

## Osvrti, prikazi, recenzije

Lucija Hrstić

### Prikaz knjige

# Tena Duran: Kreativno izražavanje emocija – najvažnija knjiga za dijete u procesu odrastanja

*Osijek, Og grafika d. o. o Jastrebarsko*

*Naklada: Udruga Male note, travanj 2024., 36 str.*

*Format knjige: 16 x 23*

*ISBN: 978-953-46039-0-1*

Utisku Og grafika d. o. o Jastrebarsko te u nakladništvu udruge Male note, u travnju 2024. godine izdana je prva knjiga autorice Tene Duran: *Kreativno izražavanje emocija – najvažnija knjiga za dijete u procesu odrastanja*.

Ovim se priručnikom prije svega nastojala popuniti dugotrajna praznina obrazovnog sustava u pogledu emocionalnog odgoja djece (od predškolske dobi i starijih uzrasta). Knjiga služi kao pomoć svim odgojno-obrazovnim stručnjacima (odgajateljima, učiteljima, terapeutima, psiholozima i pedagozima) kao i roditeljima. Zbog toga se s pravom može zaključiti kako je knjiga namijenjena i odraslima koji žele obogatiti svoj emocionalni izričaj aktivnostima s elementima kreativnih terapija. Zamišljena je

u obliku kraćeg priručnika. Pisana jednostavnim jezikom. Kroz četiri modaliteta kreativnih terapija (muzikoterapiju, art-terapiju, dramaterapiju te terapiju pokretom i plesom) obrađuje i donosi korisne aktivnosti kojima na poticajan te društveno prihvatljiv način možemo izraziti četiri dominantne emocije, koje u većem ili manjem opsegu doživljavamo tijekom dana. To su: SREĆA, TUGA, STRAH i LJUTNJA.

Knjiga je nastala kao spoj već postojećih kreativnih kartica za izražavanje emocija i postupnog uvođenja čitatelja u teorijske osnove kreativnih terapija. U karticama i knjizi autorica donosi osamdeset prijedloga koje su prethodno odobrili kvalificirani stručnjaci, ujedno i suradnici na oblikovanju knjige.

To su: dr. med. univ. spec. art. therap. Maja Štimac (prva licencirana dramaterapeutkinja u Hrvatskoj), dr. art. univ. spec. art. therap. Jelena Kovačević (art-terapeutkinja i ilustratorica knjige), univ. spec. art. therap. Antonija Blažević (terapeutkinja pokretom i plesom). Suradnju su

upotpunili i recenzenti: psihologinja Ida Maričić (psihologinja i autorica projekta „Zapeli zajedno“) i dr. sc. Damir Marinić, psiholog.

U knjizi ćemo nakon sadržaja i općih podataka uočiti podjelu na nekoliko jasno označenih cjelina. Tako prvi dio čine uvodna riječ, pojašnjenja kreativnih terapija te upute za primjenu knjige. **Uvodna riječ** služi kao zamjena predgovoru. Ističe autoričinu ideju za nastanak knjige te zahvale ranije navedenim suradnicima. Autorica iznosi i napomenu kako primjena aktivnosti s elementima kreativnih terapija ni pošto ne smije biti zamjena za terapijski proces jer se terapijski proces odvija pod vodstvom terapeuta, kvalificiranog stručnjaka. U nastavku autorica na jednostavan način odgovara na pitanje: **Što su kreativne terapije?** Svaki od četiriju modaliteta kreativnih terapija opisuje zasebno ističući način na koji svaki od njih utječe na dobrobit pojedinca. Odgovor na pitanje: **Komu je knjiga namijenjena?** svrha je autoričine inspiracije. Predstavlja sažetak njezina dosadašnjeg radnog iskustva u radu s djecom kao učiteljice i muzikoterapeutkinje. Knjiga je prvenstveno namijenjena djeci, koja interakcijom s odraslima i vršnjacima izražavaju emocije. Način na koji ih pokazuju uvjetovan je okolinom. Svrha ovoga priručnika je pokazivanje emocija na društveno prihvatljiv način oplemenjen umjetnošću. Odgovor na pitanje **Kako ju upotrebljavati?** autorica donosi praktičnim savjetima u nekoliko koraka: 1. primjećivanje dominantne emocije kod djeteta, 2. razgovor o dominantnoj emociji i njezinoj ilustraciji u knjizi, 3. izbor aktivnosti koji je najjednostavniji za primjenu. Dijete tako vremenom uči samostalno koristiti knjigu te samo odabrati aktivnost koja ga najviše ispunjava.

Drugi dio knjige donosi naloge, odnosno aktivnosti za izražavanje emocija s elementima kreativnih terapija uz početnu ilustraciju uz svaku emociju. Svaka od četiriju emocija oblikovana je tako da donosi četiri ili pet kratkih prijedloga za provedbu aktivnosti prema modalitetima kreativnih terapija. Redoslijed navođenja prijedloga pritom ne uvjetuje preferencije čitatelja. Nakon predstavljanja aktivnosti slijede kratke biografije autorice i ilustratorice.

Iskazi recenzenata donose pohvale oblikovanju priručnika te velikom broju aktivnosti ponuđenih za provedbu i rad na emocionalnoj regulaciji.

Priručnik predstavlja i prikladnu stručnu literaturu za odgojno-obrazovne stručnjake budući da se o emocionalnom odgoju djece do sada nije detaljnije pisalo. U razmatranju kulturološkog gledišta razvoja muzikoterapije kao discipline u regiji ova knjiga daje vrijedan doprinos zbog toga što se bavi emocionalnim odgojem i razvojem emocionalne inteligencije različitih populacija (djece i odraslih).

Aktivnosti koje knjiga nudi donose ponude iz aktivne i receptivne muzikoterapije. Tako bi u ponude provedbe aktivne muzikoterapije pripadali prijedlozi aktivnog stvaranja glazbe (lupanje kuhačama po loncu uz stvaranje ritma i sl.), a u ponude receptivne aktivno slušanje glazbe (npr. opuštanje uz odabranu omiljenu pjesmu). Razmjena iskustva i stečenih znanja među mladim znanstvenicima i odgojno-obrazovnim stručnjacima jedini je siguran put izgradnje boljega društva. Podjednako ga zastupaju sve populacije: odrasli i djeca.

Vjerujemo kako će ovaj priručnik biti poticaj za nova znanstvena istraživanja slične tematike kako mladim znanstvenicima, tako i samoj autorici.

Naslovnica i unutrašnjost knjige *Priručnik za kreativno izražavanje emocija - najvažnija knjiga za dijete u procesu odrastanja*. Preuzeto: <https://www.gskos.unios.hr/index.php/predstavljanje-knjige-kreativno-izrazavanje-emocija/>. (23. 6. 2024.)

