

# Művészetterápia Grúzia posztháborús térségében

■ Grúzia (Georgia) egy csodálatos ország, gyönyörű és változatos tájakkal, gazdag kultúrával, vendégszerető emberekkel. A Kaukázus térsége azonban hosszú ideje konfliktusok sújtotta terület. A 2008-ban lezajlott orosz-grúz háború is mély sebeket ejtett, nehezen tudják feldolgozni a történeteket, akik átélték. Gori városa volt a hét évvel ezelőtti események egyik gócpontja. A településtől húsz kilométerre húzódik Dél-Oszétia adminisztratív határvonala, és a szakadár terület miatt máig sok nehézséggel kell szembenéznük az itt élőknek. Az Európai Önkéntes Szolgálat (European Voluntary Service, EVS) önkénteseként 2013-ban kezdtem meg a városban egy évig tartó szolgáltatást, amelynek keretében kézműves- és kreativitást

fejlesztő foglalkozásokat tartottam rehabilitációs céllal, valamint kulturális programokat szerveztem gyerekeknek, fiataloknak a Bridge of Friendship „Kartlosi” és a nyíregyházi Human-Net Alapítvány együttműködésével.

Miért van szükség művészetterápiára egy olyan térségben, ahol a közelmúltban még háború dúlt?

A művészetnek mint terápiának számos jótékony hatása van. Az alkotói tevékenység révén lehetőségünk van az önkifejezésre, vizuálisan megjeleníthetjük szavakba nehezen önthető érzéseinket, gondolatainkat és az alkotások segítségével tudatosíthatjuk azokat. Az alkotói folyamat segít megküzdenni a lelki problémákkal, oldja a felgyülemlett feszültséget és belső egyen-



**Művészetterápiás  
kézműves-foglalkozás  
Goriban, 2014-ben /  
Crafts activity. Art  
therapy in Gori, 2014**

súlyt teremt. Az alkotás örömén túl fejlesztheti a személyiséget, a kreativitást és a kez ügyességet is. A szervezetnek korábban nem voltak ilyen jellegű tevékenységei, így az éves programot az alapoktól kellett felépítenem. A lehetőségekhez mérten úgy próbáltam változatos foglalkozásokat összeállítani, hogy azok a gyerekek számára érdekesek legyenek, a képességeikhez igazodjanak, és ne legyenek túl nehezek, de kellő kihívást is jelentsenek számukra.

A foglalkozások egy része a festészetre épült. A festés terápiás eszközként rendkívül eredményes: a résztvevők könnyebben tudják kifejezni magukat, ha a formákon túl színekkel is dolgozhatnak. A cél elsősorban a tudatalatti tartalmak felszínre emelése, az emóciók kifejezése és vizuális megjelenítése, majd feldolgozása volt, nem pedig művészi színvonalú képek létrehozása. A kurzusok különböző témákra épültek, többek között a „ki vagyok én” vagy „mit jelent számomra grúznak lenni” kérdésére kellett képi választ adniuk a fiataloknak. Általában húsz-harminc perc állt rendelkezésükre a képek elkészítésére. A rövid idő biztosításával az volt a célom, hogy a festményeket inkább intuitív és spontán módon alkossák meg, ne tudatos folyamat eredményei legyenek, így érzelmeik sokkal könnyebben és kendőzetlenül manifesztálódhattak. A képek elkészítése után közösen beszéltük meg az alkotásokat. Minden résztvevő kifejthette, hogy mit miért festett a képre. Az alkotásoknak voltak olyan elemei, amiket először nem tudtak megmagyarázni, azonban a megbeszélések során fokozatosan ezek is tudatosultak. Terapeutaként kérdéseket tettem fel a



**Az „így éltem meg a háborút” művészetterápiás foglalkozáson készült festett kép (17 éves lány munkája) / Picture painted by a 17-year-old girl at the art therapy crafts activity 'The War As I Saw it' [Gori, 2014]**

munkákkal kapcsolatban, de kérdezhetek a gyerekek is. A módszer nagyon hasznosnak bizonyult, így ugyanis az alkotásokat és egymást is könnyebben megértették a résztvevők.

Kiemelném az „így éltem meg a háborút” témájú foglalkozást, ugyanis a 2008-as konfliktus döntően befolyásolta a gyerekek életét. Az átélteket absztrakt formában kellett ábrázolniuk. A hangsúly nem a konkrét háborús eseményeken volt, az alkotótevékenység során felidéztek a háború ideje alatt bennük kavargó érzelmeket. Az alkotásokból egyértelműen kiderült, hogy a fegyveres konfliktus nagyon mély nyomott hagyott bennük. Még évekkel később sem érezték magukat biztonságban, rettegtek, hogy a háború bármikor újra kirobbanhat.

Egy 16 éves fiú alkotása rendkívül expresszív, látható rajta, hogy még hosszú idő elteltével is hatással van rá a mély trauma, amelyet átélt. A kép egyik fontos eleme egy síró gyerek arca, amely valójában önarckép. A tűz pedig a pusztítást szimbolizálja a képen. A fiú elmondta, hogy az ő házukat szerencsére nem érte bombatalálat, de a szomszédé lángokban állt. Megfigyelhetjük, hogy bár megjelenítette a Napot is, azonban barna színnel festette meg, ugyanis a napsütéses nyár ellenére sötétnek látta a világot, és olyanok, ahol káosz uralkodik. Egy 17 éves lány alkotásán a sötét felhők a háború viharát jelképezik, vércseppek hullanak belőlük, ezzel utalva a halált hozó bombákra. A hegyek között pedig patakban folyik az áldozatok vére. A Nap ezen a képen már a remény jeleként tűnik fel.

**← Az „így éltem meg a háborút” művészetterápiás foglalkozáson készült festett kép (16 éves fiú munkája) / Picture painted by a 16-year-old boy at the art therapy crafts activity 'The War As I Saw it' [Gori, 2014]**

**Művészetterápiás  
kézműves-foglalkozáson  
készült dekorációs  
munka / Decoration  
work made at an art  
therapy crafts activity  
[Gori, 2014]**



Természetesen nem csak a negatív élményeiket öntötték képekbe a foglalkozásokon részt vevők. Az egyik zenés festés alkalmával Johann Sebastian Bach *Levegő* című műve inspirálta őket alkotásra. Érdekes, hogy több fiatal is saját magára vonatkoztatta a zene-művet. A zene a pusztán „illusztráción” túl személyiségük komplex voltát jelentette számukra absztrakt formában. Más alkalmakon vágóikat, ambícióikat vetették papírra. A rajzolásnál, festésen kívül origamikákat is készítettek az egészen egyszerű formáktól a bonyolultakig, különböző kreatív, plasztikai és konstrukciós feladatokban vettek részt, és újrahasznosított anyagok felhasználásával ékszereket, funkcionális tárgyakat is alkottak.

→ A művészeti foglalkozások egy részét a „Kartlosi” szervezetnél tartottam meg, valamint egy értelmi és testi fogyatékos gyerekek rehabilitációjával foglalkozó intézmény munkáját is segítettem. Elsődleges célom az volt, hogy a fiatalok, ha rövid időre is, de kiszakadjanak a mindennapok egyhangúságából, a művészeti foglalkozások kellemes élményt nyújtsanak számukra.

**Művészetterápiás  
kézműves-foglalkozás  
Goriban, 2014-ben /  
Crafts activity.  
Art therapy in Gori,  
2014**

Zenére festettek, egyszerű origamikákat, dekorációkat készítettek, de sógyurmával szobrászkodtak is. Ez a foglalkozás kifejezetten nagy örömmel töltötte el őket, az anyaggal való közvetlen fizikai kontaktus ugyanis rendkívüli élményt jelentett nekik. A kézzel való festéssel és a lenyomatok készítésével is új tapasztalatokat szereztek. Az utolsó alkalmak egyikén a „Kartlosi” alapítvány fiataljai tartottak foglalkozást, és segítettek a fogyatékkal élő gyerekek munkáját. A közös tevékenység erősítette bennük egymás elfogadását, valamint az aktív társadalmi szerepvállalásra hívta fel a figyelmet.

A fiatalok nyitottabbak, felszabadultabbak lettek az együtt töltött idő végére, már nem féltek kifejezni érzéseiket és élményeiket, önbecsülésük is megerősödött. Néhány alkalom után sokkal kreatívabb módon oldották meg a feladatokat, elvontabban gondolkodtak, mindezekon kívül magabiztosabban kezelték az eszközöket és az anyagokat is. A gyerekek oadaó lelkesedéssel vettek részt a foglalkozásokon.

Nagy megtiszteltetés volt számomra, hogy önkéntesként segíthettem a fiatalokat a rehabilitációs folyamatban, sokat tanultam tőlük, önmagam is jobban megismerhettem, és közben felfedezhettem egy másik ország kultúráját.

**SZABÓ PÉTER**  
*üvegművész*

**A fotókat a szerző és a „Kartlosi” szervezet tagjai készítették.**

