

Arteterapia w pedagogice

Koło naukowe
„Twórczego arteterapeuty”

Nr.1



Broszura autorstwa Członków Koła Naukowego „Twórczy arteterapeuta” działającego przy GSW Milenium.

Opiekun naukowy:
dr Katarzyna Miłek

Redaktor broszury:
Honorata Marmurowicz

Opracowanie:
Lucyna Kuczyńska
Kinga Deberna

Skąd się wyłonił termin arteterapia?

Termin „arteterapia” pojawił się w literaturze anglojęzycznej w latach 40. XX wieku. Jako pierwszy użył tego terminu w 1942 roku w Wielkiej Brytanii Adrian Hill, który pracował w szpitalu jako nauczyciel sztuki.

W Polskiej literaturze nazwa ta zaczęła funkcjonować znacznie później i była używana zamiennie z takimi określeniami jak kulturoterapia czy terapia rysunkiem. W Polsce prekursorem terapii przez sztukę był prof. Stefan Szuman, wybitny pedagog i etyk.

Czym jest arteterapia?

Według W. Szulc „arteterapia polega na wykorzystaniu różnych środków artystycznych, które ułatwiają dziecku ekspresję emocji. Warto podkreślić, że sztuka podczas arteterapii nie musi odpowiadać określonym kanonom estetycznym. Celem pośrednim arteterapii jest również ekspresja uczuć, końcowym zaś – pozytywne zmiany zachowania i postaw wobec siebie i innych.” W takim rozumieniu arteterapii w dużej mierze podkreśla się jej terapeutyczne znaczenie¹. M. Kulczycki rozumie arteterapię jako „układ poglądów i czynności, które ukierunkowane są na utrzymanie lub podnoszenie poziomu jakości życia ludzi przy pomocy szeroko rozumianych dzieł sztuki i uprawiania sztuki. Zatem głównym celem tak definiowanej arteterapii jest optymalizacja jakości życia.” Według M. Kulczyckiego bardziej szczegółowe określenie arteterapii obejmuje różnorodne działania, które mogą odgrywać specyficzne role w odniesieniu do człowieka. Pojęcie „terapia sztuką” łączy się z terminem „terapii kreatywnej”².

Arteterapia jako rodzaj usprawniania przez sztukę, czerpie z tych właściwości sztuki, które mogą być pomocne człowiekowi w podnoszeniu jego

¹ W. Szulc, „*Kierunki rozwojowe współczesnej arteterapii*”, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2005

² M. Kulczycki, „*Arteterapia i psychologia kliniczna*”, Zeszyt Naukowy nr 57, Wydawnictwo Akademia Muzyczna Wrocław 1990 str. 12

poziomu życia. Tak więc bezpośrednim celem arteterapii jest optymalizacja jakości życia polegająca na przezwyciężaniu trudności na drodze do samorealizacji.

Arteterapia stanowi dziedzinę, która może być rozpatrywana na dwóch płaszczyznach: teoretycznej i praktycznej. W dziedzinie teoretycznej arteterapii musimy zwrócić uwagę na poglądy teorii kultury, muzyki, literatury, jak również źródeł i mechanizmów działalności twórczej. Natomiast w sferze praktycznej skupiamy się na jej czynnościach oraz złożonych działaniach.³

Jakie techniki wykorzystuje arteterapia?

Arteterapia odnosi się do wykorzystania sztuki w celach diagnostycznych i terapeutycznych. W swojej pracy wykorzystuję takie techniki terapeutyczne jak: muzykoterapia, choreoterapia, poezjoterapia, bajkoterapia, techniki parateatralne.

Muzykoterapię stosuje się jako formę metody aktywnej, gdzie ekspresja muzyczna poprzez gest, ruch, śpiew jest bliska dziecku. Działając, wykorzystuje melodię, piosenki czy naturalne głosy, które mogą uwolnić napięcie emocjonalne. Muzykoterapia skupia się na zabawie instrumentami czy przedmiotami, które wydają dźwięki, a więc wszystkim, co nas otacza.

Choreoterapię wykorzystuje się głównie jako ruch w tańcu. Ruch w każdej postaci wpływa pozytywnie nie tylko na ciało, ale i na ducha człowieka.

Poezjoterapię stosuje się jako jedną z metod bajkoterapii. Metoda ta opiera się na wsłuchiwaniu się w język, jego formę, rytm, brzmienie, metaforę. Celem poezjoterapii jest słuchanie, czytanie, recytowanie czy samodzielne kreślenie znaków litero-podobnych.

Bajkoterapię bardzo często stosuje się w pracy z dziećmi w przedszkolu. Opowiadania wspierają dzieci i dają im poczucie bezpieczeństwa.

³ W. Szulc, „*Arteterapia – Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*”, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2011

Niejednokrotnie dają wskazówki praktycznego działania w różnych sytuacjach, jakie doświadcza dziecko.

Techniki parateatralne – polegają na zaangażowaniu dzieci w działania teatralne. Pozytywne nastawienie do tej formy sztuki powoduje, że przez teatr dzieci mogą kształcić swoje umiejętności. Technika ta uczy poczucia współdziałania, samodyscypliny, koncentracji uwagi, radzenia sobie w sytuacjach stresowych. Poprzez działania sztuką arteterapia przyczynia się do ekspresji i rozwoju osobowości w sferach: emocjonalnej, ruchowej, fizycznej, społecznej i psychicznej. Muzyka, ruch, inscenizacja, bajka czy rysunek, dodaje pewności siebie, łagodzi stany chorobowe, redukuje tłumione emocje, uwalnia od napięcia emocjonalnego i podnosi samoocenę dziecka. Dodatkową korzyścią wynikającą z działania przez zastosowanie technik arteterapeutycznych, jest rozwijanie kreatywności. Dzieci często wymyślają niekonwencjonalne sposoby rozwiązań trudności, problem, a tym samym rozwijają zdolności poznawcze.⁴

Funkcje i formy arteterapii.

Arteterapia dzieli się na trzy funkcje:

- rekreacyjną;
- edukacyjną;
- korekcyjną.

Wyróżnia się również pięć form arteterapii:

- muzykoterapia bierna (polega na słuchaniu muzyki);
- choreoterapia (skupia się na tańcu i ruchu);
- biblioterapia;
- psychodrama;
- grafoterapia (wykonywanie czynności przy rysowaniu i malowaniu).

⁴ E. J. Konieczna, „Arteterapia w teorii i praktyce”, Oficyna Wydawnicza „Impul”, Kraków 2003

Terapia sztuką w pedagogice.

Arteterapia sprzyja rozwojowi percepcyjno-motorycznemu dziecka. Powoduje ona nie tylko rozwój funkcji związanych z procesami percepcyjnymi, ale również sprzyja polepszeniu rozwoju motorycznego u dzieci. Granie na instrumentach, wszystkie formy malowania oraz taniec stwarzają zwiększenie poziomu koordynacji statycznej i dynamicznej ciała. Oznacza to, że dziecko rozwija swoją precyzyjność ruchów, wzrasta poziom wykonywania szybkich i równoczesnych ruchów⁵. Przede wszystkim, w pedagogice specjalnej ograniczenia, które są w dziecku, nie biorą się tylko z jego ułomności fizycznej czy sensoryczno-poznawczej, ale są zakotwiczone w sferze emocjonalno-społecznej. Wraz z nurtem nowego wychowania, w pedagogice wyłoniło się uczenie poprzez działanie. Arteterapia powoduje pobudzanie umysłu dziecka przez to, co samo stworzyło. Dzięki czemu jest często wykorzystywana w praktyce przez nauczycieli. W szczególności kładzie się nacisk na odkrywanie indywidualnych potrzeb dziecka oraz umożliwianie wszechstronnego działania głównie artystycznego.

Arteterapia, zgodnie ze współczesnymi koncepcjami pedagogicznymi zauważa wartość sztuki i twórczości. Wykorzystywanie ich uniwersalnych metod sprzyja jej w rozwiązywaniu wielu zadań, zaczynając od problemów z psychologiczną i społeczną adaptacją, po rozwój osobowości na poziomie jednostkowym i społecznym. W arteterapii ważne jest korzystanie z wielu znanych technik, jak również czerpanie już z istniejących wytworów sztuki. Założeniem arteterapii jest korzystanie z różnych dziedzin sztuki. Wszystkie działania arteterapeutyczne łączy ich główny cel jakim jest umożliwianie wyrażania myśli, uczuć i przekonań w języku sztuki, czyli wyrażanie przeżyć w działaniu. Poprzez stymulowanie emocji staje się dla dzieci z problemami skuteczną formą pomocy. Obecna rzeczywistość stawia przed nauczycielem

⁵ J. Gładyszewska- Cylulko, *„Wspomaganie rozwoju dzieci nieśmiałych poprzez wizualizację i inne techniki arteterapii”*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2007

wymóg posiadania odpowiednich kompetencji, dlatego ważnym jest zwracanie uwagi na umiejętności diagnostyczne i terapeutyczne, które wymuszają na nauczycielu wiedzę nie tylko z dziedziny pedagogiki specjalnej czy pedagogiki rodzinnej, ale również znajomość z psychologii rozwojowej dziecka.⁶

Nauczyciel, który posiada umiejętności z zakresu posługiwania się metodami arteterapii, potrafi w sposób profesjonalny udzielić pomocy nie tylko indywidualnym jednostkom, ale również całej grupie. Nauczyciel arteterapeuta potrafi nie tylko zauważyć wszelkie zagrożenia czy trudności dziecka w nauce, ale również potrafi zaproponować odpowiedni program terapii. Poprzez stworzenie odpowiedniego programu nauczania, uczniowie dokonują trafnych, konstruktywnych wyborów dotyczących własnego rozwoju.

Należałoby wspomnieć, że arteterapia i jego szeroki obszar profilaktyczny jest skierowany na eliminowanie i osłabianie wszystkich negatywnych czynników w życiu dziecka, a pobudza z kolei czynniki, które mają chronić rozwój dziecka.⁷

Bibliografia:

- W. Szulc, „*Kierunki rozwojowe współczesnej arteterapii*”, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2005
- M. Kulczycki, „*Arteterapia i psychologia kliniczna*”, Zeszyt Naukowy nr 57, Wydawnictwo Akademia Muzyczna Wrocław 1990 str. 12
- W. Szulc, „*Arteterapia – Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*”, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2011
- E. J. Konieczna, „*Arteterapia w teorii i praktyce*”, Oficyna Wydawnicza „Impul”, Kraków 2003
- J. Gładyszewska- Cylulko, „*Wspomaganie rozwoju dzieci nieśmiałych poprzez wizualizację i inne techniki arteterapii*”, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2007
- M. Siemień, „*Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka*”, Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2008
- J. Gładyszewska – Cylulko, „*Arteterapia w pracy pedagoga*”, Wydawnictwo Impuls, Kraków 2011

⁶ M. Siemień, „*Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka*”, Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2008

