

Predstavljamo vodeće art terapeute: dr. sc. **Marian Liebmann**, ATR, OBE

Razgovarala: Mia Janković Shentser

Dr. Marian Leibmann se kvalificirala kao art terapeutkinja 1979. godine, te otada radi s počiniteljima, ženskim grupama i grupama u zajednici. Provela je 19 godina u Timu za mentalno zdravlje Inner Cityja u Bristolu, UK, gdje je razvila rad na ljutnji, također s tražiteljima azila i izbjeglicama. Predavala je o art terapiji na sveučilištima u Velikoj Britaniji, Irskoj, Istočnoj Europi i baltičkim zemljama. Restorativna pravda i medijacija su dva područja u kojima nastavlja edukaciju i sustavan rad, a koji se nastavlja na njen rad s počiniteljima i njihovim obiteljima. Predaje i vodi seminare i radionice o umjetnosti, sukobima i ljutnji širom svijeta. Napisala je i uredila dvanaest knjiga, uključujući Art terapiju i ljutnju te najnoviju Art terapiju s fizičkim stanjima i Art terapiju s neurološkim stanjima. Godine 2010. dodijeljen joj je doktorat iz Sveučilišta u Bristolu. Godine 2013. dodijeljen joj je OBE za doprinos art terapiji i medijaciji.

P: Možete li nam za početak reći nešto o vašem životnom putu, kako vas je doveo do art terapije?

O: To vjerojatno nije bio uobičajen put. Moji roditelji su bili znanstvenici, pa sam slijedila njihov obrazac. Oduvijek sam voljela umjetnost, ali je to uvijek bio samo hobi. Kao dijete imigranata uvijek morate misliti kako zaraditi za život - nemate obitelj na koju se možete osloniti. Pogotovo ne na moje roditelje, židovske izbjeglice iz nacističke Njemačke, čija je cijela obitelj poubijana. Diplomirala sam fiziku i matematiku, baš kao i moji roditelji, a onda sam počela predavati jer sam se sve više zanimala za ljude. Predavala sam matematiku u srednjoj školi. Razlog opredjeljenja za znanost bio je taj što sam se umjetnošću mogla nastaviti baviti sama, dok je znanost zahtjevnija i morala sam učiti. Nije me veselilo što sam morala birati,



ali takav je tada bio sustav. Također, kad sam završila matematiku, kemiju i fiziku – morala sam odlučiti koji ću od njih nastaviti studirati na sveučilištu. Nije postojala profesionalna orijentacija, savjetnik koji bi rekao: „Gledaj, dobra si u svemu, zašto ne bi studirala antropologiju ili sociologiju?“ Dok sam krenula studirati, više uopće nisam uživala u tome. Ali, budući da sam osoba koja završi ono što započne, nastavila sam i završila studij.

Ta vještina je zaista imala važnu ulogu u mom životu. Te male stvari mijenjaju cijelu sliku. Mislim da mi je upravo ta sposobnost završavanja onog što započnem, kao i naporan rad, omogućila da napišem toliko knjiga – ne zato što sam naročito pametna ili posebno dobar art terapeut, nego zato što mogu dovršiti ono što započnem.

P: Je li vaša edukacija u fizici utjecala na vašu art terapijsku praksu?

O: Na dva načina. Prvo, naučila sam biti vrlo metodična - pogotovo u strukturiranju grupa. Drugo, razvila sam znanstveni skepticizam prema podacima koji su naizgled znanstveni, naročito prema statistici i prikazima rezultata.

Načini mjerenja i zaključci izvedeni u istraživanju često zahtijevaju uočavanje nedosljednosti. To se pokazalo korisnim, naročito danas, kad ljudi gledaju statistiku učinkovitosti. Nisu sve metode istraživanja prikladne za sve teme. Treba provjeriti stvarnu učinkovitost randomiziranog kontrolnog istraživanja, koje se uzima kao zlatni standard znanstvenog istraživanja. Zanimljivo je kako metoda studija slučaja stječe sve više poštovanja jer je često prikladnija za određeni cilj.

P: Mislite li da će art terapija biti prepoznata samo kroz empirijska istraživanja ili se u znanosti dogodila prekretnica na kojoj umjetnost može penetrirati znanstvenu domenu putem studija slučaja?

O: Teško je reći. Osobno sam više praktičar nego istraživač. Ali sam skeptična prema nekim metodama istraživanja.

Nedavno su mi ponudili da budem vanjski ispitivač studentu doktorskog studija art terapije, dijelom zato što se bavio radom u zatvoru. Veliki dio mog radnog staža bio je vezan za zatvore i zatvorenike. Bilo je zanimljivo jer je većina istraživanja bila bazirana na studijama slučaja i bilo je vrlo uzbudljivo čitati o transformacijama kroz koje su neki sudionici prolazili.



Napravljena je i klasična zaključna studija koja je pokazala pomake u određenim aspektima mentalnog zdravlja – ali bez statistički značajnih razlika. Primjerice, u kaznenom pravu, ako imate 14% smanjenja ponovnih prekršaja, to je dobro. Morali biste imati ogroman uzorak da bi art terapijsko istraživanje bilo statistički respektabilno, a postoji puno prepreka u provedbi takvog istraživanja.

Provedena je izvrsna studija na 400 ispitanika u Londonu – art terapija s oboljelima od shizofrenije – gdje se pokazao značajan učinak. Kad su studiju ponovili u ruralnim područjima, rezultati su bili puno slabiji. Postojale su razlike u postavkama, npr. mnoge grupe u ruralnim područjima bile su slabo posjećene. Zašto? Zbog loših autobusnih veza. Takve jednostavne stvari mogu u potpunosti poremetiti tijek procesa. Drugi problem je bio regrutiranje ljudi iz ruralnih područja u okviru uskih kriterija koje je istraživanje specificiralo.

Dok sam vodila art terapiju unutar bolničkog centra, jedan psihijatar me upitao: „Kako znate da djeluje?“ Tek toliko da ga smirim, kreirala sam upitnik sa skalom od pet stupnjeva o problemima pacijenata, od „vrlo loše“ do „nema većih problema“. U

tome je, dakle, bilo humanosti – pacijenti su odlučivali koji su njihovi problemi. Nakon šest mjeseci art terapije dala sam im da ponovo ispune skalu i rezultati su uglavnom pokazivali pozitivne promjene, što ih je ohrabrialo. Međutim, nije imalo vrijednost istraživanja jer je bilo preindividualno.

Odjel za art terapiju u istoj bolnici je također pokrenuo istraživanje u kojem su korisnici trebali ispuniti upitnik sa svojim art terapeutom. Budući da nije bio neovisan – ispunjavao ga je terapeut s kojim su radili, zbog čega se nije smatrao valjanim. Zatim su zatražili vanjskog suradnika da provede upitnik s korisnicima, ali kako nisu imali povjerljiv odnos s tom osobom, nisu htjeli surađivati. Provođenje istraživanja je zaista kompliciran proces i skidam kapu svakome tko se time bavi. Međutim, potrebno je mnogo više od gomile brojeva kad istražujemo bilo što u vezi s ljudima.

P: Kako se zapravo dogodio vaš prijelaz iz znanosti u art terapiju?

O: Ja jednostavno volim umjetnost. Uvijek mi je predstavljala rasterećenje od znanstvenog pristupa. Predavala sam



u srednjoj školi, u čemu također nisam naročito uživala jer nisam bila dobra u kontroli mase – djeca su bila neposlušna, nemirna i glasna. Slobodno vrijeme sam provodila na tečajevima slikanja i slikajući kod kuće. Učlanila sam se u klub umjetnika u čijem časopisu sam pročitala članak o art terapiji. Odmah sam se zainteresirala! Kad sam preselila u London, posjetila sam nekoliko art terapeuta koji su radili u velikim bolnicama, ali rijetko je tko uopće ikad čuo za to. Pomislila sam, ovo je zanimljivo – to želim raditi! Govorili su mi kako imam diplomu iz znanosti i ne mogu to studirati. No ja sam našla način, obilaznim putem. Pohađala sam brojne art terapijske radionice, a kada mi je posao premješten u Bristol, nastavila sam i ondje.

Ubrzo sam dobila posao u Dnevnom centru za bivše zatvorenike gdje sam bila zadužena za obrazovanje, umjetnost i rukotvorine. Vodili smo velik broj grupa. Uglavnom su to bile art terapijske grupe, no nismo ih tako nazivali. Zvali smo ih likovnim radionicama, ali smo radili na osobnim pitanjima i razvijanju grupnog pristupa. Sve što znam o socijalnom radu naučila sam ondje, od kolega i sudionika.

Nakon toga sam završila MA art terapije u Birminghamu. Moja disertacija obrađivala je art terapijske grupe, bila je kolekcija različitih iskustava art terapeuta iz Bristola, Birminghama i Londona. Pripremila sam knjižicu i razaslala svima koji su pridonijeli radu, kao zahvalu za pomoć. Mnogi drugi art terapeuti također su željeli primjerak knjige, i na kraju sam se zatekla kako šaljem pakete knjiga diljem svijeta. Shvatila sam kako je vrijeme da nađem nakladnika te sam napisala dodatna poglavlja o načinu primjene iznesenih ideja. Knjiga je objavljena 1986. godine pod naslovom „Art terapija za grupe“; drugo izdanje objavljeno je 2004. godine.

Nakon završenog studija nisam mogla naći posao art terapeuta u blizini – tek miljama daleko. Tada sam već imala bebu i nisam mogla putovati pa sam morala pokušati nešto drugo. Počela sam raditi sa žrtvama zločina, koje su se suočavale s brojnim problemima, kojima nitko nije posvećivao pažnju.

Danas je to područje institucionalizirano, no kad sam ja to radila, imali smo tim volontera, to je sve. Posjećivali smo ljude i radili svaki dan, čak i na Božić. Pojavili bismo se na vratima i ponudili pomoć.



Ljudi su nam bili beskrajno zahvalni. Imali su različite probleme i trebali su potporu, a mi smo, volontirajući i uz pola moje voditeljske plaće, davali sve od sebe. Danas je to zakonska usluga, policija ostavlja broj telefona na koji osoba može nazvati ako treba pomoć.

U to vrijeme sam vodila različite grupe – umjetničke radionice, mirovne grupe, crkvene grupe, i dobrovoljnu organizaciju za roditelje koji su se suočavali s teškim životnim situacijama.

Odlučila sam se na još jednu kvalifikaciju, u području socijalnog rada, sa specijalizacijom za probaciju. Danas probacija ima korektivni cilj, nije dio socijalnog rada. Međutim, u to je vrijeme unutar probacijske službe postojala značajna fleksibilnost i sloboda. Neki profesionalci su nudili slobodno penjanje, neki su poučavali mehaniku motora, a ja sam bila „art terapijski probacijski službenik“. Ondje sam intenzivno vodila art terapijske programe, što je rezultiralo dvjema knjigama: Art terapija u praksi (1990.) i Art terapija s prijestupnicima (1994.).

P: Jeste li u vrijeme rada s grupama tražili, ili našli, nešto specifično?

O: Razvila sam tehniku stripa, koja se pokazala nevjerovatno korisnom. Iz iskustva rada s tim macho muškarcima i dječacima znala sam da neće odgovoriti na poziv na art terapiju – ali, ako im se ponude stripovi, razumjet će što je to. Izuzetno puno sam naučila iz ove tehnike. Detalji prikazani u stripu uvijek su bili nešto drugačiji od onoga što su oni ispričali da se dogodilo.

Najdramatičniji je bio prvi slučaj na kojemu sam radila, a odnosio se na seksualnog prijestupnika. On je ispričao priču na jedan način: „Bio je kišni dan, auto nije upalio pa sam se morao odvesti autobusom da ne zakasnim na posao.“ Zamislila sam prepuni autobus i svojevrsni incident koji je možda izmakao kontroli. Međutim, kad sam ga uputila da nacrtá što se dogodilo, pokazao je kako je propustio autobus u prvom kadru, zatim u drugom kadru dolazak sljedećeg autobusa u kojemu je samo jedna osoba, mlada žena. U trećem kadru sjedi tik pored nje. Čim je sjeo stavio joj je ruku pod suknju.

Na pitanje kada je shvatio da će počiniti prijestup, pokazao je kadar u kojem ulazi u autobus. Odjednom se narativ promijenio, postalo je jasno da se radi o namjernom činu.



Drugi zanimljiv detalj bio je što je osoba crtala dječja lica okrenuta prema naprijed - dakle, nije bila riječ o odnosima. Također sam saznala da bi svaki put nakon svađe sa ženom izišao i počinio seksualni prijestup. Za razliku od uobičajenog pristupa, kada poučavam parove kako da se ne svađaju, ovu osobu sam morala naučiti kako se svađati, da se ne bi iskajivao na drugim ženama.

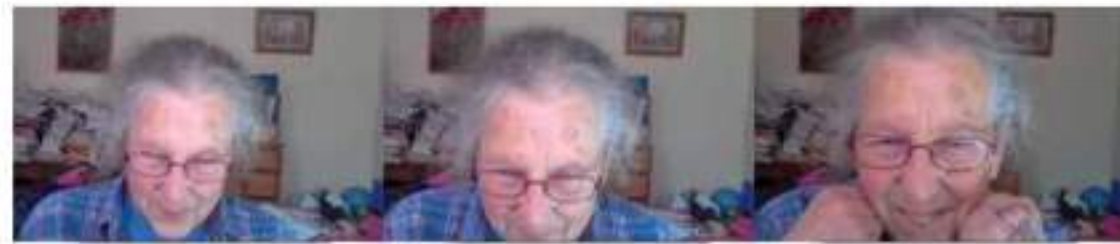
Potkraj rada s prijestupnicima otkrila sam restorativnu pravdu. Netko mi je pružio komadić papira dodavši: „Mislim da je ovo za tebe“ – obavijest o tečaju medijacijskih vještina u Londonu. Nakon što sam usvojila te vještine, doista je sve sjelo na svoje mjesto: kao probacijska službenica počela sam povezivati žrtve i počinitelje, ako bi na to pristali. Usto sam pomogla uspostaviti službu medijacije u zajednici - primjerice, između posvađanih susjeda. Laburistička vlada je kasnije uvela timove za maloljetne prijestupnike koji su inkorporirali restorativnu pravdu. Bili su vrlo uspješni, vodili su razgovore s mladim prijestupnicima o tome što su učinili, kako je to utjecalo na druge i ponekad kontaktirali žrtve da ih pitaju žele li nešto od počinitelja - sastanak ili

pismo isprike. U toj fazi procesa odvija se puno dragocjenog posla.

U drugim službama širom zemlje, onima s kojima sam povezana, policija upućuje osobe na nas ili se ljudi sami javljaju. Bilo je mnogo važnih slučajeva.

Pomogla sam pokrenuti Bristolski program medijacije i u početku vodila obuku jer sam jedina bila educirana. Ovaj program se provodi i nakon 35 godina.

Poslije sam bila pozvana da preuzmem mjesto ravnateljice *Mediation UK*. Morala sam uzeti dopust od posla u probaciji i 4 godine služila kao ravnateljica. Možda zvuči glamurno, ali zapravo sam to bila samo ja i tajnica na pola radnog vremena. Rijetko tko je tada znao za medijaciju - dobivala sam pozive za Meditaciju UK ili Medikaciju UK. Moj posao je zapravo bio objašnjavati svima i svakome što je to medijacija. Kada je dnevni list, *The Independent*, objavio intervju o medijaciji, interes je naglo porastao - s desetak lokalnih posredničkih službi na oko 110 u istoj godini. Nažalost, mnogi od tih centara kasnije su zatvoreni zbog mjera štednje.



P: Biste li rekli da je sada savršeno vrijeme za širu primjenu medijacijskih tehnika? Spomenuli ste susjede – gdje sve počinje - ali što je s većim grupama?

O: Trenutno je sve izrazito polarizirano. Posljednjih godina vodim dijaloške grupe s ljudima oprečnih mišljenja, uvijek u timu s još jednim medijatorom. Primjerice, jedna grupa bila je pro-palestinska, a druga pro-izraelska; druge su uključivale građane koji koriste različite ceste i načine transporta i njihove vrlo različite perspektive.

Polarizacija je sada toliko snažna da ljudi imaju osjećaj kako ne mogu ni razgovarati s onima koji misle drugačije. U Ujedinjenom Kraljevstvu su trenutno stvari toliko podijeljene da se pitate gdje je sredina – gdje ima mjesta za medijacijske vještine. Prosvjedi kojih ima svugdje – zagovarajući jednu ili drugu stranu – nisu put. Ne možemo napredovati vičući jedni na druge.

Program za grupe pod nazivom Umjetnost & sukob, koji je nastavak mog rada s Medijacijom UK, počiva upravo na tom uvjerenju: umjesto da prikazujemo sukob, zašto ne bismo okrenuti teleskop na drugu stranu - na rješenje sukoba?

U Londonskom art terapijskom centru oblikovala sam vikend radionice: Ljutnja subotom, Sukob nedjeljom. Još uvijek ih vodim.

U jednoj vježbi, sudionici u paru crtaju bez uputa. Prirodno se smještaju oko papira u različitim konfiguracijama - dvoje ljudi jedno do drugoga, dvoje nasuprot jedno drugome, pod uglom... a mi promatramo što se događa. Oni doslovce vide stvari iz različitih kutova gledišta.

Mnogi su uvidi iznenađujući i shvatite koliko sukoba počne upravo zbog različitih perspektiva. Bude i jako zabavno, ne mislim da za napredovanje i rast trebamo patiti.

Kad je moja kći bila tinejdžerica počela sam raditi kao art terapeut u Inner City Mental Health Team (Community Mental Health Team, CMHT). Stvarno sam voljela taj posao. Tim je bio sastavljen kako bi zadovoljio potrebe ljudi koji nisu imali pristup mentalnoj zdravstvenoj zaštiti, ili se nisu prijavili za nju – primjerice beskućnika, članova afričko-karipskih ili azijskih zajednica.

Postava tima je bila šarolika. Ja sam rođena u Britaniji, ali kao dijete imigranata uvijek sam se osjećala samo „malo Britankom“. Ovdje sam bila među sličnima sebi – ljudima iz Francuske, Njemačke, Itali-



je, Grčke, ili Britanica rođenih u imigrant-skoj obitelji – fascinantno.

Primjerice, jedna je Azijka imala problema s art terapijom, a primijetila sam i da ima poteškoće s rukom. Od kolege Azijca sam saznala da azijske kulture često stigmatiziraju fizičke nedostatke, pogotovo u žena. Bilo je i predrasuda prema meni kao bijeloj terapeutkinji. Naime, klijente iz Azije uopće nisu upućivali na art terapiju, uz pretpostavku da je ne žele. Smatrala sam da je pogrešno što im ta usluga nije bila ni ponuđena, pa sam to pitanje morala iznijeti i raspraviti s timom i situacija se donekle promijenila. Ali morate stalno objašnjavati, pogotovo kad je riječ o sustavu mentalnog zdravlja koji je jako orijentiran na farmakoterapiju.

Drugi problem s preporukama bio je taj što su mnoge klijente upućivali na art terapiju jer vole slikati, a kolege su pretpostavljali da to znači da trebaju art terapiju. No, to nije bilo ono što sam im mogla ponuditi. Shvatila sam da njihova stvarna potreba nije art terapija nego prostor za stvaranje i podršku, jer si nisu mogli priuštiti sate slikanja ili su se teško snalazili u socijalnom okruženju.

Jedno od mjesta koje sam posjetila dok sam pisala disertaciju iz art terapije bio

je Studio Upstairs. Kako bih zadovoljila potrebu za prostorom za art terapiju, nagovorila sam osnivača da prenese ideju u Bristol. S još jednim art terapeutom i jednim okupacijskim terapeutom nekoliko sam godina radila na tom projektu – i na kraju je uspjelo! Iako osobno tamo nikad nisam radila jer sam bila zauzeta drugim projektima, studio i dalje radi punom snagom. Umjetnost i ljudi, to jednostavno djeluje! Bila sam tamo pred tjedan dana na otvorenju jedne izložbe.

P: Je li otvoren za javnost?

O: Treba imati uputnicu ili privatno platiti. Socijalna služba pokriva dio troškova. Obično upućuju ljude na šest mjeseci, uz pretpostavku da je to dovoljno za oporavak, ali neki dolaze godinama, što ih sigurno drži van bolnice.

P: Postoji li u UK službeni program art terapije u bolnicama?

O: Da, naprimjer, jedna psihijatrijska bolnica vodila je otvoreni studio pod imenom Zelena koliba. Međutim, vlasti danas gledaju vrlo uskogrudno na tretman, zbog čega takvi programi više ne dobivaju financijsku potporu. Službe



mentalne zaštite obično nude 12 sesija osobne terapije ili 6 grupne – tretmani su ograničeni. A art terapeuti sada najčešće rade u sobama koje trebaju dijeliti s ostalim stručnjacima.

Kada sam počela raditi u Timu Mentalnog zdravlja, imala sam klijente i po devet godina. Divno su napredovali, ali je usluga bila sve manje i manje subvencionirana. Problem je u tome što, u slučaju da imate klijente toliko dugo, ne možete uzeti nove klijente, pa smanjivanje usluge postaje nužno.

Tijekom jedne godine klijenti obično otkriju koliko ozbiljno žele raditi na sebi. Neki trebaju nekoga da ih drži za ruku, a drugi se zaista angažiraju. Nakon godine dana moguće je odlučiti ima li smisla nastaviti. Tako sam ja radila, ali mislim da su danas mogućnosti znatno ograničenije.

P: Ima li art terapija mjesto u javnom zdravlju?

O: Postoje plaćene art terapijske usluge u okviru javnog zdravstva, ali i mnogi volonterski projekti – npr. *Mind*, koji često vodi art terapijske grupe. U novije vrijeme naš tim *Art Table* (*Stol za umjetnost*) (u humanitarnoj organizaciji za izbjeglice, *Borderlands*) povezao se s art tera-

peutom koji radi s timom za mentalno zdravlje za osobe s PTSP-om. Riječ je o kratkotrajnom, šestotjednom programu - individualnom ili grupnom - nakon kojega, nadam se, *Art Table* može ponuditi kontinuitet i prostor za nastavak stvaranja.

Većina programa „art kao terapije“ ili „art wellness“ („umjetnost za dobrobit“) više se ne pruža u okviru nacionalnog zdravstvenog sustava - usmjerena je na klijente i, često se oslanja na dobrovoljce, iako u okviru volonterskih organizacija nerijetko radi i plaćeni art terapeut.

P: Vode li često umjetnici grupe „umjetnost kao terapija“?

O: Da, u porastu je pokret socijalno orijentiranih umjetnika koji nisu educirani art terapeuti ali imaju iskustva u radu s ljudima koji imaju problema s mentalnim zdravljem. Kolege s kojima sam radila u projektu *Art Table* (*Stol za umjetnost*) i ja napisali smo priručnik pod naslovom „Kako postaviti stol za umjetnost“ (<https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/sites/default/files/2024-04/Borderlands-Art-Table-Manual-final.pdf>, 2020), u kojem raspravljamo o razlikama između art terapije, art kao terapije i umjetnosti za dobrobit.



Međutim, u likovnom izrazu stvari su ambivalentne. Primjerice, muškarac iz Somalije s poteškoćama u učenju i oštećenjem sluha, jednom je naslikao nešto veselo i rekao: „Ovo je za Božić“. Drugom prilikom je naslikao nešto nalik na kutije i rekao: „Ovi grobovi - moja obitelj“. U tom trenutku ulazite u terapiju. Morate imati vještine kojima ćete upravljati, jer u svakom trenutku nešto može izaći na površinu.

Danas se u art terapiji događaju mnoge promjene. U početku ju je većina ljudi povezivala s psihoanalitičkim teorijama, dok se sada povezuje s neuroznanosti te obuhvaća širok raspon različitih načina rada.

P: Zašto je art terapija prisutnija u mentalnom zdravlju nego u institucijama fizičkog zdravlja?

O: Iz više razloga. Većina tretmana u području fizičkog zdravlja je kratkotrajna. Pored toga, ako tretman djeluje, ljudi ne traže dalje – tako funkcionira zdravstvo. Međutim, kod mentalnog zdravlja, gdje su tretmani dugotrajni i često nedovoljni, ljudi su otvoreniji prema novim pristupima. Uvijek, naravno, postoji komponenta mentalnog zdravlja uz fizičku

bolest, pogotovo kod kroničnih stanja. Nadalje, moderna art terapija je počela u TBC klinici tijekom ili netom nakon Drugoga svjetskog rata.

P: Uredili ste i objavili knjigu sa Sally Weston o art terapiji i fizičkom zdravlju. Možete li nam reći nešto više o tom projektu?

O: Mislila sam da sam napisala dovoljno knjiga - deset ili dvanaest do tada - ali mi se kolege nastavljaju obraćati za pomoć oko objavljivanja svojih. Tako je nastala i knjiga *Art terapija s fizičkim bolestima* (2015).

Knjiga sadrži mnoge primjere art terapije s različitim fizičkim stanjima, uključujući pacijente s karcinomom, djelomično pod utjecajem Centra za pomoć oboljelima od raka Bristol koji je poznat po pionirskom provođenju alternativnog liječenja. Ondje sam pet godina provodila kratke sesije za pacijente u okviru rezidencijalnih grupnih programa. Osobe su prolazile različite terapijske usluge kako bi odabrali liječenje koje im odgovara. Svaka 45-minutna seansa trebala je uvesti u art terapiju, omogućiti vrijeme za stvaranje i završiti dijeljenjem. S obzirom na to da su obilazili različite terapije, neki bi običavali doći i



naslikati ono što su donijeli iz prethodnog tretmana, ili bi sa sesije art terapije otišli na liječenje ili psihoterapiju s dovršenom slikom. Bila je iznimno zanimljiva ta međusobna isprepletenost.

Knjiga također sadrži poglavlja o ME (myalgic encephalomyelitis), kolitisu, zdravlju beskućnika, osoba s poteškoćama u učenju i s terminalnim bolestima - ukazujući na preklapanje tjelesnog i mentalnog zdravlja.

Budući da je bilo previše poglavlja, podijelili smo ih u dvije cjeline: jedan svezak o fizičkim bolestima, a drugi o neurološkim problemima - ozljede mozga, epilepsija, demencija i drugo.

Poglavlje vrijedno pažnje napisao je art terapeut koji je i sam pretrpio ozljedu mozga, gdje je opisao svoj oporavak i uspješan povratak na posao. On je bio i stručnjak za mobilne telefone u art terapiji s tinejdžerima. Drugo dirljivo poglavlje govorilo je o borbi s bipolarnim poremećajem i reumatoidnim artritisom. Vrlo je zanimljivo čuti priču ispričanu s gledišta art terapeuta jer ni mi nismo imuni na bolesti, pa imamo priliku to vidjeti s druge strane zrcala.

P: Art terapija se primjenjuje u radu s tjelesnim bolestima, pogotovo dugotrajnima, bilo da je riječ o fizičkim ili neurološkim. Na koji se način art terapija provodi unutar zdravstvenih institucija u UK?

O: To u potpunosti ovisi o tome gdje se nalaziš – kako unutar samog sustava, tako i geografski. U većim psihijatrijskim bolnicama nekoliko art terapeuta radi s osobama s mentalnim poteškoćama ili sa starijom populacijom. Manji odjeli – poput onih za poremećaj prehrane – često imaju Dnevnu bolnicu u kojima se provode programi za vanjske pacijente s jednim ili dva art terapeuta na pola radnog vremena.

I onkološki odjeli u bolnicama često imaju art terapeute. Oko Bristola (najvećeg grada u jugozapadnoj Engleskoj) djeluje puno art terapeuta jer u Newportu, Južni Wales (udaljenom 40 minuta vožnje) svake godine na art terapijskom programu diplomira 10 do 20 novih studenata i svi traže posao. Mnogi završe u školama, u kojima sada postoji obveza pružanja socijalne i mentalnozdravstvene podrške.

Rad u NSH smatra se vrhuncem – stabilan je i odgovarajuće plaćen – ali ima daleko više kvalificiranih art terapeuta nego rad-



nih mjesta. Zbog toga mnogi art terapeuti moraju izmisliti vlastita radna mjesta.

Novi programi, poput Službe nade (*The Hope Service*), organiziraju art terapijske grupe za prognanike. Jedan art terapeut počeo je ondje raditi u mentalnom zdravlju i postupno isposlovaao, dan po dan, četiri dana u tjednu za art terapiju. Tako se često stvaraju radna mjesta.

P: Zanimljivo je da art terapija ima više uspjeha u obrazovanju nego u mentalnom ili fizičkom zdravlju.

O: Da, dobro je to što će danas i art terapeuti biti uključeni ako postoji specijalizirani tim psihologa. Nekada su bili dio timova radne terapije – što nije bilo idealno, jer se art terapija doživljavala više kao razonoda nego kao terapijski tretman. Sada art terapeuti rade uz psihologe, iako još nisu jednako dobro plaćeni. Koliko ćete art terapeuta naći ovisi o tome vjeruje li uprava u njihovu vrijednost. Ponekad art terapeuti ulaze „na mala vrata“ obavljajući poslove koji nisu imenovani kao art terapija nego npr. „stručnjaci za mentalno zdravlje“.

Zdravstveni sustav se stalno mijenja, a dugogodišnja potplaćenost ovog sektora

otežava zalaganje za art terapiju kada se i osnovne usluge bore s poteškoćama.

Međutim, kada uprava vidi što art terapeuti mogu postići – kad vidi rezultate rada – ne mogu to zaniijekati. Nema jačeg argumenta od predstavljanja klijenta slikama tijekom prezentacije slučajeva pred timom. Slika govori sama za sebe. Slika je snažna poruka.

P: Napisali ste toliko knjiga – recite nam nešto o njima.

O: Moja prva knjiga (gore spomenuta) temeljila se na mojoj disertaciji. Isprva sam proizvela kućnu verziju, no kako je velik broj stručnjaka tražio primjerke, odlučila sam je objaviti, a potom je sve više stručnjaka iz polja mentalnog zdravlja – socijalnih radnika, liječnika, terapeuta – željelo da predstavimo art terapiju drugim profesijama, i tako je rođena *Art terapija u praksi* (1989).

Art terapija s prijestupnicima (1994) nastala je iz razloga što moj art terapijski rad u probaciji nije bio prepoznat. I drugi stručnjaci koji su radili s prijestupnicima imali su ista iskustva pa sam predložila da svatko napiše jedno poglavlje i tako je nastala knjiga. Dvadeset godina nije bilo



Prijestupnici na forenzičkim odjelima ne reagiraju dobro na lijekove pa art terapeuti, drama terapeuti i muzikoterapeuti često rade uz psihologe. Ponosna sam što je naš rad promijenio percepcije.

Usljedile su knjige *Likovni pristupi sukobu* (1996) i *Art terapija i ljutnja* (2008). Ne bih mogla reći da je rad na sukobu i bijesu tijekom probacije bio ugodan, ali uvijek sam se vraćala kući s osjećajem postignuća.

CBT (Kognitivno-bihevioralna terapija) filozofija bila je dominantna jer je imala najjače istraživačke dokaze. Ljudi nauče razumjeti svoj bijes i poduzeti preventivne korake.

Kada sam se kasnije pridružila Gradskom timu za mentalno zdravlje (*Inner City Mental Health Team*), psihijatar se požalio kako ima sve te bijesne klijente i upitao: „Radi li itko ovdje s ljutnjom?“ Odjednom su svi kolege gurnuli glave u svoje papire, koji su im odjedanput postali jako zanimljivi, a onda sam čula slabašni glas (svoj) kako govori: „Ja“ i odjednom sam imala 17 pacijenata!

Osnovala sam grupu za bijes i koristila CBT tehnike, meditaciju i snažne vježbe iz priručnika za mlade ljude s problemima

kontrole bijesa, stavljajući ih u svojevrsan slijed.

U početku je par žena odustalo. Jedna mi je rekla da: „zapravo za mene u grupi nema mjesta, muškarci stalno pričaju.“ Uvjerila sam ju da se vrati i objasnila situaciju grupi, ali su svi muškarci bili jako povrijeđeni. Restrukturirali smo sesije jednako podijelivši vrijeme koje svaki sudionik ima za dijeljenje, što je bolje funkcioniralo.

Nakon toga sam odlučila voditi samo ženske grupe. Na trećem susretu sve su izjavile kako su bile seksualno zlostavljane. Pitala sam ih da li bi došle u ovu grupu da je mješovita. „Nema šanse“, odgovorile su jednoglasno.

Zainteresirala sam se za bijes i željela o tome napisati knjigu. Kao pripremu, htjela sam pročitati sve knjige na tu temu. Počela sam tražiti po internetu i kada sam došla do stotog naslova, prestala sam. Ne mogu pročitati 100 knjiga. Radije ću razgovarati s ljudima nego čitati, pa sam razgovarala sa 20 i više psihologa, učitelja i art terapeuta. Međutim, kad sam pregledala bilješke, nisu imale smisla, jer su neki govorili da je najbolje udarati jastuk, a drugi da to nikako ne treba



činiti. Pogledala sam poglavlja i ono što su upitani napisali i razvila utemeljeni teorijski pristup istaknuvši kategorije iz pojedinih poglavlja.

Volim raditi na rubu znanja – gdje ne postoji utemeljen korpus znanja. Kada smo objavljivali knjigu o fizičkom zdravlju recenzent mi je rekao da anegdotalni materijal nije više prihvatljiv i da bih nove autore trebala zamijeniti etabliranim i početi pregledom teorije i literature. Ali to ne stoji ako nema literature koja se može pregledati, i teorija koje se mogu primijeniti. Osim toga, htjela sam uključiti nove autore jer su oni obavljali pionirski posao.

Prečesto art terapija posuđuje pristupe i teorije: Jung, Freud, Teorija objektnih odnosa..., a smatram da prava teorija art terapije tek treba biti napisana.

Transfer: Najljepša Vam hvala na Vašem vremenu, znanju, iskustvu i ljubaznosti - i na svemu što činite. Nastavite nalaziti nova sjecišta i rubove znanja na kojima ćete raditi!