

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Tjaša Rink

**Pomen umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev kot podpora za osebne in družbene
spremembe v socialnem delu**

Magistrsko delo

Ljubljana, 2021

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Tjaša Rink

**Pomen umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev kot podpora za osebne in družbene
spremembe v socialnem delu**

Magistrsko delo

Mentorica: doc. dr. Nina Mešl

Ljubljana, 2021

“It’s not where you are in life; it’s who you have by your side that matters.”

Zahvaljujem se vsem za spodbudo, podporo in nasvete.

PODATKI O MAGISTRSKI NALOGI

Ime in priimek: Tjaša Rink

Mentorica: doc. dr. Nina Mešl

Naslov magistrske naloge: Pomen umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev kot podpora za osebne in družbene spremembe v socialnem delu

Kraj: Ljubljana

Leto: 2021

Število strani: 130 **Število virov:** 284

Lektor: mag. Tadej Ian

Povzetek magistrskega dela:

Socialno delo je znanost in stroka, v kateri se srečujemo z raznolikimi posamezniki in posameznicami, ki se spopadajo z raznovrstnimi stiskami v svojem življenju. To socialne delavke in delavce spodbuja k iskanju različnih načinov dela, za kar se opiramo najprej na razvito socialnodelovno znanje in potem na druge stroke. Interdisciplinarno povezovanje omogoča socialnemu delu kot stroki in znanosti, da se ves čas razvija oziroma išče načine, kako se lahko približa ljudem in na kakšen način lahko sodeluje z njimi. Eno izmed teh strokovnih področij, ki ponuja možen nabor znanj za ravnanje, za raznovrstno raziskovanje rešitev in inovativen pristop k procesu soustvarjanja v socialnem delu, so tudi umetnostne terapije, ki uporabljajo različne vrste umetnosti. Različne umetnostne izrazno-ustvarjalne medije lahko uporabimo tudi v socialnem delu, in sicer za ustvarjanje prostora za komunikacijo in izražanje ter spodbujanje osebnih in družbenih sprememb.

V teoretični raziskavi sem na podlagi obsežnega pregleda literature raziskala uporabnost umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev (plesa, glasbe, likovne umetnosti in dramske igre) v socialnem delu. Preučevala sem, kako lahko v socialnem delu za podporo pri sodelovanju z ljudmi uporabimo umetnost. Raziskovala sem, kaj so teoretska izhodišča različnih umetnostnih terapij (razvoj stoke, definicija, način dela in struktura srečanj), kaj so ugotovitve raziskav o umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči in kakšne so prednosti ter omejitve uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, kakšne so povezave in razlike med umetnostnimi terapijami in socialnim delom in kako lahko umetnostne izrazno-ustvarjalne medije uporabimo v socialnem delu na mikro, mezo in makro ravni.

Raziskava pokaže pomen in možnosti uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na različnih ravneh socialnega dela.

Ključne besede: umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji, socialno delo, gib in ples, glasba, dramska igra, likovno ustvarjanje.

Title: The importance of expressive and creative arts media as a support for personal and social change in social work

Abstract/Summary:

Social work is a science and a profession in which we encounter a wide variety of individuals who face different kinds of adversity in their lives. This encourages social workers to look for different ways of working, drawing first on the social work knowledge we have developed, and then on other disciplines. Interdisciplinary networking allows social work as a profession and science to continuously evolve or find ways to get closer to people and to engage with them. Art therapies that use different types of art are one of these fields of expertise that offer a possible range of skills for action, for exploring solutions in different ways, and for an innovative approach to the process of co-creation in social work. Different expressive and creative arts media can also be used in social work to create spaces for communication and expression and to promote personal and social change.

In my theoretical research, I conducted an extensive literature review to explore the usefulness of expressive and creative arts media (dance, music, visual arts, and drama) in social work. I have been looking at how art can be used in social work to support engagement with people. I researched what are the theoretical backgrounds of different art therapies (development of the stake, definition, way of working, and structure of sessions), what are the findings of research on expressive-creative arts media in helping processes, what are the advantages and limitations of using expressive-creative arts media, what are the links and differences between art therapies and social work, and how can expressive-creative arts media be used in social work on a micro-level, mezzo-, and macro-levels.

The research shows the importance and potential of using expressive and creative arts media on different levels of social work.

Keywords: expressive-creative arts media, social work, movement and dance, music, drama, visual arts.

PREDGOVOR

Umetnost se vedno pogosteje uporablja v različnih procesih pomoči in tudi v socialnem delu, kjer se srečujemo z raznolikimi posamezniki in posameznicami, kar nas spodbuja k iskanju različnih načinov dela. Kot eno izmed teh strokovnih področij, ki ponuja možen nabor znanj za ravnanje, za raznovrstno raziskovanje rešitev in inovativen pristop k procesu soustvarjanja v socialnem delu, so tudi umetnostne terapije, ki uporabljajo različne vrste umetnosti. Za integracijo uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialno delo in za izobraževanje na tem področju je v prvi fazi potrebna teoretična umestitev umetnosti kot medija v socialno delo, k čemur pomembno prispeva raziskovanje, ki povezuje ti dve področji. Izbira teoretične naloge se mi zdi v tem primeru ustrezna, saj izkušnje in razumevanje prepleta socialnega dela in umetnostnih terapij teoretično raziščem ter znanja umetnostnih terapij umestim v socialno delo.

Namen raziskave je raziskati uporabnost umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu, zato sem pri svojem raziskovanju izhajala iz znanj o uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v umetnostnih terapijah (gibalno-plesni, glasbeni, likovni in dramski). Te sem na kratko opredelila in pregledala način dela, omejitve, strukturo procesa in srečanj. Vsak posamezni medij sem poskušala integrirati v socialno delo in pokazati, kako ga lahko uporabljamo. Nato sem različne umetnostne terapije in socialno delo med seboj primerjala, jih povezala, poiskala skupne točke in razlikovanja ter na ta način umestila znanja in prikazala prispevek ter pomen znanj umetnostnih terapij za socialno delo. Z raziskavo želim spodbuditi socialne delavce in delavke k pogostejši uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu, k inovativnosti in interdisciplinarnemu povezovanju.

Raziskava pokaže pomen in možnosti uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na različnih ravneh socialnega dela, saj ti nudijo novo obliko neverbalne komunikacije in spodbujajo besedno sporazumevanje, možnost ustvarjalnega in kritičnega razmišljanja ter osebne in družbene spremembe.

Kazalo vsebine

1. UVOD	1
1.1. <i>PROBLEM</i>	2
1.2. <i>METODOLOGIJA</i>	4
2. UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJI V PROCESIH POMOČI	7
2.1. <i>UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJI V SOCIALNEM DELU SKOZI ČAS</i>	7
2.1.1. <i>Utemeljitev izraza umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji</i>	8
2.1.2. <i>Umetitev umetnostnih izrazno-ustvarjalni medijev v socialno delo</i>	9
2.1.3. <i>Izobraževanje o uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu</i>	10
2.1.4. <i>Pomen teoretične umestitve uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev za stroko socialnega dela</i>	12
2.1.5. <i>Utemeljitev preučevanja umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v izbranih metodah socialnega dela</i>	13
2.2. <i>GIB IN PLES KOT UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJ V PROCESIH POMOČI</i>	15
2.2.1. <i>Razvoj giba in plesa kot umetnosti in razvoj plesno-gibalne terapije</i>	15
2.2.2. <i>Definicija plesno-gibalne terapije</i>	17
2.2.3. <i>Način dela in doprinos plesno-gibalne terapije</i>	18
2.2.4. <i>Omejitve uporabe giba in plesa v procesih pomoči</i>	19
2.2.5. <i>Struktura terapevtskih srečanj in tehnike plesno-gibalne terapije</i>	21
2.2.6. <i>Pregled raziskav uporabe giba in plesa v procesih pomoči</i>	23
2.2.7. <i>Pomen uporabe giba in plesa v socialnem delu</i>	25
2.2.8. <i>Integracija giba in plesa v socialno delo na mikro, mezo in makro ravni</i>	25
2.3. <i>GLASBA KOT UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJ V PROCESIH POMOČI</i>	28
2.3.1. <i>Razvoj glasbe kot umetnosti in razvoj glasbene terapije</i>	28
2.3.2. <i>Definicija glasbene terapije</i>	30
2.3.3. <i>Način dela in doprinos glasbene terapije</i>	31
2.3.4. <i>Omejitve uporabe glasbe v procesih pomoči</i>	33
2.3.5. <i>Struktura terapevtskih srečanj in tehnike glasbene terapije</i>	34
2.3.6. <i>Pregled raziskav uporabe glasbe v procesih pomoči</i>	36
2.3.7. <i>Pomen uporabe glasbe v socialnem delu</i>	38
2.3.8. <i>Integracija glasbe v socialno delo na mikro, mezo in makro ravni</i>	39

2.4. LIKOVNA UMETNOST KOT UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJ V PROCESIH POMOČI.....	41
2.4.1. Razvoj likovne umetnosti in razvoj likovne terapije	41
2.4.2. Definicija likovne terapije	43
2.4.3. Način dela in doprinos likovne terapije	44
2.4.4. Omejitve uporabe likovne umetnosti v procesih pomoči	46
2.4.5. Struktura terapevtskih srečanj in tehnike likovne terapije	47
2.4.6. Pregled raziskav uporabe likovne umetnosti v procesih pomoči	50
2.4.7. Pomen uporabe likovne umetnosti v socialnem delu	51
2.4.8. Integracija likovnega ustvarjanja v socialno delo na mikro, mezo in makro ravni.....	52
2.5. IGRA KOT UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJ V PROCESIH POMOČI.....	54
2.5.1. Razvoj igre kot umetnosti in razvoj dramske terapije	55
2.5.2. Definicija dramske terapije	57
2.5.3. Način dela in doprinos dramske terapije	58
2.5.4. Omejitve uporabe igre v procesih pomoči	60
2.5.5. Struktura terapevtskih srečanj in tehnike dramske terapije	61
2.5.6. Pregled raziskav uporabe igre v procesih pomoči	63
2.5.7. Pomen uporabe igre v socialnem delu	65
2.5.8. Integracija dramske igre v socialno delo na mikro, mezo in makro ravni.....	66
2.6. POVEZAVE IN RAZLIKE UMETNOSTNIH TERAPIJ IN SOCIALNEGA DELA	69
2.6.1. Primerjava plesno-gibalne, glasbene, likovne in dramske terapije	69
2.6.2. Osnovna izhodišča za delo z udeleženiimi v procesu v socialnem delu in umetnostnih terapijah	70
2.6.3. Kontekst dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah	74
2.6.4. Način dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah	76
2.6.5. Način komunikacije v socialnem delu in umetnostnih terapijah	78
2.6.6. Delovni odnos soustvarjanja v socialnem delu in delovni odnos v umetnostnih terapijah.	80
2.6.7. Struktura procesa sodelovanja v socialnem delu in umetnostnih terapijah.....	83
2.6.8. Struktura srečanj v socialnem delu in umetnostnih terapijah	85
2.7. UPORABA UMETNOSTNIH IZRAZNO-USTVARJALNIH MEDIJEV V SOCIALNEM DELU.....	88
2.7.1. Pomen ustvarjalnosti v socialnem delu	88

2.7.2.	<i>Pomen umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev kot oblike neverbalne komunikacije</i>	89
2.7.3.	<i>Pomen umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu</i>	91
2.7.4.	<i>Pomen uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na mikro ravni socialnega dela</i>	92
2.7.5.	<i>Pomen uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na makro ravni socialnega dela</i>	94
2.7.6.	<i>Integracija umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialno delo</i>	96
3.	RAZPRAVA	99
3.1.	<i>Kaj so teoretska izhodišča različnih umetnostnih terapij (razvoj stoke, definicija, način dela in struktura srečanj)?</i>	99
3.2.	<i>Kaj so ugotovitve raziskav o umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči in kakšne so prednosti ter omejitve uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev?</i>	100
3.3.	<i>Kakšne so povezave in razlike med umetnostnimi terapijami in socialnim delom?</i>	100
3.4.	<i>Kako lahko umetnostne izrazno-ustvarjalne medije uporabimo v socialnem delu na različnih ravneh (mikro, mezo in makro)?</i>	101
4.	SKLEPI IN PREDLOGI	103
5.	SEZNAM UPORABLJENIH VIROV IN LITERATURE	105

Kazalo tabel

Tabela 1:	<i>Primerjava plesno-gibalne, glasbene, likovne in dramske terapije</i>	69
Tabela 2:	<i>Primerjava osnovnih izhodišč socialnega dela in umetnostnih terapij</i>	71
Tabela 3:	<i>Primerjava konteksta socialnega dela in umetnostnih terapij</i>	74
Tabela 4:	<i>Primerjava načina dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah</i>	77
Tabela 5:	<i>Primerjava medija komunikacije v socialnem delu in umetnostnih terapijah</i>	79
Tabela 6:	<i>Primerjava delovnega odnosa soustvarjanja v socialnem delu in delovnega odnosa v umetnostnih terapijah</i>	80
Tabela 7:	<i>Primerjava strukture procesa sodelovanja v socialnem delu in umetnostnih terapijah</i>	84
Tabela 8:	<i>Primerjava strukture srečanj v socialnem delu in umetnostnih terapijah</i>	86

1. UVOD

Socialno delo je poklic, ki temelji na praksi in je akademska disciplina, ki spodbuja družbene spremembe, razvoj, socialno kohezijo, krepitev moči ter osvobajanje ljudi. Temeljna načela, ki imajo osrednji pomen v socialnem delu, so socialna pravičnost, človekove pravice, kolektivna odgovornost in spoštovanje različnosti. Podprto s teorijami socialnega dela, družboslovja, humanistike in avtohtonega znanja, socialno delo spodbuja ljudi in konstrukte v reševanje življenjskih izzivov in izboljšanje dobrega počutja (International Federation of Social Workers, b. d.). Takšna je mednarodna definicija socialnega dela, ki kaže na kompleksnost stroke. V njej lahko razpoznamo, da se v socialnem delu srečujemo z raznolikimi posamezniki in posameznicami, ki se spopadajo z raznovrstnimi izzivi v svojem življenju in da se kot stroka naslanja tudi na različne teorije drugih družboslovnih ved. Menim, da interdisciplinarno povezovanje omogoča socialnemu delu kot stroki in znanosti, da se ves čas razvija oziroma išče načine, kako se lahko približa ljudem in na kakšen način lahko sodeluje z njimi. Ob tem menim, da je v prvi vrsti v socialnem delu seveda pomembna dosledna uporaba socialnodelovnega znanja; kot podpora h kompetentnemu ravnanju lahko v jasen okvir in jezik socialnega dela prevajamo tudi znanja drugih strok, ki jih lahko uporabimo kot znanja za ravnanje ter tako obogatimo proces dela z ljudmi. Druga strokovna področja, s katerimi se lahko povezuje socialno delo, vključujejo široko sfero družboslovnih ved, na primer antropologijo, geografijo, jezikoslovje, pedagogiko, politične vede in tako naprej. Kot eno izmed teh strokovnih področij, ki ponuja možen nabor znanj za ravnanje za raznovrstno raziskovanje rešitev in inovativen pristop k procesu soustvarjanja v socialnem delu so tudi umetnostne terapije, ki za delo z ljudmi uporabljajo različne vrste umetnosti. Z uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev lahko ustvarimo prostor za komunikacijo in izražanje ter ponudimo varen prostor za to, da posamezniki in posameznice izrazijo svoje stiske in raziskujejo poti do zelenih rešitev.

V socialnem je delu pogosto besedna komunikacija tista, s pomočjo katere se dogaja proces pomoči, a vendar menim, da ima tudi nebesedna komunikacija zelo velik pomen. Ta omogoča, da se izrazimo z glasom, pogledom, izrazom obraza, telesno držo, s kretnjami, dotikom, gestami in gibom. Umetnostni mediji so oblika nebesedne komunikacije in most do besedne komunikacije. Ravno v tem vidim, da lahko različni umetnostni mediji podprejo udeležene v procesu pomoči, jim ponudijo večji nabor možnosti za nebesedno izražanje svojih občutkov in čustev, na podlagi katerih se razvija nadaljnje skupno delo; hkrati socialnim

delavkam in delavcem ponudi možnost, da se udeleženi pri tem pridružijo, jih podprejo in skupaj z njimi soustvarjajo rešitve ter se skozi umetnost izražajo tudi sami. Stroke, ki primarno uporabljajo umetnost kot medij v procesu pomoči ljudem v stiski, so umetnostne terapije (glasbena, plesno-gibalna, likovna, dramska in druge). Razumem jih kot profesionalno dejavnost, v procesu katere terapevti in terapevtke pomagajo udeleženi, da s pridobljenimi izkušnjami določene umetnosti spodbujajo spremembe v njihovem življenju. Rekla bi, da je v tem kontekstu določena umetnost pravzaprav način komunikacije. Za doseg svojih ciljev so stroke umetnostnih terapij razvile številne metode in tehnike ter razširile svoje znanje s pomočjo povezovanja več področij hkrati – umetnosti in pomoči ljudem. Številna znanja, metode in tehnike lahko v prilagojeni obliki uporabljamo tudi v drugih strokovnih kontekstih, vendar menim, da je pri tem pomembno, da se zavedamo svojih strokovnih omejitev in znanja drugih področij uporabljamo le do mere, ko še lahko vzdržujemo varen prostor za delo. Tako verjamem, da lahko tedaj, kadar se počutimo dovolj kompetentne in je naš namen ljudem omogočiti nove izkušnje povezovanja s samimi seboj ali z drugimi ter ustvariti prostor za nove izkušnje izražanja, lahko v socialnem delu v procesu pomoči uporabljamo tudi umetnost. Za preplet, integracijo in izpopolnjevanje znanj umetnostnih terapij ter socialnega dela je pomembno poznati koncepte, načela, tehnike, okvir in omejitve obeh strok in znanosti. Z namenom, da znanja obeh področij prepletem, bom v pričujoči raziskavi preučevala izhodišča umetnostnih terapij in socialnega dela.

1.1. PROBLEM

Moj interes za uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev se je razvil postopoma skozi življenje. Vsakokratna izkušnja na področju umetnosti in umetnostnih terapij me je spodbudila v nadaljnje raziskovanje in učenje, tako strokovno kot osebno. V času odrasčanja sem obiskovala glasbeno šolo in se kasneje udeležila več glasbenih tekmovanj. Skozi čas in vajo sem spoznala, da mi glasba omogoča, da se povežem sama s seboj in mi hkrati postavlja izzive, ki me spodbujajo, da rastem, se soočim s svojimi strahovi in se spoznavam in mi predvsem nudi miren, opogumljajoč in varen svet, v katerega vem, da se lahko vedno zatečem. To spoznanje me je pripeljalo do raziskovanja pomembnosti glasbe za ljudi in tako sem odkrila svet glasbene terapije. Hvaležna sem, da sta me dve glasbeni terapevtki sprejeli z odprtimi rokama, mi predali veliko njunega znanja in mi omogočili, da sem bila prisotna na individualnih in skupinskih terapijah, ki sta jih vodili. Pot me je od tu vodila v Anglijo, kjer sem se poleg glasbene terapije srečala tudi z drugimi, gibalno-plesno, dramsko in likovno terapijo. Tudi tam sem pridobila veliko novih spoznanj, kar je v meni spodbudilo le še več

iskric in zanimanja za raziskovanje področja umetnostnih terapij. Kasneje sem imela čast sodelovati tudi z gibalno-plesno terapevtko v Sloveniji, ki svoje delo opravlja zelo čutno in navzočno. Skozi gib in ples se izraža, poveže z drugimi in ustvari prijetno, varno terapevtsko okolje za delo z udeleženiimi v procesu. Vse te izkušnje iz več različnih umetnostnih terapij so me vodile do spoznanja, da umetnost omogoča priložnosti za komunikacijo in izražanje ter tako nudi podporo za reševanje stisk. Kar meni ponuja glasba, lahko drugim nudi druga umetnost. Moja spoznanja podpirajo številne raziskave, ki govorijo o ugodnem vplivu različnih umetnosti na posameznike, ki se spopadajo z različnimi izzivi (Lee Henry, 2013; Whipple, 2015; LaCreta, 2018; Masciulli, 2018; Cambra, 2019; St. Cyr, 2019). Na podlagi izkušenj in razumevanja konceptov ter načel umetnostnih terapij menim, da uporaba giba in plesa, glasbe, lutk, igre, dramske uprizoritve, likovne umetnosti, fotografij, ustvarjanja s peskom, pripovedovanja in tako dalje pri delu z ljudmi lahko socialnim delavkam in delavcem ponudi, da se bolj približamo posameznikom na njihovi poti, da vidimo znanja in moči ljudi, ustvarimo varno okolje, vzpostavimo in ohranjamo delovni odnos in osebni stik ter spodbujamo ljudi k izražanju.

Na svoji poti raziskovanja sveta umetnostnih terapij sem se večkrat srečala z vprašanjem, kako vidim povezavo med umetnostnimi terapijami in socialnim delom, v čem vidim, da se področja prepletajo in kako lahko umetnostne izrazno-ustvarjalne medije uporabimo v socialnem delu. Vsakokrat je moj odgovor na ta vprašanja temeljil na lastnih izkušnjah, razumevanjih in izhodiščih, a kljub temu sem se večkrat znašla v nelagodnem položaju, saj sem ubesedila le svoj pogled. To me je spodbudilo k tej konkretni raziskavi, v kateri si želim svoje izkušnje in razumevanje prepleta socialnega dela in umetnostnih terapij umestiti ter podkrepiti tudi teoretično. Čeprav se je umetnost v socialnem delu uporabljala že pred leti in še danes govorimo o tem, menim, da teorija in praksa socialnega dela v Sloveniji dokaj počasi integrirata ta znanja v svojo stroko; tudi izobraževanje za to področje v socialnem delu je dokaj skopo, čeprav ima izobraževanje v mojem pogledu zelo pomembno vlogo za integracijo uporabe tovrstnih medijev v socialno delo.

Namen raziskave, za katero si želim, da socialne delavce in delavke spodbudi k pogostejši uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu, k inovativnosti in interdisciplinarnemu povezovanju, je prikazati uporabnost umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu. Osnova za raziskovanje sta torej socialno delo in umetnost kot izrazni medij, ki jo lahko uporabljamo v različnih procesih pomoči. Ker so umetnostne terapije tiste, ki določeno umetnost uporabljajo kot primarni medij komunikacije, bom

izhajala iz znanj teh strok in ob tem poskušala skozi svoje razumevanje ta znanja prevesti v kontekst socialnega dela. Cilj raziskave je umestiti uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialno delo, zato bom v pričujoči raziskavi preučevala:

- Kaj so teoretska izhodišča različnih umetnostnih terapij (razvoj stoke, definicija, način dela in struktura srečanj)?
- Kaj so ugotovitve raziskav o umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči in kakšne so prednosti ter omejitve uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev?
- Kakšne so povezave in razlike med umetnostnimi terapijami in socialnim delom?
- Kako lahko umetnostne izrazno-ustvarjalne medije uporabimo v socialnem delu na različnih ravneh (mikro, mezo in makro)?

1.2. METODOLOGIJA

Raziskava je teoretična, saj sem temo obdelala na podlagi pregleda in analize literature; njen cilj je razvoj oziroma napredek teoretičnega mišljenja v znanosti socialnega dela. Celota obsega spoznanja različnih avtoric in avtorjev o določenih temah ter vključuje moje razmišljanje in pogled. Raziskati želim uporabnost umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu, torej kako lahko v socialnem delu za podporo pri sodelovanju z ljudmi uporabimo umetnost. To področje sem proučevala na podlagi obsežnega pregleda literature, ob čemer sem dosedanja spoznanja uredila, sistematizirala in opozorila na skladnosti in razlike preučevanih področij in na koncu pa ponudila tudi svoj razmislek, svoje razlage ter predloge (Tratnik, 1955).

Celostno preučevanje uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v različnih procesih pomoči (umetnostnih terapijah, socialnem delu, psihologiji, psihoterapiji, zdravstvu, pedagogiki in podobnih) s posamezniki ali s skupinami z različnimi izzivi in stiskami bi pomenilo zelo obsežno raziskovanje, zato sem si postavila nekaj kriterijev, ki predstavljajo okvir te raziskave, s čimer pa želim odpreti prostor za nadaljnje raziskovanje. Ker so umetnostne terapije tiste, ki so za svoje delo razvile teoretične koncepte in načela uporabe umetnosti kot primarnega medija komunikacije, bom izhajala iz teh znanj in jih znotraj svojega razumevanja prevajala v kontekst socialnega dela, ob čemer bom navajala praktične primere, ki bodo slikali, kako lahko določeno umetnost konkretno uporabimo v socialnem delu. Omejila sem se na pregled štirih umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, in sicer giba oziroma plesa, glasbe, likovne umetnosti in dramske igre. Za ta izbor sem se odločila na podlagi lastnih izkušenj, ki jih že imam s temi štirimi umetnostnimi izrazno-ustvarjalnimi

mediji; poleg tega so to tiste umetnosti, ki so bile prve umeščene tudi v terapevtski kontekst (Malchiodi, 2007, str. 4-6) in bi jih lahko poimenovala kot krovne umetnostne terapije, iz katerih so se kasneje razvile še druge (foto-terapija, terapija s pomočjo filma, terapija s peskom, cirkuška terapija, terapija s pomočjo poezije, terapija kreativnega pisanja, terapija imaginarnih predstav, narativna terapija in tako dalje). Prav tako so te poimenovane krovne terapije razvile bolj specifične smeri in se specializirale za uporabo določene terapevtske metode (v glasbeni terapiji so se na primer razvile Orff glasbena terapija (Voigt, 2013), terapija po metodi Nordoff-Robbinson (Forinash, 1992), GIM (Guided Imaginary Music terapija (Association for Music and Imagery, b. d.), glasbena terapija usmerjena v psihoanalizo (Kim, 2016), glasbena terapija usmerjena v kulturo (Stige, 2016) in druge). Vključevanje vseh teh metod v preučevanje bi prav tako povečalo obseg raziskovanja, zato jih ne omenjam izrecno in poskušam izhajati iz določene umetnostne terapije na splošno.

V stroki umetnostnih terapij pregledam nekatere teoretične koncepte in načela uporabe umetnosti kot primarnega medija komunikacije, kar poskušam umestiti v socialnodelovni kontekst. Glede na postavljene omejitve raziskovanja sem omejila tudi uporabljeno literaturo. V raziskovalni nalogi sem izhajala predvsem iz literature z občo vsebino različnih umetnostnih terapij in socialnega dela, ki vključuje temeljne koncepte tega področja in ni usmerjena v delo z določeno skupino ljudi ali z določeno metodo in podobno.

Strukturo teoretske razprave sem oblikovala postopno. Izhajala sem iz osnovnih izhodišč umetnostnih terapij, čemur sem dodajala poglavja, ki so ta izhodišča umeščala v socialno delo. Tako so se teme raziskave oblikovale v celotnem procesu raziskovanja. Tako raziskovalna naloga na začetku in koncu, v poglavjih 2.1. in 2.6. in 2.7., umešča umetnostne izrazno-ustvarjalne medije v socialno delo, v vmesnih poglavjih, od 2.2. do 2.5., pa prikazuje uporabo giba oziroma plesa, glasbe, likovne umetnosti in dramske igre v terapevtskih procesih pomoči ter za vsak medij deloma prikaže integracijo tega v socialno delo.

Kot je vidno v osrednjem delu raziskave, je med uporabo različnih umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči več podobnosti, ki jih je mogoče povezati tudi s socialnim delom (na primer odnos med udeleženi v procesu, struktura srečanj na mikro ravni dela, delo v sedanjosti, delo s posameznikom ali skupino in podobno). Z namenom, da se teme med poglavji ne ponavljajo, o teh povezavah, podobnostih in razlikah med različnimi umetnostnimi terapijami in socialnim delom pišem le v poglavju 2.6.; vmes pa te podobnosti le opozorim.

Ker je jezik v socialnem delu zelo pomemben, želim na tem mestu pojasniti uporabo izrazov v raziskovalni nalogi. Za opisovanje spoštljivih in odgovornih zaveznikov v procesu pomoči

uporabljam izraze socialna delavka, socialni delavec, terapevt, terapevtka in strokovnjake podlagi lastnih izkušenj opišem kot posameznike, udeležene v procesu pomoči in podobno. Čeprav v besedilu večkrat uporabljam le moški ali ženski spol, se vsakokrat navezujem na oba spola.

2. UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJI V PROCESIH POMOČI

Pričujoče poglavje je namenjeno pregledu umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, ki jih lahko uporabljamo v različnih procesih pomoči.

Prvo podpoglavje je uvod v raziskovanje in je namenjeno pregledu uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu v času. V naslednjih štirih podpoglavjih preučujem posamezni umetnostni izrazno-ustvarjalni medij – gib oziroma ples, glasbo, likovno umetnost in dramsko igro. Za osnovno razumevanje v teh podpoglavjih pregledam, kako se je določena umetnost razvila in kako se je iz nje razvila umetnostna terapija, kakšna je njena definicija; pregledam tudi, na kakšen način različne umetnostne terapije uporabljajo umetnost ter kakšna je struktura terapevtskih srečanj. Ob tem navedem nekaj tehnik določene umetnostne terapije za uporabo umetnosti kot znanja za ravnanje v socialnem delu. To se mi zdi pomembno, ker omogoča razumevanje pomena določene umetnosti za ljudi in predstavlja izhodišče za uporabo umetnosti tudi v drugih procesih pomoči. Ker si želim z raziskavo prikazati uporabnost umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu, pregledam tudi doprinos in omejitve uporabe določene umetnosti. Za vsako umetnostno izrazno-ustvarjalno sredstvo, ki ga podrobneje preučujem, pregledam raziskave, ki preučujejo uporabo določenega umetnostnega medija v procesih pomoči. Ob koncu vsakega poglavja, namenjenega določenemu umetnostnemu izrazno-ustvarjalnemu sredstvu, poskušam znanja strok umetnostnih terapij umestiti v kontekst uporabe v socialnem delu. Poglavjem, ki so namenjena posameznim umetnostnim izrazno-ustvarjalnim medijem, sledi poglavje, v katerem primerjam umetnostne terapije in socialno delo. Zadnje poglavje je zaključek v raziskovanju in je namenjeno pregledu uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu.

2.1. UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJI V SOCIALNEM DELU SKOZI ČAS

To poglavje je namenjeno umestitvi uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialno delo, pri čemer utemeljim uporabo izraza umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji, pregledam uporabo umetnosti v socialnem delu v času in se dotaknem izobraževanja v socialnem delu za uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev; ob koncu ubesedim, kako vidim pomen teoretične umestitve uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev za stroko socialnega dela.

Na začetku orišem, kam v zgodovino seže uporaba umetnosti in kako je prišlo do uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči. Kot opisano v nadaljevanju, je

imela umetnost v preteklosti že od nekdaj velik pomen. Že v plemenskih skupnostih je imela vlogo povezovanja, izražanja in sporazumevanja, zaradi česar so jo ljudje uporabljali ob različnih obrednih praznovanjih. Z razvojem družb, ki so bile deležne kognitivne, kmetijske in znanstvene revolucije, se je korenito spremenil življenjski slog ljudi. Ljudje so sčasoma vedno bolj zaupali medicini in intelektualni klimi in posledično se je uporaba umetnosti umaknila na stran, dokler ni prišlo v koncu 19. in začetku 20. stoletja do revolucionarnih sprememb. To je bil čas, ko so se nove ideje in novosti prelivale z različnih področij druga na drugo in ustvarjale splošno okolje medsebojnega vpliva, podpore in navdiha (Harari, 2020). V tistem času je bil prostor tudi za razvoj sistematične uporabe umetnosti v različnih procesih pomoči. Sprva se je umetnost (predvsem ples, glasba, likovna umetnost in dramska igra) kot terapevtsko sredstvo razvila v bolnišnicah in psihiatričnih ustanovah. Prvotno je bila dopolnilna metoda osnovni psihoterapevtski metodi; pozneje se je razvila tudi kot samostojna terapevtska metoda (Šugman Bohinc, 1994). V času so se pobude za uporabo umetnosti prenesle tudi na druga področja, v okviru katerih jo uporabljamo tako v terapevtske kot v doživljajsko izkustvene namene. Tako danes zasledimo uporabo umetnosti kot metode dela v šolstvu, zdravstvu in socialnem varstvu, kamor sodi tudi socialno delo (Kustec, 2011a).

2.1.1. Utemeljitev izraza umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji

V pričujoči nalogi uporabljam izraz umetnostni izrazno-ustvarjalni medij, kar želim na tem mestu utemeljiti.

Skozi izkušnje in spoznanja, da je uporaba umetnosti pri delu z ljudmi smiselna, so profesorji Visoke šole za socialno delo v Ljubljani prepoznali potrebo po poimenovanju takega način dela v socialnem delu. Niso govorili o uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, ampak o uporabi ustvarjalnih kulturnih dejavnosti; samo socialno delo z uporabo tovrstnih dejavnosti so poimenovali kot socialno kulturno delo. Poštrak (1996) je pojasnil, da je ta izraz le improvizirano ime, s katerim imajo v mislih "uporabo ustvarjalnih tehnik v procesu svetovalnega dela" (prav tam). Kustec (2011a, 2016) na drugi strani uporabi dva izraza. Izraz umetnostna izrazna sredstva prevzame po Bredi Kroflič, ki izhaja iz razumevanja izraznih sredstev kot pripomočkov za posredovanje sogovornikovih osebnih občutkov, čustev in misli. Kasneje uporablja termin izrazno-ustvarjalni mediji, ki izhaja iz bolj uveljavljenega in prepoznanega polja umetnostnih terapij na mednarodnem nivoju (prav tam). V angleščini zasledimo različne izraze, ki izhajajo iz poimenovanja umetnostnih terapij, in sicer kot Expressive Arts Therapy, torej izraznih umetnostnih terapij; medije le-teh poimenujejo z izrazoma Creative arts ali Expressive arts, kar bi lahko prevedla kot izrazne in kreativne

oziroma ustvarjalne umetnosti. Za uporabo teh elementov v socialnem delu sem zasledila izraz *use of artistic resources*, kar pomeni uporabo umetniških virov.

Vsa zgoraj omenjena poimenovanja uporabe umetnosti v socialnem delu družita temeljni lastnosti – ustvarjalnost in izražanje. Iz tega sledi moja odločitev za uporabo izraza umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji, ki vsebuje štiri zame pomembne poudarke. Prvič izpostavlja umetnost, iz katere izhajamo in ki jo uporabljamo za samo delo; drugič pove, da ta umetnost ponuja možnost za izražanje, ki omogoča sporazumevanje na nebesedni ravni in je povezano s čustvi ter občutki; tretjič umetnost pomeni ustvarjanje, s katerim posamezniki lahko raziskujejo, spoznavajo sebe, druge in okolje; četrtrič izraz poudarja, da gre za medij, ki je v slovarju slovenskega knjižnega jezika (b. d.) razložen kot sredstvo oziroma pripomoček za informiranje, izpovedovanje in sporazumevanje (prav tam). Ker je uporaba umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu namenjena zlasti omogočanju in razvijanju pomembnih novih doživetij, udeleženih v rešitvi v varnem okviru diadnega in skupinskega odnosa, menim, da je izraz primeren za uporabo v socialnem delu.

2.1.2. Umestitev umetnostnih izrazno-ustvarjalni medijev v socialno delo

Čeprav se v slovenskem prostoru o uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu govori dokaj malo, ne gre za nekaj popolnoma novega. Uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu lahko zasledimo že pri Emmeline Pethick in Mary Neal. To sta dve pomembni socialni delavki, politični, socialni in mirovni aktivistki, ki sta v devetdesetih letih 19. stoletja socialno delo povezali s socialnimi reformami in socialno pravičnostjo. Njuna vizija o dosegu reform in pravičnosti je bila ob tem neločljivo povezana s transformativno močjo umetnosti (Lavalette, 2013). Njun prispevek k mladinskemu delu je bil povezan predvsem s prepoznavanjem družbene in politične razsežnosti dela z mladimi ženskami (Emmeline Pethick, Mary Neal and the development of work with young women, b. d.). Obe sta prihajali iz premožnega okolja in sta se spoznali v zahodno-londonskem misijonu, kamor ju je pripeljala verska pripadnost, želja po pomoči revnim in zavezanost socialni pravičnosti. Osupli nad revščino in pod vplivom socialnih protestov, ki sta jim bili priča, sta postali dejavni socialistki in socialni reformatorki (Lavalette, 2013). V želji po življenju zunaj institucionalnih okvirov misijona sta leta 1895 ustanovili tako imenovan *Espérance Club* (Krožek upanja), ki je dve leti kasneje prerasel v krojaško zadrugo – *Maison Espérance*. V klubu sta z mladimi ženskami in dekleti ustvarjali z dramo, glasbo in plesom, ob čemer sta jih poučevali tudi o politiki, novinarstvu, delavskih pravicah in spolni vzgoji (Judge, 1989). Tako sta s skupnimi močmi uvedli inovativen umetniški način dela, ki je bil

uglašen s potrebami skupnosti, v katerih sta neposredno delali (Lavalette, 2013). Razvoj uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu se je od tu postopoma razširil in nadaljeval po svetu. Leta 1968 je Ruth Middleman pisala o nebesednih metodah v socialnem delu pri delu s skupinami, pri čemer je spodbujala socialne delavke in delavce, da se opirajo na ustvarjalne umetnosti, saj so dostopne vsem ljudem in dajejo občutek zadovoljstva (prav tam). Ruth Middleman je vsesplošno moč umetnosti videla kot sredstvo za spremembe, saj je opazila, da lahko izrazne umetnosti, kadar se uporabljajo v socialnem delu, spodbujajo neposredno ali posredno komunikacijo in razrešujejo stiske, zaradi česar je v socialno delo vključevala komplementarne in alternativne oblike izražanja, ki so bile usmerjene v posamezne in skupinske spremembe (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018 cit. po Huss, 2013). Izrazne umetnosti v socialnem delu so se tako sčasoma vse bolj uveljavljale, a kljub temu je bilo le malo socialnih delavcev in delavk izpostavljenih uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v svojih poklicnih izobraževalnih programih. Tako socialno delo še danes ni polno integriralo kreativnih umetnostnih tehnik v svoje delo (Degges-White in Davis, 2018).

Znanja o uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu so dolgo potovala po svetu, preden so dosegla tudi Slovenijo. Pri nas razvoj tega področja v socialnem delu tako sega šele v zadnja leta 20. stoletja. Na ustanovljeni Visoki šoli za socialno delo v Ljubljani so profesorji to področje razvijali v sodelovanju z oddelkom ustvarjalnih izobraževalnih programov Nizozemske Hogeschool Nijmegen in z nemško Hochschule für Sozialarbeit iz Dortmunda. Tam so takrat že četrto stoletje postopoma razvijali način dela in metode uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu (Poštrak, 1996). Sodelovanje z omenjenima šolama je leta 1994 rodilo sklope večdnevni ustvarjalnih delavnic, ki so jih organizirali za študente, učitelje in sodelavce Visoke šole za socialno delo v Ljubljani (Šugman Bohinc, 1994). Postopoma so na Visoki šoli za socialno delo in kasneje Fakulteti za socialno delo uvedli predmete, ki preučujejo to smer, o čemer več povem v naslednjem segmentu.

2.1.3. Izobraževanje o uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu

Kot omenjeno zgoraj, je bila praksa in teorija uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu v tujini že dokaj razvita, preden so ta znanja dosegla Slovenijo. To je pomenilo, da je bila uporaba tovrstnih medijev v tujini prav tako že del izobraževanja. Umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji niso le tema določenih predmetov, ampak se smeri

socialnega dela in umetnostnih terapij na več tujih fakultetah prepletajo. Pogledamo lahko primere nekaj fakultet z različnih delov sveta. Na primer Fakulteta za svobodne umetnosti in znanosti IOWA v Združenih državah Amerike nudi izobraževanja socialnih delavk in delavcev za področje umetnostnih in drugih terapij (College of Liberal Arts and Sciences IOWA, b. d.); ob zaključku magisterija Šole za socialno delo Univerze v Angliji študentje pridobijo tudi potrdilo o znanju uporabne umetnosti in socialne pravičnosti (University of New England School of Social Work, b. d.); na Nizozemski univerzi za uporabno znanost NHL Stenden programa za socialno delo in umetnostne terapije sodelujeta, združujeta in raziskujeta področje socialnega dela in kreativnih terapij za združitev teh dveh smeri (NHL Stenden – university of applied sciences, b. d.); na Univerzi v Pennsylvaniji so razvili samostojen študijski program, ki študentom omogoča hkratno magistrsko izobrazbo za socialno delo in umetnost (University of Pennsylvania, b. d.).

Na Slovenskem so kmalu po prvem stiku z uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev umestili umetnost tudi v izobraževanje za socialne delavke in delavce, a kljub temu bi rekla, da so še danes to le zametki polne integracije uporabe tovrstnih medijev v socialno delo v Sloveniji. Profesorji Visoke šole za socialno delo v Ljubljani so z namenom, da bi poklicno znanje socialnih delavk in delavcev obogatili z ustvarjalno kulturno razsežnostjo socialnega dela v učni program umestili izbirni predmet Socialno kulturno delo (Šugman Bohinc, 1994). Izvajala ga je doc. Alenka Vogelnik. Cilji predmeta je bil razvijanje ustvarjalnosti študentov, razumevanje osnov pomoči z umetnostjo, zavedanje učinka umetnostnega ustvarjanja na ustvarjalca ter sposobnost uporabe pomoči z ustvarjalno umetnostjo pri svojem delu. Pri tem predmetu so teoretično in izkustveno pregledali osnove plesa, glasbe, likovne in dramske umetnosti ter možnosti njihove uporabe v socialnem delu, s čimer so prebujali umetnostne ustvarjalnosti na vseh štirih področjih umetnosti. Danes ta predmet nadomešča bolj ozko usmerjen izbirni predmet z naslovom Ustvarjalna uporaba lutk v socialnem delu, katerega izvajalka ostaja doc. Alenka Vogelnik (Univerza v Ljubljani – Fakulteta za socialno delo, b. d.). Med študijem sem izbrala ta predmet, ki je usmerjen predvsem v lutkovno umetnost in vsebuje tako teoretično kot praktično ustvarjalno uporabo lutk v socialnem delu, prikaže vlogo lutk kot interpretk in kot medija pomoči z umetnostjo. Predmet vsebuje več izkustvenih vaj iz osvajanja različnih lutkovnih tehnologij ter oblikovanja in uporabe teh v socialnem delu. Rekla bi, da je predmet zasnovan zelo konkretno, a prikaže le manjši segment uporabe umetnosti kot medija v socialnem delu, saj ne omenja drugih umetnosti (ples, glasbe, likovne in dramske umetnosti). Edini izobraževalni predmet, ki danes vključuje uporabo različnih umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu, je predmet z naslovom Skupinsko

delo z izrazno ustvarjalnimi sredstvi, ki so ga v učni načrt dodali v študijskem letu 2017/2018; pred tem so izvajali predmet z naslovom Psihosocialna pomoč z umetnostjo. Predmet v skupinsko socialno delo umešča rabo pristopov, modelov, metod in spretnosti umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v kontekstu psihosocialne podpore in pomoči (Univerza v Ljubljani – Fakulteta za socialno delo, b. d.), a žal ni na voljo vsem študentkam in študentom, ampak le tistim, ki so izbrali modul Psihosocialna podpora in pomoč. Trenutno sta v izobraževanju za socialne delavke in delavce ta dva predmeta, oba umeščena v dodiplomski študij, edina, ki študentke in študente seznajata z uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu. Na podiplomskem študiju izobraževanje ne ponuja nadaljnega poglobljanja znanja na tem področju.

Čeprav se je umetnost v socialnem delu uporabljala že pred leti in še danes govorimo o tem, menim, da teorija in praksa socialnega dela v Sloveniji dokaj počasi integrirata ta znanja v svojo stroko; tudi izobraževanje za to področje v socialnem delu je dokaj skopo, čeprav ima izobraževanje v mojem pogledu zelo pomembno vlogo za integracijo uporabe tovrstnih medijev v socialno delo.

2.1.4. Pomen teoretične umestitve uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev za stroko socialnega dela

To poglavje je namenjeno pomenu teoretičnega raziskovanja in teoretične umestitve umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v kontekst socialnega dela ter utemeljitvi razlogov za to konkretno raziskavo in tudi njen prispevek za socialno delo.

Teorijo in prakso pogosto doživljamo kot dve nepovezani področji, saj se znanje prakse večkrat razlikuje od teoretičnega znanja, vendar je teoretiziranje nujno, saj mora praksa vedno izhajati iz jasne teorije (Huss, 2018b, str. 7-10). Integrativni pristopi v socialnem delu vključujejo sistematično izbiro idej in metod iz različnih teoretičnih sistemov. Ta postopek vključuje analizo in sintezo konceptov iz različnih teoretičnih usmeritev, da se oblikuje pristop, ki ustreza filozofiji in spretnostim socialne delavke ter različnim potrebam posameznikov. Trend k integraciji temelji na spoznanju, da nobena posamezna teorija ne zadostuje za razlago zapletenosti človeških izkušenj ali za reševanje različnih človeških težav v različnih osebnih, družinskih in kulturnih okoliščinah (Atkins, Davis in Atkins, 2018). V skladu s tem Poštrak (1996) ponudi shemo uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev kot trikotnika, katerega eno oglišče je teorija, drugo predstavljajo metode in tehnike, tretje pa vsebuje praktično dejavnost. Nadaljnje obrazloži, da je teoretično ozadje zastavljeno izrazito interdisciplinarno, kar pomeni, da poskuša "ujeti del večplastnosti našega bivanja, in to ne z

vidika uporabe posameznih spoznanj iz različnih znanstvenih disciplin, temveč s hkratnim upoštevanjem le-teh in s preseganjem, njihovim stapljanjem" (prav tam). Ravno to se mi zdi pomemben poudarek za razvoj socialnega dela kot stroke, saj tako v svoje delo vnaša inovacije, ki ponujajo nove možnosti in nova ravnanja. Za integracijo uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialno delo kot tudi za izobraževanje na tem področju se strinjam, da je v prvi fazi potrebna teoretična umestitev umetnosti kot medija v socialno delo, k čemur, menim, pomembno prispeva raziskovanje, ki povezuje ti dve področji – socialno delo in umetnostne izrazno-ustvarjalne medije. Ker je v tujini izobraževanje tako za umetnostne terapije kot za socialno delo z uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev že dlje časa v intenzivnem razvoju, je posledično tudi raziskovanje na tem področju vedno bolj aktualno. Tako lahko zasledimo več raziskav (Brandes, Terris, Fischer in Loerbroks, 2010; Glig, 2011; Henry, 2012; Whipple, 2015; Masciulli, 2018; LaCreta, 2018; Cambra, 2019), ki dokazujejo smiselnost uporabe umetnosti kot medija v socialnem delu in drugih procesih pomoči ter ugotavljajo različne ugodne učinke, ki obogatijo proces. Poglobljenemu pregledu tovrstnih raziskav v nadaljevanju namenim posebno poglavje. Na tem mestu se želim dotakniti pregleda povezovanja socialnega dela in umetnosti v Sloveniji. Pri nas je na to temo napisanih le nekaj člankov (Poštrak, 1996; Šugman Bohinc, 1994 in Kustec, 2011a) in narejenih le nekaj raziskav, večinoma na temo plesa in glasbe, ki so rezultat magistrskih in diplomskih del (Kustec, 2011a, 2011b; Babnik, 2012; Krivec, 2013; Božič, 2014; Lampič, 2014; Lenassi, 2014; Kompara, 2015; Rojec, 2016; Kustec, 2016; Juvanc, 2016; Skok, 2017; Di Dio, 2017; Divjak, 2017; Starc, 2017; Ahac, 2018; Premk, 2019; Baškovč, 2019; Narat, 2019; Martinšek, 2020; Lipušček, 2020). Menim, da so pisna gradiva izhodišča in spodbuda za nadaljnje raziskovanje in za širjenje znanja o uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, kar lahko pripomore k spodbudi socialnih delavk in delavcev za integracijo takšnega načina dela v kontekst socialnega dela. S tem namenom sem se odločila za to raziskavo, s katero poskušam prispevati k teoretični podkrepitevi uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu in ponuditi nekaj konkretnih primerov možnosti uporabe metod in tehnik za praktično dejavnost; hkrati je ta raziskava lahko podlaga za oblikovanje smernic uporabe umetnostnih izrazno ustvarjalnih medijev v praksi socialnega dela.

2.1.5. Utemeljitev preučevanja umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v izbranih metodah socialnega dela

Preden se usmerim k preučevanju posameznega umetnostnega izrazno-ustvarjalnega medija, želim pojasniti metode socialnega dela, na katere se navezujem kasneje, saj v njih vidim

smiselnost uporabe kreativnih sredstev. V teh metodah se zrcalijo vse ostale temeljne prvine socialnega dela (načela, predmet dela, etika, cilji in podobno) in se skozi njih dejansko uresničujejo (Milošević Arnold in Poštrak, 2003, str. 100).

Socialno delo vključuje delo s posamezniki, skupinami, skupnostmi in širšim družbenim prostorom. Tako široko področje lahko glede na obseg delovanja, ki ga dosežemo, z neko metodo umestimo v delo na mikro, mezo in makro ravni. Na vseh treh ravneh si socialno delo prizadeva za spodbujanje socialne pravičnosti, reševanje življenjskih izzivov in izboljšanje dobrega počutja vseh ljudi (Master of social work, b. d.). To poslanstvo socialnega dela dosežemo z različnimi sredstvi in načini dela, o čemer več povem v nadaljevanju; na tej točki opredelim ravni dela. Na mikro ravni gre za sodelovanje s posamezniki ali skupinami v reševanju kompleksnih psihosocialnih, osebnih, medosebnih, socialno-ekonomskih in ekoloških problemov (Milošević Arnold in Poštrak, 2003, str. 100) s pomočjo neposrednega odnosa, komunikacije ter razpoložljivih virov (Segal, Gerdes in Steiner, 2019). Mezo raven socialnega dela se osredotoča na reševanje problemov v skupnostih (nevladne organizacije, šole, institucije in podobno) (Bernstein in Gray, 1997). Socialne delavke v tem primeru sodelujejo s posamezniki in skupinami, vendar je za razliko od mikro socialnega dela mezo socialno delo v prvi vrsti usmerjeno v pomoč skupinam na ravni organizacije in majhne skupnosti (Master of social work, b. d.). Socialno delo na tej ravni vključuje načrtovane akcije, s katerimi vplivamo na socialne probleme; ukvarja se z izboljševanjem razmer, razvojem in spreminjanjem socialnih institucij (Milošević Arnold in Poštrak, 2003, str. 100). Makro raven dela stremi k spremembam na ravni družbe in izboljšanju kakovosti življenja ljudi na lokalni, nacionalni ter globalni ravni. Socialne delavke prispevajo k spreminjanju in ustvarjanju sistema ne samo za njegovo upravljanje. Na tej ravni se torej socialne delavke srečujejo z vprašanji sistemskega delovanja in vključujejo vloge zagovorništva, organiziranja skupnosti, razvoja programov ter oblikovanje politik. Socialno delo na makro ravni vključuje na eni strani raziskovanje izvora in vpliva socialnih težav, kot so brezdomstvo, revščina, družbena izključenost samomori in podobno, ter na drugi strani ustvarjanje in izvajanje pobude za reševanje tovrstnih socialnih vprašanj (Micro vs. Mezzo vs. Macro Social Work, 2020; Bernstein in Gray, 1997; Mesec, 2003, str. 259-270). Ne gre za to, da je mikro raven usmerjena k spreminjanju posameznikov, makro raven pa k spreminjanju sistemov, ampak gre za ločevanje med neposrednim delom z udeleženi v procesu pomoči, ki pravzaprav vključuje vse ravni hkrati, in posrednim oziroma podpornim delom, ki s spremembami na družbeni

ravni pripomore k reševanju življenjskih izzivov ljudi in njihovem boljšemu počutju. Vse tri ravni so tako povezane in predstavljajo enovito socialno delo (Mesec, 2003, str. 259-270).

Razumevanje metod socialnega dela predstavlja izhodišče, na katerega se navezujem kasneje, ko v nalogi ponudim primere integracije umetnostnih izrazno-ustvarjalnih sredstev v socialno delo.

2.2. GIB IN PLES KOT UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJ V PROCESIH POMOČI

To poglavje je namenjeno gibu in plesu kot enemu od izbranih umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, ki jih v nalogi podrobneje raziskujem. V njem pregledam razvoj giba in plesa kot umetnosti in razvoj plesno-gibalne terapije ter njeno definicijo; opišem tudi način dela v plesno-gibalni terapiji in pregledam omejitve uporabe tega umetnostnega medija. Pregledam strukturo terapevtskih srečanj in ob tem navedem nekaj tehnik plesno-gibalne terapije. V nadaljevanju pogledam raziskave, ki preučujejo uporabo giba in plesa v procesih pomoči; ob koncu poskušam znanja stroke plesno-gibalne terapije umestiti v socialnodelovni proces pomoči; tako raziskujem pomen uporabe giba in plesa v socialnem delu ter integracijo tega medija na mikro, mezo in makro ravni.

Za začetek nekaj besed o tem, zakaj pravzaprav ples in gib? Zakaj imata gib in ples pomembno vlogo pri ljudeh? Gibanje je za ljudi pomembno predvsem zato, ker z njim preučujemo in spoznavamo svoje okolje, se mu prilagajamo in ga spreminjamo ter s pomočjo gibanja z njim vzpostavljamo stike oziroma komuniciramo. Tako je gib pomemben za vsakodnevno življenje posameznika. Kadar pa postane svobodna simbolična oblika, umetniški element ali plesna kretnja, govorimo o plesu. V tem primeru gre za namerno kombiniranje različnih gibanj v nek smisel, ki predstavlja oblikovno, izvirno in domišljijско ustvarjanje, skozi katerega posameznik posreduje ideje, počutje, doživetje, misli, emocije in odnos do sveta (Kroflič in Gobec, 1995; Kroflič, 1992; Kroflič 1999). Tako gib in ples skupaj predstavljata medij, skozi katerega se ljudje lahko izražamo, komuniciramo, vzpostavljamo stike ter spodbujamo ustvarjalnost. To je tudi razlog, da ga vedno pogosteje uporabljamo tudi v različnih procesih pomoči.

2.2.1. Razvoj giba in plesa kot umetnosti in razvoj plesno-gibalne terapije

V nadaljevanju orišem pomen giba in plesa skozi zgodovino vse do danes, ko predstavlja pomemben umetnostni izrazno-ustvarjalni medij v procesih pomoči. S tem želim prikazati, da

plesu in gibu ne pripisujemo pomembnosti le v sodobnem času, temveč se danes pomen tega le razširja in znanstveno umešča v različne stroke.

Če pogledamo v preteklost, lahko rečemo, da je bil ples že od nekdaj del človeškega življenja. Ljudje so ga izvajali ob praznovanju (rojstev, dobrih letin, končanju vojn), ob izvajanju obredov; pri določenih staroselskih skupinah je veljal tudi kot metoda zdravljenja. Po vsem svetu je tako še danes del ritualov, dediščine, zgodovine človeškega gibanja, človeške kulture in komunikacije (Payne, 1990, str. 3). Zgodovinsko gledano so ljudje plesali v skupinah z različnimi prostorskimi postavitvami, v krogu, ravni liniji ali drugačni obliki postavitve, kar jim je pomagalo razviti skupinsko plemensko povezanost, pregnati svoje strahove in izraziti svoja čustva (Wosien, 1974).

Čeprav ima ples že od nekdaj vlogo povezovanja in izražanja, sistematična uporaba plesa in gibanja pri delu z ljudmi sega šele v konec 19. in v začetek 20. stoletja, saj revolucija v uporabi giba in plesa kot medija v procesu pomoči ni bila osamljen dogodek, temveč del revolucionarnih sprememb, ki so se dogajale v celotni intelektualni klimi tistega časa (Levy, 1988, str. 2-6). V Združenem kraljestvu se je prepoznavanje potenciala za rehabilitacijo in terapijo s plesnimi ter gibalnimi izkušnjami začelo, ko je pomemben lik v razvoju plesa in gibanja v Veliki Britaniji Rudolf Laban prispeval sistematično analizo in kategorizacijo gibanja, kar terapevtom omogoča strukturirano opazovanje gibov (Payne, 1990, str. 4, 5). Od tu se je uporaba plesa in gibanja v zdravstvenem in terapevtskem kontekstu močno razširila. Pod vodstvom Mary Wigman je bil uveden ekspresionistični ples, kar je vplivalo na razvoj novega sloga plesa, pri čemer je bil gibalni medij izrazit in improvizacijski. Ta koncept se je v disciplini plesne terapije prenašal na njegov terapevtski potencial, kar je vodilo do ustanovitve združenja Velike Britanije za plesno-gibalno psihoterapijo (Levy, 1988, str. 2-6). Amerika je na drugi strani doživela razvoj sodobnega plesa in gibanja, ki je dajal poudarek čustvom, občutkom in raziskovanju samega sebe, osebni izraz pa je povezal z bolj univerzalnim vpogledom v človeško delovanje. Sodobni ples je spodbujal spontanost, pristnost, individualno izražanje in zavedanje telesa. Tako inovativno okolje je bilo podlaga za razvoj plesno-gibalne terapije (Levy, 1988, str. 2-6). Pionirji plesne terapije, Marian Chace, Blanche Evan, Liljan Espenak, Mary Whitehouse, Trudi Schoop in Alma Hawkin so sčasoma postavljali teoretične okvirje in tako povezovali sodobno plesno gibanje z obstoječimi teorijami o skupinski dinamiki in področje profesionalizirali ter z ustanovitvijo Ameriškega združenja za plesno terapijo leta 1966 postavili temelje plesno-gibalne terapije (Payne, 1990, str. 4, 5).

Ples, ki je bil že od nekdaj pomemben del obredov in je imel pomembno vlogo za komunikacijo, vzpostavljanje vezi ter skupinske povezanosti, je postopoma pridobival pomen ustvarjalnega čustvenega človeškega izraza, kar se je v času vedno bolj prenašalo v različne procese pomoči.

2.2.2. Definicija plesno-gibalne terapije

Kaj pravzaprav je plesno-gibalna terapija? Ameriško združenje za plesno terapijo jo opredeljuje kot psihoterapevtsko uporabo gibanja za spodbujanje čustvene, socialne, kognitivne in fizične integracije posameznika z namenom izboljšanja zdravja in dobrega počutja (American Dance Therapy Association, b. d.). Evropsko združenje za plesno-gibalno terapijo k temu doda nadaljnjo opredelitev, da ples kot gibanje telesa pomeni ustvarjalno izražanje in komunikacijo, kar je osrednja sestavina plesno-gibalne terapije in je orodje ter način intervencije (European Association Dance Movement Therapy, b. d.). Plesno-gibalna terapija temelji na naravnem človeškem gibanju, pri čemer je telo instrument, ki ima vlogo posrednika med posameznikom in svetom, zaradi česar ga uporabljamo za izražanje posameznikovega odnosa do okolja in za komunikacijo preko občutij, čustev, misli, zgodb in dogodkov. S tem, ko terapevt spodbuja posameznika, da vedno znova išče nove gibalne oblike, s katerimi lahko sporoča občutja, spodbuja ustvarjalno mišljenje in ustvarjalno reševanje problemov. Tako ustvarjalno gibanje prispeva k razvoju hkratnega zavedanja sebe in okolja, saj krepi predstavljalnost, integrira zavedanje, zaznavanje, spominjanje, čustva, misli in akcijo. Plesno-gibalna terapija tako prispeva k samozavedanju, saj omogoča oblikovanje ustrezne telesne slike, daje občutek notranje strukture, omogoča odkrivanje samega sebe in vzbuja samozavest ter samozaupanje (Kroflič, 1999, str. 123). Na drugi strani plesno-gibalna terapija pomeni razumevanje, ki omogoča ljudem, da se spoprimejo z nepričakovanimi izzivi, izrazijo misli, čustva in delujejo v gibanju na več načinov; poleg tega ponuja prostor s preprostimi ritmi, različnimi prostorskimi in dinamičnimi strukturami, ki je nediskriminatoren in odziven na spremembe (Bartenieff in Lewis, 1980, str. 143-151).

Želene spremembe se v plesno-gibalni terapiji razvijejo s pomočjo opazovanja gibanja, ki je orodje za prepoznavanje posameznih moči in omejitev gibanja. Za opredelitev terapevtskih ciljev tako gibanje ponuja izhodišče; upošteva se tudi druge informacije in mnenja o potrebnih spremembah udeležencev in strokovnega osebja, ki sodelujejo z njimi (Payne, 1990, str. 52-56). O določitvi ciljev sem se pogovarjala tudi s terapevtko, s katero sem sodelovala na praksi. Povedala je, da postopek definiranja problema in zelenih sprememb v njenem načinu dela obsega dva sklopa. Prvi del določevanja ciljev se vzpostavi na začetnem srečanju z

udeleženi in njihovimi pomembnimi drugimi, pri čemer vsak pride do besede. Takrat se ubesedijo spremembe, ki si jih želijo v življenju posameznika. Pogovoru sledi plesno-gibalno sodelovanje terapevte z udeleženi, po katerem terapevtka podeli svoja opažanja. Temu sledi postavljanje ciljev in namena sodelovanja glede na njena opažanja in glede na ubesedene želene spremembe udeležencev in pomembnih drugih (terapevtka, zasebni intervju, 13. 12. 2020). Pomembno je, da ljudem pomagamo razmisliti o lastnih izkušnjah ter načrtovati majhne korake, jim dati občutek varnosti in zavetja ter hkrati tudi razumevanje, da sta za spremembo potrebna delo in trud (Payne, 1990, str. 32-36).

Pri plesno-gibalni terapiji gre torej za ustvarjalno uporabo giba in plesa, ki spodbuja razvoj osebnostnih veščin in sposobnosti, kot so vzpostavljanje zaupanja, empatije, ustvarjalnega reševanja problemov in še mnogo več. V tem vidim več podobnosti s socialnim delom, v katerem smo usmerjeni v reševanje izzivov, ki nam jih prinese življenje, a več o tem povem v poglavju 2.6.

2.2.3. Način dela in doprinos plesno-gibalne terapije

Plesno-gibalna terapija je razvila poseben način dela, ki omogoča uporabo giba in plesa kot osnovnega komunikacijskega orodja. Gibanje in ples sta na voljo vsem in predstavljata univerzalno govorico; vsak človek je potencialen ustvarjalec, k čemur ga lahko spodbuja tudi okolje. S tem, ko ljudem damo možnost za ustvarjalno mišljenje z gibanjem, se razvija domišljjski in intuitivni svet (Zagorc, Vihtelič, Kralj in Jeram, 2013, str. 5), ki omogoča iskanje novih, izvirnih, neobičajnih zamisli v dani situaciji (Kroflič in Gobec, 1995, str. 38). Pri sproščanju napetosti se stopnjuje plesalčevo zaupanje vase in samo-zaznavanje (Kenk, 1981). Tako ples in gib doprineseta k večjemu samozavedanju, oblikovanju telesne samopodobe in ponotranjenju več veščin in procesov, ki udeleženi pomagajo izkoristiti svoj potencial za rast. To pa spodbuja razvoj spretnosti samo-razkritja, priznavanja in dajanja povratnih informacij drugim (Payne, 1990, str. 38-39). Ples ima pomembno vlogo tudi pri razvijanju socialnih spretnosti, saj spodbuja stike z drugimi, omogoča možnost razvijanja zaupanja, občutljivosti, prilagodljivosti, sodelovanja, skupinskega reševanja problemov, upoštevanja pravil, vzdrževanja pozornosti, vodenja in podrejanja (Zagorc, 2006, str. 34-36). Vloga terapevta je pri tem usmeriti pozornost na gibajočega se in mu pomagati, da razišče lastno življenje in izkušnje s ciljem, da predela oziroma sprejme dogodke, prepozna rešitve in obogati odnos med telesnim in psiho-čustvenim delovanjem. Vse to prispeva h kakovostnemu vzpostavljanju in ohranjanju socialnih interakcij in odnosov, kar je za ljudi pomembno. Gibanje je sicer le del vedenja, vendar se pri njegovem opazovanju ali definiranju lahko

zavedamo sprememb. S postopnimi ali nenadnimi spremembami gibanja sta posameznik in plesno-gibalni terapevt v re-integracijskem postopku, vendar tu ne gre za pristop in vaje, ki so predpisane vnaprej, ne gre za učenje na pamet in vsiljene plesne vaje, ki so izolirane od celotnega organizma, ampak za soustvarjanje celotnega pristopa vseh udeležениh. Temelja za tovrstni način dela v plesno-gibalni terapiji sta kreativna plesna improvizacija in nezavedno svobodno asociacijsko gibanje (Payne, 1990). Oba pojma pomenita izraz brez predhodnega pripravljanja in posameznikovo spontanost v delovanju, kar pripomore k odkrivanju samega sebe. Udeleženi tako ni več le instrument plesa in giba, ampak postane ustvarjalec (Zagorc, 2006, str. 130, 131). Na ta način prevzame odgovornost zase in nadzor nad raziskovanjem, gibalno-plesni terapevt pa ga pri tem podpira. Tako lahko posameznik z ekspresivnimi pristopi, raziskovanjem igrivih gibov, osredotočenostjo na senzorične procese in ponovnim doživljanjem oziroma občutenjem izkušenj ustvari spremembe, ki so zanj pomembne in potrebne (Payne, 1990, str. 8-10). Tudi v kontekstu socialnega dela je udeleženi v procesu tisti, ki ob strokovni podpori raziskuje in ustvarja spremembe, vendar je v mojih očeh dodana vrednost plesno-gibalne terapije ravno v gibanju oziroma plesu, ki omogoča neposredno in kreativno odkrivanje ter osredotočenost nase, na svoje doživljanje, občutenje in čustva (Kroflič, 1992, str. 42). Ta osredotočenost nase omogoča nova spoznanja o sebi in nova razumevanja, kar pa spodbuja nov vpogled v rešitev izzivov, ki nam jih prinese življenje. K temu bi dodala, da namen plesnega in gibalnega dela ni le vzbuhati, prepoznavati in odražati občutke, temveč spodbuditi posameznika, da se izraža in tako postane ustvarjalec lastnega procesa sprememb (Payne, 1990, str. 8-10).

Izhodišča plesno-gibalne terapije so torej v delovnem odnosu, odkrivanju moči udeležениh, delu v sedanjosti, tukaj in zdaj in usmerjenosti v udeležence, s katerimi se soustvarjajo rešitve. Ta izhodišča so si v več točkah podobna s socialnim delom, a o primerjavah podrobneje govorim kasneje; sedaj izpostavim, način dela, strukturo srečanj in tehnike, ki jih za svoje delo uporablja plesno-gibalna terapija; še prej sledi pregled omejitev, ki jih s seboj prinaša uporaba giba in plesa. Ker je vidnih več podobnosti med socialnim delom in plesno-gibalno terapijo, menim, da lahko črpamo znanja iz plesno-gibalne terapije, kadar želimo v svoje socialnodelovno delo vnašati gib in ples.

2.2.4. Omejitve uporabe giba in plesa v procesih pomoči

Zgoraj sem pisala predvsem o doprinosu giba in plesa k procesu pomoči, a za varno uporabo tega umetnostnega medija moramo biti pozorni tudi na omejitve. Te se dotikajo različnih pomenov gibanja in plesa ter gibalnih izkušenj ljudi, s katerimi sodelujemo, povezave med

telesom in delovanjem uma, uporabo glasbe med dejavnostjo in druge. Čeprav so vse oblike plesa sproščujoče, saj se s pomočjo ritma človek osvobodi napetosti in togosti, sprošča čustva in jih izraža (Borota, Geršak, Korošec in Majaron, 2006, str. 58), ples ali gibanje ni vsakomur enostaven ali prijeten. Nekateri ljudje lahko določeno gibanje povežejo z neprijetnimi izkušnjami in strahovi ter se počutijo neprijetno ali negotovo glede sodelovanja. V takih primerih lahko s pogovorom o občutkih in pomislekih glede gibanja in plesne udeležbe premostimo ovire in šele nato začnemo z gibanjem. Ples nosi veliko različnih prizvokov in pomenov za ljudi, zato je dobro, da se pogovorimo tudi o tem (Roche in Heinonen, 2018).

Osnovna predpostavka uporabe kreativnih plesnih in gibalnih procesov kot nosilcev sprememb je, da s spreminjanjem telesa in z drugačnim, novim gibanjem spodbujamo ustrezen učinek na um. Tako lahko do spremembe v telesnem vedenju pride, ko spremenimo misel in odnos do telesa, in obratno: ko spremenimo telo in gibanje, se s tem spremeni tudi misel in um. Pri tem pa moramo biti pozorni tudi na omejitve. Ne moremo vzeti kot samoumevno preprosto enačbo duha in telesa, ki predpostavlja, da se to, kar se zgodi fizično, na enak način zgodi v strukturi človeške psihe. Spreminjanje telesa pomeni spreminjanje sebe, zato je pomembno, da se ustrezno spoprimemo s spreminjajočimi se oblikami svojega življenja in s procesom reorganizacije (Payne, 1990, str. 26-28). Končni cilj plesne terapije je pomagati posameznikom, da si povrnejo občutek celovitosti z doživljanjem temeljne enotnosti telesa, uma in duha (Levy, 1988, str. 1). Pomembna komponenta, ki vpliva na učinkovitost uporabe giba in plesa, je glasba, ki lahko pri gibalno plesnem ustvarjanju veliko doprinese, a hkrati se moramo zavedati njenih omejitev. Nekatere skupine lahko ob konstantni prisotnosti glasbe pri plesu postanejo odvisne od glasbe in brez nje ne najdejo motivacije za ples, kar lahko vpliva na izgubo spontanosti, zato je pomembno, da na srečanjih pustimo čas tudi za ples brez spremljave. Pri uporabi znane glasbe moramo biti pozorni na to, da lahko spodbudi pretekle spomine, ki so povezani z neprijetnimi ali prijetnimi izkušnjami, kar pomeni, da lahko pride do zelo različnih odzivov. Ena največjih težav pri uporabi vnaprej posnete glasbe je vsiljivost glasbenih elementov in nadzor v plesu, še posebej, če jo izbere le vodja skupine, saj je izbira glasbe zelo osebna. Skupini lahko tako glasba narekuje tudi razpoloženje, ritem, gibanje in raven energije, kar lahko ovira ustvarjalnost in preusmeri razvoj, potrebe oziroma proces skupine (Payne, 1990, str. 256-257). Tako je izbor glasbe odvisen od tehnik dela, želje in starosti udeležencev v procesu in tudi od funkcije, ki naj bi jo imela glasba kot stimulacija iz socialno-kulturnega ozadja uporabnikov. V pripravi na vsako

plesno animacijo z glasbo je potrebnega nekaj časa za primeren izbor glasbe, ki bo podpirala gibanje in ples udeležениh (Knoll, 2011).

S pomočjo varovalnih dejavnikov, kot so pogovor, občutljivost ob uporabi glasbe kot podlage za ples ter z zavedanjem omejitev uporabe giba in plesa lahko premostimo strahove, zmanjšamo tveganja in udeležениm ponudimo dobro izkušnjo ter tako omogočamo varno okolje za delo. To velja spoštovati tudi takrat, ko plesno ustvarjanje uporabljamo v socialnem delu.

2.2.5. Struktura terapevtskih srečanj in tehnike plesno-gibalne terapije

Ne glede na način dela in pristop, s katerim delamo, je pri delu z ljudmi v različnih procesih pomoči zelo pomembno, kako strukturiramo srečanja, saj to vsem udeležениm v procesu daje občutek osnovne varnosti. V plesno-gibalni terapiji so aktivnosti na začetku srečevanj namenjene izkušnji manj znanih in neobičajnih načinov gibanja, kar udeležениm omogoča razširitev virov gibanja; sčasoma se razvijajo dejavnosti, ki omogočajo vključitev novih gibov in njihovo prestrukturiranje ter redefiniranje. Pred začetkom sodelovanja lahko z udeležениmi soustvarimo tako imenovan dogovor o sodelovanju, ki je vezan na celoten proces vsakega udeležene posebej. To jim lahko pomaga razumeti cilje in kontekst predvidene skupine; hkrati jih spodbudi k razmisleku o njihovih pričakovanjih do takšne skupine in do gibanja (Payne, 1990, str. 32-36).

V procesih pomoči, kot sta socialno delo in plesno-gibalna terapija, ni strukturiran le celoten proces, temveč tudi vsako srečanje. Za plesno-gibalno terapijo je značilna struktura dela v treh fazah. Prva, začetna faza je namenjena pozdravu in ogrevanju. Srečanje lahko začnemo z gibalnim pozdravom tako, da udeleženci formirajo krog, v katerem vsak posameznik z določenim spontan gibom ali besedami predstavi svojo prisotnost, kakor mu v tistem trenutku in situaciji ustreza. Skupina lahko ta gib ponovi ali pa se odzove s konstantnim preprostim gibalnim pozdravom (Knoll, 2011, str. 56). Sledi ogrevanje, pri čemer je bistveno, da se z lažjim gibanjem telo pripravi za več gibalnih aktivnosti (Jones, 2005). Ogrevanje je običajno najbolj strukturirana komponenta srečanja, saj je v tem času običajno terapevt tisti, ki vodi udeležene (Levine, Land in Lizano, 2015). Primer ogrevalne vaje je dejavnost, ki se začne tako, da vsi udeleženi preprosto hodijo ob stimulatívni glasbi. Čez nekaj časa dobijo navodilo, da preizkusijo nove načine hoje, na primer hojo nazaj ali vstran, hojo z visokim dvigovanjem kolen, hojo z iztegnjenimi nogami, hojo po prstih ali petah, lahko pa se z navodilom spremeni tudi tempo, na primer hitra hoja, hopsanje ali tek in tako naprej. Tako

začnejo udeleženci razvijati vezi z drugimi udeleženci; pozorni so na telesne občutke, čustvene reakcije in misli, ki so lahko del dejavnosti. V socialnem delu je takšna dejavnost lahko koristna za skupino, kjer je pomembno zaupanje in pripadnost; hkrati taka vaja spodbuja osebno rast in samozavedanje (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018).

Druga faza je osrednja in je namenjena delovanju v gibanju, ki je lahko usmerjeno z različnimi strukturiranimi tehnikami ali plesno improvizacijo (Jones, 2005). V tem delu lahko udeleženi razvijajo tako imenovani gibalni leksikon, torej razširjajo načine gibanja ali pa se zanašajo na kreativni vzgib, na lastno izražanje (Levine, Land in Lizano, 2015). Ta del srečanja osredotoča pozornost in udeležence vključuje v globlje raziskovanje (Payne, 1990, str. 32-36). Primer dejavnosti, v kateri udeleženci razvijajo tako gibalni leksikon kot spodbujajo svojo kreativnost, je zrcaljenje. Gre za metodo opazovanja drugih, njihovih dejanj in ponavljanja njihovih gibov. Udeleženci se na primer razdelijo v pare, pri čemer partnerja stojita drug nasproti drugega. Najprej je eden v vlogi vodje in si izmišlja gibanja ali plesne elemente, drugi pa je v vlogi zrcala, ki usklajeno z vodjo ponavlja njegove gibe telesa. Tako se udeleženci urijo v opazovanju, prevzemanju različnih socialnih vlog (vloga vodje in vloga sledilca), sposobnosti telesnega vživljanja v doživljanje drugega, v empatiji in povezovanju s člani skupine (Levine, Land in Lizano, 2015).

Tretja faza je namenjena zaključku, umiritvi, sprostitvi in refleksiji. Namen te faze je spodbuditev članov skupine, da odidejo kot posamezniki in se ločijo od skupine (Payne, 1990, str. 32-36). Gibalno delo se v tej fazi konča z umirjanjem telesnih aktivnosti; ob tem lahko teče pogovor o dogajanju med plesnim delom (Jones, 2005). Čas je namenjen izvajanju sprostitvenih dejavnosti, spodbujanju razmisleka, refleksije, integracijskim procesom in zavedanju, osredotočenem na vsakdanje stvari zunaj skupine (Payne, 1990, str. 32-36). Tako ubesedeno dogajanje je namenjeno prehodu v zavestno razumevanje spremenjenih vzorcev, ki so se pojavili v gibalnem delu (Jones, 2005). Prav tako posameznika pripravi na prehod v zunajterapevtski prostor (Payne, 1990, str. 32-36). Kot primer lahko navedem dejavnost iz prakse. Večkrat smo s skupinami ob koncu formirali krog in skupaj prijeli veliko blago ter ga vsi hkrati valovali, v ozadju pa je bila sproščujoča glasba. Rekla bi, da je ta aktivnost sproščujoča; udeležene poveže v sodelovanju in opazovanju ter umiri telesno aktivnost. Temu lahko sledi, da vsak udeleženi podeli svoje občutke in počutje, kar lahko izrazi z gibom ali besedo ter tako ozavešča svoje občutke, jih poskuša izraziti in razvija empatijo.

Taka struktura srečanj udeležnim omogoča varnost in okvir za delo na projektu pomoči; hkrati ustvarja pogoje za proces v plesno-gibalni terapiji. Iz tega lahko izhajamo tudi tedaj, kadar uporabljamo gib in ples v socialnem delu, o čemer več povem v nadaljevanju. Vsekakor menim, da lahko tehnike in metode, ki so uporabljene v različnem delu srečanja plesno-gibalne terapije uporabimo tudi v socialnem delu.

2.2.6. Pregled raziskav uporabe giba in plesa v procesih pomoči

Uporaba giba in plesa v različnih procesih pomoči je vedno pogostejša; posledično je vedno več tudi raziskav (Corteville, 2009; Mehabe in Banu, 2011; Kshtriya, Barnstaple, De'bora Rabinovich in DeSouza, 2015; Karkou in Meekums, 2017), ki kažejo v prid uporabi tega medija pri sodelovanju z ljudmi. Teme, ki se pojavljajo v preučevanju uporabe giba in plesa, so vpliv na kognitivno, socialno, fizično in emocionalno področje. Raziskave prikazujejo smiselnost uporabe giba in plesa v različnih starostnih obdobjih ljudi, ki se srečujejo z različnimi izzivi.

Gibanje je za otroke pomembno področje razvoja in, kot kažejo raziskave, vključitev tega medija v sodelovanje z otroki prispeva k različnim področjem posameznikovega delovanja. Preučevanje učinkov giba in plesa na otroke vključuje različne socialne in kognitivne (ADHD) ter zdravstvene izzive (diagnoza raka, gibalne ovire in podobno). Rezultati raziskav otrok z ADHD kažejo učinke giba in plesa na zmanjšanje simptomov otrok z diagnozo ADHD, izboljšanje regulacije notranjih impulzov, ki so posledica diagnosticiranega ADHD (vedenjski in čustveni izzivi ter psihomotorično delovanje), izboljšanje sposobnosti osredotočanja in koncentracije (zmožnost poslušanja, zmožnost počakati, da pridejo na vrsto) ter razvijanje sposobnosti interakcije z drugimi (zmožnost empatije) (Gronlund, Renck in Weibull, 2005; Redman, 2007). Učinki plesa in giba pri sodelovanju z otroki z rakom se kažejo v izboljšanih veščinah spoprijemanja s tesnobo, povečanem nadzoru nad telesom in umom ter jasnejšo besedno komunikacijo (Ranke-Brown, 2020). Tudi pri sodelovanju z otroki v razvojnem oddelku vrtcev so vidni ugodni učinki giba in plesa na čustveno-motivacijskem, kognitivnem, socialnem in psihomotoričnem področju otrok z življenjskimi izzivi (Premk, 2019).

Gib in ples lahko uporabljamo tudi pri udeležnih v procesu, ki se spopadajo z različnimi psihološkimi izzivi (občutek depresije in tesnobe, stres, motnje hranjenja in drugi). Raziskave, ki so preučevale učinke giba in plesa na ljudi z občutkom depresije in tesnobe, prikazujejo učinke na zmanjšanje izzivov depresije in tesnobe (boljše počutje), povečanje samozavesti (večje sprejemanje sebe, izboljšana samopodoba), izboljšane komunikacijske spretnosti

(samoizražanje, več socialnih interakcij) in tudi izboljšanje kognitivnih, motoričnih in psihomotorični sposobnosti (Corteville, 2009; Mehibe in Banu, 2011; Koch, Kunz, Lykou in Cruz, 2013; Karkou, Aithal, Zubala in Meekums, 2019; Koch, Riege, Tisborn, Biondo, Martin in Beelmann, 2019). Prav tako učinke giba in plesa na samopodobo in samozavedanje, izboljšanje razpoloženja, čustveno stabilnost in kvalitetno vzpostavljanje socialnih interakcij prikazujejo raziskave, ki vključujejo ljudi z motnjami hranjenja (Savidaki, Demirtoka in Rodríguez-Jiménez, 2020).

Gib in ples sta medija, ki spodbudno učinkujeta tudi na stare ljudi. Učinki tega kreativnega sredstva so vidni pri starih ljudeh brez zdravstvenih težav, tistih s Parkinsonovo boleznijo, z demenco, z Alzheimerjevo boleznijo ali z drugimi boleznimi (možgansko poškodbo, kapjo, občutki tesnobe, zmedenosti in podobno). Raziskave, ki so preučevale to področje, prikazujejo učinke giba in plesa na kognitivno (boljše samozavedanje, spomin, koncentracija), senzomotorično, fizično (krepi odpornost telesa in zmanjšuje telesne omejitve), čustveno, socialno (izboljšanje socialnih interakcij in odnosov, avtonomije, sodelovanje, zmanjšanje socialne izolacije) delovanje (Brauninge, 2014; Kshtriya, Barnstaple, De'bora Rabinovich in DeSouza, 2015; Karkou in Meekums, 2017).

Tudi raziskave, ki povezujejo socialno delo in gib ter ples, kažejo v prid uporabi tega umetnostnega medija v socialnem delu, predvsem za spodbujanje sproščenega vzdušja za delo, za osebno rast (spopadanje s stresom, občutka lastne identitete, ozaveščanje čustvenih in vedenjskih vzorcev, lastnega socialnega delovanja) in za preizkušanje novih načinov vzpostavljanja ter ohranjanja stikov (Lenassi, 2014; Roots, 2016; Stefančič, 2016).

Kot kažejo zgornje raziskave, gib in ples prispevata h kognitivnemu, socialnemu, čustvenemu in fizičnemu delovanju posameznika. Učinki na kognitivnem področju so vidni pri izboljšanju spomina in koncentracije; na socialnem področju se kažejo izboljšane socialne interakcije, odnosi in izrazno sporazumevanje; na čustvenem področju so vidne spremembe v samozavedanju, izboljšani samopodobi, zmanjšanem občutku tesnobe in depresije ter čustveni stabilnosti in tudi v izražanju čustev; učinki na fizičnem področju pa se nanašajo predvsem na gibalne zmožnosti in senzomotorično delovanje (hoja, ravnotežje in podobno). Tako z gibom in plesom lahko sodelujemo z ljudmi ne glede na starost in ovire, saj z njim lahko pripomoremo k izboljšanju njihove kakovosti življenja; prispeva lahko tudi k razrešitvi osebnih stisk. Glede na rezultate raziskav uporabe plesa v procesih pomoči menim, da gib in ples lahko veliko doprineseta tudi v sodelovanju z udeleženiimi v socialnem delu.

2.2.7. Pomen uporabe giba in plesa v socialnem delu

V nadaljevanju poskušam prikazati pomen in uporabnost giba in plesa za socialno delo. Socialni delavci, ki v svojem delu uporabljamo umetnostna izrazno-ustvarjalna sredstva, lahko nudimo široko paleto možnosti za izražanje, pridobivanje vpogledov, iskanje rešitev ali preoblikovanje vzorcev in tudi za zagovorništvo, krepitev moči in podobno, vendar to zahteva posebne spretnosti, znanja in razumevanja, kako lahko plesno gibanje pomaga ljudem in kako učinkovito delati s to kreativno metodo kot obogatitvijo prakse socialnega dela (Roche in Heinonen, 2018). Pri gibalno plesni obliki sodelovanja v socialnem delu je poudarek na pridobivanju znanja, razumevanja in spretnosti v zaznavanju in izražanju za obogatitev življenja ter ustvarjanje sprememb (Payne, 1990, str. 62-65). Po zaslugi gibanja in plesa postaja človekov notranji svet otipljiv in viden, saj sta ples in gib naravna načina neverbalne komunikacije, s katerima pogosto izrazimo misli in čustva. Na mikro in mezo ravni dela ju lahko uporabljamo, kadar ne najdemo besed za opisovanje problema in iskanje rešitev, na makro ravni pa tedaj, kadar potrebujemo več glasu in želimo spodbuditi razmišljanje o določenih družbenih vprašanjih. To je lahko torej kanal za sproščanje idej in čustev. Ljudem z različnimi plesnimi tehnikami in orodji v socialnem delu pomagamo, da se povežejo s telesom, vzpostavijo zaupanje vase in telo uporabljajo za način izražanja ter komunikacijo (Levine, Land in Lizano, 2015). Plesna ali gibalna aktivnost v socialnem delu je tako lahko sredstvo za podporo in za rast, a je ob uporabi giba in plesa v socialnem delu potrebno delo tako na verbalni kot neverbalni ravni. Doživljanje se lahko spremeni v gibanje telesa, kar v socialnem delu lahko poglobi besedno izražanje, hkrati pa ubesedeni občutki in doživljanja med plesom onemogočajo napačne interpretacije gibanja in doživljanja udeležениh (Payne, 1990). Na ta način se s plesom in gibom, ki se na prvi pogled zdita dokaj nepomembna, dotaknemo posameznikovega življenja in skupaj dosežemo spremembe, ki posamezniku dajejo več moči in večjo kontrolo ter mu tako krepijo moč. Nekaj konkretnih primerov, kako lahko spodbudimo osebne in družbene spremembe s pomočjo plesa, prikažem v naslednjem poglavju.

2.2.8. Integracija giba in plesa v socialno delo na mikro, mezo in makro ravni

Gib in ples lahko v socialnem delu uporabimo pri delu s posamezniki ali s skupinami, skupnostmi in tudi pri spodbujanju sprememb na ravni družbe.

Kadar ples uporabimo za neposredno delo z ljudmi, raziskujemo običajne vzorce gibanja, iščemo nove alternative in tako preko gibanja izražamo in iščemo rešitve (Payne, 1990, str. 26-28). Ko delamo s telesom s pomočjo gibanja in plesa, imamo priložnost eksperimentirati z

različnimi načini gibanja, saj je telo bolj gibčno, plastično in sposobno reorganizacije, kot je naše mišljenje; prav tako se lahko regenerira, preoblikuje in raste (Roche in Heinonen, 2018), vendar pa gibanje samo po sebi ni dovolj; potrebno je njegovo razumevanje in zavedanje (Zagorc, Vihtelič, Kralj in Jeram, 2013, str. 20). Tako se lahko v socialnem delu postopoma od preprostih gibalnih dejavnosti premaknemo k razvojnim procesom in osebni rasti (Payne, 1990, str. 28-31).

Uporabljene dejavnosti, metode ali tehnike giba in plesa lahko pri neposrednem sodelovanju v socialnem delu vključujejo del srečanja ali pa je temu namenjeno celotno srečanje. V nadaljevanju podajam primere za uporabo giba in plesa pri delu s posameznikom ali skupino ljudi, s katerimi sodelujemo v socialnem delu. Kot v plesno-gibalni terapiji lahko tudi v socialnem delu za začetek in konec srečanja razvijemo skupni ritual oziroma obred, ki poveže udeležene v procesu. Ta ritual lahko predstavlja podajanje svečke, ki potuje od enega udeleženega do drugega in omogoča vsakemu, da ubesedi želje za srečanje, občutke pred začetkom srečanja, svoje počutje in podobno (Marich, 2015). Za vzpostavljanje osebnega stika lahko uporabimo tehniko zrcaljenja, saj ta spodbuja medosebno povezanost in ustvarjalno izražanje. Gre za vrsto igre, pri kateri udeleženi ponavljajo gibe in zrcalijo drug drugega (Roche in Heinonen, 2018). V osrednjem delu lahko ples povežemo s čustvi, in sicer tako, da poskušamo vnesti v ples določenega čustva, na primer zaplešemo jezo ali veselje, ljubezen ali žalost in podobno. Tako se sprostimo in lahko občutimo olajšanje. To nas lahko spodbudi, da ubesedimo doživljanje, ki je povezano s tem čustvom in se izrazimo (Payne, 1990, str. 3). Za spodbudo plesu lahko uporabimo bobne, ki so zelo neposredni, enostavni za igranje, dostopni in človeku naravni (Pietiläinen, 2017). Pri tem lahko igramo ritem v obliki vprašanja in odgovora; drugi ta ritem ponazarjajo s plesom in telesom. Ob zaključku srečanja je dobro, da se ponovno umirimo in pogovorimo o doživljanju na srečanju. Sproščanje lahko vključuje samo-masažo z različnimi predmeti, kot so na primer žogice, ali pa sprostitev vodimo skozi aktivno imaginacijo. Na koncu lahko tudi z gibi izrazimo svoje počutje in ga kasneje ubesedimo, če se nam to zdi potrebno. S takimi izkušnjami se lahko posamezniki osredotočijo na čutila in odkrijejo svoj potencial, spodbujajo fizične in zaznavne spretnosti ter izboljšajo delovanja telesne ozaveščenosti, samopodobo, intuicijo in integracijo ter prepoznavanje in ravnanje s čustvi (Payne, 1990, str. 62-65). Te veščine lahko prenesejo iz socialnodelovnih srečanj in jih vključijo v svoj vsakdan, kar jim lahko pomaga zmanjšati stres in se spopasti z izzivi, ki jim jih prinaša življenje (Levine, Land in Lizano, 2015).

Ples lahko v socialnem delu uporabljamo tudi za spodbujanje družbenih sprememb, ki naslavlajo socialno krivico. Protestno gibanje Idle No More s plesnimi flash mobi izpostavlja vprašanja, ki zadevajo domorodno prebivalstvo in druge prebivalce Severne Amerike in se bori za zaščito zemlje, vode in neba (Idle No More, b. d.). S pomočjo plesa so družbeno krivico zatiranih in marginaliziranih skupin izpostavljali tudi s hip hopom in breakdancingom, ki sta se pojavila v revnih afroameriških soseskah. Plesalcem sta dajala občutek pripadnosti in identitete; razvila sta se zaradi onemogočenega dostopa južnoafriških mladih ljudi do nočnih klubov. S kršenjem zakona in plesom na ulicah so te postale simbol svobode, ki jo imajo plesalci nad svojimi telesi in življenjem. Hip hop in breakdance sta tako mladim in marginaliziranim dala glas in spodbujala spremembe v družbi. Primer, ki izpostavlja socialno krivičnost, je tudi plesna predstava *Dying While Black and Brown*, ki raziskuje možnosti za rešitev vprašanja zapora in smrtne kazni za temnopolte ljudi. Cilj te plesne predstave je prikazati resnične situacije, ki so nepravilne in izzvati ljudi k razmišljanju o družbenih vprašanjih, ki naslavlajo zatirane skupine ljudi (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018). S plesom lahko hkrati dosežemo spremembe na različnih ravneh socialnega dela, kot je to vidno na primer v aktivističnem podjetju *Moving into Dance (MID)*. Gre za akademijo, ki ponuja usposabljanje in program ozaveščanja na nacionalnem in mednarodnem nivoju. MID predstavlja delo, ki s pomočjo plesa spodbuja razmišljanja, je inovativno, a hkrati dostopno za ljudi. Vključuje program *Edudance*, v katerem mlade ljudi učijo o uporabi plesa za poučevanje družbenih vprašanj, kot so prehrana, zdravje, pravice in postopanje v primeru posilstva, zlorabe in tudi globalno segrevanje, podnebne spremembe in podobno. Ti mladi ljudje svoje pridobljeno znanje širijo v šole in skupnostne centre. Tako so mladi iz marginaliziranih skupin opremljeni s spretnostmi in veščinami, ki jih lahko uporabijo pri premagovanju revščine, usposabljanju za delo; spodbuja tudi kritično razmišljanje. Tako MID pripomore k premagovanju socialno-ekonomskih razmer marginaliziranih ljudi v Južni Afriki (Virasamy, 2018, str. 231-245). Tudi podjetje *Dancing Grounds* je plesna pobuda za družbene spremembe in izpostavlja družbena vprašanja. V času pandemije so ustvarili plesni film, ki prikazuje zgodbe mladostnikov v globalni pandemiji in poziva svet k razmisleku o družbenem in političnem ozračju držav, ki so določale omejitve covida-19 in tako povzročile ogromne posledice za vse ljudi (*Dancing Grounds*, b. d.).

Tu je naštetih le nekaj možnosti, kako lahko ples uporabimo v socialnem delu na različnih ravneh, pri sodelovanju neposredno z ljudmi in pri spodbujanju družbenih sprememb, a primerov doseganja sprememb s plesom je še mnogo več. S tem zaključujem to poglavje, ki je

bilo namenjeno pregledu uporabe giba in plesa za spodbujanje osebnih in družbenih sprememb.

2.3. GLASBA KOT UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJ V PROCESIH POMOČI

To poglavje je namenjeno glasbi kot drugemu od izbranih umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, ki je predmet naloge. V njem pregledam razvoj glasbe kot umetnosti in razvoj glasbene terapije ter njeno definicijo; opišem tudi način dela v glasbeni terapiji in prikažem omejitve uporabe tega umetnostnega medija za socialnodelovni proces pomoči; pregledam strukturo terapevtskih srečanj in ob tem navedem nekaj tehnik glasbene terapije. Dodam pregled nekaj raziskav, ki preučujejo uporabo glasbe v procesih pomoči. Ob koncu poskušam znanja stroke plesno-gibalne terapije umestiti v socialnodelovni proces pomoči. Temu namenim zadnja tri poglavja, v katerih raziskujem pomen uporabe glasbe v socialnem delu ter integracijo glasbe na treh ravneh dela.

Sprva nekaj besed o pomenu glasbe za človeka. Ljudje že kot otroci uporabljamo glas kot sredstvo komunikacije. Zvoki, ki jih dojenčki lahko oddajo v katerem koli trenutku, imajo višino, ton, ritem, intenzivnost in melodijo. Tako sporočajo občutke, kot so lakota, zadovoljstvo, potreba po spanju in tako naprej (Darnley-Smith in Patey, 2003, str. 6). Še preden lahko otrok razvije verbalni jezik, že preko zvokov raziskuje lastno telo in komunicira z okolico (Cappelen in Andersson, 2014, str. 21-26). Taka neverbalna komunikacija ima tudi v nadaljevanju človekovega življenja pomembno funkcijo sporočanja in obsega velik del zaznav (Knoll, 2011). Tako ljudje govorimo in komuniciramo v tonih, ritmi in tempu. Prav tako se premikamo v enakomernem času; v ritmu nam igra tudi srce (Darnley-Smith in Patey, 2003, str. 6). V vsakdanjem življenju se mnogi zatekamo k glasbi, saj nam zvoki, ki so del glasbe ponujajo priložnosti za razvoj večplastnih odnosov samih s seboj, z drugimi in z okoljem, v katerem živimo (Bruscia, 2014, str. 41). Glasbeni ritmi, melodije in usklajevanje zvokov nas usmerijo v svoje telo in vzbudijo različna čustva (Cappelen in Andersson, 2014, str. 21-26), zato ima glasba na ravni vsakdanjega življenja veliko moč in lahko vpliva na to, kako se ljudje obnašamo in kako se počutimo (DeNora, 2004).

2.3.1. Razvoj glasbe kot umetnosti in razvoj glasbene terapije

V tem delu orišem pomen glasbe v zgodovini in danes, ko ima še vedno pomembno vlogo v življenju ljudi; hkrati se njen pomen širi tudi v različne stroke in procese pomoči.

Glasbena etnografija prikazuje, da glasba v takšni ali drugačni obliki obstaja v vseh človeških kulturah in ima pri ljudeh že od nekdaj pomembno mesto v ritualih in pri vzpostavljanju ter krepitvi medosebnih povezav in odnosov (Ruud, b. d.). Na začetku razvoja glasbe je šlo bolj za posnemanje zvokov narave – žvrg +olenja ptic, klicev živali, šumenja morskih valov ali vetra in podobno; sčasoma se je glasba razvila v organizirane oblike, ki so se od stoletja do stoletja in kulture do kulture spreminjale (Darnley-Smith in Patey, 2003, str. 5-6). Tako se je po vsem svetu postopoma razvilo izvajanje glasbe, kot ga poznamo danes, kar je pripeljalo do številnih funkcij glasbe v današnjih časih (v religijah, politiki, vsakdanjem življenju in umetnosti) (Ruud, b. d.) in uporabe glasbe kot medija terapije, navdiha, sprostitve, motivacije in integracije (Darnley-Smith in Patey, 2003).

Čeprav uporaba vibracij, zvoka in glasbe pri zdravljenju sega v antične čase (Bruscia, 2014, str. 222) in se je glasba v zgodovini pogosto uporabljala kot zdravilna sila za lajšanje bolezni in stisk (Bunt in Stige, 2014, str. 5), se je glasbena terapija kot lasten poklic in disciplina začela razvijati šele nedavno (Darnley-Smith in Patey, 2003, str. 5-6). Pomembna prelomnica za razvoj glasbene terapije kot sodobne discipline in poklica je bila uvedba glasbe v različne bolnišnice. Sprva so jo uvedli v bolnišnicah borcev druge svetovne vojne (Bunt in Stige, 2014, str. 6-7), kmalu za tem pa tudi v psihiatričnih bolnišnicah, saj so predpostavljali, da bi glasba lahko aktivirala človeške funkcije, pomirjala ljudi, lajšala duševne obremenitve in stres (Bunt, 1988). Tam so profesionalni glasbeniki v poskusu, da bi v življenje hospitaliziranih oseb vnesli nekaj veselja, začeli nastopati, voditi zborovske skupine ter spodbujati bolnike za igranje inštrumentov (Music Therapy: An Overview, b. d., str. 3), ob čemer so spoznali, da je glasba spodbudila različne spremembe pri posameznikih, ki pa si jih niso znali pojasniti. V želji, da bi razumeli, kako glasba vpliva na posameznika, so posegli po znanjih in razumevanju družbenih, naravoslovnih in humanističnih ved (medicine, psihologije, sociologije, muzikologije in podobnih) (Ruud, 2008). Uporaba glasbe v zdravstvene namene je vplivala na vse pogostejšo uporabo in razvoj sodobne in na raziskavah temelječe prakse glasbene terapije, ki se je, kljub temu, da združuje zdravstvene poklice z glasbeno disciplino, razvila kot nova interdisciplinarna študija (Bunt in Stige, 2014, str. 5). Programi glasbene terapije so bili postopoma uvedeni v različnih zdravstvenih ustanovah po vsem svetu, kar je v mnogih državah privedlo v ustanovitev nacionalnih glasbeno-terapevtskih organizacij (Music Therapy: An Overview, b. d., str. 15). V ZDA so strokovnjaki različnih področij leta 1950 ustanovili Nacionalno združenje za glasbeno terapijo, ki se je leta 1998 preoblikovalo v Ameriško združenje za glasbeno terapijo (American Music Therapy Association, b. d.).

Podobno je bilo v Združenem kraljestvu leta 1976 ustanovljeno Združenje profesionalnih glasbenih terapevtov (APMT), katerega prva predsednica je bila Angela Fenwick (Bunt in Stige, 2014, str. 8-9). Ta angleška pionirka je bila vse do danes aktivna in je v več državah predavala o glasbeni terapiji ter vzpostavila Birmingham Centre for Arts Therapies, dobrodelno organizacijo, ki zagotavlja, da so umetnostne terapije dostopne vsem ljudem. Tam sta se najini poti srečali, saj je bila namreč moja mentorica Erasmus prakse. Od vzpostavitve združenj za glasbeno terapijo se je ta veda in znanost kot samostojna disciplina razvijala naprej; glasba je postala vedno bolj uveljavljen medij za vzpostavitev in uravnavanje osnovnih odnosov tudi v drugih procesih pomoči (Ruud, b. d.).

2.3.2. Definicija glasbene terapije

Glasbena terapija ima več definicij, ki se še danes dopolnjujejo in spreminjajo, saj tako sledijo razvoju te stroke. Za osnovno razumevanje bom izhajala iz opredelitve glasbene terapije, ki je dovolj široka, da zaobjame raznolikost različnih modelov in metod prakse, ki obstajajo po vsem svetu. Svetovna zveza glasbene terapije (WFMT) jo opredeljuje kot profesionalno uporabo glasbe in njenih elementov za intervencijo oziroma poseg v zdravstveno, izobraževalno in vsakdanje okolje s posamezniki, družinami ali skupnostmi, ki si prizadevajo za optimizacijo kakovosti življenja in izboljšanja telesnega, socialnega, komunikacijskega, čustvenega, intelektualnega in duhovnega razvoja (World Federation of Music Therapy, b. d.). Kot ena od humanističnih ved se ukvarja z medosebnimi procesi na vseh ravneh, vključno s skupnostjo, družbo in kulturo (Bruscia, 2014, str. 11). Gre za stroko, ki je hkrati umetnost in znanost ter vključuje dejanja odkrivanja, domišljije in navdiha (Music Therapy: An Overview, b. d., str. 7-8). Ne ukvarja se s stopnjo glasbene spretnosti, temveč z osebno rastjo in razvojem (Blunt, 1988, str. 1-2).

Terapevtsko usmerjene glasbene izkušnje so dinamičen proces, usmerjen v ustvarjalno doseganje dolgoročnih in kratkoročnih ciljev (Music Therapy: An Overview, b. d., str. 8). Ti se seveda razlikujejo od enega do drugega udeleženca ali skupine in od ene do druge glasbene terapevtke. Glede na cilje glasbene terapije, ki se vzpostavijo za proces dela, se prilagodijo metode dela, ki lahko poudarijo poslušanje, improviziranje, izvajanje ali komponiranje glasbe (Bruscia, 2014, str. 12). Ne glede na metode in cilje dela glasbena terapija temelji na sodelovanju in aktivnem ustvarjanju glasbe, bodisi ponavljanju ritmičnega vzorca, igranju instrumentov ali petju pesmi (Music Therapy: An Overview, b. d., str. 8). Tako se razvijajo, spodbujajo in izboljšajo senzomotorične sposobnosti, spominjanje, zaznavanje, empatija, ustvarjalnost, kognitivne sposobnosti, veščine sporočanja idej in občutkov, vzpostavljanja

socialnih interakcij in razvoja medosebnih odnosov, nebesednega sporočanja in samoopazovanja (Bruscia, 2014, str. 127-139). Vsi glasbeni dražljaji v nas spodbudijo različne psihološke in fiziološke občutke na več ravneh, in sicer na slušni, vizualni, taktilni, kinestetični in čustveni ravni. Glasbena terapija je tako usmerjena k ozaveščanju in zavedanju teh dražljajev ter odzivanju nanje (Music Therapy: An Overview, b. d., str. 8).

Pri glasbeni terapiji gre torej za uporabo glasbe, ki ponuja možnost za kakovostno življenje, osebno rast in telesni, socialni, komunikacijski, čustveni, intelektualni in duhovni razvoj. V tem vidim več podobnosti s stroko in znanostjo socialnega dela, ki je prav tako usmerjen v osebno rast, a več o tem povem v poglavju 2.6.

2.3.3. Način dela in doprinos glasbene terapije

V glasbeni terapiji je način dela specifičen zaradi uporabe glasbe kot komunikacijskega medija. Za vsakega posameznika, ki sodeluje pri glasbenem poslušanju, ustvarjanju ali poustvarjanju, je glasba univerzalna, izvirna in unikatna. Njena posebnost je, da je tako aktivne kot sprejemljive narave, saj vsaka glasbena izkušnja vsaj minimalno vključuje osebo, določen glasbeni proces, nekakšen izdelek in kontekst oziroma okolje (Bruscia, 2014, str. 40 - 41). Ker na nas vpliva tako ustvarjanje kot poslušanje glasbe, sta se v glasbeni terapiji razvila predvsem dva načina uporabe glasbe kot medija. Prvi je tako imenovan aktivni, drugi receptivni. Pri aktivnem načinu glasbene terapije gre za skupno aktivno izvajanje glasbe, improviziranje, sestavljanje in izražanje z zvokom (Bruscia, 1998). Pri izvajanju glasbe gre za petje in igranje že vnaprej komponirane glasbe in pesmi, pri čemer ima glas pomembno mesto, saj ga lahko uporabimo za ustvarjanje odnosa do lastnega telesa ali za odnos z drugimi ljudmi in njihovimi telesi. Glas se uporablja za vzbujanje prijetnih čustev in za krepitev moči ljudi, da uporabljajo svoje vire (Cappelen in Andersson, 2014, str. 21-26). Pri improvizaciji gre za odkrivanje možnosti, izumljanje novih možnosti in izbiranje ter preizkušanje alternativ. Čeprav ta preizkušanja možnosti potekajo v glasbenem okviru, jih lahko razumemo kot sprejemanje izzivov, ki jih udeleženci rešujejo v življenju (Bruscia, 2014, str. 52-53). Glasba ljudem ponuja vsestranski prostor za navezovanje in vzdrževanje stikov in odnosov, saj glasbena gesta vpliva na vedenje druge osebe in ima neposreden učinek na naravo in smer improvizirane glasbe (Bunt in Stige, 2014). Poslušanje pa vzbuja pomene, spomine in nas popelje v predstave ali v določena občutja, saj ima neposredno povezavo s čustvi. Namen je spodbujanje asociacij in usmerjanje pozornosti v lastno telo (Knoll, 2011, str. 28-29). Ljudje s telesom sprejememo zvoke in vibracije ter tako slišimo svet drugih v zvoku, podoživimo svoje izkušnje in o zvoku razmišljamo (Bruscia, 2014, str. 51). Poslušanje glasbe je za večino ljudi

vsakodnevna izkušnja. V glasbeni terapiji lahko poslušanje glasbe podpira številne terapevtske cilje (Grocke, 2015). Vsaka od teh vrst glasbenih izkušenj ima svoje edinstvene značilnosti in je opredeljena s svojim specifičnim postopkom sodelovanja. Vsaka vrsta vključuje drugačen nabor senzomotoričnih izzivov, zahteva različne vrste zaznavnih in kognitivnih veščin, vzbuja različne vrste čustev in vključuje drugačen medosebni proces (Bruscia, 2014, str. 127-139). Vidiki teh glasbenih izkušenj so fizični, čustveni, mentalni, odnosni in duhovni. Vsi omogočajo, da udeleženi raziskujejo svoje vire ter komunicirajo, razvijajo odnose in iščejo rešitev ter izpolnitev (Bruscia, 1998).

V glasbeni terapiji je možnost vrste instrumentov in glasbe zelo široka, pri čemer izbira, kaj igrati ali poslušati, ni vsiljena. To izhaja iz izbire udeleženca, s čimer ga spodbujamo k aktivnemu odločanju v mejah razpoložljivosti (Bunt in Stige, 2014); ob tem jim preko glasbe damo glas in jih spodbujamo, da se vključijo v glasbene izkušnje, ki jim pomagajo eksternalizirati, sprostiti, uvideti ali predstavljati svoje notranje misli in občutke (Bruscia, 2014, str. 38-40). Instrumenti so lahko preprosti, na primer ropotuljice, tamburin, palčke in drugi, ali pa bolj kompleksni, kot so kitara, klavir, flavta in podobni. Običajno si instrumente izbiramo glede na njihovo tonsko barvo ali pa glede na težavnost igranja nanje, kar nam v procesu pomoči lahko veliko pove in doprinese. Instrumenti so pomembni za razvoj posameznika, njegove identitete in odnosa do drugih (Ruud, 2014, str. 141). Prav tako je pomembna izbira udeleženih, katero že posneto glasbo želijo poslušati in kaj želijo igrati.

Čeprav v glasbeni terapiji glasba predstavlja osnovni medij za komunikacijo, je včasih za delo uporabljena tudi beseda. Kadar so udeleženci zmožni verbalnega komuniciranja, lahko glasbena terapija vključuje pogovor o glasbi in občutkih, kar lahko udeležnim in terapevtu omogoči, da artikulirajo svoje izkušnje in razmisli o doživljanju. Čeprav glasbe ni mogoče prevesti v besede, je za številne udeležene tovrstni besedni dialog poleg glasbenega dialoga pomemben del terapevtskega procesa (Darnley-Smith in Patey, 2003, str. 40). Tako je beseda, ki jo uporabljamo v socialnem delu, podporni element v glasbeni terapiji. Menim, da enako velja v obratni smeri, torej da je lahko glasba, ki predstavlja spodbudo na fizični, čustveni, mentalni, odnosni in duhovni ravni, podporni element v socialnem delu, kar preučujem ob koncu tega poglavja. Povezave med glasbeno terapijo in socialnim delom vidim predvsem v krepitvi moči, dajanju glasu udeležnim v procesu in omogočanju dobrih izkušenj, a več o tem povem v poglavju 2.6; sedaj najprej pregledam omejitve uporabe glasbe kot oblike podpore pri delu z ljudmi. Ker je vidnih več podobnosti med socialnim delom in glasbeno

terapijo, menim, da lahko črpamo znanja iz glasbene terapije, če želimo socialne delavke in delavci v svoje delo vnašati glasbo.

2.3.4. Omejitve uporabe glasbe v procesih pomoči

Zgornja poglavja prikazujejo doprinos uporabe glasbe za sodelovanje z ljudmi, ob čemer je potrebno zavedanje omejitev, ki so povezane z glasbo in njenimi elementi. Kot zvočni dražljaj je glasba edinstvena po svoji moči, da neposredno prodre v um in telo, kjer stimulira čute, vzbuja občutke in čustva, izzove fiziološke in kognitivne odzive ter energizira duh in telo (Music Therapy: An Overview, b. d., str. 6-7). Zaradi svoje moči je zelo pomembno, kako jo uporabljamo. V ozadju glasbe je veliko dejavnikov, kot so glasnost, akustika, vrsta uporabljenih instrumentov in številne druge, ki vplivajo na vsakega izmed nas. Glasba je lahko preglasna ali je prehitro tempo, kar lahko povzroči nelagodje, vznemirjenost in stres (Incadence, b. d.). Zato moramo biti pozorni pri izbiri glasbe tako v primeru poslušanja glasbe kot v primeru glasbenega ustvarjanja in improviziranja (Psychology today, b. d.). Kadar je glasba prisotna, v ljudeh vzbudi odzivanje, ki je odvisno od našega počutja (DeNora, 2004); hkrati lahko sproži spomine (Hanser, 2016), ki niso vedno prijetni. Tako se lahko zgodi, da določena pesem v udeležencu spodbudi boleč spomin in intenzivna čustva, ki so povezana z njim (Navarrete-Campos, 2016). Takrat je dobrodošlo, da ljudje te spomine podelimo in tako pripovedujemo zgodbo, na katero nas je spomnila glasba. Te pripovedi so bistvene povezave s preteklostjo; hkrati lahko predstavljajo sredstvo za preživetje v prihodnosti (Dicks in Halonen, 2018). Prav tako imajo pomembno vlogo besedila pesmi, ki s svojo sporočilnostjo vplivajo na razumevanje in sprejemanje glasbe (Incadence, b. d.). Pomembno mesto pri ustvarjanju glasbe imajo tudi instrumenti, na katere lahko gledamo kot na orodja, ki jih uporabljamo za spodbujanje sprememb in komunikacije (Ruud, 2014, str. 141). Eden od instrumentov je tudi posameznikov glas, ki ga uporabljamo v petju. Pri tem gre za intimno izrazno dejanje, ki pa je povezano tudi s predsodki, ki jih imamo o sebi in o našem posluhu; lahko nas je na primer strah pred tem, kaj si bo mislila okolica, ko bo slišala naš glas in naše petje.

Čeprav je glasba kot medij univerzalna, pa ne ponuja univerzalnih izkušenj. Vsakemu posamezniku so ljubše določene zvrsti glasbe, določeni izvajalci, določene pesmi. Zato je v procesih pomoči potrebno najprej skupaj raziskovati in spoznati posameznika, kar nam omogoča vpogled v to, kaj udeležencu predstavlja določena glasba, katero glasbo rad posluša. Tako lahko postopoma nabiramo individualizirano listo pesmi, ki posamezniku predstavljajo varnost in ponujajo možnost za sprostitve (Psychology today, b. d.).

Glasba, ki jo poslušamo ali ustvarjamo, tako lahko izraža različne vidike človeškega čustvenega, družbenega, intelektualnega, fizičnega in duhovnega življenja (Bunt in Stige, 2014), zato je potrebno upoštevati znanja uporabe glasbe v procesih pomoči. Tako z veliko močjo, ki jo ima glasba nad našimi umi, telesi in čustvi, prihaja tudi velika odgovornost, da jo uporabljamo na primeren način, ki je prilagojen posamezniku. K temu lahko pripomorejo varovani dejavniki, kot so pogovor, vprašanja in raziskovanje pomena glasbe za posameznika. Tako lahko zmanjšamo tveganja in omogočimo dobro izkušnjo. To velja tudi takrat, ko glasbeno ustvarjanje uporabljamo v socialnem delu.

2.3.5. Struktura terapevtskih srečanj in tehnike glasbene terapije

Srečanja v glasbeni terapiji so strukturirana znotraj določenih okvirov. Ti okviri izpostavljajo pomembnost rednosti srečanj, upoštevanja časovnih meja, zasebnosti sobe in primernem zaključku srečanj. Vse to ima v glasbeni terapiji velik pomen (Darnley-Smith in Patey, 2003, str. 49-52).

Proces je v glasbeni terapiji zasnovan postopoma. Na začetku srečanja vključujejo raziskovanje meja, preizkušanje in raziskovanje sebe. Sčasoma udeleženi na terapijah naberejo nova znanja in tehnike, ki jih poskušajo vključevati v vsakodnevna dejanja in življenja (Cappelen in Andersson, 2014, str. 21-26). Srečanja glasbene terapije so urejena v tri sklope – uvod, osrednji del in zaključek. Znotraj tega obstaja svoboda improvizacije in raziskovanja (Bunt in Stige, 2014). Uvod v glasbeno terapijo ponuja prostor za pozdrav v glasbi. Gre za tako imenovano pozdravno pesem, ki običajno vključuje poimenski pozdrav vsakega prisotnega. Lahko pa vključuje tudi improvizacijo ali besedni uvod glede počutja udeležencev ali dogodka, ki se jim je zgodil ta teden in podobno (Wheeler, Shultis in Polen, 2005, str. 73-81). S to pesmijo srečanju postavimo glasbeni okvir, s katerim neverbalno sporočamo, da se je srečanje začelo (Fenwick, 2019). V pozdravni pesmi lahko sodelujoči pojejo ali igrajo na poljubno glasbilo in se tako glasbeno ogrevajo, s sočasnim petjem in igranjem urijo osredotočenost na več glasbenih elementov hkrati (na melodijo, ritem, besedilo pesmi itd.) in se z igranjem na glasbilo ustvarjalno izražajo ter se učijo poslušanja drug drugega (Brus, Habe, Loti Knoll, Smrekar in Štule, 2019, str. 59). Temu sledi osrednji del srečanja. Običajno je to najdaljši del srečanja, ki lahko vključuje različne kombinacije improviziranja, izvajanja oziroma poustvarjanja, komponiranja in poslušanja (Wheeler, Shultis in Polen, 2005, str. 73-81). Na primer, terapevt lahko začne improvizacijo z glasbenim ujemanjem. To pomeni, da se pridruži udeležencu v tem, kar ta počne, in nato skuša vzbuditi ali oblikovati glasbeno idejo in raziskuje način glasbenega izražanja ter interakcije

udeleženega (Bruscia, 2014, str. 48). Cilj improvizacije je, da spontani zvoki ali glasbeni elementi postanejo sredstvo in žarišče komunikacije, izražanja ter razmišljanja med terapeutom in udeleženi. V zaupnem in zanesljivem okolju, ki vodi k vzpostavitvi zaupnega odnosa, je udeleženec povabljen, da prosto igra na instrumente in terapevt posluša ter se na to odzove ali pridruži. Tako se ustvarja terapevtski odnos (Darnley-Smith in Patey, 2003, str. 41-42). Udeleženec lahko uporabi kateri koli glasbeni medij v okviru svojih zmožnosti (na primer glas, zvoke telesa, tolkala, godala, pihala, klaviaturo in tako dalje), lahko improvizira sam, v duetu ali v skupini, ki vključuje terapevta, druge udeležence in včasih pomembne druge; lahko pa celotna skupina improvizira skupaj, igra spremljavo ali izvaja že komponirano vokalno ali instrumentalno glasbo (Bruscia, 2014, str. 127-139). Ob petju znanih pesmi lahko igramo ritmično podlago ali melodijo pesmi na različne instrumente, s čimer urimo osredotočenost in koordinacijo (Fenwick, 2019). Del osrednjega dela srečanja je tudi poslušanje. Poslušamo lahko na primer druge udeležene, ko igrajo ali pojejo glasbo, ali poslušamo že posneto glasbo (Grocke, 2015). To je lahko spodbuda za odzivanje udeleženca, za zbujanje spomina, idej, domišljije, ali pa je namenjeno sprostitvi in povezavi članov skupine (Bruscia, 2014, str. 127 - 139). Aktivnost, ki jo lahko izvajamo na terapevtskih srečanjih lahko vključuje sprejemanje različnih vlog. En član skupine je lahko v vlogi vodje, ki igra improvizacijo, drugi udeleženci pa so v vlogi sledilcev, kar pomeni, da poslušajo igranje vodje in ob tem hkrati igrajo spremljavo, ki je prav tako improvizirana, a sledi improvizaciji vodje. Vloge se med člani skupine seveda tudi zamenjajo. Zaključek srečanja običajno, tako kot začetek, vsebuje pesem, tako imenovano zaključno pesem, ki predstavlja sporočilo o zaključku srečanja. Pogosto je ta pesem strukturirana tako, da udeležencem omogoči čas, da delijo, kaj so pridobili s srečanjem ali kako se počutijo; vključuje lahko tudi besedno ali glasbeno komunikacijo; važno je le, da doseže svoj namen, ki je vsem udeleženi omogočiti svoj prostor znotraj skupine in izraz ob zaključku srečanja, da lahko udeleženci nadaljujejo s svojim dnem (Wheeler, Shultis in Polen, 2005, str. 73-81).

Struktura srečanj glasbene terapije je podobna strukturi srečanj v socialnem delu, a več o tem povem v poglavju 2.6. Na tem mestu pa želim ostati v okviru glasbeno-terapevtskega konteksta, zato v nadaljevanju pregledam raziskave na področju uporabe glasbe pri delu z ljudmi. Vsekakor menim, da lahko tehnike in metode, ki so uporabljene v različnem delu srečanja glasbene terapije, uporabimo tudi v socialnem delu.

2.3.6. Pregled raziskav uporabe glasbe v procesih pomoči

Uporaba glasbe v procesih pomoči se kaže za koristno na različnih področjih delovanja ljudi in je učinkovita pri sodelovanju z ljudmi z različnimi izzivi v različnih življenjskih obdobjih. Teme, ki so vključene v preučevanje uporabe glasbe v procesih pomoči, vključujejo vpliv glasbe na kognitivno, socialno, fizično in emocionalno področje. Raziskave prikazujejo smiselno uporabo glasbe v različnih starostnih obdobjih ljudi z različnimi izzivi.

Učinki glasbe na posameznika v otroštvu in mladosti kažejo, da glasba še posebej vpliva na razpoloženje, komunikacijo, vzpostavljanje socialnih veščin in posledično na kakovost njihovega življenja. Pristopi glasbene terapije se uspešno uporabljajo tudi v zdravstvenih okoljih za lajšanje bolečin, zmanjšanje občutka tesnobe in stresa. V preučevanje učinkov glasbe na otroke in mladostnike so bili vključeni otroci in mladostniki z različnimi ovirami (avtizmom, fizičnimi ovirami, epilepsijo, psihičnimi izzivi, čustvenimi in vedenjskimi izzivi). Rezultati raziskav, ki vključujejo otroke z avtizmom, prikazujejo učinke glasbe na fizično (aktivnost), socialno (vzpostavljanje odnosov, več komunikacije), emocionalno (boljše čutno zaznavanje in razpoloženje) in kognitivno (boljše učenje, odzivanje, izražanje) področje delovanja posameznika (Shi, Lin in Xie, 2016; Lynn Mahr, 2018). Učinki glasbe na otroke z različnimi boleznimi in ovirami (avtizem, fizične ovire, epilepsija ipd.) so prav tako vidni na socialnem (boljše socialne interakcije, socialni sprejemljivo vedenje, učenje socialnih veščin, bolj verbalna in neverbalna komunikacija, zmožnost socialnega prilagajanja, bolj kakovostni odnosi), emocionalnem (večja zmožnost čutnega zaznavanja, zmanjšan občutek tesnobe, boljše spopadanje s stresom, ki ga prinesejo izzivi (umiri srčni utrip in dihanje)) (Carr in Wigram, 2009; Stegemann, Geretsegger, Phan Quoc, Riedl in Smetana, 2019). Tudi pri otrocih in mladostnikih z vedenjskimi in čustvenimi težavami so učinki glasbe vidni na socialnem (izboljšanje komunikacijskih veščin, večja socialna vključenost), emocionalnem (manjši občutek depresije), kognitivnem (doseganje dosežkov na področju izobraževanja) področju, ki vpliva na višjo samozavest, boljše samopodobo in večje samospoštovanje otrok in mladostnikov (Porter idr., 2016; Roley, 2017).

Glasbo lahko uporabimo tudi pri sodelovanju z ljudmi, ki se spopadajo z depresijo ali travmo v obdobju odraslosti. Raziskave vključujejo ljudi z depresijo ali posttravmatsko stisko, prikazujejo učinke glasbe na delovanje posameznika, in sicer z zmanjšanjem občutka depresije in tesnobe, izboljšanim zaupanjem, zavedanjem, izražanjem čustev, z izboljšanjem psihičnega počutja, samozavesti in motivacije udeležencev ter uspešno spopadanje z izzivi, ki jih s seboj prinese travma ali depresija. Glasba omogoča tudi več odpornosti in večjo

vključenost posameznikov v socialno mrežo (Landis-Shack, Heinz in Bonn-Miller, 2017; Tang, Huang, Zhou in Ye, 2020).

Raziskave kažejo v prid uporabi glasbe tudi pri delu s starimi ljudmi (brez zdravstvenih težav, z demenco in podobno). Učinki so vidni na socialnem (občutek pripadnosti, občutek, da ima posameznik pomembno življenjsko vlogo v skupnosti, stiki z različnimi generacijami, izboljšani odnosi z drugimi ljudmi), kognitivnem (vzajemno učenje in izmenjava znanja, uspešno spopadanje z izzivi, pridobivanje novih veščin, zmožnost večje koncentracije in izboljšan spomin, večje odzivanje, intelektualna aktivnost, več komunikacije), čustvenem (zmanjšanje občutek depresije, sprejemanje zapuščanja prostora, v katerem so živeli, prijetna čustva, povezava s svojo mladostjo, zmanjšani stres in občutek vznemirjenosti) in fizičnem (umirjeno dihanje, psihofizična koordinacija) področju, in tudi v izboljšanju zdravja in dobrega počutja, večjem užitku, osebni razvoju, krepitvi moči, stopnji avtonomije in nadzora v življenju (Wall in Duffy, 2010; Creech, Hallam, McQueen in Varvarigou, 2013). Raziskave, ki vključujejo stare ljudi, povezujejo tudi glasbo s socialnim delom. Tudi te raziskave prikazujejo učinke zgornjih raziskav. Ugotovljeno je bilo, da se ljudje z demenco v glasbi in v govoru usklajujejo, povezujejo in dajejo prostor drug drugemu ter so aktivni pri petju, igranju na instrumente, pripovedovanju in deljenju občutkov ter idej. Rezultati pa kažejo, da glasba različno vpliva na počutje starih ljudi in na vsakega posameznika deluje drugače ter ima različno dolg vpliv (Navarrete-Campos, 2016; Juvanc, 2016; Baškovč, 2019; Lipušček, 2020).

Zgornje raziskave kažejo, da so učinki in vplivi glasbe na ljudi opazni predvsem na fizičnem, socialnem, kognitivnem in emocionalnem področju. Glasba vpliva na dihanje, srčni utrip in neverbalni odziv ljudi. Na socialnem področju glasba vpliva na komunikacijske spretnosti, socialne veščine, vzpostavljanje socialnih interakcij in tudi na odnose, vedenje in socialno vključenost. Na kognitivnem področju so spremembe vidne v večji zmožnosti ohranjanja pozornosti in koncentracije, boljšem spominjanju, učenju in uporabi jezikovnega izražanja. Ugotovitve prav tako kažejo spremembe v razpoloženju, zmanjšanem občutku tesnobe in depresije ter izboljšanem čustvenem zaznavanju in izražanju. Glasba tako ljudi spodbudi k odzivanju, izražanju in aktivnosti, zaradi česar menim, da je primeren medij tudi v socialnodelovnem kontekstu za delo z ljudmi različne starosti in z različnimi izzivi.

2.3.7. Pomen uporabe glasbe v socialnem delu

V nadaljevanju znanja uporabe glasbe umestim v socialno delo. Socialni delavci in delavke v svojem delu sodelujemo z ljudmi z namenom, da skupaj spremenimo in izboljšamo okoliščine življenja ljudi in jim pomagamo, da se spoprimejo z izzivi, kot so bolezni, izolacija, revščina, prikrajšanost, razizem in drugi ter zanje najdejo rešitev. Poklic vsekakor zahteva zrelost in visoko stopnjo osebne zavzetosti, ob čemer je pomembno, da smo socialne delavke odprtega duha, saj so ljudje in njihove okoliščine zelo različne in spremenljive. Čeprav v socialnem delu za doseg ljudi uporabljamo besedo, menim, da lahko v delo vnesemo tudi glasbo. Glasbena ustvarjalnost lahko v sodelovanje vnese motivacijo in nas usmerja k izboljšanju življenja in razmer ljudi. Velik del ustvarjalnosti socialnega delavca je usmerjen v razumevanje in reševanje ali posredovanje zapletenih socialnih problemov, ki se pojavijo v enkratnih, težkih in zahtevnih okoliščinah (Jackson in Burgess, 2005). Zato je pomembno, da glasbene izkušnje, ki jih vnašamo v socialnodelovni proces, ponujajo številne možnosti in vloge, ki jih udeleženi lahko raziskujejo in preizkušajo v varnem kontekstu (Cappelen in Andersson, 2014, str. 2-5). Ob uporabi glasbe v socialnem delu gre za aktivno prevzemanje vlog in vzpostavljanje odnosov do samega sebe, do glasbe in do drugih ljudi, ki jih povezuje v obojestransko sodelovanje, saj ustvarjanje glasbe vedno vključuje povratno zanko. Preko igranja ali petja posameznik sliši samega sebe; prav tako zazna, kako drugi sprejemajo in se odzivajo na to, kar izraža. To mu omogoča vpogled v njegovo dogajanje; prav tako mu omogoča, da se sliši njegov glas (Bruscia, 1998, str. 110-121), kar je v socialnem delu zelo pomembno. Za oblikovanje, personalizacijo in individualizacijo glasbenega izraza v socialnem delu uporabljamo hitrost, izrazit ritem, dinamiko, melodijo in spreminjajočo se intenzivnost; prav tako ima pomembno mesto tudi besedilo. Glasba ima tako pomembno vlogo pri povezovanju ljudi in vzpostavljanju odnosov, kar je v socialnem delu izrednega pomena. Pomembno je, da udeleženec soustvarja glasbo, kar mu omogoča uglasitev, poenotenje in osebno izražanje v določeni situaciji (Ansdell, 2014, str. 157-171). Kadar skupaj z drugimi ljudmi pojemo isto pesem, isto melodijo, iste besede, v istem ritmu, se združimo, uskladimo, uglasimo in povežemo. Cilj uporabe glasbe v širšem družbenem kontekstu socialnega dela je ponuditi ljudem možnost za prevzem kontrole nad svojimi dejanji in svojim življenjem krepiti njihovo moč in jim ponuditi možnost sodelovanja ter soustvarjanja tako glasbe kot dobrih izidov (Cappelen in Andersson, 2014, str. 2-5). Gre torej za spoštljiv pristop, ki temelji na posameznikovih močeh in izražanju; hkrati ponuja priložnost za izražanje potreb po družbenih spremembah (Pietiläinen, 2017).

Glasba lahko tako v socialno delo prinese nove razsežnosti, predstavlja popestritev in več možnosti za raziskovanje ter soustvarjanje, a je ob tem nujno, da smo spoštljivi in odgovorni v odnosu do strokovnjakov na podlagi lastnih izkušenj ter da se podučimo o znanjih uporabe glasbe v procesih pomoči.

2.3.8. Integracija glasbe v socialno delo na mikro, mezo in makro ravni

V socialnem delu lahko glasbo uporabljamo za različne namene komunikacije, sprostitve, izražanja, vzpostavljanja socialnih interakcij tako pri sodelovanju s posamezniki, skupino ali skupnostjo kot tudi za spodbujanje sprememb in odpiranje družbenih vprašanj. Glasba predstavlja univerzalni jezik, saj so njeni elementi, kot so ritem, zvok, vibracija, melodija in drugi, nenehno prisotni v našem življenju (Bruscia, 2014, str. 222). Tako nam glasba omogoča dostop do telesnih, čustvenih, družbenih in kognitivnih izkušenj ter doseže vsakega (Darnley-Smith in Patey, 2003, str. 37-39). Uporaba zvoka spodbuja komunikacijo in nebesedno izražanje, ki vključuje čustva in občutke, kar nam omogoča biti prisotni v danem trenutku, imeti glas in moč. Tako na glasbeno ustvarjanje v socialnem delu gledamo kot na okrepitev za mnoge ljudi, saj ponuja možnost sodelovanja in spreminjanja (Bunt in Stige, 2014).

Kadar glasbo v socialnem delu uporabimo v neposrednem delu z ljudmi, je pomembno, da omogočimo glasbene izkušnje, ki niso vsiljive in so primerne počutju udeleženca (Grobman, 2009). Tako omogočamo varno okolje. K temu lahko pripomore tudi poznavanje pesmi, ki ljudem ponujajo možnost za sprostitve in daje občutek varnosti (DeLauro, 2013). V socialnem delu lahko ustvarjalni proces pisanja pesmi spodbudi prenos lastnega sporočila v svet (Dicks in Halonen, 2018). Glasbene dejavnosti lahko znotraj posameznega srečanja v socialnem delu uporabljamo na začetku ali koncu in tudi v osrednjem delu srečanja, kar prikažem v nadaljevanju s primeri za neposredno uporabo glasbe v socialnem delu. Za znak začetka in konca lahko uporabimo pesem, kar srečanjem da osnovno strukturo in ljudem predstavlja neko stalnost ter varnost (Fenwick, 2019). To pesem lahko skupaj zapojemo in zaigramo, pri čemer je glavni namen omogočiti vsakemu udeležnemu v procesu svoj prostor znotraj skupine. Dobrodošlo je, da pesem vključuje poimenski pozdrav vsakega prisotnega na srečanju (Brus, Habe, Loti Knoll, Smrekar in Štule, 2019, str. 59). V osrednjem delu srečanja lahko uporabljamo različne tehnike, kot so posnemanje, pri čemer ponavljamo ritem ali melodijo, usklajevanje v igranju iste melodije ali ritma, odsevanje, ki pomeni glasbeno prikazovanje posameznikovega razpoloženja in vključevanje oziroma prenašanje motivov udeleženih v glasbo (Bruscia, 1998, str. 110-121). Ob tem lahko uporabimo različne tehnike,

ki vključujejo igranje, petje ali poslušanje glasbe. Udeležene lahko povabimo v igranje improvizacije v ritmu srčnega utripa ali dihanja ali pa v igranje določene teme, kar pomeni, da skupaj z udeleženi sestavljamo glasbo in ustvarjamo melodijo, pri čemer se glasba začne in konča spontano; udeleženi lahko po želji vstopajo in izstopajo iz sodelovanja v glasbi (Brus, Habe, Loti Knoll, Smrekar in Štule, 2019, str. 59). Lahko pojemo ali poslušamo znane in priljubljene pesmi, kar pripomore k sprostitvi in umiritvi (Fenwick, 2019). Pesmi lahko tudi sami napišemo in svoje sporočilo pošljemo do drugih v novi obliki (Dicks in Halonen, 2018), kar nam lahko v socialnem delu pomaga slišati uporabnikov glas in biti v vlogi zagovornika. Srečanje lahko končamo z zaključno pesmijo, ki predstavlja obred poslavljanja. Ta lahko vključuje tudi prostor za refleksijo doživljanja, ob čemer z igranjem ali petjem izrazimo svoje počutje ali pa ga kasneje ubesedimo (Brus, Habe, Loti Knoll, Smrekar in Štule, 2019, str. 59).

Glasba se lahko osredotoči na pripovedovanje zgodb ljudi, izpostavlja socialne probleme, socialno pravičnost in služi kot način za gradnjo mostov med skupnostmi. Projekt Ulali s petjem in igranjem na bobne izpostavlja pomembnost avtohtone identitete. Opominja staroselce Severne Amerike, da stojijo pokončno in nikoli ne pozabijo, kdo so in iz kod prihajajo, spodbuja avtohtono kulturno revitalizacijo, izpostavlja pomembnost zdravja avtohtonih ljudstev in spodbuja družbena gibanja, ki združujejo ljudi pri ponovnem pridobivanju pomena tradicije. Prav tako A Tribe Called Red v imenu socialne pravičnosti spodbuja vključenost, empatijo in sprejemanje vseh ras in spolov ter si prizadeva za spoštovanje avtohtonih prebivalcev Severne Amerike (Dicks in Halonen, 2018). K uporabi glasbe pri delu z ljudmi z demenco je močno pripomogel dokumentirani film *Alive Inside*, ki se je široko razširil po svetu. Začelo se je s tem, ko je socialni delavec Dan Cohen ljudem z demenco predvajal glasbo na iPodih. Izkazalo se je, da so izkušnje z iPodom prebivalcem omogočile večjo socializacijo, široko sodelovanje in celo verbalizacijo (DeLauro, 2013). Tako je film dosegel drugačno družbeno razumevanje in sprejemanje ljudi z demenco ter spodbudil svet k novemu načinu sodelovanja z ljudmi. S pomočjo glasbe se je razvilo tudi gibanje *Playing For Change*, ki je ustvarjeno za navdih in povezovanje sveta z glasbo in izhaja iz skupnega prepričanja, da ima glasba moč rušiti meje in premagovati razdalje med ljudmi. Kot eden od rezultatov je prav tako nastal nagrajen dokumentiran film *A Cinematic Discovery of Street Music* in tudi fundacija, ki gradi glasbene in umetnostne šole za otroke po vsem svetu in ustvarja upanje in navdih za prihodnost našega planeta (*Playing for Change*, b. d). Tako glasba podira družbeno ustvarjene ločnice med ljudmi in presega razizem ter spodbuja sodelovanje.

Tako je veliko možnosti, kako lahko z glasbo v socialnem delu z ljudmi sodelujemo na različnih ravneh in spodbujamo tako osebne kot družbene spremembe. S tem zaključujem to poglavje, ki je bilo namenjeno pregledu uporabe glasbe za spodbujanje osebnih in družbenih sprememb.

2.4. LIKOVNA UMETNOST KOT UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJ V PROCESIH POMOČI

V tem poglavju preučujem likovno umetnost kot eno izmed izbranih umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, ki jih v nalogi podrobneje raziskujem. V njem proučujem razvoj likovne umetnosti in likovne terapije ter njeno definicijo, opišem način dela v likovni terapiji in pregledam omejitve uporabe tega umetnostnega medija, pregledam strukturo terapevtskih srečanj in ob tem navedem nekaj tehnik likovne terapije. V nadaljevanju pregledam različne raziskave, ki preučujejo uporabo likovne umetnosti v procesih pomoči. Ob koncu znanja stroke likovne terapije umestim v socialnodelovni proces pomoči in prikažem prispevek likovne umetnosti za socialno delo na vseh treh ravneh dela.

Likovni umetnosti ljudje že od nekdaj pripisujemo velik pomen in jo uporabljamo kot sredstvo za sporazumevanje. Skozi slike, risbe in druge izdelke prenašamo naše sporočilo, ki je lahko simbolno ali pa predstavlja izkušnjo (Edwards, 2004, str. 18-34). Tako navidezno neme slike dosežejo zgovornost (Case in Dalley, 1992, str. 50-70), ki preko domišljjskega, spontanega, ustvarjalnega in nezavednega sveta posameznika vplivajo na čustva, občutke in um (Knoll, 2011, str. 77-92). Kot je predstavljeno v nadaljevanju, ima danes likovna umetnost, ki vključuje različna področja risanja, kiparstva, arhitekture, oblikovanja, fotografiranja in pisanja, veliko moč in lahko vpliva na počutje ljudi ter predstavlja sredstvo komunikacije.

2.4.1. Razvoj likovne umetnosti in razvoj likovne terapije

V tem delu orišem pomen likovne umetnosti v zgodovini in danes, ko se njena vrednost širi v različne stroke in procese pomoči.

Likovno izražanje je bilo del človeštva že od nekdaj, saj korenine likovne umetnosti segajo v prazgodovino, v čas, ko so ljudje prvič začeli izdelovati podobe in predmete, namenjene vplivanju, osmišljanju ali izražanju svojih izkušenj (Edwards, 2004, str. 18-34). Že v prazgodovini lahko tako najdemo ostanke likovnega ustvarjanja iz časov pred 75.000 leti, ko so kot najstarejše najdbe v Južni Afriki odkrili estetsko oblikovane školjčne lupine. Tudi jamske poslikave kažejo, da so ljudje že v davnih časih naravne materiale uporabljali tudi za likovno ustvarjanje (Knoll, 2011, str. 77-92). V času se je uporaba likovne umetnosti razvijala

preko romantike, ekspresionizma in nadrealizma, kar je vplivalo na to, da se je vizualna umetnost vedno manj ukvarjala z upodabljanjem zunanje resničnosti in v ospredje vedno bolj postavljala subjektivnost, izvirnost, domišljijo in samoizražanje (Edwards, 2004, str. 18-34).

Čeprav ima likovna umetnost že od nekdaj vlogo komunikacijskega sredstva, je razvoj uporabe tega medija v terapiji razmeroma nov. Korenine likovne terapije najdemo v širokem spektru idej in praks, ki se ukvarjajo z razumevanjem narave čustvene stiske in z vlogo vizualnih umetnosti pri izražanju, do katerih je prišlo v času revolucionarnih sprememb (Edwards, 2004, str. 18-34). Tako se prve uporabe likovne umetnosti v terapevtskem okvirju pojavijo okoli leta 1940 in njihov razvoj traja še danes (Knoll, 2011, str. 77-92). Področje se je sočasno razvijalo na dveh delih sveta, v Veliki Britaniji in v Združenih Državah Amerike. Za očeta likovne umetnosti v Veliki Britaniji veljata Adrian Hill in Edward Adamson, ki sta izpostavila naravo likovne umetnosti z vidika njenih možnosti za komunikacijo in njenega potenciala za terapevtsko delo (Case in Dalley, 1992, str. 1-18). K uveljavi in razvoju likovne terapije v Veliki Britaniji je veliko doprinesel tudi Center Withymead v Devonu (Edwards, 2004, str. 34-43), ki sta ga leta 1942 ustanovila Irene in Gilbert Champernowne in velja za eno prvih, najobsežnejših in trajnih kombiniranih uporab psihoterapije in umetnosti pri sodelovanju z ljudmi s težavami v duševnem zdravju. Center je zagotavljal inovativno in novo terapevtsko okolje ter v 50. in 60. letih prejšnjega stoletja ponudil prva neformalna usposabljanja na tem področju (The Champernowne Trust, b. d.). Sčasoma je vse več umetnikov, ki jih je združevalo prepričanje, da sta slikanje in risanje dragocen ustvarjalni medij za posameznike, ki so sicer prikrajšani za možnosti samoizražanja in komuniciranja, zaposlilo v bolnišnicah in na psihiatričnih klinikah. Ti umetnostni terapevti so pogosto delali ločeno drug od drugega in so razvili različne načine dela in filozofije glede terapevtskega potenciala likovne umetnosti (Edwards, 2004, str. 34-43); leta 1964 so se povezali in ustanovili Britansko združenje likovnih terapevtov (The British Association of Art Therapists, b. d.). V ZDA za začetnici likovne terapije veljata Margaret Naumberg, ki je poudarjala pomen tridimenzionalnega odnosa med terapevtom, udeležencem in umetniškim delom, in Edith Kramer, ki je likovno ustvarjanje razumela kot proces in sredstvo za povezovanje različnih občutkov (Edwards, 2004, str. 1-17). Margaret Naumberg je svoje ideje o likovnem ustvarjanju razvijala pri delu z otroki v šolah in z odraslimi v psihiatričnih bolnišnicah ter v 40. letih 20. stoletja pisala o tem, kar je postalo znano kot likovna terapija (Vick, 2003, str. 3-15), ki se je v ZDA hitro razvijala (Edwards, 2004, str. 120-138). Pomemben mejnik v tem procesu je bila ustanovitev Biltena likovne terapije leta 1961, kasneje preimenovanega v

American Journal of Art Therapy (Vick, 2003, str. 3-15). Širjenje literature na področju likovne terapije je skupaj z ustanovitvijo Ameriškega združenja za likovno terapijo leta 1969 močno vplivalo na razvoj stroke tako v ZDA kot na mednarodni ravni (Edwards, 2004, str. 120- 138).

Likovna umetnost je tako že od nekdaj imela pomembno vlogo za komunikacijo in predstavljala možno obliko izražanja; Sčasoma se je vedno bolj uveljavljala tudi v različnih procesih pomoči in tako še danes pridobiva vedno več pozornosti.

2.4.2. Definicija likovne terapije

Definicije likovne terapije so različne, a imajo skupno izhodišče, saj za osrednjo vlogo v terapevtskem odnosu postavljajo likovno ustvarjanje podob oziroma izdelkov. Ameriško združenje za likovno terapijo to definira kot integrativni poklic, ki bogati življenje posameznikov, družin in skupnosti z aktivnim likovnim ustvarjanjem, ustvarjalnim procesom, uporabo psiholoških teorij in omogočanjem izkušenj v terapevtskem odnosu (American Art Therapy Association, b. d.). Britansko združenje likovnih terapevtov to opredeljuje kot obliko psihoterapije, ki za primarni način izražanja in komunikacije uporablja likovne medije, pri čemer se likovna umetnost ne uporablja kot diagnostično orodje, temveč kot medij za reševanje osebnih vprašanj in drugih izzivov. Splošni cilj je omogočiti udeležencem, ki za delo ne potrebujejo predhodnih izkušenj ali strokovnega znanja na področju likovne umetnosti, da z uporabo likovnih materialov v varnem okolju vplivajo na spremembe na osebni ravni (The British Association of Art Therapists, b. d.). Gre za disciplino, ki vključuje tako umetnostno kot psihološko področje, pri čemer iz vsakega črpa določene značilnosti in predstavlja edinstveno novo stroko (Vick, 2003, str. 3-15), ki likovno umetnost uporablja za terapevtsko delo z ljudmi z različnimi izzivi v življenju.

Cilji likovne terapije sledijo udeležencem in vključujejo razvijanje ustvarjalnosti, sposobnost izražanja, spoznavanje sebe, samozavedanja neverbalnega in verbalnega komuniciranja ter iskanja rešitev za svoje izzive (Knoll, 2011, str. 77-92). Terapevtski proces v likovni terapiji predstavlja dinamično interakcijo med udeležencem, likovnim delom in terapevtom. To razmerje pogosto imenujemo kot trikotni odnos (Edwards, 2004, str. 71-93). V likovni terapiji tako obstaja še tretji dejavnik, izdelek, ki predstavlja rezultat likovnega ustvarjalnega procesa in ponuja možnost za interpretacijo doživljanja in dogajanja sveta posameznika (Knoll, 2011, str. 77-92). Znotraj trikotnega odnosa je lahko v različnih trenutkih v ospredju interakcija med udeležencem in njegovim likovnim delom ali med udeležencem in likovnim terapevtom

(Edwards, 2004, str. 1-17). Prisotnost likovnega izdelka tako ustvarja kompleksnost in edinstvenost likovne terapije (Case in Dalley, 1992, str. 50-70). Izdelek pa ni nujno vedno slika; lahko gre tudi na primer za ustvarjanje v pesku, fotografiranje, kiparjenje ali snemanje video posnetka in drugo (Rubin, 1999).

Ustvarjanje likovnih izdelkov tako ljudem pomaga komunicirati in izražati svoje misli in občutke, prepričanja, težave in poglede na svet ter iskati rešitve zanje. Tako ponuja možnost za osebno rast in razvoj, kar podpira tudi socialno delovni proces, o čemer več povem kasneje.

2.4.3. Način dela in doprinos likovne terapije

Bistvo likovne terapije je v ustvarjanju izdelka, izražanju izkušenj, občutkov in čustev s pomočjo likovnih medijev, pri čemer imata osrednji pomen celoten proces in končni izdelek (Case in Dalley, 1992, str. 50-70).

Likovna terapija se ukvarja z razumevanjem notranjega sveta udeležениh v procesu in iskanjem načinov, kako vpliva na odnose v zunanjem svetu, in tudi iskanjem potrebnih sprememb za izboljšanje kakovosti življenja ljudi. Načini dela, ki so jih razvili likovni terapevti, temeljijo predvsem na prepričanju, da lahko skozi ustvarjanje podob in predmetov ter odnosom med likovnim terapevtom in udeležениm pride do izraza različnih vprašanj in občutkov (Edwards, 2004, str. 43-69). Likovna umetnost posamezniku omogoča aktivno preizkušanje, eksperimentiranje želenih sprememb z risbo, sliko ali drugim izdelkom, pri čemer gre za oprijemljiv predmet, ki ga je mogoče fizično spremeniti (Malchiodi, 2003, str. 16-24). Poleg tega je način likovnega ustvarjanja dokaj miren in precej varen. Udeleženci lahko ustvarjajo neodvisno drug od drugega ali v skupnem sodelovanju (Knoll, 2011).

Likovna umetnost obsega tri elemente: medij, tematiko in način likovnega ustvarjanja. Kar zadeva medije, lahko ljudje izbiramo med veliko materiali in orodij za delo; izbiramo na primer, ali bomo risali, slikali, ustvarjali z glino in podobno; izberemo si tudi ustrezne likovne materiale (na primer paste, vodne barve, različen papir), pripomočke (palette, čopiče, svinčnike) in tako naprej (Rubin, 1999). Zagotavljanje likovnih medijev predstavlja pomembno dimenzijo v odnosu med terapevtom in udeležениm, saj lahko materiale uporabimo za označevanje občutkov, misli in idej. Udeleženi lahko uporabljajo precej različne materiale skozi različna srečanja ali znotraj enega srečanja; prav tako lahko spremenijo svoj način in slog ustvarjanja. Pri tem je pomembno vedeti, da ima vsak material svojo specifičnost (Case in Dalley, 1992). Delo z glino daje udeležенemu priložnost za

tridimenzionalno raziskovanje, saj jo lahko premikamo, gladimo, ji dodajamo ali odvzemamo dele; lahko jo pobarvamo ali kombiniramo z različnimi materiali. Tako glina spodbuja fizično vpletenost, ki pomaga sproščati čustvene in telesne napetosti (Buchalter, 2004, str. 104-109). Papir ali platno za barvanje ali risanje na primer delujeta kot okvir, znotraj katerega se lahko razkrijejo čustva in občutki (Case in Dalley, 1992, str. 97-118). Drugo področje, ki vpliva na ustvarjanje, je tema. To lahko obravnavamo na različnih ravneh in jo prilagajamo posameznikom, procesu ali skupini. Teme lahko ljudem pomagajo usmeriti fokus in začeti z ustvarjanjem ter jih spodbuditi v raziskovanje zunaj svojih okvirov, kar jih povabi v novo razmišljanje in razpravljanje. Tretji element je način izvedbe ustvarjanja. Ta se lahko nanaša na interakcijo (na primer nariši sebe), na čas (na primer v eni minuti nariši nekaj, kar te predstavlja) ali pa na metodo (na primer modeliraj kos gline z zaprtimi očmi) (Rubin, 1999). Ne glede na medij, tematiko in način dela ima ustvarjeni izdelek določen pomen za posameznika, ki ga je dobro raziskati. Sposobnost likovne umetnosti je povezava med notranjim svetom in zunanjo resničnostjo, kar daje podobi oziroma izdelku vlogo posrednika. Izdelek posreduje med nezavednim in zavednim ter simbolizira pretekle in sedanje poglede; hkrati išče rešitve za boljšo prihodnost (Case in Dalley, 1992, str. 97-118). A pot razumevanja in interpretiranja izdelkov ni preprosta. Opisovanje izdelka je drugačna izkušnja od izkušnje njihove izdelave, vendar lahko odsev na dokončani sliki vzbudi občutke in asociacije. Tako ima ustvarjalec vlogo gledalca, ki osmišlja pomen ustvarjenega izdelka (Edwards, 2004, str. 43-69). Pri interpretaciji je pomembno, da likovni terapevt prevzame vlogo nevednega in ne pripisuje osrednjega pomena, ne da bi svoje razumevanje preveril pri udeležencu. Pomembno je, da likovni terapevt posameznika podpre v samoodkrivanju. Moč občutka ali vpliva izdelka na nek način omogoča, da njegovo vsebino ali obliko identificiramo ali poimenujemo ter ji pripišemo pomen. Ker je izdelek edinstven za posameznika, lahko le on razume njegov polni pomen (Case in Dalley, 1992).

Z ustvarjanjem podob in predmetov v likovnem ustvarjanju je tako mogoče izkušnjo eksternalizirati in objektivizirati ter jo poimenovati (Edwards, 2004, str. 1-17). Tako se ločimo od notranje izkušnje in lahko o njej razmišljamo, jo spreminjamo in oblikujemo svoje doživljanje sveta. S tem, da vidimo problem kot nekaj zunanjega, omogočimo udeležencem, da vidijo problem kot nekaj, kar je sicer neizogibno, a se lahko spremeni. To je lahko osnova za samorazumevanje in čustveno rast (Hall, 2001). Likovni izdelki tako z delom v sedanjosti omogočajo različno doživljanje, vrsto razmišljanj in močne občutke. Izdelki včasih nadomestijo ali dopolnijo besede ali pa dejansko vsebujejo besede, s katerimi lahko opozorijo

na kaj, o čemer si želijo govoriti. Tako imajo likovni izdelki glas in pripomorejo k temu, da se postopoma vzpostavi dialog med udeleženi in terapevtom (Case in Dalley, 1992).

Temelji likovne terapije so tako v spodbujanju vloge nevednosti terapevta, delu v sedanjosti, in dajanju glasu udeležim v procesu pomoči. V tem vidim podobnosti s socialnim delom, o čemer več povem v poglavju 2.6.; sedaj izpostavim še omejitve uporabe likovnega ustvarjanja v procesih pomoči. Ker je vidnih več podobnosti med socialnim delom in likovno terapijo, menim, da lahko pri uporabi likovne umetnosti v socialnem delu izhajamo iz načina dela likovne terapije.

2.4.4. Omejitve uporabe likovne umetnosti v procesih pomoči

Čeprav je pri uporabi likovne umetnosti v procesu pomoči videti veliko doprinosa, je potrebno tudi zavedanje omejitev uporabe tega umetnostnega izrazno-ustvarjalnega medija v procesih pomoči. Začetki likovnega ustvarjanja predstavljajo pomemben del, saj se ustvarjalni proces lahko začne zelo različno. Posamezniki lahko komaj čakajo, da začnejo z likovnim ustvarjanjem ali pa so popolnoma zaskrbljeni in ne vedo, kako začeti; lahko imajo veliko idej za ustvarjanje, lahko pa nobene (Case in Dalley, 1992, str. 175-190). Tako lahko likovna umetnost v udeleženi spodbudi tudi neprijetne občutke. Ko posamezniki ne vedo, kako začeti, jih lahko spodbujamo z različnimi vprašanji, ki se nanašajo na občutke in predstave ob določeni temi. Lahko jih povabimo, da se spominjajo, kako so risali kot otroci. Prav tako lahko tveganje predstavlja že likovno ustvarjanje. Če ljudje želijo oblikovati občutek in ustvariti podobo, ki je zanje smiselna in osebno pomembna, to pomeni tveganje, da opustijo znano in se podajo na pot neznanemu, kar pa seveda lahko predstavlja izzive. Nekaterim ljudem lahko ustvarjanje likovnih izdelkov predstavlja grožnjo; lahko jih na primer spominja na neprijetne izkušnje. To lahko spodbudijo že občutki ob praznem listu papirja ali občutki povezani s končno sliko. Občutki tesnobe lahko vključujejo strah pred izgubo nadzora ali strah pred ocenjevanjem in posmehovanjem drugih udeleženi v procesu (Edwards, 2004, str. 43-69). Posebnost likovne terapije je tudi uporaba orodij in materialov, ki omogočajo veliko izbiro in kombiniranje, kar lahko predstavlja tudi nekatere omejitve. Včasih lahko pride do nesreče, ko se na primer kaj polije ali strga. To predstavlja nepredvidljive situacije, nad katerimi udeleženi nimajo nadzora. Vsi ti dogodki so del procesa dela udeleženi in vključujejo interakcijo z materiali. Lahko se zgodi na primer, da posameznik noče uporabiti nič drugega kot barvice, da bi preprečil umazanijo ali nered. Toda ob vseh teh tveganjih je pomembno izpostaviti, da lahko le z raziskovanjem možnosti in tveganjem izgube nadzora z uporabo in mešanjem barv omogočimo nove izkušnje in spodbujamo osebno rast (Case in

Dalley, 1992, str. 97-118). Materiali in orodja zasedajo posebno mesto v likovni terapiji tudi zato, ker je pomembno upoštevanje posebnih lastnosti določenih materialov (Liebmann, 1999, str. 15-36). Pomembno je, da smo pozorni na primer na to, da je tekoča barva pralna z oblačil, da je dovolj prostora za nered ob ustvarjanju z glino, da za ustvarjanje z glino potrebujemo peč z visoko temperaturo in podobno (Case in Dalley, 1992, str. 19-49). Pri likovnem ustvarjanju, ki poteka v skupini je potrebno tudi zavedanje, da ljudje ustvarjamo z zelo različno hitrostjo. Nekateri hitimo s stvarmi in zelo hitro končamo; drugi delamo v počasnem in konstantnem tempu. To pomeni, da udeleženi v procesu pogosto končajo ob različnih časih. Tu lahko pomagata dve stvari: posameznike, ki ustvarjajo hitro, je mogoče spodbuditi, da med čakanjem naredijo drugo sliko ali pa konstruktivno razmislijo o tem, kar so storili, medtem ko počasnejše ustvarjalce opozorimo, da morda ne bodo končali izdelka in jih že v procesu ustvarjanja obveščamo, koliko časa je še na voljo (Liebmann, 1999, str. 15-36).

Zavedanje omejitvev uporabe likovne umetnosti spodbudi pozornost, skrbnost in pazljivost ob delu in hkrati omogoča rast in učenje. Da zmanjšamo tveganja, ki jih predstavljajo omejitve likovnega ustvarjanja, je nujno, da vzpostavimo zaupanje in varno okolje. To velja tudi takrat, ko likovno ustvarjanje uporabljamo v socialnem delu.

2.4.5. Struktura terapevtskih srečanj in tehnike likovne terapije

V likovni terapiji so strukturirana tako srečanja kot celoten proces. Podobno kot v zgornjih dveh umetnostnih terapijah in kot v socialnem delu so tudi v likovni terapiji začetna srečanja usmerjena bolj v vzpostavljanje varnega okolja za delo; v osrednjih srečanjih celotnega procesa je v ospredju razvoj tem in delo na osebnih spremembah; zaključna srečanja so namenjena refleksiji in poslavljanju (Liebmann, 2003, str. 325-338).

V prvih srečanjih je delo usmerjeno v skupno raziskovanje ciljev, ki jih udeleženi želi doseči. Izdelovanje likovnih umetnin je naravnano v razpravo o osebni zgodovini posameznika, izzivih, s katerimi se spopada, in iskanju rešitev zanje. Po prvih nekaj srečanjih likovni terapevt in udeleženi oziroma njegov skrbnik podpišeta dogovor o sodelovanju. Tako se skupaj dogovorijo o času in številu srečanj, lokaciji, mejah dela in osnovnih odnosnih pravilih (Edwards, 2004, str. 71-93). To ustvari osnovni okvir procesa in vzpostavi delovni odnos, ki predstavlja osnovo za delo v vseh nadaljnjih srečanjih. V osrednjem delu procesa se razvijejo različne teme, na katerih likovni terapevt in udeleženi v procesu skupaj delata. Pri tem je potrebna velika mera prilagodljivosti in fleksibilnosti. Pomembno je ohranяти držo nevednosti in spodbujati udeležene, da z različnimi likovnimi mediji svobodno izrazijo svoje misli,

občutke in ideje (Case in Dalley, 1992, str. 175-190). Ni pa pomemben samo umetniški izdelek, temveč tudi celoten proces, zato je pomembno, da izdelke, nastale med srečanji likovne terapije, imenujemo, datiramo in varno hranimo. Zaključevanje srečanj vsebuje več vidikov, ki jih izpostavim v nadaljevanju. Likovni izdelki zagotavljajo trajen zapis celotnega procesa in udeleženi omogočajo spremljanje in razmislek o zaporedju ter spremembah, ki so se zgodile med terapijami, kar jim pomaga vzpostaviti občutek kontinuitete (Edwards, 2004, str. 1-17). Podobe tudi sčasoma ohranijo svoj pomen in so zato izredno pomembne za razumevanje in vpogled v celotno skupno pot udeleženega in terapevta. Izdelki udeleženi predstavljajo sredstvo za reševanje svojih izzivov in v nekem smislu govorijo sami zase, vendar vsebujejo veliko različnih ravni in potencialnih pomenov, ki jih z besedami ne moremo opisati (Case in Dalley, 1992, str. 97-118). Tako izdelki pripomorejo k ozaveščanju in razumevanju določenih vidikov in sprememb, ki so jih naredili udeleženi. V povezavi s tem pa se pojavi več vprašanj, povezanih z odločitvijo udeležencev, kaj narediti ob koncu procesa z vsemi ustvarjenimi izdelki. Posamezniki lahko izdelke vzamejo s seboj; lahko jih pustijo pri terapevtu; lahko jih tudi uničijo. Ne glede na odločitev pa je potrebno preveriti, kako se ob tem počutijo (Edwards, 2004).

Tako kot celoten proces likovne terapije so strukturirana tudi srečanja. Likovna srečanja v primerjavi z zgornjima umetnostnima terapijama trajajo dlje časa (uro in pol do dve uri), saj je postopek likovnega ustvarjanja običajno dolgotrajnejši (Case in Dalley, 1992, str. 175-190); srečanja so razdeljena na 3 faze. Prva faza, ki obsega najmanj časa, je namenjena uvodu in ogrevanju. Sledi druga faza, ki vključuje glavno likovno ustvarjanje in aktivnost, ki traja večino časa. Ob koncu je pomembno, da si vzamemo čas tudi za tretjo fazo, ki je namenjena pogovoru oziroma razpravi in zaključevanju srečanja (Liebmann, 2003, str. 325-338).

Glavni cilj začetne faze srečanja je ustvarjanje konteksta za delo. V prvem delu te faze je čas namenjen pozdravu, povezovanju in uglaševanju udeleženi v procesu, kar omogoča, da vsak udeleženi podeli, s čim prihaja, kako se počuti, kakšne so njegove želje in podobno (Buchalter, 2004, str. 8-15). Drugi del te faze je namenjen ogrevanju, pri čemer si lahko na primer v krogu v skupini podajamo papir ali vsi v minuti narišemo, kako se počutimo; lahko si izberemo dve ali tri barve, ki predstavljajo naše razpoloženje, in z njimi narišemo sliko. Risbe ali slike, izdelane v tem času, se običajno podelijo in komentirajo v skupini, preden se delo premakne v osrednjo fazo procesa (Liebmann, 1999, str. 15-36). Tako udeleženi sporočamo, da ni pomembno, kako človek riše, ampak je bolj pomemben izraz občutkov in misli (Buchalter, 2004, str. 8-15).

V drugi fazi so udeleženi običajno prevzeti s tem, kar počnejo. Ustvarjanje lahko poteka v tišini, kar lahko okrepi izkušnjo, lahko pa spodbuja pogovor ali je v ozadju stimulatívna glasba. Temo ustvarjanja lahko likovni terapevti izberejo skupaj z udeleženiimi ali pa jo določijo sami oziroma dajo nekaj tem na izbiro, ob čemer je pomembno, da je vsaka izbrana tema dovolj prilagodljiva, da jo lahko kdor koli interpretira na svoj način glede na svoje potrebe (Liebmann, 1999, str. 15-36). V tej fazi lahko v skupini na primer vsak posameznik znotraj skupine kaj nariše oziroma naredi likovni izdelek in to v krajših časovnih okvirih potuje v krogu postopoma do vseh naslednjih udeleženi, ki v sliko oziroma izdelek dodajo svoj motiv. Ob koncu kroženja pride izdelek nazaj k prvotnemu lastniku. V tem trenutku pustimo čas za ogled lastnih spremenjenih, dopolnjenih izdelkov; nato udeleženci komentirajo izkušnjo (Knoll, 2011). Lahko pa na primer udeleženi rišejo avtoportret, pri čemer so najprej usmerjeni v raziskovanje, kako vidijo same sebe, potem v to, kako jih vidijo drugi, in nazadnje v to, kar si želijo zase v prihodnosti (Liebmann, 1999, str. 94-197). Udeleženi lahko v procesu narišejo prostor, kjer se počutijo varne. To jih spodbudi v raziskovanje tega, kaj jim predstavlja varnost, kje je tisti njihov varni prostor (Buchalter, 2004, str. 26-70). Tudi sama sem izkusila risanje svojega varnega prostora in likovna terapevtka, s katero sem sodelovala, mi je kasneje razložila, da s tem lahko na terapijah omogočimo varno okolje tudi na primer takrat, ko udeleženi v procesu zaznajo tveganja; prav tako na ta način spoznamo, kaj umiri in sprosti udeležene.

Zadnja faza srečanja vsebuje razpravo, interpretiranje in zaključevanje, ob čemer so likovni izdelki izhodiščna točka. Razprava o nastalih slikah lahko poteka na različne načine. Lahko se na primer vsi udeleženi skupaj postavijo v krog in po želji podelijo, kar so narisali (Liebmann, 1999, str. 15-36), ob čemer je pomembno, da vsem omogočimo, da pridejo na vrsto in tudi, da ne podelijo svojih slik, če ne želijo; prav tako jim omogočimo, da pokažejo izdelek ali ga z drugimi delijo le besedno (Case in Dalley, 1992, str. 50-70). Lahko pa si vsi udeleženi pokažejo izdelke in pogledajo likovne izdelke drugih ter ustvarijo interno razstavo (Liebmann, 1999, str. 15-36). Drugi del te faze vsebuje interpretacijo, ki pomeni raziskovanje pomena simbolov, upodobljenih v izdelkih. Pomembno je, da udeleženi izdelke interpretirajo sami in da terapevti njihovo razumevanje preverijo. Pri tem lahko posameznike prosimo, da izdelek interpretirajo v prvi osebi (na primer: "Jaz sem to drevo. Sem precej močno drevo in sem dobro ukoreninjeno ..."), saj to lahko udeleženiim pomaga prepoznati pomen slike zanje. Srečanje lahko zaključimo s komentarjem, ki povzema dogajanje na tistem srečanju (Liebmann, 2003, str. 325-338).

Taka struktura omogoča varnost, sporočanje idej, misli in občutkov ter jasno sliko dogajanja in razumevanja svojih izzivov in rešitev zanje. Menim, da likovna terapija vključuje različne tehnike (nekatero so naštet zgoraj), ki lahko doprinesejo izvirno raziskovanje in soustvarjanje tudi v socialnem delu, o čemer več povem v nadaljevanju.

2.4.6. Pregled raziskav uporabe likovne umetnosti v procesih pomoči

Likovna terapija ima različne ugodne učinke pri delu z različnimi populacijami, ki se srečujejo z različnimi izzivi, kot je predstavljeno v nadaljevanju. Teme, ki se pojavljajo v raziskavah, ki preučujejo uporabo likovne umetnosti, so vpliv likovnega ustvarjanja na kognitivno, socialno in emocionalno področje. Raziskave preučujem glede na starostno skupino ljudi.

Raziskave, ki preučujejo učinke likovne umetnosti na otroke in mladostnike, vključujejo otroke, ki se spopadajo s travmatičnimi dogodki, otroke z različnimi ovirami in boleznimi (sladkorna bolezen, astma) ter otroke v rednih šolah. Rezultati so vidni na čustvenem (lažje spopadanje s stresom, predelovanje občutkov, ki so povezani s travmami, zmanjšan občutek tesnobe in depresije, sprejemanje vsakdanjih izzivov), socialnem (socialno sprejemljivo vedenje, boljše izražanje) in osebostnem (višja samozavest in samopodoba, boljše samoopazovanje, samozaznavanje) področju (Cohen-Yatziv in Regev, 2018; Dye, 2018; Başlı, Özmen, Demirci, Kendirci, Tatlı in Kondolot, 2020; Bosgraaf, Spreen, Pattiselanno in VanHooren, 2020).

Likovno ustvarjanje lahko uporabljamo tudi pri sodelovanju z odraslimi ljudmi, ki se spopadajo z različnimi izzivi, kot so rak, duševni izzivi, travme in podobno. Tudi raziskave, ki preučujejo to področje, kažejo učinke likovne umetnosti na čustveno (manjši občutek tesnobe in depresije, ki sta posledici stisk), fizično (manjša utrujenost), socialno (več socialnih interakcij) in kognitivno področje (boljši spomin, izražanje, nova spoznanja) (Wood, Molassiotis in Payne, 2011; Regev in Cohen-Yatziv, 2018; Abbing idr., 2018; Bosman idr., 2020).

Raziskave kažejo v prid uporabe likovnega ustvarjanja tudi pri sodelovanju s starimi ljudmi brez zdravstvenih težav in starih ljudi z demenco. Učinki so vidni predvsem na kognitivnih zmožnostih (boljši dolgoročni spomin in koncentracija ljudi z demenco), socialnih spretnostih (deljenje zgodb z drugimi), čustvih (zmanjšanje občutka depresije) in kakovosti življenja (večje zaupanje, izboljšane socialne spretnosti, vključenost v skupnost, občutek pripadnosti in podobno) (Choi in Jeon, 2013; McKenzie, 2018; Ching-Teng, Ya-Ping in Yu-Chia, 2019).

Uporaba likovne umetnosti pri delu z ljudmi je bila raziskana tudi v socialnodelovnem kontekstu. Ugotovljeno je bilo, da lahko ta kreativni medij uporabimo za vzpostavljanje in ohranjanje delovnega odnosa, spodbujanje pozornosti in motivacije za delo, priklic spominov, spodbujanje interakcij in lažje sporazumevanje. Likovna umetnost ponuja izviren način raziskovanja problema in rešitve; hkrati prinaša sproščeno vzdušje in varno okolje, spodbuja občutek moči, prijetna čustva, izražanje sebe, ustvarjalnost, možnost za predstavljanje ter občutek koristnosti, vrednosti in pomembnosti (Dietz, 2016; Praper, 2017; Štefane, 2017; Starc, 2017; Martinšek, 2020).

Tako lahko vključevanje likovnih dejavnosti v delo z ljudmi različnih starosti z različnimi stiskami veliko pripomore k procesu dela. Kot kažejo zgornje raziskave, lahko likovna umetnost učinkuje na zmanjšanje občutkov tesnobe, depresije, stresa, omogoča vzpostavljanje in ohranjanje delovnega odnosa, vzpostavlja sproščeno vzdušje in varno okolje ter predstavlja sredstvo motivacije, izvirnosti in izražanja. Glede na te rezultate raziskav uporabe likovne umetnosti v procesih pomoči menim, da lahko likovna umetnost veliko doprinese tudi v sodelovanju z udeleženi v socialnem delu.

2.4.7. Pomen uporabe likovne umetnosti v socialnem delu

V nadaljevanju prikažem pomen uporabe likovne umetnosti v socialnem delu. Vizualne umetnosti ponujajo bogato zakladnico medijev, metod in aplikacij, ki jih lahko uporabljamo tudi v socialnem delu, pri čemer lahko izbiramo med uporabo risanja, slikanja, izdelave kolažev, fotografiranja, snemanja video posnetka in tako naprej (Heinonen, 2018). Ob ustrezni uporabi likovna umetnost vključuje polno uporabo lastne domišljije za kreativno reševanje izzivov. Socialne delavke in delavci tako lahko z različnimi oblikami vizualnih umetnosti olajšamo izražanje, samospoznavanje in popestrimo raziskovanje rešitev. Ključ za uspešno uporabo likovne umetnosti v socialnem delu je razumevanje procesa likovnega ustvarjanja in skrbno izbiranje likovnih tehnik, ki so skladne s procesom socialnega dela in z nudenjem podpore udeleženi (Malchiodi, 2003, str. 243-253). V praksi socialnega dela, kjer se uporabljajo likovne umetnosti, je pogosto poudarek tako na procesu likovnega ustvarjanja kot na sredstvu individualnega in kolektivnega izražanja, preobrazbe in krepitev moči in tudi na ustvarjenem likovnem delu. Udeleženi, ki sodelujejo pri ustvarjanju likovnih del, lahko razširjajo svoja sporočila v majhnih skupinah in tudi v javnih okoljih, kar krepi moč ustvarjalcev. Ko so vprašanja, ki zadevajo skupino ljudi, ki doživlja stigmo, predstavljena v obliki razstave, lahko to spodbudi dialog in spodbuja razumevanje (Heinonen, 2018). Izdelki govorijo sami zase, lahko pa vsebujejo tudi besede. Vloga socialne delavke je pri tem

spodbujanju odprte komunikacije in interakcije ter podpora udeleženega pri ustvarjanju (Waller, 2003, str. 313-324). Likovno ustvarjanje vključuje pomen kulturnih, izobraževalnih in družbenih vplivov na to, kako se posameznik odziva na umetnost, jo ustvarja in razume, zato je nujno, da upoštevamo tudi kulturne razlike (Kaplan, 2003, str. 25-35). Tako likovni izdelki, s tem, ko so elementi postavljeni na površino, služijo kot način izražanja omenjenega in neizrečenega, kar omogoča več načinov tolmačenja in večjo dostopnost notranjih vsebin posameznika. Tako je likovna umetnost sredstvo, ki olajša komunikacijo, rast in vpogled v socialnem delu (Heinonen, 2018).

Likovno ustvarjanje tako lahko ljudem pomaga izraziti tisto, kar je težko ali neizrekljivo na način, ki lahko ponuja okvirno idejo, ki jo raziskujemo in predstavlja močan glas, ki govori tistemu, ki ustvarja, in tudi tistemu, ki izdelek opazuje in se nanj odziva, a paziti je potrebno, da ne vzamemo lastnih interpretacij kot resnic. Tako lahko v socialnem delu udeleženi pomaga dati glas, jih okrepi z močjo in jim pomaga biti slišan; prav tako jih lahko podpre pri samoraziskovanju in soustvarjanju želenih izidov.

2.4.8. Integracija likovnega ustvarjanja v socialno delo na mikro, mezo in makro ravni

Likovno umetnost lahko v socialnem delu uporabimo za vzpostavljanje odnosov, izražanje občutkov, oblikovanje samopodobe, raziskovanje posameznikovega sveta, moči, težav, skrbi in rešitev ter tudi za izpostavljanje družbenih vprašanj (Malchiodi, 2003, str. 243-253). Ustvarjanje likovnih materialov zahteva čas, saj je cilj, da slika govori sama zase (Waller, 2003, str. 313-324) in posamezniku omogoča, da težave, občutke, strahove, želje in pomisleke izrazi na neogrožajoč način ter tako svoj glas oziroma svoje sporočilo prenese do drugih. Likovno delo omogoča posamezniku, da komunicira tako simbolično kot verbalno, saj omogoča bogato simboliko in podobe, s katerimi se lahko poveže in se iz njih uči (Buchalter, 2004, str. 26-70).

Kadar v socialnem delu likovno ustvarjamo s posamezniki in skupinami, lahko likovno umetnost uporabimo na začetku, v osrednjem delu srečanja ali na koncu. Ko likovno ustvarjanje uporabimo na začetku srečanja, je cilj običajno uglaševanje posameznikov. To lahko dosežemo s tem, da vsak v minuti nariše svoj dan, svoje počutje, njegov teden in podobno. Tako vsak predstavi, s čim prihaja, kako se počuti. Lahko pa je za sproščen začetek postavljen izziv, da udeleženci rišejo s svojo manj dominantno roko, kar lahko posameznikom da občutek varnosti, saj se verjetno ne bodo počutili ogrožene, ker se od njih ne pričakuje

popolne slike; prav tako so vsi udeleženi v enakem položaju (Buchalter, 2004, str. 8-15). Kadar likovno ustvarjamo v osrednjem delu srečanja, bo naš cilj delo na določeni temi, na primer konkretno za delo na instrumentalni definiciji problema, kjer vsak udeleženec s sliko prikaže svoj problem, želen izid in možen prispevek k temu. Za uvod v določeno temo lahko uporabimo vodeno vizualizacijo. Na primer, pripovedujemo zgodbo ali opisujemo prizor in se osredotočimo na podrobnosti, ki obudijo spomine ali vzbujajo občutke. Po vrnitvi z opisnega potovanja lahko udeleženi na podlagi doživetja ustvarijo izdelek (Liebmann, 1999, str. 94-197). Lahko pa to združimo z vprašanjem o čudežu, ki ga uporabljamo v socialnem delu in ki odpira nov pogled v možno in zaželeno. S tem vprašanjem udeležene vodimo skozi predstavo, da se je čez noč zgodi čudež in je problem, ki ga imajo, popolnoma izginil (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Nato jih povabimo v likovno ustvarjanje naslednjega dne, ki je popolnoma drugačno in skupaj raziskujemo želene razplete. Za delo na določeni temi v socialnem delu lahko uporabimo tudi fotografije. Udeležene lahko na primer povabimo, da posnamejo več fotografij, ki predstavljajo, kdo so in kdo želijo postati. Po fotografiranju se o slikah lahko pogovorimo, kar lahko udeležnim omogoča, da raziskujejo, si postavijo cilje in tako iščejo rešitev za svoje izzive. Lahko pa udeleženi na srečanje prinesejo stare fotografije, ki omogočajo pregled življenja in s tem spodbujajo občutek integritete. To je zelo dobrodošlo predvsem pri delu s starimi ljudmi in z ljudmi z demenco (Malchiodi, 2003, str. 243-253). Likovno ustvarjanje lahko uporabimo tudi za izdelovanje zemljevida udeležnih. To že dobro poznamo v socialnem delu. V kontekstu uporabe likovne umetnosti lahko narišemo cesto, po kateri se peljemo in predstavlja našo življenjsko pot, s pomočjo katere lahko pregledamo obdobja svojega življenja. To nam lahko pomaga raziskovati vzorce, razširiti samoizražanje in učinkoviteje načrtovati spremembe za doseg cilja. Ob poti udeležni vidijo, kje so njihove moči, na koga se lahko vse obrnejo, kdo so pomembni drugi v njihovem življenju. Ta načrt ponuja priložnost za načrtovanje prihodnosti, tako da se ozremo nazaj, kje smo bili, in razmišljamo, kam gremo. Risanje zemljevida življenja ponuja vrsto možnosti. Ceste so lahko ravne in široke, lahko so ozke in vijugaste, lahko imajo na cestišču luknje, lahko so kje postavljene zapore ali obvozi in podobno. Tako likovno ustvarjanje ponuja možnost za pogovor in raziskovanje želenih izidov ter pripomore h krepitvi moči (Malchiodi, 2003, str. 243-253). Da se srečanje zaključi sproščeno lahko uporabimo risanje ali barvanje mandale. Mandala je uravnotežen dizajn, v katerega so vključena nasprotja. Pred ustvarjanjem z mandalami lahko naredimo kakšno tehniko za sprostitve, na primer osredotočenost na dihanje pri zaprtih očeh; med ustvarjanjem ali po njem se lahko o doživetjih pogovarjamo (Liebmann, 1999, str. 94-197). Na koncu lahko na

primer vsak nariše naslednji korak ali občutke ob koncu srečanja ali svoje naloge, ki jih bo opravil do naslednjega srečanja. Tako lahko likovna umetnost predstavlja dobrodošlo dopolnilo socialnemu delu za delo s posamezniki, družinami in skupinami (Heinonen, 2018).

Likovno ustvarjanje lahko uporabimo tudi pri sodelovanju s skupnostmi in širšim družbenim prostorom, kar v nadaljevanju prikažem s primeri. V okviru projekta Collage Mural so bila organizirana neformalna srečanja ljudi, na katerih so udeleženi iz starih revij ustvarjali kolaže za prikaz podnebnih sprememb. Te kolaže so predstavili na razstavi in tako na vizualen način izražali sporočila o tem, kako smo prišli do trenutne okoljske situacije in kje so možnosti za spremembe (Collage Mural Project, The Green Expo, b. d.). Jo Spence je organizirala več fotografskih projektov, ki so predstavljali aktivističen boj proti raku. S pomočjo fotoalbumov in organiziranjem razstav je podpirala feministično gibanje in gibanje ljudi z ovirami ter se borila za socialno pravičnost in širši javni diskurz o različnih temah (Lavoie in Heinonen, 2018). Fundacija Michaëlle Jean (MJF) se osredotoča na uporabo umetnosti za spodbujanje dialoga, mobilizacije skupnosti in družbenih sprememb. Namenjena je krepitvi moči mladih, ki se spopadajo s težkimi situacijami in okoliščinami (so pripadniki manjšin, živijo v revščini, doživljajo nasilje in podobno). Skozi likovne izdelke, katerih avtorji so udeleženi mladi ljudje, se borijo proti nasilju nad mladimi, izpostavljajo pomembnost varnosti, učinke mest na zdravje in podobno (Fondation Michaëlle Jean Foundation, b. d.). Uporabo likovne umetnosti za spodbujanje družbenih sprememb vidimo tudi v projektu, v katerem so beduinske ženske skozi likovno ustvarjanje delile svoje pripovedi in prikazovale družbeno zatiranje – tako simbolno kot fizično (dostop do zdravstvenih ustanov) – žensk, ki živijo v revščini in se spopadajo z različnimi težavami (socialnimi, zdravstvenimi). Slike predstavljajo politično dejanje, simbol izražanja žensk ter spodbujajo razprave o medsebojnem zatiranju žensk zaradi revščine in kulture (Huss, 2011, str. 95-104). Tako likovna umetnost ponuja možnost za spodbujanje družbenih sprememb v socialnem delu.

Kot prikazuje to poglavje, lahko likovno ustvarjanje uporabimo kot izrazno metodo tako za individualne kot kolektivne spremembe. S tem zaključujem to poglavje, ki je bilo namenjeno pregledu uporabe likovne umetnosti za spodbujanje osebnih in družbenih sprememb.

2.5. IGRA KOT UMETNOSTNI IZRAZNO-USTVARJALNI MEDIJ V PROCESIH POMOČI

To poglavje je namenjeno dramski igri kot zadnjemu od izbranih umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev, ki jih v nalogi podrobneje raziskujem. V njem pregledam razvoj

dramske igre kot umetnosti in razvoj dramske terapije, njeno definicijo, način dela in omejitve uporabe tega umetnostnega medija. Pregledam tudi strukturo terapevtskih srečanj in ob tem navedem nekaj tehnik dramske terapije. V nadaljevanju pregledam raziskave, ki preučujejo uporabo dramske umetnosti v procesih pomoči. V zadnjih treh poglavjih znanja stroke dramske terapije umestim v socialnodelovni proces pomoči.

Dramska igra je družbena dejavnost, ki je mnogo širša od odra ter predstavlja način aktivnega sodelovanja v svetu. Gre za dejavnost, ki je ločena od vsakdanje resničnosti; hkrati ima ključno funkcijo pri razmisleku in reagiranju na to resničnost (Jones, 2007, str. 3-22). V sebi združuje več elementov različnih umetnostnih zvrsti, kot so gib in ples, glasba, zvok in govor, in tudi likovne elemente, ki imajo estetske učinke (Knoll, 2011). Za ljudi ima dramska igra velik socialni in psihološki pomen, saj sodelovanje in opazovanje v drami oziroma igri omogoča ustvarjanje, osebni stik, komunikacijo in izražanje ter povezave z nezavednimi in čustvenimi procesi. Že ob pogledu na igro otrok lahko vidimo, da otroci velikokrat kreirajo svoje lastno gledališče, ko ustvarjajo in govorijo v imenu predmetov in igrač, kar kaže na pomen dramske igre v življenju ljudi (Jones, 2007, str. 3-22). Dramska igra ima danes veliko različnih oblik in vsebin, namenov in izvajalskih praks; njen pomen se je prenesel tudi na področja procesov pomoči, da bi z izražanjem skozi dramsko igro lahko dvignili kakovost svojega življenja (Knoll, 2011).

2.5.1. Razvoj igre kot umetnosti in razvoj dramske terapije

V tem delu se dotaknem pomena dramske igre v zgodovini in danes, ko se njena uporaba prenaša v različne procese pomoči.

Arheološki zapisi kažejo, da so ljudje dramo, ki jo vežemo na simbolne in metaforične misli, začeli ustvarjati v obdobju paleolitika pred približno 35.000 leti v različnih obredih, zdravilskih in verskih praksah (History of Drama Therapy, b. d.). Mesto in funkcija drame je bilo uprizarjanje domišljije, dogodkov in duhovnih obredov znotraj določene skupnosti (Knoll, 2011). Šamani so preko plesa, pesmi, pripovedovanja zgodb, predstavljanja in igranja vlog priklicali duhove in zdravili ljudi (Landy in Montgomery, 2012, str. 169-219). Zaradi načina izvajanja se je drama dolgo časa ohranjala le preko običajev in prenašanja izročil iz roda v rod (Knoll, 2011); sčasoma je predstavljala način, kako lahko posamezniki sprostijo čustva in delijo strahove ter upanja in se premaknejo k razumevanju sebe in skupnosti, v kateri živijo (Landy, 1982, str. 136-153). S preučevanjem akustike in glasu se je razvilo antično gledališče, ki je zasedalo mesto spektakla in predstavljalo prostor javne razprave (Jones, 2007, str. 23-44); sčasoma so se razvile tudi predstave različnega značaja, ki so bile

namenjene ohranjanju obstoječega znanja in prepletu z znanostjo, vero (različnimi rimski in grški bogovi) in zdravljenjem (History of Drama Therapy, b. d.). Cilj tovrstnih predstav je bil sprostitev čustev in občutkov tako igralcev kot gledalcev, kar se prenaša tudi v današnji čas, ko je pomen drame in igre kot komunikacijskega sredstva vedno bolj viden tudi v različnih procesih pomoči.

Dramska terapija ima tako svoje korenine v religiji, gledališču, izobraževanju, družbenem delovanju in področju duševnega zdravja (History of Drama Therapy, b. d.). V zgodnjih šestdesetih letih, ko je bila večina ustanov in institucij na udaru svobodomiselnih idej, so se v Veliki Britaniji in kontinentalni Evropi ter v ZDA začeli oblikovati novi pristopi in načini dela z ljudmi; prav tako se je preoblikoval način izobraževanja in razumevanja umetnosti (Meldrum, 1994, str. 12-28). V tistem času se je veliko eksperimentiralo z gledališkimi predstavami z in za ljudi v institucijah, od vojnih veteranov do ljudi s postravmatskim stresom, duševnimi težavami in podobno (Landy in Montgomery, 2012, str. 169-219). Na začetku so dramo uporabljali kot dodatek h glavnim terapevtskim načinom dela z ljudmi, ob čemer je bila igra videna le kot način za polepšanje bivanja v bolnišnici, sčasoma pa vedno večkrat tudi kot priložnost za doseg nezavednih procesov, kar je zaznamovalo pomembne spremembe v razumevanju potenciala dramske umetnosti (Jones, 2007, str. 23-44).

Pionirji (Ilijne, Evrinov, Moreno, Sue Jennings, Peter Slade, Brian Way) so spodbujali improviziranje, spontanost, prilagodljivost, občutljivost, možnost komunikacije in izražanja ter osredotočenost na uporabo telesa in glasu, s čimer so postavili temelje in osnovna načela dramske terapije (Jones, 2007, str. 23-44). Zgodovina te stroke v ZDA in VB ima podobne korenine, saj izhaja iz izobraževalne drame, improvizacijskega gledališča in gledališke predstave (Landy in Montgomery, 2012, str. 169-219). V Veliki Britaniji so k razvoju dramske terapije močno pripomogli Remedial Drama Center (Meldrum, 1994, str. 12-28), Inštitut Sezam in drugi podobni inštituti, namenjeni usposabljanju in ponujanju storitev dramske terapije. Ti centri s Sue Jennings na čelu so močno pripomogli k ustanovitvi Britanskega združenja drama-terapevtov (BADTh) leta 1976 (Landy in Montgomery, 2012, str. 169-219). Podobno je proces združevanja posameznikov v skupine ljudi, ki so razvili ideje, koncepte in načine dela uporabe drame pri delu z ljudmi v ZDA, vodil k razvoju strokovnih izobraževanj in Nacionalnega Združenja za dramsko terapijo v ZDA, ustanovljeno leta 1979. To je vodilo do posebne identitete in oblike prakse dramske terapije, kot jo poznamo danes (Jones, 2007, str. 45-58).

Dramska igra je tako sčasoma pridobivala vedno več zaupanja v moč in veljavnost igre, kar je vodilo do oblikovanja dramske terapije, ki ponuja različne tehnike in načine dela, ki jih lahko uporabimo tudi v drugih procesih pomoči.

2.5.2. Definicija dramske terapije

Dramska terapija je opredeljena različno. Ena od definicij jo opredeljuje kot namerno uporabo dramskih in/ali gledaliških procesov za doseganje terapevtskih ciljev. Je utelešena praksa, ki je aktivna in izkustvena, kar lahko udeležencem zagotovi kontekst za pripovedovanje zgodb, postavljanje ciljev in reševanje problemov, izražanje občutkov ali doseganje sprostitve. Tako je z dramo mogoče aktivno raziskovati globino in širino notranjih izkušenj in izboljšati sposobnosti medosebnih odnosov (North American Drama Therapy Association, b. d.). Gre torej za pomoč ljudem z različnimi stiskami, da preko drame preoblikujejo življenjske izkušnje, se izražajo in rešujejo težave, s katerimi se srečujejo ter tako izboljšajo kakovost svojega življenja. Cilj je torej osebna rast, možnost nove interpretacije odnosov in izkušenj, iskanje rešitev za probleme, samozavest, samozaupanje, samo-sprejemanje, komunikacija, zavedanje o drugih, spontanost, socialna interakcija in sprememba, ki je potrebna za soočanje ali sprejemanje izzivov, ki nam jih prinese življenje (Jennings, Cattanach, Mitchell, Chesner in Meldrum, 1994, str. 208). Ti cilji se določajo skupaj z udeleženci (Jones, 2007, str. 285-322), ob čemer je vloga terapevta biti odgovorni podpornik, ki sodeluje v procesu ustvarjalnega potovanja (Meldrum, 1994, str. 12-28). Drama pa se uporablja kot način razumevanja sebe, saj so posamezniki akterji v vsakdanjem življenju, ki z dramo opisujejo svojo zgodbo, življenje, izzive, in podobno, ob čemer imajo vlogo sodelavca in ne subjekta, kar veliko prispeva k ustvarjalnemu procesu (Jones, 2007). Dramska igra ponuja prostor, umaknjen iz vsakdana, kjer je mogoče vsakodnevne izkušnje predstaviti, raziskati in integrirati (Landy, 1982, str. 136-153). Tako si posameznik lahko predstavlja, posnema resničnost in jo z imitacijo obvladuje, preobrazi ter si zamisli drugačnost, s čimer daje situaciji nov pomen in preoblikuje življenje (Jones, 2007, str. 23-44). Tako drama udeležencem omogoča, da so tako izvajalci kot gledalci, saj sami ustvarjajo dramo, ki ponuja vpogled od zunaj (Landy in Montgomery, 2012, str. 169-219).

V drami je zgodba povezana s pomočjo dialoga in akcije ter je predstavljena s spremljajočimi gestami, kostumi in kulisami kot v resničnem življenju, vendar tovrstna oblika drame v dramski terapiji ne potrebuje odra; prav tako ne potrebuje kostumov, rekvizitov in kulis; potrebuje posameznika ali skupino ljudi, ki sebe – svoje telo in svoj um – uporabljajo za akcijo in govor za pripovedovanje zgodbe (Meldrum, 1994, str. 12-28). Igra v dramski terapiji

poteka znotraj določenih meja in okvirov, kar ljudem predstavlja varnost in omogoča zaupanje (Jones, 2007, str. 155-191). K tem okvirom in mejam spada tudi delo v sedanjosti, saj se vsi prizori dogajajo v tistem času, čeprav posameznik lahko uprizori nekaj iz preteklosti ali nekaj v prihodnosti (Wilkins, 1999, str. 1-19). Tako drama predstavlja zelo prilagodljiv medij, ki omogoča uporabo različnih dramskih procesov (igro, improvizacijo, pripovedovanje zgodb, igro vlog) in izdelkov (lutk, mask, predstav), ki v ljudeh vzbujajo domišljijo, učenje, omogočajo vpogled in osebno rast (History of Drama Therapy, b. d.). V ospredju so pojem igrivosti in ustvarjanje namišljenih ali izmišljenih predstav (Jones, 2007, str. 3-22). Ko je drama odigrana, se običajno s tem lahko identificiramo, saj odslikava dele naše lastne zgodbe, kar pomeni, da je kljub temu, da govorimo o domišljiji, drama vendarle zelo realna stvar (Knoll, 2011). Ta proces lahko odpre številne kreativne, spremenjene načine reševanja in doživljanja težave, kar lahko udeleženi prenesejo v svoje življenje tudi zunaj srečanj dramske terapije (Jones, 2007).

Gre torej za raziskovanje novih načinov izražanja, ki lahko obogatijo delo z udeleženi, pri čemer je vloga dramskega terapevta podobna vlogi socialnega delavca, ki skupaj z udeleženi v procesu raziskuje rešitve in soustvarja želene izide. Več o podobnostih in razlikah pa v poglavju 2.6.

2.5.3. Način dela in doprinos dramske terapije

Dramska terapija je zaradi uporabe drame kot komunikacijskega sredstva razvila poseben način dela. Dramska igra je orodje, ki združuje poslušanje, govor in razmišljanje. Lahko jo uporabimo kot metodo za raziskovanje odnosov ali za izboljšanje razumevanja situacije, lahko pa je sredstvo za osredotočanje na izkušnje, ki jih je mogoče uporabiti v prihodnjih situacijah reševanja problemov (Thompson in Evans, 2005, str. 14-17). Ponuja možnost iskanja novih pomenov skozi igriv, eksperimentalni način dramatike, ki je ločen od vsakdanjega sveta in ima drugačne značilnosti, a je vendar povezan z njim (Jones, 2007, str. 3-22).

Načini dela v dramski terapiji so različni in lahko vključujejo: senzomotorično igro telesa, posnemanje dejavnosti, igro s konkretnimi ali simboličnimi predmeti, namišljeno igro, ki vključuje prevzem likov, vlog ali improvizacijo in podobno. Igra vlog se nanaša na proces, v katerem posameznik igra samega sebe ali namišljeni lik oziroma osebo, vzeto iz življenjske izkušnje. Preko take igre gleda z druge perspektive in vidi širši kontekst problema oziroma rešitve, ob čemer lahko preuči odnos med lastnimi vlogami, vlogami drugih in družbo (Jones,

2007). To mu omogoča pozornost, ki je na različnih ravneh interakcije s prostorom, predmeti, terapevtom, skupino, z udeleženi ali temo (Chesner, 1994a, str. 58-73). K večji razdalji od problemske situacije pripomore tudi uporaba metafor, lutk, mask, glasbe, slik, fotografij, predmetov in podobno (History of Drama Therapy, b. d.). Kadar pri dramskem ustvarjanju uporabljamo manjše predmete, nam to daje možnost, da jih premikamo in tako dobivamo večji nadzor nad dogodki; v procesu za komunikacijo lahko ne uporabljamo drugih medijev kot svoje telo. Takrat udeleženi odkriva in izraža vloge, ideje in odnos skozi obraz, roke, gibanje in glas. Na telo lahko tako gledamo tudi kot na sredstvo, s katerim posameznik doseže občutek lastne identitete in kot izrazni medij, skozi katerega se povezuje družba in posameznik (Jones, 2007, str. 223-240). Uporaba lutk ima v dramski terapiji vlogo projiciranja svoje vloge na lutko in predstavljanje zgodbe v tretji osebi, s čimer lahko udeleženi doseže nekakšno varno razdaljo med seboj, vlogo, ki jo predstavlja lutka, in dramsko igro. Lutka je nekakšen podaljšek udeleženca in pogosto spodbuja njegovo spontanost, pritegne pozornost in usmeri koncentracijo (Landy, 1982). Podobno vlogo v dramski terapiji ima tudi maska, ki omogoča svobodo izražanja in projiciranje vidikov posameznika. Metafore v dramski terapiji ustvarjajo distanco od dejanske identitete problema v resničnem življenju. Ta razdalja lahko udeležnemu omogoči drugačen odnos do problema z ustvarjanjem nove perspektive (Jones, 2007). Kadar se o nečem ni mogoče neposredno pogovarjati, bo izražanje lahko spodbudila metafora, lutka, maska ali predmet (Cattanach, 1994, str. 28-40).

Udeleženi na srečanjih lahko uporabljajo obstoječe besedilo ali ustvarijo svoj skript; pomembno je le, da delo poteka na temah in pomenih, za katere posameznik meni, da so pomembni (Jones, 2007, str. 23-44). Teme za delo v dramski terapiji prihajajo od članov skupine in včasih tudi od terapevta, ki lahko zazna temo ali težavo, ki je prisotna pri udeleženi (Chesner, 1994a, str. 58-73).

Tako drama omogoča pripovedovanje zgodbe in iskanje rešitev na drugačen način preko dramskih medijev, ki vključujejo improvizacijo, domišljijo, ustvarjanje in tako v terapijo vnašajo lastne izkušnje in načine razmišljanja posameznikov. S tem lahko v socialnem delu podpremo udeležene v procesu, o čemer več povem v nadaljevanju; na tem mestu se usmerim še k omejitvam uporabe tega umetnostnega izrazno-ustvarjalnega medija. Ker je vidnih več podobnosti med socialnim delom in dramsko terapijo, menim, da lahko pri uporabi igre v socialnem delu način dela dramske terapije uporabimo kot znanje za ravnanje.

2.5.4. Omejitve uporabe igre v procesih pomoči

Zgornja poglavja prikazujejo doprinos dramske igre za sodelovanje z ljudmi v procesih pomoči, ob čemer je potrebno poznavanje omejitev uporabe tega umetnostnega izrazno-ustvarjalnega medija. Pri uporabi dramske umetnosti je pomembno, da smo pozorni tudi na omejitve uporabe tega umetnostnega izrazno-ustvarjalnega medija v procesih pomoči. Dramsko ustvarjanje je samo po sebi dokaj odprto, zato je potrebno, da določimo toliko omejitev, da bo uporaba drame predstavljala varen kontekst za delo (Knoll, 2011). K temu lahko pripomore že prostor, ki mora biti prilagodljiv, da lahko omogoča preoblikovanja, saj lahko udeleženi enkrat za dramsko ustvarjanje potrebujejo čim več praznega prostora, drugič pa potrebujejo več različnih predmetov v prostoru. Dobrodošlo je, da so na voljo različni materiali in predmeti, ki lahko služijo kot spodbuda, a preveč različnih možnosti lahko hkrati predstavlja kaos in frustracijo, zato je pomembno, da je ponujenih ravno prav predmetov in možnosti, ki spodbujajo domišljijo in ustvarjanje ter ne predstavljajo barier (Chesner, 1994a, str. 58-73).

Omejitve dramske umetnosti lahko vidimo tudi pri elementih tega umetnostnega medija. Jones (2007) v svoji knjigi *Drama as Therapy: Theory, Practice and Research* zaobseže celovit pregled elementov dramske terapije, zato za prikaz omejitev uporabe dramske umetnosti v procesih pomoči, ki so povezane z njenimi elementi, izhajam iz njegovega dela.

V dramski umetnosti uporabljamo več elementov, kot so igra vlog, uporaba predmetov, mask, lutk in podobno, da v tretji osebi predstavimo problem in iščemo rešitev. Hkrati lahko vstop v vlogo ali uporabo drugega dramskega elementa doživljamo kot velik izziv, saj predstavlja izkušnjo zunaj običajnega okvira. Večino teh dramskih elementov z namenom iskanja rešitev ločuje posameznika od običajne resničnosti. Začasna sprememba identitete omogoča spreminjanje, a hkrati v posameznika vnese posebne lastnosti, ki zagotavljajo edinstvenost; z njo so povezani tudi občutki, misli, ki jih imamo sami od sebe in ki jih imajo drugi do nas. Ti občutki niso vedno prijetni; posameznika je na primer težko vstopiti v vlogo; v njej se lahko tudi izgubi, še težji proces lahko predstavlja zapuščanja vloge, ki pomeni vrniti se k običajni identiteti in hkrati ohraniti novo perspektivo, ki smo jo dobili preko vloge. V tem procesu lahko veliko pripomore refleksija, ki vključuje raziskovanje tistega, kar je drugačno in kar je enako. Podobno kot z vlogami je tudi z uporabo metafor in simbolov. Nekateri posamezniki lahko hitro in spontano oblikujejo odnose z dramskimi simboli in metaforami; znali bodo ustvarjati, se zavedati in uporabljati bogastvo simbola ali metafore. Morda jim bo ravno to v procesu predstavljalo oviro. Pri uporabi lutk, mask in majhnih predmetov je potrebno

zavedanje, da na delo in projekcijo lahko vpliva različen material in oblika predmetov, lutk ali mask. Tako na primer brezbarvna maska omogoča določene projekcije enih vrst izkušenj, maska klovna pa drugih, na drugi strani lastno okrašena maska popolnoma tretjih. Prav tako uporaba maske lahko pomeni, da udeleženi predstavi le del sebe skozi masko, kar lahko ustvari občutek, da to v resnici ni on sam, temveč maska, ki govori ali se premika. Tako igra vlog, uporaba metafor, mask, lutk in predmetov predstavlja kompleksen sistem, zato je pomembno, da jo prilagodimo posamezniku (Jones, 2007).

Pri uporabi dramske umetnosti je torej pomembno, da zagotovimo varen okvir in prostor za delo, da uporabljamo tehnike in elemente, ki udeležnim predstavljajo varnost in smo občutljivi na različne medije in materiale, ki jih vnašamo v srečanja. To velja tudi takrat, ko dramsko ustvarjanje uporabljamo v socialnem delu.

2.5.5. Struktura terapevtskih srečanj in tehnike dramske terapije

Podobno kot v drugih umetnostnih terapijah je tudi pri dramski terapiji strukturiran tako celoten proces kot vsako srečanje. Začetna srečanja v procesu so namenjena določanju okvira dela, postavljanju osnovnih pravil, znotraj katerih bodo potekala terapevtska srečanja. Na začetku je delo usmerjeno v spoznavanje in vzpostavljanje zaupnosti, ki vzpostavi osnovni kontekst za delo (Wilkins, 1999, str. 50-65). V teh srečanjih tudi opredelimo način dela, potek srečanj, prostor in čas za delo in v zvezi s tem podpišemo dogovor o terapevtskem sodelovanju (Landy, 1982, str. 136-153). Osrednja srečanja so namenjena dramskemu ustvarjanju udeležnih v procesu, delu na določenih temah, iskanju rešitev, razreševanju težav, pridobivanju novih kompetenc in podobno (Chesner, 1994a, str. 58-73). Končnega pomena srečanj ne moremo polno uvideti, dokler se ne ozremo nazaj in pogledamo celoto. Temu so v dramski terapiji namenjena zaključna srečanja, v katerih je čas namenjen pregledu izkušenj, ki smo jih dobili v celotnem procesu in, ki nam predstavljajo varnost, nam dajejo moč, da jih prenesemo v vsakdanje življenje (Bailey, 2009). Tako strukturiran proces ponuja varnost in tudi nekaj tveganja, ki spodbuja osebne spremembe.

Struktura posameznega srečanja v dramski terapiji je razdeljena na 3 dele – ogrevanje, osrednji del in zaključek, pri čemer je vsakemu od teh treh delov namenjena tretjina časa. Ta struktura udeležnim omogoča dramsko delovanje in ustvarjanje. Ogrevanje je namenjeno pripravi udeležnih na srečanje, vzpostavitvi varnosti in zaupnosti, spodbudi ustvarjalnosti in spontanosti ter deljenju razpoloženja, povezovanju udeležnih in oblikovanju tem za srečanje (Cattanach, 1994, str. 28-40). To ustvari priložnost, da se udeležni orientirajo v prostoru, se

usmerijo k osebnim vprašanjem in k skupini. Faza ogrevanja se lahko začne v krogu, ki lahko predstavlja nek začetni ritual. To prispeva k občutku povezanosti skupine in hkrati ponuja možnost za očesni stik in spontano interakcijo (Chesner, 1994a, str. 58-73). Primer ogrevalne vaje je dejavnost, v kateri se udeleženci sprva prosto gibljejo po sobi v različnih smereh. Ob znaku (na primer plosku z rokami) vodja skupine pove število, ki prikazuje, koliko udeležencev bo skupaj naredilo eno sliko, in ime figure, ki jo oblikujejo z domišljijo (History of Drama Therapy, b. d.). Morda pa skupaj pripovedujejo zgodbo. En posameznik na primer začne in pove začetni stavek zgodbe; naslednji doda drugega in tako naprej (Griede, 2005).

Osrednji del srečanja je namenjen fizičnemu in besednemu izražanju udeležencev v procesu. To je faza ustvarjanja, v kateri so osrednjega pomena teme, ki jih raziskujemo z različnimi dramskimi tehnikami (Cattanach, 1994, str. 28-40). V tem delu gre torej za večjo dramsko terapevtsko dejavnost, ki v posamezniku spodbudi različne procese raziskovanja problema in rešitve (History of Drama Therapy, b. d.). Osrednji del običajno vključuje številne prizore, igre vlog in pripovedovanje zgodb, ki se začnejo in končajo v sedanjosti ter vmes potujejo skozi čas in prostor. Takšna drama je spontana in nastaja v trenutku, ko jo ustvarijo udeleženci (Wilkins, 1999, str. 19-38). Tako ta faza vključuje nove izkušnje, saj se skupina tu in zdaj začne širiti na druge lokacije in v druge časovne okvire, kar udeležencem omogoča vstop in raziskovanje namišljenega sveta, ki so ga ustvarili sami in hkrati odraža fantazije. To prinese nove uvide in možnosti raziskovanja dobrih izidov (Chesner, 1994a, str. 58-73). Primer takšne dejavnosti je lahko aktivnost, pri kateri je nekdo v vlogi pripovedovalca zgodbe, drugi pa to zgodbo prikazuje oziroma igra (History of Drama Therapy, b. d.). V tem delu udeleženci s pomočjo improvizacije oblikujejo situacije, ki jih želijo odigrati (Landy, 1982, str. 136-153). Primer dejavnosti v tej fazi srečanja je lahko tudi igra vlog. Udeleženci na primer igra določeno vlogo; sodelujoči ga sprašujejo vprašanja, kako se giba njegova vloga, kako izgleda (je velika ali majhna, kakšne ima noge, trebuh, glavo itd.). Tisti, ki igra vlogo, na vprašanja odgovarja z gibanjem in besednim izražanjem (oponašanjem, na primer, kako bi nekdo kaj rekel itd.). Vlogo lahko postavimo v različne situacije, na primer spoznavanje nepoznanega človeka v primeru ljudi z avtizmom in podobno. Pred igro udeležene morda popeljemo skozi zgodbo v prihodnosti in ko zgodba doseže vrh, jo prepustimo kreiranju udeležencem, ki igrajo oziroma improvizirajo, kaj počnejo v prihodnosti, kdo so, kakšni so in tako naprej (Griede, 2005).

Temu sledi zadnja faza, ki je namenjena zaključevanju z dejavnostjo. Čas je namenjen prehajanju nazaj v lastno identiteto, skupnemu raziskovanju tega, kaj je drugačno, kaj je

enako, kaj lahko vsak iz vloge vzame zase in podobno (Jones, 2007, str. 192-222). Srečanje se lahko zaključi z razmislekom o celotni izkušnji, vzpostavljanjem osebnih povezav, izmenjavo zaznav in občutkov, s pregledom srečanja in zaključnim ritualom (Cattanach, 1994, str. 28-40). Dramsko ustvarjanje poteka med domišljijo in resničnostjo, zato je bistvenega pomena, da ob koncu domišljjskega raziskovanja varno zapustimo ta namišljeni svet in se vrnemo v resničnost ter se poslovimo od vseh udeležениh, ki so bili del ustvarjalnega procesa. Vsako srečanje je učna izkušnja, ki omogoča, da pogledamo, kaj je delovalo in kaj ne (Jones, 2007, str. 3-22). Srečanje se lahko zaključi v krogu, pri čemer vsak podeli eno željo za svojo prihodnost v povezavi s srečanjem (Landy, 1982, str. 136-153). Vsakega udeleženeega lahko povabimo, da opiše ali pokaže trenutek s srečanja, ki se ga spomni ali mu je bil všeč. Na koncu se lahko udeleženi poslovijo s skupno pesmijo ali skupinskim krikom. Tako sporoča jasen zaključek, vključuje celotno skupino in temelji na znanih dejavnostih (Chesner, 1994a, str. 58-73).

Taka struktura srečanj udeležениm omogoča varnost in predstavlja okvir za delo v procesu pomoči ter hkrati ustvarja pogoje za delo v dramski terapiji. Iz tega lahko izhajamo tudi, kadar uporabljamo dramsko umetnost v socialnem delu, o čemer več povem v nadaljevanju. Vsekakor pa menim, da lahko tehnike in metode, ki so uporabljene v različnem delu srečanja dramske terapije, uporabimo tudi v socialnem delu.

2.5.6. Pregled raziskav uporabe igre v procesih pomoči

Uporaba dramske igre v procesih pomoči lahko veliko prispeva k sodelovanju z ljudmi, ki se srečujejo z različnimi izzivi in so v različnih življenjskih obdobjih. Teme, ki jih zajemajo raziskave, vključujejo vpliv dramske igre na kognitivno, socialno, fizično in emocionalno področje.

Raziskave, ki preučujejo učinke dramske terapije na otroke in mladostnike, kažejo spremembe na različnih področjih. V preučevanje so vključeni otroci in mladostniki z različnimi izzivi, kot so avtizem, diagnoza raka, izkušnja zlorabe, travma, ADHD, težave v duševnem razvoju in motnje hranjenja. Ne glede na raznolikost izzivov, s katerimi se srečujejo udeležени v raziskavah, so učinki dramske terapije vidni na socialnem (vzpostavitev očesnega stika, sodelovanje v pogovoru, stik z neznano osebo, grajenje zaupnih odnosov, več komunikacije in izražanja), emocionalnem (zmanjšanje občutek tesnobe, sramu in strahu, povezanega z diagnozo, razvoj čustvene zrelosti), fiziološkem (sprememba srčnega utripa, krvnega tlaka, hitrosti dihanja) in osebnem (večja odpornost, večji občutek moči, povečanje samozavedanja,

zaznavanja sebe, motivacije za spremembe) področju. Drama tako omogoča fizične in senzorične izkušnje, ki spodbujajo osebni razvoj (Wei-Ming in Wen-Lung, 2006; Rossi, Iero, Pellicciari in Di Pietro, 2013; O'Leary, 2013; Karabová, Žitný in Ilievová, 2015; Moore, Andersen-Warren in Kirk, 2017; Vietri, 2018; Geigera, Shpigelmanb in Feniger-Schaala, 2020).

Dramo lahko uporabljamo tudi pri sodelovanju z odraslimi in sicer tistimi, ki so odvisni od drog, tistimi, ki so storili kazniva dejanja, ljudmi, ki imajo težave z duševnim zdravjem, ali pa se spopadajo z občutkom depresije in tesnobe. Raziskave, ki preučujejo to področje, kažejo učinke drame na izboljšanje komunikacijskih veščin, čustvenega zavedanja, socialne in poklicne angažiranosti, občutek večje moči, višjo samozavest in samozavedanje ter manj neprijetnih občutkov (Bournea, Andersen-Warrenb in Hackettc, 2018; Leather in Kewley, 2019; Wang idr., 2020).

Prav tako so ugodni učinki uporabe drame vidni pri sodelovanju s starimi ljudmi. Z zgodbo, metaforo, igro in improvizacijo lahko kulturna vprašanja ter odgovori pomagajo pri spominjanju, uživanju v življenju in žalovanju ter raziskovanju in sprejemanju duhovnosti starih ljudi. Raziskave, ki vključujejo stare ljudi brez zdravstvenih težav in stare ljudi z demenco, kažejo učinke dramske igre na osebnem (videnje smisla življenja, samosprejemanje, sprejemanje staranja, višja samopodoba, krepitev identitete), socialnem (socialne vključenost), emocionalnem (zmanjšani občutki depresije, boljše spopadanje s strahom, ki je povezan s staranjem) in kognitivnem (oživljanje preteklih spominov, večje izražanje) področju (Morris, 2011; Jaaniste, 2011; O'Rourke, 2016; Keisari, 2021).

Raziskave, izvedene v kontekstu socialnega dela prav tako kažejo, da drama spodbuja samozavest, pripomore k izpolnjevanju življenjskih potreb ljudi z različnimi izzivi, izboljšanju njihovega družbenega delovanja in krepi moč udeležencev (Lampič, 2014; Fung Chung in Kin Lou, 2018).

Zgornje raziskave kažejo, da so učinki dramske igre na ljudi opazni predvsem na socialnem, emocionalnem, fizičnem, kognitivnem in osebnem področju. Tako lahko dramska umetnost veliko pripomore k procesu dela. Dramsko ustvarjanje tako ljudi spodbudi k pogovoru, komunikaciji, grajenju odnosov, večjemu občutku moči in k spremembam, zaradi česar menim, da je primeren medij tudi v socialnodelovnem kontekstu za delo z ljudmi različne starosti in z različnimi izzivi. Glede na te rezultate raziskav uporabe dramske igre v procesih

pomoči menim, da gledališka umetnost lahko veliko doprinese tudi v sodelovanju z udeleženiimi v socialnem delu.

2.5.7. Pomen uporabe igre v socialnem delu

Sodelovanje v dramski igri v socialnem delu je namenjeno procesu razvijanja zavesti, prepoznavanju in krepitvi moči ter odpornosti in tudi raziskovanju alternativ in možnosti za rast, razvoj in preobrazbo. V socialnem delu lahko uporabimo igro vlog, lutke, vodeno igro, improvizacijo in podobno. To so ustvarjalna in igriva orodja, ki omogočajo in spodbujajo pripovedovanje zgodb, iskanje rešitev, spremembe in osebno rast (Halonen, 2018). Poudarek je na skupnem raziskovanju problema in iskanju zelenih razpletov. Igra spodbuja domišljijo in ustvarjalnost, kar nam omogoča, da sebe in skupino prepoznavamo kot možen vir podpore, razumevanja in smiselne interakcije, kar spodbuja radikalno spremembo pogleda na svet (Chesner, 1994a). Pripovedovanje zgodb in igra imata tako javno kot zasebno razsežnost, saj ju lahko v socialnem delu uporabljamo tako na individualnih in skupinskih srečanjih kot pri oblikovanju in izgradnji družbenih gibanj, ki spodbujajo kolektivne akcije. Pripovedovanje zgodb je oblika, ki prenaša vrednote, prakse, izkušnje in znanja; potrjuje lahko kolektivno identiteto skupine in izpostavlja dialog, skupinsko učenje in vrednotenje izkušenj udeležencev kot temelj za nadaljnje učenje in znanje (Halonen, 2018).

Ob uporabi dramske igre v socialnem delu je potrebno, da smo občutljivi in posameznike ter skupino v sodelovanje povabimo na nevsiljiv način ter zagotovimo varno okolje (Knoll, 2011). Udeležene povabimo, da sami izberejo različne predmete, maske, oblačila in druge rekvizite, saj ti lahko predstavljajo spodbudo k simboličnemu delu. Izbrani pripomočki s svojo strukturo, fizičnimi lastnostmi, položajem, obliko in pomenom vplivajo na zavedanje udeleženiimi v procesu. Predmeti, ki si jih posamezniki izberejo za sodelovanje, lahko predstavljajo na primer pomembno drugo osebo, občutek ali nekaj, s čimer se lahko identificiramo. Povezujemo jih z lastnostmi, ki so nam pomembne, ali jih pripisujemo drugim; ti pripomočki nam tako obujajo spomine (na določen dogodek, na določeno osebo ipd.). Tako izbira predmetov predstavlja velik pomen in ponudi teme za delo; še večjo pomembnost predmeti dobijo med igro in tako predstavljajo dodatno spodbudo zavedanja (Jones, 2007). S tem, ko rekviziti oživijo, skozi njih vzpostavimo komunikacijo, ki je manj ogrožajoča, kot je običajna komunikacija iz oči v oči. Tako lahko različni pripomočki postanejo nenevaren posrednik, pomočnik in ščit, ki ne izpostavlja posameznika direktno, ampak mu dovoljuje, da skozi igro izrazi svoje stališče in misel (Majaron in Korošec, 2006). Tako drama udeleženiimi in gledalcem v socialnem delu omogoča predstavitev in vpogled ter

razumevanje dogajanja (History of Drama Therapy, b. d.). Celoten proces je bogat in poživljajoč, saj omogoča vpogled v dano situacijo in posameznikov način razumevanja le-te; hkrati z uporabo ustvarjalnosti in spontanosti ponuja rešitve za izzive (Wilkins, 1999, str. 1-19).

Dramska igra tako v socialnem delu podkrepi razsežnosti dela na mikro, mezo in makro ravni, predstavlja popestritev in pomaga izraziti tisto, kar je težko ubesediti, ter tako predstavlja glas ljudi, jih okrepi in podpre pri spremembah.

2.5.8. Integracija dramske igre v socialno delo na mikro, mezo in makro ravni

S pomočjo dramske igre lahko v socialnem delu dosežemo spremembe pri posamezniku, skupini, skupnosti in družbi. Na osebni ravni gledališki izraz ljudem pomaga, da se osredotočijo na svoje telo, misli in besede, prevzamejo vloge in spodbudijo domišljijo. Na socialni ravni pa participativna skupinska igra prispeva k občutku pripadnosti in dostojanstva. Na ravni družbe lahko dramska igra pomaga povečati udeležbo prikrajšanih družbenih skupin, da bi izzvala vzpostavljene odnose moči v sistemu in vplivala na družbene spremembe (Ducca Cisneros, 2018, str. 80-95).

Kadar dramsko igro uporabljamo v socialnem delu pri sodelovanju s posamezniki ali skupinami, lahko znotraj posameznega srečanja dramsko umetnost uporabimo na začetku, v sredini ali na koncu. Začetek srečanja je namenjen pozdravu, pri čemer lahko svoje počutje prikažemo z obliko telesa. Če je na srečanju udeležencev več, je lahko en v obliki kiparja in oblikuje telo drugega, ki je kip. Tako se vzpostavijo socialne interakcije; udeleženci se urijo v oblikovanju. Potem kiparji povedo, kaj so oblikovali; kipi takrat oživijo in to zaigrajo (Pendzik, b. d.). To lahko uporabimo tudi kasneje na primer za prikaz problema ali oblikovanje rešitve. Pozdravu sledi ogrevanje, ki udeležencem omogoča, da se osredotočijo na delo tukaj in zdaj ter se ogrejejo za raziskovanje s pomočjo domišljije in se tako pripravijo na kreativno sodelovanje (History of Drama Therapy, b. d.). Primer ogrevalne vaje je na primer igra asociacij, ki lahko poteka tako, da posamezniki izmenično pokažejo na predmet v sobi in povedo prvo besedo, ki jim pade na pamet in je povezana s tem predmetom, pri čemer ga ne opisuje neposredno. V osrednjem delu sodelovanje poteka na določeni temi, ki izhaja iz udeležencev v procesu. Ti lahko sami dajo idejo za ustvarjanje; temo predlaga vodja ali ponudi več možnosti, med katerimi udeleženci izberejo tisto, na kateri želijo delati (Chesner, 1994a, str. 58-73). V tem delu posamezniki igrajo prizore, pripovedujejo zgodbe, igrajo različne vloge in tako skozi dramo raziskujejo problem ter iščejo rešitev (Wilkins, 1999, str.

19-38). Uporabimo na primer vprašanje o čudežu. Skozi začetno pripoved povemo, da se je ponoči zgodil čudež; potek naslednjega dneva, ki je popolnoma nov in drugačen, odigra udeleženi skozi lutko. Ta pripoveduje, kaj se dogaja, kaj je drugače od običajnega, kako se počuti ob tem in podobno (Thompson in Evans, 2005, str. 14-17). Udeleženi v procesu lahko v osrednjem delu srečanja tudi igrajo vloge in scenarije iz resničnega življenja. V praksi socialnega dela se igre vlog vključijo na najrazličnejše načine pri delu s posamezniki, družinami ali skupinami. Z igranjem vlog, preučimo številne vidike družin, kot so komunikacijski stili, vzorci in ovire, družinska dinamika, meddružinski odnosi in še več, da bi povečali zavest o tem, kako posamezni družinski člani doživljajo različne vidike družine. Poleg tega igranje vlog ponuja priložnosti za raziskovanje možnosti za preobrazbo, rast in razvoj v družinskem sistemu. Primer vaje, ki udeležnim pomaga, da začnejo raziskovati različne vidike sebe v družini v čustveno varnem okolju, je na primer igra vlog drugega družinskega člana (Halonon, 2018). V zaključku je čas namenjen prehodu v lastno identiteto in pregledu tega, kaj iz igre lahko posameznik vzame zase (Jones, 2007, str. 192-222). Na mizi ponudimo številne predmete ali različne slike (na primer personalizirane kartice ali kartice družabne igre Dixit), ob čemer udeležene povabimo, da izberejo sliko, ki predstavlja njihov naslednji korak, sliko, ko bodo dosegli spremembo oziroma želeni izid in podobno (Chesner, 1994a, str. 58-73), kar jim pomaga, da se usmerijo v prihodnost in jim daje motivacijo.

Z gledališko oziroma dramsko igro ne dosežemo le sprememb pri posameznikih in skupinah, ampak tudi v družbenem prostoru. Ob tem je razvitih že vrsto načinov, s katerimi spodbujamo socialno pravičnost in izpostavljamo osebno, družbeno in politično zatiranje ljudi. Predvsem gre za tako imenovano uporabno gledališče, ki je usmerjeno k političnim in družbenim spremembam. Primeri tovrstne dramske igre so gledališče zatiranih, gledališče zapornikov, feministično gledališče, gledališče temnopolnih ljudi, gledališče istospolnih, gledališče oviranih in podobno (Jones, 2007, str. 23-44). Tako dramska igra govori o možnosti sprememb, spodbuja razmišljanje in družbeni aktivizem v zvezi s kulturno identiteto, rasizmom, zdravjem, počutjem in podobno. Ustanovljena je bila mreža INTiP – International Network Theatre in Prison za pomoč ljudem v zaporih pri razvoju socialnih veščin, samozavesti in osebnih sprememb; hkrati je njihov namen ozaveščati javnost o zatiralskih razmerah in si prizadevati za družbene spremembe (Landy in Montgomery, 2012, str. 126-166). V Bruslju so razvili System_D, ki je namenjen socialno ranljivim skupinam ljudi, ki se spopadajo z različnimi etničnimi in socialno-ekonomskimi okoliščinami. Gre za filmski

festival, na katerem mladi ljudje predstavijo svoje zgodbe in perspektive. Na ta način mladi dobijo glas in možnost, da se jih sliši v družbi. V filmih z dramsko igro prikažejo položaje neenakosti, ki spodbudi razpravo po koncu prikazanega filma. To odpira možnosti za pridobivanje vpogledov v druge perspektive in doživete izkušnje ter razmislek o lastnem referenčnem okviru in perspektivah. Filmi se nenehno dotikajo družbenih in političnih tem, kar igra pomembno vlogo pri ustvarjanju, spreminjanju in izzivanju dogovorjenega simbolnega reda v družbi. Tako System_D deluje kot oblika kulturne akcije in pod vprašaj postavlja družbeni red in uresničevanje človekovega dostojanstva v družbenem kontekstu (Verschelden, DeHaene, Steenberghe in DeDroogh, 2018; str. 219-230). V Keniji se je oblikoval projekt za participativno izobraževalno gledališče, katerega cilj je pomagati ljudem, da se bolje zavedajo virusa HIV oziroma aidsa, in razpravljati o načinih ukrepanja. Predstava je sestavljena iz kratkih prizorov, ki vključujejo odziv občinstva. Filipinsko izobraževalno gledališko združenje (PETA) je primer dramske skupine, ki uspešno deluje prek lokalnih družbeno-kulturnih tradicij z namenom spodbujanja družbene zavesti in sprememb. Preko predstav PETA poziva svoje občinstvo za izboljšanje razmer zatiranih (revščina, zlorabe, brezdomstvo) v filipinski družbi. V predstavi z imenom Mga Batang Hurnal ("Otroci, ki delajo na plantažah sladkornega trsa") so mladi igralci predstavili svoje življenje na poljih sladkornega trsa. V predstavi zgodbe o revščini in težkih življenjskih razmerah odpirajo mnoga vprašanja in spodbujajo socialno ozaveščenost glede stiske mladih delavcev na poljih sladkornega trsa. Ob zaključku igre mladi igralci izrazijo svoje želje za prihodnost (Landy in Montgomery, 2012, str. 126-166). V New Yorku je bil ustanovljen projekt Rdeče niti miru za družbeni aktivizem, ki je namenjen dramskim predstavam, ki prikazujejo procese zgodovinskih travm, rasizma, ustrahovanja domorodcev, starih ljudi, LGBTIQ in drugih marginaliziranih skupnosti (Halonon, 2018). V Sloveniji je na področju gledališča zatiranih oziroma gledališča za družbene spremembe dejavna in aktualna gledališka-aktivistična skupina Transformator, ki deluje že od leta 2010 in predstavlja vprašanja o aktualnih družbenih tematikah (Kulturno umetniško društvo Transformator, b. d.). Tovrstnih primerov uporabe dramske igre za družbene spremembe po vsem svetu je še mnogo več.

Tako je veliko možnosti, kako lahko dramsko igro uporabimo v socialnem delu na različnih ravneh, pri sodelovanju neposredno z ljudmi in pri spodbujanju družbenih sprememb. S tem zaključujem to poglavje, ki je bilo namenjeno pregledu uporabe dramske igre v procesih pomoči.

2.6. POVEZAVE IN RAZLIKE UMETNOSTNIH TERAPIJ IN SOCIALNEGA DELA

To poglavje je namenjeno preučevanju povezav in razlik umetnostnih terapij, ki sem jih vključila v raziskovanje, in socialnega dela. Področja razlikovanja socialnega dela in različnih umetnostnih terapij izhajajo iz zgornjih poglavij, v katerih preučujem vsak umetnostni izrazno-ustvarjalni medij posebej. Glede na področja preučevanja posamezne umetnostne terapije (definicije, načina dela, omejitev, strukture srečanj in procesa ter učinkov, ki jih prikazujejo raziskave umetnostnih terapij) sem po sklopih oblikovala spodnja poglavja. Ker sem med pregledom literature posameznih umetnostnih terapij opazila, da so si izhodišča in kontekst dela različnih umetnostnih terapij med seboj podobna, jih preučujem v tem delu raziskave; hkrati jih primerjam z izhodišči in kontekstom socialnega dela. Ker je delovni odnos v socialnem delu specifičen in temelji na soustvarjanju, sem temu namenila posebno poglavje. Podatke za primerjavo socialnega dela in umetnostnih terapij v teh področjih črpam iz različnih virov posamezne stroke in jih med seboj primerjam. V vsakem poglavju primerjavo najprej predstavim skozi tabelo, ki jo v nadaljevanju temeljiteje obrazložim.

Zaradi lažjega pregleda na začetku primerjam različne umetnostne terapije in nato prikažem različna ter podobna izhodišča umetnostnih terapij in socialnega dela; zatem primerjam kontekst in tudi način dela, delovni odnos in strukturo procesa ter srečanj omenjenih strok.

2.6.1. Primerjava plesno-gibalne, glasbene, likovne in dramske terapije

Preden se usmerim k preučevanju povezav in razlik med umetnostnimi terapijami in socialnim delom želim primerjati različne umetnostne terapije med seboj.

PODOBNOSTI	RAZLIKE
• Jedro definicij • Cilji • Način dela • Omejitve • Struktura srečanj • Struktura procesa • Učinki posamezne terapije • Skupine ljudi s katerimi sodelujejo posamezni umetnostni terapevti	• Uporaba umetnostnega izrazno-ustvarjalnega medija • Način sodelovanja, ki je povezan z uporabo umetnostnega izrazno-ustvarjalnega medija

Tabela 1: Primerjava plesno-gibalne, glasbene, likovne in dramske terapije

Ples, glasba, likovno ustvarjanje in dramska igra so se ob koncu 19. in začetku 20. stoletja, v času revolucij vedno pogostejše in vedno več uporabljali v različnih procesih pomoči, kar je vodilo do oblikovanj strok umetnostnih terapij, kot so plesno-gibalna, glasbena, likovna in

dramska terapija. Kot prikazuje tabela 1 so si te med seboj podobne v več točkah. Definicije vsake od njih prikazujejo, da so namenjene uporabi umetnosti, kreativnosti in ustvarjalnosti za spodbujanje razvoja osebnostnih sprememb, kot so spremembe na fizičnem, emocionalnem, kognitivnem in socialnem področju. Cilji vseh omenjenih umetnostnih terapij so usmerjeni k prenosu sprememb, doseženih na srečanjih, v posameznikov vsakdan. Prav tako so si različne umetnostne terapije podobne v načinu dela, saj skozi improvizacijo in različne tehnike, kot so zrcaljenje, prevzemanje vlog in podobno, spodbujajo izražanje ter samozavedanje; hkrati omogočajo tudi neverbalno odzivanje terapevtov. Umetnostni mediji omogočajo tako aktivno soustvarjanje kot sprejemanje ustvarjenih izdelkov (na primer poslušanje pesmi). Umetnostne terapije, ki sem jih preučevala zgoraj, so si med seboj podobne tudi v omejitvah, ki so povezane predvsem z umetnostnimi mediji in njihovimi elementi in tudi tehnikami, ki jih uporabljamo ob uporabi umetnostnih medijev. Podobnost plesno-gibalne, glasbene, likovne in dramske terapije vidimo tudi v strukturi terapevtskih srečanj in celotnega procesa, saj so tako srečanja kot proces vseh omenjenih umetnostnih terapij razdeljeni na tri dele (začetek, osrednji del in zaključek). Pregled raziskav uporabe posameznega umetnostnega medija v procesu pomoči prikazuje podobnost teh v učinkih, ki jih dosežemo z uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev. Ti učinki so vidno na kognitivnem (izboljšanje spomina, koncentracije), socialnem (spodbujanje socialnih interakcij, izrazno sporazumevanje), emocionalnem (boljše samozavedanje, manj neprijetnih in več prijetnih občutkov) in fizičnem (boljše gibalne zmožnosti in senzomotorično delovanje) področju. Prav tako raziskave prikazujejo, da umetnostni terapevti sodelujejo z enakimi skupinami ljudi. Plesno-gibalna, glasbena, likovna in dramska terapija se med seboj tudi razlikujejo, kot prikazuje tabela 1. Razlike med umetnostnimi terapijami se nanašajo predvsem na način dela glede na uporabljen umetnostni izrazno-ustvarjalni medij, ki ima vsak svoje specifičnosti.

Ker so si plesno-gibalna, glasbena, likovna in dramska terapija med seboj tako podobne in imajo podobna izhodišča, kontekst dela, opredelitev delovnega odnosa in podobno strukturo srečanj ter celotnega procesa, v nadaljevanju uporabljam izraz umetnostne terapije, s čimer se navezujem na vsako od preučevanih v tej nalogi.

2.6.2. Osnovna izhodišča za delo z udeleženiimi v procesu v socialnem delu in umetnostnih terapijah

V tem poglavju pogledam osnovna izhodišča umetnostnih terapij in socialnega dela ter jih med seboj primerjam.

OSNOVNA IZHODIŠČA	OSNOVNA IZHODIŠČA SOCIALNEGA DELA	OSNOVNA IZHODIŠČA UMETNOSTNIH TERAPIJ
PREDMET STROKE	Predmet je pomoč in podpora ljudem pri reševanju kompleksnih psihosocialnih problemov posameznikov, družin, skupin, skupnosti in doseganju družbenih sprememb.	Spodbuda osebnih sprememb s pomočjo umetnosti.
KONCEPT DELA	Ključni element je delovni odnos soustvarjanja.	Ključna je umetnost, ki je univerzalna, izvirna in unikatna ter je na voljo vsem.
MEDIJ KOMUNIKACIJE	Osrednji prostor komunikacije zavzema beseda.	Kot medij za interakcijo, neverbalno komunikacijo in samoizražanje je uporabljena umetnost.
CILJI SODELOVANJA	Sodelovanje je usmerjeno v iskanje možnih rešitev, ustvarjanje novega, krepitev moči.	Prizadevanje za osebno rast, povečanje samozavedanja, reševanja izzivov, prepoznavanje virov moči.
RAZUMEVANJE UDELEŽENIH V PROCESU	- vsak udeleženec je edinstven in lahko raste, - bistveno je slišati glas ekspertov iz izkušenj.	- vsak udeleženec je edinstven in lahko raste - poudarek je na spodbujanju samoizražanja.

Tabela 2: Primerjava osnovnih izhodišč socialnega dela in umetnostnih terapij

Kot je vidno v zgornji tabeli, so si nekatera osnovna izhodišča posameznih strok podobna, druga različna. Podobnosti vidim v ciljih sodelovanja strok in razumevanju udeleženih v procesu pomoči; razlike so vidne v predmetu stroke, konceptu dela in mediju komunikacije. Predmet umetnostnih terapij je uporaba umetnosti za spodbujanje osebnih sprememb (American Dance Therapy Association, b. d.; European Association Dance Movement Therapy, b. d.; World Federation of Music Therapy, b. d.; Bruscia, 2014; American Art Therapy Association, b. d.; The British Association of Art Therapists, b. d.; North American Drama Therapy Association, b. d.). Spremembe, ki jih dosežemo v umetnostnih terapijah, spodbudijo spremembo na miselni aktivnosti in posledično na delovanju posameznika (Bartenieff in Lewis, 1980, str. 143-151). Umetnostne terapije težijo k večjemu zavedanju telesa in občutkov udeležencev z namenom, da izkoristijo svoj potencial za osebno rast in ustvarjajo spremembe, ki so zanje pomembne in potrebne (Payne, 1990, str. 38-39). Namen umetnostnih terapij je spremembe iz posameznih srečanj prenesti v vsakodnevno življenje. Ustvari se povezava med posameznikovim notranjim svetom, problemsko situacijo ali življenjsko izkušnjo in aktivnostjo v umetnosti, ki ponuja različne rešitve. Posameznik lahko

tako doseže drugačen odnos do težav in novo razumevanje življenjskih izkušenj (Jones, 2007, str. 3-22). Na drugi strani je predmet socialnega dela spodbujanje ljudi tako k reševanju osebnih življenjskih izzivov kot k doseganju družbenih sprememb (International Federation of Social Workers, b. d.). Cilj socialnega dela kot poklica je izboljšati počutje posameznikov v njihovem okolju, povečati sposobnosti za reševanje problemov, povezati ljudi s sistemi, ki jim zagotavljajo vire, storitve in priložnosti. Temeljne vrednote socialnega dela so dostojanstvo in vrednost človeka, pomen človeških odnosov, socialna pravičnost, integriteta in uresničevanje demokratičnih načel ter uveljavljanje človekovih pravic. To poslanstvo je osebno in družbeno, saj se osredotoča na posameznika enako kot na skupnost in usmerja pozornost na vprašanja socialne pravičnosti (Huss in Bos, 2018; Milošević Arnold in Postrak, 2003). Udeleženi v procesu pomoči imajo osrednjo vlogo pri so-ustvarjanju nove, alternativne družbene konstrukcije realnosti, torej imajo pomembno vlogo tudi pri kulturni spremembi na širši ravni, v okviru spremembe kulture in narave človeka (Postrak, 1996). Na tem mestu vidim razliko v usmerjenosti socialnega dela, ne le k osebnim spremembam, temveč tudi družbenim; predmet dela je torej širši v stroki socialnega dela.

Razlika, ki jo vidim med socialnim delom in umetnostnimi terapijami, je tudi v konceptu dela. Umetnostne terapije v ospredje postavljajo umetnost in izhajajo iz razlage, da je umetnost univerzalna, izvirna in unikatna ter na voljo vsem (Bruscia, 2014). V socialnem delu je ključna izkušnja odnosa, ki definira vrsto pogovora, s pomočjo katerega se dogaja proces pomoči, ki omogoča, da sta socialna delavka in udeleženi v procesu sogovornika. Pogovor in s tem povezan odnos je torej tisti, ki v socialnem delu omogoča izkušnjo spoštovanja in osebnega dostojanstva (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Tako v socialnem delu osrednji prostor sporočanja zavzema beseda, v umetnostnih terapijah pa je za komunikacijo uporabljena posamezna umetnost (Bruscia, 1998), ki je uporabljena kot medij za interakcijo, neverbalno komunikacijo in samoizražanje znotraj terapevtskega odnosa ter igra pomembno vlogo v terapevtskem procesu, saj je sredstvo pridobivanja informacij (Knoll, 2011). Ravno ti mediji komunikacije razlikujejo socialno delo od umetnostnih terapij.

Na drugi strani je med socialnim delom in umetnostnimi terapijami tudi več podobnosti. Umetnostne terapije si ne prizadevajo za estetski zgled, temveč za spodbujanje osebne rasti, povečanje samozavedanja, samorazumevanja, iskanja smisla, doseganja uvida, reševanja izzivov, krepitev moči in bogatenje vsakdanjega življenja udeleženi v procesu (Malchiodi, 1998). Posebnost umetnostnih terapij je v tem, da so tako aktivne kot sprejemljive narave, saj vsaka umetnostna izkušnja vključuje tistega, ki ustvarja, določen proces, nek izdelek, kontekst

oziroma okolje in tistega, ki sprejema sporočilo preko umetnosti (Bruscia, 1998). V tovrstnih terapijah je torej ustvarjalni proces tisti, ki vključuje prepoznavanje izzivov, raziskovanje alternativ in možnosti, igranje z vsemi razpoložljivimi viri, preizkušanje, kaj najbolje deluje pri reševanju problema, izbiro, katere možnosti so bolj prijetne, in nato organiziranje vseh odločitev v izdelek (Bruscia, 2014). Tudi socialno delo je kot znanost in stroka usmerjeno v iskanje možnih rešitev, ustvarjanje prostora in časa za komunikacijo, da se lahko ustvari nekaj novega, spremembo, premik iz problematičnih, bolečih medosebnih odnosov v želene izide. Pri tem sodelovanje med udeleženi poteka v iskanju in prepoznavanju različnih virov moči, tako v posamezniku kot v njegovem okolju, iskanju učinkovitih vzorcev ravnanja, dobrih izkušenj in doživljanj, na katerih je smiselno in vredno graditi sedanost za prihodnost. Tako pogovor v socialnem delu prinese nove premisleke, nove odločitve, nove poglede, alternativne rešitve in drugačno razumevanje (Šugman Bohinc, 1994). Prizadevanje za osebno rast in iskanje rešitev je torej stičišče socialnega dela in umetnostnih terapij; prav tako so skupne točke teh procesov pomoči vidne v razumevanju udeležencev. Izhodišče umetnostnih terapij je razumevanje, da je vsak udeleženec drugačen in se lahko spremeni, vendar za to potrebuje priložnosti, da spozna sebe v varnem, strukturiranem in hkrati raziskovalnem okolju, pri čemer je nujno zavedanje, da smo vsi ljudje zmožni rasti, imamo zavedanje, smo zmožni odločanja in imamo potencial za osebni razvoj (Payne, 1990). Enako v socialnem delu izpostavlja Gabi Čačinovič Vogrinčič (1996, str. 396) in dodaja, da je pri tem pomembno omogočanje takšnih interakcij, da bodo v njih udeleženi v procesu pomoči lahko prevzeli odgovornost za svoje odločitve, doživljanje in ravnanje (prav tam). Tako je poudarek na sposobnostih in močeh ljudi, ne na diagnozi ali pomanjkljivostih (Cappelen in Andersson, 2014, str. 2-5). Prav tako smo tudi v socialnem delu usmerjeni h krepitvi razpoložljivih virov moči udeleženih, da posamezniki odkrijejo in razširjajo vire in orodja v sebi in okoli sebe (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Tako v umetnostnih terapijah kot v socialnem delu je bistveno spoštovanje človeka kot posameznika s prosto voljo. Socialno delo ni le instrument učinkovite pomoči, temveč predvsem orodje njegove emancipacije, zagotovilo, da bo njegov dejanski glas slišan, čeprav mu je bila virtualna moč besede odvzeta (Flaker, 2003a). K temu stremijo tudi umetnostne terapije, ki udeležene s pomočjo občutka notranje strukture, razvoja telesne podobe, telesne ozaveščenosti in občutljivosti zase spodbujajo k samozavedanju, krepitvi samoizražanja in socialne zavesti s sodelovanjem, spodbujanjem sočutja, zmožnostjo sledenja in vodenja (Payne, 1990).

Kot prikazuje to poglavje, je med socialnim delom in umetnostnimi terapijami vidnih več podobnih izhodišč, kot so raziskovanje alternativ, usmerjenost k spremembam in rešitvam, ponujanje izkušenj za osebno rast, odkrivanje virov moči in spoštovanje posameznika, ki je ekspert izkušenj; vidnih je tudi nekaj razlik v konceptu dela in predmetu strok ter v uporabi različnih komunikacijskih sredstvih, ob čemer je potrebno poudariti, da socialno delo nenehno išče poti, kako slišati glasove ljudi in uporablja različna komunikacijska sredstva ter se ne zanaša se le na besede; prav tako se na različne komunikacijske medije naslanjajo umetnostne terapije, o čemer več povem v nadaljevanju; še prej med seboj primerjam kontekst dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah.

2.6.3. Kontekst dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah

V tem poglavju primerjam kontekst socialnega dela in umetnostnih terapij, ob čemer vključim opredelitev udeleženi v procesih pomoči, delo s skupino in s posameznikom ter prostor za delo.

KONTEKST DELA	KONTEKST DELA V SOCIALNEM DELU	KONTEKST DELA V UMETNOSTNIH TERAPIJAH
UDELEŽENI V PROCESU POMOČI	Udeleženi v procesu pomoči so ljudje različnih starosti (od otrok, mladostnikov, družin, odraslih do starih ljudi) z različnimi izzivi (fizičnimi, senzornimi, jezikovnimi, kognitivnimi, duševnimi, psihičnimi).	
DELO S SKUPINO IN POSAMEZNIKOM	Delo poteka s posameznikom, družino ali delo v skupini.	
OKOLJE ZA DELO	Tako socialno delo kot umetnostne terapije poudarjajo pomembnost vzpostavljenega dialoškega odprtega in varnega prostora.	

Tabela 3: Primerjava konteksta socialnega dela in umetnostnih terapij

Kot prikazuje tabela 3 v socialnem delu in umetnostnih terapijah sodelujemo s široko paleto ljudi. V socialnem delu sodelujemo z ljudmi z različnimi izhodišči in različnimi izzivi (finančnimi, psihičnimi), soustvarjamo z ljudmi različnega spola, spolne usmerjenosti, starosti, etničnega izvora, barve kože, ovirami, z vero v različne religije in tako naprej, zato delujemo v različnih institucijah in organizacijah. Gre za sodelovanje med socialno delavko in človekom, ki rešuje socialno stisko in pri tem potrebuje pomoč ter podporo, da doseže določene spremembe. Za opisovanje ljudi uporabljamo izraz udeleženi v rešitvi, sogovornik, strokovnjakinja izkušenj (Milošević Arnold in Postrak, 2003; Flaker, 2003a; Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Prav tako kot socialno delo imajo široko področje

dela tudi umetnostne terapije. Te se uporabljajo v šolah, klinikah, bolnišnicah, domovih za stare ljudi, dnevnih centrih, zaporih, zavodih, zasebnih institucijah in sodelujejo z vrsto ljudi različnih starosti (od otrok, mladostnikov, družin, odraslih do starih ljudi) z različnimi izzivi (fizičnimi, senzornimi, jezikovnimi, kognitivnimi, duševnimi, psihičnimi izzivi, na primer avtizem, senzorična ovira, travma, odvisnost od drog in tako dalje). Razlike med udeleženiimi v umetnostnih terapijah so lahko povezane tudi s spolom, kulturo, socialno-ekonomskim statusom ali drugimi značilnostmi, povezanimi z edinstvenim ozadjem ali izkušnjami (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018; Bruscia, 2014; History of Drama Therapy, b. d.; Payne, 1990; Edwards, 2004; Rubin, 1999; Case in Dalley, 1992). Tako v umetnostnih terapijah kot v socialnem delu torej soustvarjamo z raznolikimi ljudmi z raznolikimi izzivi, ki poskušajo v celoti sodelovati v družbi. Srečujemo se torej s človeško raznolikostjo, ki ima družbeni pomen in resnično vpliva na življenje ljudi (Gaine, 2010).

Tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah lahko delamo s posamezniki in s skupinami. Kadar v procesu pomoči, naj gre za socialno delo ali umetnostne terapije, sodelujemo s skupino; tako spodbujamo socialno učenje, omogočamo podporo udeleženiim, ki se spopadajo s podobnimi izzivi, učenje iz povratnih informacij in preizkušanje vlog v varnem kontekstu, ob čemer vidimo, kako se drugi udeleženi na to odzivajo. Na drugi strani pa individualno delo z udeleženiim v procesu pomoči omogoča intimnost, visoko stopnjo zaupnosti, več pozornosti in podobno (Liebmann, 1999). Ne glede na to, ali sodelujemo s posamezniki, skupinami ali skupnostmi, pa tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah izpostavljamo pomembnost prostora, v katerem se srečujemo z udeleženiimi v procesu pomoči. Gre za prostor v smislu intrapsihičnega prostora in medosebnega prostora ter tudi v fizičnem smislu. Naloga socialnih delavk in delavcev je, da omogočamo odprt prostor za delo, kar pomeni, da se približamo uporabnikom in raziskovanje začnemo tam, kjer so udeleženi, da ga soustvarjamo in vsakokrat na novo preverjamo razumevanje in interpretacije ter skupaj kreiramo rešitve (Čačinovič Vogrinčič, 2002). Tako okolje v socialnem delu ni diskriminatorno in ne stigmatizira udeleženiim v procesu pomoči (Flaker, 2003b). Tudi umetnostne terapije izpostavljajo pomembnost zagotavljanja odprtega prostora za delo, takega, ki je sprejemljiv za različne interpretacije, oblike interakcij in dejanja. Ob tem je pomembno, da ljudem damo vedeti, da se umetnostno ustvarjanje ne presoja ali obsoja (Cappelen in Andersson, 2014, str. 2-5). To, da je prostor odprt, pomeni, da smo na razpolago udeleženiim in smo tam ter smo odprti za različne izkušnje in nove rešitve, kar pomeni, da jih ne presojamo, temveč jih sprejemamo in z njimi občutljivo ravnamo (Bruscia, 2014, str. 75-

96). Okolje za delo mora biti tako v umetnostnih terapijah kot v socialnem delu ne samo odprto, ampak predvsem varno. Socialne delavke in delavci ter glasbeni terapevti in terapevtke smo odgovorni za to, da vzpostavimo in varujemo varen prostor za delo, v katerem ima vsak možnost, da soustvarja odločitve, da dela v sedanjosti in na raziskovanju tistega, kar je mogoče storiti (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Varnost prostora zagotovimo tudi z upoštevanjem kulturnega ozadja ljudi, kar nam pomaga razumeti določena prepričanja, razumevanja in doživljanja ljudi (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018). Koncept varnega prostora socialnega dela in umetnostnih terapij je povezan tudi z dogovorom o načinu dela. Gre za skupek smernic, pričakovanj in pravil, ki določajo standarde za varno, sprejemljivo in učinkovito delo. Ti dogovori so povezani z vzpostavitvijo varnega in podpornega odnosa, jasnih pravil dela (določen čas, prostor), ubesedenimi pričakovanji, ustvarjanjem in ohranjanjem zaupanja (Cooper, 2012; Wilkins, 1999). Dogovor o jasnem načinu dela je v socialnem delu in umetnostnih terapijah pomemben tudi zato, ker obe stroki vabita k tveganju, k raziskovanju novega, k potovanju v neznano. Ko udeleženi v procesu ustvarjajo izdelke ali ko v socialnem delu raziskujemo nove možnosti, se lahko pojavijo različni izzivi in težave, ki pa jih ob podpori lahko začnejo udeleženi reševati (Bruscia, 1998, str. 110-121). Tako lahko udeleženi v procesu z novimi izkušnjami dosežejo spremembe v svojih življenjih.

To poglavje prikaže, da je kontekst dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah precej podoben. Tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah sodelujemo s posamezniki, skupinami in skupnostmi ter se srečujemo z ljudmi z različnimi izzivi, v različnih okoljih, različne starosti, iz česar pa izhaja, da je potrebno za delo v vseh strokah najprej vzpostaviti odprt in varen prostor; šele nato sledi konkretno delo, o čemer več povem v naslednjem poglavju.

2.6.4. Način dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah

To poglavje je namenjeno primerjanju načina dela v različnih procesih pomoči. Najprej se osredotočim na način dela v socialnem delu, kjer s pomočjo različnih vprašanj preko dialoga skupaj stopamo proti želenim izidom; za tem opredelim še način dela v različnih umetnostnih terapijah.

NAČIN DELA V SOCIALNEM DELU	NAČIN DELA V UMETNOSTNIH TERAPIJAH
Sodelovanje poteka v delovnem odnosu soustvarjanja in izvirnem	Sodelovanje je prilagojeno umetnostnemu mediju, ki se

delovnem projektu pomoči. • Raziskovanje novih rešitev in načinov doseganja zelenih razpletov poteka s pomočjo različnih tehnik in metod, ki vključujejo eko-zemljevid, odnosna vprašanja, raziskovanje izjem, uporabo lestvice, vprašanje o čudežu in tudi improvizacijo, sprostitev, projekcijo, igro vlog in še veliko več.	uporablja za komunikacijo. • Raziskovanje novih rešitev in načinov poteka s pomočjo tehnik improvizacije, sprostitev tehnik, projekcije in drugih tehnik, prilagojenih umetnostnemu mediju.
---	--

Tabela 4: Primerjava načina dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah

Kot je razvidno v tabeli 4, socialno delo in umetnostne terapije za svoje delo uporabljajo specifičen način dela, ki se razlikuje od načina dela drugih strok. V socialnem delu izhajamo iz izvirnega delovnega projekta pomoči, ki ga soustvarjamo v delovnem odnosu. Gre za projekt, v katerem se poustvarjene rešitve prevajajo v akcijo. Projekt je izviren, saj se oblikuje za vsakega posameznika posebej in je poustvarjen skupaj z njimi in zanj, saj se odzove na posebnosti, drugačnosti in ustvarja nove možnosti. Projekt je delovni, saj konkretizira dogovorjene spremembe, naloge, pri čemer je poudarek na sodelovanju in aktivnostih; hkrati je usmerjen k dobrim izidom oziroma zelenim razpletom. Načrtovanje projekta pomoči izhaja iz raziskovanja življenja uporabnika. Pogovor je usmerjen v interese, verovanja, kompetence in želje o zelenih razpletih (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008, str. 15-22). Vodilo po mogočih temah pogovora za raziskovanje sveta udeležениh v procesu pomoči predstavlja zemljevid življenjskega sveta (eko-zemljevid), ki omogoča prepoznavanje in ocenjevanje sredstev ter virov, ki bodo posamezniku pomagali pri ustvarjanju dogovorjenih rešitev. To lahko udeležениm v procesu pomaga soustvarjati podobo svoje življenjske situacije v družbenem in kulturnem kontekstu ter odkriti in aktivirati vire, ki mu bodo omogočili bolj kakovostno življenje oziroma doseg zelenih razpletov (Šugman Bohinc, Rapoša Tajnšek, Škerjanc, 2007). Za raziskovanje v procesu pomoči lahko v socialnem delu postavljamo odnosna vprašanja, ki pomagajo razbrati socialno konstrukcijo problema in pomagajo udeležениm, da pogledajo na situacijo s perspektive drugega. Prav tako lahko raziskujemo izjeme in situacije, ko do problema ni prišlo ali se je posameznik z njim uspešno soočil ter udeležene sprašujemo po ravnanju obvladavanja in motivacije. Za določanje teže problema lahko uporabimo lestvico, za nov pogled v možno, zaželeno, sanjano pa lahko uporabimo vprašanje o čudežu, ki udeležениm v procesu pomaga predstavljati si nove situacije in ubesediti novo zgodbo o drugačnem (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008, str. 19-22).

Na drugi strani ima vsaka umetnostna terapija poseben način dela, ki je prilagojen mediju, ki je uporabljen za komunikacijo, kot je zapisano zgoraj. Vsem umetnostnim terapijam so nekako skupne tehnike improvizacije, sprostitevne tehnike in projekcije. Velik del srečanj umetnostnih terapij predstavlja improvizacija. To je odprt sistem, v katerem se posameznik sprti odziva na spodbude iz okolja. Gre za ustvarjanje, ki ni omejeno in nastaja spontano kot kompleksni preplet občutij, vzorcev in misli (Kroflič, 1999, str. 34). Tako preko improviziranja odkrivamo sebe in smo ustvarjalci. Improvizacija pripomore tudi k razvoju domišljije, odkritju novih gibov in notranji kreativnosti (Zagorc, 2006, str. 130, 131). Umetnostne terapije skozi umetnost ponujajo različne tehnike sprostitve. Ta je pomembna, saj vsak izmed nas doživlja stres in tako sproščanje skozi umetnost lahko predstavlja pomemben način podpore ljudem, ki okrepi zavedanje našega fizičnega, čustvenega, socialnega in duhovnega življenja (Grocke, 2015). Dobrodošlo je, da se pri sprostitvi osredotočimo na dihanje: ko se ljudje zavemo svojega diha, lažje prepoznamo potrebe in želje, naj bo to sprostitve, lajšanje stresa ali potreba po aktivnosti in podobno. To nas pelje do čuječnosti in sočutja do sebe. Čuječnost je preprosto opazovanje izkušenj brez presoje in obtoževanja, le spoštovanje tistega, kar se pojavi; sočutje nam omogoča, da si prizadevamo za celjenje ran in pot naprej proti življenju, kot si ga želimo; tako samo-sočutje krepi našo lastno rast in osebno preobrazbo (Marich, 2015). Preko ustvarjanja umetnosti udeleženi poleg spodbujanja kreativnosti, domišljije in sproščanja velikokrat v procesu projicirajo svoje izzive na izdelke. Tako vidijo vidike samih sebe, ki se odražajo v umetnosti, kar jim omogoča pogled od zunaj, ki spodbudi spremembe. Tako umetnostni izraz omogoča spreminjanje skozi ustvarjanje perspektive skupaj z možnostjo raziskovanja in vpogleda projiciranega materiala. Projekcija udeleženi tudi omogoča, da se oddaljijo od izzivov in pridobijo novo perspektivo, da ustvarjajo nekaj, kar je del njihovega življenja in je hkrati ločeno od njih (Jones, 2005, str. 212-230).

Kot prikazuje to poglavje, se način dela v socialnem delu in umetnostnih terapijah razlikuje, kar izhaja predvsem iz uporabe različnega načina komunikacije, o čemer več govori naslednje poglavje.

2.6.5. Način komunikacije v socialnem delu in umetnostnih terapijah

Način dela v umetnostnih terapijah in socialnem delu je odvisen od načina komunikacije. Kot je omenjeno že v poglavju 2.6.2., posamezne umetnostne terapije in socialno delo za komunikacijo uporabljajo različne medije. Kot prikazuje Tabela 5, se glavni medij

komunikacije v socialnem delu in umetnostnih terapijah razlikuje; v nadaljevanju pojasnim, kako se tudi prepleta in dopolnjuje.

MEDIJ KOMUNIKACIJE V SOCIALNEM DELU	MEDIJ KOMUNIKACIJE V UMETNOSTNIH TERAPIJAH
Glavni medij komunikacije, ki sicer ni edini, je beseda.	Glavni medij komunikacije, ki sicer ni edini, je umetnost (ples, glasba, likovna umetnost, dramska igra).

Tabela 5: Primerjava medija komunikacije v socialnem delu in umetnostnih terapijah

Osrednji prostor, v katerem se dogaja proces pomoči v socialnem delu, je pogovor; beseda je torej tista, ki jo uporabljamo, da dosežemo ljudi. Kot pa vemo iz stroke socialnega dela, je jezik, ki ga uporabljamo pri delu, zelo pomemben, saj ubesedi posebnosti in opiše ravnanje. Jezik socialnega dela je jezik za opisovanje sprememb, ki nas usmerja v raziskovanje sedanjosti in soustvarjanje prihodnosti. Ta jezik je spoštljiv, varuje enkratnost in dostojanstvo človeka, ne ocenjuje, ne stigmatizira, ne obsoja, ne poučuje in ne razvrednoti. Tako jezik socialnega dela omogoči, da nihče ne ostane brez besed, ko raziskuje lastno kompetentnost, vire moči, pogum, darove in lastni delež v soustvarjalnem procesu (Čačinovič Vogrinčič, 2010). V socialnem delu torej besede prevladujejo in predstavljajo pomembno sredstvo za izražanje in sporočanje lastnih izkušenj s svetom. Človeških izkušenj ni mogoče v celoti zreducirati na besede, iz česar izhajajo umetnostne terapije (Edwards, 2004, str. 1-17). Če se torej vprašamo, kaj naredi umetnostne izrazno-ustvarjalne medije tako uporabne in edinstvene v procesu dela, odgovor najdemo v načinu komunikacije (Pietiläinen, 2017). Umetnost v umetnostnih terapijah predstavlja most besedne in nebesedne komunikacije, ki vedno vključuje vzajemni večinoma neverbalni dialog s tem, ko povezuje vsaj dva posameznika – tistega, ki ustvarja, in tistega, ki umetnost prejema, ob čemer vpliva tako na prvega kot na drugega (Ansdell, 2014, str. 157-171). Umetnost je torej tista, s pomočjo katere v umetnostnih terapijah izražamo svoje občutke, misli in izkušnje. Čeprav velikokrat v povezavi z umetnostmi govorimo o neverbalni komunikaciji, je ta lahko tudi verbalna, saj lahko pojemo, rišemo, pripovedujemo in pišemo; o doživljanju ob umetnostnem ustvarjanju se lahko tudi pogovarjamo (Pietiläinen, 2017; Middleman, 1968); tako se lahko občutki ob ustvarjanju preoblikujejo v misli oziroma besede in se doživete izkušnje delijo tudi na verbalni ravni. Verbalizacija, ki je osnovni medij komunikacije v socialnem delu, je tako lahko podporni del procesa umetnostnih terapij, saj omogoča povratne informacije o doživljanju udeležениh in umetnostnem ustvarjanju, kar posameznikom pomaga spodbuditi nov odnos in novo razumevanje (Payne, 1990, str. 8-10). Kot pa se besede v umetnostnih terapijah uporabljajo za

pripovedovanje doživljanja in iskanje pomenov, ustvarjanje v socialnem delu lahko služi kot vir zgodb in spominov, saj se ti pojavljajo zlasti z dotiki, slikami, glasbo ali gibi telesa (Malchiodi, 2007).

Način komunikacije v socialnem delu in umetnostnih terapijah se prepleta, razlikuje in hkrati dopolnjuje, saj vsak način doprinese druge kvalitete. Verbalizacija, ki sicer ni edini način komunikacije v socialnem delu, tako podpira procese umetnostnih terapij in obratno – umetnost, ki prav tako ni edini način komunikacije v umetnostnih terapijah, lahko podpira procese socialnega dela.

2.6.6. Delovni odnos soustvarjanja v socialnem delu in delovni odnos v umetnostnih terapijah

To poglavje je namenjeno primerjavi delovnega odnosa soustvarjanja v socialnem delu in delovnega odnosa v umetnostnih terapijah.

DELOVNI ODNOS SOUSTVARJANJA V SOCIALNEM DELU	DELOVNI ODNOS V UMETNOSTNIH TERAPIJAH
• Usmerjen je v reševanje kompleksnih psihosocialnih problemov ljudi. • Sodelovanje poteka v skladu z etiko udeležnosti, stališčem nevednosti, konceptom soprisotnosti, perspektivo moči in ravnanjem s sedanjostjo.	• Spodbuja razumevajoč odnos med terapevtom in udeležnim, ki ne vključuje obsojanja. • Udeležni je vabljen, da v proces dodaja nove perspektive, po svoje interpretira pomen in razumevanje ustvarjenega izdelka. • Terapevt ne posega preveč v ustvarjanje udeleženega, posluša, opazuje in se osebno odziva, vstopi v svet posameznika.

Tabela 6: Primerjava delovnega odnosa soustvarjanja v socialnem delu in delovnega odnosa v umetnostnih terapijah

Kot je razvidno v tabeli 6, gre v delovnem odnosu soustvarjanja v socialnem delu in delovnem odnosu v umetnostnih terapijah za izhodiščno razliko ravno v soustvarjanju rešitev za kompleksne psihosocialne probleme ljudi. V socialnem delu odnos med socialno delavko in udeležnim v procesu pomoči definiramo kot delovni odnos soustvarjanja, ki pomeni odnos med ekspertom iz izkušenj ter spoštljivo in odgovorno zaveznico. Gre za soustvarjanje rešitev za kompleksne psihosocialne probleme ljudi, za konkretno delo, ki ga moramo skupaj opraviti, da bi ljudje lahko dosegli želene izide. Ta omogoča izkušnjo samorazumevanja in razumevanja izzivov, izkušnjo podpore socialnega delavca oziroma delavke in soustvarjanje

smiselni ravnanj, ki so neposredno odvisne od novih izkušenj in vpogledov (Čačinovič Vogrinčič, 2010). Delovni odnos vse udeležene v procesu soustvarjanja definira kot sodelavce v skupnem projektu, ki imajo nalogo, da soustvarijo deleže v rešitvi (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Poudarek je na procesu, na prispevku vsakega udeleženega, na soustvarjanju, ki pomeni so-delovanje in so-raziskovanje (Čačinovič Vogrinčič, 2010). Tudi umetnostne terapije so po naravi medosebne in izpostavljajo pomen medosebnega odnosa terapevta in udeleženega. Vpogled in razumevanje posameznikovega problema in rešitve sta tudi v umetnostnih terapijah bistvena za nadaljnje spremembe, ob čemer udeleženi prevzame odgovornost za svojo življenjsko pot (Meldrum, 1994, str. 12-28). Tudi v umetnostnih terapijah je udeleženi povabljen, da postane soustvarjalec (Eide, 2014, str. 126-130), s čimer v proces dodaja nove perspektive, ki krepijo njegov občutek mojstrstva in postanejo še en način za spodbujanje razmišljanja, usmerjenega v krepitev moči (Ruud, 2010; Eide, 2014, str. 135). Pri tem je najpomembnejše, da gre za razumevajoč odnos med terapevtom in udeležnim, ki ne vključuje obsojanja (Bartenieff in Lewis, 1980, str. 143-151). V socialnem delu to opisujemo z ravnanjem v skladu z etiko udeležnosti. Ta koncept nas usmerja v to, da strokovnjak odstopi od moči, ki mu ne pripada, od moči, da posreduje resnice in rešitve ter nas usmeri v sodelovanje. Strokovnjakovo moč tako nadomesti občutljivo skupno iskanje in raziskovanje, pri čemer mora biti socialna delavka v negotovosti iskanja, saj le udeleženi sam zase najbolje ve, kaj je želeni razplet (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Tudi v umetnostnih terapijah je ustvarjen izdelek edinstven za posameznika, kar pomeni, da lahko le on razume njegov polni pomen (Case in Dalley, 1992, str. 50-70). V umetnostnih terapijah medosebno sodelovanje vključuje interpretacijo in razumevanje simbolnih podob, kar lahko vodi do prehitrih zaključkov in odsotnosti preverjanja razumevanja ustvarjenih izdelkov pri posameznikih (Edwards, 2004, str. 43-69), zato je pomembno, da umetnostni terapevt počaka, da je izdelek v celoti zaključen in da udeleženi po svoje interpretira pomen in razumevanje ustvarjenega izdelka, terapevt pa ga pri tem podpira tako, da sprejema in raziskuje pomen skupaj z udeležnim (Case in Dalley, 1992, str. 50-70). Temu v socialnem delu rečemo, da izhajamo iz stališča radovednosti, ki v sistemu pomoči sproži refleksijo o potrebi socialne delavke zvedeti več o udeležnem in njegovi zgodbi ter prispeva k odprtju prostora za dialog (Šugman Bohinc, 2003). Gre za premik od položaja ekspertnosti k položaju enakovrednosti vseh udeleženih v socialnodelovnem odnosu (Kustec, 2011a). Drža nevednosti pomembno prispeva k vzpostavitvi konteksta za sodelovanje udeleženih akterjev, konteksta kot prostora razgovora, v katerem lahko vsakdo deli svoje pomene z drugimi ter razvije nove in obenem ohranja medsebojno interpretativno različnost (Šugman Bohinc,

2003). Ta koncept je povezan s konceptom soprisotnosti, ki ga upoštevamo tako v umetnostnih terapijah kot v socialnem delu (Jackson in Burgess, 2005). To pomeni biti prisoten v poslušanju in hkrati biti prisoten za sočutje in razgovor. Poslušalec tako ni le sprejemnik, ampak ima vlogo soustvarjalca zgodbe (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Prisotnost v poslušanju in sočutju vidimo tudi v umetnostnih terapijah. Udeleženi v procesu pomoči morajo ves čas biti pozorni na druge in upoštevati, kaj počnejo drugi. Na primer v skupinskem glasbenem ustvarjanju mora vsak posameznik poslušati druge in prilagoditi svoje petje ali igranje, da ostane skupaj v tempu, glasnosti in dinamiki. Tako umetnost ponuja ogromno možnosti za interakcijo in priložnost za eksperimentiranje z vsakim udeležencem (Bruscia, 2014, str. 75-96). Ustvarjene podobe, ki prevzamejo izrazno ali komunikacijsko funkcijo, zahtevajo tudi od umetnostnega terapevta, da je občutljiv, da ne posega preveč v delo, posluša, opazuje in se osebno odziva ter tako omogoča, da udeleženi razvijejo svoj pogled in najdejo svoje rešitve (Edwards, 2004, str. 71-93). Podobno tudi v socialnem delu stremimo k temu, da je udeleženi v procesu slišan, da damo njemu glas, ga podpremo, se osebno odzivamo, podelimo svoje izkušnje in se mu pridružimo. Tako omogočamo nove izkušnje o ravnanju, samospoštovanju in odkrivanju lastnih virov moči. Taka pomembna izkušnja posameznika o spoštovanju in dostojanstvu je lahko samo osebna izkušnja v sodelovanju z njim (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). V socialnem delu pravimo, da se socialna delavka pridruži udeležnemu v njegovih stališčih, pogledih, vrednotah; tako se začne skupno soustvarjanje (Šugman Bohinc, 2006). Tudi pri delu z umetnostnimi izdelki mora biti umetnostni terapevt sposoben vstopiti v svet udeležnega, saj gre za simbolično izražanje občutkov in izkušenj (Edwards, 2004, str. 1-17).

V procesu pomoči so pomembni tudi drugi koncepti, kot so perspektiva moči in ravnanje s sedanjostjo. Uporaba umetnosti v umetnostni terapiji je pogosto namenjena krepitvi moči ljudi in spodbudi, da delujejo po lastni volji in spreminjajo izzive v želene rešitve (Cappelen in Andersson, 2014; Bunt in Stige, 2014; Payne, 1990). Krepitev moči je koncept, ki ima pomembno mesto tudi v socialnem delu. Gre za spoštljivo odkrivanje moči, da se uresničijo konkretne spremembe v konkretnem socialnem kontekstu s ciljem, da dobi udeleženi v procesu več moči. To pomeni, da se osredotočamo na interese, želje, zmožnosti, motivacije, vire in čustva udeležnih v procesu pri doseganju njihovih upanj in sanj, kar jim pomaga najti pot do teh ciljev (Čačinovič Vogrinčič, 2002). Poleg krepitve moči je pomembna tudi pravica do napak in spodrseljajev, ki so sestavni del procesa pomoči. Metoda socialnega dela priznava napake in jih jemlje kot način ustvarjalnega delovanja, saj se iz njih s sistematično refleksijo

in dialogom učimo (Flaker, 2003a). Temu prilagajamo tudi delo. Četudi ima umetnostni terapevt in socialna delavka določene smernice in cilje za delo, srečanja in tehnike, je potrebno, da sledijo udeleženi v procesu. Čeprav gre v umetnostnih terapijah za načrtovano delo, mora vedno biti prostor za prilagajanje in spremembe (Wheeler, Shultis in Polen, 2005, str. 73-81; Payne, 1990, str. 52-56). To je tisto, s čimer udeleženi sporoča, kje je v trenutku tukaj in zdaj ter omogoča delo v sedanjosti (Case in Dalley, 1992, str. 50-70). Podobno izhodišče vidimo tudi v socialnem delu, kjer je delovni odnos usmerjen v ravnanje s sedanjostjo. To je čas, ko smo v delovnem odnosu z udeleženi, čas, ko se razvije pogovor (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). To pomeni, da se v sedanjosti in za sedanjost definirajo problemi in iščejo rešitve, torej da v sedanjosti načrtujemo prihodnost (Čačinovič Vogrinčič, 2002). V umetnostnih terapijah v zvezi s tem izpostavljajo pomembnost pozornosti na čuječnost, ki pomeni preprosto opazovanje izkušenj brez presoje in spoštovanje tistega, kar se pojavi, torej poudarja, da ni pravega ali napačnega načina ustvarjanja, kar je lahko v pomoč pri osredotočanju in razvijanju zavesti, da bi izrazili čustva in ideje (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018).

Tako gre v socialnem delu in umetnostnih terapijah za izhodiščno razliko v delovnem odnosu. Delovni odnos soustvarjanja v socialnem delu temelji na konceptih etike udeležnosti, perspektive moči, znanja za ravnanje in ravnanje s sedanjostjo, konceptu soprisotnosti in osebnem vodenju. V delovnem odnosu v umetnostnih terapijah sicer vidimo podobno usmeritev, a stroka socialnega dela res poudari soustvarjanje rešitev za psihosocialne probleme ljudi. Tako so si v vzpostavljenemu delovnemu odnosu, ki je temelj za proces pomoči, socialno delo in umetnostne terapije na nek način podobne, a hkrati različne.

2.6.7. Struktura procesa sodelovanja v socialnem delu in umetnostnih terapijah

V tem poglavju primerjam strukturo procesa na mikro ravni socialnega dela in umetnostnih terapij.

STRUKTURA PROCESA	PROCES SOCIALNEGA DELA	PROCES UMETNOSTNIH TERAPIJ
ZAČETEK PROCESA	Namen je: • pridruževanje, • sklenitev dogovora o sodelovanju, • vzpostavljanje varnosti in zaupanja in • oblikovanje ciljev.	Namen je: • spoznavanje, • sklenitev dogovora o sodelovanju in • vzpostavljanje zaupnosti, • oblikovanje ciljev. Začetna srečanja so lahko

		poskusna.
OSREDNJI DEL PROCESA	Namen je odkrivanje, soraziskovanje problema in rešitev in proces soustvarjanja želenih izidov.	Namen je umetnostno ustvarjanje udeleženi v procesu, delo na določenih temah, razreševanje težav in iskanje rešitev.
ZAKLJUČEK PROCESA	Namen je refleksija, zaključevanje, proslavljanje dosežkov in sprememb ter ločitev.	Namen je zaključevanje in refleksija procesa.

Tabela 7: Primerjava strukture procesa sodelovanja v socialnem delu in umetnostnih terapijah

Kot prikazuje tabela 7, je proces v socialnem delu in umetnostnih terapijah zasnovan podobno, kar podrobneje prikažem v nadaljevanju. V socialnem delu je celoten proces pomoči zasnovan postopno. Prvi korak vključuje pridruževanje, ki pomeni priti k posamezniku, da bi vzpostavili delovni odnos in začeli odkrivanje, ki je drugi korak in pomeni soraziskovanje ter odkrivanje edinstvenosti problema in možnih rešitev. Tretji korak vključuje spreminjanje in govori o upanju za prihodnost, o rasti, o tveganju novih možnosti. Temu ob zaključku procesa sledi proslavljanje, ki je definirano kot prepoznavanje in spoštovanje moči posameznika, njegovih potencialov, uspehov in napredovanj. Zadnji korak pomeni ločitev, ki se zgodi, ko udeleženi v procesu zmore sam, ko se razvije kompetentnost. Ves proces pa spremlja reflektiranje, skozi katerega si nenehno podelimo in zrcalimo procese ter lastno udeležbo v njih (Čačinovič Vogrinčič, 2011). Podobno je zasnovan celoten proces v umetnostnih terapijah, ki se dogaja kot ustvarjalni cikel in poteka od energizacije, preko vrhunca do zaključka (Payne, 1990, str. 32-36). Začetna srečanja so v umetnostnih terapijah usmerjena v spoznavanje in vzpostavljanje zaupnosti, ki vzpostavi osnovni kontekst za delo (Wilkins, 1999, str. 50-65). Na začetku se opredeli način dela, potek srečanj, prostor in čas za delo ter v zvezi s tem podpiše dogovor o terapevtskem sodelovanju (Landy, 1982, str. 136-153). To udeleženi lahko pomaga razumeti cilje in kontekst sodelovanja in jih hkrati spodbudi k razmisleku o njihovih pričakovanjih do procesa in do umetnosti. Proces v umetnostnih terapijah lahko pričnemo tudi s poskusnimi srečanji, ki so demonstracijske narave. To daje udeležencem predstav o tem, za kakšna srečanja gre in spodbudi skupno ustvarjanje in raziskovanje (Payne, 1990, str. 32-36). Podobno se na začetku sodelovanja v socialnem delu sklene dogovor o sodelovanju, ki se obnavlja na vsakem srečanju in omogoča vzpostavljanje delovnega odnosa ter vsebuje pristanek na sodelovanje tukaj in zdaj ter o tem, kako bomo delali. To naredi strukturo dela razvidno in zagotavlja odločitev za sodelovanje (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Dogovor o sodelovanju pripomore k vzpostavljanju primarnega konteksta stabilnosti oziroma ustvarjanju okoliščin za stabilnost, ki

velja za predpogoj za procese sprememb. Gre za koncept varnosti, zaupanja in stabilnosti, ki ga ljudje potrebujemo kot podlago za nadaljnje delo (Šugman Bohinc, 2018). V teh začetnih srečanjih poteka tudi oblikovanje ciljev. Največjo težo pri tem ima beseda udeleženega v procesu pomoči in cilj je, da je slišan. Temu pa sledi proces soustvarjanja tako imenovanih zelenih izidov. Gre za skupno raziskovanje definicije možnega in uresničljivega, pri čemer sodelujejo vsi udeleženi v procesu (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008). Podobno poteka proces oblikovanja ciljev tudi v umetnostnih terapijah. Payne (1990, str. 32-36) opisuje, da lahko cilje za srečanje in celoten proces določi skupina kot celota, posamezniki, osebje, vodja skupine ali pa vsak od teh prispeva svoj pogled. Ko vse poglede povežemo, se oblikujejo skupni cilji. Ti so lahko povezani s temo raziskovanja delovanja posameznika ali s spremembo določenega vedenja. Pomembno pa je, da ljudem pomagamo razmisliti o lastnih izkušnjah ter načrtovati majhne korake, jim dati občutek varnosti in zavetja ter hkrati razumevanje, da sta za spremembo potrebna tako delo kot trud (prav tam). Proces dela tako v umetnostnih terapijah ni vsiljen in izhaja iz udeleženega v procesu, ki je tudi v umetnostnih terapijah povabljen v soustvarjanje (Bunt in Stige, 2014). Osrednja srečanja so tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah namenjena ustvarjanju udeleženih v procesu, delu na določenih temah, iskanju rešitev, razreševanju težav, pridobivanju novih kompetenc in podobno (Chesner, 1994a, str. 58-73). Celoten proces se v vseh omenjenih strokah pomoči zaključi s tem, ko se ozremo nazaj in pogledamo celoto, izkušnje, ki so jih udeleženi v procesu dobili skozi celoten proces in jim predstavljajo varnost ter jim dajejo moč, da jih prenesejo v vsakdanje življenje (Bailey, 2009). Tako srečanja in proces v umetnostnih terapijah in socialnem delu ponujajo varnost in tudi nekaj tveganja, ki spodbuja osebne spremembe.

Tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah je proces pomoči zasnovan postopno in stremi k samostojnosti udeleženih, da zmorejo sami in razvijejo nove kompetence ter jih učinkovito uporabljajo v vsakdanjem življenju. Na tej poti poteka delo na posameznih srečanjih, o čemer več povem v naslednjem poglavju.

2.6.8. Struktura srečanj v socialnem delu in umetnostnih terapijah

V tem delu primerjam strukturo srečanj na mikro ravni socialnega dela in umetnostnih terapij. Kot prikazuje tabela 8 je srečanje tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah razdeljeno na tri dele, uvod, osrednji del in zaključek, pri čemer se ti posamezni deli v nekih točkah med seboj prepletajo v drugih razlikujejo.

STRUKTURA SREČANJ	SREČANJA SOCIALNEGA DELA	SREČANJA UMETNOSTNIH TERAPIJ
ZAČETEK SREČANJ	Potek: • pridruževanje, • dogovor o sodelovanju.	Potek: • skupni ritual, • ogrevanje, • uvod teme.
OSREDNJI DEL SREČANJ	Delo na instrumentalni definiciji problema in soustvarjanju rešitev.	Delo na določeni temi.
ZAKLJUČEK SREČANJ	Potek: • dajanje pohval in nalog, • refleksija.	Potek: • umirjanje, • refleksija, • skupni zaključni ritual.

Tabela 8: Primerjava strukture srečanj v socialnem delu in umetnostnih terapijah

Razvoj srečanja lahko tako v umetnostnih terapijah kot v socialnem delu razumemo kot ustvarjalni energijski cikel, ki prehaja od negovanja, do energizacije, prek vrhunca do zaključka. V umetnostnih terapijah te faze potekajo od ogrevanja v uvod teme do vrha, ko se razvija tema, na kateri delamo, do zaključka, kjer z umirjanjem zaključimo srečanje (Payne, 1990, str. 32-36; Levine, Land in Lizano, 2015). Za srečanja je na začetku in koncu dokaj pomembna enaka postavitev skupine, na primer v krogu, kar daje osnovno strukturo dogajanja, saj omogoča zavestno razumevanje oziroma prepoznavanje začetka in konca dela, s čimer udeleženi dobi občutek varnosti (Knoll, 2011; Hinz, 2009, str. 241-250). Podoben proces srečanj vidimo v socialnem delu. Dogovoru o sodelovanju v socialnem delu sledi instrumentalna definicija problema in soustvarjanje rešitev. To pomeni, da v procesu vsak udeleženi vstopi s svojo definicijo problema, s čimer se začne proces formuliranja delovne definicije mogočega, uresničljivega. Vsakokrat se proces pomoči začne tam, kjer so ljudje s svojimi stiskami, težavami in nemočjo, čemur sledi postopen proces iskanja rešitev zase v svoji življenjski situaciji (Čačinovič Vogrinčič, 2002). Na podlagi raziskovanja skozi vprašanja o čudežu, uporabi lestvice in odnosnih vprašanj se začne pogajanje o možnem prvem koraku ter o uresničljivi spremembi. Poudarek je na dogovoru za nov, razviden in prepoznaven korak. Srečanje se zaključi z dajanjem pohval in nalog, pri čemer izhajamo iz perspektive moči in občutljivosti za resnični prispevek vsakega v delovnem odnosu (Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008).

Kot je vidno v tabeli 8, je začetek srečanj umetnostnih terapij in socialnega dela najbolj različen, vendar menim, da je razlika posledica uporabe različnih komunikacijskih sredstev; osrednji del in zaključek sta si v vseh preučevanih procesih pomoči po namenu dokaj

podobna; podrobneje razložim v nadaljevanju. V umetnostnih terapijah je za začetek srečanja priporočljivo razviti skupni ritual, ki ne glede na to, kar je, sprosti skupino in spodbudi pričakovanja do srečanja (Payne, 1990, str. 32-36). Nato je čas namenjen vzpostavitvi stika in ravnanja z umetnostnimi pripomočki, materiali, orodji in podobno (Malchiodi, 2003, str. 106-117). Do tega pride v tako imenovanem ogrevanju. To je sestavljeno iz krajših dejavnosti, ki vključujejo izrazno-ustvarjalne medije in je namenjeno predvsem medsebojnemu spoznavanju in dogovarjanju o načinu dela in željah (Kustec, 2011b). Podobno je v socialnem delu na začetku nekaj časa namenjeno, da se pogovorimo o tem, kako so udeleženi, kaj je bilo novega ta teden, kakšna je bila pot do srečanja in podobno. Temu tako v umetnostnih terapijah kot v socialnem delu sledi osrednji del, v katerem poteka glavno delo na temah, ki se dotikajo raziskovanja izzivov ter rešitev in podobno. Uvod v temo osredotoča pozornost; razvoj te udeležence spodbuja k globljemu raziskovanju (Payne, 1990, str. 32-36). Teme se lahko razvijejo kot odziv na cilje srečanj, pri čemer so odvisne od udeležениh in števila srečanj (Liebmann, 2003, str. 325-338); mogoče je, da so zelo odprte (na primer zaigraj, kar želiš) ali zaprte (na primer nariši, kako se počutiš); ne glede na to je pomembno, da so dovolj široke, da puščajo svobodo ustvarjanja. Tako se na umetnostnih terapijah s pomočjo strukturiranih in nestrukturiranih tehnik s poskusi in napakami raziskuje, spreminja, razvija umetnostni izdelek (Malchiodi, 2003, str. 106-117). To raziskovanje lahko vodi v zavedanje vzorcev (Roche in Heinonen, 2018). V socialnem delu to dosegamo s pomočjo različnih besednih orodij, metod in tehnik, vprašanj in podobno. Tako se postopoma od preprostih dejavnosti premaknemo k razvojnim procesom in osebni rasti, čemur je tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah namenjen zaključek srečanj. V tem delu v umetnostnih terapijah poteka umirjanje in deljenje občutkov, doživljanja, reflektiranja srečanja. Umetnost v umetnostnih terapijah je lahko izhodišče za poglobljen pogovor, ki sledi eksperimentiranju in ki lahko pripelje do novih uvidov ali pa le-te ozavešči, utrdi. Pogovor je tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah tudi priložnost, da udeleženci izrazijo svoje nove želje in predloge za nadaljnji potek dela v skupini (Šugman Bohinc, 1994). V socialnem delu se srečanje zaključi s pohvalami in nalogami. Za zaključek se v umetnostnih terapijah morda poslovimo z umetnostnim ritualom, ki pomaga udeležene spodbuditi za odhod, da odidejo kot posamezniki in se ločijo od skupine in iz terapevtskega prostora (Payne, 1990, str. 32-36).

Tako v socialnem delu kot v umetnostnih terapijah so srečanja zasnovana v treh delih, ki potekajo od pridruževanja na začetku, do dela na določeni temi v osrednjem delu in zaključka, v katerem pregledamo premike, ki so se zgodili, in naloge, ki smo si jih zadali.

To poglavje prikazuje povezave in razlike umetnostnih terapij in socialnega dela v osnovnih izhodiščih, kontekstu in načinu dela, načinu komunikacije, delovnem odnosu ter strukturi procesa in srečanj. To predstavlja izhodišče za naslednje poglavje, v katerem prikažem, kako lahko umetnostne in kreativne procese uporabimo v socialnem delu.

2.7. UPORABA UMETNOSTNIH IZRAZNO-USTVARJALNIH MEDIJEV V SOCIALNEM DELU

V tem poglavju prikažem pomen umetnostnih in kreativnih procesov v socialnem delu. Najprej pregledam pomen ustvarjalnosti za socialno delo, nato predstavim pomen neverbalne komunikacije skozi različne umetnostne izrazno-ustvarjalne medije. Pregledam tudi pomen umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu in pomen uporabe teh na mikro, mezo in makro ravni socialnega dela. Poglavje zaključim s pregledom temeljev socialnega dela, ki jim sledimo tudi, kadar v procesu pomoči in spodbujanju družbenih sprememb uporabljamo umetnostne izrazno-ustvarjalne medije.

2.7.1. Pomen ustvarjalnosti v socialnem delu

To poglavje je namenjeno pregledu pomena ustvarjalnosti v socialnem delu, saj ta postaja vse večja človekova potreba (Kroflič, 1992, str. 20).

Za začetek nekaj besed o tem, kaj ustvarjalnost sploh je. Ustvarjalnost pomeni dejavnost, lastnost, način mišljenja in sposobnost, ki je usmerjena k več rešitvam ter ponuja možnost za drugačno delovanje, odpiranje problemov, preoblikovanje situacij in iskanje rešitev (Kroflič, 1992, str. 20). Ustvarjalnega posameznika tako lahko opredelimo kot osebo, ki rešuje probleme, oblikuje izdelke in postavlja nova vprašanja na način, ki je nevsakdanji in izviren (Poštrak, 1996). Izhodišče ustvarjalnosti je, da je ustvarjanje za ljudi naravno in vključuje spontani impulz ter predstavlja povezano moč simbolnega načina (Rubin, 1999). Velik delež k spodbujanju ustvarjalnosti prispeva umetnostna dejavnost, saj neposredno spodbuja fiziološke centre, v katerih potekajo procesi ustvarjalnega mišljenja. Ustvarjanje je tako plod domišljjskih, igralnih, besednih in motoričnih dejavnosti, ki vključujejo tako akcijo kot povratno informacijo, torej omogočajo ustvarjanje in interakcijo (Kroflič, 1999, str. 86).

Na splošno je ustvarjalnost v socialnem delu zelo pomembna, saj socialne delavke in delavci sprejemamo težke odločitve in posredujemo pri soustvarjanju izboljšanih okoliščin življenja ljudi; ukvarjamo se z ljudmi z vrsto življenjskih izzivov in skupaj z vsemi udeleženi načrtujemo ter izvajamo programe oskrbe in podpore. V socialnem delu pomagamo ljudem, da se spoprimejo z boleznimi, izolacijo, revščino, prikrajšanostjo, rasizmom in drugimi

oblikami diskriminacije in te okoliščine poskušamo spreminjati; pogosto sodelujemo z ljudmi tudi z namenom, da bi jih podprli in jim pomagali, da prevzamejo nadzor nad svojim življenjem ter živijo bolj samostojno. Tako poklic socialnega dela zahteva zrelost in visoko stopnjo osebne zavzetosti ter odprtost duha. Socialne delavke se moramo na edinstvene situacije odzvati s pogosto omejenimi sredstvi z malo viri, pogosto v sovražnih razmerah, s trdimi mejami (zakoni, socialno politiko in postopki), kar nas spodbuja k ustvarjalnem iskanju rešitev. Kreativni odzivi tako vključujejo mreženje, podporo ter zagovarjanje novih načinov zadovoljevanja potreb. Za ustvarjanje idej in predlogov, ki lahko pripomorejo k doseganju želenih rezultatov udeleženih procesu, je potrebno ustvarjalno razmišljanje zunaj znanih okvirov (Jackson in Burgess, 2005). Tudi Lea Šugman Bohinc (1997) izpostavlja pomembnost ustvarjalnega pristopa v socialnem delu in čim bolj raznolikega odzivanja socialnega delavca na raznolikost uporabnikov, kar zahteva veliko samostojnost socialne delavke in delavca, da najde in odgovori tukaj in zdaj v vsakokrat novi, neponovljivi in nepredvidljivi socialni interakciji (prav tam). Ti odgovori vsebujejo nove načine dela z ljudmi, ki so v težkih situacijah, novo povezovanje s kompleksnimi sistemi in nove načine razmišljanja (Jackson in Burgess, 2005).

V socialnem delu moramo biti ves čas ustvarjalni, kar velja tako za mikro, mezo kot za makro raven dela, ter se vsakokrat na novo prilagoditi spremembam v družbi in svetu, ki se dogajajo ves čas. Eden od načinov udejanjanja ustvarjalnosti v socialnem delu predstavljajo umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji, o čemer več povem v nadaljevanju.

2.7.2. Pomen umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev kot oblike neverbalne komunikacije

To poglavje je namenjeno pregledu pomena umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev kot oblike neverbalne komunikacije.

Med osnovne potrebe človeka spada tudi sposobnost in potreba po komuniciranju, ki poteka v odnosu z drugimi ljudmi in pomeni izmenjavo idej in občutkov z drugimi (Bruscia, 2014, str. 38-40). Poteka na različne načine. V socialnem delu v nekem delu poteka verbalno, s pomočjo govora; v umetnostnih terapijah poteka tudi preko umetnosti; vsekakor je vedno prisotna tudi telesna komunikacija (Kustec, 2011a). Tako sta naš glas in telo najpomembnejša elementa komunikacije in tudi izgradnje odnosov, sposobnosti, izkušenj (Cappelen in Andersson, 2014, str. 35). Čeprav neverbalni jezik (kretnje telesa, mimika obraza, ritem dihanja in podobno) velikokrat zanemarjamo in njegovim konkretnim sporočilom ne posvečamo veliko pozornosti,

nam je ta v pomoč, da bolje razumemo sogovornika, ki nam nekaj sporoča (Kustec, 2011a). Kot prikazujejo zgornja poglavja uporaba plesa oziroma giba, glasbe, likovne umetnosti in dramske igre v procesih pomoči izhaja iz pomembnosti teh umetnostnih medijev že v zgodovini, že v času, ko so različna plemena in domorodne skupnosti umetnost uporabljale za obrede in praznovanja ter se na tak način izražala, povezovala in komunicirala.

Za socialne delavce je razumevanje posameznikove verbalne in neverbalne komunikacije zelo pomembno, saj v svojem delu težimo k vzpostavljanju takšnega delovnega odnosa, ki bo omogočal varen in odprt prostor za razvijanje učinkovite komunikacije med vsemi udeleženci v procesu pomoči (Kustec, 2011a), k čemur lahko pripomore tudi uporaba izrazno-ustvarjalnih medijev. Komunikacija, ki poteka preko umetnosti, se razlikuje od besedne komunikacije tako v vsebini kot v procesu, torej ne le v tem, kaj je mogoče sporočiti, ampak tudi v načinu sporočanja (Bruscia, 2014, str. 75-96). Umetnost omogoča priložnosti, da se podelijo izkušnje, ki jih ne zmoremo zaobseči z besedami, saj udeleženi lahko čutijo, da jih besede razkrivajo na poseben način, ob katerem se počutijo neprijetno, medtem ko umetnost omogoča izražanje na način, ki ni ogrožajoč (Jones, 2005, str. 212-230). Tako je preko umetnosti implicitno ali eksplicitno izražen notranji svet udeleženca; sčasoma se razvije stopnja spontanosti, domišljije in kreativnosti, kar omogoča več izražanja (Chesner, 1994a, str. 58-73). K temu pripomore domišljija, s pomočjo katere ustvarjamo podobe, jih manifestiramo ter v skladu z njimi oblikujemo realnost (Knoll, 2011). Umetnost je lahko neverbalno sredstvo za samoizražanje oziroma komunikacijo in lahko nadomesti potrebo po besedah ter s tem zagotovi varen in sprejemljiv način izražanja konfliktov ter občutkov ali pa je most, ki povezuje neverbalne in verbalne komunikacijske kanale ter služi za spodbujanje verbalne komunikacije. Na drugi strani besedna komunikacija služi za opredelitev, utrjevanje in razjasnitev umetnostne izkušnje (Bruscia, 2014, str. 75-96). S tem, ko umetnost vključuje dotik, vid in druge čute, spodbuja naravni senzorični način izražanja. To je pomembno, ker tako umetnostni izdelki mobilizirajo izražanje čutnih spominov na način, na katerega verbalno ni mogoče. Tako lahko umetnostno izražanje pomaga ustvariti pripovedi, skozi katere lahko oseba raziskuje spomine in občutke (Malchiodi, 2003, str. 16-24). Tako se komunikacija, ki poteka preko umetnosti, pogosto prekriva tudi z verbalnimi in neverbalnimi načini sporazumevanja ter omogoča prilagodljivost za prehajanje med besednim, telesnim in umetnostnim načinom sporočanja (Bruscia, 2014, str. 75-96).

V socialnem delu je komunikacija s sogovorniki izrednega pomena tako za doseganje osebnih kot družbenih sprememb, k čemur lahko pripomore umetnost, ki preseže besede in predstavlja spodbudo za izražanje.

2.7.3. Pomen umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu

To poglavje je namenjeno razmišljanju, zakaj je uporaba umetnosti v socialnem delu sploh smiselna in kakšen je njen pomen za spodbujanje sprememb.

Umetnost vključuje celotno osebo, saj spodbuja usklajeno delovanje telesa, uma in duha; hkrati ponuja edinstvene možnosti izražanja, saj z ustvarjanjem umetnosti lahko ljudje sporočijo stvari, ki so z besedami nemogoče. Izhodišče uporabe umetnosti v socialnem delu je, da je vsak človek potencialen ustvarjalec, na katerega vpliva tudi okolje (Rubin, 1999). Umetnost tako ponuja obliko komunikacije, skupinskega dela, reševanja problemov, kulturnega razumevanja in izražanja, s katero lahko udeleženi povečajo svojo moč in krepijo odpornost; ponuja tudi nov način za utelešenje integrativnega prostora humanističnih in družbenokritičnih teorij, ki so ključne za prakso socialnega dela ter tako spodbuja stalno strukturiranje in prestrukturiranje koherentnega miselnega toka sveta (Huss, 2018a, str. 1-4).

Pri socialnem delu lahko umetnost ponudi edinstvene perspektive, pristope in orodja za smiselno in učinkovito vključevanje ljudi s kreativnim izražanjem (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018); hkrati spodbuja kritično razmišljanje in odprt prostor za več interpretacij (Huss in Sela-Amit, 2018); poleg tega umetnost spoštuje, da ima vsak posameznik drugačen izrazni slog (besedni, vizualni, tipen in podobno). Vsaka oblika umetnosti (likovna umetnost, ples, glasba, dramska igra) omogoča ljudem svojevrsten način izražanja – likovna umetnosti skozi podobo, ples skozi gib, glasba skozi zvok in ritem ter drama skozi akcijo (Malchiodi, 2003, str. 106-117). Procesi dela z umetnostnimi materiali so tako raznoliki kot mediji in vključujejo široko paleto materialov, orodij ter načinov dela, ki so opisani v zgornjih poglavjih (Rubin, 1999). Umetnost torej ponuja sredstva za doseganje želenih izidov posameznikov in skupin tako, da jim omogoča, da pripovedujejo svoje zgodbe na različne načine. To je pristop, ki temelji na spoštovanju in moči (Jackson, 2015). Tako je tudi socialna delavka ustvarjalka in ilustratorka zgodb, ki ljudem pomaga pripovedovati svoje zgodbe na načine, ki razkrivajo njihove situacije in težave, da jih bodo lahko tako sami kot drugi razumeli in spreminjali (Jackson in Burgess, 2005).

Uporaba umetnosti je v socialnem delu smiselna tudi zato, ker je univerzalna in najde izraz v vsaki sodobni kulturi. Ravno univerzalnost podpira izvajanje izraznih umetnosti ne glede na

spol, narodnost, zmožnost, starost, jezik ali kulturno identiteto (Degges-White, 2018, str. 1-5). Tako umetnost predstavlja pot do novih posameznikovih virov in lahko socialnim delavcem ponudi komplementarne metode, ki pospešujejo individualno in družbeno preobrazbo posameznikov in skupin ljudi, ki v različnih življenjskih obdobjih doživljajo stiske, zatiranje in socialno izključenost (Heinonen, 2018). Pomembno je, da se pri delu z ljudmi v procesih pomoči usmerimo tudi v posameznikovo okolje in skupnost, ki predstavlja socialno mrežo pomembnih odnosov, saj to daje kontekst za podporo in opogumljanje ter vključuje udeležенost v skupini, sodelovanje in povezanost (Mešl, 2008). Z umetnostjo lahko premostimo vrzel med posamezniki in skupnostmi, ustvarimo prostor za skupno ustvarjanje in izmenjavo umetniških in človeških vrednot. Tako umetnost predstavlja orodje za vključevanje ljudi v dejavnost in skupnosti, kar krepi njihovo moč in jim ponuja možnost za izražanje ter tako omogoča dostojanstvo in enakopravnost ljudem, ki so zaradi oviranosti izgubili dostop do simbolov in izraznih sredstev, pomembnih v vsaki kulturi (Ruud, b. d.).

Umetnost v socialnem delu torej okrepi razmišljanje, komunikacijo in prispeva k reševanju problemov; krepi tudi moč ljudi v družbi, saj marginaliziranim skupinam skozi ustvarjanje umetnosti pomaga odsevati, definirati in interpretirati izkušnjo in omogoča raziskovanje in določanje osebnih izkušenj njihove družbene resničnosti.

2.7.4. Pomen uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na mikro ravni socialnega dela

To poglavje je namenjeno pregledu pomena uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na mikro ravni socialnega dela, torej v neposrednem reševanju kompleksnih psihosocialnih problemov ljudi.

Kadar neposredno sodelujemo z ljudmi v socialnem delu, delo poteka na spremembah, ki so potrebne za spoprijemanje s stiskami in spodbujanje osebne rasti. Spreminjanje življenjske situacije in nenehna reorganizacija ne pomeni le spremembe uma, temveč tudi spremembo načina delovanja. Če si želimo osebne rasti in sprememb, je nujno učenje novega razumevanja in delovanja, k čemur pa lahko pripomorejo različne umetnosti, ki najprej aktivirajo telo, ki je bolj gibčno, plastično in sposobno reorganizacije, kot je naše mišljenje (Payne, 1990, str. 26-28). Za to je naprej potrebno, da si posameznik zgradi osnovno notranjo predstavo o strukturi situacije in uskladi kognitivno strukturo s svojimi zmožnostmi. Negotovost, ki se pri tem pojavi, sili udeležенega v raziskovanje novih odgovorov in h kreativnemu razmišljanju (Kroflič, 1992, str. 33), vendar pa umetnostno ustvarjanje samo po sebi ni dovolj; potrebno je njegovo razumevanje in zavedanje (Zagorc, Vihtelič, Kralj in Jeram, 2013, str. 20). Delo z

umetnostnimi izraznimi sredstvi lahko vodi v spoznanje, da je sogovornik sam snovalec svojega življenja, saj lahko izkušnje ob ustvarjanju prenese na druga življenjska področja. Uspeh, ki ga občuti ob ustvarjanju, krepi sogovornikovo zaupanje v svoje sposobnosti in mu daje občutek, da je lahko ustvarjalen, da lahko spreminja stvari, kar mu daje zagon in svobodo (Kustec, 2011a). Z ustvarjanjem izdelkov v umetnostnem ustvarjanju je tako mogoče izkušnjo eksternalizirati in objektivizirati ter jo poimenovati in se od nje oddaljiti, kar omogoča novo razumevanje oziroma novo perspektivo na situacijo (Edwards, 2004, str. 1-17). Vidik, ki prav tako osvetljuje smiselnost uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev pri direktnem socialnem delu z ljudmi, je socialno delo kot znanost in metoda ustvarjanja prostora in časa za komunikacijo med udeleženci sistema oziroma problema omogočati, ohranjati in razvijati sporazumevanje, ki bo ustvarilo nekaj novega, spremembo oziroma premik. Prav tako ustvarjalno je posameznikovo sodelovanje v procesu iskanja, prepoznavanja in uporabe lastnih virov moči, učinkovitih vzorcev ravnanja, samopotrditvenih izkušenj in doživljanj, na katerih je smiselno in vredno graditi sedanost za prihodnost, zaradi česar je umetnostne izrazno-ustvarjalne dejavnosti smiselno uporabljati v socialnem delu že zaradi značilnosti novega, drugačnega, svobodnega, enkratnega, lastnega (Šugman Bohinc, 1994).

Cilj ustvarjalnosti pri neposredni uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu ni v nasprotju s ciljem ustvarjalnosti v drugih procesih pomoči, na primer v umetnostnih terapijah (Middleman, 1968, str. 259-270). Tako je mogoče tehnike umetnostnih terapij prilagoditi za uporabo umetnostnih medijev v socialnem delu. Uporabljamo jih lahko kot samostojno, začetno, sklepno ali kako drugače dopolnjujočo metodo običajnemu pogovoru (Šugman Bohinc, 1994). Prek sodelovanja z umetnostnimi izrazno-ustvarjalnimi sredstvi razvijamo socialne sposobnosti in stike z drugimi in tako razvijamo zaupanje, občutljivost, sodelovanje v skupini ter skupinsko reševanje problemov, delitev pozornosti, empatijo, vodenje in podrejanje (Zagorc, Vihtelič, Kralj in Jeram, 2013, str. 10; Sussman in Davis, 2018). V raziskavi, ki jo je opravila Kustec (2017), vidimo, da socialni delavci in delavke ter drugi strokovnjaki sorodnih poklicev pomoči vidijo in prepoznajo več ugodnih učinkov pri delu z udeleženi v procesu, ko uporabijo izrazno-ustvarjalne medije. To kaže, da lahko tovrstne kreativne medije v socialnem delu uporabljamo za izboljšanje komunikacije, krepitev samopodobe, samozavesti, samospoštovanja, samoiniciativnosti, kompetenc, občutkov smisla življenja, večje povezanost s člani skupine, večje aktivne participacije in sprejemanje lastne odgovornosti za svoje življenje. Ugodni vidiki uporabe izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu so tudi v omogočanju povečanega stika s čustvi in doživljanjem sogovornikov, posredno izražanje čustev in lažje spoprijemanje s čustvi (prav

tam). Važen je proces dejavnosti, ne pa njen končni rezultat oziroma umetnostni izdelek, kar je eno glavnih pravil socialnega dela z uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih dejavnosti, ob čemer pa so rezultati umetnostnega ustvarjanja obstojni in jih lahko raziskujemo tudi pozneje (Šugman Bohinc, 1994). Pri tem je pomembno zavedanje, da se vsak posameznik izraža na svojevrsten način, ki ga pogojujejo delovanje in konstrukcija njegovega uma, zavesti in podzavesti. V tem spontanem posameznikovem ustvarjanju njegov um na izviren in ustvarjalen način sporoča notranjo vsebino (Levy, 1988, str. 2-6).

Z umetnostjo, ki jo izvajamo v različnih prostorskih ureditvah, smo usmerjeni v harmonizacijo skupine. Najbolj je sinhronost opazna na primer pri plesu v krogu, kjer je vsem udeležencem skupen ritem. To ljudi združuje in jim pomaga vzpostaviti skupno kontinuiteto gibanja in skupni vrstni red korakov (Bartenieff in Lewis, 1980, str. 130-134). Kadar skupaj z drugimi ljudmi nekaj ustvarjamo, po možnosti v istem ritmu, se združimo, uskladimo, uglasimo in povežemo. Take tehnike lahko v socialnem delu spodbujajo trenutke srečanja, ki obogatijo delovni odnos. To nam omogoča, da vstopimo v posameznikov svet in se vživimo v tisto, kar doživlja (Bruscia, 1998, str. 81).

To poglavje prikazuje, kakšen je pomen uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na mikroravni socialnega dela, saj udeležene spodbuja k osebnim spremembam, ki pripomorejo h kvalitetnejšemu življenju.

2.7.5. Pomen uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na makro ravni socialnega dela

To poglavje je namenjeno pregledu pomena uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v makro socialnem delu, torej pri spodbujanju družbenih sprememb in reševanju družbene izključenosti.

Izzive, s katerimi se ljudje srečujemo, je potrebno razumeti širše in spodbujati spremembe na ravni družbe, saj so težave in situacije, s katerimi se ljudje spopadamo umeščene in izkoreninjene v socialno-strukturnem kontekstu, za katerega so značilne neenakost, krivica, revščina, zatiranje in marginalizacija (Heinonen, 2018). Socialno delo stremi k socialni pravičnosti, kar pomeni, da si prizadeva za individualne in kolektivne spremembe, ki so potrebne, da bi rešili vprašanja revščine, neenakosti, človekovih pravic in zatiranja. Kako lahko k temu pripomore umetnost? Z uporabo umetnosti v socialni akciji, ki je namenjena dvigu zavesti ljudi, izpostavljanju kritičnih vprašanj in opozarjanju (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018), ki je občutljivo na kulturo in okoliščine, teži k spreminjanju dejanske prakse in zakonov ter govori o dejanjih solidarnosti in krepitvi moči (Ruud, b. d.).

Z ustvarjanjem alternativnega sveta in domišljije umetnostno delo pokaže možnosti, ki so v našem vsakdanjem zavedanju odsotne; poleg tega nas kreativno delo oddaljuje od vsakdanjega sveta, znotraj katerega imamo večkrat občutek, da ne moremo ukrepati; ravno s tem nas osvobodi in ponudi nove možnosti. Tako se ljudje zavedamo svojih virov in vidimo, da smo sposobni spreminjati svet, v katerem živimo ter imamo posledično občutek lastne sposobnosti za ukrepanje v skupnosti, kar pa je pogoj za družbene spremembe. Delo na področju družbenih sprememb se tako začne s poskusom razumevanja sveta, v katerem ljudje živimo, saj šele takrat lahko vidimo možnosti odzivanja na to resničnost (Levine, 2011, str. 21-31). Prav tako uporaba umetnosti v socialnem delu krepi občutek povezanosti z upravljanjem lastne zgodbe, pridobiva nova razumevanja in pomene, sporoča sporočila drugim ter izkorišča družben kapital. Pomembna vloga umetnosti v socialnem delu je tudi sposobnost krepitve moči in družbene kritičnosti, kar posameznikom in skupnostim omogoča, da razvijajo in spreminjajo pomene v povezavi s spreminjajočimi se družbenimi okoliščinami in jih prenašajo na druge na utelešen način, ki vzbuja razumevanje in empatijo (Huss, 2018a, str. 1-4). Umetnosti tako ponujajo zapise o dogodkih, ljudeh, družbah in različnih temah, pripovedujejo zgodbe, razpravljajo o idejah in poudarjajo perspektive, povezane z dogodki, ter raziskujejo družbena vprašanja in rušijo ustaljene norme in predsodke. Uporaba umetnosti za spodbujanje družbenih sprememb je ena od možnosti za nenasilno protestiranje in ozaveščanje javnosti o določeni problematiki. Lahko na primer na ulici s pesmijo, humorjem in plakati promoviramo mir, pravičnost, socialno in ekonomsko enakost ter tako s pomočjo umetnosti naslavljamo socialno krivico ter iščemo družbeno preobrazbo (Heinonen, Halonen in Krahn, 2018). Tako nas umetnost spodbuja, da bi prepoznali zapletena družbena vprašanja in njihove korenine v socialni politiki, okolju in gospodarstvu. Ta vprašanja vključujejo tako široke teme o okolju, vključno z okoljskimi pobudami in trajnostjo, globalizacijo, mednarodnim sodelovanjem, antikolonializmom, globalno ekonomijo, skrbjo za zdravje, enakim dostopom do izobraževanja, ekonomskim razvojem, reševanjem konfliktov, vprašanjem demokracije, nasilja, vojne, širjenjem jedrskega orožja, miru in pravičnosti, stigme in predsodkov, rasizma, seksizma, človekovih pravic, lakote in brezdomstva ter mnogo drugih (Estrella, 2011, str. 42-53). Več aktivističnih gibanj je prepoznalo moč umetnosti za ozaveščanje, krepitev moči, zagovorništvo, protest in provokacijo, kot na primer gibanje za državljanske pravice v Ameriki, feministični pevski zbori, ulični gledališki protesti proti Svetovni trgovinski organizaciji, grafiti gibanja proti AIDS-u, izdajanje časopisa Kraljev ulice in podobno. Ekspresivne umetnosti, ki se uporabljajo v skupnostih, naj bi bile že po svoji

naravi aktivistične, saj korenito širijo našo predstavo o tem, koga lahko štejemo za umetnika (Estrella, 2011, str. 42-53).

Tradicionalno so bile umetnosti vedno orodje za prenos informacij in vplivanje na ljudi, saj umetnost spodbuja hitro zaznavno obdelavo in zbiranje informacij in tudi povezovanje s pomočjo čustev in kognicijo skozi estetsko izkušnjo. Tako prehod na umetnost pomaga preprečiti verbalno nadvlado družbeno znanih pripovedi. Tako se lahko začne pogajanje med posameznikom in družbeno resničnostjo (Huss, 2011a, str. 1-4). Cilj uporabe umetnosti v socialnem delu na makro ravni je torej krepitev moči, aktivizem ter zagovorništvo ljudi marginaliziranih in diskriminiranih skupnosti. Umetnost ponuja odskočno desko za kritično razmišljanje, preoblikovanje osebnih in družbenih resničnosti ter ustvarjanje skupnosti, kulturne varnosti in spoštovanja.

2.7.6. Integracija umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialno delo

Kot kaže raziskava, ki jo je opravila Kustec (2011b), izvajalci, ki pri svojem delu uporabljajo umetnostne izrazno-ustvarjalne medije, vidijo možnost uporabe teh na vseh področjih socialnega varstva, pri delu z otroki, mladostniki, s starši, z osebami s težavami v duševnem zdravju, uporabniki nelegalnih drog in podobno. Večina jih vidi njihovo uporabo zelo široko, na primer pri skupinskem organiziranju prostočasnih aktivnosti, učenju novih veščin in spretnosti, izboljšanju skupinske dinamike, prepoznavanju in izražanju strahov ter stisk, pri delu zaradi boljše motivacije, komunikacije, za razumevanje in sprejemanje novih situacij (prav tam). A če uporabljamo umetnostne izrazno-ustvarjalne medije v socialnem delu, moramo upoštevati osnovna načela in koncepte, ki jim sledimo v socialnem delu. O tem govori to poglavje, ki je namenjeno pregledu temeljev socialnega dela, ki jih upoštevamo ob uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev.

Socialno delo temelji na določenih načelih, ki podpirajo idejo o spoštovanju enkratnosti vsakega posameznika, njegove življenjske situacije, svobode, pravice in svoboščine ter idejo o socialni pravičnosti, preseganju krivic, ki se dogajajo ljudem po vsem svetu, dolžnosti pomagati ljudem v stiski in solidarnosti (Flaker, 2003a). Načela, ki jih moramo v socialnem delu nujno upoštevati, so spoštovanje človekovega dostojanstva, individualizirana pomoč, spodbujanje razvoja zelenih razpletov sogovornikov, graditev moči sogovornikov, spodbujanje njihove participacije, samoodločanja, prenosljivosti, varovanja zaupnosti, redno spremljanje sprememb in podobno (Sheafor, Horejsi in Horejsi, 2000). Tako moramo socialne delavke in delavci spoštovati in ceniti razlike ter različnost, prosto izbiro, vpliv na svoje življenje, se boriti proti diskriminaciji in ne stigmatizirati (Flaker, 2003a). Naloga socialnega

dela je tako delo na različnih ravneh, ki vsebujejo pomoč ljudem za učinkovitejše reševanje problemov in odgovorno soočanje z različnimi življenjskimi situacijami, pomoč pri iskanju ustreznih oblik pomoči in storitev oziroma virov in povezovanje ljudi s sistemi, da bi si tako zagotovili dostop do razpoložljivih virov ter različnih življenjskih priložnosti (Milošević Arnold, 2000). Poleg tega moramo spoštovati etiko socialnega dela, ki jo določa etični kodeks, ki socialne delavke in delavce zavezuje ne glede na področje socialnega dela (Milošević Arnold in Poštrak, 2003, str. 99). Etika v socialnem delu daje okvir za ravnanje v skladu z vrednotami in načeli socialnega dela. V praksi socialnega dela se porajajo številne etične dileme, s katerimi se strokovni delavci in delavke v socialnem delu nenehno srečujemo. Gre za srečanje s konfliktnimi situacijami, ki nastajajo na presečišču odgovornosti do posameznikov, skupnosti in sistema, v katerem delujemo (Sobočan, 2011). Etična praksa ni stvar upoštevanja pravil, temveč je umetnost etične presoje bolj subtilna in zapletena; gre za kritičen in spodbuden proces, ki dvomi v moraliziranje pravil ter proučuje predpostavke in vrednote. Kodeks odraža osnovna pričakovanja poklicne prakse glede uravnoveženja pravic uporabnikov storitev z izogibanjem praksi in poudarja pravice uporabnikov storitev, da se odločijo za sodelovanje; hkrati priznava, da se lahko pravice včasih omejijo za obvladovanje tveganj. Poleg odgovornosti, ki se osredotoča na uporabnike storitev, kodeks poudarja tudi odgovornost strokovnjakov, da vzdržujejo strokovno znanje, odstopajo od osebnih zavez in perspektiv ter delajo v organizacijskih postopkih (Brodzinski in Evans, 2018, str. 18-28).

Ko v socialnem delu uporabljamo umetnostne izrazno-ustvarjalne medije, moramo torej izhajati iz socialnodelovnega okvira in zagotoviti odprt prostor, ki je prilagodljiv različnim zmožnostim, počutjem, motivaciji in je odprt za številne interpretacije, odnose in umetnostne akcije (Cappelen in Andersson, 2014, str. 2-5). Ob uporabi umetnosti mora socialna delavka imeti nekaj znanja in razumevanja uporabe določenega umetnostnega medija. Pri tem je pomembno zavedanje lastnih ustvarjalnih navad in psihofizičnih počutij. Potreben je širok ustvarjalni repertoar, ki vključuje različne medije, orodja, postavitve, vloge in podobno (Payne, 1990, str. 28-31). Socialna delavka, ki vodi kakršne koli umetnostne dejavnosti, mora biti samozavestna in sproščena v tem, kar ponuja, za kar potrebuje določena znanja o umetnostnih medijih (Roche in Heinonen, 2018). Ob uporabi umetnosti mora biti socialna delavka iskrena in odkrita do udeležencev v procesu ter do sebe, biti empatična ter brezpogojno sprejemajoča (Payne, 1990, str. 36-37). Pomembno je, da ljudem da jasno vedeti, da njihovega ustvarjanja ne presoja in obsoja, da ni pravilnega ali napačnega načina ustvarjanja, saj umetnostno ustvarjanje spodbujamo z namenom osebne rasti in zavedanja (Roche in

Heinonen, 2018). Ob tem je potrebno spoštovati, okrepiti ter ustvariti prijetno, sprejemajoče in varno okolje. Pomembno je tudi zavedanje, da nobena metoda nikoli ni učinkovita za vse skupine, vse težave (Payne, 1990, str. 36-37) ali vse socialne delavce, zato mora socialna delavka znati vključiti, izbrati, prilagoditi ali razviti dejavnosti, ki ustrezajo potrebam in zmožnostim, udeleženi v soustvarjanju. Razlike med udeleženci so lahko povezane tudi s spolom, kulturo, starostjo, socialno-ekonomskim statusom ali drugimi značilnostmi, povezanimi z edinstvenim ozadjem in izkušnjami posameznikov. Močno upoštevanje nekaterih kulturnih prepričanj lahko igra pomembno vlogo pri razumevanju in doživljanju umetnosti. Prav tako lahko biološki spol v kateri koli družbi, skupini ali skupnosti, oblikuje način, kako se ljudje izražajo in sodelujejo v dejavnostih, bodisi kot posamezniki bodisi kot skupine (Roche in Heinonen, 2018). Ob tem je potrebno tudi zavedanje, da umetnost ni čarobni jezik, ki premošča vprašanja moči ali presega kompleksne težave, zato je potrebno, da se umetnost v socialnem delu uporablja kot podpora verbalne komunikacije, saj kadar se uporablja na tak način, obstaja usklajenost med njeno uporabo in vrednotami socialnega dela, kot so pomembnosti družbenih odnosov, konteksta in kulture (Huss in Sela-Amit, 2018).

Tako lahko umetnost v socialnem delu veliko pripomore, a je ob njeni uporabi potrebno upoštevanje osnovnih načel in konceptov socialnega dela.

To poglavje prikazuje, kakšen pomen ima ustvarjalnost v socialnem delu, zakaj je uporaba umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu pomembna na mikro, mezo in makro ravni, kot oblika neverbalne komunikacije, ki krepi moč udeležencev in jim daje glas.

3. RAZPRAVA

V tem poglavju predstavim temeljne ugotovitve, ki jih prikazuje teoretična raziskava in razpravljam o raziskovalnih vprašanjih, ki sem si jih postavila na začetku raziskovanja.

Čeprav se v Sloveniji o uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu govori dokaj malo in se tovrstni mediji počasi integrirajo v procese pomoči, raziskava pokaže, da so že v 19. stoletju v Ameriki govorili o uporabnosti umetnosti pri delu z ljudmi, tako s posamezniki kot s skupinami. Že takrat so socialne delavke videle smiselnost in doprinos uporabe kreativnih medijev v socialnem delu, kar sem prikazala tudi sama s to raziskavo. Skozi raziskavo prikažem pomen in možnosti uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev na mikro, mezo in makro ravni socialnega dela. V nadaljevanju razpravljam o posameznem raziskovalnem vprašanju, ki sem si ga postavila na začetku raziskovanja.

3.1. Kaj so teoretska izhodišča različnih umetnostnih terapij (razvoj stoke, definicija, način dela in struktura srečanj)?

Če pogledamo v zgodovino, vidimo, da uporaba umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev (predvsem giba, plesa, glasbe, pripovedovanja in likovnega ustvarjanja) v procesih pomoči izhaja iz pomena teh medijev že v zgodovinskih časih, ko so ljudje umetnost uporabljali v obredih, praznovanjih in ritualih (History of Drama Therapy, b. d.; Ruud, b. d.; Wosien, 1974; Payne, 1990; Darnley-Smith in Patey, 2003; Edwards, 2004; Knoll, 2011; Landy in Montgomery, 2012). Z razvojem medicine in naravoslovnih znanosti, so se te celostne metode porazgubile oziroma so bile potisnjene ob stran (Kustec, 2011a). Čas revolucionarnih sprememb intelektualne klime ob koncu 19. in na začetku 20. stoletja je spodbudil premik tudi v uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči. Takrat so v različnih kliničnih okoljih začeli uporabljati umetnost pri delu z ljudmi, iz česar so se razvile posamične umetnostne terapije (Levy, 1988; Blunt, 1988; Meldrum, 1994; Darnley-Smith in Patey, 2003; Edwards, 2004; Jones, 2007; Bunt in Stige, 2014). Definicije le teh so si podobne, saj vse poudarjajo uporabo določene umetnosti za čustvene, socialne, kognitivne in fizične spremembe, integracijo in razvoj, pri čemer ni poudarek na umetnostnih izdelkih kot takih, temveč na človeškem izrazu in načinu komunikacije (American Dance Therapy Association, b. d.; European Association Dance Movement Therapy, b. d.; World Federation of Music Therapy, b. d.; American Art Therapy Association, b. d.; The British Association of Art Therapists, b. d.; North American Drama Therapy Association, b. d.). Način dela umetnostnih terapij se razlikuje med posameznimi strokami, pri čemer razlike izhajajo iz uporabe različnega kreativnega medija (Landy, 1982; Case in Dalley, 1992; Chesner, 1994a; Bruscia, 1998; Rubin, 1999; Malchiodi, 2003; Edwards, 2004; Thompson in Evans, 2005;

Jones, 2007; Bunt in Stige, 2014; Bruscia, 2014; Ruud, 2014; Grocke, 2015). Prav tako so z določenim umetnostnim izrazno-ustvarjalnim medijem povezane prednosti in omejitve. Te izhajajo iz elementov umetnostnih medijev, kot so na primer elementi glasbe (glasnost, hitrost, težavnost instrumentov in podobno) (Levy, 1988; Payne, 1990; Case in Dalley, 1992; Jones, 2007; Navarrete-Campos, 2016; Dicks in Halonen, 2018; Roche in Heinonen, 2018).

3.2. Kaj so ugotovitve raziskav o umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči in kakšne so prednosti ter omejitve uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev?

Raziskave, ki vključujejo umetnost v procese pomoči, kažejo smiselnost uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči, saj so učinki vidni na kognitivnem, socialnem, fizičnem in emocionalnem področju pri vseh medijih z različnimi ljudmi (Corteville, 2009; Carr in Wigram, 2009; Wall in Duffy, 2010; Mehabe in Banu, 2011; O'Leary, 2013; Kshtriya, Barnstaple, De'bora Rabinovich in DeSouza, 2015; Karkou in Meekums, 2017; Landis-Shack, Heinz in Bonn-Miller, 2017; Cohen-Yatziv in Regev, 2018; Dye, 2018; Regev in Cohen-Yatziv, 2018; Abbing idr., 2018; Leather in Kewley, 2019; Wang idr., 2020; Bosman idr., 2020). Tudi raziskave, opravljene na področju uporabe umetnosti v socialnem delu, kažejo na smiselnost uporabe te v sodelovanju s sogovorniki (Lenassi, 2014; Lampič, 2014; Navarrete-Campos, 2016; Juvanc, 2016; Roots, 2016; Stefančič, 2016; Dietz, 2016; Praper, 2017; Štefane, 2017; Starc, 2017; Fung Chung in Kin Lou, 2018; Baškovč, 2019; Lipušček, 2020; Martinšek, 2020).

3.3. Kakšne so povezave in razlike med umetnostnimi terapijami in socialnim delom?

Pri primerjanju umetnostnih terapij in socialnega dela raziskava prikazuje podobne temelje teh strok. Podobnosti so v osnovnih izhodiščih, kot so prizadevanja za raziskovanje alternativ, usmerjenost k spremembam in rešitvam, in tudi v razumevanju udeleženih v procesu za ponujanje izkušenj za osebno rast, odkrivanju moči in spoštovanju posameznika, ki je ekspert iz izkušenj; razlike so vidne predvsem v predmetu stroke (International Federation of Social Workers, b. d.; European Association Dance Movement Therapy, b. d.; World Federation of Music Therapy, b. d.; The British Association of Art Therapists, b. d.; North American Drama Therapy Association, b. d.), konceptu dela in uporabi različnih komunikacijskih kanalov, ki pa vodijo k različnim načinom dela (Bartenieff in Lewis, 1980; Payne, 1990; Bruscia, 1998; Kroflič, 1999; Jones, 2007; Šugman Bohinc, Rapoša Tajnšek, Škerjanc, 2007; Čaćinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008; Grocke, 2015; Marich, 2015). Na drugi strani se različni načini komunikacije dopolnjujejo, saj vsak nov način doprinese druge kvalitete.

Verbalizacija tako podpira procese umetnostnih terapij in obratno, umetnost podpira procese socialnega dela (Middleman, 1968; Payne, 1990; Edwards, 2004; Malchiodi, 2007; Čačinovič Vogrinčič, 2010; Ansdell, 2014; Pietiläinen, 2017). Tudi kontekst dela je podoben v socialnem delu in umetnostnih terapijah, saj v vseh strokah sodelujemo s posamezniki, skupinami in skupnostmi ter se srečujemo z ljudmi z različnimi izzivi, v različnih okoljih, različne starosti; poudarjamo tudi prostor za delo (Case in Dalley, 1992; Rubin, 1999; Liebmann, 1999; Milošević Arnold in Poštrak, 2003; Flaker, 2003b, Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008; Gaine, 2010; Cappelen in Andersson, 2014; Heinonen, Halonen in Krahn, 2018). Med socialnim delom in umetnostnimi terapijami je izhodiščna razlika v delovnem odnosu. Delovni odnos v socialnem delu izpostavlja soustvarjanje za reševanje kompleksnih psihosocialnih težav in temelji na konceptih, ki jih v socialnem delu imenujemo etika udeležnosti, perspektiva moči, znanje za ravnanje in ravnanje s sedanostjo, koncept soprisotnosti in osebno vodenje, za kar je potrebno, da za delo v vseh strokah najprej vzpostavimo odprt in varen prostor in šele nato sledi konkretno delo. V delovnem odnosu umetnostnih terapij sicer vidimo podobnosti s temi koncepti, vendar socialno delo poudari soustvarjanje rešitev za psihosocialne probleme ljudi. Pri neposrednem delu z ljudmi je struktura procesa pomoči in tudi struktura posameznih srečanj umetnostnih terapij in socialnega dela podobna, saj je celoten proces v različnih procesih pomoči zasnovan postopno, od pridruževanja, vzpostavljanja delovnega odnosa, odkrivanja, raziskovanja problema in rešitev do proslavljanja in ločitve (Landy, 1982; Payne, 1990; Chesner, 1994a; Wilkins, 1999; Čačinovič Vogrinčič, Kobal, Mešl in Možina, 2008; Bailey, 2009; Čačinovič Vogrinčič, 2011; Bunt in Stige, 2014; Šugman Bohinc, 2018). Prav tako je tudi srečanje zasnovano v okviru treh delov, uvoda, osrednjega dela in zaključka (Payne, 1990; Šugman Bohinc, 1994; Čačinovič Vogrinčič, 2002; Malchiodi, 2003; Knoll, 2011; Hinz, 2009; Kustec, 2011b; Levine, Land in Lizano, 2015; Roche in Heinonen, 2018). Vse to spodbuja socialne delavke in delavce k uporabi znanj, metod in tehnik umetnostnih terapij v socialnem delu.

3.4. Kako lahko umetnostne izrazno-ustvarjalne medije uporabimo v socialnem delu na različnih ravneh (mikro, mezo in makro)?

V socialnem delu se moramo nenehno prilagoditi spremembam posameznika in tudi spremembam v družbi ter svetu, ki se dogajajo ves čas, zato je ustvarjalnost v socialnem delu zelo pomembna (Lea Šugman Bohinc, 1997; Jackson in Burgess, 2005). Raziskava prikazuje, da umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji v socialnem delu nudijo veliko možnosti, da udeleženi pomagajo do izražanja, pridobivanja vpogledov, iskanja rešitev in sprememb ter tudi pri pridobivanju več glasu, krepitvi moči in spodbujanju sprememb v skupnosti ter

družbi. Kreativni mediji so pomembni v socialnem delu tudi zato, ker nudijo novo obliko neverbalne komunikacije in možnost ustvarjalnega razmišljanja; hkrati spodbujajo tudi kritično razmišljanje in preoblikovanje osebne in družbene resničnosti (Chesner, 1994a; Rubin, 1999; Malchiodi, 2003; Jones, 2005; Kustec, 2011a; Knoll, 2011; Bruscia, 2014; Cappelen in Andersson, 2014; Jackson, 2015; Huss, 2018a; Heinonen, Halonen in Krahni, 2018; Huss in Sela-Amit, 2018; Degges-White, 2018). Kljub vsemu je ob uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev pomembno, da sledimo temeljem socialnega dela in upoštevamo etični kodeks (Sheafor, Horejsi in Horejsi, 2000; Milosevic Arnold, 2000; Flaker, 2003a; Sobočan, 2011; Brodzinski in Evans, 2018).

Umetnost je posebna govorica, ki ni tako natančna in povedna kot jezik, a vendar lahko njeno sporočilo preseže govor, saj zvokom, slikam, igram in podobno, ki jih slišimo ali vidimo, podzavestno iščemo smisel in jim pripisujemo pomen (Lebič in Loparnik, 1982). Socialno delo je stroka, ki deluje v nepredvidljivih situacijah, kjer sta potrebna inovacija in ustvarjalno reševanje izzivov (Flaker, 2003a), saj spodbuja spremembe pri posameznikih, skupinah, skupnosti in družbi, za kar moramo ves čas stopati iz svojih okvirjev in iskati nove možnosti in nova ravnanja. Ravno k spodbujanju sprememb in h kritičnemu razmišljanju ter ustvarjanju alternativ lahko pripomore umetnost.

4. SKLEPI IN PREDLOGI

Rezultate raziskave lahko strnem v naslednje sklepe:

- Uporaba umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v socialnem delu izhaja iz 19. stoletja v Ameriki.
- Uporaba umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev (predvsem giba, plesa, glasbe, pripovedovanja in likovnega ustvarjanja) v procesih pomoči izhaja iz pomena teh medijev že v zgodovinskih časih, ko so ljudje umetnost uporabljali v obredih, praznovanjih in ritualih.
- Čas revolucionarnih sprememb intelektualne klime na koncu 19. in začetku 20. stoletja je spodbudil premik k razumevanju človeških stisk, k izražanju posameznikove notranjosti in k drugačnemu pogledu na ljudi s stiskami. V ospredje se je vedno bolj postavljala subjektivnost, izvirnost, domišljija in samoizražanje, kar je vplivalo tudi na uporabo umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči.
- Definicije umetnostnih terapij so si med seboj podobne, saj vse poudarjajo uporabo določene umetnosti za čustvene, socialne, kognitivne in fizične spremembe, integracijo in razvoj, pri čemer ni poudarek na umetnostnih izdelkih, temveč na človeškem izrazu in načinu komunikacije.
- Način dela se med različnimi umetnostnimi terapijami razlikuje, pri čemer razlike izhajajo iz uporabe različnega kreativnega medija.
- Prednosti in omejitve uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev so povezane z elementi umetnostnih medijev (na primer glasbeni elementi: hitrost, glasnost, besedilo ipd.) in tudi orodij in materialov, ki jih uporabljamo, prostorom, v katerem sodelujemo
- Raziskave kažejo smiselnost uporabe umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev v procesih pomoči, saj so učinki vidni na kognitivnem, socialnem, fizičnem in emocionalnem področju pri vseh medijih z različnimi ljudmi.
- Pri primerjanju umetnostnih terapij in socialnega dela raziskava prikazuje nekaj razlik, ki so vidne v predmetu stroke, konceptu dela, mediju komunikacije, od katerega je odvisen tudi drugačen načinu dela, in delovnem odnosu soustvarjanja v socialnem delu ter delovnem odnosu v umetnostnih terapijah. Na drugi strani je tudi več podobnosti, ki so vidne v prizadevanju socialnega dela in umetnostnih terapij za osebno rast, za spremembe, krepitev moči in ustvarjanje novih rešitev in tudi v

razumevanju udeležениh, spodbujanju, da se sliši njihov glas, delu s skupinami in posamezniki ter strukturi procesa in srečanj.

- Umetnostne izrazno-ustvarjalne medije v socialnem delu lahko uporabimo na mikro (uporabimo pri neposrednem delu z ljudmi za namen komunikacije, sprostitve, izražanja, za osebno rast in preizkušanje novih načinov delovanja), mezo (uporabimo na primer v plesni predstavi, s katero poučujemo ljudi marginaliziranih skupin o družbenih vprašanjih zdravja, prehrane, pravic, lahko uredimo razstavi, kjer s slikami izpostavljam in prikažemo določena družbena vprašanja in podobno) in makro (uporabimo film, da dosežemo čim širšo populacijo in predstavimo nov pogled na primer na ljudi z demenco ali na primer igre uporabnega gledališča, kot so gledališče zatiranih) ravni.
- Umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji v socialnem delu nudijo veliko možnosti, saj udeleženi pomagajo do izražanja, pridobivanja vpogledov, iskanja rešitev in sprememb in tudi pri pridobivanju več glasu, krepitvi moči in spodbujanju sprememb v skupnosti ter družbi.
- Umetnostni izrazno-ustvarjalni mediji v socialnem delu nudijo novo obliko neverbalne komunikacije in možnost ustvarjalnega in kritičnega razmišljanja.
- Ob uporabi umetnostnih izrazno-ustvarjalnih medijev je pomembno, da sledimo temeljem socialnega dela, kot so spoštovanje človekovega dostojanstva, individualizirana pomoč, spodbujanje razvoja želenih razpletov sogovornikov, graditev moči sogovornikov, spodbujanje njihove participacije, samoodločanja in podobno in upoštevamo etični kodeks.

Glede na ugotovitve in sklepe raziskave predlagam:

- da se v socialnem delu večkrat uporabi umetnost kot komunikacijski pripomoček,
- da se v izobraževalnem sistemu socialnih delavk in delavcev umesti več predmetov o tem področju na dodiplomskem in podiplomskem študiju in da so predmeti dostopni vsem, ne le tistim, ki so izbrali določen modul,
- interdisciplinarno povezovanje socialnih delavk in delavcev z različnimi umetnostnimi terapijami,
- nadaljnje raziskovanje področja uporabe umetnosti v socialnem delu.

5. SEZNAM UPORABLJENIH VIROV IN LITERATURE

1. Abbing, A., Ponstein, A., VanHooren, S., DeSonneville, L., Swaab, H., Baars, E. (2018). *The effectiveness of art therapy for anxiety in adults: A systematic review of randomised and non-randomised controlled trials*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0208716>
2. Ahac, Ž. (2018). *Gledališka improvizacija: vir moči v odraščanju* (Diplomsko delo). Pridobljeno 18. 2. 2021 s file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/ahac_ziva_BDI.pdf
3. Allen, P. B. (2007). Wielding the Shield. The Art Therapist as Conscious Witness in the Realm of Social Action. V Kaplan, F. F. (ur.) *Art Therapy and Social Action* (str. 72-85). London: Jessica Kingsley Publishers.
4. *American Art Therapy Association*. (b. d.). Pridobljeno 2. 4. 2021 s <https://arttherapy.org/about-art-therapy/>
5. *American Dance Therapy Association*. (b. d.). Pridobljeno 28. 1. 2021 s <https://www.adta.org>
6. *American Music Therapy Association*. (b. d.). Pridobljeno 18. 3. 2021 s <https://www.musictherapy.org/>
7. Andersson, A. P., & Cappelen, B. (2014). Vocal and tangible interaction in RHYME. V Stensæth, K. (ur.), *Music, Health, Technology and Design* (str. 21-39). Pridobljeno 5. 2. 2020 s <https://core.ac.uk/download/pdf/52114976.pdf>
8. Ansdell, G. (2014). *How Music Helps in Music Therapy and Everyday Life*. Surrey, Burlington: Ashgate Publishing.
9. *Association for Music and Imagery*. (b. d.). Pridobljeno 3. 3. 2021 s <https://ami-bonnymethod.org/about/faq>
10. Atkins, S. S., Davis, K. M., & Atkins, L. E. (2018). Integrative Theory in the Expressive Arts. V Sussman, S. W., & Davis, N. L. (ur.). *Integrating the Expressive Arts Into Counseling Practice. Theory Based Interventions* (str. 187-209). New York: Springer Publishing Company.
11. Babnik, K. (2012). *Telesno-gibalno ustvarjanje otrok s posebnimi potrebami* (Diplomsko delo). Pridobljeno 27. 4. 2020 s <https://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Diplome/Diploma22060030BabnikKlavdija.pdf>
12. Bailey, D. (2009). Performance in Drama Therapy. V Johnson, D. R., & Emunah, R. (ur.), *Current Approaches in Drama Therapy* (str. 374-393). Springfield: Charles C. Thomas Publisher.

13. Barkai-Kra, N. (2018). Using arts as a feminist empowerment tool. The example of social workers in Israel. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives*. (str. 109-117). New York: Routledge.
14. Bartenieff, I. & Lewis, D. (1980). *Body movement. Coping with the environment*. New York: Gordon and Breach science publishers.
15. Başlı, E., Özmen, S., Demirci, E., Kendirci, M., Tatlı, Z. U., & Kondolot, M. (2020). *The Effects of Art Therapy Techniques on Depression, Anxiety Levels and Quality of Life in the Adolescent with Type 1 Diabetes Mellitus: A Preliminary Study*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s https://jag.journalagent.com/erciyesmedj/pdfs/EMJ-45548-ORIGINAL_ARTICLE-OZMEN.pdf
16. Baškovč, T. (2019). *Učinki izvedbe glasbenih delavnic na stare ljudi z demenco v domu Petra Uzarja Tržič* (Diplomsko delo). Pridobljeno 18. 2. 2021 s [file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/baskovc_tjasa_bdi%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/baskovc_tjasa_bdi%20(1).pdf)
17. Bernstein, A., & Gray, M. (1997). *Social Work. A Beginner's text*. Cape Town: Juta & Company Ltd.
18. Bonnycastle, M. M., & Heinonen, T. (2018). Using arts to engage community Nepal and Canadian experiences. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives*. (str. 190-202). New York: Routledge.
19. Borota, B., Geršak, V., Korošec, H., & Majaron, E. (2006). *Otrok v svetu glasbe, plesa in lutk*. Ljubljana: NUK.
20. Bos, E. (2018). Macro-level arts-based interventions in community development and societal change. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 203-208). New York: Routledge.
21. Bosgraaf, L., Spreen, M., Pattiselanno, K., & VanHooren, S. (2020). *Art Therapy for Psychosocial Problems in Children and Adolescents: A Systematic Narrative Review on Art Therapeutic Means and Forms of Expression, Therapist Behavior, and Supposed Mechanisms of Change*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7578380/>
22. Bosman, J. T., Bood, Z. M., Scherer-Rath, M., Dörr, H., Christophe, N., Sprangers, M. A. G., & VanLaarhoven, H. W. M. (2020). *The effects of art therapy on anxiety, depression, and quality of life in adults with cancer: a systematic literature review*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s <https://link.springer.com/article/10.1007/s00520-020-05869-0>

23. Bournea, J., Andersen-Warrenb, M., & Hackettc, S. (2018). *A systematic review to investigate dramatherapy group work with working age adults who have a mental health problem*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0197455618300431>
24. Božič, N. (2014). *Vpliv glasbene terapije na dementne starejše osebe* (Zaključno delo). Pridobljeno 15. 4. 2019 s <https://core.ac.uk/download/pdf/52489864.pdf>
25. Brandes, V., Terris, D. D., Fischer, C., & Loerbroks, A. (2010). Receptive Music Therapy for the Treatment of Depression: A Proof-of-Concept Study and Prospective Controlled Clinical Trial of Efficacy. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 79(5), str. 321-322.
26. Brauninge, I. (2014). Dance movement therapy with the elderly: An international Internet-based survey undertaken with practitioners. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 9 (3), str. 138–153. Pridobljeno 10. 3. 2021 s <http://dx.doi.org/10.1080/17432979.2014.914977>
27. Bräuninger, I. (2014). Specific dance movement therapy interventions—Which are successful? An intervention and correlation study. *The Arts in Psychotherapy*, (41), str. 445–457. Pridobljeno 10. 3. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/264895510_Specific_dance_movement_therapy_interventions-Which_are_successful_An_intervention_and_correlation_study
28. Brodzinski, E., & Evans, T. (2018). Ethics, theatre, and judgement. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 18-28). New York: Routledge.
29. Brus E., Habe K., Loti Knoll Š., Smrekar S., & Štule P. (2019). Glasbene dejavnosti z elementi glasbene terapije za delo z otroki/mladostniki s čustvenimi in vedenjskimi težavami – primeri. V Habe K., & Licardo M. (ur.), *Oblikovanje čustev in vedenja z glasbo* (str. 59 -85). Maribor: Pedagoška fakulteta.
30. Bruscia, K. E. (1998). *Defining music therapy*. Gilsum: Barcelona Publisher.
31. Bruscia, K.E. (2014). *Defining Music Therapy—Third Edition*. USA: Barcelona Publisher.
32. Buchalter, S.I. (2004). *A Practical Art Therapy*. London: Jessica Kingley Publishers.
33. Bunt, L. (1988). Music therapy: An introduction. *Psychology of music*, 16 (3-9). Pridobljeno 9. 2. 2021 s <https://soundconnectionsmt.com/docs/An%20Introduction%20to%20Music%20Therapy.pdf>

34. Bunt, L., & Stige, B. (2014). *Music therapy: an art beyond words*. New York: Routledge.
35. Cambra, B. K. (2019). *The effect of expressive therapies on refugee children and adolescents: Meta-Analytic Findings* (Doktorsko delo). Pridobljeno 4. 3. 2021 s <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=3077&context=doctoral>
36. Cappelen, B., & Andersson, A. P. (2014). Designing four generations of 'Musicking Tangibles.' V Stensæth, K. (ur.), *Music, Health, Technology and Design* (str. 1-21). Pridobljeno 5. 2. 2020 s <https://core.ac.uk/download/pdf/52114976.pdf>
37. Carr, C. E., & Wigram, T. (2009). Music Therapy with Children and Adolescents in Mainstream Schools: A Systematic Review. *British Journal of Music Therapy*, 23(1), str. 3-18. Pridobljeno 16. 3. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/235979003_Music_Therapy_with_Children_and_Adolescents_in_Mainstream_Schools_A_Systematic_Review
38. Case, C., & Dalley, T. (1992). *The Handbook of Art Therapy*. London, New York: Routledge.
39. Cattanach, A. (1994). The developmental model of dramatherapy. V Jennings, S., Cattanach, A., Mitchell, S., Chesner, A., & Meldrum, B. *The handbook of dramatherapy* (str. 28-40). London: Routledge.
40. Chesner, A. (1994a). An integrated model of dramatherapy and its application with adults with learning disabilities. V Jennings, S., Cattanach, A., Mitchell, S., Chesner, A., & Meldrum, B. *The handbook of dramatherapy* (str. 58-73). London: Routledge.
41. Chesner, A. (1994b). Dramatherapy and psychodrama Similarities and differences. V Jennings, S., Cattanach, A., Mitchell, S., Chesner, A., & Meldrum, B. *The handbook of dramatherapy* (str. 114-132). London: Routledge.
42. Ching-Teng, Y., Ya-Ping Y., & Yu-Chia, C. (2019). *Positive effects of art therapy on depression and self-esteem of older adults in nursing homes*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30628552/>
43. Choi, Y. H., & Jeon, E. Y. (2013). *Effects of Art Therapy on Cognition, Depression, and Quality of Life in Elderly*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/270678839_Effects_of_Art_Therapy_on_Cognition_Depression_and_Quality_of_Life_in_Elderly
44. Cohen Konrad, S., & Power, L. (2018). Applied arts and social justice. An essential partnership for social work education. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work*

- Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 96-108). New York: Routledge.
45. Cohen-Yatziv, L., & Regev, D. (2018). *The Effectiveness and Contribution of Art Therapy work with Children in 2018 - What progress has been made so far? A Systematic review*. Pridobljeno 4. 4. 2021 s <https://doi.org/10.1080/17454832.2019.1574845>
 46. *Collage Mural Project, The Green Expo*. (b. d.). Pridobljeno 30. 4. 2021 s <http://collagemuralproject.blogspot.com>
 47. *College of Liberal Arts and Sciences IOWA*. (b. d.). Pridobljeno 4. 3. 2021 s <https://clas.uiowa.edu/socialwork/google-search?search=art+therapy>
 48. Cooper, F. (2012). *Professional Boundaries in Social Work and Social Care. A Practical Guide to Understanding, Maintaining and Managing Your Professional Boundaries*. London: Jessica Kingsley Publishers.
 49. Corteville, M. K. (2009). *Dance Your Way to Communication: Dance Movement Therapy to Increase Self-Esteem, Poor Body Image, and Communication Skills in High School Females*. Pridobljeno 10. 3. 2021 s https://digitalcommons.brockport.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1020&context=edc_theses
 50. Creech, A., Hallam, S., McQueen, H., & Varvarigou, M. (2013). *The power of music in the lives of older adults* [pdf]. Pridobljeno 16. 3. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/258183735_The_power_of_music_in_the_lives_of_older_adults
 51. Čačinovič Vogrinčič, G. (1996). Socialno delo z družino: Prispevek k doktrini. *Socialno delo*, 35 (5), str. 395-401.
 52. Čačinovič Vogrinčič, G. (2002). Koncept delovnega odnosa v socialnem delu. *Socialno delo*, 41(2), str. 91–96.
 53. Čačinovič Vogrinčič, G. (2010). Soustvarjanje pomoči v jeziku socialnega dela. *Socialno delo*, 49 (4). Pridobljeno 20. 2. 2021 s <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-8WEWOOF9/af86def9-c0ac-4176-baf5-ac3f6714dfd1/PDF>
 54. Čačinovič Vogrinčič, G. (2011). *Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

55. Čačinovič Vogrinčič, G., Kobal, L., Mešl, N., & Možina, M. (2008). *Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo, Univerza v Ljubljani.
56. *Dancing Grounds*. (b. d.). Pridobljeno 28. 4. 2021 s <https://www.dancinggrounds.org/dance-for-social-change>
57. Darnley-Smith, R., & Patey, H. M. (2003). *Music Therapy* [pdf]. Pridobljeno 9. 2. 2021 s <http://www.azmonyar.com/DownloadPDF/35023517.pdf>
58. DeBruijn, P., & Jansen, E. (2018). Enhancing capabilities for social change with the arts. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 29-42). New York: Routledge.
59. Degges-White, S. (2018). Introduction to the Use of Expressive Arts in Counseling. V Sussman, S. W., & Davis, N. L. (ur.). *Integrating the Expressive Arts Into Counseling Practice. Theory Based Interventions* (str. 1-5). New York: Springer Publishing Company.
60. Degges-White, S., & Davis, N. L. (ur.). (2018). *Integrating the Expressive Arts Into Counseling Practice. Second edition*. New York: Springer Publishing Company.
61. DeLauro, R. (2013). Music and Memory –Elders With Dementia Find Hope in a Song. *Social Work Today*, 13 (1). Pridobljeno 22. 3. 2021 s <https://www.socialworktoday.com/archive/012113p18.shtml>
62. DeNora, T. (2004). *Music in everyday life*. Cambridge: Cambridge University Press.
63. Deshmukh, S. R., Holmes, J., & Cardno, A. (2018). *Art therapy for people with dementia*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6513479/>
64. Dewey, J. (1980). *Art as Experience*. New York: G. P. Putnam's Sons
65. Di Dio, K. (2017). *Opredelitev plesa in plesno-gibalne terapije: pregled plesnih zvrsti in njihova uporaba v plesno-gibalni terapiji v različnih državah in kulturah* (Magistrsko delo). Pridobljeno 27. 4. 2020 s <https://core.ac.uk/download/pdf/132278116.pdf>
66. Dicks, M. T., & Halonen, D. (2018). Singing, Drumming, and Song Stories: Seeking Mino-Pimatisiwin Through Music. V Heinonen, T., Halonen, D., & Krahn, E. (ur.), *Expressive arts for social work and social change*. Pridobljeno 18. 3. 2021 s <https://meridian.allenpress.com/jbsw/article-abstract/24/1/303/434351/Expressive-Arts-for-Social-Work-and-Social-Change?redirectedFrom=fulltext>

67. Dietz, K. (2016). *Uporaba risbe v procesu soustvarjanja podpore in pomoči* (Diplomsko delo). Pridobljeno 5. 4. 2021 s file:///C:/Users/hp8560p/AppData/Local/Temp/dietz_kaja_BDI.pdf
68. Divjak, S. (2017). *Vpliv glasbe na starostnika* (Magistrska naloga). Pridobljeno 15. 4. 2019 s <https://dk.um.si/Dokument.php?id=110341>
69. Ducca Cisneros, L. (2018). Theatre of the Oppressed and social work. An opportunity for social awareness through theatre. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspective*. (str. 80-95). New York: Routledge.
70. Dye, M. (2018). *Evaluating the benefits of art therapy interventions with grieving children*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s <https://commons.lib.jmu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1132&context=edspec201019>
71. Edwards, D. (2004). *Art therapy. Creative Therapies in Practice*. London: SAGE Publications Ltd.
72. Eide, I. (2014). 'FIELD AND AGENT': Health and characteristic dualities in the co-creative, interactive and musical tangibles in the RHYME projec. V Stensæth, K. (ur.), *Music, Health, Technology and Design* (str. 119-141). Pridobljeno 5. 2. 2020 s <https://core.ac.uk/download/pdf/52114976.pdf>
73. Emmeline Pethick, Mary Neal and the development of work with young women. (b. d.). Pridobljeno 18. 2. 2021 s <https://infed.org/mobi/emmeline-pethick-mary-neal-and-the-development-of-work-with-young-women/>
74. Estrella, K. (2011). Social Activism within Expressive Arts "Therapy." What's in a Name? V Levine, E. G., & Levine, S. K. (ur.). *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change* (str. 42-53). London: Jessica Kingsley Publishers.
75. *European Association Dance Movement Therapy*. (b. d.). Pridobljeno 28. 1. 2021 s <https://www.eadmt.com/?action=article&id=22>
76. Farmer, D. (2012). *101 More Drama Games and Activities*. Pridobljeno 9. 4. 2021 s <https://dramaresource.com/101-MORE-drama-games.pdf>
77. Fenwick, A. (2019). *Form of sessions and the use of precomposed music*. Zapiski predavanj Music therapy experiential course, BCAT.
78. Flaker, V. (2003a). *Oris metod socialnega dela: uvod v katalog nalog centrov za socialno delo*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

79. Flaker, V. (2003b). Temeljne in nujne spretnosti socialnega dela. *Socialno delo*, 42 (4/5). Pridobljeno 15. 2. 2021 s <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-VFREUBS8/8c97c7c8-f051-47fd-8686-6c54fda7323b/PDF>
80. *Fondation Michaëlle Jean Foundation*. (b. d.). Pridobljeno 30. 4. 2021 s <https://fmjf.ca>
81. Forinash, M. (1992). A Phenomenological Analysis of Nordoff-Robbins Approach to Music Therapy: The Lived Experience of Clinical Improvisation. *Music Therapy*, 11 (1), str. 120-141. Pridobljeno 3. 3. 2021 s <https://watermark.silverchair.com/11-1-120.pdf>
82. Franklin, M., Rothaus, M. E., & Schpok, K. (2007). Unity in Diversity. Communal Pluralism in the Art Studio and the Classroom. V Kaplan, F. F. (ur.) *Art Therapy and Social Action* (str. 213-230). London: Jessica Kingsley Publishers.
83. Fung Chung, S., & Kin Lou, C. (2018). *Drama Show as a Means of Social Work Intervention to Develop the Self-esteem and Career Achievement of Secondary School Students in Macau*. Pridobljeno 18. 4. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/327305549_Drama_Show_as_a_Means_of_Social_Work_Intervention_to_Develop_the_Self-esteem_and_Career_Achievement_of_Secondary_School_Students_in_Macau
84. Gaine, C. (2010). *Equality and Diversity in Social Work Practice*. Te Awamutu: Learning Matters Ltd.
85. Geigera, A., Shpigelmanb, C. N., & Feniger-Schaala, R. (2020). *The socio-emotional world of adolescents with intellectual disability: A drama therapy-based participatory action research*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0197455620300526>
86. Glig, F. (2011). *Teaching by art therapy*. Amsterdam: Elsevier Ltd.
87. Gray, M., & Schubert, L. (2018). Connecting social work and art Reflections on theory and practice. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 68-79). New York: Routledge.
88. Griede, E. (2005). *Drama Activities*. Pridobljeno 9. 4. 2021 s <https://resource-centre-production-frontend.swacedigital.com/document/annex-drama-activities-war-child-uganda-2005/>
89. Grobman, L.M. (2009). Music and Social Work: The Connection. *The New Social Worker. The Social Worker Careers Magazine*. Pridobljeno 22. 3. 2021 s

- https://www.socialworker.com/feature-articles/practice/Music_and_Social_Work%3A_The_Connection/
90. Grocke, D. (2015). Receptive Music Therapy. V Edwards, J. (ur.), *The Oxford Handbook of Music Therapy*. Pridobljeno 9. 2. 2021 s https://minerva-access.unimelb.edu.au/bitstream/handle/11343/58646/Receptive_Music_Therapy.pdf?sequence=1
 91. Gronlund, E., Renck, B., & Weibull, J. (2005). Dance/Movement Therapy as an Alternative Treatment for Young Boys Diagnosed as ADHD: A Pilot Study. *American Journal of Dance Therapy*, 27(2). Pridobljeno 6. 4. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/227238006_DanceMovement_Therapy_as_a_n_Alternative_Treatment_for_Young_Boys_Diagnosed_as_ADHD_A_Pilot_Study
 92. Grubešič, S. (2005). Uporaba in pomen metode ustvarjalnega giba in plesa v gibno-plesni terapiji. V Caf, B. & Slunjski, M. (ur.), *Umetnostna terapija – kakšna terapija?* (str. 55-59). Maribor: Slovensko združenje umetnostnih terapevtov.
 93. Hall, C. (2001). Pripoved (naracija) in socialno delo: nekaj o teoriji, analizi in praksi. *Socialno delo*, 40 (2/4), str. 191-206.
 94. Halonen, D. (2018) Theater, Drama, and Performance. V Heinonen, T., Halonen, D., & Krahn, E. (ur.), *Expressive arts for social work and social change*. Pridobljeno 18. 3. 2021 s <https://meridian.allenpress.com/jbsw/article-abstract/24/1/303/434351/Expressive-Arts-for-Social-Work-and-Social-Change?redirectedFrom=fulltext>
 95. Hanser, S. B. (2016). *Integrative Health through Music Therapy* [pdf]. Pridobljeno 8.2.2021 s <https://dl.uswr.ac.ir/bitstream/Hannan/139770/1/9781137384775.pdf>
 96. Harari, Y. N. (2020). *Sapiens: Kratka zgodovina človeštva*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
 97. Heinonen, T. (2018). Visual Arts: Drawing, Painting, and Collage. V Heinonen, T., Halonen, D., & Krahn, E. (ur.), *Expressive arts for social work and social change*. Pridobljeno 18. 3. 2021 s <https://meridian.allenpress.com/jbsw/article-abstract/24/1/303/434351/Expressive-Arts-for-Social-Work-and-Social-Change?redirectedFrom=fulltext>
 98. Heinonen, T., Halonen, D., & Krahn, E. (2018). *Expressive arts for social work and social change* [pdf]. Pridobljeno 19. 2. 2021 s <https://meridian.allenpress.com/jbsw/article-abstract/24/1/303/434351/Expressive-Arts-for-Social-Work-and-Social-Change?redirectedFrom=fulltext>

99. Henry, J. (2012). *Therapeutic Art-Making: An adaptation of the Pennebaker expressive writing model to assess the effectiveness of art-making as a therapeutic intervention* (Magistrsko delo). Pridobljeno 4. 3. 2021 s <https://openrepository.aut.ac.nz/bitstream/handle/10292/5321/HenryJ.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
100. Hinz, L. D. (2009). *Expressive Therapies Continuum. A Framework for Using Art in Therapy*. New York: Routledge.
101. *History of Drama Therapy*. (b. d.) Pridobljeno 9. 4. 2021 s <http://www.bahaistudies.net/asma/dramatherapy.pdf>
102. Hocoy, D. (2007). Art Therapy as a Tool for Social Change. A Conceptual Model. V Kaplan, F. F. (ur.) *Art Therapy and Social Action* (str. 21-39). London: Jessica Kingsley Publishers.
103. Huss, E. (2011). A Social–Critical Reading of Indigenous Women’s Art. The Use of Visual Data to “Show,” rather than “Tell,” of the Intersection of Different Layers of Oppression. V Levine, E. G., & Levine, S. K. (ur.), *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change* (str. 95-104). London: Jessica Kingsley Publishers.
104. Huss, E. (2018a). Arts in social work practice: from theory to practice, an introductory chapter. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 1-4). New York: Routledge.
105. Huss, E. (2018b). Theoretical connections between art and social work. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 7-10). New York: Routledge.
106. Huss, E. (2018c). Examples of micro arts practice in social work. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 119-124). New York: Routledge.
107. Huss, E., & Bos, E. (ur.) (2018). *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives*. New York: Routledge.
108. Huss, E., & Sela-Amit, M. (2018). *Art in Social Work: Do We Really Need It?* Pridobljeno 21. 4. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/322272755_Art_in_Social_Work_Do_We_Really_Need_It
109. *Idle No More*. (b. d.). Pridobljeno 28.4.2021 s <https://idlenomore.ca>
110. *Incadence*. (b. d.). Pridobljeno 19. 3. 2021 s <https://www.incadence.org/post/outcomes-benefits-and-drawbacks-of-music-therapy>

111. International Federation of Social Workers. (b. d.). Pridobljeno 3. 3. 2021 s <https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work/>
112. Jaaniste, J. (2011). *Dramatherapy and Spirituality in Dementia Care*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/233031650_Dramatherapy_and_Spirituality_in_Dementia_Care
113. Jackson, K. (2014). Expressive therapies for people with Alzheimer's and related dementias. *Social Work Today*, 14 (1). Pridobljeno 4. 6. 2020 s <https://www.socialworktoday.com/archive/012014p10.shtml>
114. Jackson, K. (2015). Beyond Talk — Creative Arts Therapies in Social Work. *Social Work Today*, 15 (3). Pridobljeno 24. 4. 2021 s <https://www.socialworktoday.com/archive/051815p22.shtml>
115. Jackson, N., & Burgess, H. (2005). *Creativity in social work and social work education*. Pridobljeno 23. 3. 2021 s https://www.creativeacademic.uk/uploads/1/3/5/4/13542890/creativity_in_social_work.pdf
116. Jennings, S., Cattanach, A., Mitchell, S., Chesner, A., & Meldrum, B. (1993). *The Handbook of Dramatherapy*. London: Routledge.
117. Jones, P. (2005). *The Arts Therapies A revolution in healthcare*. New York: Brunner-Routledge.
118. Jones, P. (2007). *Drama as Therapy: Theory, Practice and Research*. New York: Routledge.
119. Judge, R. (1989). Mary Neal and the Esperance Morris. *Folk Music Journal*, (5) 5. Pridobljeno 18. 2. 2021 s <https://www.maryneal.org/file-uploads/files/file/1989s1a.pdf>
120. Juvanc, M. (2016). *Uporaba glasbe pri delu z osebami z boleznijo demenca* (Magistrsko delo). Pridobljeno 15. 4. 2019 s file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/juvanc_marusa_mag_0149.pdf
121. Kalmanowitz, D., & Lloyd, B. (2011). Inside-Out Outside-In. Found Objects and Portable Studio. V Levine, E. G., & Levine, S. K. (ur.), *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change* (str. 104-128). London: Jessica Kingsley Publishers.
122. Kaplan, F. F. (2003). Art-Based Assessments. V Malchiodi, C. A. (ur.), *Handbook of Art Therapy* (str. 25-35). New York: The Guilford Press.

123. Kaplan, F. F. (ur.) (2007). *Art Therapy and Social Action*. London: Jessica Kingsley Publishers.
124. Karabová, Z., Žitný, P., & Ilievová, L. (2015). *The effectiveness of drama therapy on preparation for diagnostic and therapeutic procedures in children suffering from cancer*. Pridobljeno 17.4.2021 s <https://doi.org/10.17532/jhsci.2015.252>
125. Karkou V, Meekums B. (2017). Dance movement therapy for dementia. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, Issue 2, Art. Pridobljeno 10. 3. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/313314584_Dance_movement_therapy_for_dementia
126. Karkou,V., Aithal, S., Zubala, A., & Meekums, B. (2019). *Effectiveness of Dance Movement Therapy in the Treatment of Adults With Depression: A Systematic Review With Meta-Analyses*. Pridobljeno 10. 3. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6509172/>
127. Keisari, S. (2021). *Expanding the Role Repertoire While Aging: A Drama Therapy Model*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7973357/>
128. Kenk, M. (1981). *Gib skozi življenje. Izrazni ples*. Ljubljana: samozaložba.
129. Kim, J. (2016). Psychodynamic Music Therapy. *Voices A World Forum for Music Therapy*, 16 (2). Pridobljeno 3. 3. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/304710937_Psychodynamic_Music_Therapy
130. Kim, S. A., & Whitehead, A. P. (2015). Music Therapy and Cultural Diversity. V Wheeler, B. F (ur.). (2015). *Music Therapy Handbook* (str. 51 – 63). Pridobljeno 8. 2. 2021 s <https://www.guilford.com/excerpts/wheeler.pdf?t>
131. Knill, P. J. (2011). Communal Art-making and Conflict Transformation. V Levine, E. G., & Levine, S. K. (ur.), *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change* (str. 53-78). London: Jessica Kingsley Publishers.
132. Knoll, L. Š. (2011). *Animacija z umetnostjo* [pdf]. Pridobljeno 3. 1. 2018 <file:///C:/Users/hp8560p/Desktop/glasbena%20terapija/glasbena%20terapija%20knoll.pdf>
133. Koch, S. C., & Fuchs, T. (2011). Embodied arts therapies. *The Arts in Psychotherapy*, 38. Pridobljeno 14. 3. 2021 s

- http://www.complexttrauma.uk/uploads/2/3/9/4/23949705/embodied_arts_therapies.pdf
134. Koch, S. C., Riege, R. F. F., Tisborn, K., Biondo, J., Martin, L. & Beelmann, A. (2019). *Effects of Dance Movement Therapy and Dance on Health-Related Psychological Outcomes. A Meta-Analysis Update*. Pridobljeno 10. 3. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6710484/>
 135. Koch, S., Kunz, T., Lykou, S., & Cruz, R. F. (2013). Effects of Dance Movement Therapy and Dance on Health-Related Psychological Outcomes: A Meta-Analysis. *The Arts in Psychotherapy*, 41(1). Pridobljeno 10. 3. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/259120783_Effects_of_Dance_Movement_Therapy_and_Dance_on_Health-Related_Psychological_Outcomes_A_Meta-Analysis
 136. Kompara, N. (2015). *Gibalna/športna aktivnost za otroke s hiperaktivnostjo* (Diplomska naloga). Pridobljeno 27. 4. 2020 s https://www.famnit.upr.si/files/zakljucna_dela_repo/363
 137. Krahn, E. (2018). Storytelling, Poetry, Writing, and the Art of Metaphor. V Heinonen, T., Halonen, D., & Krahn, E. (ur.), *Expressive arts for social work and social change*. Pridobljeno 18. 3. 2021 s <https://meridian.allenpress.com/jbsw/article-abstract/24/1/303/434351/Expressive-Arts-for-Social-Work-and-Social-Change?redirectedFrom=fulltext>
 138. Krivec, S. (2013). *Elementi glasbene terapije v socialnem delu* (Diplomska naloga). Pridobljeno 3. 1. 2018. s <file:///C:/Users/hp8560p/Desktop/glasbena%20terapija/glasbena%20terapija.pdf>
 139. Kroflič, B. & Gobec, D. (1995). *Igra - gib – ustvarjanje - učenje. Metodični priročnik za usmerjanje ustvarjalne gibno-plesne dejavnosti*. Novo mesto: Pedagoška obzorja.
 140. Kroflič, B. (1992). *Ustvarjanje skozi gib*. Ljubljana: NUK.
 141. Kroflič, B. (1999). *Ustvarjalni gib – tretja razsežnost pouka*. Ljubljana: NUK.
 142. Kshtriya1, S., Barnstaple, R., De'bora Rabinovich, B., & DeSouza, J. F. X. (2015). Dance and Aging: A Critical Review of Findings in Neuroscience. *American Journal of Dance Therapy*, (37), 81–112.
 143. *Kulturno umetniško društvo Transformator*. (b. d.). Pridobljeno 4. 6. 2021 s <https://kudtransformator.com/o-nas/>
 144. Kustec, K. (2011a). Umetnostna izrazna sredstva v socialnem delu. *Socialno delo*, 50 (1).

145. Kustec, K. (2011b). Ustvarjalnost: Ustvarjalni pristopi pri psihosocialni podpori in pomoči. *Šolsko svetovalno delo*, 15 (1/2).
146. Kustec, K. (2016). *Izrazno-ustvarjalni mediji v socialnem delu in sorodnih poklicih pomoči* (Doktorsko delo). Pridobljeno 15. 2. 2021 s <http://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-FE1NX6S6/e2d090bf-0e8d-48c1-b2c1-2f7bf4fd1201/PDF>
147. LaCreta, M. (2018). *Mindfulness and Expressive Arts Therapies in Cancer Care*. Cambridge: Lesley University. Pridobljeno 14. 2. 2021 s https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1101&context=expressive_theses
148. Lampič, K. (2014). *Gledališče zatiranih* (Diplomsko delo). Pridobljeno 18.2.2021 s file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/lampic_katja_BDI.pdf
149. Landis-Shack, N., Heinz, A. J., & Bonn-Miller, M. O. (2017). Music Therapy for Posttraumatic Stress in Adults: A Theoretical Review. *Psychomusicology*, 27(4), 334–342. Pridobljeno 16. 3. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5744879/>
150. Landy, R. J. (1982). *Handbook of Educational Drama and Theatre*. London: Greenwood Press
151. Landy, R. J., & Montgomery, D. T. (2012). *Theatre for Change. Education, Social Action and Therapy*. New York: Palgrave Macmillan.
152. Lavalette, M. (2013). Neformalno socialno delo, uradno socialno delo in družbena gibanja. *Socialno delo*, 52 (2-3).
153. Lavoie, T., & Heinonen, T. (2018). Context: Photography and video in social work. V Heinonen, T., Halonen, D., & Krahn, E. (ur.), *Expressive arts for social work and social change*. Pridobljeno 18. 3. 2021 s <https://meridian.allenpress.com/jbsw/article-abstract/24/1/303/434351/Expressive-Arts-for-Social-Work-and-Social-Change?redirectedFrom=fulltext>
154. Leather, J., & Kewley, S. (2019). *Assessing Drama Therapy as an Intervention for Recovering Substance Users: A Systematic Review*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0022042619845845>
155. Lebič L. & Loparnik, B. (1982). *Umetnostna vzgoja: osnove glasbene umetnosti*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
156. Lee Henry, J. (2013). *Therapeutic art-making: an adaption of the Pennebaker expressive writing model to assess the effectiveness of art-making as a therapeutic*

- intervention*. Nova Zelandija: Auckland University of Technology. Pridobljeno 14. 2. 2021 s <http://aut.researchgateway.ac.nz/bitstream/handle/10292/5321/HenryJ.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
157. Lenassi, V. (2014). *Gibalno-plesna terapija* (Diplomsko delo), Pridobljeno 5. 3. 2021 s [file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/lenassi_vid%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/lenassi_vid%20(2).pdf)
 158. Leubner, D., & Hinterberger, T. (2017). *Reviewing the Effectiveness of Music Interventions in Treating Depression*. Pridobljeno 16. 3. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5500733/>
 159. Levine, B., Land, H. B., & Lizano, E. L. (2015). The Elements of Dance/Movement Therapy Employed when Treating Women with Posttraumatic Stress Disorder. *Critical Social Work*, 16 (1).
 160. Levine, E. (2011). From Social Change to Art Therapy and Back Again. A Memoir. V Levine, E. G., & Levine, S. K. (ur.), *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change* (str. 31-42). London: Jessica Kingsley Publishers.
 161. Levine, E. G., & Levine, S. K. (ur.). (2011). *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change*. London: Jessica Kingsley Publishers.
 162. Levine, S. K. (2011). Art Opens to the World. Expressive Arts and Social Action. V Levine, E. G., & Levine, S. K. (ur.), *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change* (str. 21-31). London: Jessica Kingsley Publishers.
 163. Levy, F., J. (1988). *Dance/movement therapy – A healing art*. ZDA: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation & Dance
 164. Levy, S. (2018). Recreating the social work imagination: Embedding the arts within Scottish social work. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 44-56). New York: Routledge.
 165. Liebmann, M. (1999). *Art therapy for groups: a handbook of themes, games and exercises*. East Sussex, New York: Brunner-Routledge.
 166. Liebmann, M. (2003). Developing Games, Activities, and Themes for Art Therapy Groups. V Malchiodi, C. A. (ur.), *Handbook of Art Therapy* (str. 325-338). New York: The Guilford Press.
 167. Liebmann, M. (2004). *Art therapy for groups: a handbook of themes and exercises*. East Sussex, New York: Brunner-Routledge.

168. Lipušček, M. (2020). *Učinek glasbenih delavnic na osebe z demenco na Goriškem* (Diplomsko delo). Pridobljeno 18. 2. 2021 s file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/lipuscek_mija_bdi.pdf
169. Lynn Mahr, J. (2018). *Music Therapy: Effects on Children Diagnosed with ASD*. Pridobljeno 16. 3. 2021 s <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1541&context=masters>
170. Maddock D. O. (1993). *The book of Sound Therapy: Heal yourself with music and voice*. London: Gaia Books.
171. Majaron, E., & Korošec, H. (2006). Otrokovo ustvarjanje z lutkami. V Borota, B., Geršak, V., Korošec, H. & Majaron, E. (str. 97-138). *Otrok v svetu glasbe, plesa in lutk*. Ljubljana: NUK.
172. Malchiodi, C. A. (ur). (2007). *Expressive Therapies*. New York, London
173. Malchiodi, C. A. (ur.) (2003). *Handbook of Art Therapy*. New York: The Guilford Press.
174. Mali, J., Mešl, N., & Rihter, L. (2007). *Socialno delo z osebami z demenco: Raziskovanje potreb oseb z demenco in odgovorov nanje*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
175. Marich, J. (2015). *Dancing Mindfulness: A Creative Path to Healing and Transformation*. Woodstock, Vermont: SkyLight Paths.
176. Martinšek, N. (2020). *Pomen uporabe fotografij pri delu z ljudmi z demenco* (Diplomsko delo). Pridobljeno 18. 2. 2021 s file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/martinsek_neza_bdi.pdf
177. Masciulli, E. B. (2018). *Applying expressive art therapies to cognitive behavioral interventions for children and adolescents with avoidant restrictive food intake disorder* (Doktorsko delo). Pridobljeno 4. 3. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/325130047_APPLYING_EXPRESSIVE_ART_THERAPIES_TO_COGNITIVE_BEHAVIORAL_INTERVENTIONS_FOR_CHILDREN_AND_ADOLESCENTS_WITH_AVOIDANT_RESTRICTIVE_FOOD_INTAKE_DISORDER
178. *Master of social work*. (b. d.). Pridobljeno 27. 4. 2021 s <https://www.masterofsocialwork.com/faqs/micro-mezzo-macro-social-work>
179. McKenzie, K. (2018). *Art Therapy and the Quality of Life among Elderly with Dementia*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s

- <https://minds.wisconsin.edu/bitstream/handle/1793/77800/Art%20Therapy%20and%20the%20Quality%20of%20Life%20among%20Elderly%20with%20Dementia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
180. McNiff, S. (2011). From the Studio to the World. How Expressive Arts Therapy Can Help Further Social Change. V Levine, E. G., & Levine, S. K. (ur.), *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change* (str. 78-92). London: Jessica Kingsley Publishers.
 181. Mehibe, A., & Banu D. (2011). *The Effect of Dance over Depression*. Pridobljeno 10.3.2021 s <https://core.ac.uk/download/pdf/14440566.pdf>
 182. Meldrum, B. (1994). Historical background and overview of dramatherapy. V Jennings, S., Cattanach, A., Mitchell, S., Chesner, A., & Meldrum, B. *The handbook of dramatherapy* (str. 12-28). London: Routledge.
 183. Mesec, B. (2003). Mikro, mezo, makro: ekspanzija, integracija, specifičnost socialnega dela. *Socialno delo*, 42 (4/5), 259-270.
 184. Mešl, N. (2008). *Razvijanje in uporaba znanja v socialnem delu z družino: Procesi soustvarjanja znanja v praksi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
 185. *Micro vs. Mezzo vs. Macro Social Work*. (2020). Pridobljeno 27. 4. 2021 s <https://www.socialworkguide.org/resources/micro-vs-mezzo-vs-macro-social-work/>
 186. Middleman, R. R. (1968). *The non-verbal method in working with groups*. New York: Association Press.
 187. Milosevic Arnold, V. (2000). Profesionalne vloge socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi. *Socialno delo*, 39 (4/5).
 188. Milošević Arnold, V., & Poštrak, M. (2003). *Uvod v socialno delo*. Ljubljana: Študentska založba.
 189. Moore, J., Andersen-Warren, M., & Kirk, K. (2017). *Dramatherapy and psychodrama with Looked After children and young people*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/320462727_Dramatherapy_and_Psychodrama_with_Looked-After_Children_and_Young_People
 190. Morris, N. (2011). *Unspoken Depths: Dramatherapy and Dementia*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/254267101_Unspoken_Depths_Dramatherapy_and_Dementia
 191. Moxley, D. (2018). Advancing the creativity of girls living in underserved neighborhoods through an arts-based social enterprise. A theory of action revealed by

- an instrumental case. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspective*. (str. 272-285). New York: Routledge.
192. *Music Therapy: An Overview*. (b. d.). Pridobljeno 8. 2. 2021 s <https://www.proedinc.com/Downloads/12109Ch01.pdf>
 193. Narat, M. (2019). *Ustvarjalni mediji v projektu podpore in pomoči otroku z disleksijo* (Diplomsko delo). Pridobljeno 18. 2. 2021 s file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/narat_michelle_bdi.pdf
 194. Navarrete-Campos, A. (2016). *Music therapy among the elderly: What social workers need to know* (Magistrsko delo). Pridobljeno 16. 3. 2021 s <https://pdfs.semanticscholar.org/2a1a/dce7419df17c862428935a28963bc4d8080b.pdf>
 195. *NHL Stenden – university of applied sciences*. (b. d.). Pridobljeno 4. 3. 2021 s <https://www.nhlstenden.com/en/research/professorships/social-work-and-arts-therapies>
 196. Nikku, B. R., Pradipta Kadambari, P., & Riggs, A. Recreating creative social work. Insights from Nepal 2015 disasters. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 246-256). New York: Routledge.
 197. *North American Drama Therapy Association*. (b. d.). Pridobljeno 13. 4. 2021 s <https://www.nadta.org/what-is-drama-therapy.html>
 198. O'Leary, K. (2013). *The Effects of Drama Therapy for Children with Autism Spectrum Disorders*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s <https://scholarworks.bgsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1002&context=honorsprojects>
 199. O'Rourke, P. M. (2016). *The Potential Role of Drama Therapy in the Prevention and Delay of Alzheimer's Disease and Dementia: A Bibliographical Research Paper*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s https://spectrum.library.concordia.ca/981544/1/O%27Rourke_MA_F2016.pdf
 200. Patrick, S. (2018). Narrative Approaches. V Sussman, S. W., & Davis, N. L. (ur.), *Integrating the Expressive Arts Into Counseling Practice. Theory Based Interventions* (str. 187-209). New York: Springer Publishing Company.
 201. Payne, H. (1990). *Creative movement & dance in groupwork*. New York: Routledge.

202. Payne, H. (1992). Shut in, shut out: dance movement therapy with children and adolescents. V H. Payne (ur.), *Dance movement therapy: theory and practice* (str. 39–80). London, New York: Tavistock/Routledge.
203. Pendzik, S. (b. d.). *Drama Therapy Exercises*. Pridobljeno 9. 4. 2021 s [file:///C:/Users/hp8560p/drama%20therapy%20exercises%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/hp8560p/drama%20therapy%20exercises%20(2).pdf)
204. Pietiläinen, H. (2017). *Music and Other Creative Arts in Social Services – Connection and Communication*. Pridobljeno 22. 3. 2021 s <http://www.oamk.fi/epooki/index.php?clD=1167>
205. *Playing for Change*. (b. d.). Pridobljeno 28. 4. 2021 s <https://playingforchange.com>
206. Porter, S., McConnell, T., McLaughlin, K., Lynn, F., Cardwell, C., Braiden, H. J., Boylan, J., & Holmes, V. (2016). *Music therapy for children and adolescents with behavioural and emotional problems: a randomised controlled trial*. Pridobljeno 16. 3. 2021 s <https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jcpp.12656>
207. Poštrak, M. (1996). Socialno kulturno delo. *Socialno delo*, 35(5). Pridobljeno 15. 2. 2021 s <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-N38GCSKI/e2edf2c4-8d2f-4feb-917a-44d7c113f07c/PDF>
208. Praper, H. (2017). *Uporaba likovnih sredstev v izvirnem delovnem projektu pomoči (Študija primera otroka s posebnimi potrebami)* (Magistrsko delo). Pridobljeno 5. 4. 2021 s file:///C:/Users/hp8560p/AppData/Local/Temp/praper_helena_bmag.pdf
209. Premk, K. (2019). *Plesno-gibalno ustvarjanje predšolskih otrok z motnjami v duševnem razvoju* (Diplomska naloga). Pridobljeno 27. 4. 2020 s https://share.upr.si/PEF/EDIPLOME/DIPLOMSKE_NALOGE/Premk_Katjusa_2019.pdf
210. *Psychology today*. (b. d.). Pridobljeno 19. 3. 2021 s <https://www.psychologytoday.com/us/blog/your-musical-self/201408/5-problems-music-can-create>
211. Purves, M. L. (2018). *How Can Expressive Therapies Help with Grieving and Loss? A Literature Review*. Cambridge: Lesley University. Pridobljeno 14. 2. 2021 s https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1103&context=expressive_theses
212. Ranke-Brown, K. (2020). *Developing a Method: How Dance/Movement Therapy Affects Pain, Anxiety and Quality of Life in Pediatric Oncology*. Pridobljeno

https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1302&context=expressive_theses

213. Rape Žiberna, T. (2017). Konceptualizacija inovacij v socialnem delu. *Socialno delo*, 56 (2).
214. Redman, D. (2007). *The Effectiveness of Dance/Movement Therapy as a Treatment for Students in a Public Alternative School Diagnosed with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A Pilot Study*. Pridobljeno 10. 3. 2021 s <https://core.ac.uk/download/pdf/190333825.pdf>
215. Regev, D., & Cohen-Yatziv, L. (2018). *Effectiveness of Art Therapy With Adult Clients in 2018—What Progress Has Been Made?* Pridobljeno 4. 4. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6124538/>
216. Roche, S., & Heinonen, T. (2018). Movement and Dance. V Heinonen, T., Halonen, D., & Krahm, E. (ur.), *Expressive arts for social work and social change*. Pridobljeno 18. 3. 2021 s <https://meridian.allenpress.com/jbsw/article-abstract/24/1/303/434351/Expressive-Arts-for-Social-Work-and-Social-Change?redirectedFrom=fulltext>
217. Rojec, L. (2016). *Pomoč z umetnostjo kot oblika psihosocialne podpore beguncem* (Diplomska naloga). Pridobljeno 18. 2. 2021 s [file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/rojec_lea_BDI%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/rojec_lea_BDI%20(1).pdf)
218. Roley, A. (2017). *Music Therapy in the Treatment of Adolescents with Emotional and Behavioral Disorder: A Systematic Review*. Pridobljeno 16.3.2021 s https://sophia.stkate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1786&context=msw_papers
219. Roots, G. E. M. (2016). *The pas de trois of disability, dance, and social work. Dance/movement therapy as point of access for recreational dance spaces* (Magistrsko delo). Pridobljeno 10. 3. 2021 s <https://digital.library.ryerson.ca/islandora/object/RULA%3A5933/datastream/OBJ/view>
220. Rossberg-Gempton, I., & Poole, G. D. (1993). The effect of open and closed postures on pleasant and unpleasant emotions. *The Arts in Psychotherapy*, 20(1), 75-82. Pridobljeno 14.3.2021 s [https://doi.org/10.1016/0197-4556\(93\)90034-Y](https://doi.org/10.1016/0197-4556(93)90034-Y)
221. Rossi, F., Iero, L., Pellicciari, A., & Di Pietro, E. (2013). *Drama Therapy and Eating Disorders: A Historical Perspective and an Overview of a Bolognese Project for Adolescents*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s

- https://www.researchgate.net/publication/235602946_Drama_Therapy_and_Eating_Disorders_A_Historical_Perspective_and_an_Overview_of_a_Bolognese_Project_for_Adolescents
222. Rubin, J. A. (1999). *Introduction to art therapy: sources & resources*. New York: Routledge
 223. Ruud, E. (2008). Music in therapy: Increasing possibilities for action. *Music and Arts in Action*, 1 (1). Pridobljeno 4. 2. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/26620888_Music_in_Therapy_Increasing_Possibilities_for_Action
 224. Ruud, E. (2014). Health affordances of the RHYME artefacts. V Stensæth, K. (ur.), *Music, Health, Technology and Design* (str. 141-157). Pridobljeno 5. 2. 2020 s <https://core.ac.uk/download/pdf/52114976.pdf>
 225. Ruud, E. (b. d.). *Community Music Therapy*. Pridobljeno 5. 2. 2021 s <https://www.hf.uio.no/imv/personer/vit/emeriti/evenru/even.artikler/CMTherapy.pdf>
 226. Saleebey, D. (ur.) (2009). *The Strengths Perspective in Social Work Practice*. Boston: Pearson Education.
 227. Savidaki, M., Demirtoka, S., & Rodríguez-Jiménez, R. M. (2020). Re-inhabiting one's body: A pilot study on the effects of dance movement therapy on body image and alexithymia in eating disorders. *Journal of Eating Disorders*, 22 (8). Pridobljeno 10.3.2021 s <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00296-2>
 228. Schubert, L., & Gray, M. (2018). Safe at Home. An Australian example of arts-based community-focused practice. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 257-271). New York: Routledge.
 229. Segal, E. A., Gerdes, K. E., & Steiner, S. (2019). *An Introduction to the Profession of Social Work. Becoming a Change Agent*. Boston: Cengage.
 230. Sheafor, W. B., Horejsi, C. R., & Horejsi, G. A. (2000). *Techniques and Guidelines for Social Work Practice*. London: Pearson.
 231. Shi, Z. M., Lin, G. H., & Xie, Q. (2016). *Effects of music therapy on mood, language, behavior, and social skills in children with autism: A meta-analysis*. Pridobljeno 16.3.2021 s <https://core.ac.uk/reader/81197485>
 232. Sivakumaran, S. (2018). Community theatre and community work. A Sri Lankan experience. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 209-218). New York: Routledge.

233. Skok, A. (2017). *Vpliv plesne vadbe na razvoj ravnotežja pri učenci z zmerno motnjo v duševnem razvoju* (Magistrsko delo). Pridobljeno 27. 4. 2020 s <https://core.ac.uk/download/pdf/85140677.pdf>
234. *Slovar slovenskega knjižnega jezika*. (b. d). Pridobljeno 18. 2. 2021 s <https://www.fran.si/iskanje?FilteredDictionaryIds=130&View=1&Query=medij>
235. Sobočan, A. M. (2011). Etika v socialnem delu: etična praksa in avtonomija socialnega dela. *Socialno delo*, 50 (3/4).
236. St. Cyr, H. N. (2019). *A Literature Review on Substance Related Grief and Expressive Art Therapy Support Groups*. Cambridge: Lesley University. Pridobljeno 14. 2. 2021 s https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1117&context=expressive_theses
237. Starc, N. (2017). *Slikanje z usti ali nogami* (Diplomsko delo). Pridobljeno 18.2.2021 s file:///C:/Users/hp8560p/Downloads/starc_nina_BDI.pdf
238. Stefančič, S. (2016). *Terapevtski učinki plesa in njegova uporaba v kontekstu socialnega dela* (Diplomsko delo). Pridobljeno 14. 4. 2021 s file:///C:/Users/hp8560p/AppData/Local/Temp/stefancic_sara_BDI.pdf
239. Stegemann, T., Geretsegger, M., Phan Quoc, E., Riedl, H., & Smetana, M. (2019). *Music Therapy and Other Music-Based Interventions in Pediatric Health Care: An Overview*. Pridobljeno 16. 3. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6473587/>
240. Steitzer, C. (2011). The Brilliant Genius: Using Improv Comedy in Social Work Groups. *Social Work with Groups*, 34, 270-282.
241. Stensæth, K. (2014). Potentials and challenges in interactive and musical collaborations involving children with disparate disabilities. V Stensæth, K. (ur.), *Music, Health, Technology and Design* (str. 67-97). Pridobljeno 5. 2. 2020 s <https://core.ac.uk/download/pdf/52114976.pdf>
242. Stensæth, K., Holone, H., & Herstad, J. (2014). PARTICIPATION: A combined perspective on the concept from the fields of informatics and music and health. V Stensæth, K. (ur.), *Music, Health, Technology and Design* (str. 157-187). Pridobljeno 5.2.2020 s <https://core.ac.uk/download/pdf/52114976.pdf>
243. Stige, B. (2016). *Culture-Centered Music Therapy*. USA: Barcelona Publisher.

244. Sussman, S. W., & Davis, N. L. (ur.). (2018). *Integrating the Expressive Arts Into Counseling Practice. Theory Based Interventions*. New York: Springer Publishing Company.
245. Štefane, N. (2017). *Raziskovanje otrokovega počutja v rejniški družini s pomočjo slike in risbe* (Diplomsko delo). Pridobljeno 5. 4. 2021 s file:///C:/Users/hp8560p/AppData/Local/Temp/stefane_nusa_BDI.pdf
246. Šugman Bohinc, L. (1994). Socialno kulturno delo. *Socialno delo*, 33 (4). Pridobljeno 13. 6. 2018 s <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-OQM8RY/afc5cd65-93c8-4f30-b2b9-db00c41731d3/PDF>
247. Šugman Bohinc, L. (1997). Epistemologija socialnega dela. *Socialno delo*, 36 (4), str. 289-308.
248. Šugman Bohinc, L. (2000). Kibernetika spremembe in stabilnosti. *Socialno delo*, 39 (2), 93–107. Pridobljeno 15. 3. 2021 s <https://www.revija-socialnodelo.si/mma/Kibernetika URN NBN SI DOC-LICAKTIW.pdf/2019021318165911/>
249. Šugman Bohinc, L. (2003). Pripovedovanje zgodb v socialnem svetovanju in psihoterapiji. *Socialno delo*, 42 (6), 377-384.
250. Šugman Bohinc, L. (2006). Socialno delo z neprosto voljnimi uporabniki. *Socialno delo*, 45 (6), 345-355.
251. Šugman Bohinc, L., Rapoša Tajnšek, P., Škerjanc, J. (2007). *Življenjski svet uporabnika. Raziskovanje, ocenjevanje in načrtovanje uporabe virov za doseganje zelenih razpletov*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
252. Tang, Q., Huang, Z., Zhou, H., & Ye, P. (2020). *Effects of music therapy on depression: A meta-analysis of randomized controlled trials*. Pridobljeno 16. 3. 2021 s <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0240862>
253. *The British Association of Art Therapists*. (b. d.). Pridobljeno 2. 4. 2021 s <https://www.baat.org/About-Art-Therapy>
254. *The British Association of Dramatherapists*. (b. d.). Pridobljeno 13. 4. 2021 s <https://www.badth.org.uk/dramatherapy/what-is-dramatherapy>
255. *The Champernowne Trust*. (b. d.). Pridobljeno 2. 4. 2021 s <https://champernowne.org/history/>
256. *The Society of Folk Dance Historians (SFDH) - Mary Neal*. (b. d.). Pridobljeno 18.2.2021 s https://www.sfdh.us/encyclopedia/neal_m.html

257. Thomas, V. (2017). *Towards a deeper integration of creative methods in counselling: some thoughts about frameworks for practice*. Pridobljeno 21. 4. 2021 s <https://doi.org/10.1080/03069885.2017.1394443>
258. Thompson, G., & Evans, H. (2005). *Thinking it through. Linking language skills, thinking skills and drama*. London: David Fulton Publishers Ltd.
259. Tratnik, M. (1955). *Osnove raziskovanja v managementu*. Koper: Visoka šola za management.
260. Trepal, H., & Duffey, T. (2018). Feminist Theory. V Sussman, S. W., & Davis, N. L. (ur.). *Integrating the Expressive Arts Into Counseling Practice. Theory Based Interventions* (str. 115-137). New York: Springer Publishing Company.
261. *University of New England School of Social Work*. (b. d.). Pridobljeno. 4. 3. 2021 s <https://www.une.edu/socialwork>
262. *University of Pennsylvania, Master of Fine Arts*. (b. d.). Pridobljeno. 4. 3. 2021 s <https://www.sp2.upenn.edu/academics/dual-degree-programs/msw-dual-degree-programs/master-of-fine-arts/>
263. *Univerza v Ljubljani – Fakulteta za socialno delo*. (b. d.). Pridobljeno 15. 2. 2021 s https://www.fsd.uni-lj.si/izobrazevanje/dodiplomski-studij/ucni_nacrti/program_1%20_stopnje/
264. Verschelden, G., DeHaene, J., Steenberghe, V. T, & DeDroogh, L. (2018). Film as social change From giving voice to giving a stage. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 219-230). New York: Routledge.
265. Vick, R. M. (2003). A Brief History of Art Therapy. V Malchiodi, C. A. (ur.), *Handbook of Art Therapy* (str. 3-15). New York: The Guilford Press.
266. Vietri, D. (2018). *Drama Therapy as a Tool for Promoting Resiliency in At Risk Youth*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1095&context=expressive_theses
267. Virasamy, N. (2018). Moving into Dance in South Africa. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 231-245). New York: Routledge.
268. Voigt, M. (2013). Orff Music Therapy: History, Principles and Further Development. *Approaches: Music Therapy & Special Music Education*, 5 (2), str. 97-

105. Pridobljeno 3. 3. 2021 s http://approaches.gr/wp-content/uploads/2015/08/3-Approaches_522013_Voigt_Article.pdf
269. Wall, M., & Duffy, A. (2010). The effects of music therapy for older people with dementia. *British journal of nursing*, 19(2), 108-13. Pridobljeno 16. 3. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/41895371_The_effects_of_music_therapy_for_older_people_with_dementia
270. Waller, D. (2003). Group Art Therapy: An Interactive Approach. V Malchiodi, C. A. (ur.), *Handbook of Art Therapy* (str. 313-324). New York: The Guilford Press.
271. Wang, Q., Danni, D., Chen, D., Zhang, X., Shen, K., Fan, Y., & Li, L. (2020). *Intervention effect of psychodrama on depression and anxiety: A meta-analysis based on Chinese samples*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0197455620300344#>
272. Wei-Ming, L., & Wen-Lung, C. (2006). *A Study of the Application of the Drama Therapy on ADHD Students' Social Abilities at the Resource Class of the Elementary School*. Pridobljeno 17. 4. 2021 s https://ed.arted.gov.tw/uploadfile/Periodical/1518_arts_education42_00360064.pdf
273. Wheeler, B. L., Shultus, C. L., & Polen, D. W. (2005). *Clinical Training Guide for the Student Music Therapist*. Gilsum, NH: Barcelona.
274. Whipple, M. M. (2015). *School Social Work and Expressive Art Therapies: A Systematic Review*. Pridobljeno 14. 2. 2021 s https://ir.stthomas.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1537&context=ssw_mstrp
275. Wikström, B. M. (2015). *Communicating via expressive arts: the natural medium of self-expression for hospitalized children*. Pridobljeno 21. 4. 2021 s https://www.researchgate.net/publication/7359863_Communicating_via_expressive_arts_the_natural_medium_of_self-expression_for_hospitalized_children
276. Wilkins, P. (1999). *Psychodrama. Creative Therapies in Practice*. London: Sage publications.
277. Witte, M., Lindelauf, E., Moonen, X., Stams, G. J., & Hooren, S. (2020). *Music Therapy Interventions for Stress Reduction in Adults With Mild Intellectual Disabilities: Perspectives From Clinical Practice*. Pridobljeno 16. 3. 2021 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7759728/>
278. Wood, M. J. M., Molassiotis, A., & Payne, S. A. (2011). *What research evidence is there for the use of art therapy in the management of symptoms in adults with cancer? A systematic review*. Pridobljeno 5. 4. 2021 s

https://www.researchgate.net/publication/46580919_What_research_evidence_is_there_for_the_use_of_art_therapy_in_the_management_of_symptoms_in_adults_with_cancer_A_systematic_review

279. World Federation of Music Therapy. (b. d.). Pridobljeno 2. 3. 2021 s <https://wfmt.info/2011/05/01/announcing-wfmts-new-definition-of-music-therapy/>
280. Wosien, M. G. (1974). *Sacred Dance: Encounter with the Gods (Art and Imagination)*. London, New York: Thames and Hudso Ltd.
281. Yoshihama, M. (2018). Photovoice project Participatory research and action with women in post-disaster Japan. V Huss, E., & Bos, E. (ur.), *Art in Social Work Practice. Theory and Practice: International Perspectives* (str. 57-68). New York: Routledge.
282. Zagorc, M. (2006). *Ples – ustvarjanje z ritmom*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
283. Zagorc, M., Vihtelič, A., Kralj, N. & Jeram, N. (2013). *Ples v vrtcu*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
284. Zastrow, C. (2017). *Introduction to social work and social welfare. Empowering People*. Boston: Cengage.