

NOVIČNIK SZUT



Št. 9, oktober 2025





NOVIČNIK SZUT

UVODNA BESEDA

Spoštovane bralke in bralci,

pred vami je že 9. številka elektronskega Novičnika SZUT, druga v letošnjem letu, ki ga pričenjamo s poročilom o konferenci SZUT. Predstavljamo projekte in aktivnosti naših članic, ki delujejo na različnih področjih pomoči z umetnostjo, ter prispevke iz dveh mednarodnih konferenc. Ob koncu vas čaka vabilo na Občni zbor našega združenja.

Urednici: Saša Hudnik in Jasmina Ferček

Avtorice prispevkov: Saša Hudnik, Jasmina Ferček, Neva Kralj, Katarina Davidović, Katja Bucik in Tamara Pintarič

Foto na naslovnici: Urška Boljkovac

Oblikovanje: Klementina Zavšek

*Vaših odzivov bomo veseli na elektronskem naslovu
zdruzenje.szut@gmail.com*



KAZALO VSEBINE

Pretekli dogodki SZUT 4

Poročilo s konference ob 20. obletnici Združenja umetnostnih terapevtov Slovenije 'Pomoč z umetnostjo kot pot do psihične, telesne in socialne dobrobiti ter zdravja'

4

Poročila s konferenc 9

Vizualna poezija na skupnem tekstilu prispevek na konferenci Evropskega združenja za likovno terapijo (EFAT)

9

Program OdMik: skrb zase in za skupnost ob pomoči tekstila in narave predstavljen na konferenci Zdravje in delo

13

Novice s področja pomoči z umetnostjo 15

Inkluzivna moč plesa – umetnost, preventiva, pomoč in terapija – v sodelovanju z MOL (mestno občino Ljubljana)

15

Aplikativna umetnost za aktivno in zdravo staranje

18

V hiši 3in3 se godi sto stvari

21

Dobročutje; likovno-terapevtski pristopi v šolah

24

Vabilo 26

Vabilo na občni zbor Slovenskega združenja umetnostnih terapevtov

26



PRETEKLI DOGODKI SZUT

Poročilo s konference ob 20. obletnici Združenja umetnostnih terapevtov Slovenije 'Pomoč z umetnostjo kot pot do psihične, telesne in socialne dobrobiti ter zdravja'

Ljubljana, Pedagoška fakulteta, 3. in 4. april 2025

Avtorica prispevka: Saša Hudnik

Pedagoška fakulteta v Ljubljani je bila prizorišče dvodnevne konference ob 20. obletnici delovanja Združenja umetnostnih terapevtov Slovenije. Ta pomemben dogodek je bil priložnost za izmenjavo znanj, izkušenj in raziskav ter ponovno potrditev vrednosti umetnosti kot terapevtskega orodja v različnih pogledih človeškega bivanja. Konferenca je bila strukturirana okoli štirih ključnih vsebinskih sklopov, ki so obravnavali specifične izzive in priložnosti v umetnostni terapiji. Vsak sklop je bil skrbno zasnovan, da bi osvetlil potencial umetnostne terapije za različne ranljive skupine. Prvi sklop, posvečen otrokom in mladostnikom s posebnimi potrebami, je razkril izjemne priložnosti za njihov osebni razvoj skozi umetnost. Strokovnjaki so predstavili inovativne metode, ki spodbujajo izražanje, kar bogati njihovo doživljanje sebe in odnose v družbi. V drugem sklopu je bila osvetljena kompleksnost sodobnega življenja in vpliv negotovih družbenih razmer na duševno zdravje. Razpravljalo se je o ključno pomembni vlogi umetnosti pri reševanju stisk ranljivih skupin, z osredotočanjem na ustvarjanje varnih prostorov za izražanje. Tretji sklop je nagovoril izzive, s katerimi se soočajo kronično bolni in starejši ljudje. Navdihujoči primeri so pokazali, kako lahko umetnost postane ključ do obnavljanja upanja in izboljšanja kakovosti življenja, ter pomen umetnostne terapije pri povezovanju in izražanju čustev. Četrty sklop je osvetlil pomembnost starosti, kjer je očitno, da je staranje bogastvo. Potrdili smo, da je nujno ustvariti prostore za starostnike, kjer lahko izrazijo svoje izkušnje in aktivno sodelujejo v skupnosti. Umetnost in vključevanje starejših nas bogatijo in povezujeta. Po uvodnih nagovorih **doc. dr. Julija Selana** (Pedagoška fakulteta) in **Saše Hudnik**, predsednice SZUT, je konferenco z navdihujočim nastopom otvorila **doc. Alenka Vidrih**, umetnica in raziskovalka, ki je s svojim predavanjem o »*Navdihu v umetnostno terapevtskih pristopih*« takoj pritegnila pozornost udeležencev. Njene besede so odražale strast do umetnosti in terapevtskih praks, ki jih je prepletla z bogatimi izkušnjami s področja uprizoritvenih umetnosti. S svojimi pričevanji je navdihnila prisotne in jih spodbudila k raziskovanju novih poti umetniškega izraza v terapiji.



Sledil je **dr. Clive Holmwood**, izredni profesor na Univerzi v Derbyju, ki je prisotnim predstavil poglobljeno temo »*The Arts Therapies – Routes, Branches and Challenges*«. Njegovo predavanje je bilo polno dragocenih vpogledov v kompleksnost umetnostnih terapij ter izzivov, s katerimi se soočajo terapevti. Udeleženci so bili navdušeni tudi nad praktično delavnico, v kateri so lahko aktivno sodelovali in preizkušali tehnike nevrodramske igre (NDP), ki obogatijo terapevtski proces. **Ana Petrič**, direktorica Doma starejših občanov Vrtojba, je s svojim predavanjem »*Terapija s pomočjo umetnosti v domovih za starejše občane*« nudila Strokovni vpogled v izjemno pomembno področje umetnostne terapije v institucionalnem varstvu. Njena pomenljiva predstavitev nas je popeljala v srčiko izzivov, s katerimi se srečujejo starejši, vključno z osamljenostjo in duševnimi težavami. Ana je z entuziazmom govorila o pozitivnih učinkih umetnostne terapije, ki ne le prinaša veselje in zadovoljstvo stanovalcem, ampak tudi pomembno prispeva k ohranjanju njihovih psihofizičnih sposobnosti. **Franci Krevh**, ugledni akademski tolkalec, je vodil tolkalni krog, kjer so udeleženci ustvarili edinstveno ritmično izkušnjo. S široko paleto tolkala, od bobnov do ropotulj, so se povezali v dinamičnem krogu, kar je omogočalo enostavno komunikacijo. Vsak prispevek je oblikoval skupno zvočno pokrajino, kar je privedlo do neustavljivih zvokov, ki so odmevali v dvorani. Krevh je s svojo strokovnostjo in prijaznostjo nudil podporo, ki je vsem dala občutek pripadnosti in svobode. **ART BUFFET** je bil čarobni prostor za raziskovanje umetnosti, ki je navdušil vse obiskovalce. Članice Slovenskega združenja umetnostnih terapevtov so s svojimi delavnicami ustvarile edinstvene možnosti za izražanje skozi različna umetniška sredstva. Med meditativnim tekstilnim krogom je **Jasmina Ferček** povabila udeležence k ustvarjanju tekstilnega kolaža, pri čemer so ob dihu, igli in nitki izkusili moč skupnosti, združene v umetnosti. **Lara Plajh** je s svojo delavnico »*In-Out*« osvetlila moč mask kot simbol notranjih konfliktov, kar je omogočilo globoko samoodkrivanje. **Saša Hudnik** je udeležencem predstavila papirnate lutke v stilu »bunraku«.

V nadaljevanju je **dr. Colin Black** v svojem prispevku izpostavil izjemen terapevtski potencial zvočnih sprehodov, ki se uvrščajo med inovativne pristope umetnostne terapije. V nadaljevanju je **Mojca Kasjak** predstavila raziskavo, katero je izvedla skupaj z **dr. Andrejo Kopač** in **doc. Alenko Vidrih**, ki se je osredotočila na učinke umetnostne terapije na mlada dekleta, stara od 14 do 16 let, med pandemijo COVID-19. **Ana Sitar** je orisala vlogo plesno-gibalne psihoterapije (PGP) kot dopolnilne metode pri psihosocialnem zdravljenju shizofrenije, kar dokazuje širino uporabe umetnostne terapije v kliničnih okoljih. **Pia Buh** je opozorila na uporabo japonske gledališke tehnike kamišibaj kot učinkovitega orodja za samoizražanje, ubesedenje vrednot in vključevanje odraslih oseb z intelektualno oviro v širšo družbo. **Urška Novak** je predstavila rezultate programa pomoči, namenjenega ženskam, žrtvam nasilja, kjer je kreativna umetnost odigrala ključno vlogo pri njihovem okrevanju.



Neva Kralj je v prispevku *"Onkraj besed – pomoč z umetnostjo na oddelku otroške psihiatrije pediatrične klinike UKC Ljubljana"* izpostavila pomen vključevanja umetnostne terapije, predvsem plesa in gibanja, v klinično okolje, kar pripomore k holističnemu pristopu k zdravljenju. **Andreja Blimen Majcen** je predstavila raziskavo o pomoči z likovno umetnostjo, ki jo je izvedla v sodelovanju s skupino učencev z motnjami v duševnem razvoju, s čimer je osvetlila pomembnost likovne terapije v izobraževanju. **Dr. Bojana Caf** je predstavila delovanje gibalno-plesne terapevtske skupine v Svetovalnem centru za otroke, mladostnike in starše, kar potrjuje učinkovito povezovanje umetnosti in terapije pri najmlajših. **Katarina Davidović** je obravnavala specifične izzive in priložnosti, ki se pojavljajo pri delu s starejšimi odraslimi v institucionalnem varstvu, pri čemer je predstavila tudi navdušujoče primere iz prakse. **Nika Brgant** je raziskala generacijo seniork, ki so prvič stopile na odrske deske in tako premagale svoje strahove ter raziskale svoje potenciale, kar se je odražalo v oblikovanju dveh avtentičnih predstav, ki so navdušile občinstvo po vsej Sloveniji. **Blažka Garmut** je predstavila glasbeno terapevtski proces z najstnikom z motnjami avtističnega spektra, ki se izraža skozi risbo, medtem ko je **Mihaela Kavčič** raziskala pomen glasbene terapije za osebe z demenco.



V delavnici *"Babuške"* je **Mojca Grešak** izpostavila pomen pristne radovednosti, ki se izkaže kot temeljna za vsakogar, ki deluje na terapevtskem področju. S simboliko večplastnih "babuš" je orisala, kako se meditativno raziskovanje notranjega sveta posameznika osredotoča na proces zdravljenja in spodbuja osebno rast. **Tamara Pintarič** je v svoji delavnici *"Intuitivni kolaž"* predstavila usmerjen pristop, ki temelji na intuiciji in samorefleksiji, kar udeležencem omogoča, da skozi ustvarjanje poglobijo svoje razumevanje notranjih procesov. V prispevku *"Rdeči šotor"* je **Suzana Grau** osvetlila vrednost umetniških praks, kot so ples, petje in pripovedovanje zgodb. S temi metodami je ustvarila varen prostor za ženske, kjer so lahko izrazile svojo moč in avtentičnost.



Dr. Clive Holmwood je predstavil koncept EPR (Embodiment Projection Role), ki se osredotoča na nevrodramske tehnike. Udeleženci so imeli edinstveno priložnost raziskovati svoje notranje procese skozi ustvarjalne aktivnosti, kar je znatno prispevalo k njihovemu osebnemu in strokovnemu razvoju. **Mihaela Kavčič** in **Simona Kokot** sta raziskovali "*Glasbeno improvizacijo kot pot do izraza*", pri čemer sta poudarili terapevtski potencial glasbe. S svojo delavnico sta omogočili udeležencem, da raziskujejo svoj čustveni svet in ga izražajo skozi glasbene elemente, kar še dodatno potrjuje moč umetnosti v terapevtskem kontekstu. **Neva Kralj** je v svoji delavnici "*Onkraj besed*" predstavila plesno-gibalno terapijo, posebej namenjeno otrokom na Oddelku otroške psihiatrije pediatrične klinike UKC Ljubljana. Njena inovativna pristopa sta pripomogla k izražanju čustev in spodbujanju notranjega razvoja otrok. Konferenco je zaokrožila **Mojca Furlan** z "*Zvočno kopeljo s kristalnimi piramidami*", ki je udeležencem ponudila transformativno izkušnjo. S pomočjo zvoka je facilitirala globoko regeneracijo in povečala energijsko pretočnost, kar ponazarja celostni pristop umetnostne terapije k zdravljenju in osebni rasti.

Na zaključnem dogodku konference je **prof. dr. Breda Kroflič** prejela priznanje za pionirsko delo na področju pomoči z umetnostjo, avtorica skulpture pa je **Katarina Davidović**.





Ugotovitve konference potrjujejo, da umetnostna terapija ni zgolj praksa, temveč pot, ki vodi v večjo duhovno povezanost in celovitost. S široko uporabo umetnostne terapije v različnih terapevtskih kontekstih se utrjuje njena vloga pri izboljševanju kakovosti življenja posameznikov in skupin. Udeleženci so domov odnesli ne le nova znanja, temveč tudi obnovljeno motivacijo za implementacijo umetnostne terapije v svojem delu.

Zagotovo pa konferenca ne bi bila tako uspešna brez izjemnega večmesečnega truda organizatork: **Urške Španja** (nadzor in skrb za finance, vsebinsko in tehnično urejanje ter postavitve brošure in drugega promocijskega materiala, skrb za nabavo in ustvarjalne materiale, darila za udeležence in predavatelje), **Nives Skura** (tehnično urejanje in tisk brošure ter drugega materiala, celostna grafična podoba), **Bojane Caf** (strokovni vsebinski del konference – vsebinski sklopi, pridobivanje razpisnih sredstev), **Urške Novak** (vsebinski sklopi in opisni teksti, komunikacija glede prostorov in njihova urejenost), **Katarine Davidović** (spletna stran konference, koordinatorka prostovoljk), **Lare Plajh** (komunikacija z udeleženci in s sodelujočimi), **Mojce Kasjak** (kontakt s fakulteto) in **Saše Hudnik** (administrativno in organizacijsko delo, načrtovanje financ, komunikacija z udeleženci in s sodelujočimi, kontakt s fakulteto, pridobivanje razpisnih sredstev). Nezanemarljiv prispevek je predstavljala tudi izjemna grafična podoba, ki jo je zasnovala **Nives Skura**. Zahvaljujemo se tudi strokovni komisiji, ki je izbrala prispevke za konferenco (v njej sta bili **Alenka Vidrih** in **Bojana Caf**). Za prevode in simultano prevajanje gostu je poskrbela **Mojca Šoštarko**. K uspehu konference so v času dogodka pomembno prispevale tudi prostovoljke **Anuška, Maruša, Tina, Polona** in **Klementina**, katerih prizadevanja so nedvomno pripomogla k celotni izkušnji udeležencev.



avtor vseh fotografij: Peter Hudnik



POROČILA S KONFERENC

Vizualna poezija na skupnem tekstilu prispevek na konferenci Evropskega združenja za likovno terapijo (EFAT)

Brunel University, London, 2. 7. – 4. 7. 2025

Avtorica: Jasmina Ferček

Letošnje konference, ki poteka vsako drugo leto v eni od evropskih držav, smo se udeležile tri predstavnice iz Slovenije: naša članica Jerica Majerhold Ostrovršnik, Klavdija Kustec predavateljica s FSD s področja uporabe umetnostnih medijev v socialnem delu in jaz.

Konference z naslovom *Between and beyond creativity and destruction* se je udeležilo več kot 400 obiskovalcev iz celega sveta. Med njimi sem pozdravila Nancy Gerber, Thijsa de Moora in Celine Schweizer, ki so pred leti predavali na PZU študiju.

Ob tokratnem vabilu k prispevkom, sem se opogumila in poslala predlog za izvedbo delavnice na konferenci, ki sem jo poimenovala *Vizualna poezija na skupnem tekstilu*. Potekala je na dvorišču Art centra univerze. Bila je ena zadnjih na programu, tako da sem takoj po zaključku, skupaj z udeleženkami in nastalim tekstilnim delom odšla na zaključni dogodek konference.

Delavnica, ki sem jo izvedla je združevala mojo dosedanje prakso – delo z ženskimi skupinami in uporabo tekstila. Prav tako v zadnjih letih raziskujem pomoč z umetnostjo in likovno terapijo v skupnosti, tako da je bila tudi to tema, ki sem jo vključila v pripravo delavnice.

O likovni terapiji v skupnosti

Skupnostna likovna terapija (ang: community art therapy; priporočam knjigo z istim naslovom Emily Nolan) združuje terapevtske prakse z ustvarjalnim izražanjem v nekliničnih prostorih z namenom spodbujanja dobrega počutja, vključenosti in opolnomočenja. Skupnostna likovna terapija vključuje ustvarjalne prakse, osredotočene na terapevtske koristi za skupnost (ki pa imajo hkrati tudi ugodne učinke na posamezne člane skupnosti), oblikovane glede na kulturo in kontekst skupnosti, ki ji služijo.

Zgodovinsko gledano se je skupnostna likovna terapija razvijala vzporedno z razvojem področja likovne terapije. Gradila je na načelih vključenosti, družbene pravičnosti in družbenih spremembah ter uporabljala ustvarjalnost kot medij za kolektivno zdravljenje in osebno opolnomočenje. Terapevtski domet skupnostne likovne terapije presega posameznika, saj si prizadeva naslavljalati širše družbene neenakosti in spodbujati enakopravne odnose. Poudarja koregulacijo, kjer skupne ustvarjalne izkušnje uravnavajo živčni sistem udeležencev ter krepijo občutek pripadnosti.



Praktiki likovne terapije v skupnosti dajejo prednost dostopnosti in zagotavljajo, da se udeleženci iz različnih okolij počutijo dobrodošle in cenjene. Hkrati ta oblika delovanja izziva hierarhične strukture, saj vse udeležence postavlja v vlogo enakovrednih soustvarjalcev.

Skupnostna likovna terapija ni omejena le na naslavljanje duševnih stisk, temveč je lahko gonilo družbenega aktivizma in kulturnega preživetja. Ta prilagodljivost ji omogoča uspešno delovanje v različnih kulturnih kontekstih in dinamičen odziv na potrebe različnih skupnosti.

O tekstilnih skupnostih

Skozi zgodovino so se ženske zbirale v skupine, kjer so šivale in s tem krepile svoje skupnosti. Zaradi povezovalne narave tekstila je ustvarjanje z njim še vedno pomemben način za spodbujanje skupnostne skrbi in negovanja.

Tekstilne skupnosti lahko delujejo kot prostori političnih, kulturnih in družbenih sprememb, s poudarkom na opolnomočenju in koristih za družbo. Te skupnosti opolnomočijo posameznike in podpirajo njihovo samouresničitev, kar jim omogoča, da izkusijo občutek pripadnosti, moči, svobode in identitete. Udejstvovanje v tekstilnem ustvarjanju izboljšuje telesno, psihološko, duhovno, socialno in eksistencialno dobrobit ter zdravje. Ti prostori spodbujajo dobro počutje, čuječnost, samoraziskovanje in refleksijo ter ustvarjajo priložnosti za oblikovanje novih identitet – osebnih in kolektivnih – ali pa za utrjevanje obstoječih. Tekstilne skupnosti lahko omogočajo zdrave socialnokulturne prehode za posameznike, ki so se preselili v novo kulturno okolje (migranti) ali prešli v drugo socialno okolje (npr. zaporniki). Samo dejanje ustvarjanja s tekstilom tem skupnostim omogoča, da postanejo nosilke družbeno-kulturnih sprememb. Ko je tekstilna skupnost odprta in angažirano deluje v svetu, se lahko preoblikuje v prostor enakosti, moči, neodvisnosti, emancipacije, pa tudi aktivizma in družbenih sprememb.





Tehnika beljenja: iz teme v svetlobo

Na delavnici so udeleženske ustvarjale s tehniko slikanja z belilom, ki zame simbolizira potovanje iz teme v svetlobo. Temno tekstilno ozadje je služilo kot skupno platno za vizualno izražanje poezije, ki je nastala tako, da je vsaka udeleženka vanjo prispevala kratek verz ali misel. Slikanje z belilom sem izbrala, ker je belilo tekočina povezana z ženskim delom, saj se jo uporablja v gospodinjstvu, pri čiščenju in dezinfekciji doma. S previdno uporabo prinaša na platno prefinjene tone in luč, v previsokih koncentracijah pa povzroči uničenje in požig materiala.





Moja vloga

Delavnica je poudarila vrednote skupnostnega ustvarjanja in omogočila, da se tema, na kateri smo delali, razvije spontano ter izhaja iz vsebin, ki jih udeleženske prepoznajo kot skupne. Svojo vlogo sem videla kot tisto, ki ustvari prostor, da se zgodi nekaj smiselnega in skupnega. Vse ostale odločitve smo sprejemali kolektivno. Skupaj smo se odločili, kako bomo tekstilno delo razstavili. Najprej smo ga obesili na ograjo dvorišča in ga dolgo občudovali, nato pa ga odnesli v dvorano, kjer smo ga ceremonialno predali v varstvo do naslednje konference predsednici združenja EFAT Marii D'Elia.



avtor vseh fotografij: arhiv EFAT

- Anderson, L. in Gold, K. (1998). Creative connections: the healing power of women's art and craft work. *Women & Therapy*, 21(4), 15–36.
- Collier, A. F. (2011). The well-being of women who create with textiles: implications for art therapy. *Art Therapy: Journal of American Art Therapy Association*, 28, 104–112.
- Garlock, L. R. (2016). Stories in the cloth: art therapy and narrative textiles. *Art Therapy: Journal of American Art Therapy Association*, 33(2), 58–66.
- Goldstein Nolan, E. (ed.) (2023). *Community Art Therapy: Theory and Practice*. Routledge.
- Talwar, S. K. (2029). *Art Therapy for Social Justice: Radical Intersections*. Routledge.



Program OdMik: skrb zase in za skupnost ob pomoči tekstila in narave predstavljen na konferenci Zdravje in delo

Avtorica: Jasmina Ferček

Mednarodna konferenca *ZDRAVJE IN DELO: Izgradnja dobrega počutja skozi umetnost v skupnostih in na delovnih mestih* je potekala od 9. do 11. septembra 2025 v Ljubljani. Dogodek je združil strokovnjake s področij umetnosti, zdravja, dela, gospodarstva in politike ter odprl razpravo o povezavah med umetnostjo, dobrim počutjem in delovnim okoljem. Prvi dan je bil namenjen predstavitvi politik, raziskav in praks, ki umetnost vključujejo v krepitev zdravja in skupnostne dobrobiti, drugi dan pa praktičnim delavnicam, študijskim obiskom in umetniškemu programu. Konferenco je organiziralo Društvo Asociacija v okviru projektov CARE in Kultura za duševno zdravje v sodelovanju s partnerji.

Na konferenci sem predstavila prispevek o inovativnem izobraževalnem programu, zasnovanem v okviru **BIEN25**, slovenskega bienala tekstilne umetnosti. BIEN prikazuje sodobno tekstilno-umetniško produkcijo, **OdMik program** pa je znotraj tega zrasel v pomemben »tretji prostor« – skupnostni prostor dobrega počutja in zdravja, umeščen na kontinuumu umetnost-in-zdravje.

Tridnevni program je zbral trideset udeleženk iz Slovenije, Italije, Hrvaške, Avstrije in Nemčije, med njimi umetnice, rokodelke, arhitektke, pedagoginje, likovne terapevtke in socialne delavke. Izkušveno izobraževanje je potekalo na kulturnih lokacijah v naravi Kranja, vodili pa so ga mednarodni mentorji, med drugim **Savneet Talwar** (ZDA), ki je predstavila model socialne in skupnostne likovne terapije, ter **Jasmina Pacek** (Hrvaška/ZDA), ki je preko tehnike »Story Cloth« vodila narativne tekstilne pristope v likovni terapiji. Drugi mentorji so v program vključevali prakse, kot so gozdna terapija, tekstilni dnevnik, čuječnostne umetniške aktivnosti, povezovanje ročnih spretnosti in joge, ritualno umetnost ter tekstilni aktivizem v skupnosti, program pa se je sklenil z umetnostno refleksijo.

OdMik je ponudil priložnost za »skrb za tiste, ki skrbijo za druge«, saj je udeležencem omogočil, da so se upočasnili, regenerirali in izkusili, kaj pomeni biti negovan znotraj skupnosti. Kot del bienala tekstilne umetnosti je program predstavil, kako lahko »tretji prostori« služijo kot mostovi med skupnostnimi ustvarjalnimi praksami in bolj formalnimi terapevtskimi konteksti.

Program sem kurirala Jasmina Ferček.



foto: Tjaša Bavcon



foto: Maša Pirc



foto: Maša Pirc



NOVICE S PODROČJA POMOČI Z UMETNOSTJO

Inkluzivna moč plesa – umetnost, preventiva, pomoč in terapija – v sodelovanju z MOL (mestno občino Ljubljana)

Avtorica: Neva Kralj

»Medtem ko v vsakdanjem življenju telo samo uporabljam, ga med plesom občutim na drugačen način.«(S. Stinson)

V skupini s prilagojenim programom v vrtcu v Ljubljani je 6 dečkov s posebnimi potrebami. Stari so od 5 do 6 let. Otroci imajo primanjkljaje na različnih področjih, prisotni so pomembni razvojni zaostanki na vseh področjih funkcioniranja (govorno-jezikovne in komunikacijske spretnosti, socialno-emocionalno področje, kognicija, motorika). Najmanjši zaostanki pri dečkih v skupini so na motoričnem področju. Večina otrok v skupini ima motnje avtističnega spektra. Dečki imajo od lažje do težke motnje v duševnem razvoju. Pri enem dečku je prisotna izrazita hiperaktivnost. Trije otroci v skupini ne govorijo in je njihovo razumevanje in sledenje verbalnim navodilom zelo šibko razvito. Ostali otroci sestavljajo preproste stavke in sledijo enostopenjskim verbalnim navodilom. Pogosto je potrebno individualno usmerjanje k dejavnosti. Pri treh otrocih so prisotna agresivna vedenja. Plesno-gibalna terapija skupini pomaga pri umiranju skupinske dinamike, senzorni integraciji in razvoju samoregulacije, kot tudi pri usvajanju individualnih ciljev posameznika glede na njegove osnovne primanjkljaje (povzeto po opisu vzgojiteljice).

V sodobnem času se vse bolj zavedamo, da otrok svet najprej spoznava skozi gibanje, ki je temelj njegovega celostnega razvoja. Učenje skozi gib in ples pa postaja nepogrešljiva sestavina učno-vzgojnega procesa in je enakovreden sestavni del predšolske vzgoje in izobraževanja, kajti ples je namreč umetnostna zvrst, ki otrokom omogoča največjo mero lastne aktivnosti in ustvarjalnosti – tako kot posameznikom kot tudi v skupini. (Kroflič in Gobec, 1995; Kroflič, 1999; Geršak, 2015). Gibanje, izražanje s telesom in gibalno ustvarjanje, doživljanje glasbe in ustvarjalni ples temelji na metodi holističnega učenja, ki aktivira in povezuje telo, um in čustva tako pri predšolskih in šolskih otrocih, mladostnikih in odraslih kot pri starejši populaciji. Prav v tej univerzalnosti jezika je neprecenljiva vrednost plesne umetnosti. Ples je medij, s katerim izrazimo svoj notranji svet, spregovorimo, česar z besedami ne znamo ali ne moremo (Tortora, 2006). Ples z namenom pomoči, podpore ali terapije pomaga pri čustveni regulaciji, zmanjševanju stresa in spodbujanju pozitivne samopodobe, medtem ko v preventivnem kontekstu krepi gibalne spretnosti, zavedanje in izražanje čustev in socialne veščine.



Neva Kralj skupaj s še dvema kolegicama umetnostnima terapevtkama že vrsto let sodelujem z javnimi zavodi v Ljubljani z roko v roki z Mestno občino Ljubljana (MOL), ki program plesno-gibalne preventive in terapije finančno podpira. Otroci s posebnimi potrebami v oddelkih s prilagojenim programom in otroci z različnimi izzivi, inkluzivno vključeni v redne oddelke, lahko na tedenskih srečanjih skupaj s svojimi vzgojiteljicami in umetnostno terapevtko raziskujejo svoje lastno veselje. In se veselijo. Čudijo. Radostijo. Poveže jih izkušnja lastnih teles, ne prazne besede. Ne navodila. Ne pravila. Spontana prisotnost v sedanjem trenutku. »Očesni kontakt z otroki je ganljiv, ne govorim veliko, samo sem in celo telo je beseda, ki pripoveduje. Vstopam nežno, da gradim_o okolje zaupanja in varnosti in ne »poškodujem« otroške krhkosti in še neodkrita. Vse se dogaja nebesedno.«, pravi Neva (v Krišelj-Grubar, 2019). Namen programa plesno-gibalne preventive in terapije, ki vsako leto znova uspešno kandidira na razpisu MOL, Urada za preprečevanje zasvojenosti, je izboljšanje fizičnega in psihičnega stanja vseh vključenih, otrok in odraslih, ter sposobnejšega vključevanja in funkcioniranja v njihovem vsakodnevem življenju in socialnem okolju. Ravno aktivno, usmerjeno in načrtovano delo s telesom in lastne telesne izkušnje pomenijo kinestetično učenje in so za ciljno skupino na prvem mestu. Preko kontinuiranega programa otroci sami lahko dejavno prispevajo k lastnemu boljšemu počutju in izboljšanju trenutnega stanja, ki se odraža kasneje tudi zunaj zidov institucij, ima dolgoročne koristi in lahko trajne učinke. V praksi se izražajo vedno večje potrebe po tovrstni obliki preventive, pomoči in terapevtske intervencije. S finančno podporo občine je otrokom sploh dana možnost, da umetnostno terapijo prejemajo in doživljajo.

S tem, ko pristopimo brez sodb in s subtilnostjo do posameznikovega neverbalnega stila ter senzoričnih značilnosti in različnih potreb in izzivov posameznika, mu pomagamo, da se počuti videnega, slišane in sprejetega, upoštevanega in podprtega, kar je bistveno za njegov uspešen harmoničen razvoj in proces pomoči z umetnostjo. Prav ples, gibalno izražanje in glasba so medij, preko katerega so vsi otroci sprejeti takšni, kakršni so, in se enakovredno in enakopravno vključujejo ne glede na svoje posebnosti, kar je temelj za izboljšanje medosebnih odnosov in boljše vključevanje ranljivih otrok v socialno sredino in v družbo. Vloga vzgojno-izobraževalnih institucij kot zelo močnega in vplivnega varovalnega dejavnika pa se tako povečuje.

Želim si, da bi se čim več ljudi, tako strokovnjakov, pedagogov, vzgojiteljev kot staršev, zavedalo zdravilne moči plesa ter pomena plesne umetnosti za celostni razvoj otroka od zgodnjega obdobja dalje.

Namesto zaključka naj spregovorijo fotografije (foto Neva Kralj, osebni arhiv).



oddelek s prilagojenim programom



oddelek s prilagojenim programom



*integracija otrok s posebnimi izzivi v redno skupino
predšolskih otrok*

avtorica vseh fotografij: Neva Kralj



VIRI IN LITERATURA:

- Geršak, V. (2015). Plesna umetnost v vrtcu: gibanje telesa v prostoru, času in z energijo. V B. Vrbovšek, D. Belak in S. Žnidar (ur.), *Umetnost v vrtcu* (str. 37–42). Supra.
- Krišelj-Grubar, U. (8. 5. 2019). *45 minutk za čuječnost ali besede so odveč*. https://svet24.si/magazin/jana/clanek/45-minutk-za-cuječnost-ali-besede-so-odvec-701175#google_vignette
- Kroflič, B. in Gobec, D. (1995). *Igra, gib, ustvarjanje, učenje*. Pedagoška obzorja.
- Kroflič, B. (1999). *Ustvarjalni gib – tretja razsežnost pouka*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Marjanovič Umek, L. (2001). Psihologija predšolskega otroka. V Marjanovič Umek, L. (ur.), *Otrok v vrtcu. Priročnik h kurikulu za vrtce* (str. 25–54). Založba Obzorja.
- Stinson, S. W. (1988). *Dance for Young Children. Finding the Magic in Movement*. American Alliance for Health Physical.
- Tortora, S. (2006). *The dancing dialogue: Using the communicative power of movement with young children*. Paul H. Brookes Publishing Co.
- Zagorc, M., Vihtelič, A., Kralj, N. in Jeram, N. (2013). *Ples v vrtcu*. Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Plesni Epicenter. (b. d.). <https://www.plesniepicenter.si/>

Aplikativna umetnost za aktivno in zdravo staranje

Avtorica: Katarina Davidović

V sklopu javnega razpisa »Problemsko učenje študentov v delovno okolje – PUŠ B«, katerega glavni namen je pridobivanje praktičnih izkušenj, znanj in kompetenc študentov v delovnem okolju že med študijem, spodbujanje sodelovanja in povezovanja ter prenos znanja med visokošolskim sistemom in delovnim okoljem, ki ga je razpisalo Ministrstvo za visoko šolstvo, znanost in inovacije, smo kot partnerji skupaj z Akademijo za gledališče, radio, film in televizijo v Domu upokojencev Vrhnika izvedli projekt z naslovom Aplikativna umetnost za aktivno in zdravo staranje. Projekt se je osredotočal na delo s starejšimi odraslimi ter v ospredje postavljal aktivno in zdravo staranje, pri čemer je nagovarjal tako fizični kot psihični vidik posameznika.



V okviru projekta smo v DU Vrhnika s starejšimi odraslimi izvedli delavnice ekspresivnega pisanja, pri čemer smo v središče zanimanja postavili njihove potrebe, želje in različne poglede na svet. Skozi vaje ekspresivnega pisanja, v katerih so pisali o svojih najglobljih občutkih, so se srečali sami s seboj, si odgovorili na marsikatero neodgovorjeno vprašanje, razrešili določene dvome, se spominjali preteklosti in se spogledovali s prihodnostjo.

Takšno pisanje zahteva artikulacijo misli, kar lahko deluje terapevtsko in vodi k izboljšanju zdravstvenega stanja. Proces ekspresivnega pisanja je komplementarno dopolnjevala aktivnost priprave in snemanja pogovorov s starejšimi odraslimi, na podlagi katerih je ob koncu projekta nastala kratka radijska igra.

Ekspresivno pisanje pri starejši populaciji spodbuja mišljenje in kreativnost ter s tem ohranja njeno vitalnost, zdravje in aktivnost. Poleg tega lahko prek tovrstnih zapisov in umetniških del strokovnjaki (zdravniki, psihoterapevti) hitreje in lažje opazijo določene spremembe ali vzorce v vedenju, kar jim pomaga pri morebitnem diagnosticiranju različnih duševnih bolezni. Gre za tesno sodelovanje med umetnostjo, znanostjo in dobrim počutjem, ki koristi starejši populaciji. Kot predstavnica delovnega okolja (mentorica) sem na pedagoške mentorje prenesla ter z njimi izmenjala izkušnje in poglede na aktualne izzive delovnega okolja in družbe. V ta namen je za vse vključene v projekt potekalo več srečanj ter eno predavanje, namenjeno prenosu znanja – konkretnije spoznavanju populacije starejših odraslih in specifik, ki so pomembne in jih je treba upoštevati pri delu s to populacijo. Z vsemi udeleženci projekta sem tesno sodelovala pri vsebinskem snovanju srečanj, razpravah ter pri sami organizaciji aktivnosti.

Po spoznavnem srečanju sem za vse udeležence projekta pripravila predavanje v dveh sklopih z naslovom: Specifike izbrane starostne skupine – starejši odrasli. V prvem delu predavanja smo osvetlili problematiko staranja prebivalstva, se spoznali z osnovnimi pojmi s področja gerontologije, z nekaterimi specifičnimi in pogostimi boleznimi ter težavami, s katerimi se srečujejo starejši odrasli, in preučili, kako vse to vpliva na kakovost njihovega življenja. Spoznali smo tudi pojem kakovostno staranje. Udeleženci so dobili vpogled v pomen institucionalnega varstva starejših – zakaj obstaja in čemu (ne)služi. V drugem delu predavanja smo govorili o pomoči z umetnostjo, vezani na delo s starejšimi odraslimi. Udeleženci so ugotovili, da umetnost v vedno večji in heterogeni populaciji starejših igra pomembno vlogo pri spodbujanju zdravega staranja uma in ohranjanju telesne vitalnosti.

Ukvarjanje z umetnostjo v starosti pozitivno vpliva na počutje, zmanjšuje anksioznost, depresijo in stres ter povečuje samozaupanje in občutek smisla v življenju.



Študentom sem predala znanje o vstopanju v ustvarjalni proces ter o pomembnih vidikih, ki jih je treba pri delu s starejšimi odraslimi upoštevati, saj gre za generacijo z drugačnimi navadami in načinom razmišljanja. Osvetlila sem pomen vztrajnosti, podpore in motivacije ter predstavila možne 'terapevtske' cilje pri kreativnem delu s starejšimi odraslimi. Na koncu je sledila razprava in čas za vprašanja.

V nadaljevanju je potekalo več srečanj, na katerih sem sodelovala, komentirala in svetovala pri razvijanju metodologije in vsebine aktivnosti, obenem pa opozarjala na izzive in problematiko dela s to populacijo. Skupaj z delovno terapevtko DU Vrhnika sem pripravila izbor stanovalcev, ki so sodelovali v projektu. Prvi del projekta je v zavodu trajal štiri dni, v katerih so študentke in njihova pedagoška mentorica, prof. mag. Žanina Mirčevska, izvedle delavnice kreativnega pisanja. Pri tem sem jim pomagala pri izvedbi in svetovala glede pristopa ter nadaljnjega dela. Drugi del projekta, vezan na delo s stanovalci zavoda, je obsegal organizacijo dela, dodatna snemanja in vsebinsko usmerjanje snemanja radijske igre, ki je potekalo pod vodstvom doc. mag. Saške Rakef Perko. Na podlagi zapisov in drugega gradiva, pridobljenega v prvem delu, so študenti napisali kratko radijsko igro z izseki pričevanj in spominov stanovalcev, ki so jih v igri prebrali stanovalci sami.





Katarina Davidović
strokovna sodelavka VII/2
T: +386 (1) 75 70 110
e-pošta: katarina.davidovic@du-vrhnika.si

»Na sporočilo odgovorite v svojem delovnem času.«



Dom
usklajenih
odnosov



avtorica vseh fotografij: Katarina Davidović

V hiši 3in3 se godi sto stvari

Avtorica: Katja Bucik

Premiera inkluzivne plesne predstave »V hiši 3in3 se godi sto stvari« je za nami. Neizmerno ponosni smo na vse nastopajoče, ki so 8. maja 2025 na velikem odru SNG Nova Gorica navdušili s prepletom risane in plesne zgodbe. Razprodana velika dvorana v SNG Nova Gorica nas je nagradila z bučnim stoječim aplavzom.

Avtorici projekta Tjaša Bucik, plesalka, koreografinja in plesna pedagoginja in dr. Katja Bucik, logopedinja in plesno-gibalna terapevtka zaposlena v CIRIUS Vipava, sta skupno zasnovali idejo o kompleksnem inkluzivnem plesnem projektu z močnim sporočilom o vztrajnosti, brezmejnih možnosti in pozitivnih sprememb.

Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Vipava je ustanova, kjer strokovni delavci že 60 let svojega delovanja puščamo odtise na področju vzgoje, šolanja in zdravstvene oskrbe otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami.



Prav s tem namenom v sklopu programa plesno-gibalne terapije organiziramo številne inkluzivne dogodke doma in v tujini. Eden najodmevnejših je bila plesna predstava »Rdeči čevljički«, ki je na različnih odrih doživela kar 15 ponovitev. Po 25. letih izvajanja programa plesno-gibalne terapije in delovanja plesne skupine Vrtljak, ki pleše drugače in uvaja nove in inovativne pristope v gibanju, sodelovanju in povezanosti smo želeli praznovati z novim inkluzivnim plesnim projektom.

Plesna predstava, ki združuje učence CIRIUS Vipava – plesno skupino Vrtljak, bivše gojence, mlade plesalce iz plesne šole Go Kaos iz Gorice in profesionalne plesalce ter druge umetnike – več kot 60 sodelujočih iz obeh strani meje, je raziskovanje, preizkušanje in oblikovanje novih oblik ustvarjalnega plesnega izražanja »različno drugačnih«.

V plesni predstavi se dopolnjujeta resnični in domišljjski svet. Na odru oživijo drobci iz vsakdanjega življenja otrok, njihovega odrasčanja, učenja, spoprijemanja s težavami, prijateljstva in veselja. Naša plesna zgodba se začne tako: *“Nekega lepega dne je s Starega gradu poletel pisan papirnat zmaj. Ujel se je vrh strehe velike hiše, ki je v zavetju hriba odpirala svoja vrata proti reki in parku. Ta hiša – Hiša 3in3 – živi. V njej se prepletajo naša življenja. Otrokom, ki vstopajo v to hišo, se odpirajo nove poti, nove izkušnje in nove možnosti v iskanju tistega najboljšega, kar je v njih samih.”*

Projekt naslavlja potrebe ljudi, zlasti mladih in oseb s posebnimi potrebami, po kreativnem izražanju in aktivnem vključevanju v kulturno in umetniško produkcijo. Presega stereotipe o kulturni, narodnostni, starostni, gibalni, intelektualni ali kakršnikoli drugačnosti. Plesni projekt želi dokazati, da je obmejni in evropski prostor odprt za vse umetniške ustvarjalce ter najrazličnejše oblike njihovega izražanja. Želja ustvarjalcev je ustanoviti inkluzivno plesno platformo, strokovno in umetniško podprto z možnostjo permanentnega delovanja in ne le enkratnih, sicer nepozabnih dogodkov.

Prav posebne čestitke vsakemu izmed nastopajočih, hvala staršem za zaupanje in vsem v “hiši 3in3” za podporo in sodelovanje, da je lahko tako kompleksen plesni projekt zaživel. Se vidimo naslednjič, ob ponovitvah, ki bodo sledile – na odru novembra 2025 v SNG Nova Gorica in marca 2026 v Cankarjevem domu v Ljubljani ter Kosovelovem domu v Sežani. Vljudno vabljeni.

Skupaj ustvarjamo umetnost, kjer šteje posameznik in odnos.

Umetnost, ki se rodi iz spoštovanja, sprejemanja in skupnega dialoga.



avtorica vseh fotografij: Urška Boljkovac





- RTVSLO (Kultura, 8.5.2025) – prispevek
- Parada Plesa (2.5.2025) – članek
- Nedeljski dnevnik: <https://www.dnevnik.si/nedeljski/med-ljudmi/direndaj-na-odru-in-pleski-zabrise-razlike-2730094/>
- CIRIUS Vipava <https://ciriustest.splet.arnes.si/premiera-plesne-predstave-v-hisi-3in3-se-godi-sto-stvari/>

Dobročutje; likovno-terapevtski pristopi v šolah

Avtorica: Tamara Pintarič

Tudi v letošnjem šolskem letu sem preko projekta Delavnice navdiha, ki ga že peto leto zapored vodi Društvo za razvijanje prostovoljnega dela Novo mesto, za šole ponudila svojo delavnico Dobročutje. Gre za voden proces, ki je zasnovan na podlagi likovno-terapevtskih metod, udeležence pa popelje na zanimivo pot raziskovanja notranjega sveta skozi različne umetniške medije. Hkrati učencem tretje triade in dijakom ponuja varen, sproščujoč prostor za izražanje in samoraziskovanje skozi umetniški proces, na primer z izdelavo intuitivnega kolaža, sproščanjem z glino ali ustvarjanjem v naravi z naravnimi materiali. Aktivnosti izvajam Tamara Pintarič, profesorica likovne pedagogike in magistrica pomoči z umetnostjo z usmeritvijo na področje likovne terapije. Že več let razvijam in vodim tovrstne aktivnosti z različnimi ciljnim skupinami – od otrok in mladostnikov do odraslih, starejših in oseb s posebnimi potrebami. Moje poslanstvo je približati ljudem pozitivne učinke umetniškega ustvarjanja kot ključnega orodja za samoraziskovanje in krepitev duševnega zdravja.

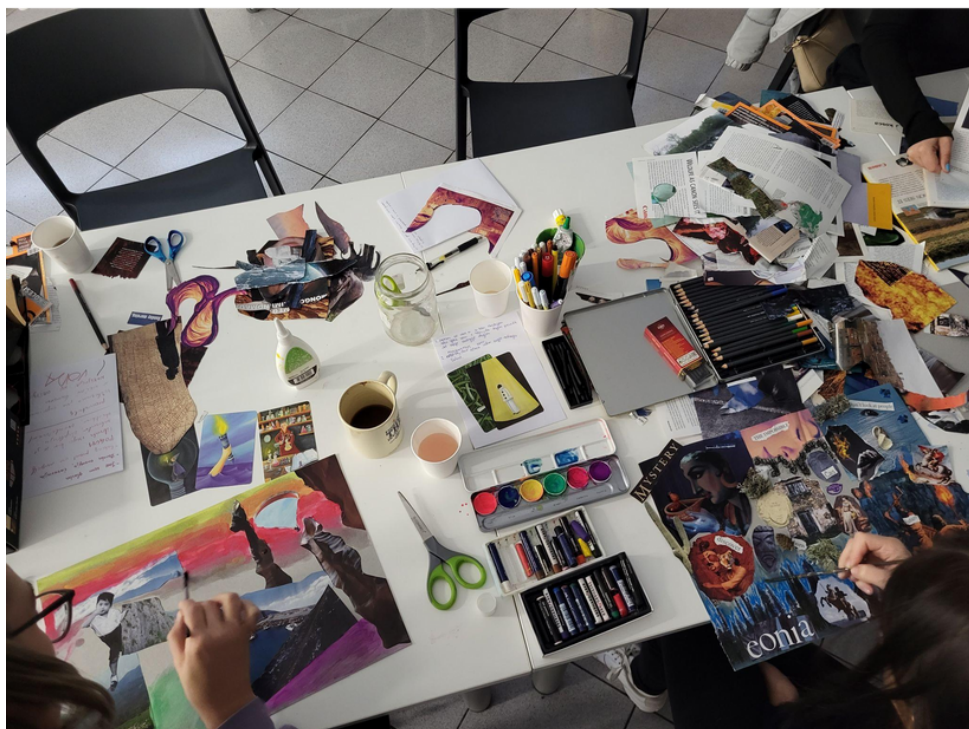
V okviru projekta Delavnice navdiha so v preteklem šolskem letu na belokranjskih osnovnih šolah potekale ustvarjalne delavnice, zasnovane po likovno-terapevtskih metodah. Preko različnih umetniških medijev so učenci odkrivali nove poti k sprostitvi, samoraziskovanju povezovanju s samim seboj in z ostalimi člani skupine. Proces je zasnovan tako, da učencem pomaga pri gradnji samopodobe, obvladovanju stresa, razvijanju empatije in občutka pripadnosti skupini. Ob tem se naučijo, kako lahko ustvarjanje uporabijo kot orodje za sprostitev, saj pridobijo konkretne veščine, kako si pomagati pri soočanju z različnimi življenjskimi stiskami. Delavnica vključuje tudi samorefleksivno pisanje, kar še poglobi razumevanje osebnega doživetja in omogoči lažje prepoznavanje notranjih vzorcev. Zaključni del je namenjen deljenju izkušenj v skupini, kjer spodbujamo odprtost, sočutje, sprejemanje in medsebojno povezanost.



Učiteljica na eni izmed šol je dejala: “Sodelovanje v delavnici je bilo za naše učence nekaj posebnega. V varnem in spodbudnem okolju so pod strokovnim vodstvom izražali svoja čustva, misli in sanje. Opazila sem, da so bili sproščeni, osredotočeni in predvsem srečni. Po koncu so mi zaupali, da so preprosto uživali v ustvarjanju brez pritiska in da bi delavnico radi ponovili.”

V šolskem letu 25/26 bodo tovrstne vsebine na voljo vsem osnovnim in srednjim šolam v JV Sloveniji, saj so se izkazale kot izjemno koristne in hkrati zanimive za mlade.

Za več informacij me lahko kontaktirate tudi preko maila: dobrocutje@gmail.com



avtorica vseh fotografij: Tamara Pintarič



VABILO

Vabilo na občni zbor Slovenskega združenja umetnostnih terapevtov

Spoštovani člani,

z veseljem vas vabimo na naš Občni zbor, ki bo potekal v soboto, 15. novembra, ob 15. uri v dvorani Kulturnega doma Trzin, na naslovu Mengeška 9, Trzin. Vstop in parkirišče sta dostopna za Kulturnim domom.

Dnevni red:

1. Otvoritev občnega zbora in pozdravni nagovor predsednice – Skupaj bomo odprli srečanje s pozitivno energijo in navdihom.
2. Izvolitev delovnega predsedstva zbora – V tej točki bomo izvolili predsednico, zapisnikarico ter dve overiteljici, ki bosta skrbeli za potek zasedanja.
3. Poročila predsednice, tajnice in blagajničarke za leto 2024 ter razprava na poročila – Obveščeni boste o naših dosežkih in izzivih preteklega leta, kar bo spodbudilo konstruktivno razpravo.
4. Poročilo Nadzornega odbora in razprava na poročilo – Osveščeni boste o nadzornih aktivnostih, ki so oblikovale naše delovanje.
5. Predstavitev programa dela v letu 2025
6. Razno

Predlogi za spremembe statuta SZUT – Tu bomo razpravljali o aktualnih spremembah, ki se tičejo dejavnosti, kategorij članstva (polni člani, pridruženi člani, študenti, seniorji/upokojeni člani) in drugih pomembnih vprašanj.

Vaša prisotnost je ključnega pomena za uspešno delovanje našega združenja.

Prepričani smo, da boste z energijo in angažiranostjo doprinesli k dinamičnemu dialogu ter oblikovanju naše skupne vizije.

Pridružite se nam, da skupaj naredimo korak naprej!

Lepo vabljeni!

S spoštovanjem,
za Izvršni odbor SZUT

Saša Hudnik, predsednica Slovenskega združenja umetnostnih terapevtov