

# Primjena kreativnih medija u potpori roditeljima djece s poremećajem iz spektra autizma

---

Đaković, Matea

Master's thesis / Diplomski rad

2018

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Education and Rehabilitation Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:158:614138>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-01-16**



*Repository / Repozitorij:*

[Faculty of Education and Rehabilitation Sciences - Digital Repository](#)



Sveučilište u Zagrebu

Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

## **Diplomski rad**

Primjena kreativnih medija u potpori roditeljima  
djece s poremećajem iz spektra autizma

Matea Đaković

mentor: Doc.dr.sc. Damir Miholić

komentor: Doc.dr.sc. Jasmina Stošić

Zagreb, lipanj, 2018.

## Izjava o autorstvu rada

Potvrđujem da sam osobno napisala rad *Primjena kreativnih medija u potpori roditeljima djece s poremećajem spektra autizma* i da sam njegova autorica.

Svi dijelovi rada, nalazi ili ideje koje su u radu citirane ili se temelje na drugim izvorima jasno su označeni kao takvi te su adekvatno navedeni u popisu literature.

Ime i prezime: Matea Đaković

Mjesto i datum: Zagreb, lipanj 2018.

## Zahvala

Zahvalila bih se dragom profesoru Miholiću što je vjerovao u mene i rekao prave riječi koje su otvorile oči kada sam sama u sebe najmanje vjerovala, što je jedan od rijetkih učitelja u punom smislu te riječi. Hvala profesoricu Stošić što je tako lako prihvatila moj način pisanja i izražavanja kroz ovaj rad bez potrebe da ga mijenja, da bude "stručniji", "profesionalniji", što su me zaista oboje ohrabрили da si dam svu slobodu koja mi je bila potrebna. Hvala i profesoricu Lisak jer bez nje teško da bi mi kodiranje postalo poput neke zanimljive igre.

Hvala mami i tati jer su oni najviše slušali moje monodrame i odustajanje od svega, braći koja imaju pomalo ludu sestru i što su uvijek tu čak i kada nisu, prijateljicama Vilama i ostaloj vilinskoj i malo manje vilinskoj družini mojih prijatelja/ica, Doktorici jer trebalo je biti cimer sa mnom 4 godine...ženama, prijateljicama s faksa koje su me uvijek prihvaćale takvu kakva jesam bez potrebe za mijenjanjem..

Hvala dragim mamama jer su bile dovoljno hrabre uploviti u ovu avanturu zajedno sa mnom, iako je i njima i meni to bilo nešto novo. Hvala Ivani koja ih je pozvala da sudjeluju u ovoj priči.

Hvala artu, hvala ritmovima i svim isplesanim kaosima, hvala mantranjima, bicikliranju, hvala jogi i joga učiteljicama (a i učiteljima) jer su snažili, otvarali i zatvarali polako, strpljivo uz puno podrške, jer su vjerovali, jer vjeruju kada ja možda i ne vjerujem, jer uzemljuju, daju snagu, jer sam velikim dijelom zbog njih i napisala zadnje retke ovoga rada.

I hvala meni, jer samoga sebe je najteže upoznavati, maziti i paziti, vjerovati i slušati... E pa hvala ti moja ti, jedan krug smo zatvorile, mnogo novih čeka na nas!

I za kraj, ali i neke nove početke, da se podsjetimo kada strah krene stiskati...

„I ako sebe cijeloga damo, tek tada i možemo biti cijeli.“

Miroslav Mika Antić

## Sažetak

Naslov rada: Primjena kreativnih medija u potpori roditeljima djece s poremećajem spektra autizma

Studentica: Matea Đaković

Mentori: Doc.dr.sc. Damir Miholić, Doc.dr.sc. Jasmina Stošić

Program / modul: Odsjek za motoričke poremećaje, kronične bolesti i art terapije

Cilj je ovoga istraživanja bila evaluacija programa potpore roditeljima djece s poremećajem iz spektra autizma koji se realizirao putem kreativnih radionica i primjenom različitih umjetničkih medija. Također, cilj je bio i dobivanje uvida u razumijevanje načina na koji roditelji djece s poremećajem spektra autizma doživljavaju potporu koja im je pružena primjenom kreativnih medija, kakav je doprinos terapija na roditelje, te kako se to odražava na njihovo zadovoljstvo samim sobom, na odnose u obitelji i odnose s okolinom. Sudionici ovoga istraživanja bili su roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma (N=4) iz Brodsko-posavske županije, točnije iz grada Slavonskog Broda i uže okolice. S obzirom na cilj istraživanja i postavljenu hipotezu i istraživačka pitanja u ovom je istraživanju korišten kvantitativni i kvalitativni pristup prikupljanja podataka. Kao instrument za prikupljanje kvantitativnih podataka korištena je Vizualno analogna skala procjene (VAS), a kao tehnika za prikupljanje kvalitativnih podataka korištena je fokus grupa. Cilj grupne diskusije je istražiti relevantne ideje i informacije o problematici roditeljstva u okviru definiranog cilja istraživanja i istraživačkih pitanja. Rezultati istraživanja pokazali su pozitivan učinak provedenog programa kao obliku potpore za roditelje djece s poremećajem iz spektra autizma, te je naglašena velika potreba za takvim oblikom potpore i podrške za roditelje.

Ključne riječi: roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma, kreativne tehnike, potpora roditeljima, umjetnički mediji

## Summary

The aim of this study was to evaluate the program of support for parents of children with autism spectrum disorder, which was realized through creative workshops and by using different art media. The aim was also to gain insights into how parents of children with autism spectrum disorders experience the support provided by creative media, what was the contribution of program for parents, and how this reflects on their self-satisfaction, on relationships in family, and relationships with the environment. Participants of this study were parents of children with autism spectrum disorders (N = 4) from Brodsko-Posavska County, namely from the town Slavonski Brod and the surrounding areas. Considering on the goal of research and given hypothesis and research questions, in this research were used quantitative and qualitative data collection approaches. As a quantitative data-gathering tool Visual Analogue Scale Assessment (VAS) was used and focus group was used as a qualitative data collection technique. The aim of the group discussion is to explore relevant ideas and information on parenting issues within the defined research goal and research questions. The results of the study showed the positive effect of the implemented program as a form of support for parents of children with autism spectrum disorders, and it has been emphasized the great need for such support for parents.

Keywords: parents of children with autism spectrum disorder, creative techniques, parents support, art media

## Sadržaj

Zahvala .....	3
Sažetak.....	4
Summary .....	5
1. UVOD .....	7
1.1. Roditeljstvo .....	8
1.2. Kreativna terapija .....	9
1.2.1. Likovnost.....	10
1.2.2. Muzikoterapija.....	11
1.2.3. Terapija pokretom i plesom.....	11
1.2.4. Drama/Psihodrama .....	12
2. PROBLEM I CILJ ISTRAŽIVANJA .....	13
3. HIPOTEZA ISTRAŽIVANJA .....	14
4. METODA ISTRAŽIVANJA .....	14
4.1. Sudionici istraživanja .....	14
4.2. Metoda prikupljanja podataka .....	15
4.3. Način provođenja istraživanja .....	16
5. REZULTATI ISTRAŽIVANJA.....	18
5.1. Interpretacija kvantitativnih rezultata istraživanja .....	18
5.2. Kvalitativna analiza podataka.....	20
5.3. Interpretacija kvalitativnih nalaza istraživanja .....	22
5.4. Interpretacija kvantitativnih i kvalitativnih nalaza istraživanja.....	26
6. ZAKLJUČAK.....	26
7. LITERATURA.....	28
8. PRILOZI.....	30
8.1. Prilog 1: Poziv roditeljima .....	30
8.2. Prilog 3: Fotografije .....	31
8.3. Prilog 4: Kvalitativna analiza pitanja fokus grupe .....	32

## 1. UVOD

Poremećaj iz spektra autizma pripada poremećajima rane dječje dobi, kod kojih su značajke specifična odstupanja na tri područja razvoja: društvene interakcija, verbalna i neverbalna komunikacija te postojanje ograničenih, ponavljajućih i stereotipnih obrazaca ponašanja, interesa i aktivnosti. Roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma se susreću s više izazova i izloženi su većim razinama stresa tijekom odrastanja svoje djece nego roditelji djece bez teškoća. Izrazito specifična odstupanja na više područja razvoja, veliki broj pregleda, kontrola, terapija samo su neke od obveza s kojima se roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma suočavaju, uz sve ostale obveze svakodnevnog života. Ovakav stil života dovodi do sve veće otuđenosti od sebe, anksioznosti, osjećaja manje vrijednosti i nekompetentnosti, a sve to utječe na kvalitetu odnosa roditelja i djeteta. Kada se promatraju roditelji djece s teškoćama, istraživanja pokazuju kako su kod njih visoke razine stresa posljedica nedostatnog sustava podrške (Paster, Brandwein, Walsh, 2009). U sljedećim potpoglavljima bit će više riječi o tome što se podrazumijeva pod pojmom roditeljstva, te kako kreativni mediji mogu biti uključeni kao metoda podrške.

Kako navodi Bujas Petković (2010), važno je istaknuti da poremećaj iz spektra autizma uključuje oštećenja rane dječje dobi na 3 područja razvoja:

- 1) Socijalne interakcije
- 2) Verbalne i neverbalne komunikacije
- 3) Stereotipno ponašanje, ograničeni interesi i aktivnosti

Bujas Petković (2010) navodi da se uz poremećaj iz spektra autizma pojavljuju i druge skupine zdravstvenih stanja poput kromosomskih aberacija, kongenitalne infekcija, strukturalne abnormalnosti središnjeg živčanog sustava i dr. Najčešće se uz poremećaj iz spektra autizma pojavljuju intelektualne teškoće (IT) koje se procjenjuju kao druga posebna dijagnoza.

Kao dijagnostički kriterij, sve se više koristi DSM – V klasifikacija PSA-a, koja je nastala u želji za rješavanjem problema DSM – IV klasifikacije, a to su da Aspergerov poremećaj nije dovoljno dobro odijeljen od visoko funkcionirajućeg autizma, te da je poremećaj iz spektra autizam nedovoljno dobro definiran, te je samim time pouzdanost dijagnoze tog poremećaja relativno loša. Kako navodi Američka psihijatrijska udruga (2014) ova je klasifikacija



bazirana na probleme razvoja socijalnih i komunikacijskih vještina, a dijagnoza je pojašnjena i pojednostavljena iz razloga što postoji 11 mogućih kombinacija simptoma koji mogu dovesti do dijagnoze, dok prema DSM – IV klasifikaciji takvih kombinacija ima 2027.

## 1.1. Roditeljstvo

Klarin (2006) definira da se roditeljstvo odnosi na niz procesa koji se sastoje od zadataka, pravila, uloga, komunikacije i međuljudskih odnosa koje odrasli ostvaruju u kontaktu sa svojim djetetom, te je prema njoj roditeljstvo dinamičan i uzajamni socijalni proces. Roditeljstvo najčešće sa sobom nosi osjećaje zadovoljstva, ponosa, samoostvarenja, uspjeha i sl., ali isto tako s druge strane može izazvati osjećaj umora, napora, stresa, a ponekad i gubitka mogućnosti samoostvarenja u nekim drugim područjima (Čudina Obradović i Obradović, 2007). Samo po sebi roditeljstvo je proces koji zahtijeva stalnu angažiranost oko djeteta, a kada su roditelji uz to suočeni i s djetetovim autizmom na brzinu uđu i u ulogu njegovatelja, te se rasplinu na sve strane ne bi li pomogli svome djetetu. Jedna od osnovnih zadaća roditelja tada postaje osigurati kvalitetan sustav podrške za dijete, te organizirati svakodnevne aktivnosti kako bi se udovoljilo zahtjevima radne i obiteljske uloge. Roditeljska uloga podrazumijeva niz promjena koje mogu voditi do povećane razine stresa i napora koji se znatno povećavaju prilikom spoznaje kako djetetov razvoj ne teče uredno (Britvić, 2010; Smojver-Ažić, Martinac-Dorčić, 2010). Razina stresa i nezadovoljstva okolinom, podrškom, sustavom, a u konačnici i samim sobom, dovode do promjena u ponašanju roditelja, do narušavanja odnosa u obitelji te pada kvalitete života cijele obitelji, a ne samo pojedinca. U životu ne postoji samo individualna kvaliteta života, već i obiteljska koja je od izuzetno velike važnosti. Autorice Cvitković, Žic Ralić, Wagner Jakab (2013) navode kako naglašavanje obiteljske kvalitete života izranja iz prepoznavanja vrlo važne uloge u obitelji u održavanju funkcionalne, kao i trajne stabilnosti u svakom ljudskom društvu. Potrebno je da se obitelji osoba s teškoćama, u ovom slučaju djece s poremećajem spektra autizma, doživljava na isti način iako se suočavaju s jedinstvenim izazovima i iskustvima.

Kvaliteta obiteljskog života se tiče obitelji kao cjeline prije nego svakog pojedinca unutar obitelji, stoga koncept kvalitete života obitelji djece s teškoćama zahvaća obitelj kao cjelinu (Brown, 2008 prema Cvitković i sur. 2013).

Dijete s teškoćom utječe na sve članove obitelji, odnosno na obitelj kao cjelinu. Svakog člana obitelji, uključujući roditelje, braću i sestre, djedove i bake, dotiče odgoj djeteta s teškoćama. Svatko od njih reagira na sebi svojstven način, a pored takvih pojedinačnih reakcija, reagirat će i obitelj kao cjelina. Glavna razlika između individualne i obiteljske kvalitete života je u tome da se individualna kvaliteta života fokusira samo na ono što se događa pojedincu, dok se obiteljska kvaliteta života fokusira na to kako ono što se događa pojedincu utječe na ostale članove obitelji, no obje kvalitete života su međusobno u recipročnom odnosu. Park i sur. (2003 prema Cvitković i sur., 2013) navode da je obiteljska kvaliteta života postignuta kad su potrebe svih članova obitelji usklađene, kad obitelj uživa zajedno i kad su u mogućnosti sudjelovati u aktivnostima koje su im važne. Ako je i jedan od roditelja pod tolikim stresom i ako se ne pobrine za sebe i ne dobije odgovarajuću podršku i pomoć, jednostavno njegovo mentalno zdravlje se narušava, a samim time sve više i prethodno spomenuti odnosi u obitelji i kvaliteta života. U mnogim zapadnim zemljama za roditelje djece s teškoćama je osiguran sustav podrške od strane različitih stručnjaka, dok je u Hrvatskoj takav oblik podrške još uvijek u začetku (Rašan, Car, Pavliša Ivšac, 2017).

## 1.2. Kreativna terapija

Značenje kreativnosti može se promatrati dvostruko: kreativnost kao proces stvaranja umjetničkih ili znanstvenih djela i kreativnost kao skup osobina ličnosti u procesu koji takvo stvaranje omogućuju (Čudina-Obradović, 1990; prema Miholić, 2012). Autori kreativnošću smatraju određene «sile» koje igraju ulogu u filogenetskom i ontogenetskom razvoju čovjeka. Supek (1987; prema Kalauz 2017) kreativnost je opća ljudska i životna osobina, a različiti autori je različito definiraju - po Freudu to su nesvjesni porivi, prema Siedelu suvišak poriva, a Bergson razvoj čovjeka vidi kao djelovanje *élan vitala* - stvaralačke evolucije.

Prstačić (1996) definira kreativnu terapiju kao „...kompleksnu suportivnu metodu usmjerenu na dinamičke fenomene samoregulacije: samoobnavljanja (sposobnost neprestanog obnavljanja i recikliranja komponenata organizma) i samonadmašivanja (sposobnost da se stvaralački, kreativno, nadmaše fizičke i mentalne granice u biološkom, psihičkom, socijalnom i duhovnom aspektu života)». Izvorni hrvatski model kreativne terapije je Ex-Gen kreativna terapija, te kao takav integrativni edukacijski, somatoterapijski i psihoterapijski pristup ističe „...otkrivanje estetske dimenzije egzistencijalnog iskustva, aktualizaciju kreativnih potencijala i terapijsku katarzu te autoregulaciju biodinamičkih i psihosocijalnih

procesa vezanih za doživljaj sebe.“. Autor ovog pristupa, Miroslav Prstačić navodi: „Kroz ovaj pristup tjelesne, zvučne, ritmičke, ikoničke ... predodžbe u pojedinca inspiriraju proces kreacije između onog «prije» i onog «poslije» i pritom provociraju i sadrže ekstazu (Ex) i genezu (Gen)... Na osnovi diferencijalne dijagnostike egzistencijalne napetosti u pojedinca, metode primijenjene u terapijskom kontekstu imaju za cilj aktualizaciju kreativnih adaptivnih potencijala u pojedinca... U terapiji, pažnja može biti usmjerena na vitalne funkcije, seksualnost, slobodno izražavanje emocija, a cilj je također pružanje osjećaja sigurnosti, podizanje stupnja samopoštovanja i samoostvarenja“ (Prstačić, 2003).

U okviru kreativne terapije i art/ekspresivnih psihoterapija mogu biti korišteni različite tehnike i mediji (klinička hipnoza, vođena imaginacija, vježbe disanja i relaksacija, biblioterapija - primjena bajke i drugih literarnih predložaka, dramska terapija - dramatizacija, igranje uloga, lutka..., pokret i ples, glazba u terapiji) (Miholić, 2012). Kreativne tehnike, kako navodi Pregrad (1996), pružaju pojedincu priliku da na različite načine upozna i svoje unutrašnje stanje i vanjsku situaciju, što se smatra preduvjetom za kreativnu prilagodbu u novoj situaciji. U novim situacijama općenito, bile one manje ili više stresne ili čak traumatske, stari obrasci reagiranja ne koriste već je potrebno pronaći nove načine suočavanja (Pregrad, 1996). U nastavku će biti pobliže objašnjene pojedine od ovih tehnika koje su se koristile i u samoj provedbi ovoga istraživanja.

### 1.2.1. Likovnost

Likovni izraz, uz glazbu i ples, predstavlja jedan od najstarijih medija ljudske komunikacije s prirodnim, nadnaravnim i transcendentnim aspektima svekolike egzistencije (Martinec, 2000). Spoznajni, emocionalni i ekspresivni karakter likovnog izraza temelj je primjene likovne terapije u dijagnostičkim, edukacijskim i rehabilitacijskim uvjetima. U tom smislu, primjena različitih likovnih tehnika (slikarske, crtačke, grafičke i modeliranje) može utjecati na razvoj, analizu i/ili elaboraciju perceptivno-motornih ili psihosocijalnih dimenzija (imaginacija, afektivni naboj, doživljaj sebe, slika tijela, interpersonalni odnosi...) u osobe (Malchodini, 2012).

Likovna je terapija oblik psihoterapije koji primjenjuje stvaralački likovni proces kao sredstvo izražavanja i komunikacije. (Ivanović N., Barun I. i Jovanović N., 2014). Smatra se da likovna terapija preuzima teoriju o svjesnom (ego, trenutni procesi adaptacije, funkcionalni dio ličnosti) i nesvjesnom (zaboravljeni sadržaji iz prošlosti, kolektivno nesvjesno –arhetipi) i kreativnosti. Integracijom svjesnog i nesvjesnog liječi se podvojenost (ego-sjena). U art

terapiji postoji transfer koji je trijadan proces. Sastoji se od klijenta, likovnog djela i art/likovnog terapeuta. Likovno djelo u ovom slučaju predstavlja mjesto susreta i središte interakcije klijenta i terapeuta. U procesu stvaranja likovnoga djela, potisnute emocije i psihički procesi izlaze na površinu, a likovno djelo predstavlja simbolički prostor u kojem kroz imaginaciju i igru klijent uz pomoć terapeuta svoj dezintegrirani ego integrira na svjesnijem nivou.

### 1.2.2. Muzikoterapija

Svjetska federacija za muzikoterapiju (World Federation of Music Therapy - WFMT) ovu vrstu terapije definira kao primjenu glazbe, odnosno njenih elemenata (ton, ritam, tempo, melodija, harmonija...) kao oblik intervencije u kliničkim, edukacijskim i rehabilitacijskim uvjetima u svrhu poboljšanja fizičkih, psihičkih, socijalnih, komunikacijskih, kognitivnih i duhovnih dimenzija u pojedinca. Vidulin - Orbanić (2008, prema Kalauz, 2017) ističe širok spektar dobri korištenja glazbene umjetnosti: od afirmacije kritičkog i estetskog promišljanja, preko poticanja stvaralačkog procesa čime se utječe na spoznajno – vrijednosne aspekte pojedinca uz mogućnost osobne nadogradnje i kulturnog prosperiteta, pa sve do šireg područja promicanja kulture življenja i vrijednosti cjeloživotnog učenja i stvaranja. Glazba djeluje izravno na naš autonomni živčani sustav, dovodeći do promjena u tjelesnim reakcijama koje stoje pod utjecajem autonomnog živčanog sustava. Utjecaj glazbe vrlo je jasan obzirom na njezine dokazane učinke na naše fiziološko funkcioniranje. Breitenfeld i Majsec Vrbanić (2011) u tom smislu spominju kako glazbenim podražajima dolazi do promjene tlaka, pulsa, tonusa mišića, znojenja itd. U tom smislu, glazba može djelovati stimulirajuće i/ili opuštajuće

### 1.2.3. Terapija pokretom i plesom

Terapija plesom i pokretom utječe na promjene u osjećajima, kogniciji, tjelesnom funkcioniranju i ponašanju (NCCATA, 2004, prema Malchiodi, 2007). Ona se temelji na pretpostavci da su tijelo i um povezani, a definira se kao psihoterapijsko korištenje pokreta kao procesa koji unapređuje emocionalnu, kognitivnu i tjelesnu integraciju pojedinca. Tortora (2006, prema Kalauz, 2017) piše o važnosti osjećaja tijela te pojašnjava kako on (osjećaj) ne zamjenjuje doživljaj sebe niti negira važnost mentalne predodžbe tijela (nazvane slikom tijela u psihoanalitičkoj teoriji). Prema Kalauz (2017) ovaj koncept osjećanja tijela nalaže da tjelesne senzacije značajno donose informacije, te utječu na iskustva pojedinca unutar cjeline emocionalnih, socijalnih, komunikacijskih, kognitivnih i fizičkih aspekata sebe. Osnovi

pristupi u terapiji pokretom i plesom uključuju imitaciju, zrcaljenje, simbolizaciju tijelom, istraživanje tjelesnog i emocionalnog stanja pomoću proigravanja s različitim kvalitetama pokreta, te izvornim (autentičnim) pokretom.

#### 1.2.4. Drama/Psihodrama

Dramska terapija obuhvaća sistematično i namjerno korištenje drame, odnosno kazališnih procesa, produkata i druženja za postizanje terapijskih ciljeva ublažavanja simptoma, emocionalne i tjelesne integracije i osobnog rasta. Radi se o aktivnom pristupu koji pomaže klijentu ispričati vlastitu priču i riješiti problem, postići katarzu, proširiti i probuditi unutarnje iskustvo, razumjeti značenje slika i ojačati sposobnost promatranja osobnih uloga uz povećanje fleksibilnosti među ulogama (National Drama Therapy Association, 2004, prema Kalauz, 2017).

Psihodrama uključuje integraciju mašte i djelovanje verbalnog izražavanja i osobnog razmatranja. Budući da to uključuje kretanje i govor, lako može integrirati kreativne i izražajne modalitete poput plesa, glazbe, poezije i umjetnosti (Blatner, 1997). Psihodrama je akcijski oblik grupne psihoterapije, u kojoj se životne situacije ili unutarnji svijet pojedinca odigravaju na sceni uz pomoć članova i vođa grupe, onako kako ih taj pojedinac doživljava (Barath, 1996). Na taj se način ne samo kroz riječi, već i kroz govor tijela, pokret i međusobnu udaljenost likova istražuju ljudske relacije i spoznaje sebe. Scensko odigravanje omogućuje protagonistu psihodrame da izvede ili dovrši ono što u životu nije mogao, nije znao ili možda nije smio, otkrivajući tako vlastita ograničenja i učeći kako da misli i osjeća slobodno izražava kroz svoje ponašanje (Barath, 1996).

Uz ove već navedene medije mogu se koristiti i drugi srodni pristupi kao što su: progresivna mišićna relaksacija, vježbe disanja, vođena imaginacija, dodir, masaža, aromaterapija, odnosno stimulacija komplementarnih osjetilnih podražaja (uz primjenu dodira, mirisa, glazbenih i svjetlosnih podražaja).

Brojna su istraživanja pokazala kako je korištenje kreativnih terapija uvelike pomoglo u radu s djecom i osobama s autizmom, osobito kada je bilo pitanje poticanja socijalne interakcije i komunikacije. Naime, djeca koriste oblike kreativnih medija art, igre uloga, ples i pokret itd. kao posredni medij, objekt kroz koji se oni na neki način lakše otvaraju i stupaju u komunikaciju, a time i uspostavljaju odnose. Prednost toga je jer osobe nisu direktno izložene drugima, mogu se "skriti" iza nečega i polako izlaziti iz svoje sigurne zone, te se postepeno

otvarati i upoznavati okolinu, a sve im je to zanimljivo i budi interes i znatiželju u njima jer je interaktivno, novo, ne frustrirajuće jer se prate potrebe i mogućnosti osoba, u ovom slučaju djece. Prema Sarafino (2002, prema Orlić, 2014) navodi da je u kontekstu smanjenja negativnih učinaka stresa kod roditelja djece s teškoćama vrlo bitan čimbenik socijalna podrška, koja se odnosi na percipiranu pomoć pruženu od strane drugih grupa ili ljudi. Upravo kroz kreativne radionice roditelji mogu to sve iskustveno proći, osjetiti podršku grupe, voditelja radionice, osjetiti podršku samih kreativnih medija koji se koriste u radionicama, te vidjeti kako njima samima ove tehnike pomažu da se lakše otvore, da progovore o svojim teškoćama i problemima s kojima se susreću, a samim time će neke od tehnika i metoda moći primijeniti i u radu sa svojom djecom.

## 2. PROBLEM I CILJ ISTRAŽIVANJA

Roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma se susreću s više izazova i izloženi su više stresu tijekom odrastanja svoje djece nego roditelji djece bez teškoća. Ovakav stil života dovodi do sve veće otuđenosti od sebe, anksioznosti, osjećajem manje vrijednosti i nekompetentnosti, a sve to utječe na kvalitetu odnosa roditelja i djeteta. Prema dosadašnjim spoznajama i prethodnim istraživanjima pokazalo se da se roditeljima djece s poremećajem spektra autizma ne pruža dovoljna potpora kada je u pitanju njihovo mentalno zdravlje. Sve je veći zamah pružanja potpore u obliku edukativnih radionica i edukacija s ciljem jačanja roditeljske kompetencije za nošenje s teškoćama djeteta i adekvatnog reagiranja na iste, ali kada govorimo o potpori koja bi se isključivo bavila roditeljima i njihovim potrebama, strahovima, problemima i željama ne nalazimo gotovo nikakve podatke. Iz toga se razloga u ovom istraživanju želi uvažiti perspektiva roditelja i pružiti njima podrška kako bi se osnažili za nošenje sa izazovima roditeljstva djeteta s autizmom, te kako bi na taj način razvili svoje jake strane i vlastite kompetencije.

U skladu s problemom definiran je i cilj istraživanja, a koji se odnosi na evaluaciju programa potpore roditeljima djece s poremećajem iz spektra autizma, a koji je realiziran u vidu kreativnih radionica i kroz primjenu različitih umjetničkih medija. Također, kao jedan od ciljeva bilo je dobivanje uvida u razumijevanje načina na koji roditelji djece s poremećajem spektra autizma doživljavaju potporu koja im je pružena primjenom kreativnih

medija, te doprinosa terapije kao podrške roditeljima, odnosno utjecaja terapije na promjenu njihovog zadovoljstvo samim sobom, odnosa u obitelji i odnosa s okolinom.

U skladu s postavljenim ciljem istraživanja, oblikovana su slijedeća istraživačka pitanja:

1. Kako roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma doživljavaju potporu pruženu putem kreativnih medija?
2. Koje aktivnosti roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma navode kao aktivnosti podrške?
3. Kakvo je zadovoljstvo roditelja provedbom podrške putem kreativnih medija?

### **3. HIPOTEZA ISTRAŽIVANJA**

U skladu s ciljem istraživanja postavljena je i polazna hipoteza prema kojoj će primjena kreativnih medija pozitivno utjecati na doživljaj sebe kod roditelja i predstavljati potporu u suočavanju sa izazovima uloge roditelja djeteta s autizmom.

### **4. METODA ISTRAŽIVANJA**

#### **4.1. Sudionici istraživanja**

Sudionici ovoga istraživanja bili su roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma iz Brodsko-posavske županije, točnije iz grada Slavanskog Broda i uže okolice. Kronološka dob sudionica bila je od 30 do 50 godina, a kronološka dob njihove djece od 3 do 21 godine. Ukupno je sudjelovalo 8 majki, s time da su 4 majke sudjelovale u aktivnostima svih 5 radionica, 2 majke su sudjelovale na 2 radionice, dok su 2 majke došle samo na prvu radionicu. Sve sudionice članice su udruge „Točkica“ iz Slavanskog Broda. Sporazum istraživača i sudionika istraživanja kreiran je za potrebe ovog istraživanja te je predstavljen roditeljima, odnosno sudionicima istraživanja. U prvom kontaktu istraživač je opisao temu, cilj i svrhu istraživanja, jasno navodeći ulogu i doprinos sudionika samom istraživanju.



## 4.2. Metoda prikupljanja podataka

S obzirom na cilj istraživanja te postavljenu hipotezu i istraživačka pitanja, u ovom je istraživanju korišten kvantitativni i kvalitativni pristup prikupljanja podataka. Kao instrument za prikupljanje kvantitativnih podataka korištena je Vizualno analogna skala procjene (VAS) i kroz njezinu primjenu dobivene su vrijednosti za varijablu *Samoprocjena doživljaja sebe* (SDS). Vizualno analogna skala – VAS je skala dužine 10 centimetar na kojoj je svaki sudionik označio subjektivni osjećaj kako se osjeća trenutno, odnosno koliko je zadovoljan samim sobom. Procjena Vizualno analognom skalom je primijenjena na početku i na kraju svake seanse tijekom cijelog terapijskog programa. VAS se najčešće koristi u području evaluacije percepcije boli, ali može koristiti i u mjerenju različitih psihosocijalnih dimenzija definiranih potrebama i sadržajem istraživanja. Rezultati na ovim skalama mogu interpretirati i individualno i grupno, a dobivaju se mjerenjem vrijednosti u milimetrima i praćenjem njihovih promjena u različitim točkama procjene (Wewers, Lowe, 1990).

Kao tehnika za prikupljanje kvalitativnih podataka korištena je fokus grupa. Ovu tehniku prikupljanja podataka određuje grupna situacija u kojoj je najviše do 8 sudionika uključeno u razgovor koji vodi jedna osoba koja potiče i moderira raspravu, te jedna osoba koja opservira (Ajduković, 2011). Fokus grupa se koristi ako je kao istraživački cilj određen neki društveni fenomen u koji su uključeni mnogi i koji se mora promatrati u kontekstu da bi smo dobili set promišljanja, ponašanja i djelovanja vezanih uz fenomen (Tkalac Verčić i sur., 2011).

Cilj grupne diskusije je proizvesti relevantne ideje i informacije o propitivanom u okviru definiranog cilja istraživanja i istraživačkih pitanja (Milas, 2005). Moderator je taj koji postavlja pitanja i započinje diskusiju, usmjerava je na ključna pitanja vezano uz cilj istraživanja istraživačka pitanja, te ostavlja prostor za diskutiranje osobama koje su u fokus grupi, jer želi uvažiti socijalnu interakciju svih važnih izabranih sudionika. Naglasak je na interakciji između sudionika u diskusiji koji potiču jedni druge na donošenje zaključaka o propitivanoj temi (Ajduković, 2011).

Pitanja su postavljana tako da kreću prvo od nekih općenitih doživljaja radionica ka onim specifičnijim pitanjima i doživljajima. Neka od pitanja su nadopunjena potpitanjima ili su bila dodatno pojašnjena ukoliko je bila potreba za tim. Za potrebe ovog istraživanja oblikovana su sljedeća pitanja za fokus grupu:



1. Kako biste vi opisali svoje iskustvo sudjelovanja u ovim radionicama? Što vam se svidjelo? Što vam se nije svidjelo?
2. Jeste li primijetili kakav doprinos i utjecaj ovih radionica na Vaš svakodnevni život?  
Jeste li primijetili neke promijene u odnosu s djetetom?  
Jeste li primijetili neke promijene u odnosu s obitelji?  
Jeste li primijetili neke promijene u odnosu s okolinom općenito?
3. Mislite li da su radionice poput ovih korisne za roditelje? Što mislite treba li više ovakvih aktivnosti u sustavu potpore za roditelje?
4. Smatrate li da postoji još nešto važno za podijeliti i reći, a da to do sada nismo napravili?

### 4.3. Način provođenja istraživanja

Istraživanje je planirano tjednima prije provođenja prve radionice, a uključivalo je proučavanje literature za sastavljanje teorijskog koncepta istraživanja, definiranje cilja istraživanja i istraživačkih pitanja, izradu protokola za bilježenje dojmova, izradu sporazuma istraživača i sudionika istraživanja, planiranje provedbe fokus grupe sastavljanjem pitanja te planiranje mjesta provedbe istraživanja. Istraživanje je provedeno u pet susreta na kojima su se provodile radionice, od kojih je zadnja radionica uključivala i provođenje fokus grupe. Istraživanje je provedeno u prostorijama udruge u Slavonskom Brodu. U tablici 1. prikazan je primjer jedne od radionica.

Tablica 1. Primjer radionice

<b>UVOD</b>	<b>SREDIŠNJI DIO</b>	<b>ZAVRŠETAK</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- rekapitulacija prošle radionice</li> <li>- uvod u temu („Siguran prostor“) drugog susreta</li> <li>- vođena relaksacija i</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nakon završetka vođene relaksacije i imaginacije sudionice radionice su dobile uputu da pokušaju nacrtati svoj siguran prostor, onako</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- igra uloga za opuštanje i zabavu na kraju</li> <li>- ovisno koliko je ljudi, grupa se podijeli u parove ili trojke, te terapeut daje</li> </ul>

<p>imaginacija</p>	<p>kako su ga doživjele</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nakon crtanja svi sjedaju u krug</li> <li>- uputa je da svatko ponaosob predstavi svoj siguran prostor i/ili ako to želi ugosti ostatak grupe kao na izložbi i provede svojim prostorom ( ako netko izabere ovu opciju, uputa je da gosti-ostatak grupe, uđu i na kraju izađu iz sigurnog prostor, igra uloga, jer se želi zadržati sigurnost toga prostora)</li> <li>- završetak dijeljenja u krugu, uputa da zadrže osjećaj i viziju sigurnog prostora i da kada im je teško ga pokušaju ponovno mentalno prizvati</li> </ul>	<p>uputu da je jedna osoba prodavač druga kupac i da imaju 2 min. da se dogovore za početak i kraj „predstave“ i izaberu o kojoj se trgovini radi. (Što se dogodilo u trgovini? Pitanje je koje se postavlja grupama. Naglasak je na improvizaciji.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nakon toga, svi opet sjedaju u krug</li> <li>-dijeljenje i završetak drugog susreta</li> </ul>
--------------------	--	---

Fokus grupa, u trajanju od 40 minuta, provedena u prostorijama udruge, koja je vrlo prozračna, topla, osvijetljena prirodnim svjetlom, bez zvučnih distraktora. Fokus grupa je provedena u jutarnjim satima, nakon kratkog zagrijavanja i zatvaranja ciklusa radionica.

Provedeno istraživanje u svojoj fazi planiranja, provedbe i prikazivanje rezultata slijedilo je načela Etičkog kodeksa Odbora za etiku u znanosti i visokom obrazovanju (Odbor za etiku u znanosti i visokom obrazovanju, 2006). Poseban naglasak u ovom istraživanju usmjeren je na poštivanje članka 2 ovog kodeksa u dijelu kojim se ističe kako se „*rezultati znanstvenih istraživanja, prikupljaju se u skladu s najvišim standardima etičke i znanstvene prakse, poštujući najviše tehničke standarde*“ te kako se podrazumijeva da „*prikazani rezultati istraživanja u bilo kojem obliku dosljedno odgovaraju provedenim istraživanjima te ni u najmanjoj mjeri ne postoji izmišljanje, krivotvorenje ili plagiranje podataka, rezultata, ideja, postupaka ili riječi u postupcima predlaganja, provođenja, revizije ili prikazivanja istraživanja*“ (Odbor za znanosti i visokom obrazovanju, 2006, str.1-2). Također posebna se briga u istraživanju vodila o zaštiti ispitanika „*pri tome je potrebno jamčiti dragovoljno sudjelovanje svih ispitanika, povjerljivost, tajnost i anonimnost podataka o ispitanicima te povoljan omjer boljitka/rizika za ispitanike*“.(Odbor za znanosti i visokom obrazovanju, 2006, str.3).

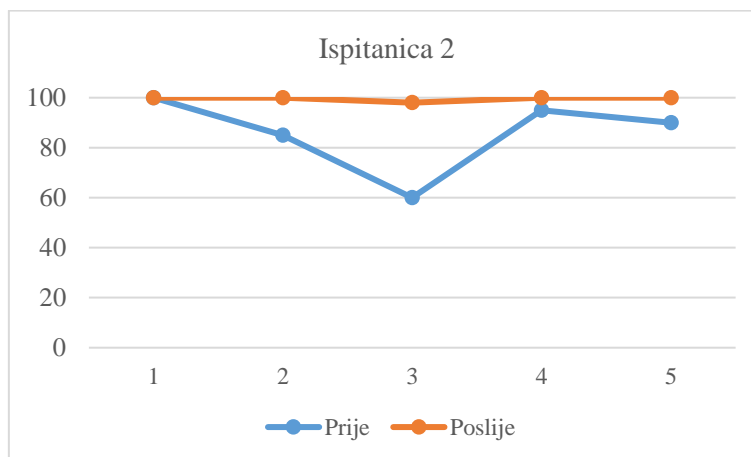
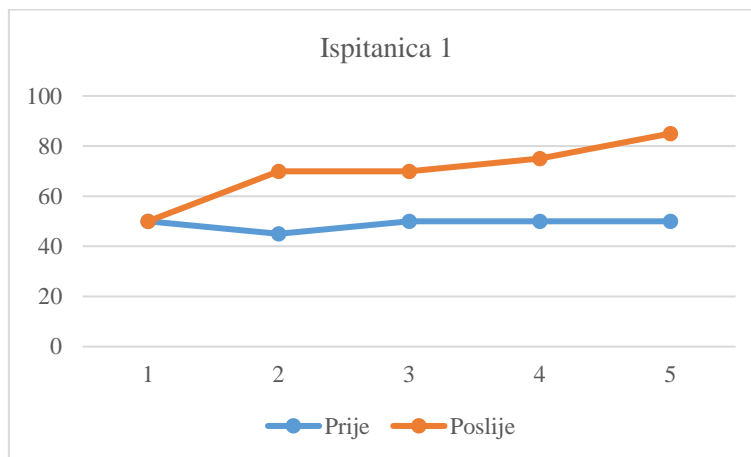
## 5. REZULTATI ISTRAŽIVANJA

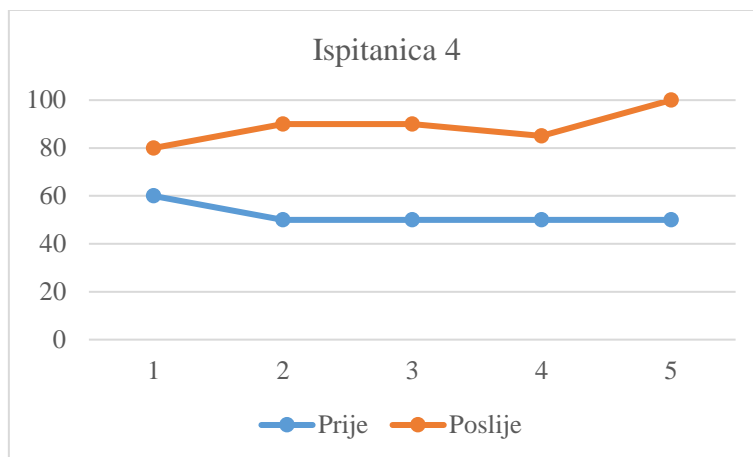
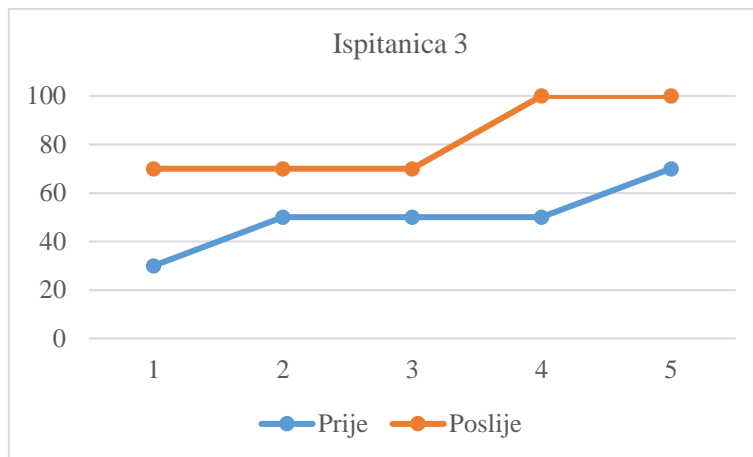
### 5.1. Interpretacija kvantitativnih rezultata istraživanja

Za mjerenje kvantitativnih rezultata istraživanja korištena je Vizualno analogna skala – VAS je skala dužine 10 centimetar na kojoj je svaki sudionik označio subjektivni osjećaj kako se osjeća trenutno i koliko je zadovoljan sam sa sobom. Procjena Vizualno analognom skalom je primijenjena na početku i kraju svake seanse tijekom cijelog terapijskog programa, a rezultati su interpretirani individualno i prikazani su u Grafovima 1-4. U grafovima se može vidjeti kako su se majke koje su sudjelovale u radionicama osjećale prije i poslije provedbe radionice, odnosno prikazana je varijabla SDS prije i poslije provedbe radionice. Na svim grafovima može se primijetiti rast osjećaja zadovoljstva nakon svake radionice. Na grafovima kod Ispitanice 1 i Ispitanice 4 se može vidjeti kako je taj rast konstantan i ujednačen, na grafu kod Ispitanice 2 i Ispitanice 3 se također može vidjeti kontinuirani pomak, ali koji više oscilira, nakon nekih radionica naglo je skočio, dok je nakon nekih je ostao u okviru prijašnjih promjena. Pregledom prvoga grafa, kod Ispitanice 1 se mogu primijetiti gotovo jednaki intervali u porastu varijable SDS kroz svih 5 radionica, u odnosu na vrijednost varijable prije početka radionice. Na prvoj radionici su vrijednosti prije i poslije radionice bile iste, dok se sa svakom sljedećom radionicom vrijednost varijable nakon radionice povećavala, a vrijednost prije radionice je ostala konstanta, odnosno na drugoj radionici je bila nešto niža, dok se s trećom radionicom malo povećala. Kod Ispitanice 2 se vidi konstanta u vrijednostima varijable SDS nakon provedbe radionice, dok se u vrijednostima prije radionice mogu vidjeti veće oscilacije. Nakon prve radionice zabilježen je pad vrijednosti varijable SDS u sljedeće 2 radionice, što može korelirati sa time da je sudionica prolazila kroz emotivno teže životne situacije. Na trećoj radionici taj pad je velik, ali je porast varijable SDS nakon radionice i dalje prisutan, a već na četvrtoj radionici se porast varijable SDS prije radionice opet povećao i gotovo postao jednak vrijednosti varijable nakon radionice. Kod Ispitanice 3 je zanimljivo primijetiti kako je na prvoj radionici vrijednost varijable SDS prije radionice izrazito niska, dok se nakon radionice ta vrijednost povećala. U sljedeće dvije radionice vrijednost varijable SDS poslije provedbe radionice ostaje jednaka, ali se njezina vrijednost prije radionice također povećala i ostaje konstantna i u četvrtoj radionici. Na zadnjoj radionici vrijednost varijable SDS prije i poslije radionice ima najviše vrijednosti do sada. U grafu 4., kod Ispitanice 4 možemo vidjeti mali porast vrijednosti mjerene varijable SDS nakon prve

radionice u odnosu na vrijednost iste prije provedbe radionice. U slijedeće 4 radionice se vidi blagi pad vrijednosti varijable SDS prije provedbe radionice, koji onda postaje konstanta do kraja provedbi ciklusa radionica, dok se vrijednost iste varijable nakon provedbe slijedeće dvije radionice povećava, nakon četvrte opet malo opada, a nakon pete radionice ta je vrijednost dosegla svoj maksimum.

Već je na trećoj, četvrtoj radionici primjetan porast vrijednosti varijable SDS prije početka same radionice, što može upućivati na to da su se majke već unaprijed bolje osjećale jer su njihova očekivanja, a na osnovi iskustva prethodnih radionica, bila pozitivna. Pregled ovih grafova ukazuje na to da je korisnost radionica velika jer nije došlo do nižih vrijednosti varijable SDS nakon provedbe radionice u odnosu na vrijednosti varijable prije provedbe radionice, osobe su se uvijek osjećale bolje nakon provedbe radionice, nego na početku.





## 5.2. Kvalitativna analiza podataka

Kao tehnika za prikupljanje kvalitativnih podataka korištena je fokus grupa. Ovu tehniku prikupljanja podataka određuje grupna situacija u kojoj je najviše do 8 sudionika uključeno u razgovor koji vodi jedna osoba koja potiče i moderira raspravu, te jedna osoba koja opservira (Ajduković, 2011).

Nakon prikupljenih podataka u ovome je istraživanju korištena kvalitativna tematska analiza (Braun, Clarke, 2006). Kao vrsta tematske analize primijenjena je tematska realistička metoda (realistic method) (Braun, Clarke, 2006, str.9) koja govori o iskustvima, značenjima,

doživljajima i stvarnosti sudionika. Također tematska analiza je teoretska (theoretical thematic analysis) (Braun, Clarke, 2006, str.12) –”odozgo prema dolje” odnosno od teorijskih pretpostavki prema podacima pa teme proizlaze iz istraživačevog teoretskog interesa koji određuje analitički okvir. Ovisno o razini na kojoj će teme biti prepoznate korištena je latentna tematska analiza (latent themes) (Braun, Clarke, 2006, str.13). Latentna razina tema bi značila da tražimo značenje izvan onoga što su nam ljudi rekli pokušavajući tako razumjeti zašto ljudi misle i govore na određen način odnosno što predstavlja to njihovo mišljenje i stav, što dovodi do njega- stavovi društva, kulture, vrijednosti, očekivanja u društvu).

U sljedećoj je tablici primjer kvalitativne analize jednog od pitanja fokus grupe.

1. Ima li nešto što biste možda željeli da je bilo drukčije ili da u budućnosti eventualno bude drukčije, vezano za radionice?			
Izjave sudionika	Kod prvoga reda	Kod drugoga reda	Tema
„Drukčije jedno da bude češće.“	Sudionica navodi potrebu za dužim periodom održavanja radionica.	Potreba za češćim održavanjem radionica	Preporuke za održavanje radionica
„ U biti je super, stalno smo u tim svojim problemima, i onda se makneš u totalno nešto drugo s čim inače nemam veze. <b>Nekako me obogatilo, da bolje funkcioniram u ovim svojim svakodnevnim stvarima. Valjda mi treba više tog nekog odmaka od ove naše svakodnevnice, da onda možeš bolje funkcionirati u njoj. „</b>	Sudionice navode potrebu za odmakom od svakodnevnice i doprinos radionica na njihovo funkcioniranje u svakodnevnim situacijama.	<b>Doprinos boljem funkcioniranju u svakodnevnim obavezama i odmaku od vlastitih problema</b>	Doprinos kreativnih radionica na funkcioniranje u svakodnevnim situacijama.
„(...) <b>ali ja sam željela maknuti se od toga, od svakodnevnice i bilo nam je super.</b> “			
„ Meni je isto ovo kao neka art terapija bilo jako lijepo, <b>jedino bi voljela sudjelovati još u nekim oblicima terapija te vrste, dal' bi to</b>			

bila biblioterapija, terapija plesom, pokretom, nebitno.. Mislim da su dobre, za nekakvi osobni rast, razvoj, za zabavu, igru, druženje, upoznavanje i sve ostalo. „			
--	--	--	--

### 5.3. Interpretacija kvalitativnih nalaza istraživanja

Temeljem kvalitativne tematske analize (Braun, Clarke, 2006) u ovom poglavlju prikazani su nalazi istraživanja, a koji će biti interpretirani prema ključnim temama i pripadajućim podtemama. U Tablici 1. prikazano je tematsko područje *Doprinos kreativnih radionica u sustavu podrške za roditelje* iz perspektive roditelja djece s poremećajem iz spektra autizma s pripadajućim specifičnim temama i njihovim kategorijama. U poglavlju Prilozi nalazi se Tablica 2. koja prikazuje kodirane izjave sudionika fokus grupe, kodove i kategorije, a koja je poslužila kao izvor za kreiranje Tablice 1.

Prikazani nalazi kvalitativne analize okvira odgovaraju na postavljena istraživačka pitanja: „Kako roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma doživljavaju potporu pruženu putem kreativnih medija?“; „Koje aktivnosti roditelji djece s poremećajem iz spektra autizma navode kao aktivnosti podrške?“; te „Kakvo je zadovoljstvo roditelja provedbom podrške putem kreativnih medija?“

<b>TEMATSKO PODRUČJE:</b> DOPRINOS KREATIVNIH RADIONICA U SUSTAVU PODRŠKE ZA RODITELJE	
<b>TEME</b>	<b>PODTEME</b>
OSOBNI DOŽIVLJAJ I DOBROBITI RADIONICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- važnost i bit kreativnih radionica</li> <li>- struktura radionica</li> <li>- pozitivne emocije i stavovi</li> <li>- spremnost roditelja na drukčiju vrstu podrške</li> </ul>
KVALITETE VODITELJA RADIONICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- senzibiliziranost i educiranost voditelja radionica</li> </ul>

POTREBA ZA KREATIVNIM RADIONICAMA U SUSTAVU POTPORE ZA RODITELJE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- preporuka za održavanjem radionica</li> <li>- učestalost radionica</li> </ul>
DOPRINOS KREATIVNIH RADIONICA NA FUNKCIONIRANJE U SVAKODNEVNIM SITUACIJAMA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- funkcioniranje u svakodnevnim obvezama</li> <li>- nošenje s problemima i izazovima</li> </ul>
DOPRINOS RADIONICA OSOBNOM RAZVOJU	<ul style="list-style-type: none"> <li>- osobne potrebe</li> <li>- poimanje života</li> <li>- emocionalni doživljaj</li> <li>- stres roditelja</li> <li>- prilagodba na promjene</li> <li>- životne navike</li> <li>- podrška</li> </ul>
DOPRINOS RADIONICA OBITELJSKIM ODNOSIMA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- odmak od svakodnevnice</li> <li>- odnos roditelja i djeteta</li> <li>- obiteljska kohezija</li> </ul>
PREPOZNATE POTREBE RODITELJA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aktivnosti usmjerene na roditelje</li> <li>- kreativne radionice kao aktivnosti izražavanja i odmaka od svakodnevnice</li> </ul>
POTREBA ZA INFORMIRANJEM RODITELJA O DRUKČIJIM OBLICIMA PRUŽANJA PODRŠKE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- informiranje roditelja</li> <li>- senzibilizacija roditelja</li> <li>- pokazne radionice za roditelje</li> </ul>
POTREBA ZA INFORMIRANJEM O TOME ŠTO JE POTREBNO RODITELJIMA KAO OBLIK PODRŠKE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kreativne radionice kao oblik podrške</li> <li>- „roditelji-roditeljima“ oblik informiranja</li> </ul>
POTREBA ZA INFORMIRANJEM JAVNOSTI O VAŽNOSTI BRIGE ZA SEBE, OSOBITO KOD RODITELJA DJECE S TEŠKOĆAMA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- senzibilizacija društva</li> <li>- stavovi i predrasude</li> </ul>
POZITIVNI UČINCI KREATIVNIH RADIONICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- terapijski učinak</li> <li>- pozitivne emocije</li> <li>- podrška grupe i grupna kohezija</li> <li>- negativni stavovi i predrasude</li> <li>- pružanje podrške</li> <li>- senzibilizacija</li> </ul>



Prva tema koja se pojavljuje kod sudionika je osobni doživljaj i dobrobit radionica. Sudionice istraživanja, u ovom slučaju majke djece s poremećajem spektra autizma navode kako su promijenile paletu emocija kada su u pitanju iskustva s kreativnim radionicama. Od početnog šoka i straha jer su majke mislile da će struktura radionica biti u obliku teorijskog predavanja, to toga da su se pojavile pozitivne emocije i stavovi, te se javilo shvaćanje važnosti i biti kreativnih radionica, koje su kako navodi jedna sudionica *nešto novo, drugačije i zanimljivo i dobar oblik aktivnosti za odmaknuti se od svakodnevnice*. Na kraju ciklusa radionica primijećena je velika suradljivost, opuštenost i spontanost kod majki tijekom provođenja fokus grupe. Vidjela se njihova grupna kohezija i povezanost. Majke su bile opušteno i otvorene, te nije nedostajalo šale i smijeha. Sve to je pozitivno utjecalo i na samu istraživačicu. Iz druge teme koja se pojavljuje, a to su kvalitete voditelja radionica, se može povući paralela sa prvom temom. Naime sudionice navode da su im *odvažnost za provedbu radionica, kreativnost, opuštenost uz prisutnu empatiju, te dobre komunikacijske vještine voditeljice* uvelike pomogle da se i one same više opuste, te da se osjećaju sigurno i ugodno. Veliki značaj su dale i educiranosti i vještini voditeljice da ih usmjeri i „vrati“ na zadatak kada bi se one udaljile od teme radionice. Slijedeća tema koja se pojavljuje je potreba za kreativnim radionicama u sustavu potpore za roditelje. Naime iz dobivenih izjava mogu se izvući preporuke za održavanje radionica, gdje se navodi kako bi se radionice trebale češće događati i to dulji vremenski period što nas odmah upućuje na četvrtu temu o doprinosu kreativnih radionica na funkcioniranje u svakodnevnim situacijama. Sudionice navode kako su im radionice doprinijele pri nošenju s vlastitim problemima, ali i odmaku od istih, te kako su im općenito pozitivno utjecale na funkcioniranje u svakodnevnim obvezama baš zbog toga što su se na sat ili dva jednom tjedno mogle maknuti od rutine i njihove svakodnevnice. Zatim se otvorila nova tema, doprinos radionica osobnom razvoju, koja je od izuzetne važnosti. Sudionice navode da su si kroz radionice osvijestile svoje osobne potrebe i želje, te da su sada otvorenije za daljnja istraživanja istih. Kroz otvorenost ka novom iskustvu javilo se i pitanje poimanja života, te promjena percepcije života kroz opuštenost i prihvaćanje. To vodi ka lakšoj prilagodbi na promjene i situacije koje izlaze iz svakodnevne rutine. Također se iz izjava sudionica može čuti da su radionice bile kao svojevrsni oblik podrške koja osnažuje i međusobno povezuje roditelje. Ali ne samo roditelje, već se i odnosi u obitelji mijenjaju na što nas upućuje slijedeća tema koja kaže da kreativne radionice doprinose obiteljskim odnosima. Naime javlja se veća obiteljska kohezija, povezanost jer kako majke navode, više su opuštenije i dijele iskustva sa ukućanima što pomaže pri osnaživanju odnosa unutar obitelji. Također navode da im se odnos s djetetom promijenio baš iz toga razloga što se

odmaknu od rutine i svega i onda se pune pozitivne energije vrata kući i na drugi način reagiraju na uobičajene stvari i postupke. Uz to se usko veže i tema prepoznate potrebe roditelja, gdje sudionice opet navode kako su im aktivnosti bile odmak od svakodnevnice i uobičajenih očekivanja okoline, te izražavaju veliku potrebu za još više takvih aktivnosti koje bi bile usmjerene na roditelje, ali ne u edukativnom smislu, već aktivnosti kroz koje bi se oni mogli izražavati i koje bi stavljale naglasak na mentalno zdravlje roditelja jer kako je jedna sudionica navela *kada sam ja dobro, dobro se osjećam i moja djeca su bolje, moj muž, obitelj su bolji*. Zatim se pojavljuju sljedeće dvije teme koje su usko povezane ,a to su potreba za informiranjem roditelja o drukčijim oblicima pružanja podrške, ali isto tako s druge strane potreba za informiranjem o tome što je roditeljima potrebno kao oblik podrške. Naime sudionice navode kako je većina radionica edukativnog tipa, te da je sve usmjereno na to da nešto nauče, da nauče kako da pomognu svojoj djeci s učenjem i sl, te da su njihova iskustva da roditelji uopće nemaju ideju o vrsti učenja i podrške putem kreativnih medija jer su i sami stručnjaci više usmjereni na edukativni rad, što pokazuje da je potreba za informiranjem roditelja i pružanjem pokaznih radionica velika, a s druge strane nam ukazuje i to da roditelji imaju potrebu za ovom vrstom i oblikom podrške. Uz informiranje roditelja, javila se i potreba za informiranjem javnosti o važnosti brige za sebe, osobito kod roditelja djece s teškoćama jer, kako su i same majke navele, društvo je i dalje puno predrasuda i negativnih stavova prema bilo kojem obliku rada sa kreativnim medijima i savjetodavnog rada. Jedna sudionica navodi to *da joj je svekrva rekla da nakon rođenja djeteta ona više nije važna, da ona više ne postoji* što ukazuje na veliku potrebu za senzibilizacijom društva o tome kako svi ljudi, a osobito roditelji djece s teškoćama imaju pravo da zadovolje svoju potrebu da se negdje „ispušu“ i odmaknu od svakodnevnice, te podijele svoja iskustva, te da je to sasvim normalno i u redu brinuti za sebe i svoje mentalno zdravlje. Na kraju se opet javila tema koja govori o pozitivnim učincima kreativnih radionica, gdje sudionice navode da su na njih radionice imale terapijski učinak, poticanje pozitivnih emocija, pojava istih tih emocija na samu pomisao na dolazak na radionicu. Pozitivnim učincima je uvelike pridonijela i grupa, te podrška grupe i mogućnost dijeljenja iskustava, negativnih i pozitivnih. Svi pozitivni učinci utjecali su na to da sami roditelji koji su iskusili ovu vrstu podrške budu osobe koje će senzibilizirati prvenstveno svoje sredine, a samim time će se malo pomalo i društvo krenuti mijenjati. I sudionice istraživanje su navele kako je njihova uloga da pričaju o tome, da ovakve stvari postoje, pa da će onda i ljudi s vremenom mijenjati stavove i otvarati se za nova iskustva i prilike.

#### 5.4. Interpretacija kvantitativnih i kvalitativnih nalaza istraživanja

Kada se pogledaju kvantitativni i kvalitativni rezultati istraživanja može se vidjeti da se oni međusobno nadopunjuju. Kako je i ranije spomenuto, sudionice su navele kako su im radionice doprinijele pri nošenju s vlastitim problemima, ali i odmak u odnosu na istih, te kako su im općenito pozitivno utjecale na funkcioniranje u svakodnevnim obvezama zbog toga što su se na sat ili dva jednom tjedno mogle maknuti od rutine i njihove svakodnevnice što se može povezati s time da se vidi pomak na grafovima pri mjerenju raspoloženja prije početka radionice. Naime, već pri trećem susretu se vidi taj porast raspoloženja prije provedbe radionice, što može biti u korelaciji s ovime jer su majke znale što slijedi i kako će se osjećati poslije radionice, pa je i sama pomisao na to pridonijela zadovoljstvu, a samim time i trenutnim raspoloženjem. Kroz otvorenost ka novom iskustvu javilo se i pitanje poimanja života, te promjena percepcije života kroz opuštenost i prihvaćanje. To vodi ka lakšoj prilagodbi na promjene i situacije koje izlaze iz svakodnevnice što također može korelirati pri procjeni raspoloženja prije i nakon provedbe radionice, i njihovom porastu. Na drugom grafu se vidi da je ispitanica 2 na trećem susretu imala veliku razliku prije i poslije provedbe radionice. Naime, ispitanica je to jutro, prije same radionice, imala stresan i traumatičan događaj i realno je da joj je raspoloženje bilo veoma nisko, ali se već kroz prve dvije radionice dovoljno osnažila da prihvati situaciju, te da si dopusti da se u sljedećih sat i pol vremena posveti sebi, što je rezultiralo i samim porastom raspoloženja.

## 6. ZAKLJUČAK

Jedan od razloga provođenja ovog istraživanja bio je nepostojanje istraživanja o kreativnim medijima kao obliku potpore za roditelje djece s poremećajem spektra autizma. Istraživanja koja postoje većinom govore o edukaciji roditelja ili nas pak upućuju na to kako bi bilo važno raditi na mentalnom zdravlju roditelja te na taj način poboljšati odnose u obitelji. Roditelji djece s poremećajem spektra autizma, ali to možemo generalizirati i na sve roditelje djece s teškoćama, su uvijek nekako na marginama društva baš kao i njihova djeca. Znamo da su oni još pod većim pritiskom i da okolina očekuje da se cijelo vrijeme educiraju, informiraju skupljaju znanja kako pomoći svojoj djeci, kako ih educirati, kako raditi s njima, a

rijetko tko ih pita što je njima zaista potrebno, kako da njima pomognu da bi oni mogli pomoći vlastitoj djeci. I ovo istraživanje je pokazalo upravo to, da roditelji trebaju i žele više aktivnosti koje bi bile usmjerene na njih same. Roditelji su prezasićeni teorijom, informacijama o teškoćama djece i drugim stvarima, te kako su i same sudionice ovog istraživanja rekly, potreban im je odmak od rutine, svakodnevnice, potrebna im je igra i zabava, mjesto gdje se mogu opustiti i na trenutak zaboraviti sve, mjesto gdje imaju dozvolu za to. Istraživanjem je potvrđeno kako je upotreba kreativnih medija kao oblik potpore uvelike pridonijela osobnom razvoju roditelja. Naš je zadatak sada da iskoristimo informacije koje su nam roditelji dali, da informiramo javnost i same roditelje o tome koliko je važno da se brinu o svome mentalnom zdravlju jer ako oni nisu sretni i zadovoljni kako će to biti njihova djeca? Prijedlog nekih budućih istraživanja bi mogao ići u smjeru primjene kreativnih medija u radu s braćom i sestrama djece s teškoćama, također bi se moglo istraživati kakvi bi rezultati i pomaci bili kada bi radionice ovoga tipa bile učestalije i dužeg vremenskog perioda i dr. Naime, otvorila su se mnoga pitanja, mnoge prilike za rast i razvoj i za nas stručnjake, naš je sada zadatak da iskoristimo to, da se potrudimo i pružimo roditeljima ono što zaslužuju, ono što im treba, da svi zajedno rušimo barijere i predrasude koje društvo i okolina nameću i da pokažemo kako se i kroz igru i zabavu može mnogo toga napraviti. Ovakav oblik rada, ovakve radionice, suradnja „stručnjaka“ i roditelja je prekrasna prilika za rast i razvoj roditelja, djece, ali i same osobe koja bi provodila te radionice, to prvenstveno govorim iz vlastitog iskustva. Mnoge prilike se otvore, nova poznanstva, novi uvidi, biva se više u trenutku, osobe se više povezuju, ruše se barijere između stručnjaka s jedne i roditelja s druge strane, padaju maske, te se međusobno osnažujemo. A ja se pitam nije li upravo to bit ovoga posla? Pomoći nekome da sagleda i drugu stranu, da promijeni perspektivu, da prihvati i pusti i ono lijepo i ono manje lijepo što život nosi, osobito život obitelji u kojoj je i dijete, osoba s autizmom, ili nekom drugom teškoćom. Nije li moja zadaća biti tu prvenstveno za sebe kako bih mogla/o biti tu i za drugoga, kako bih mogla/o biti podrška? Moja želja, moj je zadatak upravo taj, putem kreativnih medija i ostalih srodnih tehnika, pružiti priliku roditeljima djece s teškoćama da zastanu, da udahnu, da se zapitaju gdje su u cijeloj toj priči oni, oni kao osobe, duše, njihove želje, potrebe, da se zajedno naučimo bolje slušati, kako bismo zajedno mogli biti podrška jedni drugima, djeci, obitelji, zajednici.

## 7. LITERATURA

1. Ajduković, M., Urbanc, K. (2011). *Kvalitativna analiza iskustava stručnih djelatnika kao doprinos evaluaciji procesa uvođenja novog modela rada u centre za socijalnu skrb*. Ljetopis socijalnog rada, 17 (3), 319-352
2. Blackledge, J.T., Hayes, S. (2006). *Using acceptance and commitment training in the support of parents of children diagnosed with autism*. Child and Family Behaviour Therapy. 28 (1), 1-18. University of Wollongong Australia.
3. Braun, V., Clark, V., (2013). *Successful qualitative research (a practical guide for beginners)*. Los Angeles: SAGE.
4. Breitenfeld, D., Majsec Vrbanić, V. (2011): *Muzikoterapija: pomozimo si glazbom*. Zagreb: Music play.
5. Britvić, D. (2010). *Obitelj i stres*. Medicina fluminensis, 46 (3), 267-272.
6. Bujas-Petković, Z., Frey-Škrinjar, J. (2010.). *Poremećaji autističnog spektra : značajke i edukacijsko-rehabilitacijska podrška*. Zagreb: Školska knjiga.
7. Cvitković, D., Žic Ralić, A., Wagner Jakab, A. (2013). *Vrijednosti, interakcija sa zajednicom i kvaliteta života obitelji djece s teškoćama u razvoju*. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja, 49, 10-22.
8. Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2006.). *Psihologija braka i obitelji*. Društvena istraživanja: časopis za društvena pitanja, Vol.16 No.6(92), Prosinac 2007.
9. Ivanović N., Barun I., Jovanović N. (2014.). *Pregled rada „Art terapija – teorijske postavke, razvoj i klinička primjena“*. Socijalna psihijatrija, Vol. 42 (2014) Br. 3, str. 190-19
10. Jellett, R. i sur., (2014). *Family functioning and behaviour problem sin children with Autism Spectrum Disorders: The mediating role of parent mental health*. Clinical Psychologist 19 (2015) 39-48.
11. Kalauz, R. (2017). *Kreativno ekspresivne tehnike i igra u socijalnopedagoškom radu*. Diplomski rad, Edukacijsko rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2017.
12. Klarin, M. (2006). *Razvoj djece u socijalnom kontekstu: roditelji, vršnjaci, učitelji – kontekst razvoja djeteta*. Jastrebarsko: Naklada Slap
13. Leutar, Z., Oršulić, V., (2014): *Povezanost socijalne podrške i nekih aspekata roditeljstva u obiteljima s djecom s teškoćama u razvoju*. Revija za socijalnu politiku, god. 22, br. 2, str. 153-176, Zagreb 2015.

14. Malchiodi, C. A. (2007): *Expressive therapies*. New York; London: The Guilford Press
15. Martinec R. (2013): *Dance Movement Therapy in the Concept of Expressive Arts therapy*. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja, Vol. 49 (Supl.):143-153
16. Martinec, R. (2015): *Praktikum iz kreativne terapije II, Skripta*. Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko rehabilitacijski fakultet, Odsjek za motoričke poremećaje, kronične bolesti i Art terapije. Zagreb, 2015.
17. Miholić, D. (2012): *Komplementarna kreativna i art terapija, te psihodinamika djeteta - roditelj u konceptu sofrologije i psihosocijalne onkologije*. Doktorski rad. Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, neobjavljeno – izvod
18. Miles, J.H. (2005). *Essential Versus Complex Autism: Definition of Fundamental Prognostic Subtypes*. American Journal of Medical Genetics 135 (2), 171-180
19. Milić-Babić, M., (2012): *Neke odrednice roditeljskog stresa u obiteljima djece s teškoćama*. Pravni fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Studijski centar socijalnog rada. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja 2012, Vol 48, br. 2, str. 66-75.
20. Orlić, V. (2014).: *Procjena kvalitete podrške i potreba roditelja djece s poremećajima iz autističnog spektra*. Diplomski rad, Edukacijsko rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2014.
21. Pregrad, J. (1996): *Stres, trauma, oporavak : udžbenik programa "Osnove psihosocijalne traume i oporavka"*. Zagreb: Društvo za psihološku pomoć.
22. Prstačić, M. (2003): *Ekstaza i geneza: znanost, umjetnost i kreativna terapija u psihosocijalnoj onkologiji i sofrologija*. Zagreb, Medicinska knjiga.
23. Rašan, I., Car, Ž., Ivšac-Pavliša, J., (2017): *Doživljaj samoga sebe i okoline kod roditelja djece urednog razvoja i roditelja djece s razvojnim teškoćama*. Znanstveni rad. Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2017. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja 2017, Vol. 53, br. 2, str. 72-87.
24. Tkalac Verčić, A., Sinčić Ćorić, D., Pološki Vokić, N. (2011). *Priručnik za metodologiju istraživačkog rada - kako osmisliti, provesti i opisati znanstveno i stručno istraživanje*. Zagreb: M.E.P.
25. Wewers, M. E., Lowe, N. K. (1990): A critical review of visual analogue scales in the measurement of clinical phenomena. *Research in Nursing & Health*, Vol.13: 227-236

## 8. PRILOZI

### 8.1. Prilog 1: Poziv roditeljima

#### POZIV RODITELJIMA

U Zagrebu, ožujak 2017.

Poštovani roditelji,

Pozivamo Vas na **kreativne radionice u Udruzi „Točkica“** koje će u suradnji s djelatnicima Udruge provesti studentica 2.godine diplomskog studija na Edukacijsko-rehabilitacijskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu, Matea Đaković. Provedba kreativnih radionica za roditelje djece s poremećajem iz spektra autizma dio je Mateinog diplomskoga rada, pod mentorstvom doc. dr. sc. Damira Miholića (Odsjek za motoričke poremećaje, kronične bolesti i art terapije istoga Fakulteta).

Predviđeno je održavanje ciklusa od 5 kreativnih radionica, a njihov je cilj kreativno druženje, razmjena iskustava i izražavanje roditelja kroz različite kreativne tehnike. Za sudjelovanje, nije potrebno nikakvo predznanje ili vještina u području umjetničkog izražavanja. Također, jedan od ciljeva ovog diplomskoga rada jest evaluacija ove vrste programa kao moguće potpore roditeljima djece s poremećajem iz spektra autizma.

Sva imena, kao i drugi podaci i materijali koji će biti dobiveni ovim istraživanjem (upitnik i nekoliko fotografija kao ilustracija aktivnosti tijekom radionica) biti će strogo zaštićeni, a samo istraživanje biti će provedeno u skladu s etičkim kodeksom struke i etičkim kodeksom znanstvenog istraživanja.

Vaše je iskustvo od izuzetne važnosti za provođenje ovoga istraživanja, te Vas molimo da se odazovete na ovaj Poziv i sudjelujete u provedbi ovih kreativnih radionica.

Unaprijed zahvaljujemo,

**Matea Đaković**  
studentica ERF-a

**Doc.dr.sc. Damir Miholić**  
mentor

8.2. *Prilog 3: Fotografije*







### 8.3. Prilog 4: Kvalitativna analiza pitanja fokus grupe

U sljedećoj se tablici radi o tijeku kvalitativne analize za pitanja fokus grupe.

1. Kako biste vi opisali svoje iskustvo sudjelovanja na ovim radionicama? Što vam se svidjelo? Što vam se nije svidjelo?			
<b>Izjave sudionika</b>	<b>Kod prvoga reda</b>	<b>Kod drugoga reda</b>	<b>Tema</b>

<p>„(...)očekivala sam neka predavanja,ali više smo se igrali. Pa je to bilo baš zabavno jer nikada nisam sudjelovala u tako nečemu. <b>Malo je bio problem opustiti se, ali zanimljivo je baš, nešto drugačije, nešto novo, i malo se odmaknuti od svakodnevnice.“</b></p> <p>„Ja bih isto izrazila zadovoljstvo što sam imala prilike sudjelovati u ovih 5 radionica. <b>Isto sam nekako drukčije zamišljala to, ali baš mi se to свидjelo, što je bilo nešto najdrugačije od svega što sam ja dosada doživjela.</b> Stvarno je bila jedna ugodna, ležerna atmosfera. I rekla bi, da me je naša voditeljica Matea iznenadila, kako je ona ipak jedna mlada osoba, a opet je <b>hrabra što se odlučila tako s nama imati ove radionice i što je ona to u jednom ležernom duhu sve to kreativno odradila i što je bila je dosta i empatična</b> jer mi smo dosta znale unijeti neke svoje situacije iz života, ali ona <b>je dosta vješta u komunikaciji</b> pa bi nas opet vratila na onaj dio što je ona „morala“ odraditi (smijeh). Evo, stvarno sam zadovoljna.“</p> <p>„<b>Ja sam u početku bila malo skeptična i uplašena.</b> Nisam znala o čemu će se raditi, a većinom volim sve unaprijed znati. Kad sam se ovdje pojavila, kao roditelj djece s poteškoćama, odmah sam pomislila da će biti nešto u vezi toga. I bila sam u grču stalno i uvijek sam malo kasnila na radionice, <b>ali sam odlazila nasmiješena i puna elana i onda sam stizala sve ono što sam mislila da ne mogu stići tijekom cijelog dana. Zato što sam imala malo vremena i odvojiti za sebe.</b> I to me potaknulo na to da se tu i</p>	<p>Sudionice su na početku bile uplašene i skeptične, bilo im je teško opustiti se i očekivale su neka predavanja o autizmu, pa su ih iznenadile kreativne radionice.</p> <p>Radionice su se sudionicama свидjele jer su drukčije od ostalih radionica koje su im bile pružene i jer su na neki način odmak od svakodnevnice.</p> <p>Sudionice navode kako s radionica odlaze nasmiješene, pozitivnih emocija i da lakše obavljaju ostale obveze taj dan.</p> <p>Sudionica navodi karakteristike i kvalitete voditeljice.</p> <p>Sudionica navodi da treba što više ovakvih kreativnih radionica za roditelje.</p>	<p><b>Iznenadjenost kreativnošću jer se očekivalo teorijsko predavanje</b></p> <p><b>Radionice nude odmak od svakodnevnice što ih čini drugačijima</b></p> <p><b>Radionice potiču smijeh, pozitivne emocije i olakšavaju izvršenje drugih aktivnosti</b></p> <p><b>Komunikacijske vještine, kreativnost, opuštenost i empatija kao kvalitete</b></p>	<p>Osobni doživljaj radionica</p> <p>Kvalitete voditelja radionica</p> <p>Potreba za kreativnim radionicama u sustavu potpore za roditelje</p>
--	--	--	--

<p>nasmijem, da se obradujem, da glumim čak i ako ne znam glumiti i bilo mi je super. Jedno iskustvo jako dobro.“</p> <p>„Za mene je ovo bilo jedno predivno druženje. Ponovno sam se igrala, ponovno sam crtala, jedan dan sam bila i Avatar, to mi je vau! (...)ali da bi mi bili našoj djeci dobri, ovakvih stvari treba i ovo je pohvalno i ovo je nešto super i ovo je nešto što ćemo pamtiti.“</p>			
<p>2. Ima li nešto što biste možda željeli da je bilo drukčije ili da u budućnosti eventualno bude drukčije, vezano za radionice?</p>			
<p>„Drukčije jedno da bude češće.“</p> <p>„ U biti je super, stalno smo u tim svojim problemima, i onda se makneš u totalno nešto drugo s čim inače nemam veze. Nekako me obogatilo, da bolje funkcioniram u ovim svojim svakodnevnim stvarima. Valjda mi treba više tog nekog odmaka od ove naše</p>	<p>Sudionica navodi potrebu za dužim periodom održavanja radionica.</p> <p>Sudionice navode potrebu za odmakom od svakodnevnice i doprinos radionica na njihovo funkcioniranje u svakodnevnim situacijama.</p>	<p>Potreba za češćim održavanjem radionica</p> <p>Doprinos boljem funkcioniranju u svakodnevnim obavezama i odmaku od vlastitih problema</p>	<p>Preporuke za održavanje radionica</p> <p>Doprinos kreativnih radionica na funkcioniranje u svakodnevnim situacijama.</p>

<p>svakodnevnice, da onda možeš bolje funkcionirati u njoj. „</p> <p>„(...) ali ja sam željela maknuti se od toga, od svakodnevnice i bilo nam je super.“</p> <p>„ Meni je isto ovo kao neka art terapija bilo jako lijepo, <b>jedino bi voljela sudjelovati još u nekim oblicima terapija te vrste</b>, dal' bi to bila biblioterapija, terapija plesom, pokretom, nebitno.. Mislim da su dobre, za nekakvi osobni rast, razvoj, za zabavu, igru, druženje, upoznavanje i sve ostalo. „</p>			
<p>3. Jeste li primijetile neke promjene u vašem svakodnevnom životu? U odnosu sa djetetom, okolinom, obitelji? Npr. nešto što smo možda proradili na radionici, otvorili neku temu, pa da ste se u nekom trenutku sjetili toga kasnije, u nekoj situaciji kod kuće s djetetom, obitelji ili sl. i onda to primijenili, možda reagirali na neki drukčiji način, a ne uobičajeni?</p>			
<p>„Da. (...) baš eto kao da su mi se nekako kockice posložile. Sve ono što sam i prije mislila, <b>kroz taj likovni rad, izražaj kao da sam doprinijela do tog svog unutarnjeg svijeta i jasnije vidjela što ja zapravo želim od života</b>. Samo ne znam hoću li još imati hrabrosti nekako prijeći to u realizaciju(...) <b>vidim da sam se ja nekako opustila i da malo više sada shvaćam život kao nekakvu igru i prihvaćam ako već ne mogu neke stvari promijeniti</b>, mogu se makar malo zabaviti, malo biti opuštena i evo, i raditi na sebi. Jer <b>ako radim na sebi, izgrađujem sebe onda to dobro i pozitivno utječe i i na moje dijete</b>. I zato sam otvorena za ovakva iskustva, za ovakve radionice i mislim da je to ta promjena.“</p>	<p>Sudionica navodi utjecaj kreativnog izražavanja na istraživanje i rad na sebi, a samim time onda i odnos s djetetom.</p> <p>Sudionica navodi utjecaj kreativnog izražavanja na promjenu percepcije pogleda na život kroz <b>opuštenost i prihvaćanje u životu</b></p>	<p><b>Istraživanje svojih potreba i osvještavanje osobnih želja</b></p> <p><b>Percepcija života kroz opuštenost i prihvaćanje</b></p>	<p>Doprinos radionica osobnom razvoju</p> <p>Doprinos kreativnih radionica na poimanje života.</p>

<p>„Ja inače volim igru, a ovo je nešto što mi je pokazalo da to i nije tako čudno što se volim igrati. Da je to dobro, da to opušta. Kod kuće uvijek kada dođem pričam svojim što je bilo, što smo radili, kako ovo kako je ono. <b>Baš jedno predivno iskustvo</b>(...) kćer moram često probuditi da stignemo sve, ali mi to ne izaziva stres što mi inače izaziva kada moramo ići negdje(...) <b>ne ovo je baš opušteno</b>..došao je petak evo idemo i nema onog grča da ja sada moram nešto promijeniti da bi negdje otišla gdje mi se u stvari ne ide...<b>znači mijenjam nešto da bih otišla negdje gdje mi se ide!!</b>“</p> <p>„<b>Da, vidjela sam promjene tako što sam opuštenija, smirenija odlazim oдавде</b>,imam to vrijeme dok su cure u vrtiću, ja sam ovdje na radionici, i onda odmah iza radionice kupim djecu u vrtić i kad dođem kući <b>nisam više ona stara da odmah vičem</b>: „Izuvaj cipele, skidaj brže ovo ono...“ već sam ja smirenija, a onda ja njih pustim i one već same znaju šta trebaju, a prije sam bila užurbana: „Brže,brže,brže! Skidaj.“ <b>vidi se to da sam ja drugačija, da sam opuštenija nakon ovih radionica</b>.,,</p> <p>„...<b>sada planiram kako bi trebala uzeti sat-dva tjedno i da se maknem od kuće negdje, da se neće ništa strašno dogoditi. (...)</b> Ali da bi i njima bilo bolje <b>vjerojatno</b>. Mislim, mene muž nagovara na to već godinama (smijeh), ali ja nikako da se pokrenem.“</p>	<p>Sudionica navodi kako su joj kreativne radionice bile jedno predivno i opuštajuće iskustvo.</p> <p>Sudionica navodi kako su joj radionice pomogle da se s lakoćom organizira i spontanije mijenja neke rutine ukoliko je to potrebno bez dodatnog stresa.</p> <p>Sudionica navodi da je nakon radionica vidno smirenija i opuštenija i da su radionice pozitivno utjecale na njezino ponašanje, a samim time i na ponašanje djece.</p> <p>Sudionica navodi kako su je radionice potaknule na to da potraži neku aktivnost kojoj bi se posvetila barem jednom tjedno.</p> <p>Sudionica navodi kako rad na sebi i dati si dozvolu za uzeti vrijeme za sebe ne utječe samo</p>	<p>Kreativne radionice kao potpora roditeljima omogućuju lakšu prilagodbu na situacije koje izlaze iz rutine.</p> <p>Kreativne radionice pozitivno utječu na smanjenje stresa kod roditelja.</p> <p>Kreativne radionice pozitivno utječu na odnos roditelja i djeteta.</p> <p>Potreba za aktivnostima kojima bi se roditelji odmaknuli od svakodnevnice</p>	<p>Osobni doživljaj radionica.</p> <p>Doprinos radionica osobnom razvoju</p> <p>Doprinos radionica osobnom razvoju</p> <p>Doprinos radionica obiteljskim odnosima</p> <p>Prepoznate potreba roditelja</p>
---	--	---	---

<p>„Mi smo kao uvijek svi užurbani, nekako...(AN:Da, kao nemam vremena..) nekako bi se voljeli i na kavi sastati, ali mi ne možemo dogovoriti se ni za kavu jer smo svi užurbani, <b>a sad evo vidimo da možemo odvojiti vrijeme, i ujutro!</b>, što smo mislili da to ne možemo napraviti dok su oni naprimjer u vrtiću...“</p> <p>„Paa ništa, <b>tražit' ćemo još radionica!</b> (smijeh). Uhodali smo se sada, <b>tražit ćemo poticaj od Europske unije za radionice.</b>“</p>	<p>pozitivno na nju već i na odnos sa obitelji i djetetom.</p> <p>Sudionice navode kako su im kreativne radionice osvijestile to da mogu odvojiti i naći vrijeme i za sebe.</p> <p>Sudionice ističu potrebu za još ovakvih kreativnih radionica.</p>	<p>Kreativne radionice pozitivno utječu na odnos roditelja i djeteta i obiteljske kohezije općenito.</p> <p>Potreba za aktivnostima koje bi bile usmjerene na roditelje i za koje bi oni s lakoćom pronašli vrijeme za to činiti.</p> <p>Potreba za kreativnim radionicama za roditelje.</p>	<p>Doprinos radionica obiteljskim odnosima</p> <p>Prepoznate potrebe roditelja</p> <p>&lt;prepoznate potrebe roditelja</p>
<p>4. Mislite li onda da treba više ovakvih radionica za roditelje?</p>			
<p>„Da,da! U potpunosti se slažemo! (...) <b>ono možda što sami ne bi, kada ti ovako netko dođe i organizira, onda vidiš da, da je okej,da možeš.</b>“</p> <p>„ Nemaš ni ideju nekada, zato što ti je <b>cijeli život usmjeren na to kako raditi s djetetom, što raditi, gdje ići, kud ga odvesti, dal' je ovo dobro ovako? A to je abnormalan pritisak,</b> (...) Ustvari ti u ovom svemu sudjeluješ i „potrošiš“ sat-dva i opet si napravio sve što bi napravio i da si tih sat-dva bio kod kuće. Znači nigdje ništa ne fali, <b>jednostavno ste nas naučili da možemo, koliko možeš, ne mora to sada biti svaki dan 5 sati,ali da jednom tjedno si možeš priuštiti nekakvo vrijeme za sebe i za nekakvo druženje.</b> Jednostavno ste nas to, mene ste to naučili.“</p>	<p>Sudionica navodi da je važno organizirati aktivnosti i potaknuti roditelje na kreativno izražavanje.</p> <p>Sudionica navodi kako je veliki pritisak na roditelje oko toga što, kako i na koji način treba raditi.</p> <p>Sudionica navodi kako su je kreativne radionice naučile da može uzeti 1-2 sata tjedno za sebe, za druženje.</p>	<p>Potreba za organiziranim radionicama kreativnog izražavanja za roditelje.</p> <p>Kreativne radionice kao podrška i prilika za mijenjanje životnih navika, te prilika za osobni rast i razvoj roditelja.</p> <p>Kreativne radionice kao podrška i prilika za mijenjanje životnih navika.</p>	<p>Prepoznate potrebe roditelja</p> <p>Pritisak i očekivanja od okoline na roditelje.</p> <p>Doprinos radionica osobnom razvoju</p> <p>Doprinos radionica osobnom razvoju</p>

<p>„Ja ponekad <b>svoj život doživljam kao u avionu, kao turbulenciju. Stalno strah, i bojim se i pun je avion, a sad vidim da možemo izaći iz aviona i biti malo smireniji..</b>stvarno opuštena atmosfera i odgovara mi to sve.“</p>	<p>Sudionica navodi kako svoj život doživljava kao veliku turbulenciju, a da su joj radionice pomogle da si osvijesti da uvijek može izaći iz toga i smiriti se i sagledati situaciju drukčijim očima.</p>		
<p>5. Što vi mislite zašto su se radionice na kraju svele na svega nas nekoliko? Što mislite iz kojeg razloga se ostali roditelji nisu pojavili?</p>			
<p>„... Ja to ne mogu razumijeti..odnosno mislim da je to jednim dijelom i stvar mentaliteta, zato što ljudi smatraju da jedno što je korisno da te sada netko negdje posjedne i kaže: „Ti sada trebaš uzeti 5 sličica i pokazati svome djetetu i pokazivati.“ ili ti trebaš ovo, trebaš ono..smatraju da je to jedino što je korisno, smatraju da, baš što sam rekla, da nije normalno da se odrasli ljudi igraju, da nije normalno da odrasli ljudi crtaju, da nije normalno da odrasli ljudi glume(...) mislim da je to dio i mentalitea ljudi zato što nas vjerojatno od malih nogu uče kad je koje vrijeme za što, i da je to preduboko usađeno u nas i da <b>jednostavno ljudi nisu spremni u nekom trenutku dati priliku nečem novom što je jako žalosno i tužno i već kada ti se pruža prilika, ne pokušati...</b> Mislim ne mora ništa svima u životu pasati, <b>ali ja smatram da je sve vrijedno pokušaja pa ne može ti donijeti ništa loše.</b>“</p> <p>„Ako ništa drugo <b>povezat ćeš se da drugim ljudima,</b> a to je u biti najbolje kroz ovako neke aktivnosti. (...) <b>To mi je tako žao jer mislim da ljudi puno propuštaju..</b>“</p>	<p>Sudionica navodi kako su roditelji preplavljeni hrpom informacija i nečega što „moraju“ činiti te da je to jedino što ih zanima.</p> <p>Sudionica navodi kako je ljudima teško pružiti priliku za istraživanje nečega novoga, osobito roditeljima djece s teškoćama.</p> <p>Sudionica navodi kako je važno pokušati i isprobati neke nove oblike podrške koje ti se nude.</p> <p>Sudionica navodi kako su kreativne radionice dobar oblik međusobnog povezivanja i upoznavanja, te da joj je</p>	<p>Kreativne radionice kao oblik podrške koji osnažuje i međusobno povezuje roditelje.</p>	<p>Potreba za informiranjem roditelja o drukčijim oblicima pružanja podrške.</p> <p>Potreba za informiranjem roditelja o drukčijim oblicima pružanja podrške.</p> <p>Pokazne kreativne radionice za roditelje.</p> <p>Doprinos radionica osobnom razvoju</p>

<p>„Ali onda i u tome premalo svega, ti se pruži šansa i onda se ne odazoveš. Ja ne znam, <b>ne znam što roditelji smatraju da je njima potrebno kao nešto, kao neka podrška, poticaj...</b> Ja ne želim ovdje doći i plakati i jaukati kako mi je teško, to mogu sama kod kuće, imam muža, imam sestru ili ne znam nekoga. Ali ovo, <b>ovo je nešto gdje možeš čuti, vidjeti da nisi jedini, gdje ti je super, gdje se družiš, maknu ti se misli od toga.</b> Mislim meni se dešava da zaboravim da je moje dijete u vrtiću, zaboravim da sada moram napraviti ručak kada dođem kući ili nešto. <b>Mislim to je super! Meni je to ono, vauu.“</b></p> <p>„(...)savjet jedne osobe, konkretno moje svekrve kad sam rodila prvo dijete, je bio: „<b>Ti sad više ne postojiš. Tvoje vrijeme ne postoji. Ti si sada na zadnjem mjestu, sad moraš ono...</b>“ otprilike to su bile te riječi (...) jer ona smatra da se jedna majka treba samo podrediti kućanskim obavezama, djeci... Međutim, ja to ne smatram! Ja se uvijek nastojim okružiti ljudima koji razmišljaju pozitivno (...) oni su kao dovoljno kompetentni, dovoljno su stabilni i onda im je to zapravo kao nekakav mali poraz da oni idu negdje na nekakvo savjetovanje, i sad njima netko tamo nešto drži i tko je ne znam, 20 godina mlađi od njih... ali mislim da to jednostavno svatko treba te prepreke i barijere razbiti u sebi. Meni je drago da sam ja sudjelovala, ne mogu govoriti u tuđe ime.“</p>	<p>žao što mnogi propuštaju priliku za to.</p> <p>Sudionica navodi da joj nije jasno što roditelji smatraju, odnosno što im je potrebno kao oblik podrške.</p> <p>Sudionica ističe kako su kreativne radionice mjesto gdje se mogu maknuti od svih trenutnih problema i briga.</p> <p>Sudionica navodi kako je okolina demotivirajuća kada je u pitanju rad na sebi i briga o vlastitim željama i potrebama.</p>		<p>Potreba za informiranjem o tome što je potrebno roditeljima kao oblik podrške.</p> <p>Informiranje roditelja o dobitima kreativnih radionica.</p> <p>Potreba za informiranjem javnosti o važnosti brige za sebe, osobito kod roditelja djece s teškoćama</p>
<p>6. Mislite li da bi se i ove kreativne radionice mogle smatrati jednom vrstom i potpore i podrške za roditelje, iako je na neki način drukčije?</p>			



<p>„Da, da! Baš zato što je drukčije!“</p> <p>„To nam je bio i jedan ispušni ventil.(...) i ovdje smo došli da se družimo, da na neki drugačiji način razmišljamo i bila nam je odmah opuštenija atmosfera..“</p>	<p>Sudionice navode kako su im se kreativne radionice svidjele baš iz tog razloga što nisu kao ostale radionice koje su organizirane za roditelje.</p>		<p>Kreativne radionice kao oblik potpore roditeljima djece s teškoćama</p>
<p>7. I za kraj, želite li još nešto podijeliti vezano za radionice?</p>			
<p>„ Želimo još ovakvih radionica. Onda kada su mi rekli da će se otvoriti ova udruga gdje se mi sada nalazimo, bila sam toliko sretna, ja vama ne mogu objasniti. Zato što u gradu Brodu, gdje god sam prije dolazila i pitala za nešto, da bih još potaknula djecu da napreduju, <b>gdjegd se pojavim oni mene gledaju u čudu, nema toga u Brodu, što vam je nije ovo Zagreb Zagreb.</b>“</p> <p>„ Pa da..zapravo nisi svjestan koliko ti nešto takvo, drukčije, novo, „pomaknuto“, što možda ne bi probao, koliko ti paše.“</p> <p>„Sve ovakve stvari koje se događaju u našem gradu mislim da su dobre općenito za ovaj grad, općenito za ove ljude. <b>Prvo za nas, meni je ovo savršeno, ja bi sudjelovala idućih sto godina bi dolazila ovdje. Općenito mislim da se nekakve stvari moraju mijenjati u ovim sredinama,</b> koje su tako malo sa strane, i u kojima je nekako drugačiji mentalitet, (...) <b>ali da bi išlo i tim malim koracima, mora se događati</b> pa nema veze, sad je bilo nas 4,5,6, pa možda na nekom drugom..svaki put da dođe pojoš</p>	<p>Sudionica zajedno s ostalim sudionicama izražava želju i potrebu za kreativnim radionicama.</p> <p>Sudionica navodi kako je izrazito vrijedno što se ovakve stvari događaju u manjim sredinama jer u njima toliko toga nedostaje.</p> <p>Sudionica ističe „drukčijost“ kreativnih radionica i kako je njoj to zapravo izrazito odgovaralo.</p> <p>Sudionica navodi kako je važno da se ovakve stvari događaju u malim sredinama, te navodi kako je to na nju utjecalo, te da bi bez razmišljanja nastavila s ovakvim radom.</p>		<p>Izražena potreba za kreativnim radionicama za roditelje</p> <p>Pružanje podrške putem kreativnih radionica u manjim sredinama.</p> <p>Drugačiji oblici pružanja podrške i potpore roditeljima.</p> <p>Širenje svijesti o važnosti i koristi kreativnih medija u manjim sredinama.</p>

<p>jedna osoba je uspjeh, uspjeh i treba o tome pričati i treba to poticati, i treba se time baviti, jel' to su možda male stvari koje čine čuda...znači ovih sat i pol vremena koje tu provedemo te toliko promijeni, tol'ko ti otvori nešto, toliko ti daje nekakve snage i toliko te natjera da veselo organiziraš dan organizirano, mislim raduješ se i tome petku i tome svemu.“</p>	<p>Kreativne radionice su na neki način imale i terapijski utjecaj na jednu od sudionica, navodi kako su se pojavile pozitivne emocije, a o onim negativnim se razgovaralo i dijelilo u grupi i samim time odmah im je postalo lakše.</p>	<p>Terapijski učinak radionica, poticanje pozitivnih emocija i dijeljenje iskustava u grupi</p>	<p>Pozitivni učinci kreativnih radionica</p>
<p>„(...)meni su ove radionice nekako imale terapijski učinak, na mene i moj život. Posebno kad smo morali likovno izraziti svoje sigurno mjesto. Baš sam primijetila da je to tako nekako pozitivne emocije u svima nama pobudilo, isto tako kad smo trebali izraziti likovno strah; isto je bilo dosta i bolnih prisjećanja i suočavanja, i možda nismo riješili taj problem, ali smo verbalizirajući svatko o svom problemu primijetili da imamo nekakve slične situacije i odmah nam je nekako bilo i malo lakše. I poželjela bih Matei u njenom radu sve najbolje (..) ona je nama puno pomogla. I rekla bi evo jednu izreku da svako putovanje od tisuću kilometara počinje jednim malim korakom, a mislim da su ove radionice bile jedan važan korak za nas.“</p>	<p>Sudionica navodi kako je ovo bio jedan mali, ali važan korak na njihovom putovanju.</p>	<p>Radionice kao podrška grupe i međusobno povezivanje</p>	<p>Važnost i značajnost održavanja ovakvih radionica u manjim sredinama.</p>
<p>„(...)ali mi mislimo jedna na drugu. Evo mene imoju djecu je Vedrana prošli tjedan spasila od mećave. To je meni drago od ovih naših radionica, to povezivanje, briga jedni za druge, da mi bolje razumijemo sebe i bolje razumijemo i druge.“</p>	<p>Sudionica navodi kako joj je važna bila podrška grupe i kako su se međusobno povezale i kako joj je to jako drago.</p>	<p>Radionice kao podrška grupe i međusobno povezivanje</p>	<p>Osobni doživljaj i dobiti radionica</p>

<p>„(...) mi jedna drugu poznajemo bolje nego što nas poznaju možda naši bližnji, <b>zato što smo iznijeli sve one naše poteškoće i sve svoje probleme jedna pred drugom, a mi većinom to držimo u sebi</b> i sad se mi znamo i našaliti na svoj račun jedna drugoj(...)“</p>	<p>Sudionica navodi kako su se one međusobno unutar grupe bolje upoznale jer su se izložile na van sa svim svojim i dobrim i pozitivnim situacijama, ali i poteškoćama i problemima.</p>	<p>Potreba roditelja za dijeljenjem i povezivanjem s drugim roditeljima.</p>	<p>Osobni doživljaj i dobiti radionica</p>
---	--	--	--