



# UVODNIK

## Počeci

Točno je pet godina otkako je osnovana Hrvatska udruga za art terapiju, sedam godina otkako je osnovan poslijediplomski specijalistički studij Kreativnih terapija na Akademiji za umjetnost i kulturu pri Sveučilištu J. J. Strossmayer u Osijeku; deseci godina otkako prvi art terapeuti, školovani u inozemstvu, u Hrvatskoj počinju organizirati neformalne edukacije i prakticirati art terapiju, a više od sedamdeset godina otkako je art terapija utemeljena kao integrativan psihoterapijski pravac koji ujedinjuje umjetnost i teoriju umjetnosti, pedagogiju i metodologiju likovne kulture, te psihologiju i psihoterapijske tehnike. Ova interdisciplinarna struktura istovremeno pruža sve adute kojima se svaka od ovih grana može pohvaliti, ali je i prepreka prihvaćanju art terapije kao psihoterapijskog pravca i profesije. Točke doticaja i dubinu smisla dijeli sa svima, ali nedovoljno, ili, bolje rečeno, suviše, da bi pripadala bilo kojoj od njih.

Ime art terapije sugerira njenu dvojaku orijentaciju zbog koje su česte interpretacije koje art terapiju izjednačavaju s

wellnesom, rekreativnom i suportivnom terapijom, ili jednostavno likovnim izražavanjem. Art terapija se temelji na likovnom izražavanju, dodatno uključuje pristup odozdo-gore (kinestetički prema kognitivnom, za razliku od npr. psihodinamskog pristupa koji predstavlja pristup odozgo-dolje) i djeluje kroz sve strukture tijela i uma, ali je determinirana i identitetom art terapeuta, njegovom edukacijom, teorijskom orijentacijom i inklinacijom prema korištenju art kao terapije (Kramer, 1971), art psihoterapije (Naumburg, 1966) i/ili analitičke art psihoterapije (Schaverien, 2000).

Kao što napominje Rubin u intervjuu na sljedećim stranicama, art kao terapija i art psihoterapija se izmjenjuju kroz art terapijski proces i vrlo je teško ne koristiti obje. Međutim, postoje razlike koje su važne za shvaćanje art terapije i njenih različitih faceta. Art kao terapija pokazuje lječidbeni efekt likovnosti same; koristi senzorno-motoričku razinu s ciljem pristupa i rada s podsvjesnim dubinama koje sadrže utjelovljena iskustva zapečaćena u sjećanjima i emocijama koje

---

generiraju slike (Damasio, 2021) izražene u likovnom mediju. Ovi procesi daju rezultate, gdje će se boljitak čitati u smanjenju stresa, tjeskobe, utjecaja preopterećujućih emocija.

Art psihoterapija koristi i ovu senzorno-motoričku vrijednost, ali i afektivne i kognitivne procese, te prorađuje sadržaje prikazane u likovnom prema principima i teorijama psihologije, koristeći koncepte iznikle iz teorije kreativnosti i art terapije, kao što je to npr. ekspresivni terapijski kontinuum (Kagin i Lusebrink, 1978). Art psihoterapija i analitička art psihoterapija u još većoj mjeri, koriste odnos između terapeuta i klijenta, u kojem likovni rad predstavlja objekt na koji se projicira podsvjesni sadržaj klijenta. U analitičkoj art psihoterapiji, ovaj triangularni odnos (klijent-likovni rad-terapeut) stvara dinamičan prostor u kojem su sve tri funkcije aktivne i spontano se izmjenjuju (Schaverien, 2000).

Razvoj art terapije počinje u kolijevci civilizacije. Umjetnost je spontan i autentičan izraz gdje pravila slijede djelovanje i pomažu osobi komunicirati neobjašnjiva emocionalna i mentalna stanja. Stoljećima umjetnost služi kao karika između unutrašnjeg i vanjskog svijeta, u ritualima u prijelaznim periodima života, u osobnim i kolektivnim neverama. Ova teško premostiva razlika između iskustva svakodnevnog života i dubokih unutrašnjih stanja treba specifičan jezik kojim bi individualni svijet prevela u svijet duhovnosti, gdje se pronalazi smisao

i pregovaraju nove kvalitete. Umjetnost nudi ovaj prostor u izobilju.

Formalni psihoterapijski oblik art terapije ustanovljen je kroz pedesete godine prošlog stoljeća, prateći kontekst socijalne politike, filozofije i stanja svijesti čovjeka tog vremena.

Tok art terapije lakše je objasniti kroz iskustvo nego riječi, jer se najveći dio rada fokusira na metasadržaj koji se prenosi od osobe prema radu i terapeutu, te obratno, stvarajući tako triangularni terapijski odnos (Schaverien, 2000). Simbolizacija izraženog sadržaja dozvoljava rješavanje problema na simboličnoj razini, bez potrebe da se ulazi u autobiografske detalje ili kronološke naracije. Simbol uključuje senzaciju, emociju i misao, a ekternalizacijom – vađenjem iz mentalnog okoliša u stvarnost – simbol postaje vidljiv, a time razumljiv i rješiv. Ovaj neinvazivan pristup pruža neverbalnu komunikaciju, sigurnost i granice, a istovremeno je toliko bogat i individualan da su mogućnosti smjera terapijskog procesa neograničene.

U Hrvatskoj smo u ishodištu, na počecima, daleko od priznanja i prihvaćenosti u smislu uključenja art terapeuta u sustav mentalnog zdravlja, suočeni s mnogim zbunjujućim i kontradiktornim informacijama i različitim neformalnim, pa i štetnim edukacijama te praksama. Ovo je trenutak u kojem je potrebno upoznati javnost s onim što art terapija jest, a što nije, te dati kvalitetnu i neospornu informaciju kako bi i javnost i potrebiti

imali pristup provjerenim i pouzdanim profesionalcima i institucijama. Usprkos brojnim dokazanim prednostima art terapije, ostaje potreba za daljnjim informiranjem, educiranjem, osvještavanjem, za istraživanjima, zastupanjem i promocijom art terapije. Nedostaje i znanstvenih istraživanja temeljenih na postulatima art terapije, priklonjenijih kvalitativnoj metodologiji, a koji potpuno prate art terapijski proces.

Sve veći broj istraživanja na polju art terapije, uključujući ona iz neuroznanosti, kazuju u istom pravcu – art terapija je učinkovita.

Počeci. Ovaj broj posvećen je uspostavljanju novog kanala komunikacije art terapije, ostalih kreativnih terapija i srodnih znanosti s javnošću, s ciljem informiranja, osvještavanja, promoviranja znanja, poticanja interdisciplinarnе suradnje i zajedničkog rasta.

Na samom početku, donosimo intervju s dr. sci. Judith Rubin, ATR, HLM, doajenkom art terapije, čiji nas rad inspirira i educira desetljećima, a koja nam u intervjuu nudi svoj iskusan kritički pogled na povijest i razvoj art terapije, ali i njenu budućnost. Odmah potom predstavljamo vam dr. sci. Mercedes Balbé ter Maat, ATR-BC, LPC, HLM, art terapeutkinju, psihologinju, profesoricu, humanitarku, nekadašnju predsjednicu Američke Art terapijske Asocijacije, ali i prvu predsjednicu Hrvatske udruge za art terapiju.

U rubrici art terapijskog kruga donosimo aktualan originalan znanstveni rad u polju medijske art terapije ukrajinske art terapeutkinje i predsjednice Ukrajinske organizacije za art terapiju, dr. sci. Olene Voznesenske, u kojem opisuje animaciju kao medij za prorađivanje ratne traume kod djece i mladih; zatim, pregledni rad hrvatske art terapeutkinje školovane u Švicarskoj i Francuskoj, supervizorice i doktorantice ekspresivnih terapija, Sabine Mazzole Roguljić, mag. art. edu., koja problematizira uključivanje art terapije u odgojno-obrazovni sustav; tu je i originizvorni znanstveni rad umjetnice i art terapeutkinje, predsjednice Hrvatske udruge za art terapiju, doc. art. Mie Janković Shentser, univ. spec. art. therap., koji u art terapijski proces uključuje hrvatsku tradiciju gradnje suhozida; te studija slučaja umjetnice i specijalizantice art terapije Nikoline Manojlović Vračar, mag. art. edu., koja opisuje proces prorađivanja traume u virtualnom formatu.

Nadalje, u rubrici šireg kruga ekspresivnih terapija predstavljamo istraživanje u polju ekspresivne art terapije dr. sci. Jamie Marić, američke EMDR terapeutkinje, ekspresivne art terapeutkinje, učiteljice yoge i kreativne duše hrvatskog porijekla; pregledni rad dr. sci. Rose-Marie Rodríguez-Jiménez, terapeutkinje pokretom i plesom, supervizorice i predsjednice Europske federacije za terapiju pokretom i plesom; i na kraju, prikaz slučaja prve terapeutkinje pokreta i plesa

---

školorane u Hrvatskoj, Antonije Blažević, univ. spec. art. therap., i njen rad s djetetom s poremećajem na autističnom spektru.

Ususret počecima predstavljanja i publikacije art terapije u Hrvatskoj, otvaramo dijalog kreativnosti, znanstvenih istraživanja i zona interferencije u kojima se rađaju nova iskustva, uvidi, znanja, teorije i buduće prakse sa svrhom rasta, boljeg shvaćanja mentalnog zdravlja, zdravijeg i sretnijeg čovjeka i društva.

Mia Janković Shentser  
glavna urednica

## Literatura

- Damasio, A. (2021). *Feeling and knowing: making minds conscious*. New York: Pantheon Books
- Kagin, S. L. and Lusebrink, V. B. (1978). The expressive therapies continuum. *Art Psychotherapy*, 5(4), 171–180. [https://doi.org/10.1016/0090-9092\(78\)90031-5](https://doi.org/10.1016/0090-9092(78)90031-5)
- Kramer, E. (1971). *Art As Therapy with children*. Schocken Books
- Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy, its principles and practices*. Grune and Stratton.
- Schaverien, J. (2000). 'The triangular relationship and the aesthetic countertransference in analytical art psychotherapy'. Gilroy, A. & McNeilly, G. (Ur), *The Changing Shape of Art Therapy*. Jessica Kingsley Publishers.