

ART TERAPIJA U KULTURNIM I SOCIJALNIM RAZLIČITOSTIMA

Poslijediplomski specijalistički studij Kreativne terapije, smjer art terapija

Akademija za umjetnost i kulturu u Osijeku

Studentica: Josipa Milović, mag.psych

Tema: Projekt "Izgradnja društva dobrodošlice"

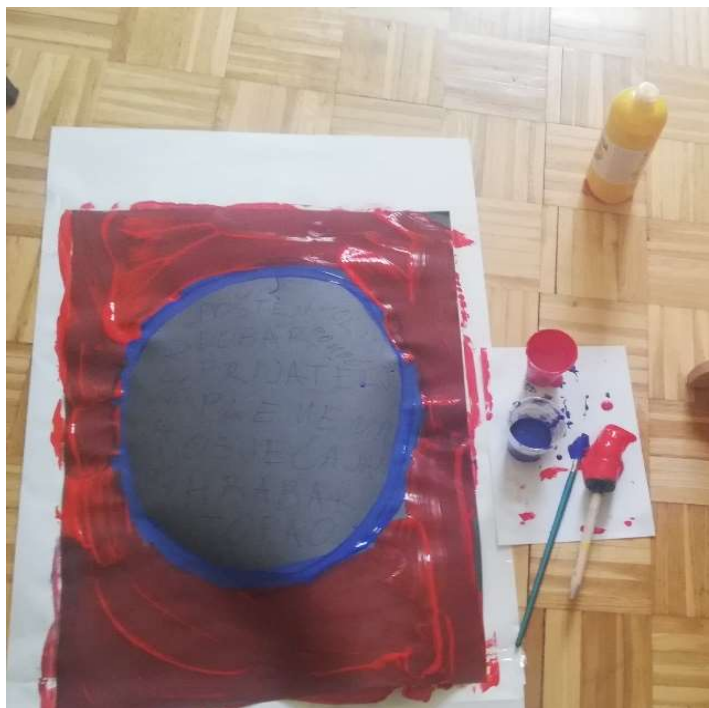
1) U radu s izbjeglicama primijenila bih vježbu „Moj štit“. Za tu vježbu potreban je papir većeg formata (50x70)cm, kistovi, materijali po želji (tempere, vodene boje, uljne paste). Klijenta prvo uvodimo u zadatak na način da klijent zatvori oči i zamisli oko sebe veliki štit koji mu pruža zaštitu od svih problema i stresora koji ga u ovom životnom trenutku okružuju. Klijent zamišlja taj štit, njegov oblik, boju, veličinu, teksturu, detalje. Nakon toga usmjeravamo klijenta da naslika štit u bojama svoje domovine ili bojama koje mu predstavljaju zaštitu....

Klijent zatim crta štit po svom izboru, na velikom papiru kako bi klijent dobio osjećaj sigurnosti. Klijent zatim unutar štita zapisuje vlastite unutrašnje snage koje posjeduje, a koje su mu do sada pomogle u nošenju s teškim životnim trenucima (strpljenje, hrabrost, snalažljivost). Također, klijenti tu pišu i što im i tko sve pruža podršku u tim trenucima (prijateljstvo, obitelj, zajednica, druge osobe u sličnoj životnoj situaciji. Nekim klijentima možemo ponuditi da nacrtaju oblike (umjesto riječi) bojama koji simboliziraju jake snage ako postoji jezična barijera. Na rubu štita klijenti pišu kako održavaju brigu o sebi i pišu suosjećajne poruke sebi. Izvan štita nabrajaju stresore i teškoće koje ih muče. Također, i u ovoj varijanti, klijenti mogu crtati simbole za stresore i trenutne teškoće.

Postoji varijanta da klijent okrene papir i na toj strani naslika sliku koja predstavlja nadu, ciljeve i želje. Vježba se može provoditi individualno ili grupno.

2) Jedan od terapijskih ciljeva u radu s klijentom je bio jačanje vlastitih kapaciteta, osvještavanje jakih strana kod klijenata, pružanje podrške i sigurnosti. Ova vježba provodila se s dječakom od 11 godina stoga je prilagođena dobi klijenta i obiteljskoj situaciji u kojoj se nalazi. Na ovoj seansi terapijski cilj je bio istraživanje snaga i jedinstvenih karakteristika klijenta, poticanju pozitivnom samogovoru, povećanju samopoštovanja i pozitivnog

razmišljanja. Također, ta vježba osvještava povezivanje te nalaženje podrške u sebi i drugim značajnim osobama, te može biti vrlo koristan alat u istraživanju identiteta.



3) Izbjeglička populacija svakodnevno se suočava s velikim izazovima te su izloženi stresu i sagorijevanju, tjeskobi zbog budućnosti te velikom gubitku zbog napuštanja vlastite zemlje te. Temeljne potrebe poput egzistencije, bazične sigurnosti, pripadanja, samopoštovanja su ugrožene i nestabilne. Vježba se usmjerava na ilustrirani oblik zaštite (Štit) i istraživanje načina na koji klijenti podržavaju, štite i brinu se za sebe i druge te je prikladna i za djecu, žene, mlade, odrasle.

Ciljevi uključuju poticanje neovisnosti i pozitivne brige o sebi te usmjeravanje na to kako simboli i boje mogu predstavljati pripadnost određenoj zemlji, zajednici ili kulturi.

Ovom aktivnosti istražujemo i različite kulture i tradicije s kojima se klijenti osjećaju povezanim i uključuju društvene/duhovne skupine, posebne organizacije itd. Predložila bih da svaki klijent navede grupu/e s kojima se osjeća povezanim i sve simbole povezane s tom određenom grupom. Neki klijenti mogu kombiniraju neke od ovih simbola ili boja kako bi stvorili osobnu zastavu.

Ako se vježba provodi grupno, rasprava se usmjerava na članove grupe i međusobno pružanje podrške.