

“POVEŽI SE BOJOM, PRIBLIŽI SE SLIKOM” – ART-TERAPIJA U FUNKCIJI ZAŠTITE I UNAPREĐENJA MENTALNOG ZDRAVLJA DJECE I MLADIH S TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

ZVONIMIR PARAĆ¹, JOSIPA URSIĆ², DUNJA PIVAC³, ŽANA PAVLOVIĆ⁴,
ŽELJKO KLJUČEVIĆ⁵, MIRELA GRBIĆ⁵

¹Centar za djecu mlade i obitelj Duga, Solin, kontakt: zvonimirparac@gmail.com

²Liga za prevenciju ovisnosti Split

³Umjetnička akademija Sveučilišta u Splitu

⁴Dječji vrtić “Cvrčak”, Solin

⁵Služba za mentalno zdravlje Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije

Primljeno: 17.01.2018.
Prihvaćeno: 30.04.2018.

Stručni rad
UDK 615.851:73/79-056.26](497.5)

Sažetak: U ovom radu prikazuje se korištenje art-terapije u svrhu očuvanja i unapređenja mentalnog zdravlja djece i mladih s teškoćama. Stigmatizacija s kojom se često susreću narušava njihovo mentalno zdravlje dok uspješna socijalna integracija djeluje kao zaštitni faktor u očuvanju i unapređenju mentalnog zdravlja. S tim ciljem proveden je projekt “Poveži se bojom, približi se slikom” u kojem su sudjelovala djeca i mladi s teškoćama, kao i njihovi vršnjaci tipičnog razvoja. U sklopu projekta provedeno je istraživanje čiji je cilj bio ispitati uspješnost metode art-terapije kao načina senzibilizacije djece i mladih, učenika osnovnih i srednjih škola, za potrebe i mogućnosti osoba s teškoćama te poticanja inkluzivnog promišljanja i djelovanja. U istraživanju je sudjelovalo 359 učenika/učenica s područja Splitsko-dalmatinske županije, ujedno i sudionika/-ica projekta. Korišten je anketni upitnik koji se sastojao od pitanja otvorenog i zatvorenog tipa te su prikupljeni i analizirani kvalitativni i kvantitativni podaci. Rezultati su pokazali da art-terapija korištena kao alat za socijalnu interakciju pridonosi povećanju stupnja senzibilizacije i prihvaćanja djece s teškoćama od strane njihovih vršnjaka bez teškoća. Naposljetku dvosmjerna socijalizacija u poticajnom okruženju posljedično pridonosi zaštiti i unapređenju mentalnog zdravlja djece s teškoćama.

Ključne riječi: art terapija, mentalno zdravlje, djeca i mladi s teškoćama u razvoju, inkluzija

UVOD

Mentalno zdravlje važan je čimbenik i dio je općeg zdravlja koje omogućuje aktualiziranje osobnog života svakog pojedinca. Ono je osnovni potencijal za nošenje sa životnim stresom, produktivan rad, uključivanje i doprinos zajednici. Kod osoba s teškoćama problemi mentalnog zdravlja (problemi ponašanja i psihički poremećaji) nekoliko se puta češće javljaju nego u općoj populaciji (Sekušak-Galešev i sur. 2014). Termin *osobe s teškoćama* predstavlja recentnu stručnu terminologiju orijentaciju određenu zakonskim dokumentima (Skočić Mihić 2011). U kontekstu ovog rada termin

se odnosi na korisnike/korisnice Centra za odgoj i obrazovanje “Slava Raškaj” u Splitu koji pruža usluge djeci i mladima te odraslim osobama s oštećenjem sluha, oštećenjem u govoru i glasu i drugim utjecajnim teškoćama u razvoju, te motoričkim ili funkcionalnim oštećenjima pojedinih organa i organskih sustava i drugim utjecajnim teškoćama u razvoju te korisnike/korisnice Centra za odgoj i obrazovanje “Juraj i Bonači” koji pruža usluge osobama s intelektualnim teškoćama i poremećajima iz spektra autizma.

Osobe s teškoćama podložne su razvoju različitih sekundarnih poteškoća koje se odražavaju

na njihovo mentalno zdravlje ako im nije pružena primjerena podrška i nisu korišteni adekvatni terapijski programi i integracijski pristupi (Reić-Šustić 2016). Stoga je očuvanje mentalnog zdravlja jedno od prioritetnih područja u skrbi o djeci i mladima s teškoćama. Na to upozorava Nacionalna strategija za zaštitu mentalnog zdravlja (2011–2016) koja kao jednu od mjera navodi: poticanje i podržavanje aktivnosti usmjerenih na borbu protiv stigmatizacije kojom se označavaju vulnerabilne skupine. U tu svrhu Služba za mentalno zdravlje Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije proveo je projekt “Poveži se bojom, približi se slikom”. Uspješnost ostvarenja projektnih ciljeva u praksi ispitana je kroz evaluaciju projektnih aktivnosti čiji su rezultati prikazani u ovom stručnom radu.

Mogućnosti afirmacije djece i mladih s teškoćama

Socijalno uključivanje, interakcija i socijalne uloge promatraju se u prilikama koje se pružaju pojedincu, odnosno odgovorima društvene sredine u kojoj se nalazi osoba s teškoćama u razvoju na probleme i potrebe tih pojedinaca. Tako se pojedinca institucionaliziranjem izdvaja iz lokalne sredine, čime se ograničavaju prilike za kontakte s društvenom sredinom, što može imati negativan utjecaj na razvojni potencijal osobe s teškoćama (Reić-Šustić 2016).

Svako dijete treba imati priliku za iskorištavanje svojih vlastitih sposobnosti usmjeravajući ih na okolinu, u skladu sa svojom razinom razvoja. Ako je djetetu to omogućeno, može se govoriti o mentalnom zdravlju, bez obzira na razinu i vrstu teškoće. Naime uz adekvatnu podršku osobe s različitim teškoćama mogu biti psihički zdrave i adaptirane u svojoj društvenoj sredini zadovoljavajući svoje potrebe, uspješno se socijalizirajući u svojoj okolini (Došen 2004).

Pod pojmom socijalizacije, odnosno podružavanja ljudskog bića označavamo osposobljavanje pojedinca za život u društvenoj zajednici. “Kroz taj proces istovremeno se isprepliću različiti utjecaji društva i organizma (psihe), koji svoje sjecište upravo nalaze u razvoju osobnosti ljudske jedinice” (Gudjons prema Mikas i Roudi 2012).

Utjecaj društva ogleda se u glavnim nositeljima socijalizacijskog procesa koje čine: obitelj, vršnjačke skupine, predškolske i školske institucije. U tom smislu socijalna afirmacija djece i mladih s teškoćama u razvoju uvelike će ovisiti o prilikama za ostvarenje socijalnih interakcija s vršnjacima (Drasgow i dr. prema Mikas i Roudi 2012). Puni potencijal socijalne interakcije ostvaruje se uspješnim socijalnim kontaktom djece i mladih s teškoćama i njihovih vršnjaka tipičnog razvoja. Dobrobiti su uspješne socijalne interakcije za djecu i mlade s teškoćama i bez teškoća u razvoju dvosmjerne. S jedne strane djeca i mladi s teškoćama dobivaju priliku za interakciju s vršnjacima koji im mogu biti uzori za različite vještine i ponašanja, razvoj samopoštovanja i stvaranje pozitivne slike o sebi u složenijim društvenim odnosima i aktivnostima, modelu komunikacije i samokontroli. S druge strane dobrobiti za djecu i mlade bez teškoća bolje su razumijevanje teškoća u razvoju, razvoj osjetljivosti za potrebe drugih te općenito uvažavanje različitosti. To im daje temelje za odrastanje u odgovorne članove društva s razvijenim osjećajem osjetljivosti za potrebe drugih te otvorenost za različitosti. Odgajajući ih za jednakost, promičemo socijalnu pravednost u društvenim odnosima, a integrirajući različitosti, gradimo buduće temelje poštovanja dostojanstva i socijalnih potreba svakog člana društva (Livazović i dr. 2015).

Empatija – važan čimbenik procesa socijalne integracije osoba s teškoćama u društvo

Empatija je uživljavanje u emocionalna stanja druge osobe i razumijevanje njezina položaja, npr. patnje ili ugroženosti na temelju percipirane ili zamišljene situacije u kojoj se ta osoba nalazi (prema Petz 2005). Empatija se sastoji od afektivne i kognitivne komponente. Afektivna se komponenta odnosi na emocionalnu reakciju kao odgovor na emocionalna stanja drugog pojedinca ili grupe. Kognitivna komponenta uključuje sposobnost uživljavanja u tuđu perspektivu kao vlastitu. Stiff i sur. pretpostavljaju da se unutar dviju osnovnih dimenzija mogu razlikovati dimenzija “preuzimanja perspektive” kao kognitivna dimenzija, “emocionalna briga”, “emocionalna zaraza” i “odgovornost u komunikaciji” kao emocionalne dimenzije istog konstrukta (Stiff i sur. prema Klarin 2004).

Projekt "Poveži se bojom, približi se slikom" imao je za cilj potaknuti razvoj empatije kod djece tipičnog razvoja te prevenciju emocionalnih teškoća i unapređenje mentalnog zdravlja djece s teškoćama. Djeca s teškoćama u razvoju integrirana su u redovite odgojno-obrazovne programe s ciljem preveniranja njihove isključenosti, stigmatizacije i ostvarivanja inkluzivnog odgoja u vršnjačkoj zajednici. Kroz interakciju djece s teškoćama u razvoju i djece tipičnog razvoja osmišljeno se nastojao potaknuti razvoj empatije obiju skupina djece. U istraživanju obrazovne integracije učenika s teškoćama, koje su proveli Špelić i Zuliani, pokazalo se da samo uključivanje učenika s teškoćama u redovne razredne sredine, automatski i samo po sebi, ne osigurava uspjeh u izgradnji prijateljskih odnosa i stvaranju socijalnih interakcija s vršnjacima, kao ni razvoj empatičnosti kod učenika tipičnog razvoja (Špelić i Zuliani 2011). Neophodna je senzibilizacija i edukacija učenika tipičnog razvoja kroz različite projekte u svrhu poticanja interakcije i razvoja empatijskih karakteristika. S obzirom na to, projektne aktivnosti prilagođene su dobi djece, njihovim razvojnim sposobnostima i interesima te su kroz njih učili kako prepoznavati svoje i emocije drugih, kako ih kontrolirati i razvijati empatiju prema drugima.

Art-terapija

Današnje je poimanje kreativnosti znatno prošireno, pri čemu je napušteno isključivo razumijevanje kreativnosti kao ekskluzivne sposobnosti rijetkih pojedinaca, uglavnom umjetnika i znanstvenika, da pronalaze i stvaraju potpuno nova rješenja u različitim područjima ljudskoga života. Unutar proširenog pojma kreativnosti koji je shvaćen kao splet kompleksnih sposobnosti, različitih vidova inteligencije i osobina ličnosti koje su normalno distribuirane među ljudima, moguće je prihvatiti i poimanje kreativnosti u najširem smislu, tj. kao životnog potencijala koji djeca posjeduju u velikoj mjeri (Pivac 2016). Novija promišljanja o kreativnosti razlikuju tzv. "visoku kreativnost" (eng. "big C") i "nisku kreativnost" (eng. "little c") (Craft 2002). Visoka kreativnost prema Taylorovim razinama podjele kreativnosti odgovarala bi inovativnoj, inventivnoj i emergentnoj razini svojstvenoj samo iznimnim pojedincima, dok tzv. "niska kreativnost" omogućava prosječnim ljudima svakodnevno sna-

laženje u različitim životnim situacijama. Jedan od oblika u kojima se niska kreativnost ostvaruje jest terapija likovnom umjetnosti ili *art-terapija*. *Art-terapiju* karakterizira slobodno likovno izražavanje u kojem su vještina, originalnost i kvaliteta proizvoda manje važni u odnosu na sam kreativni proces (Taylor prema Kvaščev 1981). Naime *art-terapija* temelji se na neverbalnoj i verbalnoj komunikaciji misli i osjećaja, koja se koristi kao poticaj za vlastiti rast, za povećanje samospoznaje i kao pomoć u emocionalnom oporavku djece, odraslih, obitelji i grupa. Terapija likovnim izrazom ili likovnom ekspresijom danas ima potencijalno široku primjenu među različitim populacijama ljudi. Stoga se pozitivan učinak kreativnog izražavanja i stvaralaštva sve više afirmira u radu s djecom i mladima s teškoćama kao terapijska intervencija koja se temelji na socijalnoj interakciji u različitim kreativnim aktivnostima. Također stručna literatura ukazuje na to da djeca i mladi s teškoćama uspješnije razvijaju vještine ako su uključeni u zajedničke aktivnosti sa svojim vršnjacima bez teškoća (Mitchell 2002).

METODE

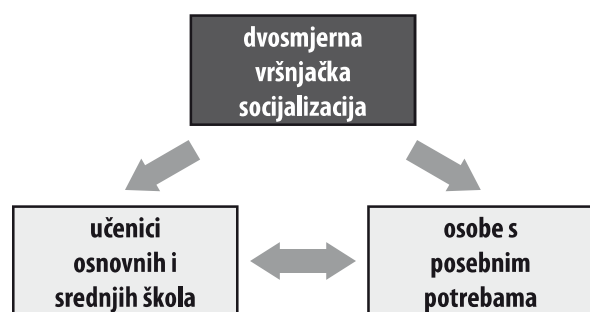
Poveži se bojom, približi se slikom – opis projekta

Projekt "Poveži se bojom, približi se slikom" u trajanju od dvije godine (2013–2015) proveden je u suradnji Službe za mentalno zdravlje Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije i splitske podružnice Agencije za odgoj i obrazovanje. Temeljni cilj projekta bio je javnozdravstvenim pristupom senzibilizirati školske odgojno-obrazovne institucije i njihove korisnike i korisnice za potrebe očuvanja i unapređenja mentalnog zdravlja djece i mladih s teškoćama. Na razini pojedinca cilj je bio pridonijeti razvoju empatije sudionika i sudionica projekta, polaznika redovnog odgojno-obrazovnog sustava.

Umjesto predavanja, prezentacija i sličnih često korištenih projektnih aktivnosti, u ovom projektu korišten je svojevrsan alternativni pristup ostvarenju projektnih ciljeva. Cilj projekta bio je kreativnim pristupom, koji uključuje korištenje *art-terapije*, pridonijeti unapređenju mentalnog zdravlja osoba s teškoćama te senzibiliziranju djece i mladih bez teškoća za probleme, potrebe i mogućno-

sti osoba s teškoćama. Drugim riječima, riječ je o projektu alternativne komunikacije, u prvom redu likovne, manje verbalne. Takav oblik komunikacije premošćuje razlike među pojedincima i omogućuje im da se upoznaju i prepoznaju jer su znakovi, simboli i boje koje su sadržane u likovnom izrazu osobe osobni, ali i zajednički, univerzalni (arhetipski).

Specifičan način komunikacije ostvaren je u procesu dvosmjerne vršnjačke socijalizacije učenika i učenica osnovnih i srednjih škola te osoba s teškoćama.



Slika 1. Proces dvosmjerne vršnjačke socijalizacije korisnika/korisnica projekta

Osim dijaloga koji se događao u procesu dvosmjerne komunikacije, ovaj projekt karakterizira i dijalog između različitih likovnih radova, likovnih tehnika i materijala od kojih su stvoreni, kao i različitih poruka njihovih tvoraca. Projekt je utemeljen na spoznaji o posebnom značaju koji umjetnost ima kao sredstvo komunikacije koje uključuje skriveni potencijal za terapijsko djelovanje, te se u njemu ogledaju i nadopunjuju poglavito psihološki aspekti s onim edukacijskim i rehabilitacijskim.

Temeljna projektna aktivnost na koju je stavljen naglasak u ovom radu bile su kreativne i iskustvene radionice “Emocije, boje i raspoloženja” koje su podrazumijevale različite likovne i računalne tehnike korištene s ciljem poticanja promišljanja o ovoj temi koje je rezultiralo izradom predložaka za tapiserije kao glavnog ishodbog materijala projekta. Računalnu obradu predložaka za tapiserije izradili su učenici i učenice Škole za dizajn, grafiku i održivu gradnju. Prema izrađenim predlošcima, korisnici i korisnice Centra za odgoj i obrazovanje “Juraj Bonačić” i “Slava Raškaj” te učenici iz devet škola u Splitsko-dalmatinskoj županiji sudjelovali su zajedno u procesu izrađivanja vunenih tapiserija

na temu emocija i s njima povezanih kognitivnih procesa. Ukupno je izrađeno 19 tapiserija kojima su dodijeljeni sljedeći nazivi: Lijenost, Tuga, Sreća, Ljubav je žuta, Bliskost, Sigurnost je zelena, Ljutnja, Razigranost, Poveži se bojom, približi se slikom, Misli su ljubičaste, Slap ljubavi, Znanje, Snaga.

Ovakvim aktivnostima i projektima koji imaju za cilj uključivanje djece i mladih s teškoćama u život zajednice umanjuju se posljedice njihovih teškoća. Također stvaraju se preduvjeti za njihovu što uspješniju uključenost u život i rad u zajednici, umanjuje se vjerojatnost emocionalnih poremećaja i rizičnih ponašanja i na taj način štiti i unapređuje mentalno zdravlje ove osjetljive populacije (Lončar 2016).

Metode rada

Prethodno navedeni učinci i ciljevi aktivnosti projekta “Poveži se bojom, približi se slikom” evaluirani su provedbom ankete čiji se rezultati donose u nastavku teksta. U anketi je sudjelovalo 359 ispitanika/-ica od toga 83 učenika i učenica iz srednjih škola te 276 učenika i učenica iz osnovnih škola na području Splitsko-dalmatinske županije. Ispitanicima je po završetku projektnih aktivnosti ponuđeno da u obliku strukturiranog upitnika daju svoj osvrt na aktivnosti u kojima su sudjelovali. Anketa je sadržavala osam pitanja, od čega četiri zatvorenog i četiri otvorenog tipa, koja su imala za cilj ispitati korisnost projekta u općenitom smislu te zadovoljstvo pristupom upoznavanja s djecom i mladima s teškoćama koji je razvijen i korišten unutar projekta. Korisnost i zadovoljstvo projektnim aktivnostima ispitani su skalama procjene stupnja slaganja. Također ispitano je koliko su projektne aktivnosti pridonijele razbijanju eventualnih stereotipa povezanih s osobama s teškoćama. Na samom kraju ispitano je mišljenje učenika osnovnih i srednjih škola o mogućnosti poboljšanja komunikacije s osobama s teškoćama i odnosa prema njima. Jedan od ciljeva projekta bio je provođenjem zajedničkih aktivnosti upoznati učenike i učenice s osobama s teškoćama, njihovim potrebama i mogućnostima. Na taj način nastojalo ih se senzibilizirati i ukloniti eventualne predrasude i stereotipe prema osobama s teškoćama. U tu svrhu provjereno je i je li sudjelovanje u ovom projektu potaknulo proživljavanje nekih osjećaja i o kojim se osjećajima radilo. Instrument za procjenu navedenoga bilo je otvoreno pitanje u kojem su ispi-

tanici mogli navesti osjećaje koje je u njima izazvalo sudjelovanje u projektnim aktivnostima.

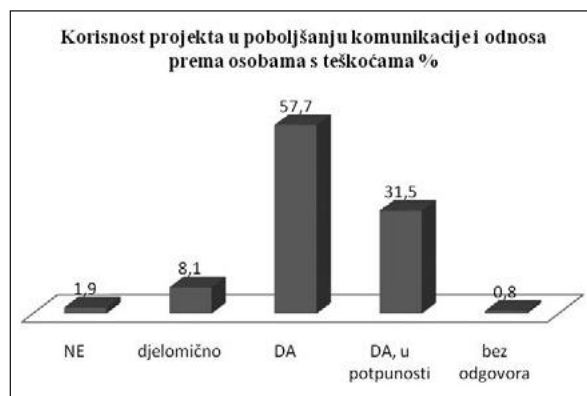
Metode obrade podataka

Zatvorena su pitanja u upitniku kvantitativno statistički obrađena uz pomoć programa za statističku obradu podataka SPSS Statistic 21. Dobiveni podaci su deskriptivno obrađeni, koristeći frekvencije i postotke, a rezultati su grafički prikazani histogramima i "pitama". Podaci prikupljeni otvorenim pitanjima obrađeni su analitičkom procedurom kategorizacije na način da su iz njih naknadno konstruirane i grupirane kategorije odgovora kojima se sažeto prikazuju njihove glavne odrednice.

U nastavku rada iznose se rezultati ankete koji će pružiti uvid u korisnost primjene metode art-terapije i njezinu daljnju primjenu i održivost.

REZULTATI I RASPRAVA

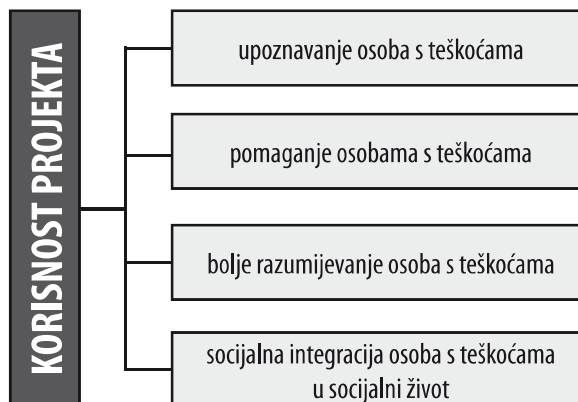
Više od devet desetina ispitanika/-ica uglavnom je (26,7%) ili u potpunosti (65,2%) zadovoljno projektom. Svoje nezadovoljstvo projektom iskazala su samo tri ispitanika (0,8%) dok je 25 ispitanika/-ica (7%) djelomično zadovoljno projektom. Iz navedenog je vidljivo da je projektna ideja uspješno realizirana i provedena na način blizak mladima, što potvrđuju i odgovori na pitanje o korisnosti projekta. Naime više od 90% smatra projekt uglavnom ili u potpunosti korisnim.



Grafički prikaz 1.

Ispitanici su imali priliku navesti razlog zbog kojeg pristup korišten u projektu smatraju korisnim. Obradom dobivenih rezultata uočeno je da

se odgovori grupiraju oko četiri kategorije, odnosno da ispitanici u najvećoj mjeri smatraju projekt korisnim iz sljedeća četiri razloga:

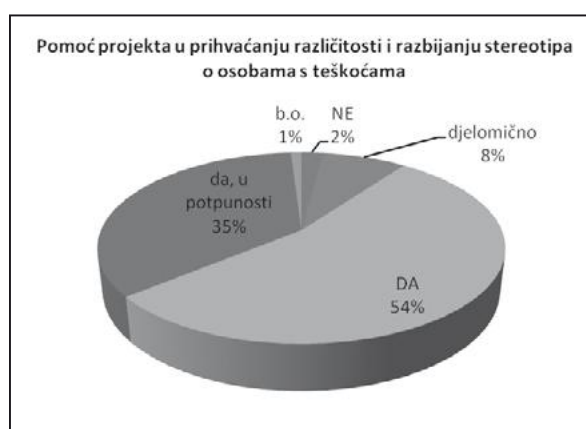


Slika 2. Korisnost projekta prema mišljenima ispitanika/-ica

Ispitanici ističu kako se u svakodnevnom životu nisu imali prilike neposredno susretati s osobama s teškoćama pa im je sudjelovanje u projektu omogućilo da upoznaju njihove potrebe i mogućnosti ("[...] zato što upoznajemo ljude koji su različiti od nas, ali u isto vrijeme isti kao i mi, i učimo da smo svi jednako vrijedni"). Projekt im je omogućio da upoznajući druge i drugačije, shvate da su različitosti bogatstvo ("[...] povezuje ljude, uči ih različitosti") te da uvide da različitosti ne bi trebale biti prepreka u komunikaciji i suživotu s drugima. Korisnost projekta vide i u tome što su imali priliku osobno upoznati vršnjake drukčije od sebe, pomoći im, bolje ih razumjeti i na taj način pridonijeti njihovoj integraciji u društveni život. To je kod učenika izazvalo osjećaj ispunjenosti, zadovoljstva i korisnosti što su svojim djelima pomogli da se djeca i mladi s teškoćama osjećaju ravnopravno i uključeno.

Osim što je projekt pridonio mladima osnovnoškolskog i srednjoškolskog obrazovanja na način da im je proširio vidike približivši im različitosti, smatraju da je pomogao i osobama s teškoćama. Time što su bili ravnopravni sudionici u projektnim aktivnostima i što su imali priliku pokazati svoja znanja i vještine u području kreativnog izražavanja pridonijelo se smanjenju društvenog jaza između osoba s teškoćama i njihovih vršnjaka tipičnog razvoja uključenih u projekt.

Prilika da se korisnici i korisnice projekta međusobno upoznaju, komuniciraju i druže dovela je do boljeg razumijevanja osoba s teškoćama kod više od polovice ispitanih (“[...] pa zbog upoznavanja, mišljenje koje sam imao do sada bilo je pogrešno”; “[...] jer pomaže da gledamo na takve ljude drugačijim očima”; “[...] jer dokazuje da i ljudi s poteškoćama itekako mogu raditi različite stvari i sudjelovati u umjetnosti baš poput zdravih osoba”). Sami ispitanici uviđaju da razumijevanje dovodi do prihvatanja drugih i/ili drugačijih. U skladu s ciljevima projekta mladi su se educirali, a većina njih i senzibilizirala za sve ono što pojedinci s teškoćama prolaze u svakodnevnom životu (“[...] jer nas uči kako žive i rade djeca s teškoćama”; “zato što potiče prihvatanje”). Boljim razumijevanjem osoba s teškoćama, korisnici i korisnice projekta sami prepoznaju važnost integracije osoba s teškoćama u svakodnevni život (“[...] zato što i osobe s poteškoćama mogu imati priliku da budu u društvu, a ne da budu odbačeni”). Osnovni je preduvjet za integraciju osoba s teškoćama u društveni život prihvatanje njihovih potreba i mogućnosti čime se smanjuje socijalna isključenost iz svakodnevnog života kao jedan od ključnih problema s kojima se susreću. U tom smislu ovaj projekt dao je svoj doprinos u području postizanja veće socijalne integracije osoba s teškoćama u društveni život.



Grafički prikaz 2.

Da je projekt ostvario svoj cilj *prihvatanja različitosti i razbijanja stereotipa o osobama s teškoćama* potvrđuju rezultati prema kojima 88% ispitanih podržava navedenu tvrdnju.

Gotovo devet desetina ispitanika/-ica smatra projekt korisnim za poboljšanje komunikacije i

odnosa prema osobama s teškoćama. Većina mladih nema priliku susretati se s osobama s teškoćama zbog njihove društvene izoliranosti. Zbog nedostatka prilike za upoznavanje i druženje s osobama s teškoćama, mladi često preuzimaju postojeće stereotipe: (1) “Do sada sam uvijek osjećala nekakvu nelagodu u prisustvu osoba s teškoćama jer sam se uvijek bojala da ću napraviti ili reći nešto krivo što će ih povrijediti, ali sada kada smo se družili s njima opuštenija sam u komunikaciji s njima”; (2) “[...] jer obično ljudi imaju predrasude o tim ljudima ili se boje da ih ne povrijede. Ovakvi projekti to razbijaju”; (3) “[...] jer na ovaj način vidimo kako oni funkcioniraju, mislim da osmijeh, zagrljaj i lijepu riječ svi razumiju”; (4) “Da, jer su i oni ljudi kao i mi, trebamo se prema njima normalno odnositi, kao i prema svakom drugom čovjeku”. Projekt im je dao priliku da u neposrednom susretu s osobama s teškoćama sami formiraju svoje stavove i mišljenja.

Ispitanici/-ice su se zajedničkim aktivnostima u projektu senzibilizirali za potrebe i mogućnosti osoba s teškoćama i uočili da ostvarena komunikacija i druženje pozitivno utječu na osobe s teškoćama: (1) “[...] da ti ljudi vide da nisu sami i da ih ljudi ne odbijaju iz razloga što nisu kao mi”; (2) “Zato što sada shvaćam kako im je”; (3) “[...] jer su oni ljudi isto kao i mi i svi zaslužuju šansu iako su osobe s poteškoćama”; (4) “Jedino s projektima kao što je ovaj se mogu zbliziti i upoznati nekog novog jer jedino kroz ovakvu vrstu rada se osjećam društveno korisno”; (5) “Da, jer im želim pomoći i oni su jako zanimljivi i željela bih znati kako oni proživljavaju život”.



Grafički prikaz 3.

Kod većine sudionika/-ica (92,4%) sudjelovanje u projektu potaknulo je stvaranje nekakvih osjeća-

Tablica 1. Osjećaji koje je kod ispitanika/-ica izazvalo sudjelovanje u projektu

Osjećaji koje je kod ispitanika/-ice izazvalo sudjelovanje u projektu	
ugodni osjećaji	bilo mi ih je drago vidjeti vesele i ponosne; bilo mi je drago zbog toga što su bili veseli zato što nisu ljudi smijali im se i bježali od njih; bilo mi je jako drago vidjeti da su ponosni na ono što jesu; zadovoljstvo i ponos na sebe, što mogu pomoći drugima; bilo mi je drago vidjeti ih onako sretno i da ih zbog bolesti ništa nije zaustavilo; sreća, ljubav, radost, osjećam se nekako ispunjenije; bilo mi ih je jako drago vidjeti kako se smiju i uživaju u provođenju vremena s ostalom djecom koja se prema njima ponašaju jednako kao i prema drugoj djeci; drago mi je da su se zabavili; bio sam sretan što su oni sretni; mislim da je lijepo vidjeti nekoga tko je bolestan da je sretan; da potaknulo je moje osjećaje zato jer i ja imam nekoga u obitelji s posebnim potrebama; pa čovjek se razveseli kada vidi da je nekome stalo do poboljšanja odnosa s drugim ljudima za koje smo mi mislili tko zna što; bilo mi je drago družiti se s njima, jer sam vesela/sretna kad vidim druge da su sretni/veseli, bilo mi je drago vidjeti kako su uspjeli ostvariti svoj cilj i kako su ponosni sami na sebe; iznenadila sam se kad sam vidjela koliko im je teško, ali se svejedno bore;
istodobno ugodni i neugodni osjećaji	mješavina tuge, sreće i radosti; kada sam vidjela mlade koji su u kolicima, bila sam jako tužna, iako nisu zdravi oni su dobri i imaju dobro srce; suosjećanje, ali tuga i radost; zbrka; kombinacija (puno) osjećaja; žao mi je te djece, ali to upoznavanje čini mene i njih sretnim; da, probudilo je istodobno loše i dobre osjećaje, uglavnom dobre jer iako imaju neke nedostatke, u slozi sve funkcionira; je, bilo mi ih je žao, ali mi je drago što ih crtanje čini sretnim; pa u početku je tužno, ali na kraju shvaćaš da je bitno biti sretan, a ako su ta djeca sretna, onda sam i ja sretna zbog njih; suosjećanje, pomalo i sažaljenje, ali isto tako i veliku ljubav i poštovanje; pa ne znam koje točno, ali znam da je bilo sreće i brige među tom hrpicom osjećaja; pomalo ugodnih, više neugodnih; čujem osobe iza sebe koji se rugaju tome što su vidjeli i to me izluđuje; toj djeci treba suosjećanje, a ne rujanje, čak i ako nisu ovdje;
neugodni osjećaji	neugodnost, tuga; bilo mi ih je jako žao; pustio sam koju suzu gledajući ih; bila sam tužna malo jer je u svijetu sve više diskriminacije i ljudi ne vide ljepotu kod ljudi koju oni pružaju iako su drugačiji; osjećaj tuge jer imaju teže živote od nas;

ja. Osjećaji koje su ispitanici navodili grupirani su kao ugodni, neugodni i ambivalentni osjećaji, dok 17% ispitanika/-ica ne konkretizira o kakvim se osjećajima radi. Kod najviše ispitanika/-ica sudjelovanje u projektu potaknulo je stvaranje ugodnih osjećaja (56,8%), zatim slijede oni koji su u konačnici osjećali mješavinu ugodnih i neugodnih osjećaja (16,7%). Tek nekolicina ispitanika/-ica (6,1%) navela je isključivo neugodne osjećaje. Međutim spomenuti neugodni osjećaji zapravo su rezultat suosjećanja s osobama s teškoćama i uključuju osjećaje kao što su: tuga, neugoda, zabrinutost: (1) "Bilo mi ih je jako žao"; (2) "Pustio sam koju suzu gledajući ih"; (3) "Bila sam tužna malo jer je u svijetu sve više diskriminacije i ljudi ne vide ljepotu kod ljudi koju oni pružaju iako su drugačiji"; (4) "[...] osjećaj tuge jer imaju teže živote od nas". S druge strane za najveći postotak ispitanih projekt je poslužio kao "okidač" za stvaranje ugodnih osjećaja poput ljubavi, poštovanja, suosjećanja, sreće, pažnje, veselja, radosti, prihvaćanja, dobrote, shvaćanja, topline, prijateljstva, povezanosti i mira.

Kao što je prethodno navedeno, značajnom broju ispitanika/-ica projekt je pobudio mješavinu ugodnih i neugodnih osjećaja, pri čemu su

neugodni osjećaji rezultat razvijenog suosjećanja i empatije, čime njihova negativnost dobiva pozitivan predznak: (1) "[...] mješavina tuge, sreće i radosti"; (2) "Pa ne znam koje točno, ali znam da je bilo sreće i brige među tom hrpicom osjećaja"; (3) "Pa u početku je tužno, ali na kraju shvaćaš da je bitno biti sretan, a ako su ta djeca sretna, onda sam i ja sretna zbog njih". U Tablici 1. grupirani su osjećaji koje je kod ispitanika/-ica izazvalo sudjelovanje u projektu.

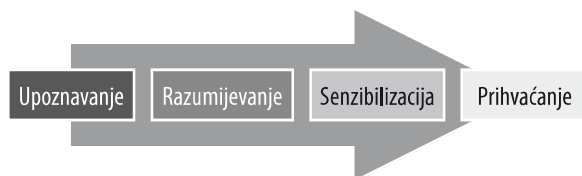
ZAKLJUČAK

Projekt "Poveži se bojom, približi se slikom" proveden je u suradnji Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije i Agencije za odgoj i obrazovanje s namjerom približavanja osoba s teškoćama i korisnika redovnog odgojno-obrazovnog sustava.

Temeljni cilj projekta bio je javnozdravstvenim pristupom senzibilizirati odgojno-obrazovne institucije i njihove korisnike za potrebe uključivanja djece i mladih s teškoćama u socijalnu interakciju s vršnjacima u svakodnevnom životu u svrhu očuvanja i unapređenja njihova mentalnog zdravlja.

U sklopu projekta provedeno je istraživanje kako bi se ispitala njegova uspješnost i ostvarenje ciljeva u praksi. Projekt je uspio u namjeri da senzibilizira više od polovice korisnika i korisnica, djece i mladih iz osnovnih i srednjih škola, za probleme, potrebe i mogućnosti osoba s teškoćama. Također njihovi odgovori pokazuju da ih je projekt potaknuo i usmjerio da promišljaju inkluzivno.

Nadalje projekt je korisnicima i korisnicama pružio priliku za upoznavanje osoba s teškoćama, što većini, zbog društvene izoliranosti osoba s teškoćama, ranije nije bilo dostupno. Zajedničko vrijeme provedeno u kreativnim radionicama i aktivnostima omogućilo im je zblžavanje i na taj način bolje međusobno razumijevanje za većinu ispitanika/-ica. Time su stvoreni uvjeti za formiranje osobnih stavova i mišljenja o osobama s teškoćama, što je važno u sprečavanju eventualnog preuzimanja društveno ukorijenjenih stereotipa o osobama s teškoćama.



Slika 3. Proces osnaživanja integracije osoba s teškoćama u društveni život

Ako sumiramo rezultate istraživanja, uvidjet ćemo da upoznavanje potreba i mogućnosti osoba s teškoćama te razumijevanje istih otvara prostor senzibilizaciji koja u konačnici doprinosi prihva-

ćanju različitosti. U tom smislu projekt je dao svoj doprinos procesu destigmatizacije osoba s teškoćama, koji djeluje kao kočnica njihovoj integraciji u društvo kao njegovih punopravnih članova.

Socijalna integracija posredstvom kreativnosti i stvaralaštva kao alata za socijalnu interakciju djece i mladih s teškoćama i onih tipičnog razvoja pokazala se kao uspješna metoda koja pridonosi zaštiti i unapređenju mentalnog zdravlja djece s teškoćama te povećanju stupnja senzibilizacije i prihvaćanja od strane njihovih vršnjaka bez teškoća. Primjenom *art*-terapije ne nastoji se razviti neka tehnika, umjetnička kompetentnost niti ona služi stvaranju djela koja bi bila namijenjena podržavanju bilo kakva narcizma. Njezina je svrha poticanje razvoja kreativnih sposobnosti, osvještavanje identiteta, a s druge strane omogućavanje da umjetnički izraz postane instrument komunikacije i socijalne integracije (Rodriguez 2002).

Zaključno projekti koji će implementirati kreativno-stvaralački pristup kroz *art*-terapiju i dvosmjernu vršnjačku socijalizaciju uspješno su sredstvo doprinosa socijalnoj integraciji osoba s teškoćama te, neposredno, zaštite i očuvanja njihova mentalnog zdravlja. Nadalje potencijal ovakvih projekata ogleda se na dvije ključne razine utjecaja. U širem smislu na razini neposrednog društvenog okruženja korisnika i korisnica projekta (institucije, ustanove, grupe vršnjaka) pridonosi se senzibilizaciji za različitosti, u ovom slučaju za osobe s teškoćama. U užem smislu na razini pojedinca, od najranije dobi, pridonosi se razvoju empatije koja je u konačnici preduvjet za senzibilizaciju i prihvaćanje različitosti.

LITERATURA:

- Craft, A. (2002): *Creativity and Early years Education/A lifewide foundation*. London/New York: Continuum.
- Došen, A. (2001): *Mental Health in Mental Retardation; Current Developments and Future Challenges in Europe* (Lecture to the 3rd Congress of European Association for Mental Health in Mental Retardation, Berlin, Germany). NADD: An association for persons with developmental disabilities and mental health needs. Posjećeno 31. 7. 2017. na stranici NAAD (An association for persons with developmental disabilities and mental health needs): <http://thenadd.org/nadd-bulletin/archive/volume-v/>.
- Došen, A. (2004): Dijagnostika i tretman poremećaja ponašanja i psihičkih oboljenja kod osoba s mentalnom retardacijom. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 40, 2, 165–174.
- Furlan, I., Kljajić, S., Kolesarić, V., Krizmanić, M., Petz, B., Szabo, S., Šverko, B. (2005): *Psihologijski rječnik*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Gudjons, H. (1994): *Pedagogija – temeljna znanja*. Zagreb: Educa.
- Hoffman, M.L. (1981): The development of empathy. U: J. P. Rushton, R. M. Sorrentino (ur.): *Altruism and helping behavior: Social, personality, and developmental perspectives*. (str. 41–59). Hillsdale, N. J.: Lawrence Erlbaum Associates.
- Livazović, G., Alispahić D., Terović, E. (2015): *Inkluzivni odgoj i obrazovanje u školi*. Sarajevo: Društvo ujedinjenih građanskih akcija.
- Klarin, M. (2004): Empatija i vještine komuniciranja kao temelj stereotipiziranja međukulturalne komunikacije. *Annales*, 14, 1, 129–140.
- Kvašček, R. (1981): *Psihologija stvaralaštva*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Lončar, L. (2016): Odgoj i obrazovanje učenika s teškoćama. U: Ključević, Ž. (ur.): *Zaštita mentalnog zdravlja djece i mladih: uloga javnozdravstvenih projekata*. (str.65–71). Split: Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije.
- Mikas, D., Roudi, B. (2012): Socijalizacija djece s teškoćama u razvoju u ustanovama predškolskog odgoja. *Paediatrica Croatica*, 56, 1, 207–214.
- Mitchell, L.C. (2002): *Blending practices in regular education: A mixed-method design study on course practicum and training experiences in relation to preservice teacher attitudes and knowledge about inclusion*. PhD disertation. The Pennsylvania State University.
- Nacionalna strategija za zaštitu mentalnog zdravlja za razdoblje 2011. – 2016., (2010): Zagreb: Vlada Republike Hrvatske, 79. sjednica.
- Pivac, D. (2016): Kreativnost i likovna terapija u zaštiti mentalnog zdravlja djece. *Zaštita mentalnog zdravlja djece i mladih: uloga javnozdravstvenih projekata* (str. 202–208). Ključević, Ž. (ur.). Split: Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije.
- Reić-Šustić, V. (2016): Zaštita i unapređenje mentalnog zdravlja osoba s teškoćama u razvoju. U: Ključević, Ž. (ur.): *Zaštita mentalnog zdravlja djece i mladih: uloga javnozdravstvenih projekata*. (str.53–64). Split: Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije.
- Rodriguez, J. (2002): *Art-terapija*. U: Prstačić, M. (ur.): *Umjetnost i znanost u razvoju životnog potencijala/Art and Science in Life Potential Development - radovi s međunarodnog simpozija Hvar, 1999*. (str.61–65). Zagreb: Hrvatska udruga za psihosocijalnu onkologiju i Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Sekušak-Galešev, S., Kramarić, M., Galešev, V. (2014): Mentalno zdravlje odraslih osoba s intelektualnim teškoćama. *Socijalna psihijatrija*, 42, 1, 3–20.

- Skočić Mihić, S (2011): Spremnost odgajatelja i faktori podrške za uspješno uključivanje djece s teškoćama u rani i predškolski odgoj i obrazovanje. Doktorska disertacija. Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Špelić, A., Zuliani, Đ. (2011): Uloga empatije u socijalizaciji djece s teškoćama u razrednim sredinama. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja, 47, 2, 96–108.

“CONNECT THROUGH COLOUR, GET CLOSER THROUGH PICTURES”- ART THERAPY IN THE PROTECTION AND IMPROVEMENT OF MENTAL HEALTH OF CHILDREN AND YOUNG PEOPLE WITH DEVELOPMENTAL DIFFICULTIES

***Abstract:** In this paper, the use of art therapy to maintain and improve the mental health of children and young people with disabilities is described. The stigmatisation that such young people often encounter diminishes their mental health, while successful social integration maintains and develops their mental health. This has been shown in a study conducted within the project “Connect through colour, get closer through pictures”, in which the participants were children and young people with disabilities, as well as their peers without developmental disabilities. The fundamental aim of the project was to raise awareness and sensitivity of children from primary and secondary schools toward the problems, needs and abilities of people with disabilities, and to stimulate them to think and act in an inclusive manner. The research was carried out as part of a project in which 359 pupils from Split-Dalmatia County participated. A survey of open- and closed-ended questions was administered, after which qualitative and quantitative data were analysed. The results of this research showed that art therapy as a tool for social interaction contributes to the protection and improvement of mental health in children with disabilities, and increases sensitivity and acceptance from their peers without disabilities. The resulting two-way socialisation in the stimulating environment contributes to the protection and improvement of mental health of children with disabilities.*

***Key words:** art therapy mental health, children and young people with developmental disabilities, inclusion*