

Dobrý den, paní Westmanová,

chtěla bych Vám poděkovat za Vaši knihu o arteterapii. Přestože jsem naprostý laik, ráda bych se podělila o dojmy, která ve mně kniha zanechala.

O psychologii jsem se vždy zajímala a chtěla ji studovat. Bohužel mi ale ze strany rodičů vysokoškolské vzdělání nebylo dopřáno a v dospělosti jsem pak pro „papír“ už studovat nechtěla (pracovala jsem v úplně jiném oboru). Nicméně jsem absolvovala jednoletý přípravný kurz na Filozofické fakultě v Brně. K dalšímu studiu psychologie jsem už nenašla sílu. Možná i proto, že jsem hlubokomyslný člověk a v metodách psychologie mi chybělo vnímání lidské duše v širším duchovním kontextu... a jsem ráda, že i tento pohled jsem ve vaší knize zachytila.

Kniha **Arteterapie - od individuální zkušenosti ke kolektivním souvislostem** mi dala přesně to, co jsem potřebovala. Ucelený pohled na obor a mnoho navíc. O arteterapii jsem se chtěla dozvědět víc a v knize jsem našla cenné informace o léčbě uměním, přehled metod, impulzy k dalšímu studiu a spousty silných, krásných uměleckých děl. Také pohled na dnešní společnost, který jistě povede u mnohých čtenářů minimálně k zamyšlení. Jako celek je pro mne kniha terapií a budu se k ní mnohokrát vracet. Jsem vděčná za vaši upřímnost a obdivuji vaši otevřenost a nezdolnost nejen při studiu arteterapie, ale i ve vašem zajímavém životě. Některých projektů, které se Vám nepodařilo realizovat je mi upřímně líto, např. projekt O čem mlčíš? Možná kdyby přišel později (třeba v době covidu), možná by byl větší zájem. Oslovuje mne také moderní pojetí arteterapie, např. digitální koláže jsou mi blízké a jsem si jistá, že se mají stejnou vypovídací schopnost jako běžně používané metody.

Metoda společného tvoření **TRIANGL** mě naprosto nadchla. Její využití ve školní výuce výtvarné výchovy by bylo pro děti a i pedagogy přínosem. Tato „jednoduchá“ metoda má obrovský potenciál. Jednoduchá v uvozovkách, protože spolupráce několika jedinců v době seberealizace, byť na vytvoření krásy-uměleckého díla, nemusí jít hladce. Sama jsem zvědavá, jak bych reagovala ve skupině pro mne neznámých lidí. Ovšem díky společnému tvoření umění, se můžeme na spolupráci mezi lidmi nebo ve společnosti začít dívat z nového úhlu pohledu. Aspoň u mě se tak stalo.

Dětských terapeutických skupin je v této době žalostně málo a myslím si, že TRIANGL by byla úžasná metoda pro úzkostné, plaché a introvertní děti. Díky společné tvorbě by měli možnost nenásilně, přirozeně komunikovat a otevřít se kolektivu. Beru to z pohledu matky syna, který by tuto podporu dost uvítal.

Jsou to všechno jen moje dojmy a úvahy, které jsem získala z Vaší knihy a budu je zpracovávat ještě delší dobu. Dovolím si však přidat i reakci mého 11-ti letého syna. Byl překvapen, že kniha neobsahuje jen text ale i obrazy. Jeho upřímná reakce byla doslova... „Maminko, ta kniha paní Westmanové je tak krásná!“ a já s ním souhlasím.

Přikládám také dvě linorytové grafiky, které vznikly přes léto metodou TRIANGL. Zase se jedná o kolektivní práci naší rodiny. Mě TRIANGL baví, takže když je čas, tak do společné tvorby zlákám i své chlapy :-).