

Emocionalna strana darovitosti - iz ugla art-terapije

U idealnim okolnostima darovitost se može činiti zavidnom osobinom imajući na umu imponantnu stranu darovitosti koja obuhvaća visoku kreativnost, specifične sposobnosti, intrinzičnu motivaciju, visok stupanj inteligencije, brži napredak. Međutim, daroviti su i iznimno samokritični i kritični, visokih očekivanja, perfekcionista, visoko postavljaju svoje ciljeve, emocionalno su izrazito osjetljivi, intuitivni, empatični.

Kao perfekcionista teže savršenstvu, no a ako stvari nisu onako kako su zamislili ne znaju se nositi s time te se mogu osjećati frustrirani, anksiozni i nezadovoljni. Negativne emocije i zabrinutost mogu vrlo duboko i ozbiljno proživljavati. Teško se nose sa osjećajima neprihvatanja, odbačenosti, etiketiranja, izolacije bilo koje vrste što nerijetko rezultira povlačenjem u sebe, anksioznošću, depresijom, ili agresivnošću i nepoštivanjem autoriteta.

Ovisno o uvjetima u kojima djeca odrastaju njihove osobine mogu biti velika prednost ali i izrazito sputavajuća okolnost. Kako bi se sve te osobine razvile u konstruktivnom smjeru izrazito je bitna poticajna i podržavajuća obiteljska atmosfera, realna očekivanja i podrška roditelja, razumijevanje djetetovih osjećaja i potreba.

Osim toga ispunjenje svih potencijala uvelike ovisi i o ključnim osobinama ličnosti djeteta i o njihovoj sposobnosti nošenja s emocijama. Ukoliko se ne znaju adekvatno nositi s emocijama ili nemaju dobru sliku o sebi, ova djeca bivaju nesretna, anksiozna, depresivna, a sposobnosti ostanu neiskorištene.

Intelektualni razvoj ove djece je napredan, ali socio-emocionalni razvoj na razini je njihove životne dobi ili je nešto niži, što čini nesrazmjer u djetetovom razvoju i osjećanju. Ono što otežava cijelu priču jesu očekivanja roditelja, škole i okoline, koji potiču intelektualna postignuća zanemarujući emocionalnu stranu i emocionalni razvoj pri čemu se kod djece stvara sve veći problem. Iznimno je važno darovitoj djeci pružiti podršku na svim razinama funkcioniranja, u razvoju njihovih specifičnih sposobnosti, prihvatiti njihove osjećaje, potrebe i zahtjeve, osigurati im prostor za izražavanje tih potreba i osjećaja, te prostor za istraživanje i razvoj potencijala, kao i okolinu u kojoj će se osjećati prihvaćeno i ugodno. Ukoliko to ne učinimo, i dopustimo da se sami nose sa strahovima, neprihvatanjem ili nerazumijevanjem vlastitih osjećaja i potreba, sve ono što je divno kod njih, uvenut će poput biljke koja treba sunce i vodu.

Što su djeca informiranija o emocijama, što ih više doživljavaju, i što više uviđaju kako su emocije prirodan dio ljudskog života, to će lakše naučiti vještine izražavanja emocija na zdrav i društveno prihvatljiv način. Djeca često nisu svjesna toga što su emocije. To ne znači kako ih ne doživljavaju, već kako ih ponekad ne znaju verbalizirati. Obično pokušavaju suspregnuti neugodne emocije. Ipak, emocionalna bol i neproživljene emocije reflektiraju se kroz dječje ponašanje.

Pomoć u prepoznavanju i doživljavanju potisnutih emocija ključni je dio art-terapijskog rada s djecom. Art-terapija (psihoterapijski pravac) omogućuje izražavanje emocija na direktan neverbalan način koji zaobilazi otpore, i ne djeluje prijeteći za djete, izražavanjem kroz boje, oblike, priče, modeliranje, pokret, ples i razne druge kreativne tehnike.

Kroz art-terapiju osim razvoja samog kreativnog potencijala djeca mogu naučiti adekvatne mehanizme rješavanja problema i suočavanja sa stresnim situacijama, smanjiti stres i napetost, razviti socijalne vještine, osnažiti se i povećati samopouzdanje...

Darovita djeca i dalje su samo djeca sa svim svojim potrebama i osjećajima. Budite tu za njih, pružite im svoju pažnju, podršku i ljubav. Kada primijetite da dijete potiskuje osjećaje, da ne želi pričati o onome što mu se događa, dajte mu papir i bojice da nacrtava ili komad plastelina ili gline da modelira skulpturu ili ga potaknite da izmisli priču. Pri tome ne sudite, ne

procijenjujte, već podržite svoje dijete u izražavanju i pohvalite njegov trud i pokažite mu zahvalnost što je to podijelio s vama.

Više o art-terapiji možete pronaći na www.anabozac.com/terapija-s-djecom/

prof.psih.art-terap. Ana Božac
www.anabozac.com/terapija-s-djecom/