



საქართველოს საბალეტო დასის მოცეკვავეთა ჯანმრთელობის მდგომარეობის თავისებურებები

ქეთევან თვალავაძე¹, თენგიზ ვერულავა²

¹ ჰუმანიტარულ და სოციალურ მეცნიერებათა სკოლა, კავკასიის უნივერსიტეტი;
k_tvalavadze@cu.edu.ge

² მედიცინის დოქტორი, პროფესორი, ჯანდაცვისა და დაზღვევის ინსტიტუტი,
Tengiz.verulava@gmail.com.

აბსტრაქტი

შესავალი: ცეკვა მოიცავს სხეულის, გონებისა და ემოციების ერთობლივ მოქმედებას, რომელიც ერთი შეხედვით მარტივი პროცესია. რეალურად კი ამ სასიამოვნო სანახაობას თან ახლავს დაავადებები და ტკივილი. ნებისმიერი ცეკვის შემთხვევაში, განსაკუთრებით კი ცეკვის ისეთი რთული სახეობის შემთხვევაში, როგორც ბალეტა, ჩართულია მთელი რიგი ბიოფსიქოსოციალური ფაქტორები, რომელიც გავლენას ახდებს ბალეტის მსახიობის ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე. ბალეტს შეუძლია იყოს როგორც განკურნების და სტრესის დამძლევის ერთ-ერთი საშუალება, ასევე მთელი რიგი სერიოზული დაავადებების გამოწვევი მიზეზი. კვლევის მიზანია საქართველოს საბალეტო დასის წევრთა/მოცეკვავეთა ჯანმრთელობის მდგომარეობის თავისებურებების შესწავლა.

მეთოდოლოგია: თვისებრივი კვლევის ფარგლებში ჩატარდა საქართველოს საბალეტო დასის 7 წევრის (4 უცხოელი და 3 ქართველი მოცეკვავე) სიღრმისეული ინტერვიუ. **შედეგები და დისკუსია:** ბალეტის დიდი სიყვარულის მიუხედავად, დიდია ფიზიკური და ფსიქოლოგიური პრობლემები. მოცეკვავეებს მუდმივად უწევთ ტკივილის ატანა. ხშირია ექიმთან ვიზიტის გადადების შემთხვევები. დაბალია ოჯახის ექიმის მიმართ ნდობა. საბალეტო დასის მოცეკვავეთა ბიოფსიქოსოციალურ მდგომარეობაზე გავლენას ახდენს როგორც ფიზიკური დატვირთვა, ტრავმების მაღალი რისკი, ასევე მუდმივი სტრესი და საზოგადოების სტერეოტიპული დამოკიდებულება, რომელიც უკვე არსებულ ძლიერ სტრესს კიდევ უფრო ამწვავებს. **რეკომენდაცია:** ბალეტის მსახიობთა ბიოფსიქოსოციალური მდგომარეობის გასაუმჯობესებლად საჭიროა მათი ჯანმრთელობის მდგომარეობის, სტრესორების, ექიმთან მიმართვიანობისა და დაზღვევის ფუქნციონირების თავისებურებების იდენტიფიცირება, რაც საშუალებად მოგვცემს არა მხოლოდ ობიექტურად შევაფასოთ ამ პროფესიისთვის დამახასიათებელი რისკები, არამედ ეფექტური ხერხებით ვიზრუნოთ მათ გამოსწორებასა და მდგომარეობის გაუმჯობესებაზე.

საკვანძო სიტყვები: ბალეტის მოცეკვავეთა ჯანმრთელობა, პროფესიული დაავადებები

ციტირება: ქეთევან თვალავაძე, თენგიზ ვერულავა. საქართველოს საბალეტო დასის მოცეკვავეთა ჯანმრთელობის მდგომარეობის თავისებურებები. ჯანდაცვის პოლიტიკა, ეკონომიკა და სოციოლოგია, 2019; 5 (2)

Health characteristics of the State Ballet of Georgia's artists

Ketevan Tvalavadze¹, Tengiz Verulava²

¹ School of Humanities and Social Sciences, Caucasus University, Tbilis, Georgia. k_tvalavadze@cu.edu.ge

² Doctor of Medicine, Professor, Health and Insurance Institute, Georgia; tengiz.verulava@gmail.com

Abstract

Introduction: Dancing involves a combination of body, mind, and emotions, which at first glance seems to be a simple process. In reality, this pleasant performance is followed by some physical injuries and pain. In any dance category, especially in case of difficult ones such as ballet, a set of biopsychosocial factors are involved, which affects ballet artists' health condition. Ballet can, simultaneously, be a way of healing and dealing with stress, while being a cause for a number of serious illnesses. The following research aims to study the Health state characteristics of the State Ballet of Georgia's artists. **Methodology:** In frames of the qualitative method, 7 in-depth interviews were conducted with ballet artists of the State Ballet of Georgia (4 foreign and 3 Georgian artists). **Results and discussions:** Despite a passion and love for ballet, there are numerous physical and psychological problems. Artists have to deal with constant pain. Postponed visits to medical centers are very common, as well as low levels of trust to family doctors. Physical activities, high risk of traumas, in addition to constant stress and stereotyped attitude from the society affects ballet artists' biopsychosocial condition, which on the other hand, aggravates the already existing stress. **Recommendation:** In order to enhance the ballet artists' biopsychosocial condition, improving their health condition, identifying characteristics of their stressors, visits to doctors and functioning of insurance is crucial. This will enable us not only to objectively evaluate characteristics of the risks typical to this profession but also will help us to take effective actions for improving the artists' health condition.

Keywords: Ballet, Health of dancers

Quote: Ketevan Tvalavadze, Tengiz Verulava. Health characteristics of the State Ballet of Georgia's artists. Health Policy, Economics and Sociology 2017; 3 (1).

შესავალი

ბევრისთვის საყვარელი ხელოვნების დარგი - ცეკვა, რომელშიც მხატვრული სახეები იქმნება ადამიანის სხეულის გამომსახველი მდგომარეობებისა და პლასტიკურ მოძრაობათა მეშვეობით, იმაზე ბევრად უფრო რთული და კომპლექსური ფენომენია, ვიდრე ეს ერთი შეხედვით ჩანს.

ცეკვის სხვადასხვა სახეობა ნებისმიერი საზოგადოებისა და კულტურის მნიშვნელოვანი კაპიტალია, რომელიც ღირებულია არა მხოლოდ ესთეტიკური თვალსაზრისით, არამედ იმიტომ, რომ ის ამა თუ იმ კულტურის ტრადიციებს, ადათ-წესებსა თუ ტემპერამენტს გამოხატავს.

ცეკვის სარგებლისა და დადებითი გავლენის შესახებ მკვლევართა აზრი ორად იყოფა. კვლევების შედეგად დადგინდა, რომ ცეკვის სხვადასხვა ფორმა პრევენციული მედიცინისა და განკურნების პროცესის საკმაოდ მნიშვნელოვანი კომპონენტია ⁽¹⁾. თუმცა, ასევე მრავალფეროვანი მასალა მოიპოვება იმ

პრობლემების შესახებ, რომელსაც ცეკვის კონკრეტული ფორმები იწვევს მოცეკვავის ჯანმრთელობისა თუ ფსიქიკური მდგომარეობის კუთხით ⁽²⁾.

აღსანიშნავია, რომ ადრეული ისტორიიდან მოყოლებული ცეკვა განიხილებოდა როგორც სტრესთან თუ სხვადასხვა დაავადებებთან გამკლავების საშუალება ^[3]. თუმცა, ამ მოსაზრების მართებულების მიუხედავად არ უნდა დაგვავიწყდეს მეორე მხარე, რომელიც ძირითადად განპირობებულია ცეკვის სახეობის, ვარჯიშის დატვირთვისა და ფსიქო-სოციალური ფაქტორებით. სწორედ ამიტომ, როდესაც ცეკვა განიხილება, როგორც სტრესის გამკლავებისა და განკურნების ეფექტური მეთოდი, ითვალისწინებენ ცეკვის სახეობას, ცეკვაში ჩართულობის ინტენსივობას, ცეკვის სირთულეს, ვარჯიშის თავისებურებებს და ა.შ. შესაბამისად, ცეკვის ამ ფუნქციის ყველა სახეობაზე განზოგადება არ არის მართებული.

ცეკვამ შესაძლოა პრევენციული როლი შეასრულოს იმის გათვალისწინებით, რომ ამ დროს გამოიყოფა ენდორფინები, რომლებიც თავის მხრივ იწვევს ეიფორიას. ასევე, ცეკვა საშუალებას აძლევს ინდივიდებს გაექცნენ სტრესს ფანტასტიკის სამყაროში გადანაცვლებით, სადაც შეუძლიათ მოირგონ ნებისმიერი პერსონაჟის როლი, თუმცა ამან არ უნდა მიიყვანოს ისინი რეალური ცხოვრების დავიწყებასთან.

ცეკვამ შეიძლება გამოიწვიოს ჯანმრთელობის პრობლემები, კერძოდ, ტრავმები, რომელთა მიღების ალბათობა იზრდება ხანგრძლივი ცეკვისა და ვარჯიშის დროს. აღსანიშნავია, რომ ჯანმრთელობის პრობლემები განსაკუთრებით დამახასიათებელია ისეთი ცეკვების სახეობების შემთხვევაში, როგორიცაა საკონკურსო ცეკვები, ბალეტი და ა.შ.

2017 წელს ჩატარებული კვლევის შედეგად, რომელიც მოიცავდა ირლანდიური საკონკურსო ცეკვის და ბალეტის მოცეკვავეებს, გამოვლინდა, რომ ყველაზე ხშირია ტერფისა და კოჭის დაზიანებები, განსაკუთრებით კი ბალეტის შემთხვევაში, რადგან ცეკვის სპეციფიკიდან გამომდინარე ძალიან დიდი დატვირთვა მოდის ტერფსა და კოჭის სახსარზე [4]. ამ პრობლემას ამწვავებს მათი სპეციალური საცეკვაო ფეხსაცმლის - პუნტის სტრუქტურა, რომლითაც მთელი სხეულის მასა სწორედ კოჭის სახსარს აწევს. ტრავმების რისკი იზრდება საბალეტო ახტომებისა და ტრიალების შესრულებისას, რაც თავის მხრივ საფრთხეს უქმნის ხერხემალს.

თანამედროვე მდგომარეობის შედეგად, ცეკვა, კონკრეტულად კი ბალეტი ზიანს აყენებს არა მარტო პიროვნების ფიზიკურ ჯანმრთელობას, არამედ ამ პროცესში ჩართულია ბიოფსიქოსოციალური ფაქტორები, რაც გამოიხატება მუდმივი კონკურენციითა და დატვირთული გრაფიკით გამოწვეული სტრესით და მასთან გამკლავების გზების ნაკლებობით.

მოცეკვავეთა ინტენსიური ფიზიკური და ფსიქო-ემოციური დაძაბვა იწვევს პათოლოგიური მდგომარეობის განვითარებას [5]. მოცეკვავეთა შორის ხშირია კისრისა და წელის მალევის ოსტეოქონდროზი, ორთოპედიული დაავადებები, ბრტყელტერფიანობა, ტერფისა და კოჭის დაზიანება [6], ასევე, მუხლის, ტერფის და მენჯ-ბარძაყის ართროზი, ტერფისა და კოჭის იოგების დაჭიმვა [7]. კვლევები ადასტურებენ, რომ მოცეკვავეთა შორის ნევრასთენიული სინდრომის მაღალი მაჩვენებელი, მიმდინარე

უპირატესად პიპერტონიურილი ტიპის ვეგეტატიურ-სისხლძარღვოვანი დისტონიით, განპირობებულია შრომის სპეციფიკით (სპექტაკლების მიმდინარეობა, როგორც წესი, საგასტროლო პირობებში შესაბამისი ფსიქო-ემოციური და საყოფაცხოვრებო სიძნელების თანხლებით) [8].

2015 წელს ჩატარებული კვლევის შედეგად დადგინდა, რომ კვირაში 8.5 საათზე მეტი ხანგრძლივობის ვარჯიშის შედეგად 38%-ით იზრდება ზურგის დაზიანების რისკი [9]. განსაკუთრებით მწვავეა ისეთი დაზიანებები, რომელთაც დროულად არ მიექცა სათანადო სამედიცინო ყურადღება. ამავე კვლევის შედეგად გამოვლინდა, რომ გამოკითხულთა 50%-ს ვარჯიშით გამოწვეული პრობლემებისას არ მიუმართავს შესაბამისი სამედიცინო დახმარებისთვის. აქვე აღსანიშნავია, რომ ხშირია ჯანმრთელობის პრობლემების დამალვა, განსაკუთრებით ქალების შემთხვევაში, რადგან მათ არ სურთ პარტნიორის დაკარგვა იქედან გამომდინარე, რომ მამაკაცი ბალეტის მსახიობის მოძებნა ყოველთვის უფრო რთულია. ასეთ შემთხვევაში, გამოკითხულთა 54% არ წყვეტდა ვარჯიშებს, თავიდან იცილებდა ექიმთან კონსულტაციას და შესაბამისად, რისკის ქვეშ აყენებდა საკუთარ ჯანმრთელობას.

ქართული კლასიკური ბალეტის ისტორია XIX საუკუნის შუა წლებიდან იწყება. ვახტანგ ჭაბუკიანის სახელს უკავშირდება ქართული ბალეტის შემდგომი წარმატებები, რომელმაც ბრწყინვალე ეპოქა შექმნა ქართული ბალეტის ისტორიაში. დღეს მის გზას აგრძელებს მსოფლიო ბალეტის პრიმა-ბალერინა ნინო ანანიაშვილი.

საქართველოს ფარგლებს გარეთ, მნიშვნელოვანი როდენობის კვლევაა ჩატარებული ამ დარგის სხვადასხვა კუთხით შესასწავლად. თუმცა, საქართველოში საბალეტო დასის წევრთა ჯანმრთელობის მდგომარეობის თავისებურებების ან მსგავსი თემატიკის კვლევა ძალიან სიმცირეა. სწორედ ამან განაპირობა ჩვენი ინტერესი აღნიშნული თემისადმი. კვლევის მიზანს წარმოადგენს საქართველოს საბალეტო დასის წევრთა/მოცეკვავეთა ჯანმრთელობის მდგომარეობის თავისებურებების შესწავლა.

კვლევის ამოცანებია:

1. ბალეტის მოცეკვავეთათვის დამახასიათებელი ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემების იდენტიფიცირება საქართველოს საბალეტო დასის მაგალითზე;
2. ამ კონკრეტული პროფესიისთვის დამახასიათებელი სტრესორების და

სტრესთან გამკლავების ტექნიკების იდენტიფიცირება;
3. ბალეტის მოცეკვავეთათვის სამედიცინო მომსახურების ხელმისაწვდომობის დადგენა.

მეთოდოლოგია

თვისებრივი კვლევის ფარგლებში ჩატარდა საქართველოს საბალეტო დასის წევრები სიღრმისეული ინტერვიუ. სამიზნე ჯგუფს შეადგენდა საქართველოს საბალეტო დასის წევრები (საშუალოდ ცეკვის არანაკლებ 5 წლიანი გამოცდილება. უცხოელი მოცეკვავეების შემთხვევაში საქართველოს საბალეტო დასში ყოფნის პერიოდი განსხვავებულია). ინტერვიუ ჩატარდა ქართულ და ინგლისურ ენებზე (დასის უცხოელ წევრებთან). რესპონდენტების მოძიება მოხდა თოვლის გუნდის პრინციპით. გამოიკითხა საქართველოს საბალეტო დასის 7 წევრი (4 უცხოელი მოცეკვავე, 3 ქართველი მოცეკვავე)

შედეგები

ჩატარებული ჩაღრმავებული ინტერვიუების შედეგად, საშუალება მოგვეცა ზოგადი წარმოდგენა შეგვექმნოდა ქართული საბალეტო დასის მოცეკვავეთა ჯანმრთელობის მდგომარეობის თავისებურებების შესახებ. ცხადია, ამ კვლევის შეზღუდულობიდან და ზოგადად თვისებრივი ინტერვიუს თავისებურებებიდან გამომდინარე არ შეგვიძლია შედეგების განზოგადება, თუმცა, ვფიქრობ, ისეთი გამოუკვლეველი სეგმენტისთვის როგორც ქართული საბალეტო დასია, საინტერესო ინფორმაცია მოვიპოვეთ. რესპოდენტთა ნაწილი არის წამყვანი სოლისტი, ნაწილი კი სოლისტი. როგორც გამოვლინდა, ბალეტს ადრეულ ასაკში, 7-8 წლისას იწყებენ, პროფესიულ დონეზე კი 14 წლიდან გადადიან. წამყვან სოლისტთა რეპეტიციების დატვირთვა არის კვირაში 6 საათი, დღეში - მაქსიმუმ 7 საათი, თუმცა როგორც შვიდივე მათგანმა აღნიშნა, გააჩნია დღეს და რეპერტუარს. დემოგრაფიული მონაცემების გარდა, კითხვარის სტრუქტურამ საშუალება მოგვცა მონაცემები მიგვეღო შემდეგ კატეგორიებზე: ჯანმრთელობა, ექიმთან მიმართვიანობა/ დაზღვევა, სტრესი, სამომავლო გეგმები.

ჯანმრთელობის მდგომარეობის განხილვისას უკლებრივ ყველამ განაცხადა, რომ მათი პროფესია იწვევს ფიზიკურ და ფსიქოლოგიურ პრობლემებს. ზემოთაღნიშნულ კვლევებთან თანხვედრით ქართული საბალეტო დასის

შემთხვევაშიც გაირკვა, რომ ძირითადი დაზიანებები დაკავშირებულია მუხლის, კოჭისა და ზურგის პრობლემებთან. როგორც ერთ-ერთმა მათგანმა აღნიშნა, ახტომებისა და ტრიალების სირთულიდან გამომდინარე მუხლი ყველაზე უფრო ხშირად უზიანდება. ასევე გაირკვა, რომ ბიჭების შემთხვევაში ყველაზე მეტი დატვირთვა მარცხენა ფეხზე მოდის, რის გამოც ხშირია კუნთის და მარცხენა მუხლის დაზიანებები. ერთ-ერთი რესპოდენტის შემთხვევაში, ტრავმის გამო ცეკვის დროებითმა შეწყვეტამ მას ფსიქიკური პრობლემები შეუქმნა და პანკრეატიტის განვითარებასაც სწორედ ამას უკავშირებს. ასევე აღინიშნა მყესის, მენჯისა და სახსრის პრობლემები, მუხლისა და კოჭის დეფორმაცია. ერთ-ერთი წამყვანი სოლისტის შემთხვევაში კარიერის მანძილზე 20 მცირე სირთულის ტრავმა და 4 სერიოზული ტრავმა გადაიტანა. საყურადღებოა, რომ შვიდივე მათგანმა (ცხადია, განზოგადების გარეშე) აღნიშნა რომ მუდმივად აქვთ სხეულის სხვადასხვა ნაწილის ტკივილი.

რაც შეეხება ექიმთან მიმართვიანობას და დაზღვევას, როგორც აღმოჩნდა, ყველა გამოკითხული დაზღვეულია. უცხოელმა მოცეკვავეებმა განმარტეს, რომ მათთვის საქართველოში ჯანმრთელობის დაზღვევის ქონა კონტრაქტით არის გათვალისწინებული. ბალეტის და ტრავმების სფეროში გამომდინარე, ისინი ძირითადად სტუმრობენ ტრავმატოლოგს, ქიროპრაქტიკოსს და ფიზიოთერაპევტს. საინტერესოა, რომ დაზღვევის ქონის მიუხედავად, იშვიათად იყენებენ მას. თითქმის ყველას შემთხვევაში დაზღვევის გამოყენება იყო საშუალოდ წელიწადში 2-3 ჯერ.

უცხოელი მოცეკვავეების შემთხვევაში ოთხივე მათგანს ჰყავს სანდო ექიმი თავის ქვეყანაში, რომელსაც სამშობლოში დაბრუნებისას აუცილებლად სტუმრობს. დაზღვევის სპეციფიკიდან გამომდინარე, სტუმრობენ ოჯახის ექიმსაც. თუმცა, უცხოელების შემთხვევაში, როგორც ერთ-ერთმა მათგანმა აღნიშნა, ოჯახის ექიმს მათთვის მხოლოდ მიმართვის გამოწერის ფუნქცია აქვს, რადგან სხვანაირად დაზღვევას ვერ გამოიყენებენ და ვერ მიმართავენ იმ სპეციალისტს, რომლის ნახვაც სურთ.

„ოჯახის ექიმთან მივდივარ მხოლოდ იმიტომ რომ სპეციალური ფურცელი მომცეს, რომლითაც ტრავმატოლოგს გავესინჯები“.

ქართველი მოცეკვავეების შემთხვევაში აღმოჩნდა, რომ დაზღვევა ნებაყოფლობითია, თუმცა, გამოკითხულთაგან ყველა იყო

დაზღვეული. ასევე აღინიშნა, რომ დაზღვევის ქონა მათთვის ხელსაყრელია, რადგან გასტროლების შემთხვევაში მათი დასაზღვეო პოლისი უფასოდ უზრუნველყოფს სამოგზაურო დაზღვევასაც. რაც შეეხება პრევენციის მიზნით ექიმთან ვიზიტს, როგორც ერთ-ერთი რესპონდენტი განმარტავს:

„ექიმი პრობლემის მოგვარების მხოლოდ ერთი გზაა, უფრო მნიშვნელოვანი კი არის საკუთარ თავზე ზრუნვა“.

შვიდივე რესპონდენტმა დაასახელა შემთხვევა, როდესაც მათ უარი უთქვამთ ექიმთან ვიზიტზე რეპეტიციის ან სპექტაკლის გამო და გადაუდიათ ვიზიტი მანამ, სანამ ტკივილის გამძლეობა შეეძლოთ.

„უკვე ვგრძნობ როგორი ტკივილის გამძლეობა შემიძლია და როდის უნდა მივმართო ექიმს“.

„ერთხელ მახსოვს გედების ტბის პრემიერისთვის ვემზადებოდით, წინა დღეებში გავცივდი და 4 დღე გადაბმულად სიცხიანი ვრეპეტიციობდი, პრემიერის დღეს კი 40 სიცხით მომიწია ცეკვა“.

„იქედან გამომდინარე რომ მეორე დღის გრაფიკს ძალიან გვიან ვიგებთ ისიც კი რთულია ექიმთან ჩავეწერო და ვიზიტი შევათანხო, რის გამოც ასევე მიწევს ტკივილის მოთმენა და ექიმთან ვიზიტის გადადება“.

„მუდმივად მაქვს ტკივილი სხეულის სხვადასხვა ნაწილში და ყოველ ჯერზე ვერც მივმართავ ექიმს, მივდივარ როცა ვხვდები რომ საქმე სერიოზულადაა“.

ფიზიკური პრობლემების გარდა ეს პროფესია სავსეა ფსიქოლოგიური პრობლემებით და სტრესით.

„არავინ მუშაობს ფსიქოლოგიური სტრესის გარეშე, მაგრამ ჩვენ გვაქვს დაუსრულებელი ფსიქოლოგიური და ფიზიკური სტრესი“.

პროფესიის ასეთი სტრესულობა განპირობებულია იმიტომაც, რომ ის დაფუძნებულია იმიჯზე, იმაზე თუ როგორ გამოიყურები სცენაზე და როგორ აღგიქვამს მაყურებელი.

„შესაბამისად უნდა გამოიყურებოდე რათა აუდიტორიაზე გავლენა მოახდინო და ასევე თავი უნდა მოაწონო პედაგოგ-რეპეტიტორებსაც, რომ დაიმსახურო შესაბამისი როლი“.

ბალეტი ასევე მნიშვნელოვნად არის დაკავშირებული პერფექციონიზმთან.

„ჩვენს სამუშაოს არასდროს აქვს საბოლოო მიზანი. ყოველთვის ვცდილობთ გაუმჯობესებას, ვვარჯიშობთ უფრო და უფრო მეტს, მაგრამ ეს არასოდეს არის საკმარისი“.

„ბალეტში იდეალურ შესრულებას ვერასდროს მიღწევ“.

ასევე დიდია კონკურენცია, რაც თავის მხრივ იწვევს ფსიქოლოგიურ სტრესს.

„ყველას უნდა წამყვანი პარტია, მაგრამ ეს პარტის კონკრეტულს სპექტაკლში მხოლოდ ერთია და ვერ გვეყოლება ორი რომეო“.

სტრესი, რომელიც გამოწვეულია ვიზუალური იმიჯით, რესპონდენტებმა ასევე დააკავშირეს მოცეკვავეების ექსტრემალურ დიეტებთან და იმის მუდმივ მცდელობასთან რომ ძალიან გამხდრები იყვნენ.

„ზოგი მოცეკვავე თვლის რომ თუ კიდევ უფრო გამხდარი იქნება პედაგოგ-რეპეტიტორს უფრო მოეწონება და მეტი შანსი აქვს როლი მიიღოს, ეს კი ხშირად ანორექსიით და ფსიქიკური პრობლემებით დასრულებულა“.

ზემოთაღნიშნულ სტრესორებს ისიც ემატება, რომ საზოგადოება სტერეოტიპულად აფასებს ბალეტს. ოთხივე ბალერონმა საზოგადოების დამოკიდებულებაზე საუბრისას აღნიშნა, რომ ხალხი ბალეტს არ მიიჩნევს ბიჭის პროფესიად და ამის გამო თავის აზრს ახვევენ.

„ძალიან ხშირად, განსაკუთრებით კი იაპონიაში უთქვამთ ჩემთვის, რომ ბალეტი ბიჭის საქმე არ არის, თუმცა უკვე ამას აღარ ვაქცევ ყურადღებას“.

ასევე აღინიშნა, რომ უმრავლესობა არ აღიქვამს ბალეტს სერიოზულ პროფესიად.

„ხალხი ბალეტს სერიოზულად არ აღიქვამს, ძირითადად იმიტომ რომ მასთან უშუალო შეხება არ აქვთ. დარბაზიდან სპექტაკლის ყურება მარტივი და სასიამოვნოა“.

„ცარიელი კომპლიმენტებით პირფერობის შთაბეჭდილებას მიტოვებენ, რაც მაღიზიანებს“. ფსიქოლოგიურ სტრესს იწვევს ის ფაქტიც, რომ ბალეტის პროფესიაში კარიერას გარკვეული საზღვრები აქვს ასაკის მხრივ. როგორც ერთ-ერთი რესპონდენტი აღნიშნავს:

„ბალეტი ახალგაზრდების პროფესიაა, იმის გააზრება კი რომ შენს კარიერას მრავალწლიანი მომავალი არ დარჩენია დეპრესიას იწვევს“.

კარიერის შეზღუდულობა ტრავმებთანაც არის დაკავშირებული.

„ერთი სერიოზული ტრავმა და შეიძლება შენი კარიერა ერთ დღეში დასრულდეს, ველარასდროს შეძლო სცენაზე დადგომა. ჩვენს დასში არა, მაგრამ ჩემს სანაცნობო წრეში ამის ბევრი მაგალითი ვიცი“.

სტრესთან გამკლავებისთვის თითოეული მათგანი სხვადასხვა ხერხს მიმართავს, ერთისთვის ეს მედიტაციაა, მეორესთვის კარგი წიგნის წაკითხვა, ზოგისთვის კი ბუნებაში

სეირნობა ან უბრალოდ მეგობართან გულახდილი საუბარი. მართალია, სოციალური ინტეგრაცია ადამიანს ეხმარება სტრესის დამლევად, მაგრამ აქ გარკვეულ განსხვავებებს წავაწყდით ქართველ და უცხოელ მოცეკვავეებს შორის. იქედან გამომდინარე, რომ ქართველებს საქართველოში მეტი ნაცნობი და ნათესავი ჰყავთ, ინტეგრაციის ბარიერი ნაკლებია, უცხოელების შემთხვევაში კი ახალ გარემოსთან ადაპტაცია და კულტურის გაცნობა დამატებითი სტრესორია, სანამ საბოლოოდ ადაპტირდებიან. ერთ-ერთმა უცხოელმა მოცეკვავემ ისიც კი აღნიშნა, რომ „ბალეტის მოცეკვავეს სოციალური ცხოვრება არ აქვს“.

კარიერის ხანგრძლივობის შეზღუდულობიდან გამომდინარე ყველა მათგანს უფიქრია მომავალზე კარიერის დასრულების შემდეგ. ერთ-ერთი სწორედ წელს ახარებს უნივერსიტეტში, მაგრამ უნდა ისევ ბალეტს დაუკავშირდეს.

„ვფიქრობ ბალეტის მასწავლებელი ან მრჩეველი ფსიქოლოგი გავხდე მოცეკვავეებისთვის, რადგან ვფიქრობ ეს ჩვენ ძალიან გვჭირდება.“

ზოგ ქვეყანაში ამის მართლაც კარგი პრაქტიკა აქვთ, საქართველოში კი მსგავსი არაფერი გამოგია. ერთ-ერთმა ისიც აღნიშნა, რომ ბალეტზე თავის დანებებაზე ხშირად უფიქრია, მაგრამ არა ჯანმრთელობის პრობლემების გამო, არამედ უფრო სტრესის გამო.

„ვფიქრობ, ადამიანი ფსიქოლოგიურად ძალიან ძლიერი უნდა იყოს ამ სფეროში თავი რომ დაიმკვიდროს.“

გამოყენებული ლიტერატურა

- ¹ Hanna JL. The Power of Dance: Health and Healing. The Journal of Alternative and Complementary Medicine 1995; 1(4): 323-331. [\[Link\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
- ² Chia JK. Survey Study on the Injury Patterns, Dance Practices and Health Seeking Behavior amongst Dancers in Singapore. Ann Acad Med Singapore. 2017 Feb;46(2):76-78. [\[Link\]](#)
- ³ თენგიზ ვერულავა. ჯანდაცვის სოციოლოგია. ჯანდაცვის პოლიტიკის ინსტიტუტი. თბილისი, 2017.
- ⁴ Cahalan R, Purtill H, O'Sullivan K. Biopsychosocial Factors Associated with Foot and Ankle Pain and Injury in Irish Dance. Med Probl Perform Art 2017; 32(2):111 [\[Link\]](#) [\[Google Scholar\]](#)
- ⁵ Smith, TO, Davies L, Medici A, Haddad F, Macgregor A. Prevalence and profile of musculoskeletal injuries in

დასკვნა

ბალეტის დიდი სიყვარულის მიუხედავად, იმდენად დიდია ფიზიკური და ფსიქოლოგიური პრობლემები და რიგი სტრესორები, რომ რესპონდენტებისთვის შეუძლებელი აღმოჩნდა მათი უგულვებელყოფა. ის ფაქტი, რომ მუდმივად უწევთ ტკივილის ატანა და ხშირია ექიმთან ვიზიტის გადადების შემთხვევები, ვფიქრობ, საყურადღებოა და საჭიროებს იმ ინსტიტუტების ჩარევას, რომელიც დაიცავს მოცეკვავეთა უფლებებს და გაუწევს მათ შესაბამის სამედიცინო თუ ფსიქოლოგიურ დახმარებას. სპეციალისტი ფსიქოლოგის საჭიროება თავად რესპონდენტებმაც აღნიშნეს, რადგან ასეთი პრაქტიკა საქართველოში არ არის დამკვიდრებული. მეტიც, ოჯახის ექიმის ინსტიტუტი არც თუ ისე მაღალი ნდობით სარგებლობს და მათი ფუნქცია ძირითადად დაზღვევის გამოსაყენებელი მიმართვის გაცემამდე დაიყვანება, რადგან არ აქვთ ოჯახის ექიმისადმი შესაბამისი ნდობა.

საბალეტო დასის მოცეკვავეთა ბიოფსიქოსოციალურ მდგომარეობაზე გავლენას ახდენს როგორც ფიზიკური დატვირთვა, ტრავმების მაღალი რისკი, ასევე მუდმივი სტრესი და საზოგადოების სტერეოტიპული დამოკიდებულება, რომელიც უკვე არსებულ ძლიერ სტრესს კიდევ უფრო ამწვავებს. ბალეტისთვის დამახასიათებელი პროფესიული დავადებები და ბიოფსიქოსოციალური ფაქტორები სერიოზულ ყურადღებას საჭიროებს.

ballet dancers: : A systematic review and meta-analysis. Physical Therapy in Sport 2016; 19:50-56. [\[Crossref\]](#) [\[Google Scholar\]](#)

⁶ Sobrino FJ, Guillen P. Overuse Injuries in Professional Ballet: Influence of Age and Years of Professional Practice. Orthopaedic Journal of Sports Medicine 2017. [\[Crossref\]](#) [\[Google Scholar\]](#)

⁷ Corsta MSS, Ferriera AA, Orsini M, Silva EB, Felicio LR. Characteristics and prevalence of musculoskeletal injury in professional and non-professional ballet dancers. Brazilian Journal of Physical Therapy. 2016. [\[Link\]](#) [\[Google Scholar\]](#)

⁸ Kvartskava M, Saakadze V, Tsimakuridze M, Zurashvili D, Khachapuridze N. Health Peculiarities Among Georgian National Ballet Dancers. Georgian Medical News (2006). [\[Google Scholar\]](#)

⁹ Miletic D, Miletic A, Lujan IK, Kezic A. Health Care Related Problems Among Female Sport Dancers. Human Kinetics Journal 2015; 20(1):57-62. [\[Link\]](#)