



Hrvatske tradicionalne tehnike kao art terapijski procesi: Suhozid kao izraz tema granica, zaštite, obrane i privatnosti

doc.art. Mia Janković Shentser, univ. spec. art. therap.

HZSU, Zagreb, Hrvatska

Akademija za umjetnost i kulturu, Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku, Hrvatska

Hrvatska udruga za art terapiju, predsjednica

miajashe@gmail.com

Sažetak

Multikulturalna art terapija podrazumijeva prihvaćanje osobitosti određene kulture u njenom užem i širem kontekstu (Comas-Diaz, 2014, prema Corsini i Wedding). Specifičnost kulture i tradicije često govori i o mentalitetu i o kolektivnim problemima ili rješenjima zajednice. S obzirom na zanimljivosti hrvatske tradicije, ideja mini-istraživanja opisanog u ovom radu bila je da se u kliničku art terapijsku praksu uvedu upravo hrvatske kulturne i tradicijske kompetencije, koje će biti prihvaćenije i lakše provođene u Hrvatskoj, u kojoj art terapija još uvijek nije široko prihvaćena.

U ovom članku usporedit ćemo tri različite populacije i njihov rad sa hrvatskom tradicionalnom tehnikom gradnje suhozida, te učinke ove tehnike u terapijskom smislu.

Rad s trima različitim populacijama specifičan je koliko i populacije same, ali tehniku suhozida i ovaj materijal, univerzalno prihvaćaju. I preživljenicima holokausta, i art terapijskoj grupi žena u prijelaznoj dobi, i odraslima s psihijatrijskim smetnjama unutar institucije, rad je pružio značajne uvide.

Nedirektivnim pristupom u grupi i individualno, osobe intuitivno, u sve tri populacije, izražavaju teme granica, zaštite, obrane i privatnosti s jedne, te iskustvo procesa, meditativan i kontemplativan rad s druge strane.

Tehnika je prirodno rezonirala terapijski, spontano vodeći u različite smjerove prorade, korištena u simboličnom i animiranom obliku, kao likovna reprezentacija ili oblik u funkciji naracije.

Možemo pretpostaviti različite aplikacije ove tehnike u terapijske svrhe i nadamo se da ćemo im u budućnosti biti svjedokom.

Ključne riječi: art terapija, multikulturalizam, hrvatska tradicija, suhozid, psihijatrija, treća dob, preživljenici holokausta

1. Uvod

1.1. Povijest i značajke

Suhozid je tehnika gradnje isključivo kamenom, bez veziva (morta) (Hrvatski opći leksikon, 1996), koja se koristi za gradnju zidova, podzidova (potpornja terasa), odjeljaka za stoku, odjeljaka vinarstva, polja i pašnjaka, manjih građevina za pastire, te bunara u Dalmaciji, na Mediteranu (Šaravanja, Oreč i Kurtović, 2018) i šire. Ovaj specifični način gradnje koristi materijal nađen *in situ* premješten na gomilu koja ujedno predstavlja zemlju očišćenu za daljnju obradu, prirodni materijal za gradnju, te je izraz sklada čovjeka i prirode, rezultat sofisticirane jednostavnosti razumijevanja prirode.

Materijal – kamen, u koji nije nimalo intervenirano ili je minimalno grubo klešan drugim kamenom, bit će položen na prethodni kamen koji će tako naslagani formirati nepregledno duge, vijugave zidove koji lako mogu biti zamijenjeni za dio prirodnog okoliša. Prekriven različitim raslinjem, suhozid nudi prostor za život različitim autohtonim vrstama kukaca i

gmazova te tako kreira simbiozu u onom dubokom smislu koja na dijalog poziva praktičnost, estetiku, etiku, ekologiju i održivost.

Veće kamenje se postavlja u dno zidina suhozida, manje kamenje pri njegovom vrhu, a vještina se očituje načinom polaganja kamena - ukoso, okomito ili vodoravno. Oblik, težina i veličina kamena s jedne, i spretnost i iskustvo graditelja s druge strane (<http://www.dragodid.org/jadranski-suhozidi-cres>) čine suhozid autorskim djelom, rezultatom procesa, borbe strpljenja i kreativnosti nalaženja najboljeg načina sklapanja cjeline od kamenih dijelova.

Ove nas osobitosti suhozida vrlo lako mogu vratiti u daleku povijest arhitekture, ali nas istovremeno podsjećaju na osnovne ekološke gradnje u odnosu prema materijalu, prema okolišu - uključujući žive organizme, autohtone biljke i životinje, te prema vlasništvu.

Suhozid je kao gradnja pomičan, lako promjenjive visine, podložan restrukturiranju i reorganizaciji forme bez imalo štete po okoliš ili čak vidljive promjene na njemu, ali je prvenstveno oznaka granice koja odjeljuje privatna zemljišta. Suhozid je linija u zemljišnim knjigama koja ocrta dalmatinski krajolik, dajući jasnu informaciju u pravnom smislu. Pritom ova granica ne sugerira osobitu zaštitu jer su zidovi visoki oko metar i pol. Dakle, ova je simbolična međa predviđena za komunikaciju, ne za odjeljivanje i izolaciju. Danas, uz tolike zakone o privatnosti, mnoge zidove, sigurnosne sustave nadgledanja i osobe koje osjećaju potrebu za provođenjem ovih mjera, gotovo je nemoguće zamisliti širinu i slobodu bivanja unutar ovih naznaka vlasništva.

Mogućnost postavljanja granice kao oznake i podsjetnika, kao naznake vlastitog integriteta, predstavlja poštivanje vlastitog i tuđeg, ali i želju za komunikacijom, koja se neminovno uspostavlja sa svima koji ovuda prolaze.

Dalmacija je prožeta ovim zidinama koji pokrivaju oko 60 000 km i imaju volumen veći od svih egipatskih piramida, ali su i „nevjerojatan spomenik ljudskog rada”, (Božanić i Belamarić, prema suhozid.hr, tris.com).

Ne zaboravimo senzorne informacije mirisa biljaka, dodira vjetra, opipa kame... iskustvo dalmatinskog krajolika je osebujno.

Suhozid kao gradnju nalazimo još od mlađeg kamenog doba, eneolitika, te u

brončano i željezno doba (Frangeš, 2015). Dolaskom Ilira na Balkan, suhozid se sve više koristi uslijed razvoja stočarstva i organizacije socijalnog života (Frangeš i Rosić, 2013).

Ova duga kronološka nit, nastavljena je do danas kroz senzorne doživljaje prirode. Neuralni obrazac senzornog doživljaja povezan s afektom i drugim senzornim informacijama postaje mentalna slika (Damasio, 2021) koja se prenosi kao i tradicija s koljena na koljeno. Proceduralna memorija pospremljena u dugoročno, nesvjesno pamćenje, prenosi se kroz implicitnu memoriju tijela, na senzornomotoričkoj razini (Lusebrink, 2004); tako je ovom tehnikom utjelovljen duh čovjeka eneolitika.

2. Metodologija i analiza procesa

Koristeći principe multikulturalne teorije i ekspresivnog terapijskog kontinuuma (Hinz, 2009), u ovom članku ćemo istražiti razvijanje teme hrvatskog kuturnog naslijeđa kao art terapijskog protokola.

Cilj ovog istraživanja je da „u kliničku praksu uvedemo kulturne i tradicionalne kompetencije” (Comas-Diaz, 2014, prema Corsini i Wedding, str. 534) i tako što više približimo art terapijski rad hrvatskoj populaciji.

Tradicijske vještine u multikulturalnom pristupu vrlo lako posreduju između sta-

rije generacije i art terapije. Ove vještine su u rukama starije generacije čiji majstori nam je prenose. Razmjena znanja i snaga dobrodošao je element za rad u većoj grupi u okviru socijalne art terapije ili land-art terapije.

Slučaj spontane zajedničke gradnje suhozida na Kornatima 2010. g. pokazuje da tradicija ima puls. Graditelji suhozida iz Tisnog i Vatrogasci s Paga samoinicijativno grade spomen križeve za 12 poginulih vatrogasaca u tragediji na Kornatima 2007. Ova akcija bila je ritual pokapanja, opraštanja, počasti, tuge, ponosa,..., terapijski čin čiji trag ostaje i kao materijalni spomenik tehnike gradnje suhozida.

Istražujući lokalnu kulturnu tradiciju i terapijske teme dajemo prostor izražavanju individualnih i kolektivnih tema zajednice.

Ideja multikulturalizma jest da „priznaje različite poglede na svijet svake kulture, jedinstvene i dinamične, koje se moraju shvatiti unutar vlastitog konteksta” (Comas-Diaz, 2014, prema Corsini i Wedding, str. 534), što daje adekvatan okvir hrvatskoj art terapiji.

Multikulturalizam utjelovljuje kulturni konstruktivizam - proces u kojem pojedinac kreira svoj svijet kroz socijalne procese koji sadrže simbole i metafore (Comas-Diaz, 2014), na što se organski nadovezuje prepoznavanje i povezivanje kulturnih simbola s osobnim pričama iskazanima u konstruiranju hrvatske art terapije.

2.1. Suhozid - proces gradnje

Suhozid je kontemplativna tehnika gradnje orijentirana na proces umjesto na re-zultat. Proces čine repetitivne radnje koje traže fokus, koncentraciju i kontemplaciju. Prvenstveno senzorno-motorički obojana radnja (opipavanja kamena) surađuje sa višim kognitivnim funkcijama prefrontalnog korteksa za rješavanje problema i zaključivanje (prilagođavanje oblika, polaganje na odabrano mjesto).

U art terapijskom procesu senzorne informacije se obrađuju i percipirani objekti dobivaju značenje, čime počinje afektivna simbolizacija, a zatim i kognitivan uvid. Proces u kojem su kontrola, kritika i formalni impuls potrebe za rezultatom zaobidene, omogućuje izranjanje podsvjesnih sadržaja na površinu (Dalley, 1987).

2.2. Adaptacija suhozida kao tehnike u art terapijskom procesu

Suhozid je premješten na radni stol, kamenje je zamijenjeno kamenčićima različite vrste, a u ovom slučaju korišteni su kamenčići za mozaik. Na ovaj način u proces je uključena boja, što je u originalnoj izvedbi suhozida zanemariv element (kamenje je sivih tonova).

U razdoblju od godinu dana (2017./2018. godine) specijalizantica art terapije ponudila je ovu tehniku psihijatrijskim pacijentima (art terapijska grupa/individualan rad na kroničnom psihijatrijskom odjelu), preživljenicima holokausta (psi-

hoedukativna art terapijska grupa) i grupi odraslih žena (art terapijska grupa).

Materijal je predložen uz mogućnost intuitivnog korištenja pri čemu su praćene teme koje će se spontano pojaviti tijekom rada.

Sudionici su u nastavku mogli razviti i proraditi temu ili zaokružiti proces.

2.3. Opis art terapijskog procesa

2.3.1. Art terapijska grupa psihijatrijskih bolesnika

Psihijatrijska klinika Herzog, Jeruzalem, Izrael

Grupa psihijatrijskih bolesnika na kroničnom odjelu Psihijatrijske klinike Herzog u Jeruzalemu sastaje se jedanput tjedno u trajanju od dva sata, u multifunkcionalnoj prostoriji za aktivnosti s pristupom likovnim materijalima (izuzev oštrih, potencijalno opasnih predmeta).



Slika 1. Piramida

Grupa je malog formata, otvorenog tipa zbog dinamike prijama.

Ponudeni materijal sudionici spontano počinju koristiti za gradnju dvodimenzionalnih i trodimenzionalnih oblika postavljenih na stol ili podlogu. Plošni oblici karakteristični su za sniženo raspoloženje i energiju depresivnih osoba (Sl. 1, 2a, 2b i 2c).

Osoba koja je izradila piramidu (Sl.1) prvi put je s nama u grupi. Očekivano, čuva za sebe većinu informacija te dijeli samo kako je zagonetno mjesto piramide za nju divno jer može zauvijek čuvati tajnu. Pritom želi sačuvati svoju privatnost, informacije o sebi koje je nedugo prije susreta grupe od nje u razgovoru tražio psihijatar. Održavanje integriteta i humanosti u settingu psihijatrijske bolnice rijetka je privilegija koju osoba na art terapijskoj grupi ima priliku sačuvati.

Depresivna osoba s poviješću traume, samoozljeđivanja i dijagnosticiranom shizofrenijom kroz proces rada prisjeća se djetinjstva u zidinama starog grada gdje se osjećala zaštićenom, ne samo tisućljetnim zidinama grada već i zidovima roditeljske kuće (Sl. 2).

Kroz prvotno pozitivno obojenu sjetu u opisu svoje kuće i dvorišta u kojem je vješala rublje i trčala za loptom (Sl. 2a), postupno se osjeća sve nesposobnijom izgraditi realističan prikaz doma. Uz imenovanje svake sobe dupkom popunjava tlocrt prikazujući horror vacui, kako vlastite skučenosti u trenutnom prebivalištu, koju ne može izbjeći, tako i za-



Slika 2. a Tlocrt roditeljskog doma



Slika 2. b



Slika 2. c

trpanosti sjećanjima i osjećajima. Osoba proživljava konačnu zatrpanost u radu (Sl. 2b i 2c) i s nezadovoljstvom govori o trenutnom osjećaju depriviranosti na odjelu, o krađi osobnih stvari, općenito,

o atmosferi nezaštićenosti koja je zamijenila izgubljenu sigurnost doma.

Jasnije izraženu potrebu za privatnošću i zaštitom u okolini u kojoj se nedavno našla, možemo vidjeti na sl. 3. Sporim

i odmjerenim radnjama, ali postojanim i upornim radom, klinički depresivna osoba izrađuje zid koji na sredini doseže konačnu visinu, a na stranama se spušta „otprilike do pasa” na visinu koja je osobi ugodna za komunikaciju. Govori o potrebi da ima zid koji je može potpuno sakriti, ali i da ima mogućnost vidjeti okolicu, zato je zid na objema stranama trebao biti niži. Sigurna udaljenost s koje može podnije-

ti prisutnost nepoznate osobe označena je kamenčićem izvan zidina. Pridošlicu mora biti moguće vidjeti s te udaljenosti, kako je ne bi mogao iznenaditi. Osoba ima potrebu sigurne udaljenosti i u grupi, gdje se smješta na strani stola gdje nitko ne sjedi i blizu vrata. U razgovoru komunicira samo s terapeutkinjom, tihim glasom, odbija dijeliti sadržaje s grupom.



Slika 3.



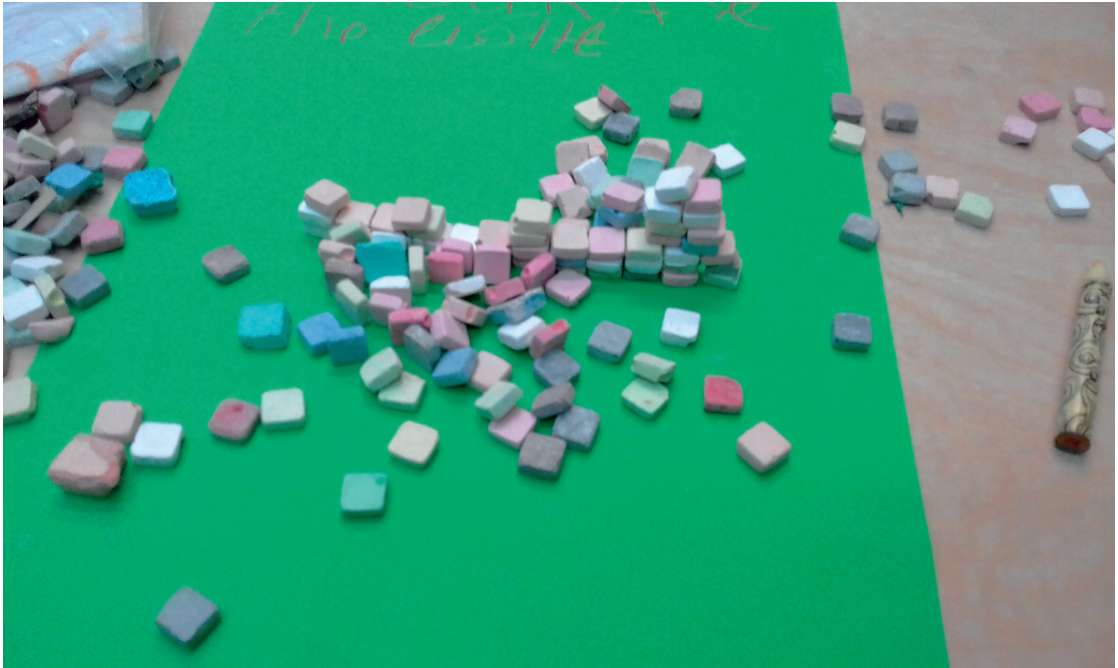
Slika 3.a

Drugi primjeri pokazuju dinamičniji rad osoba maničnog psihotičnog poremećaja (Sl. 4). Uz ponavljajuću gradnju i rušenje, započinjanje i ostavljanje gradnje i veći unos energije, jednako jasno je verbalno izražena ideja o potrebi zaštite.

U kontrastu s ovim primjerima pojavljuju se i radovi osoba koji pokazuju strpljenje, prepuštenost procesu i meditativnom učinku. Na sl. 5. i 6. vidimo primjere osoba s dijagnozom shizofrenije koje u radu ne imenuju cilj gradnje ili njenu funkciju u smislu teme, osjećaja ili razmišljanja, već intuitivno grade zid. Na sl. 5. rad je

osobe koja želi uspjeti izgraditi što širi i viši zid. S pažnjom polaže jedan kamenčić na drugi, potpuno predana procesu. Komentira kako je zid zaobljen da bude čvršći i zamišlja koliki bi trebao biti da zatvori cijeli krug i tako bude dovršen.

Druga osoba na sličan način gradi kružnu gradnju (Sl. 6), što izaziva salvu pohvala ostalih u grupi i veliko zadovoljstvo autorice. Posebnost se nagrađuje. I ovdje je bila izražena čista meditativna priroda procesa koja je učinila osobu zadovoljnom, iako joj se tijekom rada gradnja srušila i nakon toga ju nije htjela popravljati.



Slika 4.

Komentira kako „nema veze, što je bilo, bilo je”, drugim riječima, već je dobila ono što je htjela, rezultat joj nije važan.

Na sl. 7. osoba svoj osjećaj izolacije i nesigurnosti u instituciji u kojoj je zatvorena proširuje na okvir državne sigurnosti.



Slika 5.



Slika 6.

Opisuje kako je Izrael država sa stalnim problemima sigurnosti, ali ima i vojsku koja će ju obraniti ako dođe do sukoba. Povjerenje u vojsku i državu daje osobi okvir zaštite.

Proces započet kamenčićima, proširen je tehnikama crtanja bojicama, slikanja akrilom, te kolažiranjem papira u boji. Nastavlja crtati kaktuse i drugo raslinje tipično za Izrael.



Slika 7.

Da bi se sklonila od tuđih pogleda i mišljenja drugih u njen život, jedna sudionica gradi put do mora, mjesta gdje se osjeća mirno i sigurno (Sl. 8). Također govori o mogućnosti nalaženja vlastitog puta, na kojem je ovdje prikazana sama. Za razliku od svoga prvog rada, ovaj bogato ukrašava, predano izrađuje more i raslinje, te figuru u srebrnoj opravi... gradi neku bolju budućnost, zamišlja pozitivne ishode i učvršćuje unutrašnju sliku o svojim mogućnostima, željama i planovima.

Nakon izrade izražava želju za odlaskom na more kada izađe „odavde”, možda čak i sa djecom koja su sada sa muževljevom obitelji. Osjeća olakšanje i iscrpljenost.

Mladić čija je nedavna epizoda paranoje natjerala obitelj da ga hospitalizira, ostavlja ga još uplašenijeg u nepoznatoj, pa time i opasnoj okolini bezlične bolnice. Kamenčićima označava sebe, unutar okruglim zidom zaštićenog prostora (soba u roditeljskom domu) i napadače koji ga okružuju, penju se na zidove nje-



Slika 8.



Slika 9.

govog sigurnog mjesta i ulaze u njega. Potpuno je okružen, glas mu je sve tiši i tiši. Kako bi regrutirao vlastite snage za nadilaženje straha i izgradio resurse za uspostavljanje psihološke otpornosti, zajedno proučavamo kako bi mogao promijeniti situaciju u likovnom procesu, izgraditi, srušiti, pomaknuti... da bi se kamenčić unutar zidova mogao osjećati sigurnim.

Zamišlja sebe pored jezera (Sl. 9a, b), na svom sigurnom mjestu, na koje ponekad odlazi u šetnju. Jedan plavi kamenčić, koji predstavlja autora, postavljen je nasuprot više plavih kamenčića koji simboliziraju vodu. Kao da je i sam voda. Ovdje staje i odšuti, smireniji.

Povlačimo paralelu između ovog mjesta koje je kreirao, mjesta koje može zamisliti: mentalnu sliku sigurnog mjesta kojoj uvijek ima pristup i prostora za aktivnosti na odjelu. Na taj način osobi ipak ostavljamo nešto što je može osnažiti u satima koji nadolaze. Kroz art terapiju osoba je prošla proces koregulacije, što joj može poslužiti kada bude potrebno održati funkcije u prozoru tolerancije, tj. kada se bude morala samoregulirati.

U radu s grupom pacijenata na psihijatrijskom odjelu dobili smo nekoliko različitih ideja koje nam ova tehnika može pružiti u terapijskim procesima.

Jedna grupa pacijenata razvila je temu zaštite, granica, privatnosti, dok je druga



Slika 9.a



Slika 9.b

koristila ovu tehniku kao samu sebi dovoljnom, uz bitne faktore koncentracije, fokusa, intuitivnog i samomotiviranog rada.

2.3.2. Art terapijska grupa za preživljenike holokausta Centar za cjeloživotno učenje, Jeruzalem, vladina organizacija „Caffee Europa” za preživljenike holokausta Europe, Grad Jeruzalem

Grupa se sastaje jednom tjedno u terminu od sat i pol, ima psihoedukativni oblik

art terapijskog pristupa. Grupa je velika, otvorenog je tipa i ima dva voditelja, psihoterapeuta i socijalnog radnika.

Kroz godinu dana rada s grupom razvijena je visoka razina kohezije, dijeljenja sadržaja, međusobne podrške članova.

Aktivnost gradnje suhozida prihvaćena je uz minimalan otpor zbog veličine kamenčića, konkretni surogat je sitan i time je manipulacija otežana. Dob sudionika (iznad 75 godina) specifično donosi smanjenje funkcija motorike, što je svakako nešto na što treba obratiti pažnju u izvedbi ovog protokola.



Slika 10



Slika 10.a

Generalno se ističe narativna kvaliteta tehnike, što nije bio slučaj u populaciji u psihijatrijskom settingu.

Na slikama 10 i 10a. vidi se tlocrt bunke-
ra i podzemnog skloništa za civile u nepo-
srednoj blizini. Osoba je jedan od neko-
liko vojnika na koje je svedena jedinica
bez vojne podrške, bez radio veze, s jedi-
nom misijom - obraniti civile skrivene u
podzemnom skloništu.

Pomicanjem vojnika i civila (kamenčića)
odigrana je tema zaštite i obrane u nara-
tivnom obliku.

Druga osoba se sjeća svoje karijere in-
ženjera graditeljstva koju nakon rata os-
tvaruje u Rusiji. Nakon sve jačih simp-
toma anksioznosti i depresije napušta,
očito, vrlo uspješnu karijeru. Govori o
projektu koji je bio od nacionalne važno-
sti i vrlo hvaljen u to vrijeme, čega se
sjeća sa smiješkom (Sl. 11, 11a). Postupno
napuštanje karijere i rodne zemlje opi-
suje sve manjim nakupinama kamen-
čića, što više članova grupe s autoricom
emotivno proživljava.



Slika 11.



Slika 11a



Slika 11b

Graditeljica gradi još jednu građevinu
(Sl. 11b) za koju komentira da je djelo-
mično srušena radi interpolacije s novim
građevinama. Nekada priznata i poštiva-

na figura ruske arhitekture, sada je u
poznim godinama, svjesna svoje mental-
ne deterioracije.



Slika 12.

Slika 16. prikazuje zidine Jeruzalema, ali ovaj put one nisu prikazane kao zaštitničke, već kao izmučene, opterećene poviješću, uzrok beskonačnih sukoba,

kao zidine koje dovode do problema. „Mogla sam zidine nastaviti graditi u beskonačnost”, kaže autorica, baš kao što joj se čini da nema kraja ratovima.



Slika 13.



Slika 14.

Na slici br. 14 vidimo još jedan primjer korištenja tehnike u svrhu procesa koji je osobi vrlo brzo postao zabavan sam po sebi. Osoba nakon trećeg reda rješava problem rušenja zida podupirući ga gdje je potrebno te tako ujedno postavlja granice s lijeve i desne strane, ograničavajući time dužinu zida i svoj rad.

S lijeve strane vidimo rad osobe kojoj je aktivnost bila frustrirajuća i, nakon što nije uspjela složiti ništa od kamenčića, odustala je od gradnje, ali ih je nastavila grupirati prema boji (Sl.13). Kao da je pokušala „pospremiti” taj „nered” koji je napravila, kontrolirajući tako barem dio onoga s čim se ni na koji način ne može povezati.

2.3.3. Art terapijska grupa za odrasle (žene)

Centar za kulturu za govornike engleskog jezika, grad Jeruzalem

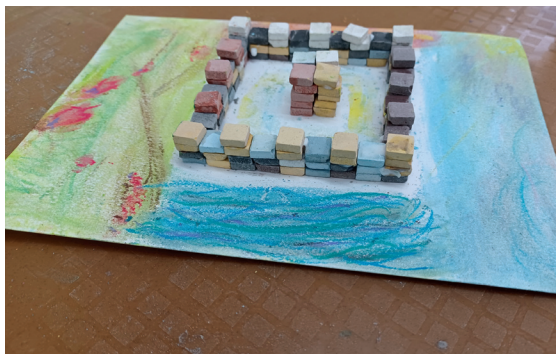
Grupa se nalazi jedanput tjedno u terminu od dva sata. Grupa je art psihoterapijska, odškrinutih vrata te je vremenski neograničena. Članice su žene koje su nedavno imigrirale u Izrael.

Grupa žena između 55 i 79 godina ovu tehniku koristi za slične terapijske ciljeve uspostavljanja granica.

Rad na slikama 15 i 15a prikaz je odnosa osobe prema okolini. Centralni stup okružen je zidinama kvadratnog tlocrta sa stupom u svakom uglu. Stupovi su različitih boja i predstavljaju četiri elementa: vatru, vodu, zrak i zemlju. Njen najintimniji dio, pravi Self, okružen je prostorom kojeg štite zidine čiji kvadratni oblik prati četiri strane unutrašnjeg

stupa. Siguran prostor koji osjeća kao prostor između svoje srži – središnjeg stupa, i svoje kože, kao granice prema vanjskom svijetu - zidinama, opisuje slobodnim, prozračnim, mirnim. I izvan zidina su četiri elementa prema kojima se odnosi na

određen način. Svaki element izvana u njoj izaziva određenu kombinaciju boja koje reflektiraju emotivno, mentalno stanje i određeno ponašanje. Na primjer, na vatru izvana, na jaki karakter, reagirat će čvrstim i jasnim stavom, „crno na bijelo”.



Slika 15.



Slika 15.a

U radu, koji također selektira boje i daje im određeni značaj, riječ je o narativnom prikazu početka civilizacije (Sl. 16). Plavi kamenčići predstavljaju izvor vode, smeđi kamenčići izgrađeni most i branu, žuti kamenčići predstavljaju polje žita, dok su sivi, smeđi i žuti naslagani u stupove koje autorica naziva Stonehangeom, a koji predstavljaju spiritualno mjesto. Ne postoje granice jer mjesto okružuje puno zemlje, sigurno je i otvoreno prema prirodi. Autorica naglašava da granica za nju nije osobita prepreka, da sama posjeduje osjećaj širine i da je svjesna svog jakog karaktera koji će joj vjerojatno omogućiti nošenje s bezgraničnim. Svjesna je i prirodnih granica, rijeka, plodna zemlja, šuma., osnova preživljavanja, na koje se čovjek mora adaptirati. Nakon toga dolazi

moćnost ljudske intervencije: gradnja svetišta, mostova..

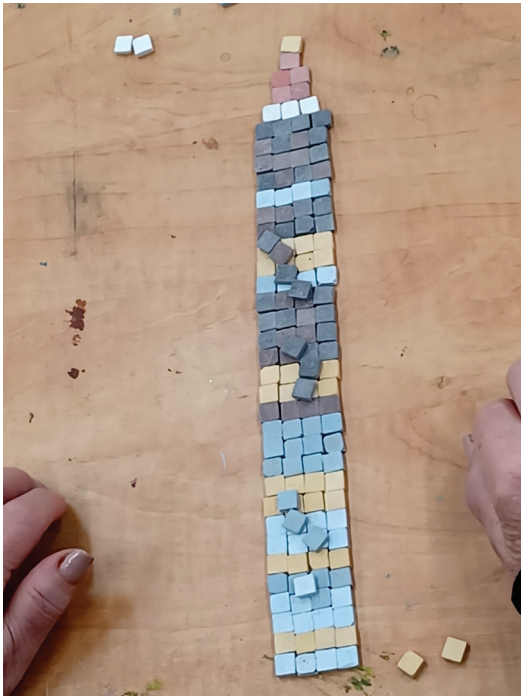
Plošno postavljen rad na slici 17 predstavlja Empire State Building te autoricu i njenog muža u dnu gorostasa. Autorica je u početku htjela predočiti impresioniranost zgradom kada ju je prvi put vidjela uživo. Zatim, pod utiskom Jacksona Pollocka, čiju je izložbu nedavno vidjela, dodaje „raspršene” kamenčiće - Pollockove mrlje. Međutim, to je u nastavku podsjećala na 11. 9. i sav se ushit pretvara u užas. Tek naknadno izjavljuje da je njezina zadivljenost zgradom zapravo strahopoštovanje inspirirano strahom od visine, te da se na Empire State nikada nije i neće popeti. Vidljiva nestabilnost u izostavljanju naznake tla, linije gravitacije, naše osnovne sigurnosti, u ovom



Slika 16.

radu stoje za izostanak granice, odnosno potrebe za granicom,

odnosno neosvojivih visina i neočekivanih katastrofalnih događaja.



Slika 17.



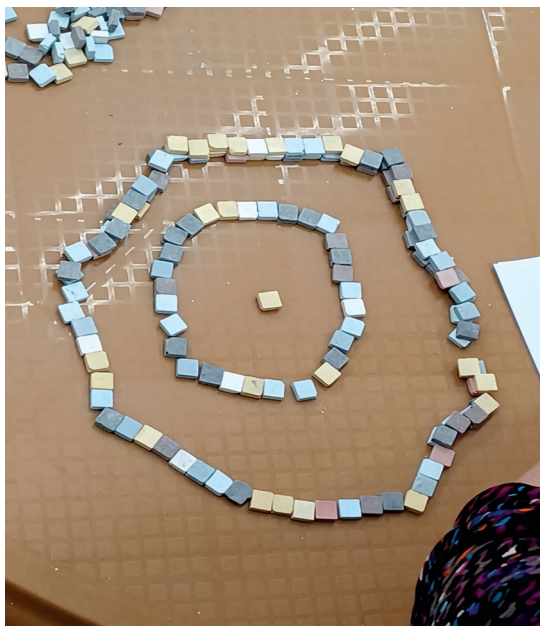
Slika 18.

Srce kao organ i kao centar emocija (Sl. 18), ovdje je prikazano zaštićeno od vanjskih utjecaja. Kamenčići istovremeno predstavljaju emocije, a njihovom bojom istaknuta je težina, odnosno toplina emocija. Emocije teku pa se tako pozitivne emocije penju i izlaze iz srca u tijelo, dok one druge ostaju, padaju, teške su i teže ih se osloboditi. Na jednom od kanala su izbušene rupe kojima je naznačena mogućnost izlaska pozitivnih emocija. Istjecanje pozitivnih emocija indicira obranu pozitivnim emocijama, naspram

duboko pohranjenih težih emocija koje osoba još uvijek nije spremna izraziti.

Slika 19 prikazuje rad osobe koja prvi put prisustvuje grupi, čak dolazi sa zakašnjenjem, što također utječe na njenu pojačanu napetost i osjetljivost na okolne zvukove na koje odgovara trzajima i okretanjem u smjeru izvora zvuka.

Osoba postavlja kamenčić od kojeg kreće, a koji predstavlja Self. Oko Selfa podiže dva koncentrična, okruglasta zida, a sa strana gdje sjedi ostatak grupe naslagala je još dvije „brane”. Evidentno je da se imala potrebu višestruko zaštititi.



Slika 19.



Slika 20.

Tehniku psihoterapeutkinja provodi i u individualnim sesijama, od kojih je vrijedno izdvojiti slijedeću. Dama, pre-

življenica holokausta, proživjela je nakon Drugog svjetskog rata, kako kaže, „iluziju života”, nečega što postoji samo na fotografijama, čak i njenim osobnim

fotografijama, koje gleda praznim pogledom. Unutra je isti mrak. Nakon smrti supruga, potpuno se povlači, ima suicidalne misli, a svoj stav izražava sve manjim sudjelovanjem u svim oblicima bivanja. Njena granica prema svijetu je čvrsta i nepropusna, potpuno je udaljena od okoline, čak i najbliže obitelji te daje vrlo uzak prostor za komunikaciju. Ovaj prostor uspješno je uspostavljen kroz art terapiju. Slika 20 prikazuje stjeranost u kut koju osoba osjeća zbog svoje fizičke nepokretnosti i ovisnosti o invalidskim kolicima.

Sebe prikazuje zelenim beskonačnim nizom od plastelina, reprezentaciju sebe koju je oblikovala prvi put kada smo se srele. Njena je boja bila zelena, a zelena je, iznenadila bi se, za nju predstavljala nadu. U procesu gradnje zida - granice prema svima, koja je bila na lijevoj trećini papira, snažnim pokretom ruke iznenada pomiče složeni zid pred zeleni niz - sebe, kako bi opisala skučenost, stjeranost u kut, osjećaj zarobljenosti i u vlastitom domu.

3. Rezultati

Rezultati ovog mini-istraživanja daju jasan pozitivan feedback o korištenju tradicionalne tehnike gradnje u terapijske svrhe. Od ukupno dvadeset (20) sudionika, čak trinestero (13, tj. 65%) spontano izrađuje rad na temu zaštite, granica, sigurnosti i privatnosti (Tablica br. 2).

Tri osobe (15%) koriste tehniku kao meditativan proces sam sebi dovoljan, a dvije osobe (10%) svom meditativno-kontemplativnom procesu gradnje dodaju značenje (izmučene zidine Jeruzalema i počeci civilizacije).

Dvije osobe izrađuju rad na temu sjećanja iz prošlosti, nevezanu uz teme granice (10%). Sjećanje i kontemplacija o njemu isplivali su kroz rad u ovoj tehnici, pa se proces zapravo može postaviti i u kategoriju meditativnog procesa koji evocira sjećanja i davanje značenja.

Samo jedna osoba odustaje od procesa zbog nemogućnosti rukovanja materijalom (5%).

Prema strukturi rada, većina osoba radila je trodimenzionalnu gradnju (13, tj. 65%), dok je sedmero izradilo dvodimenzionalne radove (7, tj. 35%) (Tablica br. 3).

Prema načinu prikaza, radovi se dijele na simbolične, narativne, meditativne i/ili kontemplacijske procese. Osoba koja se zbog nemogućnosti manipulacije malim dijelovima borila s frustracijom zamijenila je proces gradnje procesom grupiranja kamenčića prema boji, kontrolirajući za nju nepodnošljiv i neizvediv proces (Tablica br. 3).

Prema korištenju materijala osobe se u većini slučajeva koriste samo kamenčićima (15, tj. 75%), a samo petero (5, tj. 15%) koristi dodatne likovne tehnike (bojice, glina, plastelin, kolaž, žica) (Tablica br. 4).

Osobe su se u osam od dvadeset (40%) slučajeva koristile bojom u gradnji odre-

đene slike, odvajajući boje i prema njima koristeći boje kako bi simbolički prikazali građeni određene elemente (5, tj. 25%) ili emocije (3, tj. 15%) (Tablica br. 5).

Tablica br.1. Pregled sudionika i njihovih radova prema strukturi i temi. Boja označava grupe sudionika u istraživanju: žuta – psihijatrijski pacijenti, roza – preživljenici holokausta, ljubičasto – grupa žena.

Slika br.	Rezultat	Struktura	Tema
1	<i>Piramida</i>	<i>2D, simboličan prikaz</i>	<i>Privatnost, održavanje granica</i>
2 a,b,c	<i>Roditeljski dom</i>	<i>2D, prikaz događaja iz prošlosti, naracija</i>	<i>Potreba za zaštitom, privatnost, reminiscencija</i>
3	<i>Zid</i>	<i>3D, simboličan prikaz</i>	<i>Granica</i>
4	<i>Zid</i>	<i>3D, simboličan prikaz</i>	<i>Zaštita</i>
5	<i>Zid</i>	<i>3D</i>	<i>Orijentiranost na proces, meditativan pristup</i>
6	<i>Zid</i>	<i>3D</i>	<i>Orijentiranost na proces, meditativan pristup</i>
7	<i>Zastava</i>	<i>2D, kombinirana tehnika (crtanje, kolaž) simboličan prikaz</i>	<i>Sigurnost</i>
8	<i>Odlazak na more</i>	<i>3D, kombinirana tehnika (izrada lutke, reljefa okoliša) fantazija o budućnosti, narativno</i>	<i>Odvajanje, potreba za mirom, zaštita</i>
9 a,b	<i>Napad u mojoj sobi</i>	<i>3D, kombinirana tehnika (plastelin) narativno, prikaz događaja iz prošlosti, simboličan prikaz rješenja situacije</i>	<i>Granice, zaštita</i>
10 a,b	<i>Bunker</i>	<i>2D, narativno, prikaz događaja iz prošlosti</i>	<i>Obrana, zaštita, reminiscencija</i>
11 a,b,c	<i>Autorske građevine</i>	<i>3D, slike iz prošlosti, narativno</i>	<i>Reminiscencija</i>
12	<i>Zidine Starog grada Jeruzalema</i>	<i>3D, simboličan prikaz, narativno</i>	<i>Kontemplacija</i>
13	<i>/</i>	<i>3D grupiranje po boji</i>	<i>Proces frustracija/organizacija</i>
14	<i>Zid</i>	<i>3D</i>	<i>Orijentiranost na proces, meditativan pristup</i>
15	<i>Self / 4 elementa</i>	<i>3D, kombinirana tehnika (crtič) simboličan prikaz</i>	<i>Granice</i>
16	<i>Počeci civilizacije</i>	<i>3D, akcijski narativno</i>	<i>Kontemplacija</i>
17	<i>Empire State Building</i>	<i>2D, simboličan prikaz</i>	<i>Strah od visine / Granica sigurnosti – tlo pod nogama</i>

18	<i>Srce</i>	<i>3D, kombinirana tehnika (glina) simboličan prikaz</i>	<i>Granica emotivna</i>
19	<i>Zid</i>	<i>2D, simboličan prikaz</i>	<i>Granice, zaštita</i>
20	<i>Zid</i>	<i>2D, narativno</i>	<i>Granice, privatnost</i>

Tablica br. 2. Pregled broja sudionika i njihovih radova prema temi.

Tema	Granice / Zaštita / Privatnost /		Meditativan proces/ Kontemplacija		Reminiscencija, slike iz prošlosti (nevezano za granice) 3D	Ništa 3D
	3D	2D	3D	2D		
Broj	6	7	5	0	1	1
Ukupno	13		5		1	1

13/20 imaju temu zaštite; 5/20 koriste tehniku kao meditativan proces, 2/20 nemaju terapijski učinak

Tablica br. 3. Pregled sudionika i njihovih radova prema strukturi prikaza.

Struktura	3D	2D	simboličan prikaz		meditativan proces		narativan prikaz	
			3D	2D	3D	2D	3D	2D
	13	7	7	3	3	0	5	4

Tablica br. 4. Pregled sudionika i njihovih radova prema korištenom materijalu.

Tehnika	Kamenčići		Kombinirana tehnika	
	3D	2D	3D	2D
Broj	10	5	4	1
Ukupno	15		5	

Tablica br. 5. Pregled sudionika i njihovih radova prema korištenju boje.

Boja	Korištenje boje		Ignoriranje boje	
	3D	2D	3D	2D
Broj	6	2	7	5
Ukupno	8		12	

4. Diskusija

Zidovi su građeni da bi se rušili. Svaki zid istovremeno je granica, zaštita, zabrana i izazov.

Kada je postavljen zid u Berlinu, on je postao granica dvaju dijelova grada, dvaju segmenata države, dvaju različitih političkih orijentacija te doveo do razvoja potpuno drugačijih kultura na mjestu koje je nekoć bilo jedno. Moć zida jest da razdvoji.

Kada je postavljen zid zatvora, on je poslužio za zaštitu građana od potencijalno opasnih pojedinaca i zatvaranje kriminalaca kako ne bi nadalje ugrožavali ljude i imovinu te da bi ih se kaznilo za počinjeno. Funkcija zida jest da zaštiti. Uz kontrolu i sustav kažnjavanja, zid stvara prostor zatočeništva, izostanka slobode.

Psihijatrijske ustanove imaju visoke zidove kako bolesnici ne bi doveli sebe i okolinu u opasnost, a na forenzičkom odjelu su kao počinitelji kriminalnih djela zatvoreni uz sigurnonosne mjere, slične zatvorskim. Također, veliki utjecaj stigme, nerazumijevanja okoline, utječe na izdvajanje iz zajednice, sakrivanje nepogodnosti od očiju kulturne javnosti te sukladno tome - podizanje zidova.

Bolnice također imaju zidove, a određeni se odjeli čuvaju više od drugih (zaštita okoline od zaraznih bolesti npr). Ovi zidovi su ipak „perforirani“, čuvaju manje predrasuda, češće i opuštenije se prelaze i izazivaju manje znatiželje. Ono što poznajemo manje nas plaši. Poznavanje po-

trebnih mjera i zakonitosti ponašanja u bolničkim okolnostima dovodi do boljeg razumijevanja i lakšeg pristanka na uvjete i protokole bolnice.

Zidovi samostana znak su izolacije i potrebe za mirom i kontemplacijom, spiritualnim načinom života. Unutar zidina život funkcionira pod drugačijim uvjetima, hijerarhija je drugačije postavljena, čak su i autoriteti drugačiji. Zid ovdje funkcionira kao odvajanje duhovnog od sekularnog načina života.

Simbol zida je također simbol prepreke, nečega nedostupnog, zabranjenog i stoga izazovnog, onoga što budi znatiželju i fantaziju.

Pitanje je što je ugodan zid, onaj koji bi mogao zaštititi naš integritet, a opet ne predstavljati prijetnju ili zabranu ulaska u „naš“ ili „vaš“ prostor. Koliko je taj prostor velik, koliko zid treba biti visok da bi zadovoljio navedene potrebe?

Procesom izrade zida istražujemo svoje granice, prostor potreban za vlastiti osjećaj sigurnosti, zaštite i privatnosti. Granice, kako u ratu tako i u miru, moraju biti poznate, priznate i jasne, kako integritet osobe ne bi došao u opasnost. Poštivanjem vlastitih granica, dajemo okolini do znanja kako se trebaju ponašati prema nama, a pritom ne zatvaramo mogućnost komunikacije. Činimo prostor za sebe, ne ugrožavajući okolinu, niti susjedov integritet.

Nije ni čudo što su sudionici triju skupina na predstavljen materijal, prije nego tehniku, spontano gradili. Bile to građevine, tlocrti građevina, zid kao simbol granica Selfa, zid kao obrana ili prikaz osjećaja skučenosti. U *sharingu* su izražene teme granica (Sl. 1, 3, 8, 9, 15, 17, 18, 19, 20), privatnosti (1, 2, 20), sigurnosti s jedne strane (Sl. 1, 2) i izolacije s druge (2b, 2c), te zaštite (Sl. 2, 4, 8, 9, 10, 19). Ponegdje je nedostatak granice bila specifična orijentacija teme (16, 17), a ponekad njeno naglašavanje (9, 19, 20). Plošna, dvodimenzionalna gradnja (Sl. 1, 2, 7, 10, 17, 19, 20) pruža jaču kontrolu i manje potrebe za rješavanjem problema te kreativnom snagom, a pretpostavlja jaču regresiju ili motoričku deterioraciju. U dvodimenzionalnim radovima pojavljuju se simbolični i narativni strukturalni elementi, ali u puno manjoj količini (15% simboličkih dvodimenzionalnih radova, 20% narativnih dvodimenzionalnih radova), dok meditativnih procesa nema. Ova informacija može nam potvrditi pretpostavku jače regresije, sniženih motoričkih, mentalnih ili kreativnih sposobnosti autora dvodimenzionalnih djela.

Trodimenzionalna gradnja svakako je u većini, bez obzira na populaciju, a javlja se u narativnom, simboličnom i meditativnom/kontemplativnom izrazu.

53% trodimenzionalnih gradnji su simboličnog izraza, 38% narativnog i 23% meditativnog procesa.

Naracija u trodimenzionalnim radovima ima ulogu akcijskog odigravanja scena (napad u sobi, gradnja civilizacije, skučenost) ili priče koju opisuje kreirana slika (srce, zid-Self, zidine Jeruzalema). U drugim slučajevima trodimenzionalne gradnje u kojima je korištena naracija su slike iz prošlosti (bunker, projektirane zgrade), reminiscencije.

U konačnici, proces je dao zanimljive rezultate koji svakako mogu poslužiti za daljnja istraživanja.

Bilo bi korisno proučiti rad s prirodnim materijalom u kojima bi osoba mogla jače osjetiti senzomotorički efekt s obzirom na raznolikost oblika i veličinu kamena. Uz različitost oblika dolazi i raznolikost oblikovanja, a ovdje je ona zadana oblikom i veličinom materijala, što je svakako ograničavajući faktor. Veličina kamena je presudna i kod populacija kojima je karakteristično smanjenje motoričke funkcije (stariji, osobe s različitim fizičkim i intelektualnim poteškoćama).

Bilo bi vrijedno proučiti land-art terapiju u prirodnom okolišu i uvjetima. Grupe, (partneri, obitelji, skupine) bi također mogle profitirati od suhozida kao dobre strategije za proučavanje granica u odnosima.

5. Zaključak

Ovim mini-istraživanjem pokazalo se da je tradicionalna tehnika suhozida uspješno provedena kao art terapijski proces u radu s temama granica, sigurnosti, zaštite, privatnosti i obrane. Pokazala se i kao moćno sredstvo narativnog prikaza te akcijskog rješavanja problema. S druge strane, tehnika je korištena kao meditativan proces, u smislu stvaranja prostora za sadržavanje, opuštanje i koncentraciju, a ponekad i bijeg (gradnja u nedogled, do isteka vremena rada).

Osobe iz triju različitih populacija jednako su reagirale na temu u ovim trima pravcima: teme sigurnosti i granica, imaginacije-naracije, te u smjeru meditativnog likovnog procesa.

U razradi tema, tehnika je korištena sama za sebe, kao sam proces gradnje suhozida, a ponekad dodavanjem drugih materijala (glina, plastelin, boja, žica, tkanina).

Prilagodba ove tradicijske tehnike za upotrebu u art terapijskom procesu pokazala se kao bogato iskustvo i temelj za razradu važnih tema unutar psihoterapijskog procesa.

6. Literatura

- Camina, E. i Güell, F. (2017). The Neuroanatomical, Neurophysiological and Psychological Basis of Memory: Current Models and Their Origins. *Front. Pharmacol.* 8:438. <https://doi.org/10.3389/fphar.2017.00438>
- Comas-Díaz, L. (2014). Multicultural psychotherapy. U knjizi F. T. L. Leong, L. Comas-Díaz, G. C. Nagayama Hall, V. C. McLoyd, & J. E. Trimble (Urednici), *APA handbook of multicultural psychology*, Vol. 2. Applications and training (pp. 419–441). *American Psychological Association*. <https://doi.org/10.1037/14187-024>
- Frangeš, G., Zaccaria, M. N., Križanić, M., Ratkajec, M. i Pejić, M. (2015). Suhozidna baština na području Grada Malog Lošinja Konzervatorska studija. *4 Grada Dragodid*
- Frangeš, G. i Rosić, T. (2013). Katalog izložbe Suhozidi Kotora, *Muzej grada Crikvenice*
- Hinz, L. D. (2009). *Expressive Therapy Continuum: A framework for using art in Therapy*. New York, NY: Routledge.
- Jurkota Rebrović, M. (2010). *Jadranski suhozidi: Cres*. Dragodid. Retrieved December 6, 2022, from <http://www.dragodid.org/jadranski-suhozidi-cres/>
- Klemenčić, M. (urednik) (2012). *Hrvatski opći leksikon*. Leksikografski zavod Miroslav Krleža
- Kljenak, M., Kurdija, S., Polič, M. i Golobič, M. (2013). Experiencing Dalmatia: What constitutes the sensory landscape identity of the Dalmatia region? *Društvena Istraživanja*, 22(2), 277–302. <https://doi.org/10.5559/di.22.2.04>

- Krešo, N., Kušan, M., Knežević, A., Trojanović, A., Čulić, J., Leljak, M., Krišto, D. i Udovč, T. (2015). Landscape Study of the Island Of Cres. Local Development Project, Grad Cres. *Ministry of Culture, Croatia*
- Lusebrink, V. B. (2004). Art Therapy and the Brain: An Attempt to Understand the Underlying Processes of Art Expression in Therapy. *Journal of Art Therapy*, 21:3, 125-135. <https://doi.org/10.1080/07421656.2004.10129496>
- Naumov, G. (2010). Neolithic anthropocentrism: principles of imagery and the symbol manifestation of corporeality in the Balkans. *Documenta Praehistorica XXXVII., Vol.37.2010.* <https://doi.org/10.4312/dp.37.20>
- Porges, S. W. (2022). Polyvagal Theory: A science of safety. *Frontiers in Integrative Neuroscience*, 16:871227. <https://doi.org/10.3389/fnint.2022.871227>
- Puljak, L. (2014). *Drystone constructions of Brač*. Pučišća School. Dragodid. Pristupljeno 10. listopada 2022, na http://www.dragodid.org/materijali/Bracki_suhozidi_small.pdf.
- Šimac, G. (2014). *Suhozidarska renesansa: Naši suhozidi su duži od Kineskog zida i veći od svih piramida – vrijeme je za UNESCO*. Tris, neovisni novinarski portal. Pristupljeno 22. listopada 2022, na <https://tris.com.hr/2014/11/suhozidarska-renesansa-nasi-suhozidi-su-duzi-od-kineskog-zida-i-veci-od-svih-piramida-vrijeme-je-za-unesco/>
- Šaravanja, K., Oreč, F. i Kurtović, A. (2018). Kratak prikaz hercegovačkih suhozida. *e-Zbornik, elektronički zbornik radova Građevinskog fakulteta, Vol. 8*. Special edition. Pristupljeno 12. listopada 2022, na <https://hrcak.srce.hr/206642>
- Wedding, D. i Corsini, R. J. (Urednici). (2010). *Current Psychotherapies*. (pp. 533-567). Belmont, CA: Brooks/Cole.