

**Dijana Škrbina (2013): ART TERAPIJA I KREATIVNOST
(Zagreb: Veble commerce)**

Knjiga *Art terapija i kreativnost* nastala je kao svojevrsan odgovor na uočene potrebe teorije i prakse. Knjiga je namijenjena svima koji se bave problematikom kreativnosti i art terapije na svim razinama odgoja i obrazovanja, dijagnostike i terapije. Knjiga će biti posebno vrijedna dopuna literaturi na nastavnničkim fakultetima koji se i u okviru nekih kolegija dotiču ove problematike. Pored namijenjenosti stručnjacima i studentima različitih profila, knjiga je namijenjena i roditeljima koja zanima ova tematika. Autorica knjige, Dijana Škrbina, duži se niz godina bavi problematikom kreativne terapije i art/ekspresivnih terapija u širem području edukacijskih i rehabilitacijskih znanosti. Na Zdravstvenom veleučilištu u Zagrebu na kojemu i danas radi, nastoji popularizirati ovu temu kroz brojne praktične aktivnosti u radu sa studentima.

Suvremenost knjige uočava se iz podjednake zastupljenosti teorijskih spoznaja i praktičnih aktivnosti dajući presjek zbivanja navedene problematike kod nas i u svijetu. Knjiga je objavljena na hrvatskom jeziku i broji 251 stranicu. Sadrži osam poglavlja koji se međusobno nadovezuju i isprepliću sačinjavajući cjelinu. Poglavlja su obogaćena slikama (97) i tablicama (28) te brojnom domaćom i stranom literaturom (780) koja uključuje dominantne predstavnike i istraživače iz područja kreativnosti, umjetnosti, terapije i dijagnostike koje su stavljene u službu boljeg razumijevanja sadržaja što dodatno podiže kvalitetu knjige.

Prvo poglavlje *Kreativnost* donosi nam terminološko određenje ovoga fenomena s obzirom na različite istraživače i različite pristupe, stupnjeve i značajke kreativnosti kao i preduvjete za njen razvoj. Posebno se zanimljivim čini dio koji govori o kriterijima (8) za prepoznavanje kreativnosti te promišljanja u odnosu na dječju kreativnost i kreativnost odraslih. Na tragu ovoga, možemo si postaviti pitanje, opada li kreativnost s godinama? Zašto djeca u vrtiću postavljaju više pitanja od npr. studenata? Jesu li odrasli manje kreativni u odnosu na djecu? Što se događa s njihovim divergentnim mišljenjem? Ovo je pitanje posebno važno ukoliko se bavimo nastavom u kojoj želimo razvijati i poticati kreativnost. Na tom bi tragu trebalo promišljati o istraživanju poticatelja i ometača kreativnosti u nastavnome procesu. Govoreći o kreativnosti, njeno mjerenje za istraživače predstavlja nezaobilazan dio. U knjizi su navedene različite metode mjerenja kreativnosti (8) čija se prikladnost bira u odnosu na ono što želimo istražiti. Na kraju, postavljamo pitanje procjene kreativnih produkata koji mogu biti: priča, crtež, znanstveno rješenje problema, pjesma, glazbena kompozicija, scenski pokret i drugo, koji uvelike mogu ovisiti o subjektivnosti procjenjivača pa je iz navedenih razloga važno da veći broj osoba procjenjuje navedeni kreativni produkt, a pri tome bi trebalo uvažiti i činjenicu da produkti ponekad mogu nastati i kao rezultat osobe da bude kreativna na zahtjev.

Drugo poglavlje *Art terapija* također započinje s terminološkim određenjem ovoga pojma koji je čitateljima predstavljen uz konzultaciju domaće i strane literature. Pored toga,

kratki povijesni pregled uvodi nas u početke art terapije koja je u različitim kulturama bila korištena za liječenje. Tehnike art terapije temelje se na činjenici da svaki pojedinac, bio on umjetnički obrazovan ili ne, posjeduje latentnu sposobnost da vizualizira svoje unutarnje sukobe. Možemo se složiti s istraživačima art terapije (Rogers, 1993., McNiff, 1981.) koji kažu da jedan oblik umjetnosti potiče i stvara drugi pri čemu se stvaraju tzv. kreativne veze. Teoretske osnove i perspektive art terapije izložene su kroz tri modela: model kontinuiranje ekspresije, model predstavljanja i model kreativne osi. Autorica naglašava kako je u art terapiji od iznimne važnosti konstruktivno suočavanje pojedinca s osobnim problemom kao i dugoročno planiranje te osiguranje kreativnog i poticajnog okruženja koje bi stvorilo što je moguće bolje preduvjete za rješavanje problema.

Treće poglavlje ***Ekspresivni mediji u art terapiji*** čitateljima donosi pregled brojnih istraživanja iz područja neuroznanosti i biologije. Korištenje kreativnih ekspresivnih medija omogućava posredno izražavanje kroz metaforu. U okviru art terapije koriste se različite selektivne i/ili integrativne medijske forme. Autorica napominje da ovisno o korištenom mediju i pripadajućim specifičnostima u njegovoj primjeni i interpretaciji možemo govoriti o: glazboterapiji, terapiji plesom i pokretom, simbolizaciji tijelom, likovnoj ekspresiji, dramatizaciji, psihodrami i biblioterapiji. Načela u primjeni ekspresivnih/kreativnih medija su: vrednovati tuđa iskustva, zahtijevati, pomagati, objašnjavati i interpretirati.

Četvrtom je poglavlju ***Likovnost (Likovno-vizualni izraz)*** posvećeno značajno mjesto u knjizi što dodatno naglašava važnost ove tematike za čitatelja. Odnosi se na likovno i vizualno mišljenje, uvjete razvoja likovnosti, načela u vizualno-likovnom izražavanju (primjerenost sadržaja i metode, aktivan odnos prema okolini, primjena stečenih iskustava tijekom likovnih aktivnosti, igra kao metoda i stav, oslobođenost od uzora, prožimanje intrinzičnog i ekstrinzičnog cilja te individualizacija) kao i likovno izražavanje. Razvitak likovnog pojmovnog mišljenja, odvija se na jednak način kao i razvitak verbalnog govornog sustava. Pojedine mentalne aktivnosti, prema riječima autorice, poput promatranja, emocija, intelektualnih funkcija i motoričko-izražajne dinamičnosti imaju važan utjecaj na likovni izraz pojedinca. Poseban dio ovoga poglavlja odnosi se na prikaze pojedinih aktivnosti, medija i sredstava u suvremenoj likovno-terapijskoj praksi. Drugi dio poglavlja predstavlja razvoj likovnog izražavanja i ekspresije kod djece, proces izrade dječjeg crteža i njegovu estetsku dimenziju, boju crteža (koja utječe na ponašanje pojedinca) te primjenu crteža u dijagnostičke, terapijske, odgojne i obrazovne svrhe. Posebno vrijedan dio knjige je onaj u kojemu su prikazane črčkarije djece od osamnaestog mjeseca života do treće godine te crteži djece od treće do dvanaeste godine prikazani prema fazama. Pored razvoja crteža prema fazama, istraživačima se zanimljivim čini i proučavanje sociokulturnog obrasca razvoja crteža kod djece. Važno je napomenuti da crtež ne trebamo shvatiti kao osnovno dijagnostičko sredstvo nego kao nadopunu ostalim dijagnostičkim metodama procjene. Pored navedenoga, crtež nam može poslužiti i kao komunikacijsko i terapijsko sredstvo (posebno u radu s djecom sa specifičnim potrebama), a pored rada s djecom, crtež nam uvelike pomaže i u radu s odraslima (ovisnička ponašanja) i osobama treće životne dobi (crteži su usmjereni podržavanju kvalitete života).

Peto poglavlje ***Glazba*** uključuje dijelove koji se odnose na glazbu i njen utjecaj na svakodnevni život pojedinca. Određena vrsta glazbe može različito utjecati na pojedinca i kod njega izazvati ugodne ili neugodne emocije budući da se uz glazbu često vežu prethodna iskustva (ukoliko ih ima) koja su djelomično određena s obzirom na pojedinčevu kulturu, godine, spol i glazbeno obrazovanje. Neizostavno je napomenuti da glazba ima vrlo značajnu ulogu posebno ako govorimo o njenom terapijskom učinku (glazboterapija).

Autorica navodi različite pristupe i metode u glazboterapiji. Kada govorimo o metodama, posebno su izdvojeni strukturirani i nestrukturirani improvizacijski modeli glazboterapije. U strukturirane improvizacijske modele autorica ubraja Orffovu metodu glazboterapije, glazbenu psihodramu, eksperimentalnu improvizacijsku glazboterapiju te metaforičku glazboterapiju. Nestrukturiranim improvizacijskim modelima glazboterapije smatraju se kreativna, analitička, paraverbalna i integrativna improvizacijska glazboterapija, razvojni terapijski odnos te slobodna improvizacijska glazboterapija. Sve navedene metode koriste se s obzirom na vrstu poteškoće s kojom se pojedinac nosi budući da njihova upotreba izaziva različite ishode, ovisno o pojedinčevim potrebama. Kod glazbe je važno i aktivno slušanje koje podrazumijeva (Rojko, 1996.) svjesnu aktivnost slušatelja da u ponuđenom glazbenom materijalu pronade smisao i uoči izražajne elemente djela, da komparira i svjesno prati zvučno protjecanje te na taj način, u svojoj svijesti, postupno izgradi shemu glazbene forme.

Šesto poglavlje *Ples/Pokret (Improvizacija tijelom)* nas upućuje u psihomotorni aspekt pojedinca. Ples je jezik kojega poznaju i razumiju sve kulture i sva ljudska bića. Predstavlja jedinstvenu aktivnost čija primjena omogućuje stvaranje različitih terapijskih ciljeva. Temeljni cilj primjene terapije plesom je proces osvješćivanja, reintegracije i unapređivanja predodžbe o sebi, vještine neverbalne komunikacije te raspona i kvalitete emocionalnih doživljaja. Plesna je umjetnost nastala u narodu i vezana je uz sve ljudske tradicije. Autorica u ovome poglavlju naglašava važnost svijesti o svom tijelu u pokretu. Svaki ljudski pokret ima određen intenzitet, vremensko trajanje, prostorni put i tijekom kojim se odvija. Kod spoznaje pokreta važno je razvijanje kinestetičkoga osjećaja koji se u svakodnevnome životu često zanemaruje. Ples ima i odgojnu i obrazovnu funkciju. Plesni je odgoj definiran kao specifičan oblik estetskoga odgoja koji je moguće povezati s drugim odgojno-obrazovnim i rehabilitacijskim i terapijskim područjima te je iz navedenih razloga nužno da ples i pokret postanu dostupni svakome djetetu doprinoseći tako njegovom fizičkom, afektivnom, kognitivnom, kreativnom i socijalnom razvoju. Pored navedenoga, ples možemo doživjeti i kao medij koji pruža mogućnost za razvoj različitih sposobnosti (funkcionalnih, motoričkih i psihosocijalnih).

Sedmo poglavlje *Dramsko/scenska ekspresija* donosi nam pogled kroz dramu u odgoju i obrazovanju te terapiji (psihodrama), ali i dramsku ekspresiju. Drama svakako predstavlja primarni socijalni proces usmjeren prema komunikaciji među ljudima, riječima, tijelima i emocijama. Elemente drame moguće je koristiti u različitim intervencijskim pristupima u nastavnom procesu, prevenciji, terapiji i/ili rehabilitaciji. Autorica navodi kako je igranje različitih životnih uloga važno jer se na indirektnan način pridonosi razvijanju komunikacijskih i socijalnih vještina. U ovome se poglavlju nalazi i prikaz pojedinih dramskih i scenskih vježbi koje se mogu koristiti u svim navedenim područjima, a koji u središte svoga zanimanja stavljaju igru kao temeljnu dramsku aktivnost. Drama u obrazovanju funkcionira kroz pedagošku radionicu u kojoj su članovi grupe slobodni mijenjati poziciju od uloge glumca do uloge publike. Svaki sudionik radionice ima priliku iznijeti svoje mišljenje, kao i glumiti, ali i mijenjati pojedine dramske radnje. Na ovaj se način razvija samopouzdanje, motivacija, usavršavaju se interpersonalne sposobnosti i vještine, jasno formuliraju emocije i zahtjevi te bolje razumiju vlastite želje. Terapijska upotreba drame podrazumijeva aktivnu ulogu pacijenta u procesu liječenja, pri čemu on preuzima dio odgovornosti za vlastito zdravlje. Psihodrama je akcijski oblik grupne psihoterapije koja, osim verbalizacije, kao sredstvo izražavanja primjenjuje pokrete. Znan broj istraživanja, prikazan u ovome poglavlju, svjedoči o mnogostrukoj dobrobiti

psihodrame u odnosu na funkcionalnu sposobnost pojedinca.

Osmo poglavlje *Literarna ekspresija i Biblioterapija* uvodi nas u čitalačke aktivnosti, predčitalačke vještine te aktivnosti čitanja uključujući i poticajno-dijaloško čitanje. Autorica na vrlo zanimljiv način predstavlja prvu knjigu u životu pojedinca – slikovnicu te navodi karakteristike koje bi svaka dobra slikovnica trebala imati. S druge strane, autorica nas vodi kroz biblioterapiju kao terapijsko obrađivanje književnih tekstova. Pored različitih definicija biblioterapije napisanih uz konzultaciju domaće i strane literature, nalazimo na kratki povijesni pregled razvoja biblioterapije. Kao njeni glavni ciljevi navode se: objašnjenje složenosti ljudskog ponašanja i motivacije, pružanje informacije o problemu i uvid u problem, poticanje rasprave o problemu, predviđanje rješenja za probleme, komuniciranje o novim vrijednostima i stavovima, stvaranje svijesti da i drugi ljudi imaju slične probleme te ublažavanje emocionalnog i mentalnog pritiska. Posebno važan korak je adekvatan odabir literature (informacijskog medija) koji treba biti u skladu s kronološkom, odnosno razvojnom dobi pojedinca. Posljednji dio poglavlja navodi književne oblike pogodne za korištenje u biblioterapiji: poezija, bajka, basna, pustolovni roman i realistička priča.

Gledajući na knjigu kao na cjelinu, možemo reći da predstavlja važan oslonac svima onima koji se bave i koje zanima tema kreativnosti i art terapije. Knjiga predstavlja veliku pomoć pri organizaciji i provedbi različitih terapijskih postupaka, ali i kao pomoć pri izvođenju nastave (na svim razinama obrazovanja) koja u središte svoga zanimanja stavlja poticanje kreativnosti njenih sudionika. Zaključno, knjiga proučava sve aktualne teme u svjetlu novih promjena nudeći pri tome brojna rješenja. Poticajna je i za buduća istraživanja u području kreativnosti i art terapije.

dr. sc. Snježana Dubovicki, viša asistentica
Učiteljski fakultet u Osijeku
sdubovicki@ufos.hr