udeleženka 9 je izpostavila dve upokojenki: */Ja, zelo sem dobra s tema dvema, ki zraven mene sedita (pove imeni uporabnic)./ (I27)*. Dve udeleženki sta potrdili prisotnost tesnih vezi, vendar se ni spomnili imen upokojenk: */Ja …, po imenu ju ne poznam./ (E17); /Ja, imam prijateljico, ja, seveda. Podvprašanje: S katero? Za imena si zapomniti, za to sem pa slaba. (Kasneje se spomni imena gospe, ki je ni več v dnevnem varstvu)./ (D24)*.

Ob istem vprašanju je 8 udeležencev izrazilo **odsotnost tesnih vezi**: */Tako so, veste, kar zbežijo. Zbežijo, mislim niso taki, da bi se usedli in pogovarjali. Se mi zdi, da imajo otroke kje doma. Pa tudi sem jih pripeljejo./ (E16); /Ne, z vsemi se enako razumem, ni kakih posebnosti./ (A56); /Kej prav, da bi, ne vem, s kom. So nekateri tudi tako malo umaknjeni, ne moreš kar z njimi. Kar je pa od teh, pa ne vem, kaj bi rekla. Ne morem se zdaj odločit, da bi rekla, tale mi je všeč./ (H26); /Pa kaj jaz vem, nisem se še toliko, da bi se posvetila, da bi nekomu prav čisto*

osebno tako …/ (J25); /Mislim, ni takih, ki bi se zelo vezal na drugega, se mi zdi. Občutek imam, no./ (H28); /Ne vem, če bi kaj izbrala katerega, da bi rekla, ta mi je pa zelo všeč …/ (H30).

5) Kategorija: Zaznavanje razumljenosti

Na vprašanje o spominu na trenutek, ko so čutili, da jih drugi upokojenci v dnevnem varstvu razumejo, je udeleženka 9 pritrdila: */Ja, ja, ja (našteje tri imena upokojenk, s katerimi se počuti razumljeno), … saj pravim./ (I30).* Udeleženka 6 je izrazila, da se takšnega trenutka ne spomni: */Tudi ne. Tudi ne. Tako kot zdaj govorimo, zdaj na splošno, niti ne gledam, kdo me razume in kdo me ne razume. Kadar se pogovarjamo, pač se pogovarjamo in ne opazujem nobenega, kako bi kdo kdaj reagiral. Edino ti pravim, mogoče pa je kakšen, ki je proti, pa je tiho (smeh)./ (F29)*. Zaradi pomanjkanja časa za izvedbo intervjujev in odsotnosti spomina na trenutek povezanosti sem to vprašanje pri preostalih udeležencih izpustila.

6) Kategorija: Soočanje z medosebnimi konflikti

Večkrat se je med vprašanji o odnosih pojavila tema soočanja z medosebnimi konflikti. Izraziteje pa se je pojavila pri vprašanju, ali imajo v dnevnem varstvu koga, s katerim se slabo razumejo.

Udeleženka 7 je izrazila **prisotnost konfliktov v skupini**: */Takih je veliko, da tole delajo ne. Pa se pol skregajo pa stepejo pa ne vem kaj. Ja, sej se lepo mal poveš pa tako pa je čisto drugače ne, lepo./ (G24).* Tri udeleženke so izrazile, da **nimajo konfliktov** z nikomer v skupini: */Niti ne, jaz se z vsemi razumem. Ja …/ (E18); /Ne, ne z nobenim. Z nobenim nimam težave, ne, nič./ (F27).* Pet udeležencev je povedalo, da se **konfliktom izogiba z umikom**: */Razno je. Ampak tako, da bi se pa jaz jezila pa to, to pa ne. Se raje umaknem. Ker to se ne da popravljati. Take stvari. Ženske smo, kar nas nekaj prime pa kar take ratamo, ne./ (D23); /Uh, bog ne daj, da bi se potem komu zamerila. Če bi slučajno kaj rekla, bi rekel, mami, bodi srečna, karkoli, vidiš, da si srečna, da rečeš, da si vesela, kar si rekla sama na balkonu, kako ti je, da si kakor suženj, zdaj to upoštevaj. In to je to. Ja, ja. Tako da, to je tole./ (F24)*. Udeleženka 11 je povedala, da **nesoglasja hitro razčisti**: */Jaz, če se jezim na nekoga, je to hitro razčiščeno./ (K21)*. Udeleženka 4 je izrazila, da morebitne **konflikte rešuje mirno**: */Ja, jaz se ne kregam. Ne dovolim pa, da bi me poniževali. Recimo, če smo slučajno v tako situacijo prišli. Drugače se jaz ne kregam, meni to ni lepo./ (D20)*. Udeleženka 1 je izpostavila svojo **težnjo k prilagajanju v odnosih:** */V glavnem se rada prilagajam zahtevam in željam./ (A54)*. Dve udeleženki sta izrazili tudi, da **aktivno postavljata meje v odnosih**: */In tudi ocenjujem druge, če imam kakšne take pa še če bi bil*

nekdo, ki bi bil vsiljiv ali pa preveč agresiven, to bi hitro opazila in tudi opozorila./ (A76). Udeleženec 12 pa **v konfliktih prevzema mediatorsko vlogo**: */Takrat kadar sem jaz slabe volje, jih grem preučevati pa jih pomirjam z mirnim tonom. A nisi tega še videla?/ (L24)*.

4.2.2 Frekvenčna analiza opazovalnih podatkov o razpoloženju in povezanosti

V raziskavi analiziram pojavnost kazalnikov razpoloženja in povezanosti na skupinski ravni, torej v okviru celotne skupine udeležencev dnevnega varstva, in sicer znotraj treh faz opazovanja: pred delavnico, med njo in po njej. Pojavnost posameznega kazalnika (npr. veselja, zaskrbljenosti, pogovorov) je pri vsakem udeležencu v posamezni fazi zabeležena največ enkrat, ne glede na to, kolikokrat je bil kazalnik dejansko zaznan**. Ena enota** v frekvenčni analizi tako pomeni, da je bil izbran kazalnik pri določenem udeležencu opažen vsaj enkrat v določeni fazi opazovanja. Na primer: če je pri udeleženki 1 v fazi »med delavnico« opazovalka zaznala izraz zaskrbljenosti, to pomeni eno enoto zaskrbljenosti v tej fazi. Istočasno se ta enota všteje tudi v skupno pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja v tej fazi.

Skupna pojavnost kazalnikov v posamezni fazi opazovanja pomeni seštevek enot (tj. pojavov) določenih kazalnikov v celotni skupini v tej fazi. V raziskavi uporabim naslednje skupne pojavnosti:

- **Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja**: vključuje vse enote pozitivnih čustvenih izrazov (npr. veselje, zadovoljstvo), opaženih v skupini v določeni fazi. Na primer: če se v fazi po delavnici veselje pojavi pri treh udeležencih, zadovoljstvo pa pri petih in ni opaženih drugih kazalnikov pozitivnega razpoloženja, znaša skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja v tej fazi 8.
- **Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja**: vključuje vse enote negativnih čustvenih izrazov (npr. zaskrbljenost, utrujenost) v posamezni opazovalni fazi.
- **Skupna pojavnost povezovalnih interakcij**: vključuje vse opažene interakcije, ki kažejo na povezanost med udeleženci (npr. pogovor, izmenjava mnenj, očesni stik). Primer: če se med delavnico pogovor z drugimi pojavi pri 5 udeležencih in iskanje očesnega stika pri 3, drugih povezovalnih interakcij pa nismo zaznali, znaša skupna pojavnost povezovalnih interakcij med delavnico 8.

- **Skupna pojavnost interakcij umika**: pomeni skupno število opaženih pojavov vedenja, ki kažejo na socialni umik (drži se zase v tišini) v določeni fazi opazovanja.

Takšna predstavitev podatkov omogoča **natančno analizo skupinske dinamike** v posameznih fazah ustvarjalnega procesa.

S frekvenčno analizo so obdelani tudi podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki v dveh fazah: pred delavnico in po njej. Pri tem:

- **Skupna pojavnost pozitivnih čustev** označuje seštevek vseh pozitivnih čustev, ki so jih udeleženci izrazili v anketnem vprašalniku v posamezni fazi izpolnjevanja vprašalnikov (pred delavnico ali po njej). Vsako pozitivno čustvo, izraženo s strani udeleženca na anketnem vprašalniku, šteje kot ena enota.
- **Skupna pojavnost negativnih čustev** meri skupno število negativnih čustev, izraženih v skupini v določeni fazi izpolnjevanja vprašalnikov (pred delavnico ali po njej). Vsako negativno čustvo, izraženo s strani udeleženca na anketnem vprašalniku, šteje kot ena enota.

Prva delavnica – Risanje portretov

a) Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki

Vprašanje 1: Kako se počutite ta trenutek?

Na tej delavnici sem prvič uporabila anketni vprašalnik o počutju, ki ni bil ustrezno prilagojen razumevanju nekaterih udeležencev. Odstopanje podatkov, pridobljenih z opazovanjem, od podatkov, pridobljenih z anketnimi vprašalniki v prvi delavnici, v tem primeru pojasnjujem z nerazumevanjem merskega instrumenta s strani udeležencev.

Tabela 10: Odgovori na vprašanje o počutju – prva delavnica

D1: Vprašanje: Kako se počutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe**
Dobro	7	7	/
Nekaj vmes	3	4	zmerno povečanje (+1)
Slabo	1	0	zmerno zmanjšanje (–1)

Vprašanje o počutju je na anketnem vprašalniku prve delavnice imelo samo tri možne odgovore: dobro, nekaj vmes in slabo. Po tej delavnici sem dodala še dve možnosti (zelo dobro in zelo slabo), da bi zajela tudi manjše spremembe v razpoloženju.

Preverjanje H1: Iz podatkov v tabeli 10 je razvidno, da je 10 udeležencev delavnice ohranilo svoje začetno razpoloženje. Pozitivno spremembo razpoloženja iz slabega v bolj nevtralno je zaznati pri enem udeležencu. O boljšem razpoloženju po delavnici glede na fazo pred njo torej poroča 9 % udeleženih. Podatki H1 ne pritrjujejo. Čeprav velika večina udeležencev poroča o nespremenjenem pozitivnem razpoloženju (odsotnost spremembe razpoloženja), je smiselno izpostaviti, da delavnica njihovega razpoloženja ni poslabšala.

Vprašanje 2 – Kaj čutite ta trenutek?

Tabela 11: Odgovori na vprašanje o čustvih – prva delavnica

D1: Vprašanje: Kaj čutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe**
Povezanost	4	4	/
Sočutje	5	1	izrazito zmanjšanje (–4)
Zaupanje	8	3	izrazito zmanjšanje (–5)
Osamljenost	5	2	izrazito zmanjšanje (–3)
Veselje	7	4	izrazito zmanjšanje (–3)
Hvaležnost	6	3	izrazito zmanjšanje (–3)
Navdušenje	6	1	izrazito zmanjšanje (–5)
Moč	6	1	izrazito zmanjšanje (–5)
Nemoč	2	1	zmerno zmanjšanje (–1)
Žalost	0	2	zmerno povečanje (+2)
Frustracija	2	1	zmerno zmanjšanje (–1)
Zmedenost	3	3	/
Strast	2	0	zmerno zmanjšanje (–2)
Ljubosumje	2	0	zmerno zmanjšanje (–2)
Jeza	1	1	/

Število izpolnjenih vprašalnikov	11	8	zmerno zmanjšanje (−3)

Opomba: Kazalniki, označeni z okrepljeno in s poševno pisavo, so uporabljeni za preverjanje obeh hipotez (H1 in H2).

Preverjanje H1: Iz podatkov v tabeli 11 razberemo, da udeleženci po delavnici glede na stanje pred njo izrazito redkeje poročajo o pozitivnih čustvih zaupanja (−5), navdušenja (−5), moči (−5), sočutja (−4), veselja (−3), hvaležnosti (−3) in strasti (−1). Zmanjša se tudi pojavnost negativnih čustev ljubosumja (−2), nemoči (−1) in frustracije (−1), poveča pa se pojavnost žalosti (+2). Skupna pojavnost pozitivnih čustev se torej po delavnici glede na stanje pred njo zmanjša za 26 enot in skupna pojavnost negativnih čustev zmanjša za 2 enoti. Ti podatki potrjujejo H1, saj po delavnici kažejo zmanjšanje skupne pojavnosti negativnih čustev (za 2 enoti), hkrati pa sicer kažejo tudi na izrazito zmanjšanje pozitivnih čustev (−26).

Preverjanje H2: Udeleženci po delavnici izrazito redkeje poročajo o občutku zaupanja (−5) in sočutja (−4), enako pogosto pa o občutku povezanosti. Redkeje poročajo tudi o občutku osamljenosti (−3). Podatki kažejo na manjšo skupno pojavnost občutka osamljenosti (za 3 enote) po delavnici glede na stanje pred njo, kar potrjuje H2.

Pri interpretaciji teh podatkov moram upoštevati nekatere specifične okoliščine njihovega nastanka. Ob prvi delavnici so vsi udeleženci izpolnjevali enak anketni vprašalnik, ki je na vprašanje: »Kaj čutite ta trenutek?« ponujal 17 čustev, ki so jih prosto označili. Več kot polovica udeležencev je s tem vprašanjem imela težave. Pred delavnico sem večini udeležencev uspela individualno pomagati pri razumevanju vprašalnika, kar po delavnici zaradi omejenega časa ni bilo mogoče. Ugotovila sem, da nekateri udeleženci niso razumeli vprašanja o trenutnih čustvih, ampak so izbirali tista, ki so jih prepoznali kot znana ali pogosta v svojem življenju. Po delavnici nam ni ostalo dovolj časa, da bi udeležence usmerjala pri izpolnjevanju, poleg tega jih zaradi utrujenosti nekaj (3 udeleženci) vprašalnika ni izpolnilo. Pridobljeni podatki, prikazani v tabeli, so lahko odraz teh okoliščin.

b) Podatki, pridobljeni z opazovanjem

Skupna pojavnost kazalnikov razpoloženja

Tabela 12: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – prva delavnica

D1: Kazalniki pozitivnega razpoloženja	Pred delavnico (f)	Med delavnico (f)	Po delavnici (f)	Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico
Mirna sproščenost	2	7	2	izrazito povečanje med delavnico (+5), /
Radovednost	4	2	5	zmerno zmanjšanje med delavnico (–2), zmerno povečanje po delavnici (+1)
Veselje	0	3	2	izrazito povečanje med delavnico (+3), zmerno povečanje po delavnici (+2)
Zadovoljstvo	0	2	5	zmerno povečanje med delavnico (+2), izrazito povečanje po delavnici (+5)
Nasmehi	0	4	3	izrazito povečanje med delavnico (+4), izrazito povečanje po delavnici (+3)
Nevtralni obrazni izrazi	6	7	9	zmerno povečanje med delavnico (+1), izrazito povečanje po delavnici (+3)
Sproščena telesna drža	7	11	11	izrazito povečanje med delavnico (+4), izrazito povečanje po delavnici (+4)
Odprta telesna drža	7	4	10	izrazito zmanjšanje med delavnico (–3), izrazito povečanje po delavnici (+3)

Tabela 13: Kazalniki negativnega razpoloženja – prva delavnica

D1: Kazalniki negativnega razpoloženja	Pred delavnico (f)	Med delavnico (f)	Po delavnici (f)	Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico
Nezainteresiranost	1	0	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (–1) **/**
Utrujenost	3	2	3	zmerno zmanjšanje med delavnico (–1) /
Vznemirjenje	3	2	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (–1), izrazito zmanjšanje po delavnici (–3)

Zdolgočasenost	1	1	0	zmerno zmanjšanje po delavnici (−1) /
Zaskrbljeni obrazni izrazi	5	1	0	izrazito zmanjšanje med delavnico (−4), izrazito zmanjšanje po delavnici (−5)
Napeta telesna drža	3	0	0	izrazito zmanjšanje med delavnico (−3), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)
Zaprta telesna drža	4	3	1	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)

Preverjanje H1 s podatki iz tabel 12 in 13:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti mirne sproščenosti (+5), nasmehov (+4), sproščene telesne drže (+4) in veselja (+3), zmerno povečanje pojavnosti zadovoljstva (+2) in nevtralnih obraznih izrazov (+1) in zmanjšanje pojavnosti odprte telesne drže (−3) ter radovednosti. Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se med delavnico poveča za 14 enot;

– kazalniki negativnega razpoloženja: izrazito zmanjšanje pojavnosti zaskrbljenih obraznih izrazov (−4) in napete telesne drže (−3), zmerno zmanjšanje nezainteresiranosti (−1), utrujenosti (−1), vznemirjenja (−1) in zaprte telesne drže (−1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se med delavnico zmanjša za 11 enot.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti zadovoljstva (+5), nasmehov (+3), nevtralnih izrazov (+3), sproščene (+4) in odprte telesne drže (+3), zmerno povečanje pojavnosti veselja (+2) in radovednosti. Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se po delavnici poveča za 21 enot;

– kazalniki negativnega razpoloženja: izrazito zmanjšanje pojavnosti vznemirjenosti (−3), zaskrbljenih obraznih izrazov (−5), napete (−3) in zaprte telesne drže (−3) in zmerno zmanjšanje zdolgočasenosti (−1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se po delavnici zmanjša za 15 enot.

Podatki kažejo, da je prva delavnica uspešno spodbudila pozitivno razpoloženje udeležencev, in potrjujejo H1, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ugotavlja povečanje skupne pojavnosti kazalnikov pozitivnega razpoloženja in zmanjšanje skupne pojavnosti kazalnikov negativnega razpoloženja.

Skupna pojavnost kazalnikov socialnih interakcij

Tabela 14: Kazalniki socialnih interakcij – prva delavnica

D1: Kazalniki socialnih interakcij	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Izmenjuje si mnenja ali komentarje o delu	0	0	1	/ zmerno povečanje po delavnici (+1)
Išče očesni stik z drugimi	2	3	0	zmerno povečanje med delavnico (+1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Opazuje izdelke drugih	0	3	0	izrazito povečanje med delavnico (+3) /
Pogovarja se z drugimi	1	6	5	izrazito povečanje med delavnico (+5), izrazito povečanje po delavnici (+4)
Obrača se k drugim	3	6	2	izrazito povečanje med delavnico (+3), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Večinoma se drži zase v tišini	8	3	4	izrazito zmanjšanje med delavnico (−5), zmerno zmanjšanje po delavnici (−4)

<u>Preverjanje H2 na podlagi podatkov iz tabele 14:</u>

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– povezovalne interakcije: **izrazito** povečanje pogovorov z drugimi (+5), opazovanja izdelkov drugih (+3) in obračanja k drugim (+3) ter zmerno povečanje iskanja očesnega stika (+1). Med delavnico se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 12 enot;

– interakcija umika: med delavnico se izrazito zmanjša interakcija umika za 5 enot.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

– povezovalne interakcije: **izrazito** povečanje pogovarjanja z drugimi (+4), zmerno povečanje izmenjevanja mnenj in komentarjev o delu (+1) ter zmanjšanje iskanja očesnega stika (–2) in obračanja k drugim (–1). Po delavnici se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 2 enoti;

– interakcija umika: po delavnici se izrazito zmanjša interakcija umika za 4 enote.

Podatki nakazujejo na krepitev občutka povezanosti med udeleženci na prvi delavnici in potrjujejo H2, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ugotavlja povečanje skupne pojavnosti kazalnikov povezovalnih interakcij in zmanjšanje skupne pojavnosti interakcije umika.

Druga delavnica – Predstavim se s kolažem

a) Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki

Tabela 15: Odgovori na vprašanje o počutju – druga delavnica

D2: Vprašanje: Kako se počutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Ob koncu delavnice (f)**	**Spremembe**
Zelo dobro	2	1	Zmanjšanje (–1)
Dobro	6	6	/
Nekaj vmes	2	3	Povečanje (+1)
Slabo	1	1	/

Preverjanje H1: Iz podatkov, prikazanih v tabeli 15, je razvidno, da se je enemu udeležencu (9 % udeleženih) razpoloženje na delavnici poslabšalo iz »zelo dobro« pred delavnico na »nekaj vmes« po njej. Preostali udeleženci poročajo o nespremenjenem razpoloženju. Ti podatki nakazujejo, da delavnica ni spodbudila pozitivnega razpoloženja pri vsaj 60 % udeležencev, temveč ga zgolj poslabšala pri 9 % udeležencev, zato ne potrjujejo H1.

Tabela 16: Odgovori na vprašanje o čustvih – druga delavnica

D2: Vprašanje: Kaj čutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe**
Povezanost	4	6	Povečanje (+2)
Zaupanje	1	1	/
Sočutje	1	1	/
Osamljenost	2	2	/
Pomirjenost	6	4	Zmanjšanje (**–**2)
Veselje	2	1	Zmanjšanje (−1)
Hvaležnost	1	1	/
Navdušenje	1	2	Povečanje (+1)
Moč	1	0	Zmanjšanje (−1)
Žalost	1	1	/
Razočaranje	1	1	/
Število izpolnjenih vprašalnikov	10	9	Zmanjšanje (−1)

Opomba: Kazalniki, označeni z okrepljeno in s poševno pisavo, so uporabljeni za preverjanje obeh hipotez (H1 in H2).

Preverjanje H1: Iz podatkov v tabeli 16 razberemo, da udeleženci po delavnici glede na stanje pred njo manj pogosto poročajo o pozitivnih čustvih pomirjenosti (−2), veselja (−1) in moči (−1), poveča pa se pojavnost pozitivnih čustev povezanosti (+2) in navdušenja (+1). Skupna pojavnost pozitivnih čustev se torej po delavnici zmanjša za 1 enoto. Skupna pojavnost negativnih čustev pred delavnico in po njej ostaja enaka. Ti podatki ne potrjujejo H1.

Preverjanje H2: Udeleženci po delavnici pogosteje poročajo o občutku povezanosti (+2), vendar v primerjavi s stanjem pred delavnico občutki zaupanja, sočutja in osamljenosti ostajajo nespremenjeni. Podatki kažejo na okrepitev občutka povezanosti po delavnici, kar potrjuje H2.

b) Podatki, pridobljeni z opazovanjem

Skupna pojavnost kazalnikov razpoloženja

Tabela 17: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – druga delavnica

D2: Kazalniki pozitivnega razpoloženja	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Mirna sproščenost	3	4	3	zmerno povečanje med delavnico (+1)
Ponos	0	0	1	zmerno povečanje po delavnici (+1)
Radovednost	4	4	2	zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Veselje	0	2	3	zmerno povečanje med delavnico (+2), izrazito povečanje po delavnici (+3)
Zadovoljstvo	0	2	3	zmerno povečanje med delavnico (+2), izrazito povečanje po delavnici (+3)
Nasmehi	4	5	5	zmerno povečanje med delavnico (+1)
Nevtralni izrazi	5	5	5	/
Sproščena telesna drža	8	7	7	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Odprta telesna drža	7	4	5	izrazito zmanjšanje med delavnico (−3), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)

Tabela 18: Kazalniki negativnega razpoloženja – druga delavnica

D2: Kazalniki negativnega razpoloženja	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Nezainteresiranost	2	2	2	**/**
Utrujenost	5	0	2	izrazito zmanjšanje med delavnico (−5), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)
Vznemirjenje	3	1	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (−2), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)
Zdolgočasenost	1	1	0	zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Zmedenost	0	1	0	zmerno povečanje med delavnico (+1)

Zaskrbljeni izrazi	1	1	0	zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Napeta telesna drža	2	3	2	zmerno povečanje med delavnico (+1)
Zaprta telesna drža	2	3	3	zmerno povečanje med delavnico (+1), zmerno povečanje po delavnici (+1)

Preverjanje H1 s podatki iz tabel 17 in 18:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: **zmerno** povečanje pojavnosti veselja (+2), zadovoljstva (+2), mirne sproščenosti (+1), nasmehov (+1) in zmanjšanje pojavnosti odprte (−3) ter sproščene telesne drže (−1). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se med delavnico poveča za 2 enoti;

– kazalniki negativnega razpoloženja: **izrazito** zmanjšanje pojavnosti utrujenosti (−5), zmerno zmanjšanje vznemirjenja (−2) in zmerno povečanje zmedenosti (+1), napete (+1) in zaprte telesne drže (+1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se med delavnico zmanjša za 4 enote.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti veselja (+3), zadovoljstva (+3), zmerno povečanje pojavnosti ponosa (+1) in zmerno zmanjšanje radovednosti (−2), sproščene (−1) in odprte telesne drže (−1). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se po delavnici poveča za 3 enote;

– kazalniki negativnega razpoloženja: izrazito zmanjšanje pojavnosti utrujenosti (−3), vznemirjenja (−3), zmerno zmanjšanje zdolgočasenosti (−1) in zaskrbljenih izrazov (−1) ter povečanje zaprte telesne drže (+1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se po delavnici zmanjša za 7 enot.

Podatki kažejo, da je druga delavnica uspešno spodbudila pozitivno razpoloženje udeležencev, in potrjujejo H1, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ugotavlja povečanje skupne pojavnosti kazalnikov pozitivnega razpoloženja in zmanjšanje skupne pojavnosti kazalnikov negativnega razpoloženja.

Skupna pojavnost kazalnikov socialnih interakcij

Tabela 19: Kazalniki socialnih interakcij – druga delavnica

D2: Kazalniki socialnih interakcij	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Izmenjuje si mnenja ali komentarje o delu	0	0	1	zmerno povečanje po delavnici (+1)
Išče očesni stik z drugimi	2	0	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (−2), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Opazuje izdelke drugih	0	5	0	izrazito povečanje med delavnico (+5)
Pogovarja se z drugimi	2	6	5	izrazito povečanje med delavnico (+4), izrazito povečanje po delavnici (+3)
Obrača se k drugim	2	3	1	zmerno povečanje med delavnico (+1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Večinoma se drži zase v tišini	6	1	3	izrazito zmanjšanje med delavnico (−5), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)

Preverjanje H2 na podlagi podatkov iz tabele 19:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

- povezovalne interakcije: izrazito povečanje opazovanja izdelkov drugih (+5) in pogovorov z drugimi (+4), zmerno povečanje obračanja k drugim (+1) in zmerno zmanjšanje iskanja očesnih stikov z drugimi (−2). Med delavnico se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 8 enot;
- interakcija umika: med delavnico se izrazito zmanjša interakcija umika za 5 enot.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

- povezovalne interakcije: izrazito povečanje pogovarjanja z drugimi (+3), zmerno povečanje izmenjevanja mnenj ali komentarjev o delu (+1) in zmerno zmanjšanje iskanja očesnega stika (−2) ter obračanja k drugim (−1). Po delavnici se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 1 enoto;

– interakcija umika: po delavnici se izrazito zmanjša interakcija umika za 3 enote.

Podatki nakazujejo na krepitev občutka povezanosti med udeleženci na drugi delavnici in potrjujejo H2, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ugotavlja povečanje skupne pojavnosti kazalnikov povezovalnih interakcij (za 8 enot med delavnico in 1 enoto po njej) in zmanjšanje skupne pojavnosti interakcije umika (za 5 enot med delavnico in 3 enote po njej).

Tretja delavnica – slikanje pobarvank

a) Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki

Tabela 20: Odgovori na vprašanje o počutju – tretja delavnica

D3: Vprašanje: Kako se počutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Ob koncu delavnice (f)**	**Spremembe**
Zelo dobro	0	0	/
Dobro	6	6	/
Nekaj vmes	3	5	Povečanje (+2)
Slabo	2	0	Zmanjšanje (–2)
Zelo slabo	0	0	/

Preverjanje H1: Iz podatkov, prikazanih v tabeli 20, je razvidno, da se je dvema udeležencema (18 % udeleženih) razpoloženje na delavnici izboljšalo s »slabo« pred delavnico na »nekaj vmes« po njej. Preostali udeleženci poročajo o nespremenjenem razpoloženju. Ti podatki nakazujejo, da delavnica NI spodbudila izboljšala razpoloženja pri vsaj 60 % udeležencev, temveč zgolj pri 18 % in ne potrjujejo H1.

Tabela 21: Odgovori na vprašanje o čustvih – tretja delavnica

D3: Vprašanje: Kaj čutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe**
Povezanost	6	5	zmanjšanje (–1)
Zaupanje	2	2	/
Sočutje	1	0	zmanjšanje (–1)

Osamljenost	1	0	zmanjšanje (−1)
Pomirjenost	7	6	zmanjšanje (−1)
Prestrašenost	1	0	zmanjšanje (−1)
Veselje	2	1	zmanjšanje (−1)
Hvaležnost	2	2	/
Navdušenje	1	2	povečanje (+1)
Moč	2	2	/
Nemoč	1	0	zmanjšanje (−1)
Žalost	2	1	zmanjšanje (−1)
Frustracija	1	0	zmanjšanje (−1)
Zmedenost	0	1	povečanje (+1)
Razočaranje	1	0	zmanjšanje (−1)
Število izpolnjenih vprašalnikov	12	11	zmanjšanje (−1)

Opomba: Kazalniki, označeni z okrepljeno in s poševno pisavo, so uporabljeni za preverjanje obeh hipotez (H1 in H2).

Preverjanje H1: Iz podatkov v tabeli 21 razberemo, da udeleženci po delavnici glede na stanje pred njo bolj pogosto poročajo o pozitivnih čustvih navdušenja (+1), zmanjša pa se pojavnost pozitivnih čustev povezanosti (−1), sočutja (−1), pomirjenosti (−1) in veselja (−1). Skupna pojavnost pozitivnih čustev se torej po delavnici glede na stanje pred njo zmanjša za 3 enote. Redkeje poročajo tudi o negativnih čustvih prestrašenosti (−1), osamljenosti (−1), nemoči (−1), žalosti (−1), frustracije (−1) in razočaranja (−1) ter pogosteje o čustvu zmedenosti (+1). Skupna pojavnost negativnih čustev se torej zmanjša za 5 enot. Ti podatki potrjujejo H1, saj po delavnici kljub zmanjšanju skupne pojavnosti pozitivnih čustev kažejo tudi na še večje zmanjšanje skupne pojavnosti negativnih čustev.

Preverjanje H2: Udeleženci po delavnici redkeje poročajo o občutku povezanosti (−1), sočutja (−1) in osamljenosti (−1) kot pred njo. Pojavnost zaupanja ostaja nespremenjena. Redkeje poročajo tudi o občutku osamljenosti (−1), kar potrjuje H2.

a) Podatki, pridobljeni z opazovanjem

Skupna pojavnost kazalnikov razpoloženja

Tabela 22: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – tretja delavnica

D3: Kazalniki pozitivnega razpoloženja	Pred delavnico (f)	Med delavnico (f)	Po delavnici (f)	Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico
Mirna sproščenost	8	3	6	izrazito zmanjšanje med delavnico (–5), zmerno zmanjšanje po delavnici (–2)
Radovednost	3	3	5	zmerno povečanje po delavnici (+2)
Veselje	0	3	4	izrazito povečanje med delavnico (+3), izrazito povečanje po delavnici (+4)
Zadovoljstvo	0	2	3	zmerno povečanje med delavnico (+2), izrazito povečanje po delavnici (+3)
Nasmehi	5	7	6	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno povečanje po delavnici (+1)
Nevtralni izrazi	5	5	4	zmerno zmanjšanje po delavnici (–1)
Sproščena telesna drža	9	7	9	zmerno zmanjšanje med delavnico (–2)
Odprta telesna drža	10	8	10	zmerno zmanjšanje med delavnico (–2)

Tabela 23: Kazalniki negativnega razpoloženja – tretja delavnica

D3: Kazalniki negativnega razpoloženja	Pred delavnico (f)	Med delavnico (f)	Po delavnici (f)	Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico
Nezainteresiranost	0	1	0	zmerno povečanje med delavnico (+1)
Utrujenost	1	1	1	/
Vznemirjenje	1	3	2	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno povečanje po delavnici (+1)
Zaskrbljeni izrazi	2	2	0	zmerno zmanjšanje po delavnici (–2)
Napeta telesna drža	2	3	2	zmerno povečanje med delavnico (+1)

Zaprta telesna drža	1	1	0	zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)

Preverjanje H1 s podatki iz tabel 22 in 23:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

- kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti veselja (+3), **zmerno** povečanje pojavnosti zadovoljstva (+2) in nasmehov (+2) ter zmanjšanje pojavnosti mirne sproščenosti (−5), sproščene (−2) in odprte telesne drže (−2). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se med delavnico ne spremeni glede na stanje pred njo;
- kazalniki negativnega razpoloženja: zmerno povečanje nezainteresiranosti (+1), vznemirjenja (+2) in napete telesne drže (+1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se med delavnico poveča za 4 enote.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

- kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti veselja (+4) in zadovoljstva (+3), **zmerno** povečanje pojavnosti radovednosti (+2) in nasmehov (+1). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se po delavnici poveča za 10 enot;
- kazalniki negativnega razpoloženja: zmerno povečanje pojavnosti vznemirjenosti (+1) in zmanjšanje zaskrbljenih izrazov (−2) ter zaprte telesne drže (−1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se po delavnici zmanjša za 2 enoti.

Podatki kažejo, da je tretja delavnica uspešno spodbudila pozitivno razpoloženje udeležencev, in potrjujejo H1, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi po delavnici glede na fazo pred delavnico kaže, da se skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja poveča (za 10 enot) in kazalnikov negativnega razpoloženja zmanjša (za 2 enoti). Med delavnico sicer opazimo drugačen trend – povečanje skupne pojavnosti kazalnikov negativnega razpoloženja (+ 4 enote) in enaka pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja glede na opazovalno fazo pred delavnico.

Skupna pojavnost kazalnikov socialnih interakcij

Tabela 24: Kazalniki socialnih interakcij – tretja delavnica

D3: Kazalniki socialnih interakcij	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Izmenjuje si mnenja ali komentarje o delu	0	0	4	izrazito povečanje po delavnici (+4)
Išče očesni stik z drugimi	0	0	1	zmerno povečanje po delavnici (+1)
Opazuje izdelke drugih	0	5	0	izrazito povečanje med delavnico (+5)
Pogovarja se z drugimi	6	7	4	zmerno povečanje med delavnico (+1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Pohvali delo drugih	0	0	1	zmerno povečanje po delavnici (+1)
Obrača se k drugim	4	3	2	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Večinoma se drži zase v tišini	1	3	2	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno povečanje po delavnici (+1)

Preverjanje H2 na podlagi podatkov iz tabele 24:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– povezovalne interakcije: **izrazito** povečanje opazovanja izdelkov drugih (+5), zmerno povečanje pogovarjanja z drugimi (+1) in zmanjšanje obračanja k drugim (−1). Med delavnico se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 5 enot;

– interakcija umika: med delavnico se zmerno poveča interakcija umika za 2 enoti.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

– povezovalne interakcije: **izrazito** povečanje izmenjevanja mnenj ali komentarjev o delu (+4), zmerno povečanje iskanja očesnega stika (+1), dajanja pohval drugim (+1) in zmanjšanje pogovarjanja z drugimi (−2) ter obračanja k drugim (−2). Po delavnici se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 2 enoti;

– interakcija umika: po delavnici se zmerno poveča interakcija umika za 1 enoto.

Podatki ne potrjujejo H2, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ne ugotavlja zmanjšanja pojavnosti interakcije umika med delavnico ali po njej.

Četrta delavnica – Oblikovanje glinenih vaz

a) Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki

Tabela 25: Odgovori na vprašanje o počutju – četrta delavnica

D4: Vprašanje: Kako se počutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Ob koncu delavnice (f)**	**Spremembe**
Zelo dobro	0	0	/
Dobro	8	5	zmanjšanje (–3)
Nekaj vmes	1	5	precejšnje povečanje (+4)
Slabo	1	0	zmanjšanje (–1)
Zelo slabo	0	0	/

Preverjanje H1: Iz podatkov, prikazanih v tabeli 25, je razvidno, da se je enemu udeležencu (10 % udeleženih) razpoloženje na delavnici izboljšalo s »slabo« na »nekaj vmes« in trem udeležencem poslabšalo z »dobro« pred delavnico na »nekaj vmes« po njej. Preostali udeleženci poročajo o nespremenjenem razpoloženju. Ti podatki nakazujejo, da delavnica ni spodbudila pozitivnega razpoloženja pri vsaj 60 % udeležencev, temveč zgolj pri 10 %, kar ne potrjujejo H1.

Tabela 26: Odgovori na vprašanje o čustvih – četrta delavnica

D4: Vprašanje: Kaj čutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe**
Povezanost	Š6	5	zmanjšanje (–1)
Zaupanje	1	0	zmanjšanje (–1)
Osamljenost	4	3	zmanjšanje (–1)

Pomirjenost	6	8	povečanje (+2)
Prestrašenost	1	1	/
Veselje	0	1	povečanje (+1)
Moč	1	1	/
Nemoč	2	1	zmanjšanje (−1)
Žalost	1	1	/
Število izpolnjenih vprašalnikov	11	10	zmanjšanje (−1)

Opomba: Kazalniki, označeni z okrepljeno in s poševno pisavo, so uporabljeni za preverjanje obeh hipotez (H1 in H2.

Preverjanje H1: Iz podatkov v tabeli 26 razberemo, da udeleženci po delavnici glede na stanje pred njo bolj pogosto poročajo o pozitivnih čustvih pomirjenosti (+2) in veselja (+1), zmanjša pa se pojavnost pozitivnih čustev povezanosti (−1) in zaupanja (−1). Zmanjša se tudi pojavnost negativnih čustev osamljenosti (−1) in nemoči (−1).

Skupna pojavnost pozitivnih čustev se torej po delavnici glede na stanje pred njo poveča za 1 enoto, skupna pojavnost negativnih čustev pa zmanjša za 2 enoti. Ti podatki potrjujejo H1, saj kažejo povečanje skupne pojavnosti pozitivnih in zmanjšanje skupne pojavnosti negativnih čustev po delavnici.

Preverjanje H2: Udeleženci po delavnici redkeje poročajo o občutku povezanosti (−1), zaupanja (−1) in osamljenosti (−1) kot pred njo. Podatki potrjujejo H2.

b) Podatki, pridobljeni z opazovanjem

Skupna pojavnost kazalnikov razpoloženja

Tabela 27: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – četrta delavnica

D4: Kazalniki pozitivnega razpoloženja	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Mirna sproščenost	7	6	7	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1)
Radovednost	2	1	1	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)

Veselje	2	3	1	zmerno povečanje med delavnico (+1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Zadovoljstvo	0	1	4	zmerno povečanje med delavnico (+1), izrazito povečanje po delavnici (+4)
Zainteresiranost	1	0	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Nasmehi	3	2	4	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), zmerno povečanje po delavnici (+1)
Nevtralni izrazi	9	8	6	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)
Sproščena telesna drža	11	11	9	zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Odprta telesna drža	8	8	6	zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)

Tabela 28: Kazalniki negativnega razpoloženja – četrta delavnica

D4: Kazalniki negativnega razpoloženja	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Nezainteresiranost	1	1	0	zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Utrujenost	1	2	0	zmerno povečanje med delavnico (+1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Vznemirjenje	0	1	0	zmerno povečanje med delavnico (+1)
Zaskrbljeni izrazi	0	2	0	zmerno povečanje med delavnico (+2)
Zaprta telesna drža	3	3	1	zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)

Preverjanje H1 s podatki iz tabel 27 in 28:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: zmerno povečanje pojavnosti veselja (+1) in zadovoljstva (+1) ter zmerno zmanjšanje pojavnosti mirne sproščenosti (−1), radovednosti (−1), zainteresiranosti (−1), nasmehov (−1) in nevtralnih izrazov (−1).

Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se med delavnico zmanjša za 3 enote;

– kazalniki negativnega razpoloženja: zmerno povečanje pojavnosti zaskrbljenih izrazov (+2), utrujenosti (+1) in vznemirjenja (+1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se med delavnico poveča za 4 enote.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti zadovoljstva (+4), **zmerno** povečanje pojavnosti nasmehov (+1) in zmanjšanje pojavnosti nevtralnih izrazov (−3), sproščene (−2) in odprte (−2) telesne drže, radovednosti (−1), veselja (−1), zainteresiranosti (−1). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se po delavnici zmanjša za 5 enot;

– kazalniki negativnega razpoloženja: zmerno zmanjšanje pojavnosti zaprte telesne drže (−2), nezainteresiranosti (−1) in utrujenosti (−1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se po delavnici zmanjša za 4 enote.

Podatki kažejo na zmanjšanje skupne pojavnosti kazalnikov pozitivnega razpoloženja med delavnico in po njej glede na stanje pred njo. Hkrati med delavnico kažejo povečanje skupne pojavnosti kazalnikov negativnega razpoloženja. Četrta delavnica torej ni spodbudila pozitivnega razpoloženja udeležencev, kar ne potrjuje H1.

Skupna pojavnost kazalnikov socialnih interakcij

Tabela 29: Kazalniki socialnih interakcij – četrta delavnica

D4: Kazalniki socialnih interakcij	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Izmenjuje si mnenja ali komentarje o delu	0	0	2	zmerno povečanje po delavnici (+2)
Išče očesni stik z drugimi	8	1	0	izrazito zmanjšanje med delavnico (−7), izrazito zmanjšanje po delavnici (−8)

Opazuje izdelke drugih	0	5	0	izrazito povečanje med delavnico (+5), izrazito zmanjšanje po delavnici (−5)
Pogovarja se z drugimi	3	3	3	/
Obrača se k drugim	8	6	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (−2), izrazito zmanjšanje po delavnici (−8)
Večinoma se drži zase v tišini	3	3	5	zmerno povečanje po delavnici (+2)

Preverjanje H2 na podlagi podatkov iz tabele 29:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

- povezovalne interakcije: izrazito povečanje opazovanja izdelkov drugih (+5) in izrazito zmanjšanje iskanja očesnega stika (−7) ter zmerno zmanjšanje obračanja k drugim (−2). Med delavnico se skupna pojavnost povezovalnih interakcij zmanjša za 4 enote;
- interakcija umika: med delavnico pojavnost interakcije umika ostaja na enaki ravni kot pred njo.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

- povezovalne interakcije: zmerno povečanje izmenjevanja komentarjev in mnenj o delu (+2) in izrazito zmanjšanje iskanja očesnega stika (−8), obračanja k drugim (−8) in opazovanja izdelkov drugih (−5). Po delavnici se skupna pojavnost povezovalnih interakcij zmanjša za 19 enot;
- interakcija umika: po delavnici se zmerno poveča interakcija umika za 2 enoti.

Podatki ne nakazujejo na krepitev občutka povezanosti med udeleženci na prvi delavnici in ne potrjujejo H2, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ugotavlja zmanjšanje skupne pojavnosti kazalnikov povezovalnih interakcij in povečanje skupne pojavnosti interakcije umika.

Peta delavnica – volnene rože

a) Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki

Tabela 30: Odgovori na vprašanje o počutju – peta delavnica

D5: Vprašanje: Kako se počutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Ob koncu delavnice (f)**	**Spremembe**
Zelo dobro	1	1	/
Dobro	6	8	povečanje (+2)
Nekaj vmes	2	2	/
Slabo	2	0	zmanjšanje (−2)
Zelo slabo	0	0	/

Preverjanje H1: Iz podatkov, prikazanih v tabeli 30, je razvidno, da se je dvema udeležencema (18 % udeleženih) razpoloženje na delavnici izboljšalo s slabega pred delavnico na dobro po njej. Preostali udeleženci poročajo o nespremenjenem razpoloženju. Ti podatki nakazujejo, da delavnica ni spodbudila pozitivnega razpoloženja pri vsaj 60 % udeležencev, temveč zgolj pri 18 %, kar ne potrjuje H1.

Tabela 31: Odgovori na vprašanje o čustvih – peta delavnica

D5: Vprašanje: Kaj čutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe**
Povezanost	6	7	povečanje (+1)
Sočutje	1	1	/
Zaupanje	3	2	zmanjšanje (−1)
Osamljenost	3	1	zmanjšanje (−2)
Pomirjenost	7	7	/
Prestrašenost	1	0	zmanjšanje (−1)
Veselje	1	2	povečanje (+1)
Hvaležnost	2	0	zmanjšanje (−2)
Navdušenje	1	2	povečanje (+1)

Moč	1	0	zmanjšanje (−1)
Nemoč	2	1	zmanjšanje (−1)
Žalost	1	2	povečanje (+1)
Zmedenost	0	1	povečanje (+1)
Razočaranje	0	1	povečanje (+1)
Število izpolnjenih vprašalnikov	11	11	/

Opomba: Kazalniki, označeni z okrepljeno in s poševno pisavo, so uporabljeni za preverjanje obeh hipotez (H1 in H2).

Preverjanje H1: Iz podatkov v tabeli 31 razberemo, da udeleženci po delavnici glede na stanje pred njo bolj pogosto poročajo o pozitivnih čustvih povezanosti (+1), veselja (+1) in navdušenja (+1), zmanjša pa se pojavnost pozitivnih čustev hvaležnosti (−2), zaupanja in moči (−1). Redkeje po delavnici poročajo tudi o negativnih čustvih osamljenosti (−2), prestrašenosti (−1) in nemoči (−1), pogosteje pa o negativnih čustvih žalosti (+1), zmedenosti (+1) in razočaranja (+1). Skupna pojavnost pozitivnih čustev se torej po delavnici glede na stanje pred njo zmanjša za 1 enoto in skupna pojavnost negativnih čustev zmanjša za 1 enoto. Ti podatki potrjujejo H1, saj kažejo rahlo zmanjšanje skupne pojavnosti negativnih čustev po delavnici (za 1 enoto).

Preverjanje H2: Udeleženci po delavnici pogosteje poročajo o občutku povezanosti (+1), redkeje pa o občutku osamljenosti (−2) in zaupanja (−1) kot pred njo. Pojavnost sočutja ostaja nespremenjena. Iz podatkov lahko sklepamo na rahlo okrepitev občutka povezanosti med delavnico, zato potrjujejo H2.

a) Podatki, pridobljeni z opazovanjem

Skupna pojavnost kazalnikov razpoloženja

Tabela 32: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – peta delavnica

D5: Kazalniki pozitivnega razpoloženja	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Mirna sproščenost	4	7	10	izrazito povečanje med delavnico (+3), izrazito povečanje po delavnici (+6)
Ponos	0	1	0	zmerno povečanje med delavnico (+1)

Radovednost	3	5	2	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Veselje	0	2	5	zmerno povečanje med delavnico (+2), izrazito povečanje po delavnici (+5)
Zadovoljstvo	1	7	6	izrazito povečanje med delavnico (+6), izrazito povečanje po delavnici (+5)
Nasmehi	3	1	4	zmerno zmanjšanje med delavnico (−2), zmerno povečanje po delavnici (+1)
Nevtralni izrazi	4	7	6	izrazito povečanje med delavnico (+3), zmerno povečanje po delavnici (+2)
Sproščena telesna drža	6	8	10	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno povečanje po delavnici (+4)
Odprta telesna drža	5	4	4	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)

Tabela 33: Kazalniki negativnega razpoloženja – peta delavnica

D5: Kazalniki negativnega razpoloženja	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Nezainteresiranost	1	0	1	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1)
Utrujenost	2	2	1	zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Vznemirjenje	4	2	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (−2), izrazito zmanjšanje po delavnici (−4)
Zdolgočasenost	1	0	1	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1)
Zmedenost	0	2	0	zmerno povečanje med delavnico (+2)
Zaskrbljeni izrazi	3	2	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)
Napeta telesna drža	4	1	0	izrazito zmanjšanje med delavnico (−3), izrazito zmanjšanje po delavnici (−4)
Zaprta telesna drža	5	1	0	izrazito zmanjšanje med delavnico (−4), izrazito zmanjšanje po delavnici (−5)

Skupna pojavnost kazalnikov razpoloženja in povezanosti

Preverjanje H1 s podatki iz tabel 32 in 33:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti zadovoljstva (+6), mirne sproščenosti (+3) in nevtralnih izrazov (+3), zmerno povečanje pojavnosti radovednosti (+2), veselja (+2), sproščene telesne drže (+2) in ponosa (+1) ter zmanjšanje pojavnosti nasmehov (−2) ter odprte telesne drže (−1). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se med delavnico poveča za 16 enot;

– kazalniki negativnega razpoloženja: izrazito zmanjšanje pojavnosti zaprte (−4) in napete (−3) telesne drže, zmerno zmanjšanje vznemirjenja (−2), nezainteresiranosti (−1), zdolgočasenosti (−1) ter zaskrbljenih izrazov (−1). Zmerno povečanje zmedenosti (+2). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se med delavnico zmanjša za 10 enot.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti mirne sproščenosti (+6), veselja (+5), zadovoljstva (+5), sproščene telesne drže (+4) in zmerno povečanje pojavnosti nevtralnih izrazov (+2) ter nasmehov (+1). Zmerno zmanjšanje pojavnosti radovednosti (−1) in odprte telesne drže (−1). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se po delavnici poveča za 21 enot;

– kazalniki negativnega razpoloženja: izrazito zmanjšanje pojavnosti zaprte (−5) in napete (−4) telesne drže, vznemirjenosti (−4), zaskrbljenih izrazov (−3) in ter zmerno zmanjšanje utrujenosti (−1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se po delavnici zmanjša za 17 enot.

Podatki kažejo, da je peta delavnica uspešno spodbudila pozitivno razpoloženje udeležencev, in potrjujejo H1, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ugotavlja povečanje skupne pojavnosti kazalnikov pozitivnega razpoloženja in zmanjšanje skupne pojavnosti kazalnikov negativnega razpoloženja.

Skupna pojavnost kazalnikov socialnih interakcij

Tabela 34: Kazalniki socialnih interakcij – peta delavnica

D5: Kazalniki socialnih interakcij	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Izmenjuje si mnenja ali komentarje o delu	0	0	4	izrazito povečanje po delavnici (+4)
Išče očesni stik z drugimi	3	1	1	zmerno zmanjšanje med delavnico (−2), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Opazuje izdelke drugih	0	6	0	izrazito povečanje med delavnico (+6)
Pogovarja se z drugimi	3	2	6	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), izrazito povečanje po delavnici (+3)
Pohvali delo drugih	0	0	4	izrazito povečanje po delavnici (+4)
Obrača se k drugim	5	1	3	izrazito zmanjšanje med delavnico (−4), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Večinoma se drži zase v tišini	5	7	4	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)

Preverjanje H2 na podlagi podatkov iz tabele 34:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– povezovalne interakcije: **izrazito** povečanje opazovanja izdelkov drugih (+6) in zmanjšanje obračanja k drugim (−4), iskanja očesnega stika (−2) in pogovarjanja z drugimi (−2). Med delavnico se skupna pojavnost povezovalnih interakcij zmanjša za 2 enoti;

– interakcija umika: med delavnico se zmerno poveča interakcija umika za 2 enoti.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

– povezovalne interakcije: **izrazito** povečanje izmenjevanja mnenj in komentarjev o delu (+4), pohval delu drugih (+4), pogovarjanja z drugimi (+3) in zmerno zmanjšanje iskanja očesnega stika (−2) in obračanja k drugim (−2). Po delavnici se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 7 enot;

– interakcija umika: po delavnici se zmerno zmanjša interakcija umika za 1 enoto.

Podatki nakazujejo na krepitev občutka povezanosti med udeleženci na prvi delavnici in potrjujejo H2, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ugotavlja zmanjšanje skupne pojavnosti interakcije umika in povečanje povezovalnih interakcij v fazi po delavnici.

Šesta delavnica – volneni podstavki za skodelice

a) Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki

Tabela 35: Odgovori na vprašanje o počutju – šesta delavnica

D6: Vprašanje: Kako se počutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Ob koncu delavnice (f)**	**Spremembe**
Zelo dobro	0	1	povečanje (+1)
Dobro	7	8	povečanje (+1)
Nekaj vmes	2	0	zmanjšanje (–2)
Slabo	0	0	/
Zelo slabo	0	0	/

Preverjanje H1: Iz podatkov, prikazanih v tabeli 35, je razvidno, da se je dvema udeležencema (22 % udeleženih) razpoloženje med delavnico izboljšalo z »nekaj vmes« pred delavnico na »dobro« in »zelo dobro« po njej. Preostali udeleženci poročajo o nespremenjenem razpoloženju. Ti podatki nakazujejo, da delavnica ni spodbudila pozitivnega razpoloženja pri vsaj 60 % udeležencev, temveč zgolj pri 22 %, kar ne potrjuje H1.

Tabela 36: Odgovori na vprašanje o čustvih – šesta delavnica

D6: Vprašanje: Kaj čutite ta trenutek?	**Pred delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe**
Povezanost	9	7	zmanjšanje (–2)
Zaupanje	2	2	/
Sočutje	1	0	zmanjšanje (–1)
Osamljenost	3	1	zmanjšanje (–2)

Pomirjenost	6	7	povečanje (+1)
Prestrašenost	1	0	zmanjšanje (−1)
Veselje	2	3	povečanje (+1)
Hvaležnost	1	3	povečanje (+2)
Navdušenje	2	3	povečanje (+1)
Moč	1	3	povečanje (+2)
Nemoč	1	1	/
Žalost	1	1	/
Strast	0	1	povečanje (+1)
Število izpolnjenih vprašalnikov	11	11	/

Opomba: Kazalniki, označeni z okrepljeno in s poševno pisavo, so uporabljeni za preverjanje obeh hipotez (H1 in H2).

Preverjanje H1: Iz podatkov v tabeli 36 razberemo, da udeleženci po delavnici glede na stanje pred njo bolj pogosto poročajo o pozitivnih čustvih hvaležnosti (+2), moči (+2), pomirjenosti (+1), veselja (+1), navdušenja (+1) in strasti (+1), zmanjša pa se pojavnost pozitivnih čustev povezanosti (−2), sočutja (−1). Hkrati redkeje poročajo o negativnih čustvih osamljenosti (−2) in prestrašenosti (−1). Skupna pojavnost pozitivnih čustev se torej po delavnici glede na stanje pred njo poveča za 5 enot, skupna pojavnost negativnih čustev pa zmanjša za 3 enote. Ti podatki potrjujejo H1, saj kažejo povečanje skupne pojavnosti pozitivnih in zmanjšanje skupne pojavnosti negativnih čustev po delavnici.

Preverjanje H2: Udeleženci po delavnici redkeje poročajo o občutku povezanosti (−2), osamljenosti (−2) in sočutja (−1) kot pred njo. Pojavnost čustva zaupanja ostaja nespremenjena. Zmanjšanje poročanju o občutku osamljenosti po delavnici potrjuje H2 kljub hkratnemu zmanjšanju povezovalnih interakcij.

b) Podatki, pridobljeni z opazovanjem

Skupna pojavnost kazalnikov razpoloženja

Tabela 37: Kazalniki pozitivnega razpoloženja – šesta delavnica

D6: Kazalniki pozitivnega razpoloženja	Pred delavnico (f)	Med delavnico (f)	Po delavnici (f)	Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico
Mirna sproščenost	5	7	8	zmerno povečanje med delavnico (+2), izrazito povečanje po delavnici (+3)
Radovednost	4	4	0	izrazito zmanjšanje po delavnici (−4)
Veselje	0	1	0	zmerno povečanje med delavnico (+1)
Zadovoljstvo	1	3	7	zmerno povečanje med delavnico (+2), izrazito povečanje po delavnici (+6)
Nasmehi	2	2	3	zmerno povečanje po delavnici (+1)
Nevtralni izrazi	8	7	7	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Sproščena telesna drža	7	7	8	zmerno povečanje po delavnici (+1)
Odprta telesna drža	5	2	3	zmerno zmanjšanje med delavnico (−3), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)

Tabela 38: Kazalniki negativnega razpoloženja – šesta delavnica

D6: Kazalniki negativnega razpoloženja	Pred delavnico (f)	Med delavnico (f)	Po delavnici (f)	Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico
Nezainteresiranost	1	3	2	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno povečanje po delavnici (+1)
Utrujenost	6	8	6	zmerno povečanje med delavnico (+2)
Vznemirjenje	2	0	0	zmerno zmanjšanje med delavnico (−2), zmerno zmanjšanje po delavnici (−2)
Zdolgočasenost	2	3	2	zmerno povečanje med delavnico (+1)
Zmedenost	0	1	0	zmerno povečanje med delavnico (+1)
Zaskrbljeni izrazi	4	3	1	zmerno zmanjšanje med delavnico (−1), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)

Napeta telesna drža	4	4	3	zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Zaprta telesna drža	3	0	3	zmerno zmanjšanje med delavnico (−3)

Preverjanje H1 s podatki iz tabel 37 in 38:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: **zmerno** povečanje pojavnosti mirne sproščenosti (+2), zadovoljstva (+2) in veselja (+1) in zmerno zmanjšanje pojavnosti odprte telesne drže (−3) ter nevtralnih izrazov (−1). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se med delavnico poveča za 1 enoto;

– kazalniki negativnega razpoloženja: zmerno zmanjšanje zaprte telesne drže (−3), vznemirjenosti (−1) in zaskrbljenih izrazov (−1) ter zmerno povečanje nezainteresiranosti (+2), utrujenosti (+2), zdolgočasenosti (+1) in zmedenosti (+1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se med delavnico poveča za 1 enoto.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

– kazalniki pozitivnega razpoloženja: izrazito povečanje pojavnosti zadovoljstva (+6) in mirne sproščenosti (+3), zmerno povečanje pojavnosti nasmehov (+1) in sproščene telesne drže (+1) ter zmanjšanje pojavnosti radovednosti (−4), odprte telesne drže (−2) in nevtralnih izrazov (−1). Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja se po delavnici poveča za 4 enote;

– kazalniki negativnega razpoloženja: izrazito zmanjšanje pojavnosti zaskrbljenih izrazov (−3), zmerno zmanjšanje vznemirjenosti (−2) in napete telesne drže (−1) in povečanje nezainteresiranosti (+1). Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja se po delavnici zmanjša za 5 enot.

Podatki kažejo, da je šesta delavnica uspešno spodbudila pozitivno razpoloženje udeležencev, in potrjujejo H1, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi po delavnici glede na fazo

pred njo ugotavlja povečanje skupne pojavnosti kazalnikov pozitivnega razpoloženja in zgolj v fazi po delavnici tudi zmanjšanje skupne pojavnosti kazalnikov negativnega razpoloženja.

Skupna pojavnost kazalnikov socialnih interakcij

Tabela 39: Kazalniki socialnih interakcij – šesta delavnica

D6: Kazalniki socialnih interakcij	**Pred delavnico (f)**	**Med delavnico (f)**	**Po delavnici (f)**	**Spremembe med delavnico glede na fazo pred delavnico**
Izmenjuje si mnenja ali komentarje o delu	0	0	2	zmerno povečanje po delavnici (+2)
Išče očesni stik z drugimi	1	3	0	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)
Opazuje izdelke drugih	0	3	0	izrazito povečanje med delavnico (+3)
Pogovarja se z drugimi	3	5	5	zmerno povečanje med delavnico (+2), zmerno povečanje po delavnici (+2)
Pohvali delo drugih	0	0	4	izrazito povečanje po delavnici (+4)
Obrača se k drugim	3	5	0	zmerno povečanje med delavnico (+2), izrazito zmanjšanje po delavnici (−3)
Večinoma se drži zase v tišini	7	5	6	zmerno zmanjšanje med delavnico (−2), zmerno zmanjšanje po delavnici (−1)

Preverjanje H2 na podlagi podatkov iz tabele 39:

Podatki iz opazovalne faze med delavnico glede na fazo pred njo kažejo naslednje spremembe:

- povezovalne interakcije: izrazito povečanje opazovanja izdelkov drugih (+3) in zmerno povečanje iskanja očesnega stika (+2), pogovarjanja z drugimi (+2) ter obračanja k drugim (+2). Med delavnico se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 9 enot;
- interakcija umika: med delavnico se zmerno zmanjša interakcija umika za 2 enoti.

Podatki iz opazovalne faze po delavnici glede na fazo pred delavnico kažejo naslednje spremembe:

– povezovalne interakcije: izrazito povečanje pohval delu drugih (+4), zmerno povečanje izmenjevanj mnenj in komentarjev o delu (+2) ter pogovorov z drugimi (+2). Zmanjšanje obračanja k drugim (–3) in iskanja očesnega stika (–1). Po delavnici se skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča za 4 enote;

– interakcija umika: po delavnici se zmerno zmanjša interakcija umika za 1 enoto.

Podatki nakazujejo na krepitev občutka povezanosti med udeleženci na šesti delavnici in potrjujejo H2, saj frekvenčna analiza podatkov v opazovalni fazi med delavnico in po njej glede na fazo pred delavnico ugotavlja povečanje skupne pojavnosti kazalnikov povezovalnih interakcij in zmanjšanje skupne pojavnosti interakcije umika.

4.2.2 Končno preverjanje H1

Hipoteza 1 (delavnice PzU spodbudijo pozitivno razpoloženje posameznikov) je potrjena, če v štirih od šestih delavnic PzU:

- vsaj 60 % udeležencev posamezne delavnice na anketnem vprašalniku na vprašanje o počutju v tistem trenutku poroča o boljšem razpoloženju v fazi po delavnici glede na fazo pred delavnico **in/ali** če frekvenčna analiza odgovorov na vprašanje anketnega vprašalnika, kaj čutijo ta trenutek, v fazi po delavnici glede na fazo pred delavnico pokaže večjo skupno pojavnost pozitivnih čustev **in/ali** manjšo pojavnost negativnih čustev (Tabela 39)
- **in** če frekvenčna analiza podatkov, pridobljenih z opazovanjem, pokaže, da se v fazi med delavnico in/ali po njej glede na fazo pred delavnico:
  - skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja poveča
  - **in** pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja zmanjša (Tabela 40).

a) Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki

Tabela 40: Preverjanje H1 s podatki, pridobljenimi z anketnimi vprašalniki

	Odstotek udeležencev, ki poroča o boljšem počutju po delavnici	**Skupna pojavnost pozitivnih čustev**	**Skupna pojavnost negativnih čustev**	**H1 je potrjena (DA/NE)**
	po delavnici glede na stanje pred delavnico			
Prva delavnica (risanje portretov)	9 %	manjša za 26 enot	manjša za 2 enoti	da
Druga delavnica (predstavim se s kolažem)	0 % (poslabšanje razpoloženja pri 9 %)	manjša za 1 enoto	enaka	da
Tretja delavnica (slikanje pobarvank)	18 %	manjša za 3 enote	manjša za 5 enot	da
Četrta delavnica (oblikovanje glinenih vaz)	10 %	večja za 1 enoto	manjša za 2 enoti	da
Peta delavnica (volnene rože)	18 %	manjša za 1 enoto	manjša za 1 enoto	da
Šesta delavnica (volneni podstavki za skodelice)	22 %	večja za 5 enot	manjša za 3 enote	da

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H1.

Ugotavljam, da podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki pred vsako delavnico in po njej, potrjujejo H1, saj v petih delavnicah zaznamo manjšo skupno pojavnost negativnih čustev po delavnici v primerjavi s stanjem pred njo, pri čemer največje zmanjšanje opazimo pri tretji delavnici slikanja pobarvank (−5 enot) in šesti delavnici pletenja volnenih podstavkov za skodelice (−3 enote). Po šesti delavnici opazimo tudi izrazito povečanje skupne pojavnosti pozitivnih čustev (+5 enot), ki je v manjši meri opazno tudi pri četrti delavnici (+1 enota). Prvo anketno vprašanje, ki je udeležence spraševalo po splošnem razpoloženju v trenutku, pa ne prikazuje bistvenih razpoloženjskih sprememb. Na nobeni od delavnic ni prišlo do izboljšanja razpoloženja pri več kot 22 % udeleženih.

b) Podatki, pridobljeni z opazovanjem

Tabela 41: Preverjanje H1 s podatki, pridobljenimi z opazovanjem

	Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja	**Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja**	**Skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja**	**Skupna pojavnost kazalnikov negativnega razpoloženja**	**H1 je potrjena**
	med delavnico glede na stanje pred delavnico		**po** delavnici glede na stanje pred delavnico		
Prva delavnica (risanje portretov)	večja za 14 enot	manjša za 11 enot	večja za 21 enot	manjša za 15 enot	DA
Druga delavnica (predstavim se s kolažem)	večja za 2 enoti	manjša za 4 enote	večja za 3 enote	manjša za 7 enot	DA
Tretja delavnica (slikanje pobarvank)	enaka	večja za 4 enote	večja za 10 enot	manjša za 2 enoti	DA
Četrta delavnica (oblikovanje glinenih vaz)	manjša za 3 enote	večja za 4 enote	manjša za 5 enot	manjša za 4 enote	NE
Peta delavnica (volnene rože)	večja za 16 enot	manjša za 10 enot	večja za 21 enot	manjša za 17 enot	DA
Šesta delavnica (volneni podstavki za skodelice)	večja za 1 enoto	večja za 1 enoto	večja za 4 enote	manjša za 5 enot	DA

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H1.

Ugotavljam, da frekvenčna analiza podatkov, pridobljenih z opazovanjem, potrjuje H1, saj se v petih delavnicah skupna pojavnost kazalnikov pozitivnega razpoloženja poveča in kazalnikov negativnega razpoloženja zmanjša v fazi med delavnico in/ali po njej. Največje pozitivne razpoloženjske spremembe v obeh opazovalnih fazah (med delavnico in tudi po njej) opazimo pri prvi (risanje portretov) in peti delavnici (volnene rože), v manjši meri pa jih opazimo tudi pri drugi delavnici (predstavim se s kolažem). Opisane pozitivne spremembe

razpoloženja zgolj v fazi po delavnici opazimo še pri tretji delavnici (slikanje pobarvank) in šesti (volneni podstavki). Edina delavnica, ki glede na opazovalne podatke ni uspela spodbuditi pozitivnega razpoloženja, je delavnica oblikovanja gline (četrta delavnica).

Ugotovitev: Skupno na podlagi podatkov, pridobljenih z anketnimi vprašalniki in opazovanjem, ugotavljam, da je pet delavnic spodbudilo pozitivno razpoloženje udeležencev, kar potrjuje H1.

4.2.3 Končno preverjanje H2

Hipoteza 2 (delavnice PzU krepijo občutek povezanosti med udeleženci) je potrjena (najmanj v štirih od šestih delavnic):

- če frekvenčna analiza odgovorov na vprašanje anketnega vprašalnika, kaj čutite ta trenutek, v fazi po delavnici glede na fazo pred delavnico:
  - pokaže večjo skupno pojavnost čustev povezanosti, sočutja in zaupanja
  - **in/ali** manjšo skupno pojavnost čustva osamljenosti
- **in** če frekvenčna analiza podatkov, pridobljenih z opazovanjem, pokaže, da se v fazi med delavnico **in/ali** po njej glede na fazo pred delavnico:
  - skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča
  - **in** skupna pojavnost interakcije umika zmanjša.

a) <u>Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki</u>

Tabela 42: Preverjanje H2 s podatki, pridobljenimi z anketnimi vprašalniki

	Skupna pojavnost čustev povezanosti, sočutja in zaupanja	**Skupna pojavnost čustva osamljenosti**	**Hipoteza 2 je potrjena (DA/NE)**
	po delavnici glede na stanje pred delavnico		
Prva delavnica (risanje portretov)	manjša za 9 enot	manjša za 3 enote	DA
Druga delavnica (predstavim se s kolažem)	večja za 2 enoti	enaka kot pred delavnico	NE
Tretja delavnica (slikanje pobarvank)	manjša za 2 enoti	manjša za 1 enoto	DA
Četrta delavnica (oblikovanje glinenih vaz)	manjša za 2 enoti	manjša za 1 enoto	DA
Peta delavnica (volnene rože)	enaka	manjša za 2 enoti	DA
Šesta delavnica (volneni podstavki za skodelice)	manjša za 3 enote	manjša za 2 enoti	DA

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H2.

Ugotavljam, da podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki pred vsako delavnico in po njej, potrjujejo H2, saj v petih delavnicah zaznamo manjšo pojavnost občutka osamljenosti po

delavnici v primerjavi s stanjem pred njo in v preostali delavnici (drugi) povečanje skupne pojavnosti občutkov povezanosti, sočutja in zaupanja. To potrjuje krepitev občutka povezanosti na delavnicah (H2). Pojavnost osamljenosti se najbolj zmanjša pri prvi delavnici risanja portretov (za 3 enote), pri čemer moram opozoriti, da v tej delavnici anketni vprašalniki še niso bili ustrezno prilagojeni razumevanju udeležencev. Vidneje se zmanjša tudi v zadnjih dveh delavnicah (za dve enoti), na katerih smo ustvarjali z volno. V drugi delavnici, na kateri so udeleženci izdelovali kolaže o sebi, zaznamo povečanje občutka povezanosti (za dve enoti).

b) Podatki, pridobljeni z opazovanjem

Tabela 43: Preverjanje H2 s podatki, pridobljenimi z opazovanjem

	Skupna pojavnost **povezovalnih interakcij**	Skupna pojavnost **interakcije umika**	Skupna pojavnost **povezovalnih interakcij**	Skupna **interakcije umika**	**Potrjuje H2 (DA/NE)**
	med delavnico glede na stanje pred delavnico		**po** delavnici glede na stanje pred delavnico		
Prva delavnica (risanje portretov)	večja za 12 enot	manjša za 5 enot	večja za 2 enoti	manjša za 4 enote	DA
Druga delavnica (predstavim se s kolažem)	večja za 8 enot	manjša za 5 enot	večja za 1 enoto	manjša za 3 enote	DA
Tretja delavnica (slikanje pobarvank)	večja za 5 enot	večja za 2 enoti	večja za 2 enoti	večja za 1 enoto	NE
Četrta delavnica (oblikovanje glinenih vaz)	manjša za 4 enote	enaka	manjša za 19 enot	večja za 2 enoti	NE
Peta delavnica (volnene rože)	manjša za 2 enoti	večja za 2 enoti	večja za 7 enot	manjša za 1 enoto	DA
Šesta delavnica (volneni podstavki za skodelice)	večja za 9 enot	manjša za 2 enoti	večja za 4 enote	manjša za 1 enoto	DA

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H2.

Ugotavljam, da frekvenčna analiza podatkov, pridobljenih z opazovanjem, potrjuje H2, saj se v štirih delavnicah skupna pojavnost povezovalnih interakcij poveča in pojavnost interakcij umika zmanjša v fazi med delavnico in/ali po njej. Največje povečanje povezovalnih interakcij opazimo med prvo delavnico – risanje portretov (12), šesto delavnico – volneni podstavki (9) in drugo delavnico – kolaž (8). Po delavnici je izrazito več povezovalnih interakcij opaziti pri peti delavnici – volnene rože (7). Pri prvih dveh delavnicah opazimo tudi bistveno večje zmanjšanje interakcije umika tako med delavnicami kot po njih.

Ugotovitev: Skupno na podlagi podatkov, pridobljenih z anketnimi vprašalniki in opazovanjem, ugotavljam, da so štiri delavnice vsaj med trajanjem posamezne delavnice okrepile občutek povezanosti med udeleženci, kar potrjuje H2.

4.1 Individualni pregled procesa ustvarjanja in učinki na ustvarjalno samozavest udeležencev (preverjanje H3)

4.1.2 Ugotovitve iz uvodnih intervjujev

V tem poglavju povzemam kategorije in teme, ki so se pojavile pri vsaj dveh udeležencih med uvodnim intervjujem na vprašanja, povezana z ustvarjanjem.

Udeleženci so na vprašanje o **preteklih ustvarjalnih izkušnjah (tema 5)** največkrat izrazili izkušnje z ročnimi deli, kot so pletenje, kvačkanje in šivanje (A10, B4, D5, H5, J3, K2, H5, B3, D4, F2, I12, B5, D6, F3, G5, I13, K6), in tudi močno naklonjenost tem ustvarjalnim tehnikam: */Ročna dela, kot so pletenje ali šivanje, to imam rada, to sem tudi skoz delala./ (A42)*. Več udeležencev je tudi omenilo, da je imelo raznolike ustvarjalne izkušnje v otroštvu v okviru šolskih ali domačih aktivnosti (E3, G3, A4*): /Ja, to smo v šoli, a ne, delal. Podvprašanje: A ste risali, kaj ste delali? Ja, tudi. Vse sorte. Ja. Tam smo pa imeli, ja./ (G3).* Tri udeleženke so izrazile, da v življenju niso imele veliko časa za ustvarjanje zaradi obremenjenosti z delom (D3, D7, J4, K5): */Ne. Ni bilo časa, kako bi vam to povedala …, ker ne gre. Velikokrat ne, ker je bilo treba it ven delat./ (J4).* Tri udeleženke so kontekst preteklih ustvarjalnih izkušenj opisale s podporo otrokom ali vnukom pri šolskih nalogah (A15, G6, A48) ali izdelavo oblačil in volnenih izdelkov zanje (K2, A48): */Šivanje za punčke, recimo, sem morala oblekice sešit pa sem pomagala vnučkom in take stvari. To sem pa rada pomagala, ja./ (A48)*. Na vprašanje o priljubljenih izdelkih iz dnevnega varstva se večina udeležencev ni spomnila konkretnega izdelka (B12, C13,

D15, G14), več pa se jih je spomnilo pobarvank, ki so najbolj pogosta ustvarjalna aktivnost (A30, E13, H29, I21): */So bile tele risbice, ki smo jih barvali nekaj, to sem tudi delala že nekaj zraven./ (A30).* Dve udeleženki sta izrazili splošno zadovoljstvo z vsemi ustvarjenimi izdelki (F18, J18): */Pa kaj bi rekla. Všeč mi je vse, kar smo delali. Sej to bi rekla, to so bli taki izdelki, ki zmeraj pridejo prav./ (J18)*.

V intervjuju sem zaznala raznoliko **doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja udeležencev (tema 6)**. Ena udeleženka v ustvarjalni aktivnosti vidi priložnost za sproščanje in pomirjanje: */Ker barvat mi je zelo lepo, ko to te čist umiri pa, mislim, tako, ne vem, kaj bi rekla. Jaz se počutim ena A./ (J14).* Tri udeleženke so izrazile navdušenje nad možnostjo ustvarjanja v dnevnem varstvu (J7, J9, K7, A32*): /Lepo! Da. Zelo mi je lepo, zato ker jaz tega nisem delala. Jaz to delam z veseljem./ (K7).* Ena udeleženka je izrazila, da sodeluje pri ustvarjalnih aktivnostih, ker želi zadovoljiti pričakovanja drugih: */Pa vendar sem pazila, da je bilo vse nekako, kakor se je dalo, primerno narejeno pa sem bila tudi po oceni taka, tako da je bilo v redu./ (A21).* Ena udeleženka pa je povedala, da ne zaznava učinkovitosti ustvarjalne aktivnosti za lajšanje svoje čustvene stiske: */Ampak, to me tud …, da bi me nekaj razbremenilo teh občutkov, to pa ne./ (I18)*. V intervjuju se je v nekaterih delih izrazila tudi njihova **percepcija umetnosti**, pri čemer je bilo izraženo ločevanje med umetnostjo in vsakdanjim ustvarjanjem pri udeleženkah, ki imajo veliko izkušenj z ročnimi deli (H6, A50, A9): */edino kakšno ročno delo recimo, to pa že ni umetnost/ (A9).*

V intervjuju se je njihova **samozavest pri likovnem ustvarjanju (tema 7)** izrazila skozi prepričanja o lastni ustvarjalni sposobnosti. Dve udeleženki sta izrazili fiksno naravnanost do ustvarjalne sposobnosti, kar pomeni, da jo dojemata kot nekaj, kar je dano in česar se ne da razviti z vajo (A13, A20, I14): */nisem imela ne vem kakšne, tiste umetne žilice/ (A20).* Ena od udeleženk je izrazila razvojno naravnanost do ustvarjalne sposobnosti, ko je govorila o pred kratkem naučeni ustvarjalni tehniki: */Da. To sem se naučila. To sem se naučila, da./ (K8).* Pet udeleženk je izrazilo pozitivno prepričanje o svoji ustvarjalni sposobnosti (B7, D10, G8, I17, K8): */Ja, kar v redu. Dobro, dobro mi gre./ (G8).* Štirje udeleženci so izrazili negativno prepričanje ali dvom o lastni ustvarjalni sposobnosti (A8, H7, A19, H15, H16, J12, J13, L10): */Nisem, nisem več tista, ko sem bila. Moram priznat. Rada bi tudi jaz kaj ustvarila, ampak se mi zdi, da nisem sposobna več./ (H16).* Dva udeleženca nimata izoblikovanega prepričanja zaradi odsotnosti ustvarjalnih izkušenj (C6, E8): */Ne. Ne vem, niti nisem zadosti resno jemal./ (C6).* Tri udeleženke

so izrazile tudi samokritičnost pri ustvarjanju (I16, A24, H7): */Tak občutek nek, samokritika. Preveč sem samokritična./ (A24)*.

V uvodnem intervjuju sem iskala tudi odgovore na vprašanja glede ustreznih **metod dela v procesu pomoči z umetnostjo (tema 8)** v danem kontekstu. Na vprašanje o **odnosu do ustvarjanja v dnevnem varstvu** so štiri udeleženke izrazile navdušenje nad priložnostjo za ustvarjanje (J7, J9, K7, F6, A32): */Lepo! Da. Zelo mi je lepo, zato ker jaz tega nisem delala. Jaz to delam z veseljem./ (K7).* Dve udeleženki sta izrazili, da jima ustvarjalne aktivnosti pomenijo sprostitev (D8, D9, J8): */Ja, to mi je všeč. Pa pozabiš na slabo./ (D8).* Udeleženec 12 jih doživlja kot zabavo: */Zabavno. Zabavno./ (L6.* Udeležencu 3 ustvarjalne aktivnosti niso preveč všeč: */Podvprašanje: A radi to počnete to, ko barvamo te stvari? Niti ne preveč./ (C*5). Dve udeleženki sta izrazili, da sta pripravljeni sodelovati, če je njuna udeležba zaželena (H10, A18): */drugače pa rada sodelujem, če je treba/ (A18).* Štirje udeleženci so izrazili, da so pri ustvarjalnih aktivnostih bolj pasivni in opazujejo druge (B6, C4, E7, L7): */V redu, ne, jest predvsem druge gledam pa če me kdo kej vpraša./ (B6).* Udeleženka 10 je izrazila sram ob ustvarjalnih aktivnostih: */Samo mi ono pride, bolj si pravim, kaj če bi zdajle prišel pa nekdo pa bi rekel, glej tisto bedasto, najbrž se ji je zmešalo ali ne vem kaj. Pa zdaj klele riše pa ne vem kuga. Tako, a veste? Tako da misliš pol …, tako si jaz mislim./ (J10).* Udeleženec 12 je izrazil nelagodje zaradi slabšega kognitivnega stanja uporabnikov, ki se bolj jasno izrazi ob ustvarjalnih aktivnostih: */Potlej pa to me je mejčkn motilo, da se je videlo, da niso čisto vsi pri sebi. Podvprašanje: A to se potem pri ustvarjanju še bolj vidi? Pri ustvarjanju se še bolj vidi, zato so nekatere stvari, ki so narejene, so perfekcionalne, pa čeprav kasneje vidim, da niso v stilu narejene./ (L9)*.

Na vprašanje o njihovem **odnosu do sodelovanja z drugimi pri ustvarjanju** so udeleženci podali različne odgovore. Pet udeleženk je izrazilo naklonjenost do sodelovanja z drugimi (D11, E9, F13, J15, K10): */Ja!!! Ma, dobro se počutim, saj zato pravim. To mi veliko pomeni, da sem v družbi, da je večja skupina./ (F13).* Udeleženka 2 je izrazila, da raje ustvarja sama, saj ima tako občutek večje ustvarjalne sposobnosti (B8, B9): */Podvprašanje: Zakaj pa raje ustvarjate sami? Ne vem, se mi zdi, da bolj znam./ (B9).* Štirje udeleženci so izrazili ravnodušnost do sodelovanja z drugimi pri ustvarjanju (C8, G9, I19, L11): */Meni je čisto vseeno. Dokler je skupina manjša. Potem ko se pa to razraste, pa začnejo posamezniki izpadat iz skupine ven, pa ni fajn./ (L11).* Udeleženka 1 je izrazila strah pred napakami pri sodelovanju z drugimi: */Ja, če znam, seveda, se zelo rada potrudim, sem pa zelo taka boječa, da bom narobe*

naredila./ (A23). Udeleženka 8 skupinsko ustvarjanje vidi kot spodbudno in podporno pri izražanju: */Ja, mogoče, da si dopolnjujemo pa tako eden drugega pa tako. Mogoče tam bi bolj začela kaj spravljat iz sebe. Ampak, ne vem. Podvprašanje: A to mate radi? To bi vas bolj spodbudilo? Ja…, mogoče./ (H17)*.

Pomoč pri ustvarjanju udeleženci doživljajo na različne načine. Štiri udeleženke so izrazile odprtost, hvaležnost in veselje ob ponujeni pomoči (A25, A26, F14, F15, H18, K11): */Ja, zakaj pa ne? Tu sem zato, da mi kdo pomaga./ (H18).* Udeleženka 7 je z nekaj odpora izrazila ravnodušen odnos do prejemanja pomoči: *V redu, kaj, saj nimam kej./ (G11).* Udeleženka 4 sprejema pomoč zgolj pri težjih ustvarjalnih nalogah: */Ja, če je treba, ne, če je višja raven ustvarjanja, se pač prilagodiš./ (D12).* Podoben odnos do pomoči ima tudi udeleženec 12: */Po navadi zelo hitro popustim in mu prepustim nalogo; kar delaj naprej. Nobenega problema, če hoče kdo delat. Včasih pa tudi sam prosim za pomoč./ (L12).* Udeleženec 3 je izrazil preferenco do samostojnega reševanja ustvarjalnih težav in vljudnostno hvaležnost za pomoč: */Podvprašanje: Vam je v redu to? A imate raje, da imate svoj mir pa sami naredite? Bolj svoj mir./ (C10).* Udeleženka 5 je izpostavila pomembnost odnosne varnosti in zaupanja osebi, ki nudi pomoč: */Ja, to je pa vprašanje, kakšen je tisti človek. Ne. Če je takole, to je sprejemljiv, pa da, če pa je tak, da te je kar strah, potem pa ni, ne. Podvprašanje: Ni dobro, ne? Niso vsi v redu. Ne…, niso. Ja …/ (E10)*.

Na vprašanje **o priljubljenih ustvarjalnih materialih** je šest udeleženk izrazilo splošno naklonjenost različnim materialom (E14, F19, G15, K14, G16, I23): */Jah, vse imam rada./ (G15).* Udeleženka 1 je izpostavila ročna dela, kot je kvačkanje (A42, A36), saj ima z njimi številne pozitivne izkušnje. Udeleženec 12 je izpostavil glino in modelirni mavec (L16, L17) prav tako zaradi preteklih izkušenj in prijetnosti ter dostopnosti gline (L18). Tri udeleženke so omenile barvanje pobarvank (I22, J21, K14). Udeleženka 4 je izpostavila lepljenje zaradi strahu pred izpadanjem izdelkov: */Ja, tisto skupaj drži, te ni strah, da bo šlo narazen, da bi se raztrgalo./ (D18).* V zvezi z nepriljubljenimi ustvarjalnimi materiali so štirje udeleženci izpostavili nelagodje ob materialih, s katerimi se lahko umažejo – na primer tempera barve (C15, D19, K15, L20): */Ja, ja, oljnate barve, ki se mimogrede zaflekam./ (L20)*.

Večina udeležencev ni izrazila **potrebe po prilagoditvah pri ustvarjanju** (B13, G17, I24). Dve udeleženki sta omenili težave z vidom (A11, A36, A39, A49, H23): */Ja, kvačkat ne morem, recimo, zaradi oči, sem le že tok stara, da ne gre več./ (A49).* Udeleženka 1 je omenila težave s

koncentracijo: */edino starost prinese tiste tegobe, da malo slabše vidiš, da nisi več skoncentriran toliko. Drugače še pa mi je to všeč./ (A39).* Udeleženka 8 je omenila bolečine v rokah pri ustvarjanju: */Pa vem tudi, ko sem imela s prstom tole, mi skos nagaja, če je bilo za rezat s škarjami pa kaj. Me je tako bolelo. Tudi tele žile so mi bolj ven udarile. Tako da ne vem./ (H22).* Udeleženka 10 ne sme ustvarjati z najlonom zaradi zdravstvenih omejitev: */Ne, najlona ne smem zaradi hrbta./ (J22).* Udeleženka 6 je izrazila, da si sama prilagaja ustvarjalni proces po svojih potrebah: */Ne …, ne rabim nič. Sej imamo barvice take, take, take, sej imamo. Nič ne rabim, vzamem, kar hočem. Nihče mi ne bo rekel, da ne smem tega ali onega. Karkoli hočem./ (F20)*.

4.1.3 Frekvenčna analiza kazalnikov ustvarjalne samozavesti

Odzive udeležencev v ustvarjalnem procesu smo spremljali z opazovanjem pojavljanja različnih kazalnikov, zapisanih v opazovalnem obrazcu, in jih beležili za vsakega udeleženca pred delavnico, med njo in po njej. V nadaljevanju predstavljam frekvenčno analizo kazalnikov ustvarjalne samozavesti, ki lahko služi za boljše razumevanje učinkov procesa ustvarjanja na samozavest udeležencev.

Pripravljenost udeleženca, da sprejme povabilo k ustvarjalni delavnici

Pripravljenost udeleženca, da sprejme povabilo k delavnici	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodeloval/-a	11	10	10	9	10	9
Ni sodeloval/-a	0	2	1	2	1	2
Odsotna/odsoten iz dnevnega varstva	1	0	1	1	1	1

Pri vseh delavnicah opazimo visoko stopnjo pripravljenosti udeležencev za sodelovanje, saj sta na posamezni delavnici sodelovanje zavrnila največ 2 udeleženca. Zavrnitev sodelovanja je bil odziv zgolj treh udeleženk, pri čemer je ena izmed njih zavrnila samo šesto delavnico zaradi glavobola (glej tabelo 3 v poglavju opredelitev raziskovalnega primera).

Prvi odziv na ustvarjalno nalogo

Tabela 44: Prvi odziv na ustvarjalno nalogo

Prvi odziv na nalogo	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Navdušenje	0	0	3	0	5	8
Nevtralna reakcija	7	11	5	9	3	2
Odpor do naloge	2	1	2	0	0	1
Skrb glede svojih likovnih sposobnosti	4	0	1	2	2	1

Prvi odziv na ustvarjalno nalogo udeleženca odraža njegovo notranjo naravnanost do ustvarjanja in samooceno lastnih ustvarjalnih sposobnosti. ***Nevtralna reakcija*** je bila največkrat opažena pri drugi delavnici, kjer smo ustvarjali kolaž (11 udeležencev), in pri ustvarjanju z glino pri četrti delavnici (9 udeležencev); nevtralno se je odzvalo tudi največ udeležencev na prvi delavnici (7 udeležencev). ***Navdušenje*** je izrazito opazno pri ustvarjanju z volno v šesti (8 udeležencev) in peti (5 udeležencev) delavnici, pojavi pa se tudi pri tretji, ko smo slikali pobarvanke (3 udeleženci). ***Odpor do ustvarjalne naloge*** je najpogosteje izražen pri prvi delavnici (2 udeleženca), na kateri smo risali portrete, in tretji delavnici (2 udeleženca) – slikanje pobarvank s tempera barvami. ***Skrb glede svojih likovnih sposobnosti*** je izrazito opazna pri prvi delavnici – risanje portretov (4 udeleženci), potem pa se pojavi še pri četrti delavnici oblikovanja glinenih vaz (2 udeleženca) in peti delavnici, na kateri smo izdelovali volnene rože (2 udeleženca).

Pri analizi prvih odzivov na delavnice opazimo trend rasti navdušenja med procesom pomoči. Hkrati je opazno zmanjšanje odpora, ki se v zadnjih treh delavnicah skoraj ne pojavi. Skrb glede lastnih likovnih sposobnosti, ki je izrazito prisotna pri prvi delavnici, se kasneje pojavlja v precej manjšem obsegu. Ti podatki nakazujejo postopno krepitev ustvarjalne samozavesti udeležencev v procesu pomoči. Ne smemo zanemariti niti vpliva ustvarjalnega materiala in preteklih ustvarjalnih izkušenj na prvi odziv udeležencev, kar se je izrazilo predvsem v številu navdušenih odzivov pri delavnicah ustvarjanja z volno in slikanja pobarvank.

Soočanje s težavami pri ustvarjanju

Tabela 45: Ravnanje v primeru težav z ustvarjanjem

V primeru težave z ustvarjanjem	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Obrne se k drugim po nasvet ali mnenje	1	1	1	1	8	0
Prosi za pomoč	1	2	6	0	10	4
Poskuša težave rešiti sam	1	4	0	6	3	4
Preneha z delom	0	4	1	4	2	2

Način ***soočanja s težavami pri ustvarjanju*** odraža angažiranost udeleženca za dokončanje izdelka in hkrati stopnjo ustvarjalne samozavesti udeleženca. Posamezniki z višjo ustvarjalno samozavestjo prepoznajo težave pri ustvarjanju kot del procesa in se nanje odzovejo konstruktivno s samostojnim iskanjem rešitev, prošnjo za nasvet ali pomoč. Posamezniki z nižjo ustvarjalno samozavestjo ob težavah doživijo večjo frustracijo, ki lahko vodi v prekinitev ustvarjanja. Pri prvi delavnici je bilo opaženih izrazito malo primerov soočanja s težavami (skupno 3), kar je verjetno posledica pogostih in nekdanjih izkušenj ustvarjanja z barvicami in posledičnega občutka kompetentnosti udeležencev pri njihovi uporabi. ***Obračanje k drugim po nasvet ali mnenje*** kaže na pripravljenost za sodelovanje z drugimi udeleženci. To je bil izrazito pogost odziv na težave pri peti delavnici (8 udeležencev), na kateri smo izdelovali volnene rože. Kljub temu da je vsak udeleženec izdeloval svojo rožo, je tehnika izdelave od njih zahtevala medsebojno sodelovanje, kar je spodbudilo socialne interakcije. Pri tej delavnici me je tudi največ udeležencev *prosilo za pomoč* (10 udeležencev), saj je naloga sama po sebi zahtevala kar nekaj asistence. Hkrati podatek kaže na visoko angažiranost udeležencev in motivacijo za dokončanje izdelka. Druga najvišja vrednost pri prošnji za pomoč je bila zabeležena v tretji delavnici (6 udeležencev), kar potrjuje težave z uporabo temper. Udeleženci so najbolj ***samostojno poskušali reševati težave*** pri oblikovanju gline v četrti delavnici (6 udeležencev), kar je lahko povezano z intuitivnostjo ustvarjalne tehnike. Pri tretji delavnici (tempere) ni nihče od udeležencev poskušal težav reševati sam, kar lahko kaže na nižji občutek kompetentnosti in neintuitivnost ustvarjalne tehnike. ***Prekinitev dela zaradi težav*** se je najpogosteje pojavila pri drugi in četrti delavnici (po 4 udeleženci). Pri drugi delavnici (kolaž)

so imeli udeleženci težave z razumevanjem naloge, kar je razvidno tudi iz prejšnjih kazalnikov oziroma ugotovitev. Pri četrti delavnici (glina) menim, da je kljub visoki stopnji samostojnosti nekaj udeležencev doživelo frustracijo z materialom in prenehalo z delom, dokler niso prejeli dodatne spodbude in usmeritve.

Ugotavljam, da so strategije soočanja s težavami pri ustvarjanju močno povezane s kompleksnostjo naloge in predhodnimi izkušnjami udeležencev. Pri bolj znanih ali intuitivnih materialih (barvice in glina) so se udeleženci počutili bolj kompetentne pri ustvarjanju in so bolj samostojno reševali težave. Pri kompleksnejših nalogah (tempera in volneni podstavki) so pogosteje iskali pomoč in dodatne usmeritve. Peta delavnica (volnene rože) je izrazito izstopala po številu prošenj za pomoč, kar je posledica sodelovalnega elementa ustvarjalne naloge.

Odnos do izdelka

Tabela 46: Odnos udeležencev do njihovih izdelkov

Odnos do izdelka	**Prva delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Ponos	2	1	4	5	2
Zadovoljstvo	2	6	8	10	8
Nezadovoljstvo	5	4	0	0	0
Sram ali negotovost	2	1	0	0	0

Odnos do končnega izdelka je pomemben kazalnik ustvarjalne samozavesti udeležencev, saj odraža način, kako udeleženci vrednotijo svoje ustvarjalno delo. ***Zadovoljstvo z izdelkom*** je bilo najvišje pri delavnicah ustvarjanja z volno (peta in šesta delavnica) in pri oblikovanju gline (četrta delavnica). Pozitiven odnos do izdelkov iz volne povezujem z občutkom kompetentnosti udeležencev pri ustvarjanju z znanim materialom, s katerim imajo veliko preteklih izkušenj. Če primerjamo peto in šesto delavnico, opazimo, da je zadovoljstvo nekoliko večje z izdelki pete (10 udeležencev) kot z izdelki šeste delavnice (8 udeležencev). To lahko povežemo z večjo kompleksnostjo ustvarjalne tehnike šeste delavnice. Visoko stopnjo *zadovoljstva z izdelkom* (8 udeležencev) je opaziti tudi pri glinenih izdelkih četrte delavnice, kar odraža občutek kompetentnosti udeležencev pri delu z glino. ***Ponos glede izdelka*** se je v

največji meri pojavil pri ustvarjanju volnenih rož v peti delavnici (5 udeležencev), kar ponovno povezujem z zaupanjem udeležencev v svoje sposobnosti za ustvarjanje z volno, ki je verjetno povezano s številnimi pozitivnimi preteklimi ustvarjalnimi izkušnjami. Samo pri dveh udeležencih je bil opažen pri šesti delavnici, na kateri so prav tako ustvarjali z volno. Razlog za to je morda nedokončanost izdelkov, saj jih večina udeležencev ni uspela dokončati ob koncu delavnice. Ponos je bil pogost tudi pri glinenih izdelkih četrte delavnice (4 udeleženci), kar ponovno potrjuje, da intuitivnost ustvarjanja z glino spodbuja občutek ustvarjalne kompetentnosti. Smiselno je izpostaviti, da sta četrta in peta delavnica (glinene vaze in volnene rože) od udeležencev zahtevali največ medsebojnega sodelovanja. Ta sodelovalni aspekt ustvarjanja morda prispeva k visoki stopnji ponosa in zadovoljstva s končnimi izdelki.

Negativen odnos do končnih izdelkov se je pojavil zgolj pri prvi in drugi delavnici. ***Nezadovoljstvo*** je bilo najvišje pri risanju portretov v prvi delavnici (5 udeležencev) in nekoliko manjše pri slikanju pobarvank s tempera barvami v tretji delavnici (4 udeleženci). Ustvarjalni nalogi sta zahtevali več tehničnega nadzora in natančnosti, kar je morda povzročilo občutek neuspeha ob težavah s kontrolo nad materialom. ***Sram ali negotovost*** glede izdelka sta bila največkrat opažena pri risanju portretov (2 udeleženca), kar je lahko posledica večje izpostavljenosti izdelka mnenju drugih zaradi ustvarjanja in evalvacije v paru. Sram je bil pri eni udeleženki opažen tudi pri slikanju s temperami v tretji delavnici. Udeleženka je zaradi težav s kontrolo čopiča barvala čez črte pobarvanke, zato je sliko v sramu obračala, da je ne bi videli drugi. Negativen odnos do končnega izdelka se je med procesom pomoči z umetnostjo (v zaporedju šestih delavnic) bistveno zmanjšal. Prisoten je bil zgolj pri prvi in tretji delavnici, z izdelki v kasnejših delavnicah pa so bili udeleženci zadovoljni ali nanje tudi ponosni.

Pozitiven odnos do izdelkov se je med procesom PzU izrazito okrepil. Največ zadovoljstva in ponosa so udeleženci pokazali pri ustvarjalnih izdelkih iz volne in gline, kar na prvem mestu povezujem s poznanostjo in z intuitivnostjo teh materialov pri udeležencih. Razlog za krepitev pozitivnega odnosa lahko najdemo tudi v izkušnji procesa pomoči, ki jih je opolnomočil in spodbudil k občutku kompetentnosti pri soočanju z novimi ustvarjalnimi nalogami.

Opažanje napak na izdelku

Tabela 47: Opažanje napak na izdelku

Opažanje napak	**Prva delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Vidi napake in jih sprejema kot del procesa	2	1	0	4	4
Ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	2	5	8	5	5
Zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	4	4	0	0	0

Odnos udeležencev do napak na lastnem izdelku kaže na njihov odnos do ustvarjalnega procesa in stopnjo njihove ustvarjalne samozavesti. Prva in tretja delavnica v procesu pomoči sta pri udeležencih sprožili večjo samokritičnost in manjše sprejemanje napak, v zadnjih treh delavnicah pa so udeleženci pokazali večje sprejemanja napak in zadovoljstvo z lastnimi izdelki. Rezultati kažejo, da je proces PzU spodbudil večjo osredotočenost udeležencev na sam ustvarjalni proces in večje sprejemanje ustvarjalnih napak. To sta bistvena premika pri razvoju ustvarjalne samozavesti. Razlike pri odzivih na napake med ustvarjalnimi delavnicami so lahko hkrati tudi posledica ustvarjanja z različnimi materiali. Materiali, pri katerih so bile napake boj vizualno izstopajoče ali težje popravljive (barvice in tempere), so pri udeležencih izzvali več samokritičnosti in manjše sprejemanje napak kot materiali, pri katerih se je napake dalo povsem ali lažje popraviti (glina in volna). Pomembne razlike je opaziti tudi pri bolj senzoričnih materialih. Ustvarjanje z glino ali volno sta izrazito senzorični aktivnosti, kar je verjetno vplivalo na večjo osredotočenost udeležencev na sam ustvarjalni proces in manjši fokus na popolnost izdelka. Nezanemarljiv je tudi vpliv preteklih ustvarjalnih izkušenj na ustvarjalno samozavest, kar se odraža na pozitivnem doživljanju izdelkov iz volne (pete in šeste delavnice).

Odziv na pohvalo in učinek pohvale na samozavest

Odziv na pohvalo in njen opazen učinek na samozavest udeleženca predstavljata pomemben kazalnik njegove ustvarjalne samozavesti. Pohvala je lahko za osebe z nizko

ustvarjalno samozavestjo neprijetna ali neprepričljiva, medtem ko jo osebe z boljšo ustvarjalno samozavestjo lažje sprejemajo in uporabijo za podporo svojemu ustvarjalnemu razvoju.

Tabela 48: Odziv na pohvalo

Odziv na pohvalo	**Prva delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sprejme pohvalo navdušeno	1	3	4	5	3
Sprejme pohvalo zadržano	4	5	3	4	5
Pohvalo zavrne ali zmanjša njen pomen	3	2	1	0	1

Navdušeno sprejemanje pohvale, ki kaže na pozitiven odnos do izdelka, se med procesom pomoči postopno povečuje. Nekoliko se zmanjša pri zadnji delavnici (3 udeleženci). ***Zadržano sprejemanje pohvale*** ostaja stabilno prisotno med celotnim procesom (3–5 udeležencev). ***Odziv z zavrnitvijo pohvale*** se med procesom postopno zmanjšuje in se ponovno pojavi pri šesti delavnici (1 udeleženec). Zdi se, da je odziv na pohvalo povezan tudi z vrsto ustvarjalne naloge in materiala. Risanje portretov (prva delavnica) in slikanje pobarvank s temperami (tretja delavnica) sta pri udeležencih sprožili več samokritičnosti, kar se odraža v pogostejšem zavračanju ali zadržanem sprejemanju pohvale. Glina (četrta delavnica) in volna (peta in šesta delavnica) sta se zaradi poznanosti ali intuitivnosti izkazali kot prijaznejša materiala, pri katerih udeleženci lažje sprejmejo pohvalo in so tudi manj samokritični.

Tabela 49: Učinek pohvale na samozavest udeleženca

Učinek pohvale na samozavest	**Prva delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	1	4	7	5	4
Na samozavest ni opaznega vpliva	4	3	0	4	4
Pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje	2	3	1	0	1

Pri prvi delavnici ***pohvala vidno dvigne samozavest*** zgolj pri enem udeležencu, pri preostalih delavnicah pa je to najpogostejša oblika odziva na pohvalo, kar kaže na učinkovitost

procesa pomoči pri krepitvi ustvarjalne samozavesti udeležencev in samozavesti izražanja. Posebej izstopa četrta delavnica (oblikovanje gline), kjer so udeleženci najbolj odprti za pohvale (7 udeležencev). Glina se je izkazala kot ustvarjalni material, pri katerem so udeleženci pohvalo najpogosteje sprejeli kot verodostojno potrditev svoje ustvarjalne uspešnosti. ***Učinka pohvale na samozavest udeležencev ni bilo opaziti*** v stabilnem številu (3–4 udeleženci) pri skoraj vseh delavnicah z izjemo četrte (oblikovanje gline). ***Odziv na pohvalo z zadrego ali nelagodjem*** je bil najbolj izražen pri risanju portretov v prvi delavnici (2 udeleženca) in slikanju pobarvank s temperami v tretji delavnici (3 udeleženci). Kaže, da sta ti dve ustvarjalni nalogi pri udeležencih sprožili več samokritičnosti, nelagodja in nižjo dovzetnost za pohvalo.

Udeleženci so med procesom pomoči postajali bolj odprti za pohvale svojih izdelkov in vidno bolj pripravljeni verjeti v kakovost svojega ustvarjalnega izraza. Zdi se, da je odziv na pohvalo povezan tudi z vrsto ustvarjalne naloge in materialom. Pri ustvarjanju z glino in volno so udeleženci v povprečju lažje sprejeli pohvalo kot pri risanju portretov z barvicami in barvanju pobarvank s temperami.

4.1.4 Individualni pregled procesa ustvarjanja

Udeleženka 1

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 1 je v uvodnem intervjuju omenila svoje **pretekle ustvarjalne izkušnje s pletenjem** (A10) in z **različnimi ročnimi deli** (A37), ki so ji še vedno blizu: */Tako da ročna dela so mi bila zelo in so mi še vedno/ (A38).* Povedala je tudi, da je **uživala pri ustvarjanju s svojimi otroki**: ***/****Sem pa zelo rada sodelovala z otroki tudi, ko smo kej ustvarjali, z vnučki pa s pravnuki tudi./ (A12).* Spomnila se je tudi **pozitivnih ustvarjalnih izkušenj iz otroštva**: ***/****Nisem imela brata nobenega, samo sestre smo bile, in v glavnem tisto, kar sem sama ustvarjala, mi je bilo dokaj všeč./ (A46)*.

Izrazila je **zadovoljstvo s programom dnevnega varstva: ***/Skratka, mi je v celoti ta način dela všeč./ (A35)*. Vendar je povedala tudi, da **ne sodeluje prav veliko pri ustvarjalnih aktivnostih**: */Drugače pa nisem kaj dosti sodelovala, da bi sama lastno kej proizvajala, to pa nisem./ (A31, A29).* Vseeno ji je všeč, da je ponujena **možnost za ustvarjanje**: */in mi je všeč, da je to vodeno in da se nudi tudi pomoč, če je potrebna, to mam pa rada. Mi je všeč*

priložnost./ (A32). Povedala je, da kadar čuti, da je **pripravljena sodelovati, kadar čuti, da je njena udeležba zaželena**: *drugače pa rada sodelujem, če je treba/ (A18)*.

V zvezi s **sodelovanjem z drugimi** pri ustvarjanju je izrazila **strah pred napakami: /***Ja, če znam, seveda, se zelo rada potrudim, sem pa zelo taka boječa, da bom narobe naredila./ (A23).* Izrazila je **odprtost za sprejemanje pomoči pri ustvarjanju**: */Ja, to mam pa rada. Ja, ja, rada sprejmem vsako pomoč in sem zelo hvaležna zanjo, karkoli je bilo, ne./ (A26)* in izpostavila svojo **pripravljenost za učenje novih stvari**: */Tko zlo sem ukaželjen človek, zelo se rada karkoli naučim od koga./ (A27)*.

Na vprašanje o spominu na ustvarjalne izkušnje iz dnevnega varstva se je spomnila **pobarvank**: */So bile tele risbice, ki smo jih barvali nekaj, to sem tudi delala že nekaj zraven./ (A30)*. Svojo **pogosto neudeležbo in nizko motivacijo za ustvarjalne aktivnosti** pa je iz perspektive drugih ocenila kot **negativno**: */Mogoče to ni dobro, da rada zaidem v spalno sobo, ja, hahaha, to pa najbrž drugi ocenjujejo, da sem preveč tako, kako bi rekla, lena za ustvarjat./ (A55)*.

Na vprašanje, ali je pri ustvarjanju v preteklosti uživala, je povedala, da ji je to preprečila njena **samokritičnost**: */Ne da bi uživala, ne, ne ne. Ker sem bila preveč samokritična vedno in vedno mi je bilo nekaj drugače, kot bi jaz želela./ (A22)*, in povedala, da je bila pri ustvarjanju vedno **usmerjena k zadovoljitvi pričakovanj drugih**: */Pa vendar sem pazila, da je bilo vse nekako, kakor se je dalo, primerno narejeno pa sem bila tudi po oceni taka, tako da je bilo v redu./ (A21)*.

Povedala je, da zelo ceni ročna dela: */Vsako ročno delo cenim in ga spoštujem zelo./ (A40),* vendar jih ne dojema kot umetnost: */edino kakšno ročno delo recimo, to pa že ni umetnost/ (A9).* Ocenila je, da kljub številnim ročnim spretnostim **nima »umetnostne sposobnosti«**: */Drugače pa nimam kakšne posebne umetnostne sposobnosti, to pa ne bi rekla./ (A50)*, in izrazila fiksno naravnanost do ustvarjalne sposobnosti: */Nisem za risanje kej posebej nadarjena, nisem imela kakšnega dobrega občutka za to./ (A13, A20)*. Na vprašanje o presoji svoje ustvarjalne sposobnosti je izrazila **negativno prepričanje, povezano z ostro samokritiko**: */Jaz sem preveč samokritična vedno. Sem zelo samokritična in ne bi nikoli to svoje pohvalila kej preveč, v risanju ali v čem./ (A19)*.

Pri vprašanju o priljubljenih ustvarjalnih materialih ali aktivnostih je izpostavila **kvačkanje**, ki ga je opustila zaradi težav z vidom: */Torej, rada kvačkam tudi, to sem že v mlajših letih veliko delala, zdajle ne več toliko, ker tudi oči ne dajo./ (A36)*, in na splošno ročna dela (A42). Ni pa ji všeč **tehnično ustvarjanje**: */Torej, kakšni tehnični izdelki, to pa nimam smisla kakšnega posebnega./ (A43).* Ni se spomnila nobene ustvarjalne aktivnosti dnevnega varstva, ki ji ne bi ustrezala: */Ja, zaenkrat se ni nič pojavilo takšnega, kaj jaz vem./ (A41)*.

Na vprašanje o potrebah po prilagoditvah pri ustvarjanju je izpostavila **težave z vidom in koncentracijo:** */edino starost prinese tiste tegobe, da malo slabše vidiš, da nisi več skoncentriran toliko. Drugače še pa mi je to všeč./ (A39)*.

Individualni pregled procesa PzU

Udeleženka je v proces PzU vstopila z nizko ustvarjalno samozavestjo, kar se je izrazilo že v uvodnem intervjuju, v katerem je izrazila negativno prepričanje o svoji ustvarjalni sposobnosti, povezano z ostro samokritiko. Na prvi delavnici risanja portretov je sodelovala, vendar je že na začetku izrazila skrb glede svojih likovnih sposobnosti in zadržano sprejela pohvalo. V drugi in tretji delavnici je sodelovanje pri ustvarjanju zavrnila že na začetku delavnice. Pri četrti delavnici (oblikovanje gline) je začela z ustvarjanjem, vendar po nekaj minutah prenehala z delom in se odpravila v spalno sobo. K ustvarjanju sta jo pritegnili zadnji dve delavnici, na katerih smo ustvarjali z volno. Na delavnici se je odzvala z navdušenjem, z nastalimi izdelki je bila zadovoljna in tudi navdušeno je sprejela pohvalo, ki ji je vidno dvignila samozavest. Pri evalvaciji na zadnji delavnici mi je povedala, da bi veliko lažje sodelovala pri delavnicah, če je ne bi bolel hrbet. Njene bolečine se povečujejo z zbranostjo in ugotovila je, da je njena bolečina psihosomatska. Zato ji ustvarjalne aktivnosti ne odgovarjajo, saj med njimi prihaja bolj v stik s svojimi mislimi, kar pa se odrazi v večji bolečini v hrbtu.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 1 (Priloga B – Tabela 56) ne potrjujejo H3, saj med PzU opazimo zgolj en bistven pozitiven premik v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU, in sicer povečanje pripravljenosti za sprejemanje ustvarjalnih nalog. Reakcija zavrnitve delavnice v drugi, tretji in četrti delavnici se spremeni v sodelovanje pri ustvarjanju pri peti in šesti delavnici, kjer se na ustvarjalno nalogo odzove z navdušenjem. Opozarjam na možnost vpliva priljubljenega ustvarjalnega materiala (volne) na ta pozitiven premik.



Slika 11: Izdelki udeleženke 1

Udeleženka 2

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 2 je v uvodnem intervjuju izrazila, da se nikoli **ni ukvarjala z umetnostjo** (B2). Ko sem jo vprašala po izkušnjah z ročnimi spretnostmi, je povedala, da je včasih **pletla, kvačkala in šivala** (B3, B4, B5). Spomnila se je tudi **učenja kvačkanja od mame:** */Kvačkala pa sem, ampak tko, kot je mama kvačkala, ona je to zelo znala pa sem njej pomagala. Tko da to je pravzaprav ona bolj delala kot jaz. Zdaj sem vam povedala./ (B3)*. Ni se spomnila nobenega izdelka iz dnevnega varstva (B12) in povedala, da **pri ustvarjalnih aktivnostih bolj opazuje druge**: */V redu, ne, jest predvsem druge gledam pa če me kdo kej vpraša./ (B6).* Na vprašanje o samooceni lastne ustvarjalne sposobnosti je **izrazila pozitivno prepričanje:** */Veste, kako, men se zdi, da sem kar v redu. Sam kako drugi mislijo pa kako gledajo, pa ne vem vam povedat./ (B7).* Povedala je, da **ni naklonjena sodelovanju z drugimi pri ustvarjanju**: **/***Ne preveč rada./ (B8)* in da raje ustvarja sama, ker **ji gre samostojno ustvarjanje bolje**: **/***Podvprašanje: Zakaj pa raje ustvarjate sami? Ne vem, se mi zdi, da bolj znam./ (B9)*. Ni izrazila potrebe po prilagoditvah pri ustvarjanju *(B13)*.

Individualni pregled procesa PzU

Udeleženka 2 je v proces PzU vstopila s pozitivnim prepričanjem o lastni ustvarjalni sposobnosti. Sodelovala je na vseh delavnicah z izjemo prve, ko je bila odsotna iz dnevnega varstva. Več ustvarjalnih težav sem opazila pri delavnici s kolažem, kjer udeleženka ni razumela naloge, saj zaradi demence nima več stika s svojo identiteto. Na koncu sva skupaj zbrali sličice, ki so ji bile všeč, in te nalepili na kolaž. Pri večini delavnic je potrebovala dodatne usmeritve in spodbude med ustvarjanjem, saj je večkrat izgubila zbranost in prenehala z ustvarjanjem. Po manjši spodbudi se je vedno hitro vrnila k ustvarjanju in nadaljevala z zavzetostjo.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 2 (Priloga B – tabela 57) ne potrjujejo H3, saj ni opaziti nobenega konsistentnega premika v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU. Sicer je udeleženka angažirano sprejela vse ustvarjalne naloge in bila zadovoljna s svojimi izdelki in z ustvarjalno aktivnostjo.



Slika 12: Izdelki udeleženke 2

Udeleženec 3

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Na vprašanje o preteklih ustvarjalnih izkušnjah se je udeleženec 3 spomnil oblikovanja izdelkov iz peska (šode) s svojim očetom: */Šoda smo rekli pesku. Ja, sej, če prodajaš, ne pa tako delaš, ornk moraš delat. Če bi prodajal. Pol pa moraš kar resno vzet. Izdelke iz šode. Ja, kakšno soboto je bilo treba nujno. Se je dalo. Pa veliko stvari je delal pa prodajal. Kakšne spomenike*

pa take stvari. Naš oče./ (C3). Sicer pa je povedal, da z ustvarjanjem nima izkušenj (C2). Ni se spomnil nobenega ustvarjalnega izdelka iz dnevnega varstva: */Se ne spomnim./ (C13).* Omenil pa je, da **ceni sodobno ustvarjanje s tehnologijo**: */Zdaj so mlajši pa bolj, bolj na računalnik naredijo. Se da veliko naredit./ (C7)*.

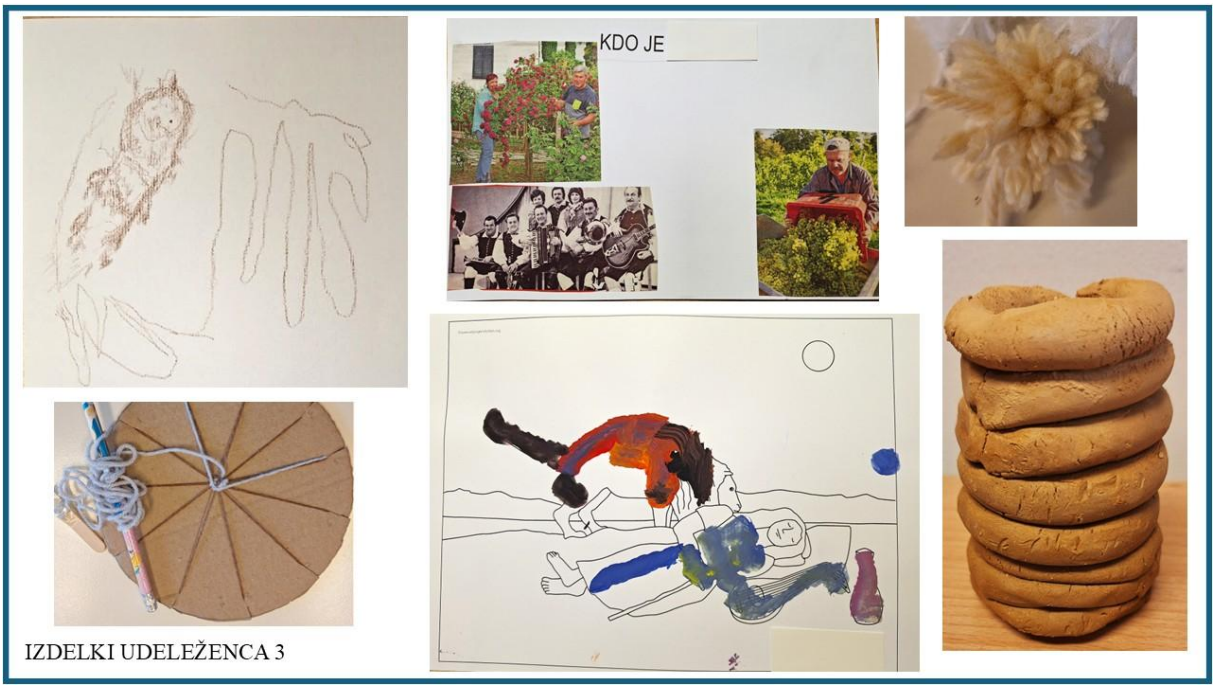
Na vprašanje, kako bi ocenil svoje ustvarjalne sposobnosti, je povedal, da **nima prepričanja,** saj ni nikoli resno jemal ustvarjalnih aktivnosti: ***/****Ne. Ne vem, niti nisem zadosti resno jemal./ (C6)*. Na vprašanje, kako se mu zdijo ustvarjalne aktivnosti v dnevnem varstvu, pa je izrazil, da jih **zgolj opazuje:** */V redu. Nobene škode ne delate. Tako da .../ (C4)* in da **mu niso priljubljene**: */Podvprašanje: A radi to počnete to, ko barvamo te stvari? Niti ne preveč./ (*C5). Izrazil je **ravnodušnost do sodelovanja z drugimi pri ustvarjanju**: */Nič kaj posebnega, da bi rekel, zdaj pa je mejhn, neki./ (C8)* **in vljudnostno hvaležnost ter odpor do ponujene pomoči pri ustvarjanju**: ***/****Ja, sem hvaležen. Podvprašanje: Vam je v redu to? A imate raje, da imate svoj mir pa sami naredite? Bolj svoj mir./. (C9)*. Povedal je, da nima nobenega posebej priljubljenega ustvarjalnega materiala ali aktivnosti *(C14)* in da **ne mara, če se pri ustvarjanju umaže**: */Šoda. Izdelke iz šode. Podvprašanje: A vam je bilo všeč to? A ne preveč. Podvprašanje: Je bilo težko? Tudi, pa umazan si od tega./. (C15)*.

<u>Individualni pregled procesa PzU</u>

Udeleženec 3 je sodeloval na vseh delavnicah in opazovalni podatki kažejo na postopno izboljšanje ustvarjalne samozavesti kljub nekaterim nihanjem. Glede na njegov odpor do pomoči, ki ga je izrazil v uvodnem intervjuju, sem bila posebej pozorna, da mu podporo nudim na način, ki mu omogoča samostojno usvojitev likovne tehnike, in z usmeritvami spoštujem njegovo avtonomijo ter ne prevzemam njegovega dela in dokončujem izdelkov namesto njega. Pri oblikovanju kolaža je imel veliko težav, vendar ga je v procesu ustvarjanja na lastno pobudo vodil udeleženec 12. Med njima se je med drugo delavnico razvila dolga verbalna interakcija, v kateri je aktivno sodeloval in na koncu tudi izdelal svoj kolaž. Pri udeležencu 3 sem opazila močno spremembo v socialnih interakcijah tudi izven delavnic. Prvi mesec mojega opravljanja prakse se je veliko držal zase v tišini in ni stopal v stik z drugimi upokojenci. Proti koncu procesa sem opazila njegovo dejavno udejstvovanje v interakcijah z drugimi. Izboljšala se je tudi njegova mobilnost. Na začetku procesa je imel težave s hojo in je večino časa preživel sede za mizo, proti koncu procesa pa se je njegovo gibanje izboljšalo do te mere, da je večkrat sprehajal s hojico po prostoru, tudi po več minut hkrati. Lahko so k njegovi izrazito boljši vključenosti v

skupino in povečani angažiranosti prispevali tudi drugi dejavniki, vendar ni smiselno zanemariti učinka procesa PzU, ki je prispeval k njegovemu opolnomočenju in odprtosti. Mislim, da mu je najbolj ustrezala ustvarjalna naloga barvanja pobarvank s temperami, saj je med evalvacijo deloval zadovoljno in navdušeno ter rekel, da bi še kdaj ustvarjal s temperami.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeležencu 3 (Priloga B – tabela 58) potrjujejo H3, saj kažejo tri jasne pozitivne premike v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU: izboljšal se je njegov odnos do izdelka iz nezadovoljstva v prvi delavnici v kasnejše stabilno zadovoljstvo in ponos od tretje delavnice dalje. Prav tako se po tretji delavnici ni več obremenjeval z napakami na izdelku in začel sprejemati pohvale.



Slika 13: Izdelki udeleženca 3

Udeleženka 4

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 4 je v uvodnem intervjuju povedala, da ima pretekle ustvarjalne izkušnje s **pletenjem, kvačkanjem, šivanjem in petjem** (D2, D4, D5, D6). Povedala je tudi, da v preteklosti **ni imela veliko priložnosti** za ustvarjanje zaradi **obremenjenosti z delom**: */Podvprašanje: Ali ste kdaj kaj risali ali slikali? Ne, sej zunaj smo delali, ne. Ja, pa dvorišče je bilo veliko. Je bilo treba tisto pometati, da je imel lep izgled./ (D3)*.

Ni se spomnila nobenega izdelka iz dnevnega varstva: */Ja, sej premišljujem, katere izdelke smo delali./ (D15)* in dodala: */Ja, tko, da bi škodo delali, to ne…/ (D16).* V nadaljevanju je **povezala počutje s kakovostjo nastalih izdelkov**: */Ampak škoda se hitro začne delat, če si tečen ali pa če si kaj bolan. Da razpada tisto, kar smo ustvarili. To pa je škoda./ (D16)*.

Na vprašanje o samooceni lastnih ustvarjalnih sposobnosti je odgovorila s spominom na svojega očeta in **pozitivno samooceno:** */Ja, hm, veste, kako: moj oče je bil mojster, mizarski mojster. To ni kar tako. Tako, da sem po njem malo podedovala. Podvprašanje: A tega občutka za ustvarjat? Ja, to pa./ (D10)*. Ustvarjalne aktivnosti v dnevnem varstvu zanjo pomenijo **možnost za sprostitev**: ***/****Ja, to mi je všeč. Pa pozabiš na slabo./ (D8)*. */Podvprašanje: Se sprostite? Ja./ (D9).* Pri ustvarjanju je **naklonjena sodelovanju z drugimi**: */Tudi rada z drugimi ustvarjam./ (D11)* in je **pripravljena sprejeti pomoč pri težjih ustvarjalnih nalogah: ***/****Ja, če je treba, ne, če je višja raven ustvarjanja, se pač prilagodiš./ (D12). /Podvprašanje: Potem sprejmete pomoč? Seveda!/ (D13).*

Kot priljubljeno ustvarjalno aktivnost je izrazila **lepljenje** *(D17)* in to obrazložila s **strahom pred razpadanjem izdelkov**: ***/****Podvprašanje: Aha, zanimivo, zakaj pa (lepljenje)? Ja, tisto skupaj drži, te ni strah, da bo šlo narazen, da bi se raztrgalo./ (D18)*. Na vprašanje o neprilјubljenih aktivnostih je izrazila **nelagodje zaradi tveganja, da se umaže z materialom**: */Podvprašanje: Recimo včeraj smo s tempero delali, se spomnite? Ja, tistega pa ne maram. To mi pa ni všeč. Ne. Če noče iti stran, je tudi tak material ne, noče iti stran. Potem pa moraš počakat toliko časa, da se umiri tudi koža, ne./ (D19)*.

<u>Individualni pregled procesa PzU</u>

Udeleženka 4 je v proces PzU vstopila z utrjenim pozitivnim prepričanjem o lastni ustvarjalni sposobnosti, kar se je izražalo v njenem angažiranem sprejemanju vseh ustvarjalnih nalog. Med prvo delavnico je intenzivno sodelovala z drugima udeleženkama pri risanju potreta, ki pa se ga po delavnici ni več spomnila. Med njimi se je razvilo živahno vzdušje. Druga delavnica ji je delala nekaj težav, vendar je s pomočjo udeleženke 11 uspešno izdelala kolaž o sebi. Pri vsaki delavnici sem opazila njeno zavzetost, tudi kadar ni dobro poznala ustvarjalnega materiala (npr. pri ustvarjanju s temperami v tretji delavnici). Z izdelki je bila vedno zadovoljna in nanje ponosna.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 4 (Priloga B – tabela 59) ne potrjujejo H3, saj kažejo zgolj en jasen pozitiven premik v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU: v drugi delavnici je ob težavah prenehala z delom, od tretje delavnice naprej pa je angažirano iskala pomoč ali težave poskusila rešiti sama.



Slika 14: Izdelki udeleženke 4

Udeleženka 5

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 5 je v uvodnem intervjuju izrazila pretekle izkušnje **s plesom, z risanjem** in se spomnila, da je **v otroštvu imela raznolike ustvarjalne izkušnje** (E4, E6, E3). Ob vprašanju o spominu na ustvarjalne izdelke v dnevnem varstvu je v prostoru opazila pobarvanke: */Ja, to je tukaj, kar je … (Pokaže na pobarvane mandale na garderobni omari.)/ (E13).* O svoji ustvarjalni sposobnosti nima izoblikovanega prepričanja, saj **ni imela veliko ustvarjalnih izkušenj zaradi kmetijskih opravil**: */Ja, tko, no, sem pa z dežele, kjer pa ni to toliko zanimivo, ne. Tam imajo več ali manj živino pa to. Me bolj tja potegne, ne. Ampak to ni vedno, ne. Samo takole zdaj spomladi, ko je malo več ljudi na kupu, ne. Takrat vzamejo takole, take kot sem jaz tudi. Podvprašanje: A za živino past? Ja, za živino past, grabit … Podvprašanje: Potem nikoli ni bilo veliko časa za ustvarjati? Ne./ (E8).*

Pri ustvarjanju v dnevnem varstvu običajno **zavzema pasivno vlogo** in **z zanimanjem opazuje ustvarjalni proces drugih**: */Ja, to jaz kar rada malo, ja. Gledam pa sprašujem pa to, kar malo me, kar vleče./ (E7).* Naklonjena je ustvarjanju skupaj z drugimi uporabniki: */Imam kar rada, da z drugimi./ (E9)*, pri **sprejemanju pomoči** pa poudarja, da je pomembno, da je **tisti, ki pomoč nudi, varen in vreden zaupanja**: */Ja, to je pa vprašanje, kakšen je tisti človek. Ne. Če je takole, to je sprejemljiv, pa da, če pa je tak, da te je kar strah, potem pa ni, ne. Podvprašanje: Ni dobro, ne? Niso vsi v redu. Ne …, niso. Ja …/ (E10).* Rada ima **ustvarjanje z različnimi materiali** in ne izraža posebne priljubljenosti specifične ustvarjalne aktivnosti: */Od vsega mal. (smeh) Podvprašanje: Da je skoz kaj novega? Ja. (smeh)/ (E14).* Če se ji za ustvarjanje **ponudi material, do katerega čuti odpor, pa to že na začetku izrazi**: */Ja, jaz kar prej že rečem, to pa jaz ne bi ne. Pa povem, zakaj ne bi./ (E15)*.

Individualni pregled procesa PzU

Udeleženka 5 je sodelovala na vseh delavnicah in v procesu pokazala **določene znake napredka v ustvarjalni samozavesti**, vendar ti **niso dovolj konsistentni**, da bi lahko potrdili hipotezo o povečanju ustvarjalne samozavesti (H3). V prvi delavnici risanja portretov je angažirano sodelovala z drugima udeleženkama pri risanju, sicer ni narisala portreta, ampak črko m, ki je bila začetna črka imena druge udeleženke. Po delavnici se ni spomnila svojega izdelka. Izdelovanje kolaža o sebi je bilo zanjo prezahtevno, saj ni razumela navodil naloge in sličic ni znala povezati s svojo identiteto. Na koncu sva skupaj zbrali sličice, ki so ji bile všeč, in jih razporedili v kolaž. Zelo me je presenetila pri barvanju pobarvank s temperami, saj se samostojno in suvereno mešala ter prelivala različne barve. Izredno dobro ji je šlo tudi pri zadnji delavnici oblikovanja volnenih podstavkov, kjer je ustvarjala zelo zavzeto in samostojno.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 5 (Priloga B – tabela 60) ne potrjujejo H3, saj kažejo zgolj en bistven pozitiven premik v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU: izboljšalo se je njeno soočanje s težavami pri ustvarjanju. Pri drugi in četrti delavnici je ob težavah prenehala z delom, v peti delavnici je aktivno iskala rešitve in prosila za pomoč, v šesti pa je težave poskušala rešiti sama. Opaziti je tudi manjši pozitivni premik v sprejemanju pohvale, ki jo je v tretji in četrti delavnici sprejela zadržano, v zadnjih dveh pa z navdušenjem.



Slika 15: Izdelki udeleženke 5

Udeleženka 6

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 6 je v uvodnem intervjuju izrazila pretekle ustvarjalne izkušnje s **kvačkanjem in šivanjem** (F2, F3). Posebej se spomni **šivanja prtičkov**: */Uh, tistih prtičkov sem veliko zašila! To je bilo to ustvarjanje moje. Ko sem tisto delala./ (F4).* Na splošno je **zadovoljna z vsemi izdelki**, ki jih je v preteklosti izdelala v dnevnem varstvu: */Saj tudi hčerka me vpraša vedno, če sem zadovoljna, pa rečem sem, sem zadovoljna./ (F10)*, in poudarja, da se **pri ustvarjanju ne obremenjuje z zunanjimi pričakovanji**: */Jaz po svoje naredim, barve, kakršne mi pašejo, tudi če ni to najbolj narejeno./ (F7); /Jaz ustvarjam za sebe, mislim, najboljše za mene, to so moji vtisi./ (F12).* Hkrati **zavrača umetniško identiteto**: */Jaz nisem nobena risarica, ne to, ne ono, nekaj takega./ (F8)* in poudarja **relativnost umetniške vrednosti izdelkov**: */Jaz to po svoje naredim, svoje barve dam. Zdaj, če komu je všeč. Veliko oči ima vsake svojega malarja. Vsake oči naj presodijo sebi, ali je lepo ali grdo. Kakor komu paše, naj naredi, a ne!/ (F9); /Ja …, ja. Dobra. Za mene, za moje oči. Zdaj pa, kako bodo drugi to ocenili, pa je druga stvar, je pa drugače spet. Ja, ja./ (F11)*.

Nad **ustvarjalnimi aktivnostmi** v dnevnem varstvu je **navdušena**: */To jaz še hčerki včasih pravim, joj, ne, pa smo to delali./ (F6)* in **rada sodeluje z drugimi** pri ustvarjanju: */Ja!!! Ma, dobro se počutim, saj zato pravim. To mi veliko pomeni, da sem v družbi, da je večja*

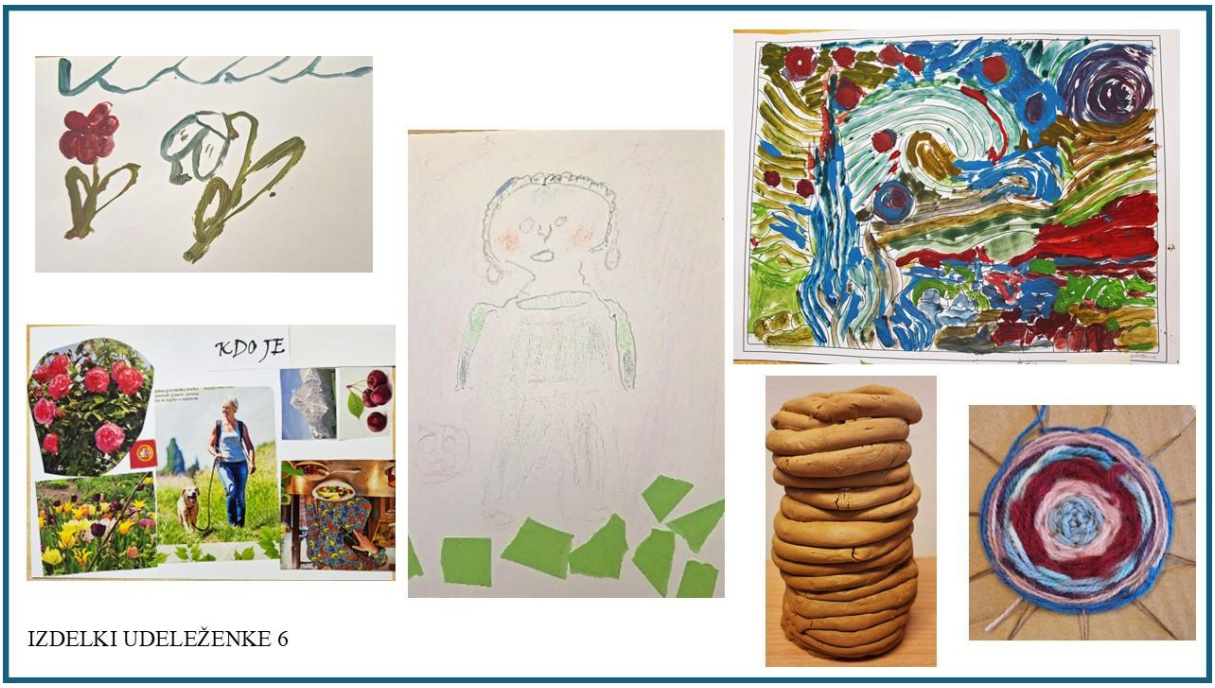
skupina./ (F13). **Odprta je za konstruktivno kritiko** in pomoč pri ustvarjanju: */Pa v redu. Se v redu počutim, sem vesela, da mi nekdo pomaga, ja …, zelo sem vesela, da nekdo vidi, da ni najbolje, pa mi pomaga./ (F14)* in **zavrača podcenjevanje ter negativno kritiko**: */Bi pa bila jezna, če bi me kdo kar zmerjal ali pa podcenjeval, ne. To pa je nekaj drugega … ja, ja. Podvprašanje: A pa se vam to zgodi kdaj tukaj? Ne …, tukaj pa ne. Ni se mi zgodilo, to bi se zlagala, da bi rekla karkoli, ne, ne. Tukaj pa nobena gospa, nobena ni nič rekla nikoli. Zdaj, če je tako kje, da jaz nisem slišala, to pa je druga stvar, to mene niti ne zanima./ (F16)*.

Nima posebej priljubljenega ustvarjalnega materiala in je na **splošno naklonjena različnim ustvarjalnim aktivnostim**: */Vseeno mi je, vsi so mi všeč, in to ne glede, katera mi pride pod roko, potem malo kombiniram./ (F19).* V primeru, da začuti potrebo po prilagoditvi ustvarjalnega procesa, ga **samostojno prilagodi**: */Ne …, ne rabim nič. Sej imamo barvice take, take, take, sej imamo. Nič ne rabim, vzamem, kar hočem. Nihče mi ne bo rekel, da ne smem tega ali onega. Karkoli hočem./ (F20)*.

<u>Individualni pregled procesa PzU</u>

Udeleženka 6 je v proces PzU vstopila s pozitivnim prepričanjem o lastnih ustvarjalnih sposobnostih in s stabilno ustvarjalno samozavestjo, neodvisno od mnenj drugih. Že v uvodnem intervjuju je večkrat poudarila, da ne stremi k popolnosti, ampak k svojemu avtentičnemu izrazu. Njena naravnanost do ustvarjanja ji je omogočila, da je motivirano raziskovala manj poznane likovne tehnike in se zavzeto vključila v ustvarjanje. Na splošno je delovala zelo samostojno in brez zadržkov prosila za pomoč, kadar jo je potrebovala. Z vsemi svojimi izdelki je bila zadovoljna in večkrat pokazala ponos. Tudi pohvalo je že od začetka sprejemala navdušeno. Bila je izredno odprta za ustvarjalni proces in med evalvacijo večkrat izrazila navdušenje nad novimi ustvarjalnimi nalogami. Všeč ji je bilo, da smo delali »nekaj posebnega«, še posebej pa je bila navdušena nad delavnicami ustvarjanja z volno.

<u>Preverjanje H3:</u> Opazovalni podatki o udeleženki 6 (Priloga B – tabela 61) ne potrjujejo H3, saj ne kažejo bistvenih premikov v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU. To je povezano z njeno začetno visoko in stabilno ustvarjalno samozavestjo ter osebno naravnanostjo do ustvarjanja.



Slika 16: Izdelki udeleženke 6

Udeleženka 7

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 7 je v uvodnem intervjuju izrazila pretekle izkušnje s **šivanjem** *(G5)* in se spomnila, da so v šoli imeli **raznolike ustvarjalne aktivnosti**: */Ja, to smo v šoli, a ne, delal. Podvprašanje: A ste risali, kaj ste delali? Ja, tudi. Vse sorte. Ja. Tam smo pa imeli, ja./ (G3).* Spomnila se je tudi izkušenj z **ročnimi deli z volno**, ki jih je imela zelo rada: */Podvprašanje: Ali ste kaj kvačkali kdaj ali pa pletli? Ja, to pa sem doma. Ko sem bolj majhna še bila, no, ne majhna. Tisto, ko sem bila, ja, zelo. Tako veliko sem vse …, imam doma toliko stvari, ko sem kaj naredila, ne. Vse veliko. To sem pa tako rada delala. Res, ja./ (G4).* Ustvarjanje povezuje tudi s **podporo otrokom pri šolskih nalogah**: */Podvprašanje: A risali ste tudi kdaj kaj pa slikali? Ja, sem kaj rihtala, ja, to pa sem, ja. Pa ta malim, ja, ko so kej v šolo hodili pa so kej rabili pa sem jim pokazala./ (G6).*

Ni se spomnila nobenega izdelka iz dnevnega varstva in tudi ne, da bi ustvarjali: */Izdelka …, ne. Zdajle nimam v glavi. Ne vem, ali smo./ (G14).* Sicer pa ima na splošno **pozitivno prepričanje o lastni ustvarjalni sposobnosti**: */Ja, kar v redu. Dobro, dobro mi gre./ (G8).* Do **ustvarjanja skupaj z drugimi** ima **ravnodušen odnos**: */Ah, kaj pa jaz vem. Jaz vse delam. Al pa samo kaj pomagam, da rečem tako pa tako, ne./ (G9)* in **namesto aktivnega sodelovanja z**

drugimi raje zavzame vlogo svetovalke: */Drugače pa ne, no, da bi jaz tam se zraven dala. Ker je fajn, če eni tudi že znajo nekaj. Ne da bi vse ti nekaj delal. Tako pa to delajte, jaz pa potem pridem, pa bom videla. Tako da sem jih malo naštimala, da so mogli delat. Ja tako./ (G10).* **Ravnodušen odnos** ima tudi do **sprejemanja pomoči**: */V redu kaj, saj nimam kej./ (G11)* in ob prejemanju pomoči **ocenjuje sposobnosti drugega**: */Še vse bolj vem, ja, ker tisti mi mora tudi nekaj razlagat, tako da vem, kaj ve, kaj ne ve./ (G12)*.

Nima posebej **priljubljenega ustvarjalnega materiala**: */Ne, to pa nimam. Vse imam isto rada./ (G16)* in **ne izraža potrebe po prilagoditvah** pri ustvarjanju: */Kaj pa vem, da bi kaj rabila. Ne vem. Ne./ (G17).*

Individualni pregled procesa PzU

Udeleženka je v proces PzU vstopila s pozitivnim prepričanjem o lastni ustvarjalni sposobnosti in stabilno ustvarjalno samozavestjo. Na vprašanje o prejemanju pomoči je odgovorila z ravnodušnostjo in distanco, kar se odrazi na začetku ustvarjalnega procesa, ko težave v drugi delavnici kljub nerazumevanju naloge poskuša reševati sama. Kasneje, v peti in šesti delavnici, pa je ob ustvarjalnih težavah prosila za pomoč ali nasvet, kar nakazuje, da je v skupini začutila dovolj varnosti, da se je odprla za podporo. Kljub ravnodušnosti do ustvarjanja z drugimi, ki jo je izrazila v uvodnem intervjuju, se je zelo pozitivno odzvala na risanje portretov na prvi delavnici in se skupaj z udeleženkama spustila v živahno dinamiko. Na splošno je bila zadovoljna s svojimi izdelki in nezaupljivo ter zadržano sprejemala pohvalo, kar povezujem z njenimi odnosnimi vzorci, ki kažejo na večjo potrebo po ohranjanju avtonomije.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 7 (Priloga B – tabela 62) ne potrjujejo H3, saj ne kažejo bistvenih premikov v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU. To povezujem z njeno začetno visoko in stabilno ustvarjalno samozavestjo.



Slika 17: Izdelki udeleženke 7

Udeleženka 8

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 8 je v uvodnem intervjuju izrazila pretekle izkušnje s pletenjem in kvačkanjem (H5). Na vprašanje o izdelkih v dnevnem varstvu se je spomnila, da je pobarvala mandalo, ki je prilepljena na garderobno omaro v prostoru intervjuja: */Ne vem. Eno od tistih sem narisala, sam. (Pokaže na mandale na garderobni omari.)/ (H20)*, in dodala, da sicer **ni posebej veliko sodelovala v ustvarjalnih aktivnostih** dnevnega varstva: */Zdaj, da bi nekaj rekla, nekaj posebnega, da sem ustvarjala, nisem, no. Moram reči./ (H6).*

V nadaljevanju pogovora odkrijeva, da se je v preteklosti ukvarjala **s slikanjem in z risanjem**, vendar je **ustvarjalno prakso opustila**, ker »nima več idej«: */Rada bi slikala, pa nisem tako…, nimam. Za to moraš imeti ideje, moraš malo svoje stvari vključit v to. Jaz pa sem čisto izključila to. Ne ukvarjam se z umetnostjo nič. Zdaj sem kar malo izpadla, no, moram reči. In zdaj, če se še kaj spravim, nimam idej več./ (H7); /Nimam idej, nimam več tistega, kar sem imela včasih. Zdaj nimam. Bi se morala posvetiti slikarstvu ali nekim stvarem, da bi še jaz mogoče s svojimi idejami kaj zraven prišla./ (H15).* Na vprašanje, ali si želi ponovno priti v stik s to ustvarjalnostjo in idejami, je odgovorila: */Ne vem. Morala bi videti, zdaj sem čisto izven tega. Ne vem, če bi še bila sposobna, no. To mislim./ (H15); /Nisem, nisem več tista, ko sem bila. Moram priznat. Rada bi tudi jaz kaj ustvarila, ampak se mi zdi, da nisem sposobna*

več./ (H16). Dodala je, da **se počuti prestaro** za ustvarjanje: */Tako da, kakšne mlajše morate dobiti. Mlajše pa take, da imajo podporo doma ali pa da hodijo na kakšna taka izobraževanja pa tako. Tisti imajo potem ideje in tako naprej./ (H13)*.

Pri ustvarjalnih aktivnostih v dnevnem varstvu **sodeluje**, vendar bolj zato, ker čuti, da je njena **udeležba zaželena**: */Ja, aaa,… že se pol potrudim pa hočem tudi jaz sodelovati, ampak nič z veseljem več./ (H10).* Posebej je poudarila, da je včasih imela veselje do ustvarjanja, ki ga zdaj nima več: /*Včasih sem z veseljem to delala, zdaj pa ne vem. Ni. Ni več tistega, da bi z veseljem pa da bi nekaj novega naredila pa novo prikazala. Je šlo iz mene./ (H11).*

Odprta je za sodelovanje z drugimi pri ustvarjanju in to vidi kot priložnost, da bi morda lahko »spravila kaj iz sebe«: *Ja, mogoče, da si dopolnjujemo pa tako eden drugega pa tako. Mogoče tam bi bolj začela kaj spravljat iz sebe. Ampak ne vem. Podvprašanje: A to mate radi? To bi vas bolj spodbudilo? Ja …, mogoče./ (H17).* Z veseljem tudi **sprejme pomoč** pri ustvarjanju: */Ja, zakaj pa ne? Tu sem zato, da mi kdo pomaga./ (H18).*

Na vprašanje o potrebnih prilagoditvah pri ustvarjanju je izrazila **težave z vidom** zaradi solznih oči, kar ji dela težave pri daljših ustvarjalnih aktivnostih: */Solze mam, solzne oči in to sploh kadar je kaj takega, da me umori oziroma zmatra, da sem tako utrujena. Ali pa ko gledam, mi kar solze padajo. To je tudi tako, zmeraj imam tele papirčke pa to, da si oči brišem. Mi skoz mokri./ (H23).* Povedala je tudi, da ima ob ustvarjanju **bolečine v rokah**: */Pa vem tudi, ko sem imela s prstom tole, mi skos nagaja, če je bilo za rezat s škarjami pa kaj. Me je tako bolelo. Tudi tele žile so mi bolj ven udarile. Tako da ne vem./ (H22)*.

<u>Individualni pregled procesa PzU</u>

Udeleženka 8 je je imela v preteklosti izkušnje z likovnim ustvarjanjem (slikanje, risanje, pletenje), vendar je svojo ustvarjalno prakso s starostjo opustila. V proces PzU je vstopila z nizko ustvarjalno samozavestjo in uvodnem intervjuju izražala močne dvome o svoji ustvarjalni sposobnosti in doživljanju ustvarjanja kot nečesa, kar ni več zanjo. Večkrat je poudarila, da nima več ustvarjalnih idej, kot jih je imela včasih, in da ne čuti več veselja ob ustvarjanju. Ob tem je izrazila odprtost za pomoč in sodelovanje, kar se je pozitivno odrazilo tudi na delavnicah. Sodelovala je na vseh šestih delavnicah PzU in bila v procesu angažirana ter zavzeta. Njen ponovni stik z ustvarjalnimi idejami se je vzpostavil že v prvi delavnici, ko je pri risanju portreta zaznala specifičen pogled in oči udeleženke, ki jo je risala, ter portret fokusirala okrog tega

elementa. Spontano je na risbo dodala tudi sovico, ki jo je spominjala na drugo udeleženko. V drugi delavnici (izdelovanje kolažev) je bila izrazito angažirana in se sprehajala po prostoru ter edina iskala ustrezne sličice po vseh mizah, ne zgolj na svoji. Sličice je skrbno razporedila in prilepila na list. Pri tretji delavnici je imela težave z izbiro pobarvanke, pri čemer sem zaznala njen strah pred ustvarjanjem s temperami, saj se je bala, da bodo prostorčki premajhni in ne bo uspela dovolj natančno pobarvati slike. Pomagala sem ji z izborom in zavzeto se je lotila barvanja ter pri tem večkrat negotovo opazovala svojo sliko. Uporabila je tehniko senčenja in skrbno izbirala barve. Moje navdušenje nad njenimi izdelki in vztrajne pohvale so počasi krepile njeno ustvarjalno samozavest. Pri delavnici oblikovanja z glino (četrta) je spontano dobila navdih za izdelavo miške in rožice ter bila na koncu zelo vesela in ponosna na svoja izdelka. Z zadovoljstvom in zavzetostjo je ustvarjala tudi pri delavnicah z volno. Udeleženka je med procesom PzU postopno vzpostavila stik s svojo ustvarjalno platjo in opazila sem, da se ponovno povezuje s svojo umetniško identiteto. Zanimivo je tudi, da med delavnicami ni omenjala svojih zdravstvenih težav in ni zavrnila nobene ustvarjalne naloge, kar kaže na njeno potopitev v ustvarjalni proces in dobro prilagojenost ustvarjalnih nalog svojim potrebam.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 8 (Priloga B – tabela 63) potrjujejo H3, saj kažejo dva bistvena pozitivna premika v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU: njen odnos do izdelka se je iz nezadovoljstva v prvi in tretji delavnici spremenil v ponos in zadovoljstvo v zadnjih treh delavnicah. V prvi in tretji delavnici je od sebe zahtevala popolnost in se ni sprijaznila z napakami, ki jih je zaznala na svojem izdelku. Kasneje (po četrti delavnici) pa napak ni več omenjala ali jih zaznala in sprejela kot del ustvarjalnega procesa.



Slika 18: Izdelki udeleženke 8

Udeleženka 9

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 9 je v uvodnem intervjuju povedala, da ima pretekle **ustvarjalne izkušnje s šivanjem in plesom**, pri čemer je zelo uživala: */Plesala sem folkloro osem let. Štiri leta v osnovni šoli pa štiri leta na srednji. Zelo veliko plesov smo obdelali. In to sem uživala. To smo skos imeli vaje./ (I11).* Ne spomni se konkretnega izdelka iz dnevnega varstva, ki bi ji bil posebej všeč, omeni pa številne pobarvanke: */Ne vem, ker smo toliko tega pobarvali (govori o pobarvankah)./ (I21).* Ustvarjalne aktivnosti v dnevnem varstvu ima na splošno rada, vendar **niso učinkovite pri lajšanju njene čustvene stiske**: */Rada pomagam, rada delam. Ampak saj pravim. Občutkov se ne morem losati, da bi nekaj z veseljem naredila. Ni šanse. Te občutki so me čisto … Ne, ne, čisto nič me ne veseli. Veseli me edino, ko pridem domov, ko se stuširam, uležem na kavč pa gledam televizijo./ (I15); /Ampak, to me tud …, da bi me nekaj razbremenilo teh občutkov, to pa ne./ (I18).* Sicer je **pozitivno prepričana o svoji ustvarjalni sposobnosti** v okviru dosedanjih aktivnosti v dnevnem varstvu: */Ja, odvisno, kaj ustvarjamo. A ne?/ (I16); /To, kar tle ustvarjamo, rišemo, to mi kar gre. Lepo pobarvam, imam zelo tak občutek za močne barve. To kar dobro naredim./ (I17).* **Sodelovanje z drugimi pri ustvarjanju** je »ne moti«: */Ja, ja, ja,… to me nič ne moti. Ne, to me ne moti. Rada pomagam, če znam, in to je to./ (I19).* Njena najljubša ustvarjalna aktivnost je **barvanje pobarvank**: */Z barvicami. Ja, ja. Barvice pa tiste, ki*

dobimo že pripravljeno tako, da samo pobarvamo. To mam najrajše, edino to./ (I22) in zaenkrat v dnevnem varstvu ni bilo materiala, s katerim ne bi mogla ustvarjati, in **nima potrebe po prilagoditvi** ustvarjalnega procesa: */Tlele ni nobenega takega materiala, da ne bi mogla ustvarjat./ (I23)*.

Individualni pregled procesa PzU

Udeleženka 9 je v proces PzU vstopila s pozitivnim prepričanjem o lastnih ustvarjalnih sposobnostih, vendar z nizko motiviranostjo za ustvarjalne aktivnosti, saj ustvarjalni proces v dnevnem varstvu zanjo ni razbremenilen. V uvodnem intervjuju je povedala, da se počuti čustveno otopelo in da jo redkokatera stvar razveseli.

Aktivno je sodelovala samo pri prvi in tretji delavnici, pri preostalih delavnicah pa je zavrnila sodelovanje in se odpravila v spalno sobo ali pa proces zgolj opazovala. Konsistenten je njen odziv odpora do ustvarjalne naloge, ki ga povezujem predvsem s čustveno utrujenostjo in z nizko motivacijo za soočanje z ustvarjalnimi izzivi. Kljub temu se je v delavnicah, na katerih je ustvarjalno nalogo sprejela, njeno razpoloženje med ustvarjanjem izboljšalo. V prvi delavnici (risanje portretov) je ob evalvaciji izrazila močno prijateljsko ljubezen do druge udeleženke in natančno opisala vse dele svoje risbe, s katero je bila tudi zadovoljna. Razposajeno se je pogovarjala tudi z drugimi udeleženci in nostalgično pripovedovala o potovanju na Portugalsko, na katerega je šla s skupino tečajnikov umetnostne zgodovine. V tretji delavnici (slikanje pobarvank) je kljub začetnemu odporu do tempera barv sodelovala z navdušenjem. Slike so ji obudile spomin na tečaj umetnostne zgodovine, ki ga je obiskovala v centru aktivnosti starejših, in z navdušenjem je pripovedovala zgodbe o različnih umetniških delih. Simbolike ene izmed slik se ni mogla spomniti, zato je poklicala staro prijateljico in jo vprašala, ali se je spomni ona. Primer udeleženke 9 kaže, da je v procesu PzU pomembno narediti prostor tudi za uporabnike, ki imajo nizko motivacijo za sodelovanje in niso navdušeni nad idejo učenja novih ustvarjalnih tehnik. Pomembno je, da se tudi zanje ustvarja varen in spodbuden prostor, ki jih nežno spodbuja k sodelovanju in ne sankcionira njihove neudeležbe. Zavrnitve sodelovanja izvajalec ne sme jemati osebno in mora dovoliti udeležencem, da se v proces vključijo v kapaciteti, ki jo zmorejo in v danem trenutku želijo. To krepi tudi njihov občutek avtonomije.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 9 (Priloga B – tabela 64) ne potrjujejo H3, saj ne kažejo bistvenih pozitivnih premikov v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU.



Slika 19: Izdelki udeleženke 9

Udeleženka 10

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 10 ima številne pretekle izkušnje z ročnimi deli, kot so pletenje, kvačkanje in šivanje (J3), posebej veliko pa se je v preteklosti ukvarjala z **vezenjem gobelinov**: */Ko sem delala v bolnici, sem kupila 28 gobelinov. Jaz sem ponoči, če nismo delali na nočni izmeni, sem tiste gobeline pikala. Sem jih naredila 28./ (J1).* To aktivnost je zdaj opustila zaradi **strahu pred napakami**: */Zdjle bom rekla, jaz ga niti ne bi upala delat, zato ker ti moraš zmeraj, kadar šivi tako stojijo in moraš zmeraj, ne sme kle noter v tisti šiv, nego zraven, ker se ono vsi pokrivajo./ (J20).* Njena ustvarjalna praksa ji je v preteklosti predstavljala **notranjo pomiritev**: */To je meni, bom rekla ono notranje, kako bi vam jaz to povedala, mal spremenilo tudi življenje, ker nisem toliko mislila, niti na dom, niti .../ (J2).* Podobno doživlja tudi **ustvarjalne aktivnosti dnevnega varstva**: */Ker barvat mi je zelo lepo, ko to te čist umiri pa, mislim, tako, ne vem, kaj bi rekla. Jaz se počutim ena A./ (J14); /Jaz sem se tukaj..., hm ..., umsko sem se umirila./ (J8).* **Navdušena je**

nad priložnostjo za učenje novih ustvarjalnih tehnik, ki jih v preteklosti zaradi preobremenjenosti z delom ni uspela usvojiti: */Ja, veste kaj, men je to všeč. Ja, zelo, zelo, zelo, zelo./ (J7); /Jaz sem rekla, to je za mene glih tako, kot da bi zdajle hodila osmoletka pa nazaj v prvi razred. Ker se mi zdi glih tako, sem sama pri sebi študirala, da nisem se nikdar tako poglobila, da bi jaz se nazaj vpeljala v tisto, kar nisem mogla takrat./ (J9).* Hkrati je izrazila, da **ob ustvarjanju v dnevnem varstvu** včasih čuti **sram**: */In pol študiraš sama pri sebi, lej, mat, kaj si pa šla v tole zdajle, ko bodo vsi tole z barvicami, prvi razred riše. Ne boš ti tlele zdajle nekaj ustvarjala pa ne vem kaj. Ma kaj bi, meni je zelo všeč. Samo mi ono pride, bolj si pravim, kaj če bi zdajle prišel pa nekdo, pa bi rekel, glej tisto bedasto, najbrž se ji je zmešalo ali ne vem kaj. Pa zdaj klele riše pa ne vem kuga. Tako, a veste? Tako da misliš pol…, tako si jaz mislim./ (J10)*.

Na splošno so ji bile všeč vse ustvarjalne aktivnosti in poudarja **uporabnost izdelkov kot njihov pomemben aspekt**: */Pa kaj bi rekla. Všeč mi je vse, kar smo delali. Sej to bi rekla, to so bli taki izdelki, ki zmeraj pridejo prav./ (J18)*. Na vprašanje, ali je običajno zadovoljna s svojimi izdelki, je izrazila **negativno prepričanje in dvom o lastni ustvarjalni sposobnosti**: /*Kako bi to povedala? Pa najbolj glih nisem. Ampak, nisem se ono točno, da bi jaz to bila sposobna delat. Slike tako, na primer, tako kot tale zdajle, ki je tukajle gor. Da bi jaz to nekaj tako …. (odkimava)./ (J12).* Po drugi strani pa izraža **višjo stopnjo samozavesti za ročna dela** zaradi številnih preteklih izkušenj: */Podvprašanje: Se ne počutite sposobno? Ker sem, nikoli, nikoli nisem tako delala, da bi mi nekdo rekel nekaj zašit ali bilo kaj, je drugo. Ker sestra je bila šivilja, ona je mene naučila vse, obleko in, mislim, tudi štrikala sem dosti. Ne vem, kako bi pol rekla, ali je tole dobro ali ni dobro. Najbrž čist dobro ne more bit./ (J13).* Pri ustvarjanju **rada sodeluje z drugimi**: */Prima!! Prima!/ (J15)* in glede prilagoditev opozarja, da ne sme delati z **najlonom** zaradi operacije v preteklosti: */Ne, najlona ne smem, zaradi hrbta./ (J22)*.

<u>Individualni pregled procesa PzU</u>

Udeleženka 10 je v proces PzU vstopila z dvomi o svoji ustvarjalni sposobnosti, bolj samozavestno pa se je počutila glede ročnih del. Kljub temu je že v uvodnem intervjuju izkazala visoko motivacijo za učenje novih ustvarjalnih tehnik, kar se je kasneje pokazalo tudi v procesu ustvarjanja. Zavzeto je sodelovala na vseh šestih delavnicah in po najboljših močeh poskušala dokončati izdelek. Opazovalni podatki kažejo na številne pozitivne premike v njeni ustvarjalni samozavesti med procesom pomoči. Pomemben premik v procesu PzU se je zgodil v četrti delavnici (oblikovanje gline), ko udeleženka doživi močno frustracijo z ustvarjalnim

materialom, saj jo bolijo dlani, ko gnete glino. Preneha z delom in jezno izrazi svojo frustracijo. Ob prepoznanju njene stiske in spodbudi, da poskusi na drugačen način, odkrije tehniko valjanja gline, pri kateri ne čuti bolečin v rokah. Nadaljuje z zavzetostjo in veseljem, da je premagala telesno oviro in prvič na koncu delavnice pokazala zadovoljstvo s svojim izdelkom. Med evalvacijo je navdušeno povedala, da je ugotovila, da če valja glino z zgornjim delom dlani, je roka ne boli in zmore ustvarjati.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 10 (Priloga B – tabela 65) potrjujejo H3, saj kažejo bistven pozitiven premik v petih kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU: poveča se njena pripravljenost za sprejemanje ustvarjalnih nalog. Prvi odziv na ustvarjalno nalogo prve delavnice (risanje portretov) sta izražena močan odpor in skrb glede likovnih sposobnosti. Ta odziv se v naslednjih delavnicah nevtralizira in ponovno pojavi pri četrti delavnici (oblikovanja z glino), kjer je bila njena skrb povezana s težavami z dlanmi. V zadnjih dveh delavnicah (volna) se na nalogi odzove z navdušenjem.

Njen odnos do izdelka se med procesom pomoči izboljša, saj je od četrte delavnice naprej s svojimi izdelki zadovoljna in v peti delavnici kaže tudi ponos. V prvi in tretji delavnici je med evalvacijo močno prisotna njena zahteva po popolnosti in se z zaznanimi napakami na izdelku ne more sprijazniti. Kasneje v četrti delavnici (glina) napak ne omenja več in kaže zadovoljstvo, v zadnjih dveh delavnicah (volna) pa napake opazi, vendar jih sprejema kot del ustvarjalnega procesa.

Izboljša se tudi njen odziv na pohvalo, ki jo v prvi in tretji delavnici v zadregi zavrne ali zmanjša njen pomen, od četrte delavnice naprej pa jo začne sprejemati, včasih zadržano, drugič navdušeno. Zdi se, da pohvalo proti koncu procesa PzU tudi ponotranja, saj izgleda, da ji ta dvigne samozavest.



Slika 20: Izdelki udeleženke 10

Udeleženka 11

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženka 11 je v intervjuju izrazila naklonjenost in **številne pretekle izkušnje z ročnimi deli**, kot so pletenje, kvačkanje in šivanje oblek (K2, K4). Povedala mi je tudi zgodbo iz mladosti, ko je pešačila v zelo oddaljen kraj, ker si je tako močno želela naučiti šivati obleke, kar ji je prineslo **veliko veselja in ustvarjalne strasti**: */In potem sem se pri 15 letih počutila starejšo. Rada bi nekaj več. In potem sem šla, da se naučim šivat. Šla sem 12 km peš do avto poti, a od tam je bilo še 20 km, da te vozi avtobus. Če si imel denar. Ampak jaz sem šla peš, da se naučim šivati. Naučila sem se šivati. Tako da so mi potem kupili mašino in sem šivala za sebe. Take lepe obleke in vse. Jaz sem šla 8 km za eno krilo, da mi zašijejo, peš. Tja in nazaj. To je. Jaz sem trčena. Veš. In jaz sem sebi šivala. Vsak, ki je bil, je rekel, pa kdo ti je to zašil, pa kako imaš ti lahko take obleke. Pa sem rekla, pa sama!/ (K6).* Sicer pa je povedala, da v življenju ni imela veliko časa za ustvarjanje zaradi **obremenjenosti s kmečkimi opravili**: */Podvprašanje: Kaj pa risali ali slikali? To pa niste nikoli? Ne, nisem nikoli, zakaj? Nisem imela časa. Nisem nikoli, ker sem bila v kmečkem okolju in nisem šla v šolo, samo 4 osnovne. Drugače sem morala delati, kot mala sem delala./ (K5)*.

Nad ustvarjalnimi aktivnostmi v dnevnem varstvu je navdušena, ker ji ponujajo **priložnosti za ustvarjanje, ki jih v življenju ni imela**: */Lepo! Da. Zelo mi je lepo, zato ker jaz tega nisem delala. Jaz to delam z veseljem./ (K7).* Najbolj všeč so ji pobarvanke, v drugih materialih pa se ni našla: */Najbolj všeč mi je bilo to, kar sem barvala. Ono drugo pa mi ni bilo …, nisem bila jaz zadovoljna, ker nisem imela, kako naj rečem… Nisem se našla./ (K13)*.

Glede ustvarjalnih sposobnosti izraža **razvojno naravnanost** in v zvezi z barvanjem pove: */Da. To sem se naučila. To sem se naučila, da./ (K8).* **Presenečena je nad kvaliteto svojih izdelkov**: */Zdaj kadar rišem, a ne ..., mislim, barvam. Tako barvam, da se sama čudim in hčerka se čudi, kako je dobro. Da. Ona ima svojo hčerko in ji kdaj pokaže, kaj sem narisala./ (K9).*

Rada pri ustvarjanju sodeluje z drugimi: */Raje delam v skupini, ja./ (K10)* in je odprta za pomoč pri ustvarjanju *(K11)*.

Raziskovali sva še njen odnos do drugih ustvarjalnih materialov poleg barvic, pri čemer je povedala, da ima pri temperah težave s kontrolo zaradi tresenja rok *(K15)* in da **ne želi preizkušati novih materialov**, ker se ne želi ukvarjati ali obremenjevati z neuspehom: */Podvprašanje: Kaj pa vodenke? Vodene barvice? Jaz imam poškodovano glavo, tako da ne …, nisem probala. Nočem se sekirati, zakaj ni dobro. Podvprašanje: Aha, če bi probala pa potem od začetka, ne bi bilo dobro? Ja …, nisem zadovoljna potem./ (K16)*.

<u>Individualni pregled procesa PzU</u>

Udeleženka 11 je v uvodnem intervjuju skozi svoje pripovedi iz preteklosti izrazila močno potrebo po ustvarjalnem izrazu. Večino svojih ustvarjalnih aktivnosti je s starostjo opustila, našla pa je novo veselje do barvanja pobarvank. Barvanje z barvicami dojema kot področje, na katerem je sposobna napredovati, kar krepi njeno samozavest.

Kljub temu da je v intervjuju izrazila, da je zelo občutljiva na občutek neuspeha pri ustvarjanju in zato ne želi preizkušati novih materialov in likovnih tehnik, je v procesu PzU sprejela vse ustvarjalne naloge z izjemo zadnje, ki jo je zavrnila zaradi močnega glavobola. Posebej navdušena je bila nad drugo delavnico (izdelovanje kolaža), kjer je zelo hitro sestavila svoj kolaž in ga med preostankom delavnice s ponosom kazala drugim. Največ težav je imela pri delavnici barvanja pobarvank s temperami, kjer jo je zelo motilo, da ni imela več kontrole nad čopičem in je barvala čez črte. Izdelka se je sramovala in ga obračala, da ga drugi ne bi videli.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeleženki 11 (Priloga B – tabela 66) potrjujejo H3, saj kljub nihanju kažejo na bistven pozitiven premik v treh kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU: prvi odziv na ustvarjalno nalogo se iz skrbi glede svojih likovnih sposobnosti (prva delavnica) in odpora do naloge (tretja delavnica) spremeni v nevtralno reakcijo in navdušenje (v zadnjih dveh delavnicah). Nezadovoljstvo, sram in negotovost z izdelkom (prve in tretje delavnice) se v peti delavnici spremeni v ponos in zadovoljstvo. Opazimo tudi pozitiven premik pri odzivu na pohvalo, pri čemer se v peti delavnici zdi, da jo zares sprejme in ponotranji ter da ji ta dvigne samozavest.



Slika 21: Izdelki udeleženke 11

Udeleženec 12

Izhodiščna ustvarjalna naravnanost

Udeleženec 12 je v uvodnem intervjuju povedal, da se je v preteklosti ukvarjal s folklornim **plesom** *(L2)* in **tehničnimi ročnimi spretnostmi**: */To je zelo težko delat pa opisat. Žice sem napenjal od žebljička do žebljička in potem smo to vključili v centralo in je potem to delalo in tudi delovalo … Elektromehanika./ (L4)*. Sicer pa **nima drugih izkušenj ukvarjanja z umetnostjo**: */Drugače pa kaj drugega nisem zraven počel (poleg plesa v folklorni skupini)./ (L3)*. Povedal je tudi, da si je kot 5-letni otrok imel **želel, da bi se naučil plesti**, vendar mu mama

ni dovolila: */Ko sem bil tako ene 5 let star, sem imel zelo veliko željo, pa mi mama ni dovolila štrikat. Podvprašanje: Zakaj? Ne vem, fantje ne štrikajo in nisem štrikal./ (L5)*.

Na vprašanje o **najljubšem izdelku iz dnevnega varstva** se je spomnil vrabca:*/A, a, vrabca. Podvprašanje: Vrabca? Ja! Prav na začetku je bilo. Tisti klobuček, ki je bil na glavi. Tamle. Se spomnim, tisti vrabčki so nekaj tipičnega, kar je vsak rad v roko prijel in pogledal. In ga kar…, kar nekaj časa so jih šlatal./ (L15).* Ustvarjalne aktivnosti v dnevnem varstvu se mu zdijo **zabavne** (*L6)* in omenil je, da **opazuje ustvarjalni proces drugih ter jim svetuje**: */Jaz vidim jih, ne, kaj bi morali drugače narediti pa bi bilo hitreje narejeno. Ampak če hočejo delat po svoje, mene to nič ne moti. Je pač narejeno./ (L7).* Povedal je, da se je namenoma **umaknil od ustvarjalnih aktivnosti**, ker se njegova ustvarjalna presoja ne sklada s pričakovanji in kriteriji drugih: */Jaz sem se malo umaknil namenoma nazaj. Podvprašanje: Zakaj pa? Zato ker lahko zahtevam stvari, ki so meni všeč, pa sploh niso v redu, da so meni všeč. Preveč svojo voljo vrivam./ (L10)*, in tudi zato, ker je trmast in **se ne želi »ukloniti« zunanjim zahtevam**: */Ja…, včasih sem pa tudi štatljev. Kaj pa je štatljev? Podvprašanje: Štatljev? Ne vem … A je konj štatljev? Komentar: Ne razumem te besede. Ne? Upre se komandam in noče ubogat. In če noče ubogat, imaš nadlogo./ (L*8). Izrazil je **nelagodje zaradi slabših kognitivnih sposobnosti** drugih upokojencev, ki se še posebej izrazi pri ustvarjanju: /*Potlej pa to me je mejčkn motilo, da se je videlo, da niso čisto vsi pri sebi. Podvprašanje: A to se potem pri ustvarjanju še bolj vidi? Pri ustvarjanju se še bolj vidi, zato so nekatere stvari, ki so narejene, perfekcionalne, pa čeprav kasneje vidim, da niso v stilu narejene./ (L9)*.

Do sodelovanja z drugimi pri ustvarjanju ima ravnodušen odnos in poudarja **prednost majhnih ustvarjalnih skupin**: */Meni je čisto vseeno. Dokler je skupina manjša. Potem ko se pa to razraste pa začnejo posamezniki izpadat iz skupine ven, pa ni fajn./ (L11)*. Težave pri ustvarjanju raje **rešuje sam** in zavrača nepotrebno pomoč**,** vendar je **odprt za pomoč**, **kadar jo potrebuje**: ***/****Po navadi zelo hitro popustim in mu prepustim nalogo; kar delaj naprej. Nobenega problema, če hoče kdo delat. Včasih pa tudi sam prosim za pomoč.****/ (L12)*.

Njegov najljubši ustvarjalni material je **modelirni mavec**, ker mu je delo z njim **domače**: */Gipsa sem tako ali tako ene dve ali tri tone premešal z žličko, tek, tek, tek, tok. Podvprašanje: Aha, vam je domače? To mi je domače./ (L17).* Rad pa ustvarja tudi z **glino**, ker je **prijeten in dostopen material**: ***/****Podvprašanje: Kaj pa glina? Zakaj glina? Glina je pa mehka, voskasta, prijetna, prijazna. Tudi ugrizne ne./ (L18).* Ne mara pa ustvarjati z **oljnimi barvami**, ker se hitro

umaže z njimi: */Ja, ja, oljnate barve, ki se mimogrede zaflekam./ (L20).* Na vprašanje o potrebnih prilagoditvah pri ustvarjanju pa je šaljivo pripomnil: */Zdajle sem mejhn v kasnih letih. Podvprašanje: V kasnih letih? Ja …, sori./ (L17)*.

Individualni pregled procesa PzU

Udeleženec 12 je v proces PzU vstopil s številnimi preteklimi tehničnimi izkušnjami z različnimi materiali (elektromehanika, modelirni materiali), s katerimi je pridobil veščino natančnosti in vztrajnosti s procesom. Poleg tega v proces vstopa z zgodbo o prepovedi pletenja v otroštvu, ki kaže na prezgodaj prekinjen ustvarjalni impulz, ki je bil označen kot neprimeren zaradi spola.

Njegov ustvarjalni proces so prežemale natančnost, igrivost in humor. V prvi delavnici (risanje portretov) je med ustvarjanjem za nekaj minut večkrat zaspal in nato nadaljeval z risanjem, kar je zanj običajno. Pri evalvaciji svoje risbe ni prepoznal; razlagal je o travmatični izkušnji iz časa, ko je delal na železnici. Kasneje sem ugotovila, da je najbrž narisal železniške tire in vlak. Pri drugi delavnici (kolaž) je bil izredno angažiran in samostojen. V ustvarjalni proces je vključil tudi udeleženca 3, ki ga je z vprašanji vodil k raziskovanju njegove identitete. Med njima se je razvila dolga verbalna interakcija. Pri tretji delavnici (slikanje pobarvank) je povedal, da ni nikoli barval in da je bilo njegovo edino barvarsko delo na železnici. Med evalvacijo je navdušeno povedal, da je umetniško delo Delaunaya v živo videl na Dunaju in da mu ni uspelo sledili vsem barvam, ki jih je uporabil umetnik. Pri četrti delavnici (oblikovanje gline) se je zavzeto in zbrano zaposlil z izdelovanjem realističnih kač, ki jih je skrbno oblikoval na mizi. Ker so bile prilepljene na podlago, jih nisem mogla ohraniti in tudi sam je povedal, da ne želi, da jih spravim. Pri peti delavnici sem zanj prilagodila nalogo, saj ni imel predhodnih izkušenj z volno, in mu pripravila model za oblikovanje cofka. Nad delavnico je bil navdušen in s svojim izdelkom zadovoljen. Povedal je, da je to delal prvič in da je vesel, ker je končno dobil priložnost za ročno delo z volno. Pri šesti delavnici je bil žal odsoten, vendar mislim, da bi mu ustvarjalna naloga lahko zelo ustrezala, saj združuje volno in potrebo po natančnosti.

Udeleženec 12 je kljub izraženi začetni zadržanosti do ustvarjalnih aktivnosti dnevnega varstva zaradi občutka, da njegovi izdelki ne ustrezajo zunanjim estetskim pričakovanjem, v vseh delavnicah motivirano in igrivo sodeloval. Njegova angažiranost kaže na pomembnost varnega ustvarjalnega prostora, v katerem ni prostora za sodbe in neuspeh, ampak močno

podpira in spodbuja osebni ustvarjalni izraz. V takem prostoru se tudi zadržan uporabnik lahko sprosti in raziskuje različne ustvarjalne medije.

Preverjanje H3: Opazovalni podatki o udeležencu 12 (Priloga B – tabela 67) potrjujejo H3, saj kažejo na bistven pozitiven premik v štirih kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU: izboljša se udeležencev odnos do izdelka, ki se iz sramu in nezadovoljstva (prva in tretja delavnica) spremeni v zadovoljstvo in ponos v četrti in peti delavnici. Na začetku procesa je od sebe zahteval popolnost in se ni sprijaznil z zaznanimi napakami na izdelku, od četrte delavnice naprej pa napak ne omenja več in kaže zadovoljstvo. Vidno se izboljša tudi njegov odziv na pohvalo, ki jo v prvi, tretji in četrti delavnici v zadregi zavrne, v peti delavnici pa jo sprejme z navdušenjem in zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest.



Slika 22: Izdelki udeleženca 12

4.1.5 Skupno preverjanje hipoteze 3

Tabela 50: Preverjanje H3 s podatki, pridobljenimi z opazovanjem

Premiki v kazalnikih ustvarjalne samozavesti med procesom PzU	**Povečanje pripravljenost za sprejemanje ustvarjalnih nalog**	**Izboljšanje odnosa do izdelka**	**Izboljšanje odnosa do napak na izdelku**	**Izboljšanje odziva na pohvalo**	**Hipoteza 3 je potrjena (DA/NE)**
Udeleženka 1	DA	NE	NE	NE	NE
Udeleženka 2	NE	NE	NE	NE	NE
Udeleženec 3	NE	DA	DA	DA	**DA**
Udeleženka 4	DA	NE	NE	NE	NE
Udeleženka 5	DA	NE	NE	NE	NE
Udeleženka 6	NE	NE	NE	NE	NE
Udeleženka 7	NE	NE	NE	NE	NE
Udeleženka 8	NE	DA	DA	NE	**DA**
Udeleženka 9	NE	NE	NE	NE	NE
Udeleženka 10	DA	DA	DA	DA	**DA**
Udeleženka 11	DA	DA	NE	NE	**DA**
Udeleženec 12	NE	DA	DA	DA	**DA**

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Hipoteza 3 je potrjena, če na podlagi podatkov, pridobljenih z opazovanjem kazalnikov ustvarjalne samozavesti, interpretiranih skozi dnevniške zapiske, lahko sklepamo, da se je 7 od 12 udeležencev v procesu delavnic PzU povečala samozavest pri likovnem ustvarjanju. Da lahko sklepamo na povečanje ustvarjalne samozavesti posameznega udeleženca, moramo med procesom PzU v opazovalnih podatkih opaziti vsaj 2 od sledečih premikov: povečanje pripravljenost udeleženca za sprejemanje ustvarjalnih nalog, izboljšanje odnosa udeleženca do lastnega izdelka, izboljšanje odnosa udeleženca do napak na izdelku in izboljšanje odziva na pohvalo (za natančnejšo operacionalizacijo H3 glej poglavje operacionalizacija hipotez in opazovalne kategorije). V tabeli 50 lahko razberemo, da vsaj 2 takšna premika beležijo opazovalni podatki pri petih udeležencih. Hipoteza 3 torej ni potrjena, saj premikov nismo zaznali pri vsaj 7 udeležencih delavnic.

Ob tem je smiselno izpostaviti, da so tri udeleženke – udeleženka 2, udeleženka 6 in udeleženka 7 – v proces PzU vstopile s stabilnim pozitivnim prepričanjem o lastni ustvarjalni samozavesti in z visoko ustvarjalno samopodobo. V ustvarjalnih delavnicah so se srečale z

novimi ali manj poznanimi materiali in se angažirano soočale z ustvarjalnimi nalogami. Zastavljen opazovalni obrazec je bil morda zasnovan premalo natančno, da bi zajel potencialne pozitivne učinke procesa PzU na krepitev občutka ustvarjalne kompetentnosti udeležencev, ki so izhodiščno kazali visoko raven ustvarjalne samozavesti.

Frekvenčna analiza kazalnikov ustvarjalne samozavesti je pokazala, da na spremembe v ustvarjalni samozavesti ni vplival zgolj proces PzU, temveč opažamo tudi morebiten vpliv ustvarjalnega materiala in kompleksnosti posameznih nalog. Analiza kaže, da so se udeleženci z znanimi ali intuitivnimi materiali (glina in barvice) lažje in bolj samostojno spoprijemali z ustvarjalnimi izzivi, medtem ko so pri kompleksnejših nalogah (tempere in volneni podstavki) pogosteje potrebovali podporo in izražali večjo negotovost. Podobno se je pri odzivu na napake pokazalo, da so materiali, pri katerih so bile napake težje popravljive, izzvali več samokritičnosti (barvice in tempere) kot materiali, pri katerih se je dalo napako povsem ali lažje popraviti (glina in volna). Udeleženci so bili večinoma pri ustvarjanju z glino in volno tudi bolj odprti za pohvalo in bolj zadovoljni s svojimi izdelki kot pri risanju portretov z barvicami in ustvarjanju s temperami.

Ti podatki nakazujejo, da so rezultati o spremembah ustvarjalne samozavesti lahko deloma pogojeni z vrsto materiala in naloge ter s tem povezano stopnjo dostopnosti ustvarjalne izkušnje. Za pridobitev bolj zanesljivih in primerljivih podatkov o učinku procesa PzU na ustvarjalno samozavest bi bilo zato smiselno, da bi v prihodnjih raziskavah med celotnim ciklom delavnic uporabljali isti likovni material oziroma ustvarjalne naloge z enakovredno stopnjo kompleksnosti. Takšna zasnova raziskave bi zmanjšala vpliv zunanjih dejavnikov in omogočila jasnejše spremljanje učinka samega procesa pomoči na posameznika.

4.2 Ustvarjanje podpornega prostora za PzU v dnevnem varstvu starejših (četrto raziskovalno vprašanje)

Na vprašanje uvodnega intervjuja, kakšen mora biti prostor, da se lahko v njem dobro ustvarja (Tema 9: Prostorski pogoji za izvedbo procesa PzU), so udeleženci navedli naslednje prostorske lastnosti:

- **Mir in tišina** (A28, F17, H19): */Oh meni se zdi, da ni bitno. Bitno je, da je mir in tišina, če se ustvarja, da je pač mir in tišina in nič drugega. Noben poseben prostor ali karkoli ne./ (F17); /Prostor mora biti umirjen ali pa tako, da ni ropotanja ali pa da ni takega …, to mislim. Ne maram tistih, govorjenja veliko, pa tistih, da se …, jaz imam rada bolj tišino, umirjenost …, taka stvar./ (H19)*.
- **Svetlost** (B10, C12, L14): */Ja, predvsem mora bit tako, da ima dovolj svetlobe, to./ (B10); /Svetloba, jaz jo imam rad, svetlobo. Dobro mi dene./ (L14)*.
- **Čistoča**: */Ja …, čisti. To je najbolj važno ne./ (G13)*.
- **Dobra prezračenost**: */Kar visoke standarde imam, kar visoki stropi, zračen je. Podvprašanje: Zakaj pa visoki stropi? Zato da se prej prezrači./ (L13)*.
- **Prilagojenost prostora ustvarjalni aktivnosti:** */Verjetno tak, da se prilega tistemu, za kar gre. Kaj jaz vem./ (C11)*.

Udeleženci so kot temeljne pogoje ustvarjalnega prostora izpostavili mir in tišino, zadostno svetlobo, čistočo ter dobro prezračenost prostora. Gre za značilnosti, ki so neposredno povezane s senzoričnim udobjem, kar nakazuje, da je udeležencem pri ustvarjalnem okolju pomembno, da jih prostor senzorično ne preobremenjuje, temveč jih podpira z umirjeno in s prijetno atmosfero. Pri uporabi glasbene podlage pri ustvarjanju je zato pomembno, da je ta skrbno izbrana in prilagojena senzorični občutljivosti udeležencev. Na prvi delavnici sem ob ustvarjanju najprej predvajala kompleksnejšo klasično glasbo iz obdobja impresionizma, vendar sem kmalu dobila občutek, da je bila glasba preveč stimulativna in morda za nekatere udeležence moteča. Zato sem zamenjala glasbo za preprostejše klavirske melodije. V naslednjih treh delavnicah sem predvajala umirjeno in harmonično preprostejšo klasično glasbo, ki je dobro podprla ustvarjalno atmosfero zbranosti. Pri zadnjih dveh delavnicah, na katerih smo ustvarjali z volno, sem želela spodbuditi bolj družabno atmosfero in zato predvajala izbor slovenskih popevk. Na delavnicah sem skrbela za ustrezno osvetljenost

in prezračenost prostora. Potrebo po čistoči prostora sem udejanjila tako, da sem zaščitila mizo pri delavnici barvanja s temperami, in s skrbjo, da smo prostor po ustvarjanju dobro pospravili ter očistili mize.

Poleg prostorskih lastnosti so štiri udeleženke v intervjuju izrazile, da jim je pomembno, da imajo **pri ustvarjanju družbo** (B11, E11, J17, K12): */Jaz kar raje imam ljudi. Ko jest kej delam, pol pa so tam ljudje, recimo, pa eden nekaj reče pa se nekaj pomenimo. Pa mogoče meni reče, da nekaj popravim, pa tisto popravim. Pa se men zdi prav, da je rekel. Tko, veste./ (B11); /Jaz imam rada družbo. Da. To. Podvprašanje: Kaj pa recimo glede prostora? Ni važno. Ne. Samo, da je družba, da nisem sama./ (K12)*.

Prostora torej udeleženke ne dojemajo zgolj kot fizični okvir aktivnosti, temveč kot socialno okolje, ki omogoča interakcijo in sodelovanje. Prisotnosti drugih ne razumejo kot motnje, ampak kot pomemben element ustvarjalnega procesa. Običajna postavitev miz v dnevnem varstvu (torej dve dolgi mizi in za vsako mizo osem stolov) je omogočala, da so udeleženci kljub večji skupini ohranjali medsebojni stik, se opazovali, izmenjevali mnenja in si po potrebi pomagali pri ustvarjanju. Takšna razporeditev je spodbujala občutek skupnosti, hkrati pa omogočala določeno mero zasebnosti pri delu.

Nekateri udeleženci so bili močno navezani na svoje stalne sedeže, ki so jim pomenili domač, predvidljiv in čustveno varen prostor. To potrjuje tudi izjava udeleženke 10, ki izraža čustveno pripadnost določenemu omizju*: /Jaz, meni se zdi, da je tista naša miza 1A./ (J16).* Menjavo sedežnega reda sem zato izvajala z občutljivostjo do potreb posameznih udeležencev, saj bi lahko poseg v prostorsko rutino pri nekaterih povzročil nelagodje ali zmedenost. V primerih, ko je kdo zaradi odsotnosti drugih sedel sam, sem prosila tiste, ki so bili odprti za spremembo sedežnega reda, naj se mu pridružijo.

Udeleženka 9 je ob vprašanju o lastnostih ustvarjalnega prostora izpostavila **pomen možnosti prostovoljne vključitve v ustvarjalne aktivnosti**, kar je povezala z občutkom osebne avtonomije: ***/****Ja, tam, kjer se nahajamo. V dnevnem varstvu. Ja, ja, to je dober prostor. Podvprašanje: Zakaj pa? Ja, ne vem, a bi …, zadovoljna sem s temi našimi voditeljicami, zelo so prijazne, zelo so uslužne. Naredijo ti, kar hočeš. Jaz grem večkrat počivat pa pol ne komplicirajo. Pač tudi, če kaj moramo delati, če kaj rišemo. Jaz ne rišem, barvam pa kakšne pobarvanke. In*

mi tudi, nikoli noben nič ne reče, da ni prav. Saj zmeraj rečejo, to, kakor lahko, to dajte. In to je res za to varstvo./ (I20).

Prostorske kapacitete dnevnega varstva so omogočale, da so se udeleženci, ki niso želeli sodelovati pri ustvarjanju, lahko umaknili v spalni prostor ali v sobo, namenjeno jutranjemu sprejemu in kavi. Z vsakim udeležencem sem v uvodnem intervjuju vzpostavila dogovor o sodelovanju, v katerem sem poudarila, da lahko sodelovanje kadar koli prekinejo ali posamezno delavnico brez pojasnila zavrnejo. Takšen pristop k procesu PzU je ključen, saj so uporabniki institucionalnega varstva pogosto navajeni na prilagajanje ustaljenim rutinam ustanove ter lahko sodelujejo v aktivnostih zgolj zaradi občutka dolžnosti ali domneve, da se to od njih pričakuje, kar se je izrazilo tudi v uvodnem intervjuju z udeleženko 1 in udeleženko 8 (H10): */… drugače pa rada sodelujem, če je treba/ (A18).*

Pri pripravi na delavnico sem vedno poskrbela, da so udeleženci imeli vse potrebne materiale na svojem omizju, tako da so jim bili zlahka dostopni. Občutljivost za gibalne omejitve udeležencev je v procesu pomoči z umetnostjo ključna, saj omogoča večjo samostojnost pri ustvarjanju, kar prispeva k občutku ustvarjalne sposobnosti in nadzora nad lastnim delom.

Čeprav je prostor dnevnega varstva omogočal osnovne pogoje za izvedbo delavnic pomoči z umetnostjo, so bile v njem prisotne določene omejitve, ki so verjetno vplivale na kakovost ustvarjalne izkušnje. Prostor ni bil namensko oblikovan kot ustvarjalno okolje – v njem ni bilo estetskih, simbolnih ali umetniških elementov, ki bi udeležence spodbudili k domišljiji in ustvarjalnemu izražanju. Sam prostor ni vzbujal občutka, da je ustvarjanje tukaj nekaj posebnega in vrednega, ampak je deloval kot običajen, vsakdanji del ustanove. Na te omejitve sem se odzvala z uvodnimi vajami za povezovanje z materialom in sprostitev ter z uporabo pomirjujoče klasične glasbe, ki je udeležencem pomagala vzpostaviti ustvarjalno naravnanost.

Pred začetkom delavnic smo z zaposlenima oskrbovalkama v dnevnem varstvu imele kratek sestanek, na katerem sem jima predstavila vsebino in namen oblikovanega programa. Dogovorile smo se o časovnem okviru za njegovo izvedbo in pokazali sta mi ves razpoložljiv ustvarjalni material, ki sem ga lahko uporabila. Na delavnicah je bila običajno prisotna zgolj še ena oskrbovalka, ki je čas izkoristila za druge delovne zadolžitve. To pomeni, da sem bila pri podpori udeležencem, pripravi materialov in vodenju ustvarjalnega procesa večinoma sama.

Zaposleni v dnevnem varstvu sta bili izredno odprti in prilagodljivi ter sta mi nudili pomembno podporo pri organizacijskih vidikih izvedbe delavnic. Skupaj smo se usklajevale glede časovne razporeditve delavnic in po potrebi prilagodile urnik dnevnega programa ter poskrbele, da je bil prostor pravočasno pripravljen za ustvarjanje. Njuna pripravljenost na sodelovanje in razumevanje pomena programa PzU sta bistveno prispevali k njegovi uspešni izvedbi.

Na ustvarjalno dinamiko so občasno vplivale tudi zunanje motnje, povezane z običajnim ritmom dnevnega varstva. Primer večje motnje je bil ob koncu prve delavnice, ko je osebje doma nenapovedano prišlo opravljat inventuro, kar je nekatere udeležence zmedlo in nekoliko vznemirilo. Razmišljam, ali je morda ta motnja povzročila, da se štirje udeleženci med evalvacijo niso spomnili svojih izdelkov, s čimer v nadaljevanju programa sicer nismo imeli težav. Predhodna komunikacija o terminih delavnic in osnovnih značilnostih njihovega poteka tudi s ključnim osebjem doma starejših bi lahko pripomogla k temu, da se v času ustvarjanja vzpostavi varno, stabilno in nemoteno okolje.

4.3 Sprejemanje ustvarjalnih nalog ter potrebne prilagoditve (peto raziskovalno vprašanje)

4.3.2 Frekvenčna analiza opazovalnih podatkov

Začetek ustvarjanja

Tabela 51: Začetek ustvarjanja

Začetek ustvarjanja	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Potrebuje spodbudo, da začne	0	4	4	0	1	2
Potrebuje veliko pomoči in usmeritev za začetek	0	6	4	1	0	3
Ustvarjanje se loti brez težav	11	2	2	10	9	4

Način, kako hitro in samostojno se udeleženec loti ustvarjanja, odraža predvsem razumljivost podanih navodil in zanimivost ustvarjalnega materiala ter naloge za udeležence.

Izrazito **malo težav** so udeleženci imeli **za začetek ustvarjanja** na prvi, četrti in peti delavnici. Na prvi delavnici je razlog za samostojen začetek vseh udeležencev mogoče pripisati znanemu likovnemu materialu (barvicam), ki ga udeleženci v dnevnem varstvu uporabljajo večkrat tedensko za barvanje pobarvank. Podobno motivirano in samozavestno so se odzvali pri četrti delavnici, na kateri smo oblikovali glinene vaze. V raziskavi nisem zaznala, da bi udeleženci imeli veliko predhodnih izkušenj z glino ali s podobnim materialom v okviru dnevnega varstva ali drugih oblik organizirane ustvarjalne aktivnosti. Predvidevam, da jim je bilo delo z glino intuitivno, ker se podobni gibi izvajajo pri kuhanju in peki. Na njihove predhodne izkušnje z materialom kaže tudi podatek pete delavnice, kjer so se skoraj vsi udeleženci lotili ustvarjanja z volno brez težav (9 udeležencev). Kompleksnejša je bila ustvarjalna naloga šeste delavnice, na kateri so kljub poznanemu in priljubljenemu materialu (volna) imeli več težav z začetkom ustvarjanja.

Najtežji začetek ustvarjanja, pri katerem so skoraj vsi udeleženci (10) potrebovali **največ dodatne usmeritve, pomoči in spodbude,** je bil pri izdelovanju kolaža (druga delavnica). Imeli

so kar nekaj težav z razumevanjem naloge in nekateri udeleženci do konca delavnice niso razumeli navodil.

Za večino (8 udeležencev) je bil zahteven tudi začetek ustvarjanja pri tretji delavnici, kjer smo s temperami barvali pobarvanke. V okviru dnevnega varstva sicer pogosto barvajo pobarvanke; začetne težave so imeli zaradi uporabe temper.

Samostojnost pri ustvarjanju

Tabela 52: Samostojnost pri ustvarjanju

Samostojnost pri ustvarjanju	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Izraža samozavest in zaupanje v svoje ustvarjalne odločitve	7	3	1	7	6	2
Kaže negotovost pri ustvarjanju	4	6	8	4	4	7

Kazalnik samostojnosti pri ustvarjanju pokaže, ali je naloga po zahtevnosti prilagojena do te mere, da posamezniku omogoča angažirano in neodvisno sodelovanje pri ustvarjanju brez pretirane odvisnosti od pomoči mentorja.

Največ ***samozavesti in zaupanja v lastne ustvarjalne*** odločitve je bilo opaženih pri prvi in četrti delavnici (7 udeležencev – risanje portretov in glinene vaze). Sledi jima izdelovanje volnenih rož v peti delavnici (6 udeležencev). Podoben trend višje samostojnosti na omenjenih delavnicah je opaziti tudi pri kazalniku začetka ustvarjanja zgoraj. Razlog za višjo samozavest pri ustvarjanju pri prvi in četrti delavnici je verjetno poznanost materiala (barvice) in motorične spretnosti (gnetenje), kar je udeležencem omogočilo večjo samostojnost. Poznanost materiala je najverjetneje spodbudila samozavestno ustvarjanje tudi pri peti delavnici (volnene rože). Precej bolj negotovi so bili udeležencu pri šesti delavnici, kjer smo prav tako ustvarjali z volno, vendar je bila naloga motorično zahtevnejša.

Največ ***negotovosti*** pri ustvarjanju je bilo opažene pri tretji delavnici (8 udeležencev), na kateri smo uporabljali tempera barve. Večje število negotovih udeležencev je bilo opaženo tudi pri drugi delavnici, kjer smo izdelovali kolaž (6 udeležencev), kar je skladno z opaženimi

težavami pri začetku ustvarjanja. Udeleženci niso povsem razumeli navodil in so potrebovali veliko usmeritve in pomoči tudi kasneje.

Zbranost pri ustvarjanju

Tabela 53: Zbranost pri ustvarjanju

Zbranost pri ustvarjanju	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Zbran, osredotočen na nalogo	4	4	2	5	4	4
Občasno odvrača pozornost, vendar se vrne k nalogi	7	7	8	5	6	3
Ni osredotočen na nalogo večino časa	0	0	0	1	0	4

Kazalnik zbranost pri ustvarjanju kaže na stopnjo angažiranosti udeležencev pri posamezni delavnici.

Zbranost in osredotočenost na ustvarjalno nalogo je bila pri vseh delavnicah opažena pri manj kot polovici udeležencev. Najvišja je bila pri oblikovanju gline v četrti delavnici (5 od 11 udeležencev). Po 4 zbrani in osredotočeni udeleženci so bili opaženi tudi pri večini drugih delavnic (prvi, drugi, peti in šesti delavnici). Z nižjim rezultatom zbranosti izstopa druga delavnica (izdelovanje kolaža), na kateri sta bila zbrana in osredotočena zgolj 2 udeleženca. Ta nižji rezultat ponovno povezujem z nerazumevanjem ustvarjalne naloge.

Pri večini delavnic je prevladovala delna zbranost udeležencev. ***Občasno odvračanje pozornosti in samostojno vračanje k ustvarjalni nalogi*** je najbolj izrazito pri ustvarjanju s temperami v tretji delavnici (8 udeležencev) in v prvih dveh delavnicah (7 udeležencev), kjer smo z barvicami risali portrete in izdelovali kolaž.

Pojav ***izrazite nezbranosti*** je bil najbolj opazen pri izdelovanju volnenih podstavkov v šesti delavnici (4 udeleženci), kar je verjetno posledica prevelike zahtevnosti izbrane tehnike za določene udeležence.

Mnenje o delavnici

Tabela 54: Mnenje o delavnici

Mnenje o delavnici	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Bila mi je všeč	6	6	3	9	9
Nekaj vmes	0	4	4	0	0
Ni mi bila všeč	0	0	1	0	0
Število sodelujočih udeležencev, ki niso podali odgovora	4	0	1	1	0

Število pozitivnih odzivov (bila mi je všeč) je pri večini delavnic najvišje, kar kaže na splošno sprejetost ustvarjalnih aktivnosti. Največ ***pozitivnih odzivov*** (9 udeležencev) sta prejeli peta in šesta delavnica (ustvarjanje z volno), ki sta bili všeč vsem udeležencem, ki so odgovorili na vprašanje.

Drugo delavnico (izdelovanje kolaža) je 6 udeležencev ocenilo pozitivno. Večje je število sodelujočih, ki niso podali odgovora (4 udeleženci). Razlog za to je verjetno, da se je to vprašanje na tej delavnici prvič pojavilo na anketnem vprašalniku in ga nekateri udeleženci niso razumeli. Zaradi pomanjkanja časa mi ni uspelo individualno podati dodatnih pojasnil.

Tretja delavnica (slikanje pobarvank s temperami) je bila všeč večini sodelujočih (6 udeležencev), preostali pa so ji podali mešano oceno (4 udeleženci).

Odziv na četrto delavnico (oblikovanje glinenih vaz) je bil najbolj mešan v primerjavi z drugimi delavnicami. Pozitiven odziv so izrazili samo trije udeleženci, najpogostejši odziv pa je bil »nekaj vmes« (4 udeleženci). En udeleženec je podal negativno oceno.

Odnos do prihodnjih podobnih ustvarjalnih izkušenj

Tabela 55: Interes za prihodnje podobne ustvarjalne izkušnje

Interes za prihodnje izkušnje	**Prva delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Izraža interes za podobne delavnice	1	5	7	6	8

Kaže odpor ali nezainteresiranost za prihodnje podobne izkušnje	4	2	2	0	1
Nevtralen odziv brez posebnega izraza interesa ali odpora	2	3	1	3	0

Kazalnik interesa udeležencev za podobne ustvarjalne izkušnje v prihodnosti odraža uspešnost delavnice z vidika ustrezne prilagoditve delavnice in smiselnosti ter zanimivosti ustvarjalne naloge in materiala. Je dopolnilo mnenju udeležencev o delavnicah, ki so ga lahko izrazili na anketnem vprašalniku po delavnici in kaže na to, ali je opazovalka pravilno zaznala in interpretirala neverbalne znake zanimanja ali nezanimanja pri udeležencih med ustvarjalnim procesom.

Interes za podobne delavnice v prihodnosti se je med procesom pomoči z umetnostjo postopno povečeval. Najbolj izražen je bil pri pletenju volnenih podstavkov v šesti delavnici (8 udeležencev) in oblikovanju glinenih vaz v četrti delavnici (7 udeležencev), najmanjši pa je bil pri prvi delavnici (1 udeleženec). ***Odpor ali nezainteresiranost za podobne ustvarjalne izkušnje*** je najbolj opazen pri risanju portretov v prvi delavnici (4 udeleženci), nato pa se je med procesom postopno zmanjševal. ***Nevtralni odzivi*** so najbolj prisotni pri slikanju pobarvank s temperami (tretja delavnica) in izdelovanju volnenih rož (peta delavnica).

Ti rezultati kažejo na krepitev ustvarjalne samozavesti udeležencev skozi pridobivanje pozitivnih ustvarjalnih izkušenj. Udeleženci so med procesom pomoči postajali bolj odprti za različne ustvarjalne aktivnosti, velik preskok pa je videti že med prvo in tretjo delavnico, pri kateri kljub zahtevnejši ustvarjalni tehniki barvanja s temperami vidimo precej večji pozitiven odziv udeležencev. Iz naraščajočega interesa za podobne prihodnje aktivnosti lahko sklepamo tudi na rast socialne povezanosti med udeleženci in krepitev zaupanja v skupini.

Odzivi na delavnice, ki so jih udeleženci izrazili na anketnih vprašalnikih, in podatki, pridobljeni z opazovanjem interesa udeležencev za podobne ustvarjalne aktivnosti, se v veliki večini skladajo. Smiselno je izpostaviti tri podatke, pri katerih je bil pri udeležencih opažen odpor ali nezanimanje za podobne ustvarjalne delavnice, udeleženci pa so nasprotno na vprašalnikih podali pozitiven odziv na delavnico. (U2 – šesta delavnica; U3 – četrta delavnica, U11 – tretja delavnica). Zaznati je tudi nasprotno neskladnost, kjer je bil pri udeleženki opažen interes za podobne aktivnosti, sama pa je delavnico ocenila negativno (U4 – četrta delavnica).

Ta neskladnost je lahko posledica različnih dejavnikov. Možno je, da so udeleženci kljub opaženemu odporu do ustvarjalne aktivnosti podali pozitiven odgovor (bila mi je všeč), ker niso želeli razočarati izvajalke. Tak odgovor je torej lahko posledica čustvene bližine med izvajalko in udeleženci. Hkrati je pomembno upoštevati, da so bili zunanji izrazi odpora ali interesa lahko nepravilno interpretirani in nepovezani s celotnim vrednotenjem ustvarjalne aktivnosti.

4.3.3 Odgovor na peto raziskovalno vprašanje

Na splošno so bile ustvarjalne delavnice med udeleženci dobro sprejete, kar lahko sklepamo iz pozitivnih odzivov na delavnice v anketnih vprašalnikih, ki so prevladovali v večini delavnic. Več mešanih odzivov kot naklonjenosti je opaziti zgolj pri delavnici oblikovanja gline, kjer je izražen tudi edini negativen odziv. Glede na analizo drugih kazalnikov je ta rezultat v četrti delavnici presenetljiv, saj so sicer udeleženci te delavnice pokazali veliko stopnjo angažiranosti in samostojnosti (hiter in samostojen začetek ustvarjanja pri 10 udeležencih, visoko samostojnost med ustvarjanjem pri 7 udeležencih in najvišji delež udeležencev, ki so uspeli obdržati zbranost in osredotočenost na ustvarjalno nalogo – 5 udeležencev). Lahko da je zadovoljstvo z ustvarjalno aktivnostjo upadlo ob koncu delavnice, ko smo začeli pospravljati mize in so udeleženci na svojih rokah in mizah opazili ostanke gline. To je skladno s podatki uvodnih intervjujev, v katerih so nekateri udeleženci omenili kot nepriljubljene tiste materiale, pri katerih obstaja večje tveganje, da se z njimi umažejo. Izrazito pozitivno so udeleženci ocenili zadnji dve delavnici, na katerih smo ustvarjali z volno. Tudi ta rezultat se sklada z ugotovitvami intervjujev, saj je več udeleženk kot priljubljeno preteklo ustvarjalno aktivnost navedlo ročna dela z volno (pletenje in kvačkanje). Volna se je torej izkazala kot posebej primeren material glede na končno zadovoljstvo udeležencev.

Potreba po prilagoditvi ustvarjalnega materiala ali naloge se je na podlagi opazovalnih podatkov in dnevniških zapiskov pokazala pri treh delavnicah:

- Druga delavnica: »Predstavim se s kolažem«

Pri tej delavnici je največ udeležencev imelo težave z začetkom ustvarjanja. Skoraj vsi udeleženci so po uvodnih navodilih potrebovali dodatne usmeritve, podporo in spodbudo, saj niso dobro razumeli navodil naloge. Negotovost in zmedenost je večje število udeležencev

kazalo tudi kasneje med ustvarjanjem. Tri udeleženke do konca delavnice kljub dodatnim pojasnilom niso razumele ustvarjalne naloge. Težave udeležencev z razumevanjem in izvedbo naloge so najverjetneje izhajale iz njihove neizkušenosti s tehniko kolaža ter iz prevelike abstraktnosti naloge, ki je zahtevala več abstraktnega razmišljanja, kot so ga bili v tem kontekstu zmožni.

Priprava na nalogo je bila časovno zahtevna, saj sem več ur namenila izrezovanju sličic iz časopisov in revij. Ocenila sem namreč, da brez te predpriprave naloge ne bo mogoče uspešno izvesti v danem časovnem okviru. Kljub vloženemu trudu nam je na delavnici zmanjkalo časa za predstavitev kolažev v manjših skupinah, ki bi lahko udeležencem ponudila dragoceno priložnost za izražanje in medsebojno povezovanje.

- Tretja delavnica: »Slikanje pobarvank« (tretja delavnica)

Uvodna vaja za povezovanje z materialom na tretji delavnici je bila za udeležence prezahtevna, saj je temeljila na abstraktnem razmišljanju, ki ga večina ni zmogla. Udeležence sem povabila, naj si z zaprtimi očmi predstavljali obliko, nato pa jo po naslikajo s temperami. Kljub dodatnim pojasnilom in podanim primerom so vajo naredili le 4 udeleženci, pri čemer je zgolj eden izmed njih naslikal abstraktno obliko.

Tudi začetek glavne ustvarjalne aktivnosti je bil za veliko večino udeležencev zahteven. Čeprav so pobarvanke v dnevnem varstvu sicer poznana ustvarjalna aktivnost, je nova tehnika (tempera barve) povzročila težave pri začetku in samem poteku ustvarjalnega procesa. Večina udeležencev je bila med ustvarjanjem negotova, kar izraža potrebo po postopnem uvajanju nepoznanih materialov. Med ustvarjanjem sem ugotovila, da imajo nekateri udeleženci težave s stiskanjem barv iz tube in uporabo čopiča, zato sem jim na pladenj stisnila osnovne barve. Po tej prilagoditvi je ustvarjanje potekalo bolj tekoče in z manj frustracijami. Za prvo delavnico s temperami bi bila morda primernejša preprostejša vaja, na primer zgolj barvanje površin brez dodatnih vsebinskih zahtev. Takšna vaja bi udeležencem omogočila, da se najprej osredotočijo na usvojitev in raziskovanje nove likovne tehnike.

- Šesta delavnica: »Volneni podstavki za skodelice«

Občasno preusmerjanje pozornosti in samostojno vračanje k ustvarjalni nalogi je bilo značilno za večino delavnic. Izrazitejša nezbranost je bila najbolj opazna pri šesti delavnici

(izdelava volnenih podstavkov), na kateri so štirje udeleženci kazali težave s pozornostjo, kar verjetno odraža previsoko kompleksnost izbrane tehnike glede na njihove sposobnosti. Eden od udeležencev kljub večkratni demonstraciji ni uspel usvojiti tehnike, tri udeleženke pa so potrebovale zelo veliko dodatnih usmeritev. Pri tej delavnici bi bilo smiselno predvideti tudi alternativno, enostavnejšo tehniko ustvarjanja z volno, s katero bi lahko zagotovili večjo vključenost vseh udeležencev.

Razmislek o strukturi in poteku ustvarjalnega procesa

Ugotavljam, da vrstni red izvedenih ustvarjalnih delavnic ni bil optimalen. Smiselno bi bilo začeti z delavnicami ustvarjanja z volno, saj je ta material med udeleženci vzbudil največ navdušenja in so mu udeleženci že v uvodnem intervjuju izrazili močno naklonjenost. Uvodne delavnice z volno bi lahko že na začetku okrepile njihov občutek ustvarjalne kompetentnosti ter spodbudile večjo angažiranost in pripravljenost za sodelovanje v nadaljnjem ustvarjalnem procesu. V uvodnih intervjujih je več udeleženk omenilo tudi pozitivne izkušnje s šivanjem, zato bi bila vključitev tekstila in prilagojene tehnike šivanja v proces zelo smiselna in potencialno zelo spodbudna za ustvarjalno angažiranost.

Uporaba različnih tehnik in materialov v procesu PzU se je izkazala za dobro odločitev, saj je omogočila prilagajanje delavnic raznolikim interesom in sposobnostim udeležencev. Različni materiali in ustvarjalne tehnike so prispevali k večji vključenosti posameznikov v ustvarjalni proces, saj so nekateri udeleženci začetni odpor pred ustvarjanjem presegli prav zaradi zanimanja za določen material ali ustvarjalno tehniko, ki jih je pritegnila in posebej nagovorila. Raznovrstnost ustvarjalnih tehnik in materialov je prispevala tudi k dinamiki procesa, zmanjšala monotonost ter omogočila preizkušanje novih načinov izražanja znotraj varnega in podpornega okolja. Smiselno bi bilo razmisliti o daljšem trajanju procesa PzU, ki bi udeležencem omogočil, da bi se z vsakim materialom srečali večkrat in tako postopno razvijali boljše razumevanje tehnike in materiala ter krepili zaupanje v lastne ustvarjalne sposobnosti.

5 Razprava

V tem poglavju predstavim ključne ugotovitve raziskave in jih primerjam s spoznanji iz strokovne literature, odgovorim na raziskovalna vprašanja in preverim hipoteze o učinkih pomoči z umetnostjo (PzU) v dnevnem varstvu starejših. Ugotovitve interpretiram v kontekstu posebnosti skupine, institucionalnega okolja in izvedbenih pogojev s poudarkom na potencialu PzU kot skupnostno usmerjene psihosocialne intervencije.

i) Spremembe razpoloženja udeležencev (RV1, H1)

Hipoteza 1, da delavnice PzU spodbujajo pozitivno razpoloženje udeležencev, je potrjena. V petih od šestih delavnic je bilo zaznati izboljšanje razpoloženja udeležencev v fazi med delavnico ali po njej glede na fazo pred delavnico. Izboljšanje razpoloženja potrjujejo tako podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki, in tudi podatki, pridobljeni z opazovanjem. Raziskava ni merila trajnejših pozitivnih učinkov na psihološko blagostanje udeležencev, ampak se je osredotočala zgolj na neposredne spremembe razpoloženja ob izvedbi delavnic. K izboljšanju razpoloženja je verjetno prispevalo več medsebojno povezanih dejavnikov: strukturirano in sproščeno ustvarjalno okolje, ki je udeležencem omogočalo občutek varnosti in angažiranosti; uporaba stimulativnih in estetsko privlačnih materialov; osebno usmerjen pristop pri podpori ustvarjanju in skupinski kontekst ustvarjanja, ki je omogočil medsebojno povezovanje in občutek vključenosti. Ugotovitev, da so delavnice v tej raziskavi uspešno spodbudile pozitivno razpoloženje udeležencev, lahko nakazuje na potencial PzVU za dolgotrajnejše in širše učinke na psihološko blagostanje starejših v podobnih kontekstih. Ta sklep podpirajo tudi ugotovitve sistematičnih pregledov, ki intervencije PzVU povezujejo z zmanjšanjem simptomov depresije (McQuade in O'Sullivan, 2024, str. 349; Chiang idr., 2024, str. 8), zmanjšanjem anksioznosti (Chiang idr., 2024, str. 8), izboljšanjem splošnega psihološkega počutja (McQuade in O'Sullivan, 2024, str. 349) ter izboljšanjem čustvenega funkcioniranja udeležencev (Souza in Moraes, 2022, str. 8). Vključene študije so se večinoma osredotočale na spremljanje učinkov takoj po zaključku intervencij PzVU. Nekatere študije poročajo tudi o statistično pomembnem dolgotrajnem izboljšanju simptomov depresije (npr. Pongan idr., 2017 in Masika idr., 2022) in anksioznosti (Pongan idr., 2017), kar nakazuje na možnost trajnejšega učinka PzVU na psihološko blagostanje starejših (Chiang idr., 2024, str. 10).

ii) Spremembe občutka povezanosti (RV2, H2)

Empirični podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki in opazovanjem, kažejo, da so štiri od šestih delavnic PzVU, vsaj med trajanjem posamezne delavnice, okrepile občutek povezanosti med udeleženci, kar potrjuje hipotezo 2. O krepitvi občutka povezanosti v teh delavnicah pričajo opazovalni podatki, ki kažejo na povečanja skupne pojavnosti povezovalnih interakcij in zmanjšanja interakcije umika med delavnicami in/ali po njih ter podatki, pridobljeni z anketo, ki v petih delavnicah beležijo manjšo pojavnost občutka osamljenosti po delavnici v primerjavi s fazo pred delavnico. Tudi v tem primeru se magistrska naloga osredotoča na zaznane spremembe med izvedbo delavnic in ne meri širših ali dolgotrajnejših učinkov. Do večje povezanosti med udeleženci je lahko prišlo zaradi različnih aspektov ustvarjalnega procesa. V nekaterih primerih je naloga zahtevala sodelovanje v parih (npr. risanje portretov), deljenje materialov ali medsebojno pomoč pri tehnično zahtevnejših opravilih (npr. pri izdelavi volnenih rož), kar je spodbudilo interakcije med udeleženci. Skupna ustvarjalna aktivnost je udeležence spodbudila k medsebojnemu opazovanju, izmenjavi izkušenj, komentarjev in tudi k iskanju pomoči ali potrditve pri drugih. V več primerih so se ob ustvarjanju spontano pojavili trenutki humorja, pohvale in priznanja med udeleženci, kar je prispevalo k večjemu občutku povezanosti in skupinske pripadnosti. Pomembno vlogo je verjetno imelo tudi sproščeno in varno ustvarjalno okolje, ki je udeležence spodbudilo k izražanju in navezovanju stikov z drugimi. Ugotovitve so skladne z rezultati sistematičnega pregleda avtorjev McQuadea in O'Sullivana (McQuade in Sullivan, 2024), ki med učinki, merjenimi neposredno po zaključku intervencij PzVU, izpostavljata okrepitev medosebnih odnosov med udeleženci, večjo povezanost s skupnostjo in bistveno zmanjšanje občutka osamljenosti (str. 349). Takšne ugotovitve podpirajo domnevo, da ima PzU potencial tudi za globlje in dolgotrajnejše učinke na socialno vključenost starejših.

iii) Spremembe ustvarjalne samozavesti (RV3, H3)

Na podlagi podatkov, pridobljenih z opazovanjem, lahko sklepamo, da se je petim od dvanajstih udeležencev v procesu PzU povečala ustvarjalna samozavest, saj pri njih med ustvarjalnim procesom opazimo vsaj dva bistvena premika: povečanje pripravljenosti za sprejemanje ustvarjalnih nalog, izboljšanje odnosa do izdelka, izboljšanje odnosa do napak na

izdelku in izboljšanje odziva na pohvalo. Ob tem je smiselno izpostaviti, da so tri udeleženke, pri katerih ni bilo zaznati bistvenih premikov v ustvarjalni samozavesti, v proces PzU vstopile že s stabilnim prepričanjem o lastnih ustvarjalnih sposobnostih (z visoko ustvarjalno samozavestjo), opazovalni obrazec pa je bil morda premalo občutljiv za zaznavanje pozitivnih učinkov na samozavest pri udeležencih, ki so že izhodiščno izkazovali visoko ustvarjalno samozavest. Ugotovitve so skladne z rezultati sistematičnega pregleda McQuadea in O'Sullivana (McQuade in O'Sullivan, 2024), ki na osnovi kvalitativnih podatkov poročata o občutkih avtonomije, užitka in zadovoljstva ob ustvarjalnih izdelkih (str. 349). Poleg tega avtorja posebej izpostavljata učinke PzVU pri osebah z demenco, med katerimi so izboljšana koncentracija, večje zanimanje za dejavnosti, okrepljen občutek ugodja in povečana samopodoba, kar lahko razumemo kot izraz okrepitve ustvarjalne samozavesti (prav tam, str. 349).

Frekvenčna analiza opazovanih kazalnikov ustvarjalne samozavesti je pokazala, da na spremembe v ustvarjalni samozavesti ni vplival zgolj proces PzU, temveč je opazen tudi vpliv ustvarjalnega materiala in kompleksnosti posameznih nalog. Analiza kaže, da so se udeleženci z znanimi ali intuitivnimi materiali (barvice in glina) lažje in bolj samostojno spoprijemali z ustvarjalnimi izzivi, medtem ko so pri kompleksnejših nalogah (tempere in volneni podstavki) pogosteje potrebovali podporo in izražali večjo negotovost. Poleg tega so materiali, pri katerih so bile napake težje popravljive (barvice in tempere), izzvali več samokritičnosti, večji zadržek ali zadrego ob pohvali in manjše zadovoljstvo z izdelki kot materiali, pri katerih se je dalo napako povsem in lažje popraviti (glina in volna). Ugotovitev, da značilnosti ustvarjalnega materiala, vključno z njegovo poznanostjo, intuitivnostjo uporabe ter možnostjo popravljanja napak, pomembno vplivajo na samozavest udeležencev pri ustvarjanju, predstavlja relevanten prispevek moje raziskave k razumevanju pomembnosti izbranega materiala na potek in načrtovanje procesa PzVU in odziv udeležencev.

iv) Ustvarjanje podpornega prostora za PzU (RV4)

Ugotovitve kvalitativne analize intervjujev kažejo, da udeleženci prostor doživljajo kot podporen za ustvarjanje predvsem takrat, ko ta zagotavlja senzorično udobje. Med temeljnimi pogoji za dobro ustvarjanje so izpostavili mir, tišino, dobro osvetlitev, čistočo in prezračenost prostora. Te ugotovitve so skladne z opozorili iz literature, ki poudarja, da fizične značilnosti

prostora pomembno vplivajo na potek in učinkovitost ustvarjalnih aktivnosti v institucionalnem okolju. Evans, Bray in Garabedian (2022) poročajo, da je neustrezna osvetlitev in previsoka temperatura v nekaterih primerih negativno vplivala na angažiranost udeležencev (str. 27–28). Tudi Windle in sodelavci (2017) poudarjajo pomen dostopnosti, udobja in osnovne prostorske opremljenosti prostora, primerne osvetljenosti, zračnosti in tišine, saj vse to neposredno vpliva na dobro počutje in sodelovanje udeležencev v ustvarjalnem procesu (str. 714). Na senzorično udobje udeležencev sem bila pozorna tudi pri izbiri glasbene podlage za ustvarjalne delavnice. Ob izvedbi delavnic sem ugotovila, da je kompleksnejša klasična glasba udeležence preveč stimulirala in ni prispevala k sproščeni atmosferi, preproste klavirske melodije in slovenske popevke pa so ustvarile spodbudno in umirjeno ustvarjalno vzdušje.

V raziskavi so udeleženci izrazili, da ustvarjalnega prostora ne dojemajo zgolj kot fizični okvir aktivnosti, temveč tudi kot socialno okolje, ki omogoča interakcijo in sodelovanje. Prisotnosti drugih ne razumejo kot motnjo, ampak kot pomemben element ustvarjalnega procesa in reda/stabilnosti v okolju. Pri urejanju ustvarjalnega prostora je zato pomembno, da razporeditev miz omogoča medsebojne interakcije udeležencev. Takšno razumevanje prostora kot podpornega socialnega okolja je skladno z ugotovitvami avtoric Shoesmith, Charura in Surr (2022), ki opozarjajo, da učinkovitost vizualno-umetnostnih intervencij za starejše z demenco ni odvisna zgolj od same umetniške dejavnosti, temveč tudi od socialnega konteksta, v katerem potekajo. Avtorice ugotavljajo, da imata morda prav socialna povezanost in dinamika znotraj skupine enako pomembno vlogo kot sam ustvarjalni proces (str. 116–117). Na podlagi uvodnih intervjujev in opazovanja ugotavljam, da so nekateri udeleženci svoj stalni sedež za omizjem v dnevnem prostoru doživljali kot čustveno varen in domač prostor. Predlagam, da je v podobnih kontekstih, v primeru potrebe po spremembi sedežnega reda zaradi ustvarjalne naloge, ta uvedena v dogovoru z udeleženci in z občutljivostjo do njihovih navad ter občutka prostorske (in socialne) varnosti. Stabilno in poznano okolje pomembno prispeva k občutku varnosti, saj omogoča napovedljivost dogajanja, kar udeležencem v danem socialnem kontekstu omogoča večji občutek nadzora. Nasprotno lahko prostorske spremembe, uvedene brez predhodne priprave ali pojasnila, sprožijo občutek nepredvidljivosti, ki pri starejših osebah, zlasti tistih z demenco, lahko vodi v nemir, zmedenost ali celo odpor do sodelovanja. Občutljiv pristop k prostorskim spremembam je zato ključen za podporo varnosti in vključenosti udeležencev v ustvarjalni proces.

Ugotovitve iz dnevniških zapiskov o izvedbi delavnici in opazovanja kažejo, da je dostopnost materialov, ki upošteva gibalne omejitve udeležencev, ključna za spodbujanje samostojnosti pri ustvarjanju in angažiranosti v ustvarjalnem procesu. Na pomen prostorske prilagoditve in razporeditve materialov opozarjajo tudi Broome, Dening in Schneider (2020), ki poročajo, da so izvajalci v vizualno-umetnostnih programih za starejše pogosto pred srečanji preuredili mize z namenom, da bi omogočili boljši dostop do vseh udeležencev in bi hkrati zagotovili, da so materiali znotraj njihovega dosega; takšna prostorska organizacija se je izkazala kot ključna za podporo aktivnemu sodelovanju vseh udeležencev (str. 2496–2497).

V zvezi s prostorskimi pogoji ugotovitve kažejo tudi, da je možnost prostovoljne vključitve v ustvarjalne aktivnosti za udeležence ključna za ohranjanje občutka avtonomije. Dodatni prostori dnevnega varstva (spalni prostor in prostor za sprejem) so udeležencem nudili možnost umika od delavnic in podpirali njihovo avtonomno odločitev za sodelovanje. Posebej poudarjena prostovoljnost sodelovanja v uvodnih dogovorih z udeleženci se je izkazala kot pomemben element intervencije, saj so uporabniki institucionalnega varstva pogosto navajeni sodelovati zaradi občutka dolžnosti ali pričakovanj okolja. Tak pristop preprečuje pasivno prilagajanje in omogoča bolj avtentično udeležbo v ustvarjalnem procesu. Ugotovitve potrjujejo pomen dodatnih prostorskih kapacitet, ki omogoča izbiro in zasebnost, kot to poudarjajo tudi Windle in sodelavci (2017). Avtorji priporočajo, da se v okoljih, v katerih poteka vsakodnevna oskrba ali varstvo, umetniške aktivnosti izvajajo v ločenem prostoru, ki omogoča več koncentracije in občutek zasebnosti (str. 718–719).

Prostor dnevnega varstva je sicer omogočal tehnično izvedbo delavnic, vendar sam po sebi ni spodbujal ustvarjalnosti, saj ni bil posebej namenjen ustvarjanju in ni vseboval estetskih ali simbolnih elementov, ki bi k temu prispevali. Kot osrednji prostor dnevnega varstva ni vzbujal občutka, da je ustvarjanje v njem nekaj posebnega ali dragocenega. Shoesmith, Charura in Surr (2022) poudarjajo, da vzpostavitev prostora, ki ga udeleženci doživljajo kot spodbudnega in dragocenega za ustvarjanje, ne zahteva nujno velikih finančnih vložkov. Pogosto zadošča že umirjen in namensko določen prostor, v katerem se lahko starejše osebe varno in smiselno vključijo v ustvarjalni proces (str. 115). V dnevnem varstvu ni bilo na voljo prostora, ki bi ga lahko namensko posvetili zgolj ustvarjanju, kar je predstavljalo prostorsko omejitev. Udeležence sem na to pripravila z uvodnimi vajami za povezovanje z materialom ter

uporabo umirjene glasbene podlage, kar jim je pomagalo preiti iz vsakdanjega ritma v ustvarjalno naravnanost.

Kakovostno sodelovanje z osebjem ustanove in predhodni informativni sestanek sta se izkazala kot ključna podporna elementa pri izvedbi procesa PzU, kar potrjujejo tudi Broome, Dening in Schneider (2020, str. 2499), ki poudarjajo pomen usklajenih pričakovanj in pravočasnega dogovora o poteku delavnic s ključnim osebjem ustanove. Tudi v moji raziskavi se je potrdilo, da je bila načrtovalna faza ključna za tekočo izvedbo delavnic PzU, saj je omogočila pravočasno usklajevanje terminov, preprečevanje motenj in smiselno umeščanje delavnic v obstoječi program dnevnega varstva, kar je v skladu z ugotovitvami Evansa, Braya in Garabediana (Evans in drugi, 2022, str. 26).

Ustvarjalno dinamiko delavnic so občasno zmotile zunanje motnje, povezane z vsakdanjim delovanjem dnevnega varstva. Ena izrazitejših je bila nenapovedana inventura v domu starejših ob koncu prve delavnice, ki je pri nekaterih udeležencih povzročila zmedo in nemir. Ta izkušnja jasno kaže na pomen pravočasne uskladitve urnika delavnic s ključnim osebjem nosilne ustanove, saj bi boljša predhodna komunikacija omogočila vzpostavitev varnega in stabilnega ustvarjalnega okolja. Podobne izzive navajajo tudi Evans, Bray in Garabedian (2022), ki so v svoji raziskavi zabeležili številne motnje med potekom delavnic v varstvenih ustanovah (str. 27–28).

v) Sprejetost ustvarjalnih materialov in nalog (RV5)

Na splošno so bile ustvarjalne delavnice med udeleženci dobro sprejete, kar lahko sklepamo iz pozitivnih odzivov na delavnice v anketnih vprašalnikih, ki so prevladovali v večini delavnic. Večina udeležencev je imela predhodne izkušnje z likovnim ustvarjanjem ali ročnimi deli, kar je verjetno prispevalo k njihovi sproščenosti in angažiranosti pri ustvarjanju. Kljub odsotnosti predhodnih ustvarjalnih izkušenj sta tudi udeleženec 3 in udeleženec 12 izkazala visoko stopnjo angažiranosti in zanimanja za ustvarjalne naloge, se aktivno vključevala v medosebne interakcije ter delavnice večinoma ocenila pozitivno. To potrjuje ugotovitve sistematičnih pregledov (Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 110; Windle idr., 2017, str. 714), da predhodne ustvarjalne izkušnje niso pogoj za doseganje pozitivnih učinkov intervencije PzVU.

Pri izvedbi delavnic je uporaba ustvarjalnih materialov, ki jih udeleženci poznajo iz svojih preteklih ustvarjalnih dejavnosti (volna), spodbudila občutek domačnosti, samozavesti in večje angažiranosti pri ustvarjanju. Takšne materiale bi bilo zato smiselno vključiti v začetne delavnice procesa, da udeležence podprejo pri premostitvi morebitnega začetnega odpora do ustvarjanja.

Ob uporabi materialov, pri katerih obstaja večje tveganje, da se udeleženci z njimi umažejo (npr. glina, tempera barve), je ključno, da so delovne površine ustrezno zaščitene. Podporno bi bilo tudi, da se udeležencem ponudijo zaščitna oblačila (npr. stare majice ali predpasniki), ki zavarujejo njihovo obleko. Predlagam tudi, da izvajalec PzU že na začetku delavnice pojasni, da bodo v delavnici ustvarjali z materialom, ki je lahko nekoliko bolj »umazan«, a da bo ob zaključku dovolj časa za čiščenje prostora in rok. Takšna vnaprejšnja priprava udeležencev bi lahko zmanjšala nelagodje ob materialu ter spodbudila večjo zbranost in sproščenost med ustvarjalnim procesom z bolj »umazanimi« materiali.

Izkušnje z izvedbo delavnic kažejo, da se abstraktne naloge, kot sta bila kolaž in uvodna naloga slikanja abstraktnih oblik s temperami, med udeleženci niso dobro obnesle. Te naloge so pri večini udeležencev povzročile zmedenost in nezbranost, kar nakazuje, da so bile za dano skupino morda preveč odprte in kompleksne ter premalo povezane z njihovimi predhodnimi ustvarjalnimi izkušnjami. Podobne ugotovitve navajajo tudi Evans, Bray in Garabedian (2022, str. 24). To potrjuje pomembnost prilagajanja vsebine delavnic kognitivnim zmožnostim udeležencev.

Pri uvajanju novih ali manj znanih ustvarjalnih tehnik (npr. tempera barve) priporočam, da je prva delavnica z novo tehniko preprosta in odprta ter ne vključuje vsebinsko prezahtevne naloge (npr. barvanje znanih umetniških motivov). Takšna vaja udeležencem omogoča, da se osredotočijo na osvojitev in raziskovanje nove tehnike brez dodatnega pritiska glede pravilnosti, estetike ali pomena končnega izdelka. S tem se ustvarjalni proces z novim materialom začne v varnem in sproščenem okviru, kar zmanjšuje negotovost in spodbuja raziskovalni odnos do materiala. To je skladno z ugotovitvami Windlea in sodelavcev (Windle in drugi, 2017), ki poudarjajo, da je pri izbiri ustvarjalnih materialov ključna njihova prilagojenost starosti ter fizičnim in kognitivnim zmožnostim udeležencev, hkrati pa morajo ti ostati dovolj stimulativni, da spodbujajo ustvarjalno izražanje in raziskovanje (str. 717).

Zaradi raznolikih preteklih izkušenj in ustvarjalnih sposobnosti udeležencev je težko vnaprej natančno predvideti, kako primerna bo posamezna ustvarjalna naloga. Ključno je pozorno spremljanje poteka ustvarjalnega procesa in sposobnost sprotnega prilagajanja glede na odzive udeležencev na različne materiale. Priporočam, da ima izvajalec vedno pripravljeno alternativo, bodisi poenostavljeno različico naloge bodisi drug, bolj dostopen ustvarjalni material, ki jo lahko ponudi udeležencu, če se izkaže, da mu izbrana naloga ne ustreza ali je zanj prezahtevna. Takšna prilagodljivost podpira občutek uspeha in spodbuja pozitivno izkušnjo ustvarjanja. Evans, Bray in Garabedian (2022) poudarjajo, da uspešna izvedba delavnic temelji prav na tej vrsti odzivnosti, na sposobnosti izvajalca, da v trenutku prepozna potrebe udeležencev in ustrezno prilagodi potek aktivnosti. Kot učinkovito orodje za razvijanje odzivnosti in fleksibilnosti izpostavljajo refleksivno prakso izvajalca, ki omogoča sprotno učenje iz izkušenj in boljše prilagajanje delavnic skupini (str. 27–28).

Raznolikost uporabljenih tehnik in materialov v procesu pomoči z umetnostjo se je izkazala kot pomemben dejavnik uspešnosti delavnic. Omogočila je prilagajanje različnim interesom, sposobnostim in potrebam udeležencev ter spodbudila njihovo večjo vključenost v ustvarjalni proces. Pri nekaterih udeležencih je prav zanimanje za določen material ali tehniko pripomoglo k premagovanju odpora do ustvarjanja in ponovno vključitev v proces. Ta ugotovitev je v skladu z opažanji raziskovalcev Eskerjeve in Ashtona (Esker in Ashton, 2013), ki sta pri enomedijski intervenciji, pri kateri so udeleženci ustvarjali zgolj z akvarelnimi barvami na vnaprej določene tematske motive, zaznala znake pasivnega odzivanja, kot so nižja raven aktivnosti, odsotnost zanimanja in brezvoljnost (kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2020, str. 110). To potrjuje pomembnost uvajanja novosti in postopnega povečevanja kompleksnosti v ustvarjalni proces, kar spodbuja večjo ustvarjalno angažiranost in prinaša potencialne kognitivne koristi (Tietyen in Richards, 2017, str. 1245).

Smiselno bi bilo razmisliti o daljšem trajanju procesa PzU, kar bi udeležencem omogočilo, da bi se z vsakim materialom srečali večkrat in tako postopno razvijali boljše razumevanje tehnike in materiala ter krepili zaupanje v lastne ustvarjalne sposobnosti. Vendar je pri tem treba upoštevati tudi omejitve, ki jih prinaša delo s starejšo populacijo. Kot opozarjajo Rusted in sodelavci (2006), je pri dolgotrajnejših programih pogosto težko zagotoviti redno prisotnost udeležencev zaradi bolezni, smrti ali selitve (kot navajajo Shoesmith, Charura in Surr, 2022, str. 106).

Dolžina delavnic (90 minut) se je v danem kontekstu dnevnega varstva izkazala za ustrezno, saj je omogočala temeljito razlago ustvarjalne naloge in dovolj časa za individualno podporo. Za nekatere udeležence bi bila ustrezna tudi krajša izvedba, saj so z ustvarjanjem zaključili hitreje od zastavljenega časovnega okvira. V teh primerih so se posvetili drugim dejavnostim ali se pogovarjali in opazovali ustvarjalni proces drugih. Shoesmith, Charura in Surr (2022) ugotavljajo, da dolžina srečanj sama po sebi ni odločilen dejavnik za uspešnost intervenzije PzVU za osebe z demenco (str. 107). Ob tem predlagajo daljšo izvedbo delavnic (120 min) za osebe z blažjo obliko demence, krajšo izvedbo (60 min) pa za osebe z naprednejšo obliko demence (str. 115–116). V kontekstu dnevnega varstva, v katerem so prisotni uporabniki z zelo različnimi kognitivnimi sposobnostmi, se zdi vmesna dolžina delavnic (90 minut) ustrezna izbira, saj omogoča dovolj časa za razlago, izvajanje in prilagoditve, hkrati pa ohranja strukturo, ki je še sprejemljiva za večino udeležencev. V zvezi z dolžino delavnic je ključen tudi poudarek na prostovoljnosti udeležbe, saj ta udeležencem v primeru utrujenosti ali nezainteresiranosti omogoča predčasen umik od ustvarjalne aktivnosti. To krepi občutek osebne avtonomije in omogoča bolj avtentično sodelovanje v ustvarjalnem procesu.

Glede ustrezne velikosti skupine Evans, Bray in Garabedian (2022) poročajo, da so manjše skupine ali individualna srečanja z osebami z demenco ali s težjimi oviranostmi bolj učinkovita, saj omogočajo priložnost za več individualne podpore in manj težav z vključevanjem udeležencev v skupinsko dinamiko (str. 26). Menim, da v kontekstih, kot je dnevno varstvo, ni smiselno strogo omejevati števila udeležencev v programu, saj je ključno, da se omogoči dostopnost in vključevanje v ustvarjalne aktivnosti vsem, ki želijo sodelovati. V nasprotnem primeru bi verjetno iz ustvarjalnega procesa verjetno izpadli prav tisti uporabniki, ki sicer potrebujejo več spodbude, časa in podpore za vključevanje v skupinske dejavnosti. To bi lahko okrepilo njihov občutek izključenosti in zmanjšalo njihove možnosti za doživljanje pozitivnih učinkov procesa PzVU. Namesto omejevanja števila udeležencev se zato zdi bolj smiselno razmisliti o prilagoditvah ustvarjalnih nalog, ki omogočajo relativno samostojno ustvarjanje večini udeležencev, ali priskrbeti dodatno pomoč prostovoljcev in osebja.

vi) Kritično ovrednotenje raziskave

Za spremljanje učinkov delavnic pomoči z umetnostjo sem uporabila kombinacijo kvalitativnih in kvantitativnih merskih instrumentov, kar je omogočilo celostno razumevanje

vpliva ustvarjalnega procesa na udeležence na podlagi sistematičnega spremljanja doživljanja in vedênja udeležencev v skupini. Tako sem lahko posamezne vedenjske spremembe v ustvarjalni samozavesti, razpoloženju in občutku povezanosti natančneje povezala s potekom ustvarjalnega procesa ter sistematično preverjala vpliv ustvarjalnega materiala in naloge na opazovane kategorije. Ta metodološki pristop se je izkazal kot ustrezen glede na raziskovalna vprašanja in kompleksnost ciljne populacije. V nadaljevanju kritično ovrednotim uporabo posameznih instrumentov.

a) Opazovanje z udeležbo

Opazovanje z udeležbo se je v okviru raziskave izkazalo kot ena ključnih metod zbiranja podatkov, še posebej pri udeležencih z naprednejšo obliko demence, pri katerih je bila verbalna komunikacija skromna. Omogočalo je sistematično spremljanje vedenjskih kazalnikov, ki so bili predhodno operacionalizirani na podlagi teoretskih konceptov. Z njihovo pomočjo sem lahko spremljala spremembe v razpoloženju, izraze socialne povezanosti in spremembe ustvarjalne samozavesti. Vendar ta pristop ni bil brez metodoloških omejitev. Interpretacija subtilnih sprememb razpoloženja in povezanosti pri ljudeh z demenco je izjemno kompleksna, saj so izražena vedenja pogosto večpomenska ali nejasna. Ugotavljam tudi, da opazovalni obrazec ni bil dovolj občutljiv, da bi zaznal spremembe pri udeležencih, ki so že na začetku izkazovali visoko stopnjo ustvarjalne samozavesti. Ker je opazovalne obrazce izpolnjevala le ena asistentka, v raziskavi ni bila izvedena medsubjektivna preverba ocenjevanja (inter-rater reliability), kar zmanjšuje zanesljivost opazovalnih podatkov. Možnost pristranskosti pri interpretaciji – tako asistentke kot tudi mene kot raziskovalke – je zato pomemben vidik, ki ga je potrebno upoštevati pri zanesljivosti končnih ugotovitev raziskave. Ker raziskava ni vključevala kontrolne skupine, ne moremo z gotovostjo trditi, da so pozitivni učinki povezani ravno (ali samo) z ustvarjalnim aspektom procesa. K pozitivnim učinkom so morda prispevali tudi drugi dejavniki, kot so povezovalne socialne interakcije, ki so jih spodbudile delavnice, sprememba rutine, nova strukturirana aktivnost, sproščujoča glasba ipd. Dodatno je pomembno izpostaviti, da je bila raziskava osredotočena na zaznane učinke v času trajanja delavnic in ni merila trajnejših učinkov.

b) Anketni vprašalniki

Anketni vprašalniki so bili uporabljeni kot dopolnilo opazovanju in so služili kot enostavno in hitro merilo subjektivno zaznanih sprememb ter omogočali osnovno evalvacijo ustvarjalnih nalog. Podatki, pridobljeni z anketnimi vprašalniki, imajo določene omejitve. Prvotna verzija vprašalnika je bila za nekatere udeležence prezahtevna, kar je privedlo do nerazumevanja vprašanj in posledično manj zanesljivih podatkov o prvi delavnici. Poenostavljena verzija z odgovori »da/ne«, ki sem jo uvedla za udeležence z izrazitejšimi kognitivnimi težavami od druge delavnice dalje, sicer omogoča sodelovanje večjega števila udeležencev, vendar ne zajame bolj subtilnih sprememb razpoloženja. Poleg tega so zaradi spremembe merskega instrumenta podatki prve delavnice metodološko omejeno primerljivi s podatki ostalih delavnic.

c) Uvodni intervjuji in evalvacije po delavnici

Polstrukturirani uvodni intervjuji so omogočili neposredni vpogled v doživljanje udeležencev in zagotovili pomembno ozadje za razumevanje njihovih odzivov med procesom PzU. Evalvacije po delavnici so omogočile vpogled v njihovo doživljanje ustvarjalnega procesa in tako pomembno dopolnile podatke, pridobljene z opazovanjem. Zaradi težav z verbalnim izražanjem nekateri udeleženci v uvodnem intervjuju in evalvaciji niso podajali poglobljenih odgovorov, kar je omejilo možnost globljega razumevanja njihovega doživljanja in stališč. Evalvacije so bile zaradi časovne omejitve v nekaterih primerih skrajšane ali niso bile izvedene (npr. po drugi delavnici), kar pomeni, da podatki o doživljanju delavnic niso bili zbrani enakovredno pri vseh udeležencih in na vseh srečanjih.

6 Sklepi

Ključne ugotovitve raziskave, predstavljene po raziskovalnih vprašanjih (v nadaljevanju RV):

RV1: Kako delavnice pomoči z umetnostjo spreminjajo razpoloženje uporabnikov dnevnega varstva? *(H1: Delavnice PzU spodbudijo pozitivno razpoloženje posameznikov.)*

- Delavnice PzVU v dnevnem varstvu starejših so spodbudile pozitivno razpoloženje udeležencev.
- Najizrazitejše pozitivne razpoloženjske spremembe so bile opažene pri prvi in peti delavnici (risanje portretov in izdelava volnenih rož), ki sta posebej učinkovito spodbudili pozitivno razpoloženje udeležencev tako med ustvarjanjem kot tudi po njem.

RV2: Kako delavnice pomoči z umetnostjo spreminjajo občutek povezanosti med udeleženci? *(H2: Delavnice PzU krepijo občutek povezanosti med udeleženci.)*

- Delavnice PzVU v dnevnem varstvu starejših so okrepile občutek medsebojne povezanosti udeležencev – vsaj med trajanjem posameznega srečanja.
- Zasnova ustvarjalnih nalog, ki od udeležencev zahteva sodelovanje, deljenje materialov ali medsebojno pomoč pri tehnično zahtevnejših opravilih, je učinkovit način za spodbujanje socialnih interakcij med udeleženci.

RV3: Kako proces pomoči z umetnostjo spreminja samozavest udeležencev pri likovnem ustvarjanju? *(H3: V procesu delavnic PzU se samozavest udeležencev pri likovnem ustvarjanju poveča.)*

- Pri petih od dvanajstih udeležencev se je med procesom PzVU opazno povečala ustvarjalna samozavest.
- Udeleženci so se z znanimi ali intuitivnimi materiali (barvice in glina) lažje in bolj samostojno spoprijemali z ustvarjalnimi izzivi, medtem ko so pri kompleksnejših nalogah (tempere in volneni podstavki) pogosteje potrebovali podporo in izražali večjo negotovost.
- Materiali, pri katerih so bile napake težje popravljive (barvice in tempere), so izzvali več samokritičnosti, večji zadržek ali zadrego ob pohvali in manjše zadovoljstvo z izdelki kot materiali, pri katerih se je dalo napako povsem ali lažje popraviti (glina in volna).

RV4: Kako v dnevnem varstvu ustvariti primeren prostor za proces pomoči z umetnostjo?

- Udeleženci so kot ključne elemente podpornega ustvarjalnega prostora prepoznali senzorično udobje (mir, tišina, svetloba, čistoča, zračenje) ter socialno dimenzijo prostora, ki omogoča občutek stabilnosti in spodbuja medosebne interakcije. Prisotnosti drugih pri ustvarjanju ne razumejo kot motnjo, ampak kot pomemben element ustvarjalnega procesa in reda/stabilnosti v okolju.
- Poudarek na prostovoljni vključitvi v ustvarjalne aktivnosti je bil ključen za ohranjanje občutka avtonomije udeležencev. K temu so pomembno prispevali dodatni prostori dnevnega varstva, ki so omogočali umik in s tem podprli svobodno odločitev o sodelovanju.
- Načrtovanje v sodelovanju z zaposlenimi v dnevnem varstvu je bilo ključno za nemoten potek procesa PzU, saj je omogočilo uskladitev terminov, preprečevanje motenj in smiselno vključitev ustvarjalnih aktivnosti v obstoječi program.
- Dostopnost materialov, ki upošteva gibalne omejitve udeležencev, je ključna za spodbujanje samostojnosti pri ustvarjanju in angažiranosti v ustvarjalnem procesu.
- Za uspešno izvedbo programa PzVU v dnevnem varstvu starejših zadostuje umirjen prostor, ki je lahko hkrati tudi glavni prostor aktivnosti dnevnega varstva. Pomanjkanje estetskih ali simbolnih elementov prostora, ki bi spodbujali ustvarjalno atmosfero, je mogoče premostiti z uvodnimi vajami za povezovanje z materialom in uporabo umirjene glasbene podlage.

RV5: Kako sta bila posamezna material in naloga sprejeta med udeleženci delavnic?

- Vseh šest izvedenih delavnic PzVU je bilo med udeleženci dobro sprejetih.
- Kljub odsotnosti predhodnih ustvarjalnih izkušenj pri dveh udeležencih sta ta izkazala visoko angažiranost, zanimanje za ustvarjalne naloge in pozitivno naravnanost do delavnic, kar potrjuje, da predhodne ustvarjalne izkušnje niso pogoj za doseganje pozitivnih učinkov PzVU.
- Zaradi raznolikih preteklih izkušenj in ustvarjalnih sposobnosti uporabnikov dnevnega varstva je izredno težko vnaprej natančno predvideti, kako primerna bo posamezna ustvarjalna naloga v danem kontekstu. Zato je ključno pozorno spremljanje poteka ustvarjalnega procesa in sposobnost sprotnega prilagajanja glede na odzive udeležencev na različne materiale.

- Dolžina delavnic (90 minut) se je v danem kontekstu dnevnega varstva izkazala za ustrezno, saj je omogočala temeljito razlago ustvarjalne naloge in dovolj časa za individualno podporo. Za nekatere udeležence bi bila ustrezna tudi krajša izvedba, saj so z ustvarjanjem zaključili hitreje od zastavljenega časovnega okvira.
- V kontekstu dnevnega varstva je smiselno ohranjati odprtost programa za vse zainteresirane uporabnike, saj bi strogo omejevanje števila udeležencev verjetno izključilo ravno tiste, ki potrebujejo največ dodatne podpore in spodbude za vključevanje v skupinske aktivnosti.
- Raznolikost uporabljenih tehnik in materialov v procesu PzVU je omogočila prilagajanje različnim interesom, sposobnostim in potrebam udeležencev ter spodbudila njihovo večjo vključenost v ustvarjalni proces. Pri nekaterih udeležencih je prav zanimanje za določen material ali tehniko pripomoglo k premagovanju odpora do ustvarjanja in ponovno vključitev v proces.
- Abstraktno zasnovane naloge so bile za udeležence prezahtevne, saj so povzročale zmedenost in manjšo angažiranost, kar kaže na potrebo po bolj strukturiranih in oprijemljivih nalogah.

7 Predlogi

Na podlagi ugotovitev raziskave predlagam naslednje usmeritve za prihodnjo prakso PzVU v dnevnem varstvu starejših ali podobnih institucionalnih oblikah oskrbe:

- **Ustvarjanje podpornega prostora:** zagotoviti je potrebno senzorično udoben prostor, pri čemer so ključni mir, tišina, dobra osvetlitev, prezračenost in čistoča prostora, saj ti dejavniki pomembno vplivajo na dobro počutje udeležencev. Pomembno je, da prostor omogoča stabilnost in predvidljivost, pri tem pa naj bodo spremembe sedežnega reda ali postavitve miz uvedene v sodelovanju z udeleženci. Sedežni red naj omogoča interakcije med udeleženci, saj je zanje zelo pomembna tudi socialna komponenta ustvarjalnih delavnic.
- **Ohranitev in krepitev avtonomije:** večkrat naj bo poudarjena prostovoljna vključitev v ustvarjalni proces. Zelo podporno na avtonomijo udeležencev delujejo dodatni prostori ustanove, kamor se udeleženci lahko po želji umaknejo v primeru zavrnitve sodelovanja pri delavnici ali predčasnega zaključka ustvarjanja.
- **Zagotavljanje varnega ustvarjalnega okolja brez možnosti neuspeha:** ugotavljam, da je osredotočenost programa PzVU na ustvarjalni proces in ne na estetsko dovršenost izdelkov ključni pogoj za vzpostavitev varnega ustvarjalnega okolja, v katerem se lahko udeleženci brez strahu izražajo, raziskujejo materiale in postopoma razvijajo zaupanje v svoje ustvarjalne sposobnosti.
- **Prilagoditev materialov in tehnik:** predlagam, da se pred začetkom PzVU izvajalec seznani s preteklimi ustvarjalnimi izkušnjami udeležencev in z njihovimi priljubljenimi materiali. V procesu PzVU priporočam uporabo raznolikih ustvarjalnih tehnik in materialov, saj to »pokrije« različne interese in sposobnosti udeležencev ter spodbuja njihovo vključenost. V začetne delavnice je smiselno vključiti predvsem znane in intuitivne materiale (npr. volna in glina), saj ti spodbujajo občutek domačnosti in zmanjšujejo morebitni začetni odpor do ustvarjalnega procesa. Ob uvajanju novih ali manj poznanih ustvarjalnih materialov predlagam, da je prva naloga z materialom enostavna in nima vsebinskih zahtev. To omogoča raziskovanje materiala brez pritiska glede uspeha ali estetske popolnosti izdelka. V heterogeni skupini, kot je dnevno varstvo starejših, odsvetujem uporabo abstraktnih ustvarjalnih nalog (npr. predstavim

se s kolažem, slikanje namišljenih abstraktnih oblik), saj so te za udeležence z naprednejšo obliko demence prezahtevne. Priporočam materiale in izdelke, ki so praktično uporabljivi in konkretni. Materiali, ki so bolj »umazani« (npr. tempere, glina), pri udeležencih lahko povzročijo nelagodje zaradi tveganja, da se bodo z njimi umazali. Ustvarjanje z njimi zato zahteva ustrezno pripravo prostora, zaščito delovne površine in vnaprejšnjo razlago, da bo ob koncu dovolj časa za čiščenje.

- **Prilagodljivost in odzivnost izvajalca:** izvajalec naj ima vedno pripravljeno alternativno nalogo ali material, ki ga lahko ponudi v primeru prezahtevnosti osnovne naloge. Pomembni sta opazovanje in odzivanje na potrebe udeležencev, pri čemer lahko pomaga refleksivna praksa izvajalca (npr. pisanja dnevniških zapiskov o izvedbi procesa PzU).
- **Spodbujanje medosebnih interakcij in povezovanja:** smiselno je, da vsaj del ustvarjalnega procesa vključuje naloge, ki od udeležencev zahtevajo medsebojno sodelovanje, pomoč ali deljenje materialov. Takšne naloge spodbujajo socialne interakcije in prispevajo h krepitvi občutka medsebojne povezanosti. Pomembno je v ustvarjalnem procesu omogočiti prostor za humor, spontanost in pohvalo, kar krepi odnose med udeleženci.
- **Trajanje in dinamika delavnic:** trajanje delavnic naj bo prilagojeno zmogljivostim skupine; kot ustrezna se je izkazala dolžina 90 minut, a z možnostjo, da se udeleženci po potrebi umaknejo. Priporočam izvedbo daljšega programa PzVU (npr. 8 tednov), v katerem imajo udeleženci priložnost večkratnega srečanja z enakimi materiali. Tako lahko postopno poglabljajo razumevanje tehnik in krepijo zaupanje v svoje ustvarjalne zmožnosti.
- **Velikost in sestava skupine:** namesto omejevanja števila udeležencev je bolje razmisliti o prilagoditvi nalog in zagotovitvi dodatne podpore, da se omogoči vključitev tudi tistim, ki potrebujejo več časa ali spodbude.
- **Vključevanje tudi neizkušenih udeležencev:** delavnice naj ostanejo odprte za vse, ne glede na pretekle ustvarjalne izkušnje, saj te niso pogoj za visoko angažiranost ali pozitivno doživljanje delavnic. Pomembno je ustvariti varno in spodbudno okolje, v katerem se lahko izrazijo tako ustvarjalno izkušeni kot tudi neizkušeni udeleženci.
- **Načrtovanje in sodelovanje z osebjem ustanove:** izvajanje programa PzVU naj bo vnaprej usklajeno z osebjem, saj to omogoča nemoten potek delavnic in vnaprej

preprečuje motnje. Priporočam izvedbo predhodnega informativnega sestanka, na katerem se z zaposlenimi uskladi pričakovanja in tehnične podrobnosti izvedbe programa.

Na podlagi izvedene raziskave in obstoječe literature predlagam naslednje raziskovalne usmeritve:

- **Raziskovanje učinkov PzVU na druge aspekte življenja starejših:** predlagam nadaljnje raziskovanje učinkov PzVU na aspekte, kot so kakovost življenja, kognicija in telesne zmogljivosti.
- **Uporaba validiranih in standardiziranih merskih instrumentov:** v prihodnjih raziskavah bi bilo smiselno uporabiti validirane in standardizirane merske instrumente, ki bi omogočili bolj zanesljivo in primerljivo oceno učinkov PzVU na področju psihološkega blagostanja starejših.
- **Vključevanje več opazovalcev:** Opazovanje z udeležbo se je izkazalo kot dragocena metoda, zlasti pri udeležencih z naprednejšo obliko demence. Za povečanje metodološke zanesljivosti bi bilo v prihodnjih raziskavah priporočljivo vključiti dva neodvisna opazovalca (ali več). To bi omogočilo preverjanje medopazovalne zanesljivosti in izboljšalo veljavnost pridobljenih podatkov.
- **Longitudinalne študije učinkov PzVU:** ta raziskava se je osredotočala predvsem na neposredne učinke intervencije PzVU, opažene med samim ustvarjalnim procesom in takoj po zaključku posameznih delavnic. Na omenjenem področju še vedno primanjkuje longitudinalnih raziskav, ki bi sistematično spremljale učinke PzVU v daljšem časovnem obdobju. V prihodnje bi bilo smiselno oblikovati študije, ki bi z večkratnim merjenjem zajele spremembe v večmesečnem ali enoletnem obdobju po zaključku programa in tako prispevale k razumevanju trajnosti učinkov tovrstnih intervencij.

- **Raziskovanje vloge socialnega konteksta pri učinkih PzVU**: v prihodnjih raziskavah bi bilo smiselno podrobneje preučiti, kakšno vlogo ima socialni kontekst pri učinkih pomoči z vizualno umetnostjo (PzVU) za starejše. Trenutno ni povsem jasno, ali so pozitivni izidi tovrstnih intervencij predvsem posledica same umetniške dejavnosti ali pa k njim pomembno prispevajo tudi odnosi, ki se vzpostavijo med izvajalcem in udeleženci ter med samimi udeleženci.

8 Uporabljena literatura

1. Aydın, M., & Kutlu, F. Y. (2021). The Effect of Group Art Therapy on Loneliness and Hopelessness Levels of Older Adults Living Alone: A Randomized Controlled Study. *Florence Nightingale Jurnal of Nursing, 29*(3), 271–284. Pridobljeno 10. 1. 2025 z The Effect of Group Art Therapy on Loneliness and Hopelessness Levels of Older Adults Living Alone: A Randomized Controlled Study – PMC
2. Chiang, L., Cheong, D., Cordato, N. J., & Smerdely, P. (2024). Visual art therapy and its effects in older people with mild cognitive impairment: A systematic review. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, *39*(1), 1–15. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1002/gps.6053
3. Cohn, M. A., & Fredrickson, B. L. (2009). Positive Emotions. V S. J. Lopez, & C. R. Snyder, *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (12–24). Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0003
4. Broome, E., Dening, T., Schneider, J., & Brooker, D. (2017). Care staff and the creative arts: exploring the context of involving care personnel in arts interventions. *International Psychogeriatrics*, *29*(12), 1979–1991. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1017/s1041610217001478
5. Broome, E., Dening, T., & Schneider, J. (2018). Participatory arts in care settings: A multiple case study: Innovative practice. *Dementia*, 147130121880755, 2494–2503. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1177/1471301218807554
6. Broome E., Dening T., Schneider J. (2019). Facilitating Imagine Arts in residential care homes: the artists' perspectives. *Arts Health*, *11*(1), 54–66. Pridobljeno 30. 6. 2025 z doi: 10.1080/17533015.2017.1413399. Epub 2017 Dec 11. PMID: 31038037.
7. Bucciarelli, A. (2016). Art Therapy: A Transdisciplinary Approach. *Art Therapy*, *33*(3), 151–155. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1080/ /07421656.2016.1199246
8. Byrne, L., & MacKinlay, E. (2012). Seeking Meaning: Making Art and the Experience of Spirituality in Dementia Care. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, *24*(1-2), 105–119. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1080/15528030.2012.633416

9. Evans, S. C., Garabedian, C., Bray, J., & Gray, K. (2019). Challenges and enablers for creative arts practice in care homes. *Journal of Applied Arts & Health*, *10*(3), 333–345. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1386/jaah_00005_1
10. Evans, S. C., Bray, J., & Garabedian, C. (2022). Supporting creative ageing through the arts: the impacts and implementation of a creative arts programme for older people. *Working with Older People* (ahead-of-print), 22–30. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1108/wwop-03-2021-0014
11. Fancourt, D., & Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being.* World Health Organisation. Pridobljeno 7. 7. 2025 s https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf?sequence=3
12. Fran. (b. d.) Pridobljeno 10. 1. 2025 s Fran/iskanje/SSKJ²/razpoloženje
13. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist, 56*(3), 218–226. Pridobljeno 22. 4. 2025 s https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218
14. Huhtinen-Hildén, L. (2014). Perspectives on professional use of arts and arts-based methods in elderly care. *Arts & Health*, *6*(3), 223–234. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1080/17533015.2014.880726
15. Jeromel, J. (2022). *Študij pomoči z umetnostjo in položaj umetnostne terapije v Sloveniji*, 1–89. [Magistrsko delo, Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta]. Pridobljeno 7. 7. 2025 s PeFprints – University of Ljubljana, Faculty of education.
16. Karwowski, M. (2016) The Dynamics of Creative Self-Concept: Changes and Reciprocal Relations Between Creative Self-Efficacy and Creative Personal Identity, *Creativity Research Journal*, *28*(1), 99–104. Pridobljeno 12. 4. 2025 z The Dynamics of Creative Self-Concept: Changes and Reciprocal Relations Between Creative Self--Efficacy and Creative Personal Identity: Creativity Research Journal: Vol 28, No 1 – Get Access
17. Kelly, L., Ahessy, B., Richardson, I., & Moss, H. (2023). Aligning Kitwood's Model of Person-Centered Dementia Care with Music Therapy Practice. *Music Therapy Perspectives*, *41*(2), 198–206. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1093/mtp/miad015

18. Kustec, Klavdija (2011). Umetnostna izrazna sredstva v socialnem delu. *Socialno delo, 50*(1), 27–3, 74, 76. URN:NBN:SI:doc-3BNBNW1H s http://www.dlib.si
19. Lobe, B. (2006). Združevanje kvalitativnih in kvantitativnih metod – stara praksa v novi preobleki? *Družboslovne razprave,* XXII (53), 64, 55–73. Pridobljeno 13. 1. 2025: Združevanje kvalitativnih in kvantitativnih metod – stara praksa v novi preobleki?
20. McQuade, L., & O'Sullivan, R. (2023). Examining arts and creativity in later life and its impact on older people's health and wellbeing: a systematic review of the evidence. *Perspectives in Public Health*, 144(6), 344–353. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1177/17579139231157533
21. Mesec, B. (1997). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu I: Študijsko gradivo za interno uporabo.* Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
22. Mesec, B. (1997). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu II: Študijsko gradivo.* Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
23. O'Rourke, H., M., & Sidani, S. (2017). Definition, determinants, and outcomes of social connectedness for older adults: A scoping review. *Journal of Gerontological Nursing, 43*(07)*,* 43–52. Pridobljeno 9. 4. 2025 s doi: https://doi.org/10.3928/0089134- -20170223-03
24. *Pomoč z umetnostjo | Pedagoška fakulteta*. (2025, 14. maj). Pedagoška fakulteta. Pridobljeno 7. 7. 2025 s https://www.pef.uni-lj.si/studij/studijski-programi-druge--stopnje/pomoc-z-umetnostjo-2/
25. Pravilnik o storitvah, kadrovskih pogojih, usposabljanju in superviziji v dolgotrajni oskrbi. (2024). *Uradni list RS*, št. 47/24. Pridobljeno 7. 7. 2025 s https://pisrs.si/ /pregledPredpisa?id=PRAV15226
26. Richards, A. G., Tietyen, A. C., Jicha, G. A., Bardach, S. H., Schmitt, F. A., Fardo, D. W., Kryscio, R. J., & Abner, E. L. (2018). Visual Arts Education improves self-esteem for persons with dementia and reduces caregiver burden: A randomized controlled trial. *Dementia*, *18*(7-8), 3130–3142. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1177/ /1471301218769071
27. Sauer, P. E., Fopma-Loy, J., Kinney, J. M., & Lokon, E. (2016). "It makes me feel like myself": Person-centered versus traditional visual arts activities for people with dementia. *Dementia*, *15*(5), 895–912. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/ /10.1177/1471301214543958

28. Shoesmith, E., Charura, D., & Surr, C. (2020). What are the Required Elements Needed to Create an Effective Visual Art Intervention for People Living with Dementia? A Systematic Review. *Activities, Adaptation & Aging*, *46*(2), 96–123. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1080/01924788.2020.1796475
29. Souza, L. B. R. de, Gomes, Y. C., & Moraes, M. G. G. de. (2022). The impacts of visual Art Therapy for elderly with Neurocognitive disorder: a systematic review. *Dementia & Neuropsychologia*, *16*(1), 8–18. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1590/1980-5764-dn-2021-0042
30. Tietyen, A. C., & Richards, A. G. (2017). A Visual Arts Education pedagogical approach for enhancing quality of life for persons with dementia (innovative practice). *Dementia*, 147130121772661, 1244–1251. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1177/1471301217726612
31. *Uveljavljanje dolgotrajne oskrbe | GOV.SI*. (2025, 4. julij). Portal GOV.SI. Pridobljeno 7. 7. 2025 s https://www.gov.si/zbirke/projekti-in-programi/dolgotrajna-oskrba/
32. *Varstvo starejših | GOV.SI*. (2020). Portal GOV.SI. Pridobljeno 7. 7. 2025 s https://www.gov.si/podrocja/socialna-varnost/varstvo-starejsih/
33. Walsh, S. M., Lamet, A. R., Lindgren, C. L., Rillstone, P., Little, D. J., Steffey, C. M., Rafalko, S. Y., & Sonshine, R. (2011). Art in Alzheimer's Care: Promoting Well-Being in People with Late-Stage Alzheimer's Disease. *Rehabilitation Nursing*, *36*(2), 66–72. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1002/j.2048-7940.2011.tb00068.x
34. Winblad, B., Palmer, K., Kivipelto, M., Jelic, V., Fratiglioni, L., Wahlund, L.-O., Nordberg, A., Backman, L., Albert, M., Almkvist, O., Arai, H., Basun, H., Blennow, K., de Leon, M., DeCarli, C., Erkinjuntti, T., Giacobini, E., Graff, C., Hardy, J., & Jack, C. (2004). Mild cognitive impairment – beyond controversies, towards a consensus: report of the International Working Group on Mild Cognitive Impairment. *Journal of Internal Medicine*, *256*(3), 240–246. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1111/j.1365-2796.2004.01380.x
35. Windle, G., Gregory, S., Howson-Griffiths, T., Newman, A., O'Brien, D., & Goulding, A. (2017). Exploring the theoretical foundations of visual art programmes for people living with dementia. *Dementia*, *17*(6), 702–727. Pridobljeno 30. 6. 2025 s https://doi.org/10.1177/1471301217726613

36. World health organisation. (2023, October 20). *Mental health of older adults*. World Health Organization. Pridobljeno 7. 7. 2025 s https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults
37. Young, R., Camic, P. M., & Tischler, V. (2015). The impact of community-based arts and health interventions on cognition in people with dementia: a systematic literature review. *Aging & Mental Health*, *20*(4), 337–338. Pridobljeno 10. 1. 2025 z doi: 10.1080/13607863.2015.1011080
38. Zakon o dolgotrajni oskrbi (ZDOsk-1). (2023). Uradni list RS, št. 84/23. Pridobljeno 7. 7. 2025 s https://pisrs.si/pregledPredpisa?id=ZAKO8819

9 Priloge

PRILOGA A: Merski instrumenti

i) Vprašanja za pol strukturiran uvodni intervju

- Kako ste?/Kako se počutite danes?
- Se ukvarjate/ste se kdaj ukvarjali z umetnostjo? (ste kdaj v preteklosti radi peli, plesali, risali, slikali, oblikovali glino, kvačkali, štrikali, pletli…)
- Kako se počutite, ko ustvarjamo v dnevnem varstvu ?
- Ali bi zase rekli, da ste dobri pri (likovnem) ustvarjanju? Zakaj?
- Kako se počutite, če je naloga taka, da sodelujete z drugimi pri ustvarjanju? (podvprašanje: ali vam je to prijetno ali neprijetno?)
- Kako se počutite, če vam kdo pomaga pri ustvarjanju?
- Kakšen mora biti prostor v katerem se da dobro ustvarjati?
- Ali se spomnite kakšnih izdelkov, ki ste jih izdelali v dnevnem varstvu? Kateri vam je bil najbolj všeč?
- Kateri likovni material vam je najljubši? S čim najraje ustvarjate/rišete? (Barvice, flumastri, voščenke, vodene barvice…)
- S katerim likovnim materialom ne marate ali ne znate ustvarjati?
- Kakšne prilagoditve potrebujete pri likovnem ustvarjanju?
- Kako bi opisali svoj odnos z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu?/Kako povezani ste z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu?
- Ali imate koga v skupini, s katerim se najbolje razumete? Zakaj?
- Ali se s kom v skupini slabo razumete? Zakaj?
- Ali se spomnite kakšnega trenutka, ko ste se počutili zelo povezano z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu?
- Ali se spomnite kakšnega trenutka, ko ste čutili, da vas drugi upokojenci razumejo?
- Kako vam je govoriti o svojih čustvih? (podvprašanja: ali vam je to lahko ali težko? Ali vam je všeč, ko lahko z nekom delite, kaj čutite?) / *Kako se počutite, ko vas kdo vpraša: »Kako ste?«*
- Kako vam je govoriti pred več ljudmi? Vam je to lahko ali težko?
- Ali radi poveste kaj o sebi? (Kdaj, komu…?)

ii) Opazovalni obrazec za opazovanje z udeležbo

UDELEŽENEC: _____

PRED DELAVNICO
Splošno razpoloženje ☐ utrujenost ☐ nezainteresiranost ☐ zdolgočasenost ☐ mirna sproščenost ☐ vznemirjenje ☐ radovednost ☐ zmedenost
Izrazi na obrazu: ☐ nasmehi ☐ nevtralni izrazi ☐ zaskrbljeni izrazi
Telesna drža: ☐ sproščena ☐ napeta ☐ zaprta ☐ odprta
Interakcije z drugimi udeleženci: ☐ se obrača k drugim ☐ išče očesni stik z drugimi ☐ pogovarja se z drugimi udeleženci ☐ večinoma se drži zase v tišini

MED DELAVNICO	
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo: Čustveni odziv na nalogo: □ navdušenje □ odpor □ skrb glede svojih likovnih sposobnosti □ nevtralna reakcija Začetek ustvarjanja: □ se brez težav loti ustvarjanja □ potrebuje spodbudo, da začne □ potrebuje veliko pomoči in usmeritev za začetek	**Splošno razpoloženje** □ utrujenost □ nezainteresiranost □ zdolgočasenost □ mirna sproščenost □ vznemirjenje □ radovednost □ zadovoljstvo □ veselje □ zmedenost
Samostojnost pri ustvarjanju □ izraža samozavest in zaupanje v svoje ustvarjalne odločitve □ kaže negotovost pri ustvarjanju	**Izrazi na obrazu:** □ nasmehi □ nevtralni izrazi □ zaskrbljeni izrazi
V primeru težave z ustvarjanjem: □ obrne se k drugim po nasvet ali mnenje □ prosi za pomoč □ poskuša težave rešiti sam □ preneha z delom	**Telesna drža:** □ sproščena □ napeta □ zaprta □ odprta
Zbranost □ ni osredotočen na nalogo večino časa □ občasno odvrača pozornost, vendar se vrne k nalogi □ zbran, osredotočen na nalogo	**Interakcije z drugimi udeleženci**: □ se obrača k drugim □ išče očesni stik z drugimi □ pogovarja se z drugimi □ večinoma se drži zase v tišini □ opazuje izdelke drugih
OPOMBE:	**Deljenje materialov**: □ spontano deli materiale in pripomočke □ kaže zadržanost pri deljenju materialov □ ne deli materialov z drugimi

OB KONCU DELAVNICE	**MED EVALVACIJO**
Splošno razpoloženje ☐ utrujenost ☐ nezainteresiranost ☐ zdolgočasenost ☐ mirna sproščenost ☐ vznemirjenje ☐ radovednost ☐ zadovoljstvo ☐ veselje ☐ zmedenost	**Samoevalvacija** **Odnos do lastnega izdelka**: ☐ ponos ☐ sram ali negotovost ☐ zadovoljstvo ☐ nezadovoljstvo **Opažanje napak na izdelku**: ☐ vidi napake in jih sprejemajo kot del procesa ☐ zahteva od sebe popolnost in se ne sprijaznijo z napakami ☐ ne omenja napak in kaže zadovoljstvo
Izrazi na obrazu: ☐ nasmehi ☐ nevtralni izrazi ☐ zaskrbljeni izrazi	**Povratne informacije** **Odziv na pohvale drugih**: ☐ sprejme pohvalo navdušeno ☐ sprejme pohvalo zadržano ☐ pohvalo zavrne ali zmanjša njen pomen **Vpliv pohvale na samozavest**: ☐ zdi se, da mu/ji pohvala dvigne samozavest ☐ na samozavest ni opaznega vpliva ☐ pohvala ga/jo spravi v zadrego ali nelagodje
Telesna drža: ☐ sproščena ☐ napeta ☐ zaprta ☐ odprta	**Splošen odziv na prihodnje podobne aktivnosti** **Odnosi do podobnih izkušenj v prihodnosti**: ☐ izraža interes za podobne delavnice ☐ kaže odpor ali nezainteresiranost za prihodnje podobne izkušnje ☐ nevtralen odziv brez posebnega izraza interesa ali odpora
Interakcije z drugimi udeleženci: ☐ Se pogovarja z drugimi ☐ Izmenjuje mnenja ali komentarje o delu ☐ Pohvali delo drugih ☐ večinoma se drži zase v tišini	**OPOMBE:**

iii) Anketni vprašalniki o razpoloženju pred in po delavnici

Težja verzija vprašalnika

PRED DELAVNICO:

PODČRTAJTE KAKO SE POČUTITE TA TRENUTEK?

ZELO SLABO SLABO NEKAJ VMES DOBRO ZELO DOBRO

PODČRTAJTE KAJ ČUTITE TA TRENUTEK:

ZMEDENOST VESELJE STRAH HVALEŽNOST

FRUSTRACIJA ZAUPANJE NEMOČ ŽALOST STRAST

RAZOČARANJE NAVDUŠENJE LJUBOSUMJE

JEZA MOČ OSAMLJENOST POVEZANOST SOČUTJE

PO DELAVNICI:

PODČRTAJTE KAKO SE POČUTITE TA TRENUTEK?

ZELO SLABO SLABO NEKAJ VMES DOBRO ZELO DOBRO

PODČRTAJTE KAJ ČUTITE TA TRENUTEK:

ZMEDENOST VESELJE STRAH HVALEŽNOST

FRUSTRACIJA ZAUPANJE NEMOČ ŽALOST STRAST

RAZOČARANJE NAVDUŠENJE LJUBOSUMJE

JEZA MOČ OSAMLJENOST POVEZANOST SOČUTJE

PODČRTAJTE KAKO SE VAM JE ZDELA DANAŠNJA LIKOVNA DELAVNICA?

NI MI BILA VŠEČ NEKAJ VMES BILA MI JE VŠEČ

Lažja verzija vprašalnika

PRED DELAVNICO

PODČRTAJTE KAKO SE POČUTITE TA TRENUTEK?

ZELO SLABO SLABO NEKAJ VMES DOBRO ZELO DOBRO

PODČRTAJTE KAJ ČUTITE TA TRENUTEK:

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE OSAMLJENO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE POVEZANO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE PRESTRAŠENO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE POMIRJENO? DA NE

PO DELAVNICI

PODČRTAJTE KAKO SE POČUTITE TA TRENUTEK?

ZELO SLABO SLABO NEKAJ VMES DOBRO ZELO DOBRO

PODČRTAJTE KAJ ČUTITE TA TRENUTEK:

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE OSAMLJENO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE POVEZANO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE PRESTRAŠENO? DA NE

ALI SE TA TRENUTEK POČUTITE POMIRJENO? DA NE

PODČRTAJTE KAKO SE VAM JE ZDELA DANAŠNJA LIKOVNA DELAVNICA?

NI MI BILA VŠEČ NEKAJ VMES BILA MI JE VŠEČ

PRILOGA B: Individualni pregled ustvarjalnega procesa

Tabela 56: Ustvarjalni proces – udeleženka 1

Ustvarjalni proces – udeleženka 1	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	ne	ne	ne	da	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	skrb glede svojih likovnih sposobnosti	nevtralna reakcija	/	nevtralna reakcija	navdušenje	navdušenje
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje	/	/	preneha z delom	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	prosi za pomoč, poskuša težave rešiti sam
Odnos do izdelka	zadovoljstvo	/	/	/	ponos, zadovoljstvo	zadovoljstvo
Opažanje napak	vidi napake in jih sprejema kot del procesa	/	/	/	vidi napake in jih sprejema kot del procesa	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo
Odziv na pohvalo	sprejme zadržano	/	/	/	sprejme navdušeno	sprejme navdušeno
Učinek pohvale na samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva	/	/	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Tabela 57: Ustvarjalni proces - udeleženka 2

Ustvarjalni proces – udeleženka 2	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	odsotna	da	da	da	da	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	/	nevtralna reakcija	navdušenje	nevtralna reakcija	skrb glede svojih likovnih sposobnosti	nevtralna reakcija

Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	poskuša težave rešiti sam	/	poskuša težave rešiti sam	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	preneha z delom
Odnos do izdelka	/	/	zadovoljstvo	zadovoljstvo	zadovoljstvo	zadovoljstvo
Opažanje napak	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	/	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	vidi napake in jih sprejema kot del procesa	vidi napake in jih sprejema kot del procesa
Odziv na pohvalo	/	/	sprejme zadržano	sprejme zadržano	sprejme zadržano	Zavrne/zmanjša pomen
Učinek pohvale na samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva	na samozavest ni opaznega vpliva	na samozavest ni opaznega vpliva

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Tabela 58: Ustvarjalni proces – udeleženec 3

Ustvarjalni proces – udeleženec 3	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	da	da	da	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	skrb glede svojih likovnih sposobnosti	navdušenje
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	poskuša težave rešiti sam	preneha z delom	/	poskuša težave rešiti sam	prosi za pomoč, preneha z delom	preneha z delom
Odnos do izdelka	nezadovoljstvo	/	zadovoljstvo	/	ponos, zadovoljstvo	zadovoljstvo

Opažanje napak	zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	/	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	/	/	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo
Odziv na pohvalo	Zavrne/zmanjša pomen	/	/	Sprejme navdušeno		Sprejme zadržano
Učinek pohvale na samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	/	/	na samozavest ni opaznega vpliva

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Tabela 59: Ustvarjalni proces – udeleženka 4

Ustvarjalni proces – udeleženka 4	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	da	da	da	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	navdušenje	nevtralna reakcija	navdušenje	navdušenje
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	preneha z delom	prosi za pomoč	poskuša težave rešiti sam	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	prosi za pomoč
Odnos do izdelka	/	/	ponos, zadovoljstvo	ponos, zadovoljstvo	zadovoljstvo	zadovoljstvo
Opažanje napak	/	/	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	vidi napake in jih sprejema kot del procesa
Odziv na pohvalo	/	/	Sprejme navdušeno	Sprejme navdušeno	Sprejme navdušeno	Sprejme zadržano
Učinek pohvale na samozavest	/	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Tabela 60: Ustvarjalni proces – udeleženka 5

Ustvarjalni proces – udeleženka 5	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	da	da	da	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	navdušenje, skrb glede svojih likovnih sposobnosti
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	preneha z delom	/	preneha z delom	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	poskuša težave rešiti sam
Odnos do izdelka	/	/	zadovoljstvo	zadovoljstvo	zadovoljstvo	ponos, zadovoljstvo
Opažanje napak	/	/	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo
Odziv na pohvalo	/	/	Sprejme zadržano	Sprejme zadržano	Sprejme navdušeno	Sprejme navdušeno
Učinek pohvale na samozavest	/	/	na samozavest ni opaznega vpliva	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva	pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Tabela 61: Ustvarjalni proces – udeleženka 6

Ustvarjalni proces – udeleženka 6	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	da	da	odsotna	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	navdušenje	nevtralna reakcija	navdušenje	navdušenje
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	prosi za pomoč	prosi za pomoč	prosi za pomoč	poskuša težave rešiti sam	/	prosi za pomoč

Odnos do izdelka	ponos	/	zadovoljstvo	ponos, zadovoljstvo	/	ponos
Opažanje napak	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	/	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	/	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo
Odziv na pohvalo	Sprejme navdušeno	/	Sprejme navdušeno	/	Sprejme navdušeno	Sprejme navdušeno
Učinek pohvale na samozavest	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest

Tabela 62: Ustvarjalni proces – udeleženka 7

Ustvarjalni proces – udeleženka 7	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	odsotna	da	da	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	/	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	navdušenje
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	poskuša težave rešiti sam	/	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	poskuša težave rešiti sam
Odnos do izdelka	/	/	/	ponos, zadovoljstvo	zadovoljstvo	zadovoljstvo
Opažanje napak	/	/	/	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	vidi napake in jih sprejema kot del procesa
Odziv na pohvalo	/	/	/	Sprejme navdušeno	Sprejme zadržano	Sprejme zadržano
Učinek pohvale na samozavest	/	/	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva	na samozavest ni opaznega vpliva

Tabela 63: Ustvarjalni proces – udeleženka 8

Ustvarjalni proces – udeleženka 8	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	da	da	da	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	navdušenje	nevtralna reakcija
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje	prosi za pomoč	poskuša težave rešiti sam	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	poskuša težave rešiti sam
Odnos do izdelka	nezadovoljstvo	/	nezadovoljstvo	ponos, zadovoljstvo	zadovoljstvo	zadovoljstvo
Opažanje napak	zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	/	zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	vidi napake in jih sprejema kot del procesa	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo
Odziv na pohvalo	Sprejme zadržano	/	Sprejme zadržano	Sprejme navdušeno	Sprejme zadržano	Sprejme zadržano
Učinek pohvale na samozavest	/	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Tabela 64: Ustvarjalni proces – udeleženka 9

Ustvarjalni proces – udeleženka 9	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	ne	da	ne	ne	ne
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	odpor do naloge, skrb glede svojih likovnih sposobnosti	odpor do naloge	odpor do naloge, skrb glede svojih likovnih sposobnosti	skrb glede svojih likovnih sposobnosti	/	odpor do naloge

Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	/	prosi za pomoč	preneha z delom	/	/
Odnos do izdelka	ponos, zadovoljstvo	/	zadovoljstvo	/	/	/
Opažanje napak	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	/	vidi napake in jih sprejema kot del procesa	/	/	/
Odziv na pohvalo	Sprejme zadržano	/	Sprejme zadržano	/	/	/
Učinek pohvale na samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva	/	na samozavest ni opaznega vpliva	/	/	/

Tabela 65: Ustvarjalni proces – udeleženka 10

Ustvarjalni proces – udeleženka 10	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	da	da	da	da
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	odpor do naloge, skrb glede svojih likovnih sposobnosti	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	skrb glede svojih likovnih sposobnosti	navdušenje	navdušenje
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	prosi za pomoč	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	preneha z delom	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	prosi za pomoč
Odnos do izdelka	Nezadovoljstvo, sram ali negotovost	/	nezadovoljstvo	zadovoljstvo	ponos, zadovoljstvo	zadovoljstvo
Opažanje napak	zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	/	zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	vidi napake in jih sprejema kot del procesa	vidi napake in jih sprejema kot del procesa

Odziv na pohvalo	Zavrne/zmanjša pomen	/	Zavrne/zmanjša pomen	Sprejme zadržano	Sprejme navdušeno	Sprejme zadržano
Učinek pohvale na samozavest	pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje	/	pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Tabela 66: Ustvarjalni proces – udeleženka 11

Ustvarjalni proces – udeleženka 11	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	da	odsotna	da	ne
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	skrb glede svojih likovnih sposobnosti	nevtralna reakcija	odpor do naloge	/	nevtralna reakcija	navdušenje
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	poskuša težave rešiti sam	preneha z delom	/	obrne se k drugim po nasvet ali mnenje, prosi za pomoč	/
Odnos do izdelka	nezadovoljstvo	/	Nezadovoljstvo, sram ali negotovost	/	ponos, zadovoljstvo	/
Opažanje napak	vidi napake in jih sprejema kot del procesa	/	zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	/	vidi napake in jih sprejema kot del procesa	/
Odziv na pohvalo	Sprejme zadržano	/	Sprejme zadržano	/	Sprejme zadržano	/
Učinek pohvale na samozavest	na samozavest ni opaznega vpliva		pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje	/	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	/

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

Tabela 67: Ustvarjalni proces – udeleženec 12

Ustvarjalni proces – udeleženec 12	**Prva delavnica (f)**	**Druga delavnica (f)**	**Tretja delavnica (f)**	**Četrta delavnica (f)**	**Peta delavnica (f)**	**Šesta delavnica (f)**
Sodelovanje	da	da	da	da	da	odsoten
Prvi odziv na ustvarjalno nalogo	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	nevtralna reakcija	navdušenje	/
Soočanje s težavami pri ustvarjanju	/	poskuša težave rešiti sam	preneha z delom	prosi za pomoč	poskuša težave rešiti sam	/
Odnos do izdelka	Nezadovoljstvo, sram ali negotovost	/	nezadovoljstvo	zadovoljstvo	ponos, zadovoljstvo	/
Opažanje napak	zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	/	zahteva od sebe popolnost in se ne sprijazni z napakami	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	ne omenja napak in kaže zadovoljstvo	/
Odziv na pohvalo	Zavrne/zmanjša pomen	/	Zavrne/zmanjša pomen	Zavrne/ zmanjša pomen	sprejme pohvala navdušeno	/
Učinek pohvale na samozavest	pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje	/	pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje	pohvala ga spravi v zadrego ali nelagodje	zdi se, da mu pohvala dvigne samozavest	/

Opomba: Sivo so označena polja s podatki, ki potrjujejo H3.

PRILOGA C: Kvalitativna analiza uvodnih intervjujev

i) Prepis intervjuja z udeleženko 1:

Kako ste? Kako se počutite danes?

U1: *Smeh nelagodja ob vprašanju, presenečenje nad vprašanjem* »Jaz se vsak dan počutim odlično kot splošno počutje, mam pa težave s hrbtom, me hrbet boli, v hrbtu mam neke določene bolečine. Verjetno so povezane mal s psiho ali s čimerkoli, skratka pojavijo se in obstajajo, to me moti. Drugače se pa dobro počutim. Kljub bolečini se moram dobro počutit, čeprav se ne, ampak moram se počutit, moram jo premagovat. Meni je všeč v dnevnem varstvu, tudi lepo je vodeno vse. Bolje kot doma sedet pa čakat da čas mine.«

Se ukvarjate oziroma ste se kdaj ukvarjali z umetnostjo?

U1: »Torej za risanje nimam kakšnih posebnih sposobnosti, edino kakšno ročno delo recimo. To pa že ni umetnost. Ko smo štrikale pa karkoli takšnega za otroška darilca… to sem še v mlajših letih, zdaj ne več toliko, ker so mi oči majčken tudi začele odpovedovat ne. Sem pa zelo rada sodelovala z otroki tudi, ko smo kej ustvarjali, z vnučki pa s pravnuki tudi… Nisem pa za risanje kej posebej nadarjena, nisem imela kakšnega dobrega občutka za to. Preveč sem kritična vedno.«

Kako se počutite, ko ustvarjamo v dnevnem varstvu ?

U1: »Mi je všeč ja, da je lepo, meni je všeč, da sodelujemo mi sami tudi ne in da nas gledajo in tko in da tudi pomagamo mal njim, kar je za naredit. Včeraj je bilo recimo nekaj, ampak sem na žalost tisto preskočila, ker sem, ne vem kaj je bilo z mano. Nisem sodelovala pri tistem, drugače pa rada sodelujem, če je treba.«

Ali bi zase rekli, da ste dobri pri (likovnem) ustvarjanju? Zakaj?

U1: »Jaz sem preveč samokritična vedno. Hahaha (nelagoden smeh). Sem zelo samokritična in ne bi nikoli to svoje pohvalila kej preveč v risanju ali v čem, nisem imela ne vem kakšne tiste umetne žilice. Pa vendar sem pazila, da je bilo vse nekako kakor se je dalo primerno narejeno pa sem bila tudi po oceni taka, tako da je bilo v redu.«

Potem niste posebej uživala v tem?

U1: »Ne da bi uživala ne, ne, ne. Ker sem bila preveč samokritična vedno in vedno mi je bilo nekaj drugače kot bi jaz želela.«

Kako se počutite, če je naloga taka, da sodelujete z drugimi pri ustvarjanju?

U1: »Ja če znam seveda se zelo rada potrudim, sem pa zelo taka boječa, da bom narobe naredila. Tak občutek nek, samokritika. Preveč sem samokritična.«

Kako se počutite, če vam kdo pomaga pri ustvarjanju?

U1: »Ja to mam pa rada. Ja ja, rada sprejmem vsako pomoč in sem zelo hvaležna zanjo, karkoli je bilo ne. Tko zlo sem ukaželjen človek, zelo se rada karkoli naučim od koga.«

Kakšen mora biti prostor v katerem se da dobro ustvarjati?

U1: »Predvsem miren. Da ni kakšnih motenj, da ni kakšnega pogovarjanja v bližini, bi bilo moteče karkoli. Skratka zelo rada imam pri lastnem ustvarjanju, da je popoln mir, da ni moteče. Drugače pa rada sodelujem, če je kaj takšnega, da mi kdo pomaga, sprejmem pomoč ali karkoli od tega.«

Ali se spomnite kakšnih izdelkov, ki ste jih izdelali v dnevnem varstvu? Kateri vam je bil najbolj všeč?

U1: »Ja jest nisem dolgo časa v tem varstvu zdaj, tudi nisem dosti ustvarjala, da bi rekla. So bile tele risbice, ki smo jih barvali nekaj, to sem tudi delala že nekaj zraven (opomba: pobarvanke). Drugače pa nisem kaj dosti sodelovala, da bi sama lastno kej proizvajala, to pa nisem in mi je všeč, da je to vodeno in da se nudi tudi pomoč, če je potrebna, to mam pa rada. Mi je všeč priložnost. Vse kar se vodi in kar se dela tukaj mi je všeč ne in tudi pomoč rada sprejmem, če je potrebna, če jo dobim. Skratka mi je v celoti ta način dela všeč.«

Kateri likovni material vam je najljubši? S čim najraje ustvarjate/rišete?

U1: »Likovni.. a mislite risanje ali kaj v tem smislu?«

Lahko je tudi kvačkanje, volna, tekstil…

U1: »Torej rada kvačkam tudi, to sem že v mlajših letih veliko delala, zdajle ne več toliko, ker tudi oči ne dajo. Ročna dela so mi bila všeč, to sem veliko delala v mlajših letih, tudi otrokom sem recimo karkoli napletla. Tako da ročna dela so mi bila zelo in so mi še vedno, edino starost prinese tiste tegobe, da malo slabše vidiš, da nisi več skoncentriran toliko. Drugače še pa mi je to všeč. Vsako ročno delo cenim in ga spoštujem zelo.«

Ali z ročnimi deli mislite volno?

U1: »Volno ja, pa tudi risanje ne, nekateri zelo lepo rišejo. Jaz sicer nimam tega daru ne vem kakšnega posebnega za risanje, pa rada tudi kaj narišem malenkost za otroke kej, če rabijo kakšno pomoč vnuki ali pravnuki.«

S katerim likovnim materialom ne marate ali ne znate ustvarjati?

U1: »Ja zaenkrat se ni nič pojavilo takšnega, kaj jaz vem. Ročna dela kot so, pletenje ali šivanje to imam rada, to sem tudi skoz delala. Torej kakšni tehnični izdelki, to pa nimam smisla kakšnega posebnega. Kakšna zadeva tehnična, da bi fantje ustvarjali kaj pa da bi pomagala kaj, to nimam, tega smisla nimam kaj posebno. Ker nisem imela kot otrok te možnosti tudi, da bi se karkoli. Nisem imela brata nobenega, samo sestre smo bile in v glavnem tisto kar sem sama ustvarjala mi je bilo dokaj všeč. Kar take stvari, da smo kaj narisali, kaj sešili. Šivanje za punčke recimo sem morala oblekice sešit, pa sem pomagala vnučkom in take stvari. To sem pa rada pomagala ja.«

Kakšne prilagoditve potrebujete pri likovnem ustvarjanju?

U1: »Ja kvačkat ne morem recimo zaradi oči, sem le že tok stara, da ne gre več.«

Koliko časa pa vam gre recimo? A tudi ko berete morate pavze jemat?

U1: »Ja berem pa zelo rada, ja ja. Jest zelo veliko berem tukaj tudi. Pazit moram na koncentracijo, da ne zaidem takoj v kakšne misli, pa nisem zbrana. Drugače pa rada berem, ne

bi ustvarjala kej risala, pisala, to nisem imela kakšnih posebnih sposobnosti, veselje pa, otrokom sem rada pomagala, ko so šli moji vnuki in pravnuki, ko so kej risali pa sem dala kakšen nasvet ali karkoli zraven če je bilo treba. Sem malo pomagala ja. Drugače pa nimam kakšne posebne umetnostne sposobnosti, to pa ne bi rekla.«

Kako bi opisali svoj odnos z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu?

U1: »Razumem, da je čist v redu in tudi poskušam se prilagajat in ni treba kakšnih posebnosti ampak sem kar zadovoljna z medsebojnimi odnosi našimi tukaj. Zelo razumevanje in pomoč enostavno, če bi bila kakšna potrebna, no saj tega ni bilo kaj dosti. V glavnem se rada prilagajam zahtevam in željam. Mogoče to ni dobro, da rada zaidem v spalno sobo ja, hahaha, to pa najbrž drugi ocenjujejo, da sem preveč tako, kako bi rekla, lena za ustvarjat.«

Ali imate koga v skupini, s katerim se najbolje razumete? Zakaj?

U1: »Ne, z vsemi se enako razumem, ni kakih posebnosti.«

Ali se s kom v skupini slabo razumete? Zakaj?

U1: »Ne ne, sploh ne tega nimam. To pa jaz strogo čuvam, da se prilagajam zahtevam, ki so potrebne pa tako ne, da nisem… da bi preveč komu svetovala to nimam te navade. Se bolj prilagajam pa svetujem če je potrebno.«

Ali se spomnite kakšnega trenutka, ko ste se počutili zelo povezano z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu?

U1: »Nič posebnega, v splošnem čutim neko sporazumevanje. Ne da bi se morala jaz prilagajat to ne. Ker to pa v tem nimam nobenih težav. Jaz se zelo rada prilagajam in tudi svetujem rada ali pa se marsikaj naučim tudi ob tem kar drugi delajo. Ne.. tko da sem take sorte, da se zelo prilagajam.«

Moje podvprašanje: » A pa se čutite povezane z drugimi?«

U1: »Povezane ja, seveda.«

Ali se spomnite kakšnega trenutka, ko ste čutili, da vas drugi upokojenci razumejo?

U1: »No to ja, vsekakor čutim da sem sprejeta, da je način sprejemanja tudi v redu. Ker sem tudi take sorte, da nisem vsiljive sorte. Nekateri zelo radi hitro svojo tisto način vrivajo, to pa nimam te navade, jaz se zelo rada prilagajam, če pa je treba pa tudi nasvet dodam, če je potreben, če vidim, da želim podat, ga pač dam, ampak nevsiljivo.«

Kako vam je govoriti o svojih čustvih, a vam je to težko ali lahko?

U1: »O mojih čustvih rada povem kar je na splošno za splošne stvari, nič.. tudi rada priznam kakšno nepravilnost mojo ne, nimam tiste navade, da bi rekla, to pa drži pa samo to je prav pa nič drugega to ne, se pa zelo rada prilagajam in svetujem če je potrebno in če želim povedati mojo izjavo ali pa moj predlog.«

Podvprašanje: Kaj pa tako na splošno, a bi rekla, da vam je lahko izražati čustva?

U1: »Ne nimam težav s tem, rada jih pokažem svoja čustva tudi ne, če so. In tudi ocenjujem druge če imam kakšne take, pa še če bi bil nekdo, ki bi bil vsiljiv ali pa preveč agresiven, to bi hitro opazila in tudi opozorila.«

Kako vam je govoriti pred skupino ljudi?

U1: »Zelo problem. To pa nimam mislim nisem taka, mislim pogovorno če ja, če bi pa mogla kaj predstavljati karkoli, to bi se pa mogla zares resnično pripravit. Pa zelo sem taka samokritična ja.«

Kaj pa recimo pred dvema drugima al pa tremi, a to vam bilo tudi že tko, bi vas že kaj stiskalo?

U1: »Če bi bilo kaj takšnega, da bi bila sigurna v tisto kar hočem povedat, to ni problem. Če pa nisem preveč pripravljena, če je bolj spontano takrat bi pa morala opozoriti, da nisem toliko seznanjena ali karkoli. (bi pa rekla) Moje mnenje je pa tako, pa tudi povem potem tisti svoj predlog, ki bi bil.«

Ali radi poveste kaj o sebi?

U1: »O sebi osebno hm, ja. Rada govorim, ne da bi mela ne vem kakšne probleme. Tudi samokritična znam biti. In tudi odprta.«

ii) Tabela odprtega kodiranja – udeleženka 1

Tabela 1: Kodirane izjave na vprašanje - Kako ste?/Kako se počutite danes?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A1	Jaz se vsak dan počutim odlično, kot splošno počutje.	Dobro razpoloženje	Splošno pozitivno razpoloženje	Splošno razpoloženje
A2	Imam pa težave s hrbtom, me hrbet boli, v hrbtu mam neke določene bolečine.	Bolečine v hrbtu	Težave z zdravjem	Splošno razpoloženje
A3	Verjetno so povezane mal s psiho ali s čimerkoli, skratka, pojavijo se in obstajajo, to me moti.	Odprtost za izražanje misli in čustev	Lahkotnost pri samorazkrivanju	Izražanje misli in čustev
A4	Drugače se pa dobro počutim.	Dobro razpoloženje kljub zdravstvenim težavam	Splošno pozitivno razpoloženje	Splošno razpoloženje
A5	Kljub bolečini se moram dobro počutit, čeprav se ne, ampak moram se počutit, moram jo premagovat.	Zavezanost k borbi z bolečino	Osredotočanje na pozitivne vidike	Življenjska naravnanost
A6	Meni je všeč v dnevnem varstvu, tudi lepo je vodeno vse.	Zadovoljstvo z dnevnim varstvom	Vrednotenje odnosov v skupini	Lastnosti medosebnih odnosov

A7	Bolje kot doma sedet pa čakat, da čas mine.	Preferenca aktivnega preživljanja prostega časa	Vrednotenje odnosov v skupini	Lastnosti medosebnih odnosov

Tabela 2: Kodirane izjave na vprašanje - Se ukvarjate/ste se kdaj ukvarjali z umetnostjo?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A8	Torej za risanje nimam kakšnih posebnih sposobnosti.	Negativno prepričanje o lastni ustvarjalni sposobnosti	Prepričanje o lastnih ustvarjalnih sposobnosti	Samozavest pri likovnem ustvarjanju
A9	edino kakšno ročno delo recimo, to pa že ni umetnost	Dvom o umetniški vrednosti ročnega dela	Percepcija umetnosti	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja
		Izražene ročne spretnosti	Prepričanje o lastni ustvarjalni sposobnosti	Samozavest pri likovnem ustvarjanju
A10	Ko smo štrikale pa karkoli takšnega za otroška darilca…	Izkušnje s štrikanjem	Vrste preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A11	to sem še v mlajših letih, zdaj ne več toliko, ker so mi oči mejčkn tudi začele odpovedovat ne.	Težave z vidom	Potrebe po prilagoditvah pri ustvarjanju	Metode dela v procesu PzU
A12	Sem pa zelo rada sodelovala z otroki tudi, ko smo kej ustvarjali, z vnučki pa s pravnuki tudi.	Užitek pri ustvarjanju z otroki	Vrednotenje preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A13	Nisem za risanje kej posebej nadarjena, nisem imela kakšnega dobrega občutka za to.	Fiksna naravnanost do ustvarjalne sposobnosti	Prepričanje o lastnih ustvarjalnih sposobnostih	Samozavest pri likovnem ustvarjanju
A14	Preveč sem kritična, vedno.	Samokritičnost	Osebna naravnanost do ustvarjanja	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja
A15	Veselje pa, otrokom sem rada pomagala, ko so šli moji vnuki in pravnuki, ko so kej risali pa sem	Podpora mlajšim pri ustvarjanju	Kontekst preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje

	dala kakšen nasvet ali karkoli zraven, če je bilo treba.			

Tabela 3: Kodirane izjave na vprašanje - Kako se počutite, ko ustvarjamo v dnevnem varstvu ?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A16	Mi je všeč ja, da je lepo, men je všeč, da sodelujemo mi sami tudi, ne, in da nas gledajo in tko in da tudi pomagamo mal njim, kar je za naredit.	Zadovoljstvo s sodelovanjem in nudenjem pomoči	Odnos do ustvarjanja v dnevnem varstvu	Metode dela v procesu PzU
A17	Včeraj je bilo recimo nekaj, ampak sem na žalost tisto preskočila, ker sem, ne vem, kaj je bilo z mano. Nisem sodelovala pri tistem,	Neželena odsotnost od ustvarjalne delavnice	Odnos do ustvarjanja v dnevnem varstvu	Metode dela v procesu PzU
A18	drugače pa rada sodelujem, če je treba.	Pripravljenost za sodelovanje ob zaželeni udeležbi	Odnos do ustvarjanja v dnevnem varstvu	Metode dela v procesu PzU

Tabela 4: Kodirane izjave na vprašanje - Ali bi zase rekli, da ste dobri pri (likovnem) ustvarjanju? Zakaj?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A19	Jaz sem preveč samokritična vedno. Sem zelo samokritična in ne bi nikoli to svoje pohvalila kej preveč, v risanju ali v čem.	Negativno prepričanje o lastni ustvarjalni sposobnosti	Prepričanje o lastnih ustvarjalnih sposobnostih	Samozavest pri likovnem ustvarjanju
A20	nisem imela ne vem kakšne, tiste umetne žilice	Fiksna naravnanost do ustvarjalne sposobnosti	Prepričanje o lastnih ustvarjalnih sposobnostih	Samozavest pri likovnem ustvarjanju
A21	Pa vendar sem pazila, da je bilo vse nekako, kakor se je dalo, primerno narejeno pa sem bila tudi po oceni taka, tako da je bilo v redu.	Usmerjenost k zadovoljitvi pričakovanj drugih	Osebna naravnanost do ustvarjanja	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja

A22	Ne da bi uživala ne, ne ne. Ker sem bila preveč samokritična vedno in vedno mi je bilo nekaj drugače kot bi jaz želela.	Samokritičnost	Osebna naravnanost do ustvarjanja	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja

Tabela 5: Kodirane izjave na vprašanje - Kako se počutite, če je naloga taka, da sodelujete z drugimi pri ustvarjanju?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A23	Ja, če znam, seveda, se zelo rada potrudim, sem pa zelo taka boječa, da bom narobe naredila.	Strah pred napakami pri sodelovanju z drugimi	Odnos do sodelovanja z drugimi pri ustvarjanju	Metode dela v procesu PzU
A24	Tak občutek nek, samokritika. Preveč sem samokritična.	Samokritičnost	Prepričanje o lastnih ustvarjalnih sposobnostih	Samozavest pri likovnem ustvarjanju
A25	Drugače pa rada sodelujem, če je kaj takšnega, da mi kdo pomaga, sprejmem pomoč ali karkoli od tega.	Odprtost za pomoč	Odprtost za pomoč pri ustvarjanju	Metode dela v procesu PzU

Tabela 6: Kodirane izjave na vprašanje - Kako se počutite, če vam kdo pomaga pri ustvarjanju?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A26	Ja, to mam pa rada. Ja ja, rada sprejmem vsako pomoč in sem zelo hvaležna zanjo, karkoli je bilo ne.	Odprtost in hvaležnost za pomoč	Odprtost za pomoč pri ustvarjanju	Metode dela v procesu pomoči z umetnostjo
A27	Tko zlo sem ukaželjen človek, zelo se rada karkoli naučim od koga.	Pripravljenost za učenje novih stvari	Osebna naravnanost do ustvarjanja	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja

Tabela 7: Kodirane izjave na vprašanje - Kakšen mora biti prostor v katerem se da dobro ustvarjati?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema

A28	Predvsem miren. Da ni kakšnih motenj, da ni kakšnega pogovarjanja v bližini, bi bilo moteče karkoli. Skratka zelo rada imam pri lastnem ustvarjanju, da je popoln mir, da ni moteč.	Mirnost in odsotnost pogovarjanja v prostoru	Lastnostni ustvarjalnega prostora	Prostorski pogoji za izvedbo procesa PzU

Tabela 8: Kodirane izjave na vprašanje – Ali se spomnite kakšnih izdelkov, ki ste jih izdelali v dnevnem varstvu? Kateri vam je bil najbolj všeč?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A29	Ja, jest nisem dolgo časa v tem varstvu, zdaj tudi nisem dosti ustvarjala, da bi rekla.	Odsotnost izkušenj z ustvarjanjem v dnevnem varstvu	Obseg preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A30	So bile tele risbice, ki smo jih barvali nekaj, to sem tudi delala že nekaj zraven.	Prisotnost spomina na ustvarjalne izdelke	Spomin na ustvarjalne izkušnje v dnevnem varstvu	Metode dela v procesu PzU
A31	Drugače pa nisem kaj dosti sodelovala, da bi sama lastno kej proizvajala, to pa nisem	Odsotnost izkušenj z ustvarjanjem v dnevnem varstvu	Obseg preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A32	in mi je všeč, da je to vodeno in da se nudi tudi pomoč, če je potrebna, to mam pa rada. Mi je všeč priložnost.	Navdušenje nad možnostjo ustvarjanja v dnevnem varstvu	Osebna naravnanost do ustvarjanja	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja
A33	Vse kar se vodi in kar se dela tukaj mi je všeč ne in	Zadovoljstvo s programom dnevnega varstva	Vrednotenje preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A34	tudi pomoč rada sprejmem, če je potrebna, če jo dobim.	Pripravljenost sprejeti potrebno pomoč	Odprtost za pomoč pri ustvarjanju	Odnos do ponujene pomoči pri ustvarjanju
A35	Skratka, mi je v celoti ta način dela všeč.	Zadovoljstvo s programom v dnevnem varstvu	Vrednotenje preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje

Tabela 9: Kodirane izjave na vprašanje – Kateri likovni material vam je najljubši? S čim najraje ustvarjate/rišete?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A36	Torej, rada kvačkam tudi, to sem že v mlajših letih veliko delala, zdajle ne več toliko, ker tudi oči ne dajo.	Kvačkanje	Vrste priljubljenih likovnih materialov	Metode dela v procesu PzU
		Pretekle pozitivne izkušnje s kvačkanjem	Razlogi za priljubljenost materiala/aktivnosti	Metode dela v procesu PzU
		Težave z vidom	Potrebe po prilagoditvah pri ustvarjanju	Metode dela v procesu PzU
A37	Ročna dela so mi bila všeč, to sem veliko delala v mlajših letih, tudi otrokom sem recimo karkoli napletla.	Izkušnje z različnimi ročnimi deli	Vrste preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A38	Tako da ročna dela so mi bila zelo in so mi še vedno,	Naklonjenost ročnim delom	Vrednotenje preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A39	edino starost prinese tiste tegobe, da malo slabše vidiš, da nisi več skoncentriran toliko. Drugače še pa mi je to všeč.	Težave z vidom, težave s koncentracijo	Potrebe po prilagoditvah pri ustvarjanju	Metode dela v procesu PzU
A40	Vsako ročno delo cenim in ga spoštujem zelo	Cenjenje ročnih del	Osebna naravnanost do ustvarjanja	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja

Tabela 10: Kodirane izjave na vprašanje – S katerim likovnim materialom ne marate ali ne znate ustvarjati?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A41	Ja zaenkrat se ni nič pojavilo takšnega, kaj jaz vem.	Vrste nepriljubljenih likovnih materialov/aktivnosti	Odsotnost spomina na negativne izkušnje z likovnim materialom	Metode dela v procesu PzU

A42	Ročna dela, kot so pletenje ali šivanje to imam rada, to sem tudi skoz delala.	Naklonjenost ročnim delom	Vrste priljubljenih likovnih materialov/aktivnosti	Metode dela v procesu PzU
		Dolgoletna praksa ustvarjanja z materialom	Razlogi za priljubljenost materiala/aktivnosti	Metode dela v procesu PzU
A43	Torej, kakšni tehnični izdelki, to pa nimam smisla kakšnega posebnega.	Tehnično ustvarjanje	Vrste nepriljubljenih likovnih materialov/aktivnosti	Metode dela v procesu PzU
A44	Kakšna zadeva tehnična, da bi fantje ustvarjali kaj pa da bi pomagala kaj, to nimam, tega smisla nimam kaj posebno.	Fiksna naravnanost	Prepričanje o lastnih ustvarjalnih sposobnostih	Samozavest pri (likovnem) ustvarjanju
A45	Ker nisem imela kot otrok te možnosti, tudi, da bi se karkoli...	Odsotnost priložnosti za ustvarjanje v otroštvu	Obseg preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A46	Nisem imela brata nobenega, samo sestre smo bile in v glavnem tisto, kar sem sama ustvarjala, mi je bilo dokaj všeč.	Pozitivna izkušnja s samostojnim ustvarjanjem	Vrednotenje preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A47	Kar take stvari, da smo kaj narisali, kaj sešili.	Raznolikost ustvarjalnih izkušenj v otroštvu	Vrste preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
A48	Šivanje za punčke recimo sem morala oblekice sešit, pa sem pomagala vnučkom in take stvari. To sem pa rada pomagala, ja.	Ustvarjanje za druge	Kontekst preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje
		Podpora mlajšim pri ustvarjanju	Kontekst preteklih ustvarjalnih izkušenj	Pretekle ustvarjalne izkušnje

Tabela 11: Kodirane izjave na vprašanje – Kakšne prilagoditve potrebujete pri likovnem ustvarjanju?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema

A49	Ja, kvačkat ne morem, recimo, zaradi oči, sem le že tok stara, da ne gre več.	Težave z vidom	Potrebe po prilagoditvah pri ustvarjanju	Metode dela v procesu PzU
A50	Drugače pa nimam kakšne posebne umetnostne sposobnosti, to pa ne bi rekla.	Ločevanje med umetnostjo in vsakdanjim ustvarjanjem	Percepcija umetnosti	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja

Tabela 12: Kodirane izjave na vprašanje - Kako bi opisali svoj odnos z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A51	Razumem, da je čist v redu in tudi poskušam se prilagajat in ni treba kakšnih posebnosti,	Težnja k prilagajanju v odnosih	Soočanje z medosebnimi konflikti	Lastnosti medosebnih odnosov
		Zadovoljstvo z odnosi	Vrednotenje odnosov v skupini	
A52	ampak sem kar zadovoljna z medsebojnimi odnosi našimi, tukaj.	Zmerno zadovoljstvo z odnosi	Vrednotenje odnosov v skupini	Lastnosti medosebnih odnosov
A53	Zelo, razumevanje in pomoč enostavno, če bi bila kakšna potrebna, no, saj tega ni bilo kaj dosti.	Občutek razumevanja in varnosti v skupini	Vrednotenje odnosov v skupini	Lastnosti medosebnih odnosov
A54	V glavnem se rada prilagajam zahtevam in željam.	Težnja k prilagajanju v odnosih	Soočanje z medosebnimi konflikti	Lastnosti medosebnih odnosov
A55	Mogoče to ni dobro, da rada zaidem v spalno sobo, ja, hahaha, to pa najbrž drugi ocenjujejo, da sem preveč tako, kako bi rekla, lena za ustvarjat.	Percepcija lastne neudeležbe pri ustvarjanju kot negativne	Osebna naravnanost do ustvarjanja	Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja

Tabela 13: Kodirane izjave na vprašanje - Ali imate koga v skupini, s katerim se najbolje razumete? Zakaj?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema

A56	Ne, z vsemi se enako razumem, ni kakih posebnosti.	Odsotnost tesnih vezi	Intenzivnost odnosov	Lastnosti medosebnih odnosov

Tabela 14: Kodirane izjave na vprašanje – Ali se s kom v skupini slabo razumete? Zakaj?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A57	Ne ne, sploh ne tega nimam.	Odsotnost zaznanih konfliktov	Soočanje z medosebnimi konflikti	Lastnosti medosebnih odnosov
A58	To pa jaz strogo čuvam, da se prilagajam zahtevam, ki so potrebne.	Težnja k prilagajanju v odnosih	Soočanje z medosebnimi konflikti	Lastnosti medosebnih odnosov
A59	Pa tako ne, da nisem… da bi preveč komu svetovala to nimam te navade.	Zadržanost pri izražanju mnenja v izogib konfliktom	Odpor do samorazkrivanja	Izražanje misli in čustev
A60	Se bolj prilagajam pa svetujem, če je potrebno.	Prilagodljivost v komunikaciji	Lastnosti komunikacije	Lastnosti medosebnih odnosov

Tabela 15: Kodirane izjave na vprašanje – Ali se spomnite kakšnega trenutka, ko ste se počutili zelo povezano z drugimi upokojenci v dnevnem varstvu?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A61	Nič posebnega, v splošnem čutim neko sporazumevanje.	Povezanost kot stalno prisotno stanje	Zaznavanje povezanosti	Lastnosti medosebnih odnosov
A62	Ne da bi se morala jaz prilagajat to ne. Ker to pa v tem nimam nobenih težav.	Težnja k prilagajanju v odnosih	Soočanje z medosebnimi konflikti	Lastnosti medosebnih odnosov
A63	ali pa se marsikaj naučim tudi ob tem kar drugi delajo.	Učenje z opazovanjem drugih	Vrednotenje odnosov v skupini	Lastnosti medosebnih odnosov
A64	Jaz se zelo rada prilagajam in tudi svetujem rada.	Težnja k prilagajanju v odnosih	Soočanje z medosebnimi konflikti	Lastnosti medosebnih odnosov

	Ne... tko da sem take sorte, da se zelo prilagajam.			
A65	Povezano ja, seveda.	Občutek povezanosti s skupino	Pripadnost skupini	Lastnosti medosebnih odnosov

Tabela 16: Kodirane izjave na vprašanje – Ali se spomnite kakšnega trenutka, ko ste čutili, da vas drugi upokojenci razumejo?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A66	No, to ja, vsekakor čutim, da sem sprejeta, da je način sprejemanja tudi v redu.	Občutek sprejetosti	Pripadnost skupini	Lastnosti medosebnih odnosov
A67	Ker sem tudi take sorte, da nisem vsiljive sorte.	Izogibanje vsiljevanju lastnih idej	Lastnosti komunikacije	Lastnosti medosebnih odnosov
A68	Nekateri zelo radi hitro svojo, tisto, način vrivajo, to pa nimam te navade.	Izogibanje vsiljevanju lastnih idej	Lastnosti komunikacije	Lastnosti medosebnih odnosov
A69	Jaz se zelo rada prilagajam, če pa je treba pa tudi nasvet dodam, če je potreben.	Prilagodljivost v komunikaciji	Lastnosti komunikacije	Lastnosti medosebnih odnosov
A70	Če vidim, da želim podat, ga pač dam, ampak nevsiljivo.	Premišljeno izražanje mnenja	Lastnosti komunikacije	Lastnosti medosebnih odnosov

Tabela 17: Kodirane izjave na vprašanje – Kako vam je govoriti o svojih čustvih, a vam je to težko ali lahko?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A71	O mojih čustvih rada povem kar je na splošno, za splošne stvari.	Omejeno izražanje na splošne teme o sebi	Zmerna pripravljenost za samorazkritje	Izražanje misli in čustev
A72	Tudi rada priznam kakšno nepravilnost mojo.	Pripravljenost priznati napako	Lahkotnost pri samorazkrivanju	Izražanje misli in čustev

A73	Nimam tiste navade, da bi rekla, to pa drži pa samo to je prav pa nič drugega, to ne.	Izogibanje vsiljevanju lastnih idej	Lastnosti komunikacije	Lastnosti medosebnih odnosov
A74	Se pa zelo rada prilagajam in svetujem, če je potrebno in če želim povedati mojo izjavo ali pa moj predlog.	Prilagodljivost v komunikaciji	Lastnosti komunikacije	Lastnosti medosebnih odnosov
A75	Ne nimam težav s tem, rada jih pokažem svoja čustva tudi, ne, če so.	Odprtost za izražanje misli in čustev	Lahkotnost pri samorazkrivanju	Izražanje misli in čustev
A76	In tudi ocenjujem druge,, če imam kakšne take, pa še če bi bil nekdo, ki bi bil vsiljiv ali pa preveč agresiven, to bi hitro opazila in tudi opozorila.	Aktivno postavljanje mej v odnosih	Soočanje z medosebnimi konflikti	Lastnosti medosebnih odnosov

Tabela 18: Kodirane izjave na vprašanje – Kako vam je govoriti pred skupino ljudi?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A77	Zelo problem. To pa nimam, mislim, nisem taka.	Negotovost pri govoru pred skupino	Odpor do verbalnega izražanja pred skupino	Izražanje misli in čustev
A78	Mislim, pogovorno če ja, če bi pa mogla kaj predstavljati karkoli, to bi se pa mogla zares, resnično pripravit.	Strah pred nepripravljenostjo	Odpor do verbalnega izražanja pred skupino	Izražanje misli in čustev
A79	Pa zelo sem taka samokritična, ja.	Samokritičnost	Odpor do verbalnega izražanja pred skupino	Izražanje misli in čustev

Tabela 19: Kodirane izjave na vprašanje – Ali radi poveste kaj o sebi?

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A80	O sebi osebno, hm, ja. Rada govorim, ne da bi mela ne vem kakšne probleme.	Sproščenost pri govoru o sebi	Lahkotnost pri samorazkrivanju	Izražanje misli in čustev

A81	Tudi samokritična znam biti.	Samokritičnost	Lahkotnost pri samorazkrivanju	Izražanje misli in čustev
A82	In tudi odprta.	Odprtost za izražanje misli in čustev	Lahkotnost pri samorazkrivanju	Izražanje misli in čustev

iii) Osno kodiranje

<u>Tema 1: Splošno razpoloženje</u>

- Splošno pozitivno razpoloženje
    - Dobro razpoloženje (A1, B1, C1, E1, F1, G1, K1, L1)
    - Dobro razpoloženje kljub zdravstvenim težavam (A4)
    - Domače počutje v dnevnem varstvu (G2)
    - Dobro počutje v primerjavi s preteklostjo (D1)
- Splošno negativno razpoloženje
    - Občutek obupa in ujetosti (I1, I2, I3)
    - Strah pred selitvijo v dom starejših (I4)
    - Strah pred staranjem in smrtjo (I5)
    - Odsotnost veselja v življenju (I8)
    - Nezadosten občutek sprostitve v dnevnem varstvu (I9)
    - Slabo počutje zaradi utrujenosti (H1)
    - Pojav utrujenosti s starostjo (H3)
- Težave z zdravjem
    - Bolečine v hrbtu (A2)
    - Kronične motnje spanja (H2)

<u>Tema 2: Življenjska naravnanost</u>

- Osredotočanje na pozitivne vidike
    - Zavezanost k borbi z bolečino (A5)
    - Sprejemanje svoje življenjske poti (F22)
- Osredotočanje na negativne vidike
    - Občutek nemira in obremenjenosti (H4)
    - Občutek obupa in ujetosti (I1, I2, I3)
    - Težave s sprejemanjem potrebe po dnevnem varstvu (I7)

Tema 3: Lastnosti medosebnih odnosov

- Vrednotenje odnosov v skupini
    - Preferenca aktivnega preživljanja prostega časa (A7)
    - Zadovoljstvo z dnevnim varstvom (A6, J11, F23)
    - Zadovoljstvo z odnosi (J24)
    - Zmerno zadovoljstvo z odnosi (A52, C17, C18)
    - Občasno zadovoljstvo z odnosi (G18)
    - Zmedenost glede odnosov (G21)
    - Harmoničnost odnosov (G22, I28)
    - Sprememba v zadovoljstvu z odnosi zaradi odhoda upokojencev (K18)
    - Presenečenje nad sprejetostjo v skupino (L21)
    - Občutek razumevanja in varnosti v skupini (A53, J23)
    - Neodobravanje deljenja osebnih težav v skupini (F21)
    - Učenje z opazovanjem drugih (A63)
    - Frustracija s kognitivnimi omejitvami drugih (I31, K19)
    - Težavnost navezovanja stikov (H26)
- Lastnosti komunikacije
    - Nelagodje ob šaljivih interakcijah (G19)
    - Prilagodljivost v komunikaciji (A60, A69, A74)
    - Izogibanje vsiljevanju lastnih idej (A67, A68, A73)
    - Izogibanje analiziranju odzivov drugih (F29)
    - Premišljeno izražanje mnenja (A70)
    - Spoštljiva komunikacija (C16)
    - Izogibanje komunikaciji z osebami s kognitivnimi težavami (I26)
    - Prekinitev stika zaradi zaznane neiskrenosti (L26)
- Zaznavanje povezanosti
    - Občutek povezanosti s skupino (A65)
    - Občutek nepovezanosti s skupino (B15)
    - Občutek sprejetosti (A66)
    - Selektivno povezovanje z določenimi člani skupine (H24, I25, K18, I31)
    - Zaznavanje osamljenosti nekaterih posameznikov v skupini (D22)
    - Nizka vključenost v socialne interakcije (B14, H25)
    - Socialna distanca zaradi občutka ne pripadnosti (H27, H29, H31)
    - Prisotnost spomina na trenutek povezanosti (K22, K23)

    - Odsotnost spomina na trenutek povezanosti (C20, F28, I29, L25)
    - Povezanost kot stalno prisotno stanje (D21, F25, A61, F28)
    - Prednost ohranjanju povezanosti s prijateljico (D26)
- Intenzivnost odnosov
    - Prisotnost tesnih vezi (E17, F26, I27, K20, D24)
    - Odsotnost tesnih vezi (E16, H25, A56, C19, G21, H26, J25, L22, H28, H30, I35)
- Zaznavanje razumljenosti
    - Prisotnost spomina na trenutek razumljenosti (I30)
    - Odsotnost spomina na trenutek razumljenosti (F29)
    - Razumljenost kot stalno prisotno stanje
- Soočanje z medosebnimi konflikti
    - Prisotnost zaznanih konfliktov (G24)
    - Odsotnost zaznanih konfliktov (A57, E18, F27)
    - Hitro odpuščanje pri nesoglasjih (K21)
    - Mirno reševanje konfliktov (D20)
    - Težnja k prilagajanju v odnosih (A51, A54, A58, A62, A64)
    - Izogibanje konfliktom z umikom (D23, F24, G18, J26, D25, G23, L23)
    - Aktivno postavljanje mej v odnosih (D20, A76)
    - Mediatorska vloga v konfliktih (L24)

<u>Tema 4: Izražanje misli in čustev</u>

- Lahkotnost pri samorazkrivanju
    - Odprtost za izražanje misli in čustev (A3, A75, D27, E19, K24, A82, D30)
    - Sproščenost pri govoru o sebi (C21, F30, G25, A80)
    - Samokritičnost (A81)
    - Pripravljenost priznati napako (A72)
- Zmerna pripravljenost za samorazkritje
    - Omejeno izražanje na splošne teme o sebi (A71, I32)
    - Samorazkrivanje le na podlagi vprašanj drugih (G27, B18)
    - Intimno samorazkrivanje samo v tesnem prijateljstvu (I34)
- Odpor do samorazkrivanja
    - Zadržanost pri izražanju mnenja v izogib konfliktom (A59)
    - Občutek obupa nad svojim stanjem (I10)
    - Preferenca zasebnosti (B16, L27)
    - Prepričanje o lastni nezanimivosti (C23)

- Lahkotnost pri verbalnem izražanju pred skupino
    - Sproščenost pri verbalnem izražanju pred skupino (B17, C22, E20, F31, L28)
- Zmerna pripravljenost za verbalno izražanje pred skupino
    - Pripravljenost govoriti pred znano skupino (G26, I33)
- Odpor do verbalnega izražanja pred skupino
    - Negotovost pri govoru pred skupino (A77)
    - Strah pred nepripravljenostjo (A78)
    - Samokritičnost (A79, D29)
    - Neizkušenost z govorom pred skupino (D28, H32)

Tema 5: Pretekle ustvarjalne izkušnje

- Vrste preteklih ustvarjalnih izkušenj
    - Izkušnje s štrikanjem (A10, B4, D5, H5, J3, K2)
    - Izkušnje s kvačkanjem (H5, B3, D4, F2, I12, J3, K2)
    - Izkušnje s šivanjem (J3, B5, D6, F3, G5, I13, K6)
    - Izkušnje s pletenjem gobelinov (J1)
    - Izkušnje z oblikovanjem peska (C3)
    - Izkušnje s petjem (D2, E5)
    - Izkušnje s plesom (E4, I11, L2)
    - Izkušnje z risanjem (E6, G6)
    - Izkušnje s pisanjem poezije in dnevnikov (J6)
    - Izkušnje s tehničnimi ročnimi deli (L4)
    - Izkušnje z različnimi ročnimi deli (A37)
    - Raznolikost ustvarjalnih izkušenj (v otroštvu) (E3, G3, A47)
    - Ročna spretnost priučena od sorodnika (B3, K3)
- Vrednotenje preteklih ustvarjalnih izkušenj
    - Užitek pri ustvarjanju z otroki (A12)
    - Užitek pri skupinski ustvarjalni dejavnosti (I11)
    - Naklonjenost ročnim delom (F4, G4, K4, A38, A42)
    - Občutek strasti pri ustvarjanju (K6)
    - Zadovoljstvo s programom v dnevnem varstvu (A35)
    - Pozitivna izkušnja s samostojnim ustvarjanjem (A46)
- Obseg preteklih ustvarjalnih izkušenj
    - Odsotnost izkušenj ukvarjanja z umetnostjo (B2, C2, L3)
    - Odsotnost izkušenj z ustvarjanjem v dnevnem varstvu (A29, A31)

    - Odsotnost priložnosti za ustvarjanje v otroštvu (A45)
    - Odsotnost priložnosti za ustvarjanje zaradi obremenjenosti z delom (D3, D7, J4, K5)
    - Veliko izkušenj z ročnimi deli (G4)
    - Veliko izkušenj s specifičnim ročnim delom (F4, J1)
    - Veliko izkušenj s pisnim izražanjem (J6)
- Kontekst preteklih ustvarjalnih izkušenj
    - Podpora mlajšim pri ustvarjanju (A15, G6, A48)
    - Ustvarjanje za druge (K2, A48)
    - Omejitve na podlagi spola pri ustvarjanju (L5)
- Spomin na ustvarjalne izkušnje v dnevnem varstvu
    - Prisotnost spomina na ustvarjalne izdelke (A30, E13, H20, I21, L15)
    - Odsotnost spomina na ustvarjalne izdelke (B12, C13, D15, G14)
    - Povezanost počutja s kakovostjo nastalih izdelkov (D16)
    - Splošno zadovoljstvo z vsemi izdelki (F18, J18)
    - Zadovoljstvo z eno vrsto izdelkov (K13)

<u>Tema 6: Doživljanje ustvarjalnosti in umetniškega izražanja</u>

- Osebna naravnanost do ustvarjanja
    - Sproščanje in pomirjanje z ustvarjanjem (J2, J14)
    - Predanost zadanemu ustvarjalnemu projektu (J5)
    - Pripravljenost za učenje novih stvari (A27)
    - Navdušenje nad možnostjo ustvarjanja v dnevnem varstvu (J7, J9, K7, A32)
    - Samokritičnost (A14, A22)
    - Usmerjenost k zadovoljitvi pričakovanj drugih (A21)
    - Cenjenje ročnih del (A40)
    - Cenjenje ustvarjanja s tehnologijo (C7)
    - Percepcija lastne neudeležbe pri ustvarjanju kot negativne (A55)
    - Neučinkovitost lajšanja čustvene stiske z ustvarjanjem (I18)
- Percepcija umetnosti
    - Dvom o umetniški vrednosti ročnega dela (A9)
    - Ločevanje med umetnostjo in vsakdanjim ustvarjanjem (H6, A50)

<u>Tema 7: Samozavest pri likovnem ustvarjanju</u>

- Prepričanje o lastni ustvarjalni sposobnosti
    - Fiksna naravnanost do ustvarjalne sposobnosti (A13, I14, A20)

- Razvojna naravnanost do ustvarjalne sposobnosti (K8)
- Pozitivno prepričanje o lastni ustvarjalni sposobnosti (B7, D10, G8, I17, K8)
- Negativno prepričanje o lastni ustvarjalni sposobnosti (A8, H7, A19, H15, H16, J12)
- Dvomi o lastni ustvarjalni sposobnosti (J13, L10)
- Odsotnost prepričanja zaradi odsotnosti ustvarjalnih izkušenj (C6, E8)
- Izguba ustvarjalnih idej (H8, H9, H12, H14)
- Izražene ročne spretnosti (A9, J13)
- Presenečenje nad lastno ustvarjalnostjo (K9)
- Samokritičnost (I16, A24, H7)
- Zadovoljstvo s svojimi izdelki (F10)
- Svobodno ustvarjalno izražanje (F7, F12)
- Zavračanje umetniške identitete (F8)
- Relativnost umetniške vrednosti (F9, F11)
- Starost kot omejitev za ustvarjalnost (H13)

<u>Tema 8: Metode dela v procesu pomoči z umetnostjo</u>

- Odnos do ustvarjanja v dnevnem varstvu
  - Zadovoljstvo z ustvarjanjem (L6)
  - Ustvarjanje kot sprostitev (D8, D9, J8)
  - Navdušenje nad možnostjo ustvarjanja v dnevnem varstvu (J7, J9, K7, F6, A32)
  - Neželena odsotnost od ustvarjalne delavnice (A17)
  - Pripravljenost za sodelovanje ob zaželeni udeležbi (A18, H10)
  - Opazovanje ustvarjalnega procesa drugih (B6, C4, E7, L7)
  - Nepriljubljenost ustvarjalne aktivnosti (C5)
  - Občasna nepripravljenost za sodelovanje (L8)
  - Izguba veselja do ustvarjanja (H11, I15)
  - Sram ob ustvarjanju (J10)
  - Nelagodje zaradi različnega kognitivnega stanja udeležencev (L9)
- Odnos do sodelovanja z drugimi pri ustvarjanju
  - Naklonjenost sodelovanju z drugimi pri ustvarjanju (D11, E9, F13, J15, K10)
  - Nenaklonjenost sodelovanju z drugimi pri ustvarjanju (B8)
  - Ravnodušnost do sodelovanja z drugimi pri ustvarjanju (C8, G9, I19, L11)
  - Občutek večje sposobnosti pri samostojnem ustvarjanju (B9)
  - Strah pred napakami pri sodelovanju z drugimi (A23)

    - Usmerjanje ustvarjanja drugih brez neposrednega sodelovanja (G10)
    - Skupinsko ustvarjanje kot spodbuda za izražanje (H17)
    - Pomembnost velikosti ustvarjalne skupine (L11)
- Odprtost za pomoč pri ustvarjanju
    - Odprtost za pomoč (A25, A26)
    - Odprtost za konstruktivno kritiko (F15)
    - Hvaležnost za pomoč (A26)
    - Veselje ob prejemanju pomoči (F14, H18, K11)
    - Ravnodušen odnos do pomoči (G11)
    - Sprejemanje pomoči pri težjih ustvarjalnih nalogah (D12, D13)
    - Pripravljenost poiskati pomoč če je potrebna (L12)
    - Varnost in zaupanje kot pogoja za sprejemanje pomoči (E10)
    - Odsotnost negativnih izkušenj s kritiko v skupini (F16)
    - Ocenjevanje sposobnosti drugega skozi sprejemanje pomoči (G12)
- Odpor do pomoči pri ustvarjanju
    - Preferenca samostojnega reševanja ustvarjalnih problemov (C10, L12)
    - Vljudnostna hvaležnost za pomoč (C9)
    - Zavračanje podcenjevanja in nespoštljive kritike (F16)
- Vrste priljubljenih likovnih materialov/aktivnosti
    - Kvačkanje (A36)
    - Naklonjenost ročnim delom (A42)
    - Lepljenje (D17)
    - Barvanje pobarvank (I22, J21, K14)
    - Barvice in voščenke (J19)
    - Modelirni mavec in glina (L16)
    - Splošna naklonjenost različnim likovnim materialom (E14, F19, G15, K14, G16, I23)
    - Odsotnost spomina na pozitivne izkušnje z likovnim materialom (C14)
- Razlogi za priljubljenost materiala/aktivnosti
    - Pretekle pozitivne izkušnje s kvačkanjem (A36)
    - Dolgoletna praksa ustvarjanja z materialom (L17, A42)
    - Glina kot prijeten in dostopen material (L18)
    - Strah pred razpadanjem izdelkov (D18)
    - Strah pred napakami pri nekdaj priljubljeni ustvarjalni aktivnosti (J20)

- Vrste nepriljubljenih likovnih materialov/aktivnosti
    - Tehnično ustvarjanje (A43)
    - Oljnate barve (L19)
    - Predhodno zavračanje nekaterih materialov (E15)
    - Odsotnost spomina na negativne izkušnje z likovnim materialom (A41)
- Razlogi za nepriljubljenost materialov/aktivnosti
    - Nelagodje zaradi tveganja umazanja z materialom (C15, D19, K15, L20)
    - Zavračanje novih materialov zaradi strahu pred neuspehom (K16)
- Potrebe po prilagoditvah pri ustvarjanju
    - Težave z vidom (A11, A36, A39, A49, H23)
    - Težave s koncentracijo (A39)
    - Bolečine v rokah (H22)
    - Dolžina ustvarjalnega procesa (H23)
    - Zdravstvena omejitev pri uporabi materiala (J22)
    - Odsotnost izraženih potreb po prilagoditvah pri ustvarjanju (B13, G17, I24)
    - Zavedanje vpliva starosti na ustvarjanje (K17)
    - Samostojno prilagajanje ustvarjalnega procesa (F20)

<u>Tema 9: Prostorski pogoji za izvedbo procesa pomoči z umetnostjo</u>

- Lastnostni ustvarjalnega prostora
    - Mirnost in odsotnost pogovarjanja v prostoru (A28, F17, H19)
    - Svetlost prostora (B10, C12, L14)
    - Čistost prostora (G13)
    - Dobra prezračenost prostora (L13)
    - Naklonjenost ustvarjanju v družbi (B11, E11, J17, K12)
    - Neobveznost sodelovanja pri ustvarjalnih aktivnostih (I20)
    - Prilagojenost prostora ustvarjalnemu procesu (C11)
    - Zadovoljstvo z ustvarjalnim prostorom dnevnega varstva (J16)