

# Dobrobiti likovnog stvaralaštva

UDK: [17.023.35+613]:7.011.4:75

Pregledni članak

Primljeno: 23.3.2013.



Snježana Šarančić<sup>1</sup>

Osnovna škola Brezovica

snjezana.sarancic@gmail.com

## Sažetak

Likovno stvaralaštvo je sastavni dio čovjekova života kroz cijelu povijest čovječanstva, počev od prapovijesti do danas. Postoji mnoštvo različitih teorija kreativnosti i tumačenja uzroka i svrhe bavljenja likovnom umjetnošću. Likovna kultura i stvaralaštvo je aktivnost koja može pozitivno djelovati na subjektivnu dobrobit čovjeka. Postoji utjecaj likovnog stvaralaštva kao nove izazovne aktivnosti na fiziologiju čovjeka, posebno živčanog i imunološkog sustava. U radu se razmatraju različite, manje poznate, dobrobiti koje pruža likovna kultura kao nastavni predmet u obveznom obrazovanju. Navedeni su i pozitivni efekti uključivanja odraslih osoba, osoba narušena zdravlja i osoba s teškoćama u likovne programe. Elemente vizualne umjetnosti potrebno je više koristiti u obrazovanju, liječenju, prevenciji. Likovnost bismo trebali shvatiti kao kretanje prema boljem, ispunjenijem i svrsishodnijem životu.

**Ključne riječi:** dobrobit, likovno stvaralaštvo, likovna kultura, vizualna umjetnost.

<sup>1</sup> Snježana Šarančić je diplomirana učiteljica razredne nastave s pojačanim predmetom - likovna kultura. Od 1991. god. radi u OŠ Brezovica u Zagrebu, a 2008. napredovala u zvanje učitelj mentor. Sudjelovala je na nekoliko međunarodnih znanstvenih konferencija te objavila nekoliko stručnih i znanstvenih radova u zbornicima konferencija i stručnim časopisima. Doktorandica je na poslijediplomskom studiju Učiteljskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu.

## Uvod

Čovjek se od pamtivijeka i kroz cijelu povijest čovječanstva bavio likovnim stvaralaštvom. Na to su ga poticali brojni motivi: magijski, religijski, osobni psihološki, estetski, praktični. S kojega god gledišta promatramo, bavljenje likovnošću imalo je pozitivan učinak na ljude. U daljem se tekstu razmatra povezanost psihologije i likovne umjetnosti, pobude koje su ljude pokretale na likovno stvaranje te pozitivni efekti koje likovno stvaralaštvo ima na djecu i odrasle.

### Zašto se čovjek bavi likovnom umjetnošću?

Umjetnost je u prošlosti imala točno određenu funkciju. Dio je arhitektonskih ostvarenja imao ulogu zaštite od vremenskih neprilika, a dio je, kao i slike i kipovi imao magičnu svrhu (Gombrich, 1999.). Na pojavu prvih umjetničkih radova zasigurno su, osim prirodene sposobnosti likovnog izražavanja praljudi, utjecali faktori kao što su: animizam, totemizam i kult plodnosti. Primitivni ljudi su crtajući po špiljama zadovoljavali svoja vjerovanja da je pomoću slike moguće utjecati na biće - životinju koju žele uloviti ili da će ih naslikano biće štititi. Još od antike kreativnost se tumači kao božji dar, božanski duh koji nadahnjuje kreativne ideje. Ne bitno različita objašnjenja kreativnosti nastavljaju se sve do 20. stoljeća – viša sila, univerzalni princip i sl. (Pečjak, 2006.). Plotin (205.-270.) je smatrao da ljudi uživaju u umjetnosti jer je ljepota umjetničkog djela dio božanstva s kojim je povezana čovjekova duša (Rijavec i Miljković, 2006.a). Umjetnost je velik dio čovjekove prošlosti imala ulogu prenošenja religijskih ideja. Monarhijske ideje također su se prenosile putem umjetnosti. Ponekad je svrha umjetnosti bila samo ugodna dekorativnost (Arnheim, 2008.). Tijekom 20. stoljeća razvija se nekoliko teorija kreativnosti. Među njima je najvažnije spomenuti gestalt ili formalnu teoriju, kognitivne teorije i dinamične ili psihoanalitičke teorije stvaralaštva. Arnheim, Köhler i Wertheimer, kao predstavnici gestalt teorije, uglavnom su se bavili vizualnim umjetnostima, mišljenjem i percepcijom umjetničkog djela. Zagovaratelji kognitivnih teorija su Spearman, Guilford i Cattell. Spearman je kreativnost izjednačio s općom inteligencijom. Kao važnog autora u području teorija likovnog stvaralaštva treba istaknuti Guilforda koji je smatrao da se čovjekova kreativnost temelji na njegovim divergentnim sposobnostima. Na stvaralaštvo utječu, prema njegovoj teoriji, faktor originalnosti, fluentnosti i fleksibilnosti te konvergentni faktor elaboracije (Pečjak, 2006.). Prema psihoanalitičarima umjetnost služi rasterećenju od kompleksa i unutrašnjih sukoba, tj. uspostavi ravnoteže u organizmu. Umjetničko izražavanje nastaje kao rezultat potiskivanja nagonskih energija prema višim funkcijama psihičkog života (sublimacija). Freud ističe da umjetnika na stvaranje potiče nezadovoljstvo. On smatra da su u osnovi stvaranja

nezadovoljene želje koje su pokretači mašte. Umjetnik želi postići slavu, moć, počast, bogatstvo, ljubav te stoga koristi sav svoj interes, sposobnosti i libido kako bi realizirao željeni umjetnički rad. Umjetničko djelo izaziva olakšanje, pročišćenje, katarzu i postaje izvor užitka i za umjetnika i za druge (Supek, 1958.). Vigotski također smatra da čovjek kroz umjetnost može doživjeti katarzu. Prema njemu svaka se umjetnost zasniva na jedinstvu mašte i osjećaja. Osjećaji se prazne kroz maštu koja je potrebna za stvaranje i primanje umjetnosti. Ovo pražnjenje emocija zapravo predstavlja katarzu (Vigotski, 1975.). Maslow je tumačio da je kreativnost rezultat čovjekove težnje za osobnim rastom, samoaktualizacijom. Sternberg je uzroke kreativnosti tražio u osobinama ličnosti kao što su: sintetička, analitička i praktična inteligencija; vanjska i unutrašnja motivacija; znanje, misaoni stil, marljivost, upornost i sl. Eysenck je tvrdio da je kreativnost povezana s duševnim poremećajima, što je potvrdila teorija Petersona i Carsonove prema kojoj kreativni i duševno bolesni ljudi kao zajedničko svojstvo imaju nisku latentnu inhibiciju. To znači da više pozornosti obraćaju na vanjske podražaje i informacije nego prosječan čovjek. Razlikuju se po tome što kreativcima, za razliku od duševno bolesnih ljudi, uspijeva nositi se s previše informacija i poticaja (Pečjak, 2006.).

## Pozitivna psihologija i vizualne umjetnosti u obrazovanju

Pozitivna psihologija se prema jednom od određenja bavi istraživanjem uvjeta i procesa koji doprinose razvoju i optimalnom funkcioniranju pojedinaca, grupa i ljudi. Kako bismo stvorili školu kao pozitivnu instituciju, u nastavni program bi trebalo uključiti više aktivnosti koje promiču dobrobit učenika (Rijavec, Miljković i Brdar, 2008.). Jedan od načina da se postigne navedeno svakako je i veća zastupljenost vizualnih umjetnosti u obrazovanju. Osim uvođenja kvalitetnijih vizualnih nastavnih sredstava, važna je i integracija likovne kulture s ostalim nastavnim predmetima te proširivanje satnice likovne kulture u hrvatskim školama. Utjecaj vizualne umjetnosti na nastavu i učenje je dubok i apsolutan. U prilog tome govori i stara narodna poslovice: *slika vrijedi tisuću riječi*. U tu svrhu nužno je uskladiti kurikularna područja i postaviti interdisciplinarnе ciljeve integrirajući umjetnost kroz sve predmete. Mnogo je načina na koje se to može učiniti. Mnoštvo tema iz likovne umjetnost povezano je s matematičkim konceptima (crte, oblici, ravnoteža, odnosi veličina, mjerenja, simetrija, linearna perspektiva, prostorni odnosi). U području dizajna se također krije značajna količina matematike. Umjetnost, kao ilustracija, može privući učenike čitanju i pomoći zapamćivanju informacija. Likovni rad može katkad poslužiti kao način procjene razumijevanja pročitanog, jer učenici na temelju književnog predloška stvaraju u mašti vizualne slike koje transferiraju u ilustraciju. Likovna umjetnost može pomoći i u učenju stranih jezika jer mnogi termini iz umjetnosti preuzeti su

iz stranih jezika. U likovnosti se eksperimentira kao i u znanosti: s uljem, voskom, pigmentom. Skiciranje detalja i oslikavanje pomaže da sadržaj ostane u trajnom sjećanju za budućnost. Likovni jezik je također bitan i u digitalnom svijetu kako bismo vizualno predočili ideje na računalu, a i obrnuto, uporaba računala u nastavi likovne umjetnosti može imati pozitivan utjecaj na razvoj likovne kreativnosti (Duh, 2001.). Umjetnost je odraz kulture i povijesti. Sve su velike kulture ljudi koristile umjetnost pa povjesničari kroz umjetnost dolaze do ključnih informacija o prošlosti ljudskog roda. Umjetnost je povezana i sa znanostu (teorija boja, odnosi veličina, udaljenosti, dokumentiranje eksperimenata i izuma crtežima).

Širok je dijapazon pozitivnog utjecaja likovnog stvaralaštva na učenike i predškolsku djecu.

Mozak izazvan našom aktivnošću i okruženjem, stvara nove sinapse koje znače bolju komunikaciju među moždanim stanicama i veću mogućnost stvaranja novih ideja. Crtanje olovkom, rezanje škarama, modeliranje gline i slikanje kistom razvijaju finu motoriku, koordinaciju oko-ruka te akomodaciju oka što je izuzetno bitno za stvaranje što većeg broja sinapsi (Rajović, 2010.). Naime, 90% neuralnog rasta završava do šeste godine života pri čemu odumiru sinaptičke veze koje se ne koriste, a jačaju sinaptičke veze koje se upotrebljavaju (Sternberg, 2004.). Djetinjstvo je, stoga, period u kojem je moguće intenzivno utjecati na broj sinaptičkih veza i razvoj kreativnog mišljenja.

Većom integracijom sadržaja vizualnih umjetnosti pomoći ćemo većini djece koja nemaju dobra postignuća u matematici i jeziku, iako su prosječno inteligentni i nemaju teškoće učenja. Oni samo trebaju vidjeti, učiniti ili manipulirati da bi naučili. Tako se aktiviraju vizualne i taktilne mogućnosti učenja, potpomažu se djeca koja teže uče slušnim stilom, a bliže im je vizualno-prostorno i motoričko učenje (Gardner, Kornhaber i Wake, 1999.). Kroz nastavu glazbe, vizualne umjetnosti i drugih predmeta koji ne zahtijevaju memoriranje pojmova i formula, oni dobivaju mogućnost da osvijeste kako posjeduju drugačiji vid inteligencije. Tako se njeguje raznolikost inteligencija, naročito prostorna ili spacijalna te kinestetička inteligencija.

Učenici koji bolje uče iz vizualnih izvora znanja, zasigurno će pokazati napredak i u učenju jezika, ako im se sadržaji prezentiraju na vizualan način ili kroz praktične aktivnosti (Prins, 2008.; Burger i Winner, 2000.). Vizualnu umjetnost moguće je koristiti kako bi se kod učenika s teškoćama čitanja koji k tome nerado čitaju povećao angažman, motivacija i napredak u čitanju (Wilhelm, 1995.). Suprotno uobičajenom, u jednom je istraživanju kao motivacija za literarnu vježbu korišteno likovno stvaralaštvo (likovno stvaralaštvo se obično koristi za ilustraciju literarnog predloška). Rezultat su bili sadržajniji i složeniji literarni radovi, bogatiji senzornim detaljima, u odnosu na prijašnje jednostavne i šablonske literarne pokušaje (Andrzejczak, Trainin

i Poldberg, 2005.). U jednoj longitudinalnoj studiji utjecaja umjetničkog obrazovanja na pismenost osnovnoškolske djece utvrđeno je da su učenici koji su bili uključeni u umjetnički program bolji u nekoliko kategorija pismenosti i kritičkog mišljenja od vršnjaka koji nisu sudjelovali u programu. Napredak se odnosio na prošireni fokus, postavljanje pretpostavki, bolje usmeno interpretiranje umjetničke slike i književnog ulomka. Osim toga, program je pozitivno utjecao na stav učenika prema posjećivanju muzeja i galerija (Teaching Literacy Through Art, 2006.).

Likovno stvaralaštvo značajno doprinosi učeničkim postignućima i direktno je povezano sa školskim uspjehom u ključnim predmetima kao što su matematika i materinji jezik (Daniel, 2010.; Evans, 2009.; Smithrim i Upitis, 2005.). Prema opširnom istraživanju u SAD-u, srednjoškolci koji su bili uključeni u umjetničke programe postigli su bolje rezultate na SAT-u (testu verbalnih i matematičkih znanja i vještina) koji se koristi i kao prijemni ispit na fakultete (Ruppert, 2006.). U jednom su longitudinalnom istraživanju odlučili poboljšati učenje u području matematike, prirodoslovlja i umjetnosti kroz integraciju likovne kulture i ostalih nastavnih predmeta. Uskladili su kurikulume matematike i prirodoslovlja s kurikulumom likovne kulture, obogatili nastavu vizualno umjetničkim nastavnim sredstvima potrebnima za integriranu nastavu, kreirali mnoštvo aktivnosti učenja uz pomoć vizualne umjetnosti. Uključeno je više integriranih nastavnih sati, različite nastavne metode i iskustveno vizualno-umjetničko učenje. Rezultat je bilo značajno poboljšanje (od 65% do 90%) učeničkih znanja iz područja matematike, prirodoslovlja i umjetnosti (Hanson, 2002.). Slična istraživanja učinaka integracije različitih vrsta umjetničkih sadržaja u kurikulum, među kojima velik udio zauzima vizualna umjetnost, u trajanju od nekoliko godina provedena su i u Chicagu (Chicago Arts Partnerships in Education - CAPE), Škotskoj (Arts Across the Curriculum - AAC) i Kaliforniji (Arts-infused learning). Rezultirala su značajnim povećanjem učeničkog angažmana, postignuća, upornosti i motivacije, poboljšanjem razrednog ozračja te smanjenjem suspenzija i kašnjenja na nastavu (Catterall, 1997.; Catterall i Waldorf, 1999.; Lorimer, 2011.; Seagraves, Soden i Coutts, 2008.). Rezultati istraživanja ukazuju i na bolje rezultate u geometriji nakon sudjelovanja u programu likovnog stvaralaštva (Walker i sur., 2011.).

Djeca koja pohađaju satove likovnog stvaralaštva mogu razviti stanovite prednosti koje mogu trajati čitav život. Osim što vizualne umjetnosti mogu poboljšati učenje, značajna je i psihološka dobrobit koju stvaralaštvo pruža. Sudjelovanje u likovnom stvaralaštvu je za većinu učenika ugodna aktivnost. Čak i sama vještina gledanja može biti izvor ugodnih iskustava, ukoliko je osoba naučila zapažati i uočavati lijepo. Vizualna umjetnost je jedan od najboljih načina za razvoj i učenje vještina gledanja i doživljavanja zadovoljstva na temelju gledanja (Csikszentmihalyi,

2006.). Likovno stvaralaštvo potiče koncentraciju u dužim vremenskim intervalima u kojima sudionici doživljavaju zanesenost (flow ili očaravajuća obuzetost). Očaravajuća obuzetost je osjećaj ugone nastao kao rezultat usmjeravanja pažnje i duboke uključenosti u zadatak koji je savladiv i naporan, ima jasne ciljeve i rezultate pri čemu nestaju svakodnevne frustracije i brige te se mijenja pojam o protjecanju vremena (Csikszentmihalyi, 2006.). bLjudi se u stanju flowa osjećaju izuzetno ugodno. Zaokupljeni su određenom aktivnošću do te mjere da zanemaruju sve drugo, uključujući eventualne opasnosti ili moguću korist (Rijavec i Miljković, 2006.b). Polaznici satova likovnog stvaralaštva su u jednom istraživanju na satovima likovne kulture bili angažiraniji, i 15%-30% dužeg fokusa pažnje nego na drugima satovima. Dugotrajnija pažnja i viša razina fokusa pažnje primijećeni su i na drugim satovima nakon provođenja programa (Catterall i Pepler, 2007.; Evans, 2009.; Posner i sur., 2008.).

Jedna od dobrobiti likovnog stvaralaštva je i razvoj kreativnosti (Lindström, 2009.). Kreativnost se može razvijati poticanjem znatiželje i istraživanja. Razvoju kreativnosti znatno pridonose iskustva flowa. Osobu koja doživljava flow u kreativnom stvaralaštvu odlikuje odsustvo svake rastresenosti i brige, jedinstvo akcije i svijesti, iskrivljeno poimanje vremena, balans između izazova i vještina, jasno određeni ciljevi. Imajući na umu da suvremena škola nema puno utjecaja na život kreativnih pojedinaca, a čini se čak i da gasi znatiželju i interes, bilo bi dobro u obrazovanju unijeti što je više moguće iskustava zanesenosti (Csikszentmihalyi, 1996.). Kreativnost i mašta bit će učenicima od velike koristi u učenju matematike, prirodoslovlja, povijesti, kasnije u poduzetništvu, te u stvari u svemu što čovječanstvo stvara (Evans, 2009., Prins, 2008.). Upravo radi razvoja imaginativnih i kreativnih sposobnosti koje se mogu prenijeti na sva ostala područja čovjekova djelovanja, još 40-ih godina 20. stoljeća javlja se koncept obrazovanja putem umjetnosti. Zastupnici ovog koncepta smatraju da umjetničko obrazovanje treba imati središnju ulogu u obrazovnom sustavu (Turković, 2001.).

Likovni rad poboljšava vještine opažanja što se odnosi na zapažanje odnosa veličina, nijansi boja, detalja, svjetla i sjene. Kroz vizualno stvaralaštvo djeca uče promatrati, opisivati, analizirati i interpretirati. Sposobniji su izraziti misli i emocije, verbalno i neverbalno. Ove vještine također je lako kasnije transferirati na druga područja života ili učenja (Lindström, 2009.).

Djeca kroz likovni rad uglavnom dobivaju pozitivnu potvrdu o vlastitom postignuću, rijetko negativnu kritiku kvalitete rada pa stoga uživaju u mogućnostima daljnjih postignuća u likovnom radu i kreativnosti. Učenici tako dobivaju na samopouzdanju, a posebno oni s teškoćama u drugim područjima rada. Samopouzdanija djeca će na taj način motiviranije i spremnije učiti i sudjelovati u društvenom životu

škole kao zajednice. Spremnije će učiti iz vlastitih, ali i tuđih pogrešaka. Pozitivne povratne informacije o likovnom stvaralačkom radu mogu pozitivno djelovati i na razvoj samopoštovanja (Evans, 2009.; Prins, 2008.; Radovančević, 2001.). Na ovakav način potiče se dječje eksperimentiranje i istraživanje, ne samo u području likovne kulture.

Ako je na satovima likovnog stvaralaštva djeci omogućeno završiti likovni rad, njihovo osobno zadovoljstvo učinjenim potiče razvoj ustrajnosti kao karakterne osobine koju tada ne vežu samo uz likovnost.

Kroz likovni rad djeca uče da postoji više nego jedan način završavanja likovnog zadatka ili problema. Umjetnost omogućuje razvoj sposobnosti sagledavanja s različitih perspektiva i procjenjivanje iz različitih gledišta (Evans, 2009.; Lindström, 2009.). Na taj način potiče se razvoj kreativnog, divergentnog i kritičkog mišljenja. Takvo mišljenje daje originalna rješenja i omogućuje fleksibilno traženje, za razliku od konvergentnog mišljenja koje dovodi do očekivanih i predvidljivih rješenja (Pečjak, 2006.). Kod učenika uključenih u likovne programe primijećen je porast originalnosti kako u likovnom smislu, tako i u rješavanju problema i pronalaženju novih ideja (Catterall i Pepler, 2007.).

I socijalne vještine mogu se razvijati kroz likovnu kulturu. Učenici kroz likovno izražavanje uče kako izraziti svoje namjere, kako dati i primiti konstruktivnu kritiku, kako aktivno slušati tuđe ideje. Na satovima likovnog stvaralaštva čest je rad u skupinama što potiče razvoj razumijevanja drukčijih gledišta, tolerancije i društvenog prihvaćanja. Grupni likovni rad razvija timski duh, omogućuje učenicima iskusiti kakav je to osjećaj biti aktivan član zajednice i raditi u timu kako bi se postigli zajednički ciljevi (Malin, 2012.; Catterall, 1997.). Učenici koji intenzivno sudjeluju u likovnom radu razvijaju i organizacijske sposobnosti, uključujući donošenje odluka, planiranje i promišljanje (Winner i sur., 2006.)

Djeca koja sudjeluju u kontinuiranim višemjesečnim likovnim programima pokazuju povećanje saomefikasnosti tj. optimistični su i uvjereni da sami mogu kreirati vlastitu budućnost (Catterall i Pepler, 2007.). Razvoj optimizma u učeničkoj dobi neobično je važan jer on može poboljšati školski uspjeh, zdravlje i psihičku otpornost (Rijavec i sur., 2008.; Seligman, 2006.a; Seligman, 2006.b).

Možda je najznačajniji utjecaj likovne umjetnosti na rizične skupine djece. Likovna terapija za autističnu djecu ima mnoge benefite, počev od samog odmaka djece od njihovog zdravstvenog problema, preko igre i pozitivnih emocija do potpomaganja izgradnje živčanog sustava i razvoja estetskih i kreativnih sposobnosti (Ježić i Klopota, 2001.). Djeca s teškoćama uključena u likovnoumjetničke programe bolje su radila u grupi, češće završavala zadane zadatke, pokazala bolje stavove prema školi te manje kršila pravila ponašanja (Evans, 2009.). Catterall i suradnici

(2012.) otkrili su da rizične skupine mladih te adolescenti i mladi odrasli niskog socioekonomskog statusa koji su bili umjetnički obrazovani pokazuju istu ili čak i višu razinu akademskih postignuća kao i prosječna studentska populacija (bolje ocjene, viša razina upisa i pohađanja koledža). Neovisno o socioekonomskom statusu, mladi s intenzivnim umjetničkim iskustvom pokazuju više građanski-orijentirano ponašanje kao što su volontiranje, glasovanje, angažman u politici (Catterall, Dumais i Hampden-Thompson, 2012.). Osim odgojno-obrazovne vrijednosti likovnih aktivnosti, nije zanemariva ni njihova terapijska vrijednost. Učitelj likovne kulture kroz vizualnu, likovnu komunikaciju s učenikom može identificirati sretno i zadovoljno dijete, no uloga učitelja je to značajnija što može prepoznati i nesretno, zanemarivano i zlostavljano dijete (Pivac, 2006.).

## Odrasli i dobrobiti likovnog stvaralaštva

Umjetnost nudi beskrajne mogućnosti da se kreira nešto novo i lijepo uz osjećaj zadovoljstva i vlastite snage. Vizualne umjetnosti su jedan od najboljih načina da se iskusi novi osjećaj kontrole i vještine. Likovna umjetnost potiče pozitivne psihološke i kliničke ishode. Psihoneurolozi su istraživanjem zaključili da pozitivne emocije i osjećaj da imamo kontrolu potiču mozak da šalje imunološkom sustavu signal za proizvodnju novih imunoloških stanica - limfocita koji sudjeluju u obrani organizma od bolesti (Cohen, 2006.).

R. Lelchuk Staricoff (2004.) je u jednoj knjizi objedinila istraživanja pozitivnog učinka likovne umjetnosti na zdravlje ljudi. Između ostalog zabilježila je sljedeće:

- pozitivan učinak boja i dizajna u terapijskoj sobi na pacijente i osoblje
- primjenu zidnih freski za smanjivanje uznemirenosti pacijenata s demencijom
- poučavanje mentalno oboljelih likovnom stvaralaštvu je učinkovito i pozitivno jer omogućuje izražavanje i pozitivno utječe na ponašanje
- uvođenje likovnog obrazovanja u edukaciju budućih liječnika neurokirurga rezultiralo je boljim crtačkim i slikarskim sposobnostima te trodimenzionalnim razmišljanjem, što je izuzetno važno u neurokirurgiji.

Bavljenje likovnim stvaralaštvom donosi dobrobiti i ljudima treće životne dobi. U jednom istraživanju grupa ljudi između 65 i 100 godina uključena je u raznovrsne umjetničke programe. Nakon godinu dana provođenja programa grupa je pokazala bolje zdravlje, manje je posjećivala liječnike i trošila manje lijekova od vršnjaka koji nisu u programu. Smanjila su se stanja depresije, usamljenosti i pada morala (Cohen, 2006.).

Likovno stvaralaštvo poboljšava raspoloženje kroz katarzu ili kroz preusmjerenje, i to jednako vrijedi i za umjetnike profesionalce i za amatere. Ljudi su si odu-



vijek pomagali u teškim uvjetima (emocionalna bol, koncentracijski logori) prakticirajući likovno stvaralaštvo (De Petrillo i Winner, 2005.). Kreiranje pozitivnih slika u neugodnoj realnosti, kao i usmjerenje na pozitivne emocije, može poslužiti kao način popravljavanja stare negativne emocije. Slikanje - fantaziranje kroz umjetnost dozvoljava umjetniku da pobjegne u ugodniju fiktivnu situaciju i učinkovito je kao sredstvo popravljavanja lošeg raspoloženja. Ljudi koji slikaju nešto „sretno“ mogu kratkoročno kroz likovno stvaralaštvo popraviti raspoloženje (Dalebroux, Goldstein i Winner, 2008.).

Ulaganje u umjetnost i kulturu može doprinijeti i dobrobiti zajednice. Umjetnički i kulturni događaji mobiliziraju zajednicu, privlače interes stanovnika i posjetitelja, poboljšavaju socijalne odnose u zajednici. Stern i Seifert (2010.) otkrili su da bavljenje vizualnom umjetnošću snižava razinu stresa, smanjuje broj rasnih i etničkih incidenata. Može potaknuti rast zaposlenih i trgovinu, a time unaprijediti i lokalnu ekonomiju. Likovno-umjetnički i kulturni programi mogu, kao npr. u SAD-u, poslužiti za poboljšanje integracije imigranata, za unaprjeđenje individualnih ili grupnih sposobnosti useljenika, ali i domaćeg stanovništva (Stern i Seifert, 2010.).

Umjetnička djelatnost može nadahnuti i oživjeti prosječnu osobu kojoj je potrebna stručna psihološka pomoć, što je u skladu s tvrdnjama da art terapija potiče psihičko iscjeljenje. Art terapija je oblik ekspresivne psihoterapije koja se ne bavi samo problemima i negativnim aspektima osobe nego otkrivanjem unutarnjih potencijala, kreativnih resursa, razvojem pozitivnih, jakih strana i vrlina koje joj pomažu da se suoči s problemima, sagleda ih u novom svjetlu, bolje razumije i s njima se nosi na konstruktivniji način. Art terapija se diljem svijeta koristi u poticanju ozdravljenja, osobnom rastu, poboljšanju kvalitete života. Pozitivna art terapija može osigurati širi repertoar strategija za poticanje flowa i smislenog angažmana. Omogućujući flow, likovno stvaralaštvo promiče sreću i optimizam. Poznato je da kroz umjetnost, igru i maštu možemo djelovati na neke funkcije organizma kao što su krvni tlak, brzina otkucaja srca, tjelesna temperatura (Chilton i Wilkinson, 2010.). Crtanjem, slikanjem i oblikovanjem može se utjecati na čitav niz poteškoća kao što su: koncentracija, napetost, opsesivnost, pretjerana pedantnost, vrtoglavice, nervoza, psihoza, disanje, cirkulacija, depresija itd. (Kliček, 2001.). Art terapija je, dakle, jedna vrsta prevencije, kretanje prema boljem životu.

## Zaključak

Prosječan čovjek se ne bavi likovnim stvaralaštvom zbog nedostatka kvalitetne umjetničke poduke, manjka samopouzdanja u vlastite likovne sposobnosti te zbog niskog standarda koji ga sprječava u razvoju prirodnog talenta u umjetničkom izražavanju (Arnheim, 2008.). Kao što kaže R. Arnheim, umjetnost bi trebalo demokratizirati, učiniti dostupnom prosječnom građaninu. Ovu tezu podupire činjenica da se ljudi više bave umjetnošću, bilo kao potrošači, izvođači ili kreatori, ukoliko su u djetinjstvu primili više umjetničkog obrazovanja (Rabkin i Hedberg, 2008.). U hrvatskom obrazovnom sustavu, na žalost, još nije prepoznata vrijednost umjetničkog obrazovanja kao sredstva za učenje drugih školskih predmeta. Suradnja škole, muzeja i galerija nije na zadovoljavajućoj razini, iako je propisana Nacionalnim kurikulumom (2010.). Od 1996. likovno obrazovanje reducirano je u obveznom obrazovanju s dva na jedan sat tjedno. Nadamo se promjeni budući smo sada u sastavu Europske Unije gdje likovno, odnosno vizualno obrazovanje ima bolji položaj i kvalitetniji sadržaj nego u Hrvatskoj (Turković, 2009.). Za razliku od zemalja Europske Unije, američki program No Child Left Behind od 2002. potiče matematičku i jezičnu pismenost čime znatno smanjuje vrijeme i novac za vizualnu i glazbenu umjetnost u školama (Evans, 2009.). Posljedično, u američkim državnim školama umjetničko obrazovanje nazaduje i propada, a shodno tome smanjuje se i broj referentnih umjetničkih događanja (Rabkin i Hedberg, 2008.). Posljedica su jedanaestogodišnjaci koji nikad nisu koristili kist ili glinu, a što je još važnije, ova su djeca zakinuta za cijeli niz navedenih vještina i sposobnosti; spoznajnih, psiholoških, odgojnih mogućnosti i karakternih osobina koje pruža likovno stvaralaštvo (Daniel, 2010.). Da bi kompenzirali nedostatak umjetničkog odgoja i obrazovanja, uvažavajući saznanja temeljena na znanstvenim istraživanjima u ovom području, u SAD-u se razmatraju načini reintegracije umjetnosti u škole (Charland, 2011.), a različite zaklade i udruge organiziraju izvanškolske umjetničke programe.

Kako bismo unaprijedili hrvatski obrazovni sustav, ali i pridonijeli boljitku ukupne populacije u Hrvatskoj, nužno je slijediti navedena saznanja o dobrobitima likovnog stvaralaštva koja vode boljem, ispunjenijem i svrsishodnijem životu.

## Literatura

© Arts Education Partnership, *Preparing Students for the Next America*

Andrzejczak, N., Trainin, G. i Poldberg, M. (2005.). From Image to Text: Using Images in the Writing Process. *International Journal of Education & the Arts*, 6(12). <http://www.ijea.org/v6n12/v6n12.pdf> (25.2.2013).

Arnheim, R. (2008.). *Novi eseji o psihologiji umjetnosti*. Zagreb: Matica hrvatska.

- Burger, K. i Winner, E. (2000.). Instruction in Visual Art: Can It Help Children Learn to Read? *Journal of Aesthetic Education*, 34(3-4), 277-293.
- Catterall, J. S. (1997.). Involvement in the Arts and success in the secondary school. Americans for the art. *Monographs*, 1(9). <http://www.americansforthearts.org/NAPD/files/9393/Involvement%20in%20the%20Arts%20and%20Success%20in%20Secondary%20School%20%28%2798%29.pdf> (23.11.2013).
- Catterall, J. S., Dumais, S. A. i Hampden-Thompson, G. (2012.). *The Arts and Achievement in At-Risk Youth: Findings from Four Longitudinal Studies*. National Endowment for the Arts. <http://www.nea.gov/research/arts-at-risk-youth.pdf> (28.11.2012).
- Catterall, J. S. i Peppler K. A. (2007.). Learning in the Visual Arts and the Worldviews of Young Children: Lessons from Skid Row. *Cambridge Journal of Education*, 37(4), 308-320. [http://kpeppler.com/wp-content/uploads/2011/01/2007\\_Peppler\\_Skid\\_Row.pdf](http://kpeppler.com/wp-content/uploads/2011/01/2007_Peppler_Skid_Row.pdf) (27.12.2012).
- Catterall, J. S. i Waldorf, L. (1999.). *Chicago Arts Partnerships in Education. Summary Evaluation*. <http://artsedge.kennedy-center.org/champions/pdfs/CAPE.pdf> (22.11.2013).
- Charland, W. (2011). Art Integration as School Culture Change: A Cultural Ecosystem Approach to Faculty Development. *International Journal of Education & the Arts*, 12(8). <http://www.ijea.org/v12n8/v12n8.pdf> (22.11.2013).
- Chilton, G. i Wilkinson, R. (2010.). Positive Art Therapy. *Australian New Zeland Journal of Art Therapy*, 4(1), 27-35. <http://creativewellbeingworkshops.com/2010/07/positive-art-therapy/> (27.12.2012).
- Cohen, G.D. (2006.). Research on creativity and aging: The positive impact of art on health and illness. American society on aging: *Generation*, 30(1), 7-15. <http://www.peopleandstories.net/wp-content/uploads/2011/08/RESEARCH-ON-CREATIVITY-AND-AGING1.pdf> (28.12.2012).
- Csikszentmihalyi, M. (1996.). *Creativity, flow and the psychology of discovery and invention*. New York: Harper Collins Publisher.
- Csikszentmihalyi, M. (2006.). *Flow – očaravajuća obuzetost: psihologija optimalnog iskustva*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Dalebroux, A., Goldstein, T. R. i Winner, E. (2008.). Short-term mood repair through art-making: Positive emotion is more effective than venting in. *Motivation and Emotion*, 32(4), 288-295.
- Daniel, C. (2010.). *Advocating for the Visual Arts in the Era of No Child Left Behind*. <http://www.eric.ed.gov/PDFS/ED510632.pdf> (27.12. 2012).
- De Petrillo, L. i Winner, E. (2005.). Does Art Improve Mood? A Test of a Key Assumption Underlying Art Therapy, *Journal of the American Art Therapy Association*, 22(4), 205-212.
- Duh, M. (2001.). *Suvremena umjetnost i njen odraz u likovnom odgoju i obrazovanju početkom 21. stoljeća*. U: R. Ivančević i V. Turković (ur.), *Vizualna kultura i likovno obrazovanje* (str. 113-115). Zagreb: Hrvatsko vijeće InSEA.
- Evans, K. (2009.). *Arts and Smarts. Greater Good. The science of Meaningful life*. Berkeley: University of California. [http://greatergood.berkeley.edu/article/item/arts\\_smarts](http://greatergood.berkeley.edu/article/item/arts_smarts) (28.12.2012).
- Gardner, H., Kornhaber, M. L. i Wake, W. K. (1999.). *Inteligencija: različita gledišta*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Gombrich, E.H. (1999.). *Povijest umjetnosti*. Zagreb: Golden marketing.

- Hanson, J. (2002.). *Improving Student Learning in Mathematics and Science through the Integration of Visual Art*. Neobjavljena doktorska disertacija. Saint Xavier University. <http://www.eric.ed.gov/PDFS/ED465534.pdf> (4.2.2013).
- Ježić, I. i Klopota, Ž. (2001.). Izazov likovne terapije u rehabilitaciji i edukaciji djece s autističnim poremećajem i mentalnom retardacijom. U: R. Ivančević i V. Turković (ur.), *Vizualna kultura i likovno obrazovanje* (str. 141-160). Zagreb: Hrvatsko vijeće InSEA.
- Kliček, M. (2001.). Likovna terapija u liječenju i obrazovanju: djelovanje boja. U: R. Ivančević i V. Turković (ur.), *Vizualna kultura i likovno obrazovanje* (str. 161-184). Zagreb: Hrvatsko vijeće InSEA.
- Lelchuk Staricoff, R. (2004.). *Can the arts have a positive effect on health? A review of the medical literature*. Arts Council England. [www.artscouncil.org.uk](http://www.artscouncil.org.uk) (29.12.2012).
- Lindström, L. (2009.). Studio Thinking: A Review Essay. *International Journal of Education & the Arts*, 10(9). <http://www.ijea.org/v10r9/v10r9.pdf> (29.12.2012).
- Lorimer, M. R. (2011.). Arts-Infused Learning in Middle Level Classrooms. *Journal for Learning through the Arts*, 7(1). <http://escholarship.org/uc/item/0hp6g86s> (29.11.2012).
- Malin, H. (2012.). Creating a Children's Art World: Negotiating Participation, Identity, and Meaning in the Elementary School Art Room. *International Journal of Education & the Arts*, 13(6). <http://www.ijea.org/v13n6/v13n6.pdf> (27.2.2013).
- Nacionalni Okvirni kurikulum za predškolski odgoj i obrazovanje te opće obvezno i srednjoškolsko obrazovanje* (2010.). Zagreb: Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa. <http://public.mzos.hr/Default.aspx?sec=2685> (27.2.2013).
- Pečjak, V. (2006.). *Psihološka podlaga vizualne umetnosti*. Ljubljana: Debora.
- Pivac, D. (2006.). Uloga učitelja likovne kulture u prepoznavanju, prevenciji i terapiji traumatizirane djece. *Napredak*, 147(2), 222-227.
- Prins, H. A. S. (2008.). Benefits of the Arts in Kindergarten – An ESL Perspective. *The Internet TESL Journal*, 14(7). <http://iteslj.org/> (29.1.2012).
- Posner, M., Rothbart, M. K., Sheese, B. E. i Kieras, J. (2008.). How Arts Training Influences Cognition. U: C. Asbury i B. Rich (ur.), *Learning, Arts, and the Brain* (str. 1-11). New York/Washington D.C.: Dana Press.
- Rabkin, N. i Hedberg, E. C. (2008.). *Arts education in America: What the declines mean for arts participation*. National Endowment for the Arts. <http://arts.gov/sites/default/files/2008-SPPA-ArtsLearning.pdf> (20.11.2013).
- Radovančević, Lj. (2001.). Neki psihološki i socio-etički aspekti likovnog odgoja U: R. Ivančević i V. Turković (ur.), *Vizualna kultura i likovno obrazovanje* (str. 261-271). Zagreb: Hrvatsko vijeće InSEA.
- Rajović, R. (2010.). *IQ djeteta – briga roditelja*. Zagreb: Hrvatska Mensa.
- Rijavec, M., Miljković, D. i Brdar, I. (2008.). *Pozitivna psihologija*. Zagreb: IEP-D2.
- Rijavec, M. i Miljković, D. (2006.a). *Tko su dobri ljudi*. Zagreb: IEP – D2.
- Rijavec, M. i Miljković, D. (2006.b). Pozitivna psihologija: psihologija čije je vrijeme (ponovno) došlo. *Društvena istraživanja*, 15(4-5), 621-641.
- Ruppert, S. S. (2006.). *How the Arts benefit student achievement*. National Assembly of State Art Agencies. <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED529766.pdf> (11.12.2013).sc
- Seagraves, L., Soden, R. i Coutts G. (2008.). *Arts Across the Curriculum: Enhancing Pupil Learning. The Pupil Perspective*. Izlaganje na: British Educational Research Association Annual Conference, Heriot-Watt University, Edinburgh. <http://www.leeds.ac.uk/educol/documents/174473.pdf> (22.11.2013).

- Seligman, M. (2006.a). *Naučeni optimizam*. Zagreb: IEP-D2.
- Seligman, M. (2006.b). *Optimistično dijete*. Zagreb: IEP-D2.
- Smithrim, K. i Upitits, R. (2005.). Learning Through the Arts. *Canadian Journal of Education*, 28(1-2), 109-127.
- Stern, M. J. i Seifert S. C. (2010.). *Arts-based social inclusion: An investigation of existing assets and innovative strategies to engage immigrant communities in Philadelphia*. University of Pennsylvania, Social impacts of the art project. [http://www.sp2.upenn.edu/siap/docs/social\\_inclusion/final\\_report.pdf](http://www.sp2.upenn.edu/siap/docs/social_inclusion/final_report.pdf) (15.2.2013).
- Sternberg, R. J. (2004.). *Kognitivna psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Supek, R. (1958.). *Umjetnost i psihologija*. Zagreb: Matica hrvatska.
- Teaching Literacy through Art* (2006.). New York: Guggenheim Museum. [http://www.guggenheim.org/images/content/pdf/new\\_york/media\\_releases/aug\\_1\\_2006.pdf](http://www.guggenheim.org/images/content/pdf/new_york/media_releases/aug_1_2006.pdf) (28.2.2013).
- Turković, V. (2009.). Umjetničko obrazovanje u tranziciji: Likovno obrazovanje u europskom obrazovnom sustavu. *Metodika*, 10(1) 8-38.
- Turković, V. (2001.). Moć slike u obrazovanju. U: R. Ivančević i V. Turković (ur.), *Vizualna kultura i likovno obrazovanje* (str. 63-76). Zagreb: Hrvatsko vijeće InSEA.
- Vigotski, L. (1975.). *Psihologija umetnosti*. Beograd: Nolit.
- Walker, C. M., Winner, E., Hetland, L., Simmons, S. i Goldsmith, L. (2011.). Visual Thinking: Art Students Have an Advantage in Geometric Reasoning. *Creative Education*, 2(1), 22-26. <http://www.google.hr/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CDQQFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.scrip.org%2Fjournal%2FPaperDownload.aspx%3FpaperID%3D4462&ei=st00UbfdOYeE4gT3zYCwCA&usg=AFQjCNESrLFLRNmqd4Sc42XBPROSZ097vg&sig2=KliMFQ937MgnKslNaRtU7A&bvm=bv.43148975,d.Yms> (28.2.2013).
- Wilhelm, J. D. (1995.). Reading Is Seeing: Using Visual Response to Improve the Literary Reading of Reluctant Readers. *Journal of Reading Behavior*, 27(4), 467-503.
- Winner, E., Hetland, L., Veenema, S., Sheridan, K. i Palmer P. (2006.). Studio Thinking: How Visual Arts Teaching Can Promote Disciplined Habits of Mind . U: P. Locher, C. Martindale, L. Dorfman, i D. Leontiev (ur.), *New Directions in Aesthetics, Creativity, and the Arts* (str. 189-205). Amityville, New York: Baywood Publishing Company. <http://halifaxvisualartsstudio.wikispaces.com/file/view/StudioThinking.pdf> (22.11.2013).

## The benefits of visual arts creation

### Summary

Visual arts creation is an integral part of human life throughout the history of mankind, starting from prehistory to the present day. There are many different theories of creativity and interpretations of causes and purposes of practicing visual arts. Visual culture and creation are the activity that can have a positive effect on subjective well-being of man. There is an influence of visual arts creation as a new and challenging activity on human physiology, particularly on nervous and immune systems. The paper discusses different, less known benefits that are provided by visual culture as a teaching subject in compulsory education. Positive effects of including adults, people with poor health and people with disabilities into visual arts programmes, are also listed in the paper. The elements of visual arts should be more used in education, treatment, prevention. Visual arts should be seen as moving towards a better, fuller and more purposeful life.

**Key words:** benefit, visual arts creation, visual culture, visual arts.