

Primjena art terapije kod savladavanja straha od odlaska u školu

Žegrec, Ines

Undergraduate thesis / Završni rad

2021

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:113586>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-08-25**

Repository / Repozitorij:

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Ines Žegrec

PRIMJENA ART TERAPIJE KOD SAVLADAVANJA
STRAHA OD ODLASKA U ŠKOLU

Završni rad

Zagreb, rujan 2021.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Ines Žegrec

PRIMJENA ART TERAPIJE KOD SAVLADAVANJA
STRAHA OD ODLASKA U ŠKOLU

Završni rad

Mentor rada:

mag. art., mag. prim. educ., predavač Morana Varović Čekolj

Zagreb, rujan 2021.

SADRŽAJ

1. UVOD.....	1
2. DEFINICIJA ART TERAPIJE.....	2
3. POVIJEST ART TERAPIJE	3
4. EKSPRESIVNI MEDIJI U ART TERAPIJI.....	6
5. LIKOVNO IZRAŽAVANJE.....	8
5.1. RAZVOJNE FAZE LIKOVNOG IZRAŽAVANJA.....	9
6. PRIMJENA ART TERAPIJE.....	14
7. STRAH	15
8. KLASIFIKACIJA STRAHOVA KOD DJECE PREDŠKOLSKE DOBI	17
9. PROCES ART TERAPIJE	20
10. AKTIVNOST U VRTIĆU NA TEMU „STRAH“	22
10.1. ANALIZA RADOVA I OSVRT	27
11. PRIMJENA ART TERAPIJE KOD SAVLADAVANJA STRAHA OD ODLASKA U ŠKOLU.....	29
12. ZAKLJUČAK.....	31
LITERATURA	32
PRILOZI.....	33

SAŽETAK

Art terapija je ona vrsta umjetničke terapije u kojoj pojedinci koriste likovni proces kao sredstvo za izražavanje i komunikaciju s odraslima i djecom. Ona se može primijeniti na svakoga, neovisno o tome ima li pojedinac kakve poteškoće, traume, strahove ili se jednostavno želi izraziti, olakšati dušu. Mnogima služi poput ispušnog ventila koji omogućava da pojedinci izbace osjećaje onim medijem i materijalom koji njima odgovara. Povijest art terapije ima dugo korijenje i na njezin su razvoj utjecali mnogi autori koji su svojim trudom uspjeli postići primjenu art terapije u razne svrhe. Art terapija je odlična u radu s djecom koja imaju problema sa strahovima. Od brojnih strahova važno je spomenuti strah od odlaska u školu. On se pojavljuje s otprilike šest godina i u velikoj mjeri može utjecati na djetetov život. Likovno izražavanje u art terapiji može pomoći da djeca neverbalnom komunikacijom izraze ono što osjećaju. Odgajatelji također trebaju poticati likovno izražavanje u aktivnostima s elementima art terapije ako nisu kvalificirani da vode pravu art terapiju. U radu je navedena takva aktivnost u vrtiću gdje se tražilo od djece da nacrtaju svoje strahove koji su kasnije prokomentirani. Odgojitelj nije u mogućnosti da dijagnosticira crteže već će samo ponuditi djetetu da se izrazi i slušati će djetetov opis umjetničkog djela. Iako su djeca upoznata sa svojim odgojiteljima i vrtić je njihovo sigurno mjesto, kao i u art terapiji, neke je osjećaje lakše neverbalno izraziti, poput straha od odlaska u školu. Škola je sasvim nova, nepoznata situacija u kojoj se dijete nalazi. Ono ne zna što ga čeka, zamišlja svakakve scenarije i sve te misli ga straše. U toj će situaciji, u art terapiji, terapeut priskočiti i pomoći djetetu. Vodit će ga kroz terapiju, slušati, postavljati pitanja, pomoći u odabiru materijala ako ono zapne, prokomentirat će produkt dječjeg stvaralaštva. Najvažnije od svega je to da ga art terapeut potakne da izrazi svoj strah te da ga promotri. Ono će vidjeti da je taj strah postalo nešto konkretno, uočljivo, kako on nije zarobljen u njegovoj mašti već je vidljiv na papiru, i samim time postaje manje zastrašujuć. To je samo jedan od koraka u suočavanju sa strahom. Kako će terapija teći, art terapeut će pri svakoj novoj zapreci koristiti one tehnike i načine rada koje će smatrati najboljima za dijete i koje će pomoći djetetu u suočavanju i savladavanju straha kako bi dalje na najbolji mogući način funkcioniralo u životu.

Ključne riječi: art terapija, likovno izražavanje, crtež, strah od odlaska u školu

SUMMARY

Art therapy is the type of therapy in which individuals use the process of art as a means of expression and communication with adults and children. It can be applied to anyone, regardless of whether the individual has any developmental difficulties, traumas, fears or simply wants to express himself, to ease the soul. For many, it serves as an exhaust valve that allows individuals to express feelings with the media and material that suits them. The history of art therapy has long roots, and its development has been influenced by many authors who have managed to achieve the application of art therapy for various purposes. Art therapy is great for working with children who have problems with fears. It is important to mention one of the most important fears - the fear of going to school. It appears approximately at the age of six and can greatly affect a child's life. Artistic expression in art therapy can help children express what they feel through nonverbal communication. Educators should also encourage artistic expression in activities with elements of art therapy if they are not qualified to conduct actual art therapy. This paper mentions such an activity in kindergarten where children were asked to draw their fears which were later commented on. The educator is not qualified to analyze the drawings but only to provide the child with an opportunity to express himself and to listen to the child's description of his artwork. Although children are familiar with their educators and kindergarten is their safe place, as in art therapy, some feelings are easier to express nonverbally, such as the fear of going to school. School is a whole new, unknown situation in which a child finds himself. He doesn't know what awaits him, he imagines all sorts of scenarios and all those thoughts scare him. In this situation, in art therapy, the therapist will jump in and help the child. They will guide him through therapy, listen, ask questions, help choose the material if the child can't, comment on the product of children's creativity. Most important of all, the art therapist encourages children to express his fear and to observe it. He will see that his fear has become something concrete, noticeable, that it is not trapped in his imagination but is visible on paper, and thus becomes less frightening. This is just one of the steps in dealing with fear. As the therapy progresses, the art therapist will use, with each new obstacle, those techniques and ways of working that will be the best for the child and that will help the child to cope and overcome fear in order to continue to function in the best possible way in life.

Key words: art therapy, art expression, drawings, fear of going to school

1. UVOD

Strah prati čovjeka kroz cijelo njegovo postojanje i on je toliko univerzalan i prirodan ljudima da možemo zaključiti kako je čovjek zapravo biće koje se plaši. Strah možemo opisati kao obrambeni mehanizam kojim se čovjek štiti od potencijalnih opasnosti. Iako je strah zaštitnik, on istovremeno ima i uništavajuću moć jer sprječava ljude da maksimalno iskoriste sve svoje sposobnosti. On ih koči u životu. Strah se pojavljuje u djetinjstvu i kako dijete napreduje neki strahovi nestaju, a drugi se nastavljaju. Među brojnim strahovima koji se pojavljuju već u ranijoj dobi djetetova života važno je spomenuti strah od škole. On se pojavljuje između šeste i sedme godine kada se dijete priprema za odlazak u školu. Dijete napušta ugodnu sigurnost kako bi ušlo u nepoznatu situaciju i u tome se trenutku pojavljuje strah od novog. Povezan je sa socijalnim strahom jer se dijete boji novih i nepoznatih ljudi, a može biti povezan i sa strahom od odvajanja, koji je prisutan oko druge godine, jer dijete tada ponovo proživljava rastanak s roditeljima i nova, za njega zastrašujuća, situacija vuče za sobom stari strah. Kao i kod drugih strahova, ako on ometa funkcioniranje djeteta u svakodnevnom životu važno je potražiti pomoć. U njegovom suočavanju i savladavanju može pomoći art terapija. Art terapija je oblik psihoterapije koja uz korištenje raznih medija i materijali omogućava da se dijete izrazi neverbalnim putem.

Cilj art terapije je da se kroz taj kreativni proces pojedinac liječi, da se dogodi promjena koja će poboljšati kvalitetu čovjekova života i pomoći mu da bolje razumije sebe i svoje osjećaje. Dijete će se u art terapiji izražavati i komunicirati preko svojih umjetničkih radova koji mogu biti produkt crtanja, slikanja, modeliranja. Produkti su poruke koje dijete šalje i kroz njih ono izražava svoje misli, osjećaje, ono što ga zanima, uzbuđuje, što ga smeta i utječe na njega. On nam zapravo pokazuje svoj unutarnji svijet. Art terapija je idealna u radu s djecom jer je njezin produkt važno sredstvo u dijagnostici i terapiji. Također je odlična u suočavanju sa strahovima jer art terapeuti najbolje poznaju stvaralački proces, veoma su dobri u neverbalnoj komunikaciji i njihov je cilj, prvenstveno, osigurati sigurno okruženje gdje će dijete moći izraziti svoje najiskrenije i najdublje osjećaje.

2. DEFINICIJA ART TERAPIJE

Postoje različite definicije art terapije jer razni autori i stručnjaci na drukčiji način definiraju i nazivaju art terapiju.

Art terapija je integrativni, dubinsko-psihološki i hermeneutički pristup koji obuhvaća uporabu različitih kreativnih medija, odnosno elemenata umjetnosti (likovno-vizualni izražaj, glazbu, ples, dramu, poeziju) s ciljem unapređenja zdravlja i bržeg oporavka pojedinca. U umjetničkim i kreativnim aktivnostima pojedincu se nastoji pomoći da se prilagodi specifičnoj onesposobljenosti, oporavi od medicinske intervencije ili poboljša kvalitetu života u specifičnim okolnostima (Škrbina, 2013., prema Warren, 1993). Riječima drugog autora art terapija je zapravo oblik psihoterapije u kojoj se slikovni svijet određenog pojedinca koristi kao pomoć drugome pojedincu da dođe do osobnih značenja te da uspije razumjeti svoj vlastiti intrapsihički proces (Škrbina, 2013., prema Schaverien, 1992).

U literaturi možemo pronaći razne termine za art terapiju poput: „terapija igrom“, „ekspresivna terapija ili tehnika“, „kreativni susret“, „kreativna terapija“, „terapija crtežom“ i slično. Navedeni termini ne mogu u potpunosti definirati art terapiju. Vrlo često se uz sam pojam art terapije koristi i pojam ekspresivna art terapija. Ekspresija znači snažno izražavanje pojedinca kroz kreativni medij. Svaka art terapija je ekspresivna jer dok pojedinac sudjeluje u aktivnostima on se na svoj individualni način izražava različitim kreativnim medijima. Kroz art terapiju se neverbalno izražavaju misli i osjećaji i smisao terapije je da se različitim medijima kroz kreativni proces liječi pojedinac i to liječenje će u konačnici utjecati na njegovu kvalitetu života (Škrbina, 2013., prema American Art Therapy Association (1996).

Ivanović (2014.) art terapiju opisuje kao oblik psihoterapije u kojem se likovni proces koristi kao sredstvo izražavanja i komunikacije. Pod tim procesom autor podrazumijeva crtanje, slikanje i modeliranje u najširem značenju riječi što zapravo znači da je i jednostavna radnja poput kidanja papira jednako terapijski važan likovni proces kao i estetski najprivlačnija slika. Art terapija spada u skupinu terapija umjetnosti zajedno s glazbenom terapijom, dramaterapijom i terapijom plesom i pokretom (Ivanović, Barun i Jovanović, 2014). Važno je spomenuti da je u art terapiji odnos između umjetnosti i terapije usredotočen na vizualnu umjetnost (slikanje, crtanje, kiparstvo) i obično u taj proces nije uključena uporaba drugih umjetničkih oblika poput plesa, glazbe, drame.

3. POVIJEST ART TERAPIJE

Art terapija je disciplina koja se prvenstveno temelji na područjima umjetnosti i psihologije crpeći karakteristike iz svakog područja kako bi kreirala jedinstveni novi entitet. Ispreplitanje umjetnosti i iscjeljivanja nije nova pojava, stara je koliko i samo ljudsko društvo (Malchiodi, 1998). Sustavniji je razvoj art terapije kao profesije započeo zbog intelektualnih i društvenih trendova. (Malchiodi, 2012., prema Junge i Asawa, 1994). Povijest art terapije seže još u vrijeme kada su narodi prakticirali šamanizam. Tada se vjerovalo kako su slike i rituali važni u liječenju tijela, uma i duha te kako se njima izbacuju štetni elementi iz tijela. U to doba umjetnost je primarno bila promatrana s aspekta zdravlja. U 19. i 20. stoljeću psihijatrija je postala zainteresirana za vezu između slika, emocija i duševnih bolesti. Prema MacGregoru (1989.) njemački psihijatar Hans Prinzhorn objavio je 1922. godine knjigu pod nazivom „The Artistry of the Mentally Ill“. Ovaj je rad izazvao psihijatrijske i likovne djelatnike da preispitaju svoje poimanje mentalnih bolesti i umjetnosti (Malchiodi, 2012).

Bolnice su bile važni inkubatori na području art terapije. Psihijatrije je uvijek bila medicinska specijalnost najuže povezana s art terapijom, ali art terapeuti su također radili s pacijentima koji se liječe od AIDS-a, astme, opekline, trauma i drugih medicinskih i rehabilitacijskih potreba. Ljudi su se tijekom povijesti sa strahom i nerazumijevanjem odnosili prema mentalnim bolestima. Freud i Kris igraju važnu ulogu u tom problemu jer su sa svojim teorijama omogućili stvaranje humanijeg okruženja za pacijente. Oni su vjerovali da projekcije, nesvjesno i simbolizam u snovima otkrivaju informacije o nama samima te su potvrdili kako je važna vizualna slika u razumijevanju duševnih bolesti. Mnogi su se pisci počeli nadovezivati na njihove teorije, a drugi su počeli umjetnost smatrati oružjem u liječenju (Malchiodi, 2012).

Sredinom 20. stoljeća neovisna grupa pojedinaca počela je u svojim spisima koristiti termin „art terapija“ kako bi opisali svoj rad s klijentima. Oni su počeli definirati disciplinu koja je drukčija od starijih profesija. Nekoliko književnica koje su priznate po svojem doprinosu razvoja art terapije u tome razdoblju bile su Margaret Naumburg, Edith Kramer, Hanna Kwiatkowska i Elinor Ulman. Budući da u to vrijeme nije bilo neke formalne obuke za art terapiju, te su se spisateljice obučavale u drugim područjima. Njihova djela imaju veliki utjecaj na ovo područje i to je vidljivo u činjenici da se njihovi spisi koriste kao izvorni izvori u art terapijskoj literaturi.

Naumburg se smatrala primarnom utemeljiteljicom američke art terapije i često se za nju koristi termin „Majka art terapije“. Ona je osnovala školu „Walden“ u kojoj je svojim radom omogućila izravniju primjenu ideja u obrazovnom okruženju te je 1940-ih počela pisati o tome što tek treba postati art terapija (Malchiodi, 2012., prema Junge i Asawa, 1994). Naumburg je poput Kramer prilagodila Freudove teorije. Ona je smatrala da se proces umjetničke aktivnosti odnosno art terapije bazira na prihvaćanju najosnovnijih misli i osjećaja koji nesvjesno proizlaze iz čovjeka te se odražavaju na slici. Prema njezinim vjerovanjima art terapija temelji se na činjenici da svaki čovjek bio on upoznat s umjetnošću ili ne, posjeduje sposobnost vizualiziranja svojih unutarnjih sukoba. Ona naglašava važnost verbalne komunikacije s terapeutom usredotočene na pacijentove konflikte i probleme, a ne samo izražavanje kroz spontane slike, pokret, zvuk (Ivanović, Barun i Jovanović, 2014).

Kramer je vjerovala da iz jakih i agresivnih osjećaja može nastati nekakav produkt poput slika, crteža, skulptura, pokreta i slično, koji će simbolizirati te osjećaje i spriječiti da se oni izraze na neprikladan način. Najveći dio svojega rada posvetila je djeci i adolescentima koji su imali poteškoća u verbalnom izražavanju misli i osjećaja. 1994. godine osnovala je diplomski studij art terapije na Sveučilištu u New Yorku (Ivanović, Barun i Jovanović, 2014). Ulman je dala svoj doprinos kroz poziciju urednice i spisateljice. Osnovala je Bilten art terapije 1961. godine te objavila prvu knjigu prikupljenih eseja o art terapiji. Zadnja od ovih iznimnih žena, Kwiatkowska, dala je doprinos na području istraživanja i obiteljske art terapije. Svoja je iskustva iz psihijatrijskih okruženja stavila u knjigu koja je postala temelj za rad s obiteljima kroz umjetnost. Također, napisala je i jednu kratku knjigu koja je pomogla u upoznavanju područja art terapije s javnošću (Malchiodi, 2012., prema Kwiatkowska, 1994). Sve su ove pionirke služile kao jedne od prvih učiteljica na tom području (Malchiodi, 2012., Junge i Asawa, 1994).

Art terapija razvijala se u SAD-u, kao što je prethodno navedeno, ali i u Velikoj Britaniji. U Velikoj Britaniji prvi art terapeuti bili su umjetnici bez formalne naobrazbe koji su organizirali radionice s pacijentima na psihijatriji. Adrian Hill je 1942. godine prvi put iskoristio izraz „art terapija“ kako bi opisao likovno stvaralaštvo koje ima terapeutski cilj. Počeo je primjenjivati art terapiju kada je bilo u bolnici gdje se liječio od tuberkuloze. Tamo je poticao ostale pacijente na slikanje i crtanje i uspio je u namjeri da art terapija postane dio rehabilitacijskog programa za oboljele od tuberkuloze i ranjene vojnike. On je smatrao kako se vrijednost art terapije nalazi u oslobađanju kreativne energije i time se pacijent brani od negativnih emocija (Ivanović, Barun i Jovanović, 2014., prema Hogan, 2001).

Njegov je rad bio proširen zahvaljujući Edwardu Adamsu koji je sam sebe smatrao ocem art terapije. U bolnici Netherne kraj Londona osnovao je otvoreni studij gdje su pacijenti imali slobodu slikati. Njegov pristup art terapiji uključivao je vrlo malo razgovora i interpretacije. Uz ovo područje važno je spomenuti i švicarskog psihologa i psihijatra Carla Gustava Junga koji je vjerovao da je oslobađanje kreativnosti veoma dobro za mentalno zdravlje i svoju pažnju je davao umjetničkim radovima pacijenata. Uz njega je bitno spomenuti i Nowell Hall koja je svoje stavove i ideje o art terapiji temeljila upravo na idejama Junga koji umjetnost stavlja u sam centar načina terapije (Škrbina, 2013).

1997. godine art terapija registrirana je kao profesija, a tome je prethodilo osnivanje Britanskog udruženja art terapije u Velikoj Britaniji 1964. godine. Sve se veći broj art terapeuta zapošljava u školama i drugim ustanovama iako i dalje najveći broj terapeuta radi na psihijatriji u Velikoj Britaniji (Ivanović, Barun i Jovanović, 2014).

4. EKSPRESIVNI MEDIJI U ART TERAPIJI

U art terapiji postoji nekoliko osnovnih područja: glazboterapija, terapija plesom i pokretom, simbolizacija tijelom, likovna ekspresija (crtanje, slikanje, kolaž, modeliranje), dramtizacija i psihodrama, biblioterapija. Ekspresivni/kreativni mediji mogu se primjenjivati za razne namjene. Oni se koriste u art terapiji s ciljem odgoja, obrazovanja, prevencije, dijagnostike te terapije. Raznolikost medija je velika prednost u art terapiji jer pruža bezbroj mogućnosti u radu s odraslima i u radu s djecom. Korištenjem tih medija pojedinac može izraziti neko ponašanje ili neku reakciju koju bi mu bilo teško izraziti u stvarnome životu jer se izražava kroz metaforu. Primjerice: „Ne bojim se ja nego lutka koja pokazuje emociju straha i kojom ja upravljam.“ Mediji otvaraju prostor kojeg pojedinac može ispuniti na svoj način, oni nas potiču na individualno izražavanje. Ako se nismo spremni suočiti sa svojim mislima, osjećajima, traumatiziranom situacijom, mediji nam omogućuju da ostanemo u našoj metafori te njome možemo i dalje istraživati dok se nismo spremni suočiti s realnošću (Škrbina, 2013).

Art terapije s ekspresivnim medijima vrlo su korisne i u individualnom i u grupnom radu. Članovi grupe međusobno dijele svoja iskustva, strategije suočavanja sa svojim problemima i strahovima, sa svojim životom i važno je osigurati atmosferu u kojoj će se svi osjećati slobodnima podijeliti to svoje iskustvo. Bilo da je to iskustvo ugone, veselja, ljubavi ili neko loše poput neugode, ljutnje, boli. Osobno iskustvo svakog pojedinca vrijedno je poštovanja ostalih članova jer je to iskustvo pojedincu najvažnije i najvrjednije. Da bi se ostvarila takva atmosfera važno je pridržavati se nekih uputa. Prije svega bitno je vrednovati tuđa iskustva. Pokazati interes za iskaz, ne komentirati riječima poput „to je neobično“, „to nikad nisam vidjela“ i pokušati spriječiti ostale članove da verbalno i neverbalno vrednuju iskustvo osobe na negativan način. Zatim je važno svakome pojedincu dati priliku da se izrazi, da podjeli svoje iskustvo. Pojedinci će na različite načine shvatiti upute pri čemu ih neki neće uopće slijediti dok će ih drugi doslovno pratiti. Nema ispravnog ni neispravnog načina niti iskustva, bitno je samo imati strpljenja i svakome pružiti mogućnost da osvijesti svoje iskustvo. Nadalje, u situacijama kada se pojedinci izražavaju i kada se pojave emocije boli, straha, ljutnje, srdžbe nije poželjno tješiti pojedince jer time poručujemo da on te osjećaje ne može izdržati i tim pristupom terapeuti su stavljeni u poziciju jačeg. I za kraj terapeut ima svoj subjektivni doživljaj i on se može i ne mora podudarati s istinom pacijenta. I zato kada terapeut ima potrebu nešto podijeliti s pacijentom ispravnije je reći: „Moja misao je da...“, kako bi pacijent imao

dojam da terapeut daje svoj doživljaj o njegovom iskazu, a ne da on objašnjava pacijentov iskaz (Škrbina, 2013., prema Pregrad, 2006).

Pacijent ne mora biti likovno nadaren da bi sudjelovao u art terapiji, međutim art terapiju smiju obavljati samo kvalificirani i registrirani art terapeuti. Kako bi art terapija bila učinkovita važno je odabrati pravi medij koji će se koristiti u terapiji. Odabir leži na art terapeutima odnosno stručnjacima koji će znati procijeniti problem pacijenta i koji će primijeniti tehniku na pacijentu na način koji će mu najviše koristiti, odnosno najbolje prilagoditi (Škrbina, 2013).

5. LIKOVNO IZRAŽAVANJE

Dječji likovni izraz urođena je sposobnost izražavanja. Ta se sposobnost ne uči, već se postupno razvija iz prirodnih potencijala djeteta i napreduje k sve samostalnijem i složenijem likovnom izražavanju. Dječje likovno izražavanje može se opisati kao jedinstveni pristup s elementima svjesnog i nesvjesnog (Škrbina, 2013., prema Belamarić, 1987). Djeca su u likovnom izražavanju spontana jer su motivirana unutrašnjom potrebom. Njihovo je likovno izražavanje autentično i individualno te se bazira na vizualnom iskustvu i znanju djeteta. Prvi pokušaji likovnog izražavanja donosi poruku koju dijete šalje, a ona je vezana za spoznaju o životu koje je dijete otkrilo. Zapravo djeca istražuju likovnost od trenutka kada počnu istraživati i svijet oko sebe (Balić-Šimrak, 2010).

Svatko ima neku svoju ideju o tome zašto se djeca vole likovno izražavati. Neki smatraju da je to urođena sklonost za igru, drugi smatraju da dijete ima unutarnju potrebu za izražavanjem, a treći ističu motoričku aktivnost kao osnovu likovnog izražavanja. Djeca se likovno izražavaju kako bi pokazala ono što ih zanima i uzbuđuje, ali također pokazuju interes i za materijale s kojima rade kao i za sam proces rada. Djeca imaju slobodu u izboru sadržaja kao i u likovnim sredstvima. Postoji nekoliko obilježja likovnog izraza: spontanost, ekspresija, harmonija, ritmičnost. U likovnom izražavanju dolazi i do nekoliko procesa sazrijevanja i učenja. Grgurić i Jakubin (1996.) navode ove procese: razvitak psihomotorike ruke, šake, prstiju, ovladavanje instrumentom rada, spoznavanje okoline i razvitak znanja o njoj, razvitak potreba i sposobnosti prikazivanja okoline od simbolizacije preko prikazivanja onoga što dijete zna o okolini pa do prikazivanja onoga što stvarno objektivno može vidjeti u okolini.

Mnogi autori poput Reada, Belamarića, Seemana i Schildera proučavali su dječje likovno izražavanje. Autor Read razlikuje tri stupnja koja su povezana s djetetovim općim razvojem. Prvi stupanj traje do sedme godine kada dijete upoznaje stvarnost oko sebe. Tada je izražavanje spontano i slobodno. Drugi stupanj traje od sedme do četrnaeste godine i tada dijete gleda na svijet oko sebe s čuđenjem i znatiželjom, a likovne spoznaje postaju sve složenije. Treći je stupanj od četrnaeste do dvadesete godine. U ovom periodu dolazi do shvaćanja vrijednosti u likovnom izrazu, likovnih sustava i pravca te svjesne primjene likovnog jezika. Dječja je aktivnost crtanja veoma često definirana kao motorička i imitativna aktivnost, tj. šaranje (Škrbina, 2013., prema Read, 1945). Međutim, Belamarić (1987.) vjeruje kako se ispod površine odvijaju procesi djetetove svijesti i njima se uspostavljaju pojmovi o pojavama svijeta

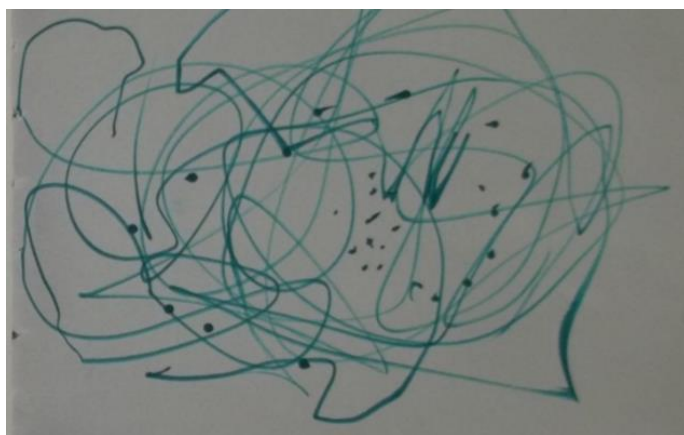
(Škrbina, 2013., prema Belamarić, 1987). Seeman, Schilder i Bender identificirali su prvu fazu u razvoju dječjeg crteža – fazu šaranja. U toj fazi su shvatili kako sve šare na početku kod sve djece svijeta imaju kružni oblik te se to kasnije iskorištava kao temelj ljudskog lika. Prema usporedbi s dječjim radovima iz različitih zemalja, druga je autorica uočila da su oblici likovnog razvoja slični kod sve djece (Škrbina, 2013., prema Brittain, 1979).

5.1. RAZVOJNE FAZE LIKOVNOG IZRAŽAVANJA

Autori Lowenfeld i Brittain predložili su razvojne faze likovnog izražavanja koje se koriste za procjenu dječjeg likovnog razvoja. Važno je upoznati ove faze jer nam dječji crtež može pružiti različite informacije o djetetovu razvoju (Škrbina, 2013., prema Lowenfeld i Brittain, 1982).

Faza: Črčkanje/šaranje (od 18 mjeseci do 3 godine)

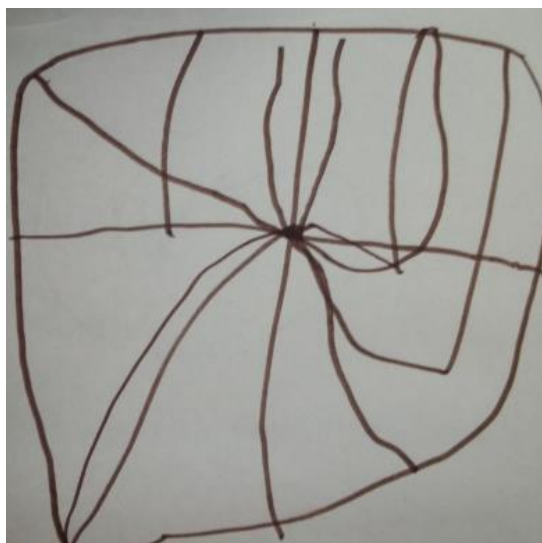
Črčkanje (šaranje) možemo podijeliti u nekoliko kategorija. U prvoj kategoriji dijete još nema dovoljno dobru kontrolu svojih pokreta te je crtež neorganiziran. Postupno se poboljšavaju motorna i vizualna koordinacija. U sljedećoj kategoriji pojavljuju se horizontale i vertikalne linije te su vidljivi mnogi ponovljeni pokreti što označava da dijete dobiva više kontrole. Treću kategoriju karakteriziraju kružni pokreti te razvoj teče od grube do fine motoričke koordinacije. Dijete ostavlja na papiru kružne oblike, točke, mrlje te ostale oblike. Ne koristi boje svjesno s nekom namjerom već samo uživa dok ih upotrebljava (Malchiodi, 2012).



Slika 1. *Paukova mreža i pauci. Dječji rad (3 godine)*

Faza: Osnovni oblici (3-4 godine)

U ovoj fazi počinje imenovanje crteža. Ono omogućava da djeca ispričaju priče iz svojih života koje mogu biti o raznim situacijama, traumama, konfliktima. Djeca žele razgovarati o svojim crtežima i ispričati priču koju su prikazali na njemu, ali te priče nisu toliko opširne jer djeca imaju ograničen rječnik. Glavna oznaka u ovoj fazi je sposobnost djeteta da ono što je nacrtalo poveže sa svijetom oko sebe. Pojavljuju se i složenije strukture, odnosno različiti kružni oblici, dizajni te se kombiniraju oblici poput trokuta, krugova, kvadrata. Djeca u toj fazi favoriziraju apstraktno nad realističnim jer se mogu slobodnije izraziti te koristiti široki spektar boja. Oblici koji se pojavljuju u ovoj fazi prethode drugima koji će se koristiti u sljedećoj fazi, posebice ljudskim figurama (Škrbina, 2013., prema Gardner, 1980).



Slika 2.

Mandala figura. Dječji rad (4 godine)

Faza: Ljudski oblici i početne sheme (4-6 godina)

U crtežima se pojavljuju ljudske figure ili drugim nazivom „punoglavci“ i već su vidljive individualne razlike između djece u njihovu crtanju. U ovoj dobi crtež čovjeka sastoji se od kruga koji označava glavu i dvije linije koje označavaju noge. Vrlo rijetko crtež ima i dvije linije koje su na suprotnim stranama glave te označavaju ruke. Djeca u ovoj fazi promatraju svoje okruženje i uče načine na koje da ga predstave. Ona iz svojih crteža „punoglavaca“ mogu identificirati, primjerice, svoju majku koja ima glavu, ruke, noge, šake, trbuh iako to netko drugi ne vidi na crtežu. Dijete osjeća da su svi ti dijelovi na crtežu te ih

priznaje iako su izostavljeni. Ona crtaju ono što je njima važno, obitelj, prijatelje, ljubimce. Nema pravila kako da koriste boje što omogućava djeci slobodnije izražavanje. Na određenim predmetima koristit će boje koje neće biti realistične, primjerice drvo će biti plavo, a trava crvena. Nedostaje razumijevanje prostora odnosno predoperacijsko mišljenje još nije dobro razvijeno pa će na crtežu biti vidljive figure koje lebde te nemaju svoje uporište. Ako i nacrtaju tlo, tj. uporište, vrlo često te figure neće biti na njima. Dobro je razgovarati s djecom o njihovu radu jer će nam njihovo objašnjenje dati više informacija i možda će biti točnije nego ono što smo mi primarno mislili. S vremenom će figure biti sve detaljnije jer će dijete dodati prste, zube, kosu, uši i sl. (Malchiodi, 1998).



Slika 3. Punoglavac. Dječji rad (4 godine)

Faza: Razvoj vizualne sheme (6-9 godina)

U njoj dolazi do razvoja vizualnih simbola i pravih vizualnih shema kuće, drveća, životinja. Pojavljuju se i rendgen-slike (dijete će kod crtanja kuće nacrtati i njezinu unutrašnjost). Crteži mogu pokazivati i neki slijed ili pokret unutar jedne slike (primjerice dijete baci loptu drugom djetetu koje ju prosljedi trećemu i to možemo prikazati linijama ili nekolicinom lopti). Također dolazi i do povezivanja boja s objektom pri čemu će objekt biti predstavljen onom bojom kakva zapravo i je u stvarnosti. U crtežu se počinje koristiti i osnova odnosno ravna zelena linija koja predstavlja tlo, a može se pojaviti i plava linija koja predstavlja nebo. U ovoj fazi djeca počinju realističnije crtati, ali su vrlo kritična prema sebi. Ono što prikazuju svojim crtežima usredotočuje se na ono što djeca vide kao svoju stvarnost koja se

može razlikovati od stvarnosti drugih zbog drukčijeg iskustva. Slike počinju dobivati neki oblik i postaju planiranije (Stolley, 2012).



Slika 4. Cvijeće. Dječji rad (8 godina)

Faza: Realizam (9-12 godina)

Djeca se udaljavaju od egoističnog mišljenja i uzimaju u obzir osjećaje, stavove i misli drugih ljudi oko sebe. Crteži su im sve više i više realističniji i sve su više kritičnija prema sebi. Također, crtaju sve detaljnije i počinju prvi pokušaji crtanja u perspektivi. Upotreba i razumijevanje boja se povećava i to je vidljivo u drveću koje je prije bilo samo zeleno, a sad ima različite nijanse zelene boje s drugim bojama poput crvene, žute, narančaste. Ljudske figure su sve detaljnije s raznim elementima te je vidljiv spol s obzirom na odjeću i njihovu frizuru. Djeca mogu postati obeshrabrena u ovo vrijeme kada se stavlja naglasak na realizam. Kada djeca crtaju realistično mogu se osjećati loše te smatrati da ono što žele nacrtati ne mogu jer ono iz stvarnosti nije identično prikazano na njihovu crtežu. Djeca smatraju da što je točnije prikazan objekt, to je bolje umjetničko djelo i kada ne uspiju doći do savršenstva kakvo traže vrlo često odustanu od crtanja. Kao što je spomenuto djeca su kritična prema sebi, ali su vrlo osjetljiva i na kritike i komentare svojih vršnjaka i odraslih osoba oko sebe. Važno je da imaju

neki izvor ohrabrenja koji će im pomoći da prevlada prepreku i da se nastavi kreativno izražavati (Stolley, 2012).



Slika 5. *Bicikl. Dječji rad (10,5 godina)*

Tako je i u samoj art terapiji bitno da art terapeuti u tom umjetničkom procesu pružaju podršku bez kritiziranja rada jer će to samo unazaditi odnos između terapeuta i pojedinca. Crteži nisu crno-bijeli, već su uglavnom sivi i njihova značenja mogu biti protumačena na mnogo različitih načina. Posao art terapeuta je naći onu informaciju koja je točna (Stolley, 2012).

6. PRIMJENA ART TERAPIJE

Art terapija se primjenjuje u radu s djecom, adolescentima, odraslim osobama i osobama treće životne dobi. Ona je idealna u radu s djecom jer koristeći likovno izražavanje dobijemo produkt koji je važno sredstvo u dijagnostici, terapiji, prevenciji poteškoća i poremećaja. Crtež kojim se koristimo u art terapiji od velike je važnosti i pomoći u radu sa zlostavljanom ili hospitaliziranom djecom, djecom s hiperkinetskim poremećajem (ADHD), osobama s intelektualnim teškoćama i u radu s djecom s autizmom (Škrbina, 2013). Osim toga, art terapija se koristi i u radu s osobama koje su doživjele određenu traumu. Primjena art terapije nije ograničena samo na rad s osobama kojima je potrebno liječenje ili redukcija nečega. Ona je važna i kod djece s redovnim razvojem jer je, kao što je već navedeno, izvor informacija o djetetovu cjelokupnu razvoju. U terapijskom odnosu dijete treba moći slobodno i bez osude, bez straha izraziti svoje emocije, strahove, unutrašnje sukobe, a na terapeutu je da zna prepoznati one koji najviše smetaju djetetu u životu te da mu pomogne da se riješi negativnih emocija. Škrabina (2013.) objašnjava kako je upravo crtež prvi jezik kojim se pojedinac služio i da je taj način izražavanja stariji od pisane riječi. On je veoma važan u radu s djecom, u art terapiji, jer su dječje mogućnosti izražavanja govorom ograničene, a izražavanje neverbalnim putem je slobodnije. Taj način izražavanja je veoma koristan i u radu s onom djecom koja imaju probleme u ponašanju. Mnogi su autori prepoznali da u djetinjstvu postoji neka težnja ka ekspresiji i to crtežom. (Radovančević, 1998). On je poput prirodnog jezika djeteta i važno je sredstvo izražavanja potisnutih i neizrečenih osjećaja te nam daje razne informacije vezane za djetetov emocionalni i kognitivni razvoj, njegove interese, traume, iskustva, konflikte (Škrabina, 2013).

7. STRAH

Nikić (1993.) opisuje strah kao jedan od četiri primarne emocije uz radost, ljutnju i tugu. On je urođeni primarni obrambeni mehanizam kojim se osoba štiti od različitih potencijalnih opasnosti kako bi sačuvala vlastiti život. Drugim riječima, strah možemo opisati kao reakciju na neku percipiranu prijetnju koju prati izbjegavanje te situacije, osobe ili objekta, osjećaj nelagode te fiziološke promjene (Vulić-Prtorić, 2002). Fiziološke promjene koje se najčešće pojavljuju su: suha usta, lupanje srca, ubrzano disanje, znojenje i sl. Strah nas najviše sprječava u namjeri da maksimalno iskoristimo sve mogućnosti. On nam u metaforičkom smislu vezuje ruke i ima uništavajuću moć jer može čak i kod najvećih genija prigušiti ili čak i potpuno razoriti njegovu genijalnost. Koliko god je negativan, on posjeduje i pozitivnu stranu čija je uloga da zaštiti opstanak vrste. Prema riječima autora Delpierrea: „Bez straha ne bi ni jedna vrsta preživjela.“ (Nikić, 1993., prema Delpierre, 1974). Strah se uglavnom pojavljuje u onim situacijama u kojima nismo dorasli. Tijekom svoga cijeloga života razvijamo se i sazrijevamo i svaki je naš korak popraćen strahom jer nas život vodi u nove i nepoznate situacije. Uz tu želju koju imamo za otkrivanjem, za pustolovinom, uz znatiželju, radost i nestrpljivost strah je i dalje prisutan. Kroz cijelu životnu dob pojavljuju se različiti oblici straha i na nama je da njima ovladamo (Riemann, 2002). Autor Delpierre navodi ovako: „On je u nama... i prati nas tokom čitavog našeg postojanja.“ (Nikić, 1993., prema Delpierre, 1974). Djeca imaju manje životnog iskustva pa su zato strahovi u njihovoj dobi češći nego u odrasloj dobi i često su povezani s nekim iracionalnim situacijama (strah od vještice). Stjecanjem iskustva smanjit će se vrsta i razina straha od nečega novoga (Riemann, 2002).

U prošlosti su bile predlagane brojne podjele i klasifikacije dječjih strahova. Moderne su bile liste strahova i fobija egzotičnog naziva. Klasifikacije su se kasnije temeljile na analitičkim metodama, etiološkim podacima ili empirijskim postupcima.

Prema Poultonu i suradnicima (1997.) dječji se strahovi mogu s obzirom na sadržaj podijeliti u četiri kategorije:

1. Socijalni strah – on se pojavljuje u onim situacijama koje zahtijevaju prisutnost drugih ljudi (strah od odgovaranja pred razredom, strah od upoznavanja s novom djecom, strah od nepoznatih ljudi, itd.);

2. Specifični strah – to je strah od određene situacije ili pojave (strah od mraka, vode, životinja, grmljavine, vjetra, sirena, itd.);

3. Agorafobični strah – strah od izlaganja situacijama kao što su avioni, autobusi, liftovi, tuneli, gužve, itd.);

4. Višestruki strahovi - obuhvaćaju veći broj već navedenih strahova.

Ollendick (1995., prema Vulić-Prtorić, 1991) navodi deset najčešćih strahova kod djece te je otkrio da su oni konzistentni i kroz spol, dob i kulturnu pripadnost. Spominje strah od zemljotresa, provalnika, slabih ocjena, smrti, zmija, strah od pada s visine, strah od bombi i bombaškog napada, strah od udarca autom, od nemogućnosti disanja te strah od vatre, odnosno zapaljivosti ili izgorivosti. On je faktorskom analizom odredio da se strahovi mogu raspodijeliti u pet kategorija: strah od neuspjeha i kritiziranja, strah od nepoznatog, strah od ozljeđivanja i malih životinja, strah od opasnosti i smrti i strah od medicinskih postupaka.

U Reissovoj teoriji fobija strahova i paničnih napada spominju se tri temeljna straha te veći broj svakodnevnih strahova. U temeljne strahove spadaju: strah od ozljeda, bolesti (strah od smrti), zatim strah od negativne evaluacije (odbačenost, neprihvaćenost, kritiziranje od vršnjaka), i posljednja je anksiozna osjetljivost – strah od straha (užasavajuća pomisao da bi pojava straha u određenoj situaciji imala tragične posljedice). U svakodnevne strahove možemo svrstati strah od visina, životinja, skućenih prostora, socijalni strahovi, itd. Njegova je teorija predstavila jedan od prvih pokušaja kreiranja boljih elemenata pomoću kojih će ostali bolje razumjeti strahove, fobije i panične napadaje. (Vulić-Prtorić, 2002., prema Reiss, 1991).

Odrastanjem djeteta nestaju mnogi strahovi. Važno je prepoznati i razlikovati jednostavne strahove i strahove koji su proizašli iz djetetova psihičkog života. Strahovi i anksioznost su veoma uobičajeni i oni prate razvoj djeteta, ali može se dogoditi da neki od strahova postanu intenzivniji i ostaju s djetetom kroz dugi period vremena pri čemu uzrokuju uznemirenost i kod djeteta i ostatka obitelji. U tom slučaju nije sigurno jesu li to samo prolazni i primjereni strahovi u toj dobi i situaciji ili su to anksiozni poremećaji ili fobije. U razlikovanju patoloških oblika strahova koji su vezani za stresne i traumatske događaje, anksioznosti i onih normalnih strahova možemo upotrijebiti ove kriterije: situacijska primjerenost, intenzitet simptoma, trajanje simptoma, stupanj u kojem simptomi ometaju svakodnevno funkcioniranje i razvojna primjerenost straha ili anksioznosti. Kako su strahovi kod djece česti ne može se donijeti dijagnoza ako kod pojedinca taj strah ne uzrokuje neke ozbiljnije smetnje (Vulić-Prtorić, 2002).

8. KLASIFIKACIJA STRAHOVA KOD DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

Svaka dob nosi neke karakteristične strahove koji kako se i pojave tako i nestanu. Kod novorođenčadi, koja ne može riječima izraziti svoj strah, važno je pratiti njezinu reakciju. Taj odgovor djeteta na potencijalnu opasnost vežemo uz Moroov refleks. Dijete će se početi glasati, taj osjećaj neugode koji osjeća izrazit će kricima te će napraviti neke neodređene pokrete. Reakcija djeteta manifestira se tako da dijete raširi svoje ruke i šake, a zatim ih skupi kao da želi nekoga zagrliti. To je urođena reakcija na opasnost od padanja i gubitka podloge. Reagiranje na promjenu i podražaje je priprema na opasnost i taj trzaj kod djeteta osim te pripreme nagoviješta osjetljivost čiji značaj možemo saznati tek u kasnijem razdoblju (Mikas i sur., 2015).

IZMEĐU ŠESTOG MJESECA DO PRVE GODINE ŽIVOTA

- Pojavljuje se strah od gubitka važne osobe (majke) s kojom je dijete razvilo snažan emocionalni odnos;
- Strah od odvajanja;
- Strah od nepoznatih osoba (reakcije djeteta mogu biti burne i naglašene).

U tim prvim godinama života roditelji uočavaju strahove kroz dječje ponašanje. Nakon treće godine verbalizacija strahova je moguća i tada dijete može govoriti konkretno o svojem strahu, o osobama, objektima, situacijama, pojavama kojih se boji (Mikas i sur., 2015).

IZMEĐU PRVE I DRUGE GODINE ŽIVOTA

- Pojačava se strah od odvajanja.
- Javlja se osjećaj straha, nelagodnosti i napuštenosti u prvim danima jaslica ili vrtića (Starc i sur., 2004).
- Javljaju se strahovi uzrokovani jakim podražajima (osobe, životinje, buka, bol).

IZMEĐU DRUGE I TREĆE GODINE ŽIVOTA

- Ovo je doba mnogih strahova.
- Strah od jakih zvukova, tamnih boja, velikih objekata, promjena u prostoru, vjetra, kiše, strah od životinja (zmija, pas, buba...), gubitka ljubavi bliske osobe, strah od samoće i odvajanja, strah od vode.
- Smanjuje se strah od odvajanja i nepoznatih lica.

IZMEĐU TREĆE I ČETVRTE GODINE

- Strah od životinja i stranih osoba, strah od policajaca i lopova, strah od starih i stranih ljudi, od ružnih lica, maski i nakaza;
- Pojavljuje se i strah od mraka koji je često povezan s nekim drugim strahovima poput lopova, vukova, vještica;
- Strah od liječnika;
- Strah od vremenskih nepogoda;
- Javljaju se nerazumni strahovi, zbog sve bujnije maše, koji su povezani s pričama ili slikovnicama.

IZMEĐU ČETVRTE I PETE GODINE

- Slabi strah od domaćih životinja, ali se pojačava strah od divljih životinja;
- Pojačava se strah od mraka i samoće, majčinih izlazaka i odvajanja;
- Pojavljuju se noćne more;
- Strah od imaginarnih bića (vještice, duhovi, zmajevi, vampiri, divovi...);
- Strah od vremenskih nepogoda;
- Auditivni strahovi.

IZMEĐU PETE I ŠESTE GODINE

- Raste strah od nesretnih slučajeva, bolesti, mraka, imaginarnih bića;
- Strah od čudovišta koji se skrivaju ispod kreveta;
- Dolazi do porasta straha od ozljeđivanja, povreda i padova;
- Smanjuje se strah od ružnih ljudi.

IZMEĐU ŠESTE I SEDME GODINE

- Pojavljuje se strah od krvi i posjekotina;
- I dalje je prisutan strah od duhova i vještica te bića ispod kreveta;
- Javlja se strah da će se netko izgubiti, da će doći do smrti roditelja ili bliskih osoba;
- Strah od grmljavine i samoće;
- Strah od gubitka u nepoznatom prostoru;
- Strah od zvukova (telefon, zvono, neugodan glas...);
- Sa sedam godina najčešći su strahovi od mraka, sjena, podruma;
- Strahovi nakon strašnih priča, filmova;
- Pojačava se strah od gubitka ljubavi i roditelja;

- Strah od škole.

U radu s djecom predškolske dobi veoma je važno razgovarati o strahu, pričati priče u kojima se strah spominje ili ga crtati. Tada taj strah postaje nešto konkretno, uočljivo i dijete ga može lakše podnositi (Mikas i sur., 2015).

9. PROCES ART TERAPIJE

Art terapeutkinja Judith Aron Rubin u svojoj knjizi „Child Art Therapy“ objašnjava proces art terapije. Prije svega, u njezinom „intervjuu“, odnosno uvodnom satu terapije, ona preferira znati što manje informacija o djetetu kako bi bila otvorenija za sve što ono govori. Također preferira susret s djetetom, a ne roditeljima jer je uistinu dijete njen glavni interes i briga. U početku, na terapeutu je da postavi pozornicu i psihološku i fizičku kako bi bio omogućen smisleni rad. To znači pružanje umjetničkog materijala u ugodnom aranžmanu koji se može lako istražiti te pružanje odgovarajućih mogućnosti na radnom prostoru i površini za maksimalnu udobnost. Zatim je na djetetu da upotrijebi što god želi, učini što god želi u raspoloživom vremenu. Ako dijete pita za razlog umjetničkog intervjua Judith mu odgovara da je to način na koji ona njega upoznaje i tako dijete može podijeliti nešto o sebi zajedno sa svime što žele reći riječima. Nekada doda da će to pomoći i njoj i djetetu pri odluci može li art terapija biti od pomoći djetetu. Dok dijete odrađuje zadatak, art terapeut mora biti spreman intervenirati u svakom trenutku kako bi olakšao protok materijala. (Rubin, 2005).

Ako dijete nije sigurno kako krenuti, niti s čime krenuti, ono može postaviti pitanja koja će pomoći pri odabiru. Svaki medij u art terapiji ima svoje unutarnje kvalitete, središte za ono što izaziva, zahtjeva i stimulira u djetetu. Ono što će dijete eventualno odabrati omogućava da art terapeuti promatraju djetetovo nošenje s mogućnostima i zamkama tog medija kao i s materijalima. Osim odabira medija i teme postoje i drugi korisni aspekti sesije na koje terapeut treba obratiti pažnju, poput načina na koji dijete koristi raspoloživi prostor. Hoće li dijete stajati ili sjediti, biti blizu terapeuta ili daleko, hoće li ga gledati ili će mu okrenuti leđa. Mnogi će isprobavati različite opcije, a često se čini da su opušteniji i verbalno komuniciraju slobodnije kada ne gledaju terapeuta. Dijete ima i mogućnost izbora rada u tišini ili spontanog govora. Također, djeca mogu izabrati žele li biti intervjuirana o svakom umjetničkom djelu neposredno nakon njegovog završetka ili na kraju sesije. Iako neka djeca govore slobodno i spontano dok rade, možemo im pomoći da se još više povežu sa svojim produktom rada. Prvi korak pri takvom razgovoru je potaknuti dijete da pažljivo promotri svoj rad. Možemo mu postaviti jednostavno pitanje poput: „Što vidiš?“ jer ćemo njime zasigurno dobiti mnoštvo odgovora. Intervju je najbolje voditi na otvoren način tako da naša pitanja omogućuju maksimalnu slobodu odgovora. „Možeš li mi reći nešto o svojoj slici?“, „Postoji li neka priča vezana uz nju?“, „Što ti pada na pamet kad pogledaš svoje djelo?“.

Većina će djece, u roku od jednoga sata sesije, napraviti nekoliko produkta. Uzorak nekoliko umjetničkih proizvoda pouzdaniji je za procjenu djeteta nego samo jedan. Implicitna pretpostavka u intervjuu glasi da je „najbolje za dijagnostičku svrhu (je) ako damo potpunu slobodu djetetu da otkrije svoju jedinstvenu reakciju“. Važno je ne miješati se ni suptilno utjecati na djetetove ideje. Mnoga djeca spontano zahtijevaju još jednu takvu sesiju jer ju percipiraju kao zabavnu, bez prijetnji, za razliku od većine situacija u kojima se vrši testiranje. Ovaj jednosatni „intervju“ obično pruža dovoljno materijala kojima će se planirati liječenje ili će terapeut obavijestiti pojedinca da mu ne preporučuje art terapiju zbog nekog razloga. Ako art terapeut smatra da je art terapija prikladna za pojedinca, on će se dogovoriti s pojedincem ili njegovim roditeljima. U ovoj fazi, kod kreiranja ugovora, raspravljat će se o pravilima art terapije, razlozima nuđenja art terapije, broju sesija, grupnoj ili individualnoj terapiji i mnogim drugim stavkama. Jedna od prednosti individualne terapije nad grupnom bila bi fleksibilnost, privatnost i stupanj emocionalne bliskosti koju terapeut nudi odnosom jedan na jedan. Postoje neke stvari na koje art terapeut treba obratiti pažnju tijekom sesije:

- Glavne teme koje će se pojaviti tijekom sesije te reakcija pojedinaca na njih;
- Materijali koji su korišteni;
- Način korištenja umjetničkog materijala;
- Pristup klijenta procesu izrade slike (Edwards, 2004).

10. AKTIVNOST U VRTIĆU NA TEMU „STRAH“

Provela sam aktivnost u dječjem vrtiću na temu „strah“ u starijoj odgojnoj skupini. Uz pomoć odgojiteljice odradila sam aktivnost s elementima art terapije. Djeci sam pružila priliku da izraze svoje strahove bez pretpostavljanja dijagnoze i donošenja raznih zaključaka na temelju crteža. Usredotočila sam se na zapažanje raznolikosti strahova kod djece u toj dobi i situacije koje su dovele do njihovog razvijanja.

VRTIĆ: Dječji vrtić Bedekovčina

ODGOJITELJ: Dijana Jakuš

ODGOJNA SKUPINA: „Pčelice“

DOB DJECE: 5,5 – 6,5 godina

BROJ DJECE: 8

TEMA: Strah

LIKOVNO PODRUČJE: Crtanje

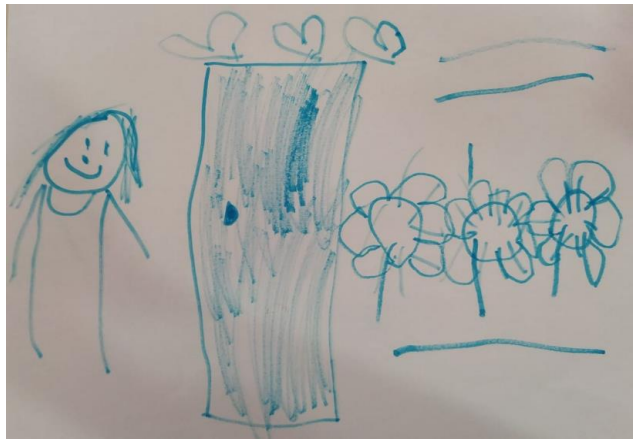
LIKOVNI MATERIJAL: Flomasteri

TIJEK AKTIVNOSTI:

Dolaskom u vrtić predstavila sam se i upoznala s djecom u skupini te im objasnila svrhu svojega dolaska. Okupila sam djecu oko sebe i započela razgovor o strahovima. Dala sam svoje mišljenje i objašnjenje o toj temi kao i oni svoje. Upitala sam ih čega se oni boje, na što su se mnogi javili sa željom da podijele svoj strah s ostalima. Odgovori su bili: mrak, pauk, lav, zmija, pčela, duh, čudovište i nepoznati ljudi. Zatim sam sjela ispred njih, otvorila slikovnicu te počela čitati. Pročitala sam tri slikovnice koje se odnose na različite strahove. Svrha čitanja takvih slikovnica bile je da pokažem kako postoje brojni strahovi, ali da, također, postoje i razni načini koji mogu pomoći u njihovu svladavanju. Zatim sam pustila kratki animirani film koji pokazuje kako svaki čovjek u sebi ima osjećaj straha koji ga prati i štiti, iako ga u nekim situacijama sprječava da radi to što želi. U filmu je prikazan i čovjek koji nema osjećaj straha

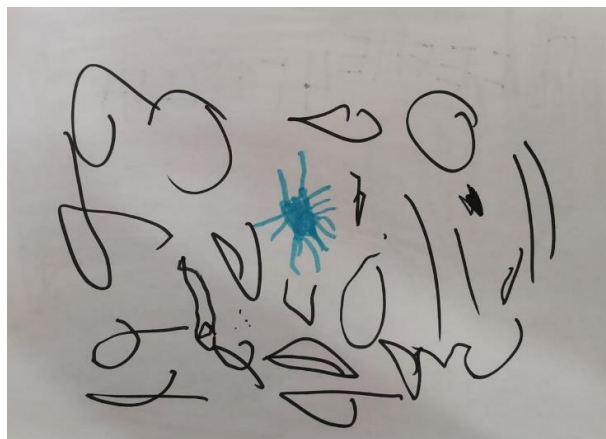
zbog čega se ozlijedio i završio u bolnici. Nakon završetka postavila sam nekoliko pitanja djeci i zajedno smo zaključili kako je strah onaj osjećaj kojega nitko ne vole jer nije ugodan, ali on je tu da nas zaštiti i upozori na moguće opasnosti te je koristan u životu. Kada smo sve objasnili, porazgovarali i analizirali ono što smo vidjeli i čuli, zamolila sam djecu da sjednu za stol, uzmu papir i nacrtaju ono čega se boje. Kada su završili sa svojim radovima, individualno sam analizirala njihove crteže.

DJEČJI RADOVI:



Slika 6. *Nepoznati čovjek, Ana, 5 godina*

Djetetov opis: „Bojim se kad mi neko dođe u kuću. Nacrtala sam ovo cvijeće koje ima trnje da ga preplaši i da pobjegne. Možda ga može i kopriva uplašiti. Sljedeći put ću nju nacrtati.“



Slika 7. *Pauci i mreža, Marko, 5 godina*

Djetetov opis: „U sredini je pauk, a ovo okolo je mreža. Bojim se kad pauk napravi tako veliku mrežu jer može brzo hodati po njoj.“



Slika 8. *Duh, Luka , 5,5 godina*

Djetetov opis: „Gledao sam crtić u kojem se pojavio duh i onda me Marija uplašila da će on doći do mene i sad se bojim duhova.“



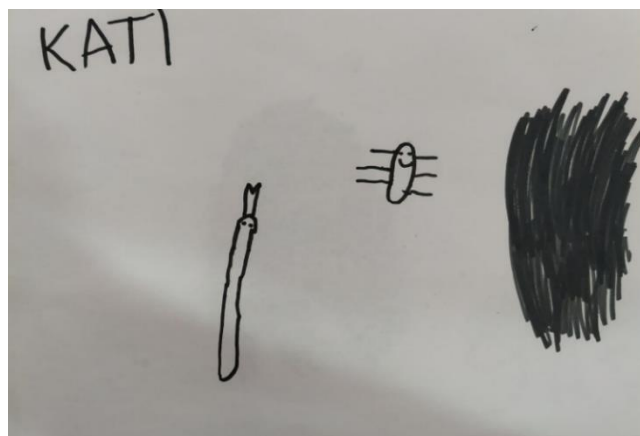
Slika 9. *Mrak, Viktor, 5 godina*

Djetetov opis: „U mraku svašta može doći po mene, a ja ne vidim. Mrak me jako plaši i ne volim ga.“



Slika 10. Lav, David, 5 godina

Djetetov opis: „Lav je strašan jer me može uloviti i ugristi. Lovi i ovu ovcu, ona bježi od njega, ali lav je jako brz.“



Slika 11. Mrak, pauk i zmijsa, Kati, 5,5 godina

Djetetov opis: „Jako se bojim pauka, u mraku ga ne vidim i ne znam di je. Kad je svjetlo upaljeno ga vidim i hoću da ga mama makne. Prije sam se bojala igračke pauka zato jer je bio crni i mali. Malo se bojim i mraka da mi ne bi došao komarac i piknuo me ili da ne padnem po mraku. I zmijsa se bojim da me ne ugrizne, ali moja se teta više boji zmijsa nego ja.“



Slika 12. Čudovišta, Karlo, 6 godina

Djetetov opis: „Ovaj smeđi ima puno glava i jako te može preplašiti. Pušta glasne zvukove od kojih te bole uši i onda te sve boli. Drugo čudovište je isto strašno. Oni skupa dolaze.“



Slika 13. Čudovišta, Karlo, 6 godina

Djetetov opis: „Ovaj lijevi jako udara rukama. Kad te udari jako se ozlijediš. Ovaj tu kraj njega može letjeti i brzo dođe do tebe.“



Slika 14. *Pauk s brzim nogama, Iva, 5 godina*

Djetetov opis: „To je veliki pauk, on ima puno noga i jako je brz. Brzo hoda i zato ga se bojim.“

10.1. ANALIZA RADOVA I OSVRT

Iz priloženih radova vidljivo je kako su djeca uspjela izraziti svoje strahove kroz crtež. Strahovi koji su zastupljeni kod djece u ovo aktivnosti isti su strahovi koji se i prema klasifikaciji pojavljuju u dobi između pete i šeste godine života. Najčešći strah koji se pojavljuje u dječjim crtežima je strah od mraka i pauka. Djeca su komentirala kako ne vole mrak jer s mrakom dolaze strašne stvari koje ona ne vide. Za pauke objašnjavaju da imaju više sitnih nožica kojima brzo hodaju i da ih je strah da će tim nožicama brzo doći do njih. Također, ne vole što su tako sitni i tamni. Boje se i životinja koje ih mogu ugristi i brzo napasti poput zmija i lavova, kao i pčela i bumbara koje ih mogu ubosti. Jedna je djevojčica izrazila strah od nepoznate osobe koja joj može doći u kući te je uz to nacrtala jedan način kojim se može zaštititi i koji može uplašiti tu osobu (cvijeće s trnjem). Dječak je nacrtao duha za kojega je rekao da ga se plaši jer je od prijateljice čuo razne strašne priče. Također, strah se pojačao kad je pogledao jedan crtić u kojemu se pojavio zli duh. Zadnji strah kojega je dijete izrazilo crtežom bio je

strah od čudovišta. Dječak koji je nacrtao taj strah ima problema sa sluhom i, prema riječima odgojiteljice, kada je veoma glasno oko njega pojavi se bol. Prvo u ušima, a zatim i u pojedinim dijelovima tijela. On je tu smetnju povezo sa strahom od čudovišta. Objasnio je kako na njegovu crtežu jedno čudovište ispušta glasne, neprirodne zvukove koji ozljeđuju ljude. U većini crteža, koje su djeca u ovoj aktivnosti napravila, prevladava crna boja. Ona inače predstavlja strah koji prigušuje ostale emocije.

Smatram da je aktivnost uspješno provedena. Djeca su uspjela izraziti svoje strahove kroz crtež u određenom vremenu s određenim materijalima. U razgovoru s djecom tijekom aktivnosti, dotakli smo se brojnih situacija u kojima se može pojaviti strah – poput odlaska liječniku, zubaru, odlaska u vrtić ili u školu. Objasnila sam im da je posve normalno osjećati strahu u onim situacijama u kojima se nalazimo prvi put. Djeca su odgovorila da se ne boje zubara jer on popravljja zube koji su loši i koji nas bole. Nitko u crtežu nije izrazio strah od vrtića ni od škole. Svi su djelovali uzbuđeno na spomen škole i nekolicina djece kazala je da ne mogu dočekati školu. Na početku aktivnosti, kod mnoge djece, nije bilo motivacije jer su željela izići na balkon, ali kada smo se dogovorili da nakon 10 minuta crtanja i razgovora sa mnom mogu izići van, svi su veoma brzo završili svoje crteže. Rado su odgovorili na sva moja pitanja i opisali svoja umjetnička djela. Djevojčica od šest i pol godina izjavila je kako se više ne osjeća toliko prestrašeno, sada kada gleda svoj strah na papiru, koliko je osjećala strah samo razmišljajući o njemu. Na tu sam izjavu odgovorila da je crtanje odličan način izražavanja svega što osjećamo, bilo to dobro ili loše, i da ponekad naša mašta u glavi stvara slike koje su nerealne i mogu biti više zastrašujuće nego što su to zapravo u stvarnosti. Završili smo aktivnost u dogovoru da će djeca i dalje svoje osjećaje i strahove izraziti likovnim aktivnostima, posebice kada im postane teško i kada žele nešto podijeliti, a ne žele o tome razgovarati. Strahovi koje su djeca prikazala u ovoj aktivnosti posve su normalni strahovi koji se pojavljuju u njihovoj dobi i prema mojem mišljenju oni će vrlo vjerojatno brzo nestati bez nekih velikih problema.

11. PRIMJENA ART TERAPIJE KOD SAVLADAVANJA STRAHA OD ODLASKA U ŠKOLU

Strah je prisutan u životu djeteta od malena te često dolazi s novim i nepoznatim situacijama. Dijete samo ga ne može savladati, ne može ga psihički obraditi. To je posve normalno jer se pojavljuje u vrijeme kada dijete nije doraslo tom strahu. Postoje mnogi strahovi u predškolskoj dobi, od straha od napuštanja, straha od odvajanja, straha od nepoznatih osoba, od životinja, mraka, vještina, čarobnjaka, smrti, bolesti, krvi pa sve do straha od škole (Vulić-Prtorić, 2002). Strah od odlaska u školu je upravo ta nova i nepoznata situacija gdje je posve normalno osjećati se uplašeno jer jedino što je dijete do sada znalo je vrtić. Vrtić je djetetovo sigurno mjesto, ono se već naviknulo na boravak u njemu i na ostalu djecu i odgojitelje. Škola je novo mjesto i dijete nema nikakvog iskustva koje mu može pomoći u toj tranziciji iz jednog okruženja u drugo. U tome mu procesu mogu pomoći roditelji, odgojitelji te art terapeuti. Art terapija je dobar način suočavanja sa strahovima jer art terapeuti najbolje poznaju stvaralački proces, veoma su dobri u neverbalnim i simboličkim komunikacijama, i njihov je cilj ostvariti okruženju u kojemu će se pacijenti osjećati ugodno i sigurno kako bi mogli izraziti i one najjače osjećaje koje skrivaju u sebi (Ivanović, Barun i Jovanović, 2014). Prvenstveno se terapijski proces u art terapiji odnosi na dinamičnu interakciju između pacijenta (djeteta), umjetničkog djela i art terapeuta. Ovaj se odnos vrlo često naziva „trokutasti odnos“ (Edwards, 2004).

U art terapiji se većinom spontano pojavljuju najznačajnije teme, ali postoje slučajevi u kojima pomaže kada art terapeut predloži specifičnu temu pojedincu. Tako art terapeut može od djeteta zatražiti da nacrtá nešto čega se boji. Dijete kod kojega se pojavio strah od odlaska u školu nacrtat će upravo to. U knjizi „Child Art Therapy“ postoji dobar primjer ovoga straha. Djevojčica Nona koja se spremala za novu školu opisala je ovako svoj crtež: „Otac dovodi djevojčicu u školu i ona je nekako uplašena jer nikad prije nije bila u školi i nikoga ne poznaje i plaši se velike škole“. Zatim ju art terapeut pita zašto je djevojka uplašena, na što Nona odgovara: „Zato što se boji kakvi će učitelji biti, hoće li biti dobri ili zli te želi da njezin otac ostane s njom“ (Rubin, 2005).

Art terapeut u procesu prati likovno izražavanje pojedinca. Obraća pažnju na reakciju pojedinca na glavnu temu (strah od odlaska u školu), na materijale koje pojedinac koristi (suhe i vlažne medije, različite vrste i veličine papira) pri čemu, ako pojedinac ima pristup širokom nizu različitih materijala, taj izbor može imati poseban značaj. Zatim terapeut prati na koji način

pojedinač koristi materijale (brzo, polako, uredno, neuredno, ponavlja li ih, itd.) i način na koji pojedinac pristupa procesu izrade slike (je li produktivan ili ima blokadu pa ne može raditi) (Edwards, 2004). Dok se dijete umjetnički izražava ono može razgovarati s art terapeutom o svome radu, odgovarati na njegova pitanja, ispričati priču vezanu za tu sliku. Također, osim jednog medija, u jednoj sesiji, dijete može raditi s drugim medijima. Art terapeut može u razgovoru pobuditi zanimanje djeteta za drukčijim pristupom. Dijete može dobiti ideju koju će zatim, primjerice, provesti modeliranjem. Na svakoj novoj sesiji, dijete će napraviti nešto drukčije, ovisno o tome što se dogodilo u njegovom životu i što želi izraziti. Strah od škole može biti izraženiji ako se u djetetovu životu nešto dogodilo što je povezano s njime. Primjerice, ako je djetetov prijatelj bolestan i već neko vrijeme nije u školi. To može utjecati na djetetov strah i rezultirati u novo umjetničko djelo vezano za prijatelja. Umjetničke radove art terapeut sprema na police nakon svake sesije jer smatra da ih je korisno sačuvati dok traje terapija. Neka će djeca htjeti uzeti svoje radove kući pri čemu će terapeut upitati dijete može li ga ostaviti na tjedan dana kako bi mogao fotokopirati rad, dok će drugi ostaviti svoje radove do kraja terapije jer znaju da onda mogu uzeti kući sve što požele (Rubin, 2005). Nakon nekog vremena, kada je art terapija došla do kraja, art terapeut će s djetetom pregledati sva umjetnička djela u njegovoj mapi. Kako bi se dijete suočilo sa svojim strahom i eventualno ga uspjelo savladati, bit će potrebno nekoliko sati, tjedana, mjeseci art terapije. Na kraju terapije nešto se treba promijeniti, a ta promjena zahtijeva da se pojedinac odrekne ili simptoma ili uobičajenog ponašanja, stava uma, bilo čega (Edwards, 2004).

12. ZAKLJUČAK

Strah je univerzalan, on je prirodna pojava kod svih ljudi. U djetinjstvu su prisutni brojni strahovi od kojih je većina prolazna, a polovica ih nestane tijekom nekoliko mjeseci. Djeca će prerasti mnoge strahove koji su većinom povezani s imaginarnim svijetom ili nerealnim opasnostima jer kako rastu, ona postepeno uče razliku između prave opasnosti i onoga što može nanijeti stvarnu štetu te kako se zaštititi. Art terapija će im pomoći izraziti svoje osjećaje, strahove, traume kako bi mogli dalje normalno funkcionirati. U terapijskom radu s djecom veoma je važno da djeca razgovaraju o strahu, pričaju priče, da ga crtaju. Na taj će način dijete vizualizirati svoj strah na papiru, on više neće biti samo u njegovoj mašti. Djetetov strah će postati vidljiv i manje zastrašujući nego što je to bilo u njegovoj glavi. Crtanjem će ono izraziti svoj strah i uz pomoć terapeuta pogledat će ga sa svih strana. Objasnit će kako ono na njega gleda, zašto ga to toliko muči, što ono očekuje da će se dogoditi. Art terapeut će biti uz dijete kako bi ga naveo da se izrazi najbolje što može, da pokaže sve osjećaje, ma kako snažni oni možda bili, i da mu pomogne u suočavanju s njima. Strah od odlaska u školu će možda sa sobom vući i druge strahove poput straha od odvajanja i socijalnog straha pa se treba i na njih usredotočiti. Kako bi art terapeut mogao pomoći djetetu te kako bi se kod njega nešto promijenilo, nekada će biti potrebno nekoliko mjeseci, a nekada nekoliko tjedana, sve ovisi o djetetu i o tome što djetetu smeta. Bitno je da dijete ima podršku roditelja, okoline i terapeuta kako bi se moglo suočiti sa svojim strahom i osposobiti za nove životne izazove.

LITERATURA

1. Balić-Šimrak, A. (2010). Predškolsko dijete i likovna umjetnost. *Dijete, vrtić, obitelj*, 16-17 (62-63), 2-8.
2. Belamarić, D. (1987). *Dijete i oblik*. Školska knjiga. Zagreb.
3. Edwards, D. (2004). *Art Therapy*. Sage Publication.
4. Grgurić, N. i Jakubin, M. (1996). *Vizualno-likovni odgoj i obrazovanje*. Zagreb: Educa.
5. Ivanović, N., Barun, I. i Jovanović, N. (2014). *Art terapija – teorijske postavke, razvoj i klinička primjena*. *Socijalna psihijatrija*, 42(3), 190-198.
6. Malchiodi, C. A. (1998). *Understanding children's drawings*. Guilford Press.
7. Malchiodi, C. A. (2012). *Handbook of art therapy*. New York: Guilford Press.
8. Mikas, D., Pavlović, Ž. i Rizvan, M. (2015). Strahovi djece predškolske dobi. *Paediatrica Croatica*, 59(1), 1-6.
9. Nikić, M. (1993). Psihologija straha. *Obnovljeni Život: časopis za filozofiju i religijske znanosti*, 49(1), 43-66.
10. Poulton, R., Trainor, P., Stanton, W., McGee, R., Davies, S., Silva, P., (1997). *The (in)stability of adolescent fears*, *Behavior Research and Therapy*, Vol.35, No.2, 159-163.
11. Riemann, F. (2002). *Temeljni oblici straha: studija iz dubinske psihologije*. Jastrebarsko: Naklada slap.
12. Rubin, J., A. (2002). *Child Art Therapy*. John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey
13. Starc, B., Čudina Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004). *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi*. Zagreb: Tehnička knjiga.
14. Stolley, R. (2012). *Working With Children And Their Drawings*. University of Wisconsin.
15. Škrbina, D. (2013). *Art terapija i kreativnost: Multidimenzionalni pristup u odgoju, obrazovanju, dijagnostici i terapiji*: Veble comerce, Zagreb.
16. Vulić-Prtorić, A. (2002). Strahovi u djetinjstvu i adolescenciji. *Suvremena psihologija*, 5(2), 271-293.

PRILOZI

- Slika 1. Preuzeto iz knjige „Working With Children And Their Drawings“, Stolley, R. (2012). Paukova mreža i pauci.
- Slika 2. Preuzeto iz knjige „Working With Children And Their Drawings“, Stolley, R. (2012). Mandala figura.
- Slika 3. Preuzeto iz knjige „Working With Children And Their Drawings“, Stolley, R. (2012). Punoglavac
- Slika 4. Preuzeto iz knjige „Art terapija i kreativnost: Multidimenzionalni pristup u odgoju, obrazovanju, dijagnostici i terapiji“, Škrbina, D. (2013). Cvijeće.
- Slika 5. Preuzeto iz knjige „Art terapija i kreativnost: Multidimenzionalni pristup u odgoju, obrazovanju, dijagnostici i terapiji“, Škrbina, D. (2013). Bicikl.
- Slika 6. Autorski rad, Ines Žegrec „Nepoznati čovjek“
- Slika 7. Autorski rad, Ines Žegrec „Pauci i mreža“
- Slika 8. Autorski rad, Ines Žegrec „Duh“
- Slika 9. Autorski rad, Ines Žegrec „Mrak“
- Slika 10. Autorski rad, Ines Žegrec „Lav“
- Slika 11. Autorski rad, Ines Žegrec „Mrak, pauk i zmija“
- Slika 12. Autorski rad, Ines Žegrec „Čudovišta“
- Slika 13. Autorski rad, Ines Žegrec „Čudovišta“
- Slika 14. Autorski rad, Ines Žegrec „Pauk s brzim nogama“

Izjava o izvornosti završnog/diplomskog rada

Izjavljujem da je moj završni/diplomski rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istoga nisam koristio drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.

(vlastoručni potpis studenta)