

UMjetnost 2018.

Matea Gugo

Filozofski fakultet u Zagrebu

Odsjek za psihologiju

ORCID: 0000-0001-8746-9853

Umjetnost je stručni skup o terapiji umjetnošću kojega treću godinu za redom organiziraju dva kluba studenata psihologije – „Feniks“ s Hrvatskih studija te “STUP” s Filozofskog fakulteta u Zagrebu. Osim što promiče suradnju među studentima psihologije s različitih fakulteta, umjetnost nudi uvid u važnost kreativnog izričaja u terapiji te praktičnu priliku za okušati se u nekima od metoda terapije umjetnošću.

Nakon par mjeseci suradnje i zajedničkog planiranja, komuniciranja sa stručnjacima iz područja terapije umjetnošću i svih priprema koje ulaze u organizaciju stručnog skupa, konačno je stigao i 15. prosinca 2018., subota koju je obilježila terapija umjetnošću. Skup su otvorili članovi „Concordie discors“, pjevačkog zbora Filozofskog fakulteta u Zagrebu, nakon čega je krenuo dan ispunjen predavanjima i radionicama. Za svakoga se moglo pronaći ponešto – za one najmlađe i za one malo starije, za one koji se više pronalaze u glazbi ili one koji preferiraju crtanje.

Predavanja

Prvo predavanje pod nazivom „O art – terapiji“ vodila je Renata Martinec, a u njemu je posjetitelje uvela u svijet terapije umjetnošću, objasnila što ona sve podrazumijeva, koji su glavni principi i područja rada te položaj takve vrste terapije u svijetu i u Hrvatskoj. Sljedeće predavanje bilo je pod vodstvom Patricie Ivankov, pod nazivom „Neuroznanstveni temelji kreativnih terapija“. Predavačica je upoznala sudionike s neuroznanstvenim temeljom kreativnih terapija i neurobiološkim mehanizmima kreativnosti. Posljednje predavanje „Psihijatrija i umjetnost – animirani film“ održao je Niko Radas, koji je posjetiteljima dao bolji uvid u kreativni, likovni aspekt art-terapije prezentirajući animirani film kao terapijsku aktivnost.



Radionice

Prva radionica na kojoj su posjetitelji sudjelovali bila je radionica likovne terapije „Energy art – bogatstvo duše“ pod vodstvom Emine Kovač. Izlagačica je opisala „energy – art“ kao sintezu svog dugogodišnjeg znanja i iskustva u energetske radu, koji obuhvaća sve oblike kreativnog izričaja – od riječi do pokreta i plesa. Na radionici ekspresivne art-terapije Eve Simone Kulenović sudionici su se bavili tehnikama koje uključuju rad ruku i korištenje kolaža, dok su se na „Terapiji filmom“ Andreje Borovečki bavili prednostima korištenja filmova u terapijske svrhe. Irena Vitaljić i Andrea Bartolec svoje su sudionike „zamaskirale“ u likove na psihodramskoj radionici, a Zlatko Bastašić se također pozabavio glumom u art – terapiji, no uz pomoć lutkarstva. Na „Iskustvenoj psihodramskoj radionici“ Irena Bohač i Maja Patahy pokazale su kako istražiti svoj unutarnji svijet i odnose uz akcijske psihodramske metode. Uz sve to, bilo je i radionica za one koje najviše zanima glazba – Helena Dukić održala je radionicu muzikoterapije pod nazivom „GIM terapija“. „Guided Imagery and Music“ ili „glazbom inducirano maštanje“ je vrsta terapije u kojoj se osobe nalaze u stanju duboke opuštenosti uz glazbu, pri čemu stimuliraju vizualizaciju slika iz prošlosti kako bi mogli što bolje razumjeti svoju svakodnevnicu. Posjetitelji su uživali u izvedbi vježbe s bubnjevima koju je Boris Priljević proveo sa sudionicima svoje radionice „Bubnjaonica“. Osim u svijetu glazbe, bilo je prilike uživati i u svijetu bajki na radionici Margarete Mesić, koja je potakla svakog sudionika da dođe u kontakt sa svojom osobnom pričom ili bajkom. Za sve one koji se vole kretati održana je radionica „Pokret i ples“ pod vodstvom Vande Kos Jerković, a za kraj su posjetitelji sudjelovali u još jednoj radionici ekspresivne art-terapije Dominika Šmide, čije ime ujedno govori i o temi kojom se bavio – „Ranjivost kao alat za razvoj otpornosti“.

Sva predavanja, a pogotovo radionice, pokazale su sudionicima da ni preduvjet ni cilj terapija umjetnošću nije savršeno se likovno ili glazbeno izraziti, već takvim zabavnim načinima potaknuti sami sebe na promišljanje te iskazivanje misli i osjećaja. Broj sudionika na svakoj radionici bio je ograničen, što im je dopustilo da se međusobno kvalitetnije povežu te na kraju izađu s osmijehom i željom za sudjelovanjem u još jednoj radionici. Osim što su svi naši voditelji radionica bili puni strpljenja i potpore, sudionici su si također međusobno pomagali i podupirali se, ali i sklopili nova poznanstva.

I treću godinu zaredom umjetnost je privukla brojne posjetitelje koji su dobili uvid na koje se sve načine spajaju područja psihologije i umjetnosti, ali se i sami okušali u nekim tehnikama koje mogu koristiti u svakodnevnom životu ili svome budućem radu. To nas potiče da i dalje nastavimo ovakvu suradnju te organiziramo umjetnost i dalje. Svi zainteresirani pozvani su pridružiti nam se i sudjelovati na umjetnosti i sljedeće godine.

