

Wprowadzenie

Zainteresowanie psychologów, pedagogów czy artystów terapeutycznym oddziaływaniem sztuki na osobowość człowieka jest wielokierunkowe i wyjątkowo szerokie. Aspekt podmiotowy tego typu terapii kieruje szczególną uwagę na percepcję i ekspresję, dwa kluczowe procesy inicjowane właśnie przez sztukę. Podczas tworzenia skutecznie ujawniają się, budują i wypełniają przeżycia uczestników a osobiste sensy i znaczenia scalają się wg. akceptowanych reguł w obraz świata świadomie przyjętego przez twórcę. Celem ogólnym terapii sztuką – wydaje się być ustawienie we właściwym wymiarze tego, co zatraciło równowagę lub co wymknęło się spod kontroli. Uporządkowanie i wyważenie emocji wymaga odpowiednich estetycznych bodźców z zewnątrz. Takie bodźce dostarcza świat artystycznej umowności. Świat ten zabezpiecza może przebywanie w bezpiecznym dystansie, dzięki czemu ma się szansę porządkować i jednocześnie odważnie łączyć przeciwności, pewnie wyrażać swoje trudne myśli i poglądy.

Arteterapia oferuje wejście w wyobrażoną rzeczywistość by w niej ujawnić (przepracować) pożądane wartości. Wypowiedź językiem sztuki ma szczególny sens – będąc wyrazem przyjęcia określonego widzenia świata jest jednocześnie artystycznym zapisem swoistości indywidualnego doświadczania. To rodzaj subiektywnego i autonomicznego zarazem komunikatu inspirowanego wiedzą z dwóch rzeczywistości: tej doświadczanej „tu i teraz” i tej którą nosi się w sobie. Siłą tej terapii jest m.in. wielość i różnorodność artystycznych środków wyrazu dzięki którym stwarza się możliwości dla realizacji przyjętych celów. Związana z procesem tworzenia kreatywność rozumiana jest jako właściwa każdemu człowiekowi zdolność wyrażania przeżyć w działaniu, choć ich zakres i siłę determinują także uwarunkowania psychofizyczne i indywidualne cechy osobowości. Bycie twórczym dla wielu dzieci czy dorosłych jest możliwe tylko w uwarunkowaniach sprzyjających temu procesowi. Stąd konieczność budowania klimatu do twórczej mobilizacji

umysłu i woli, inicjowanie aktywności i przemiany możliwej na miarę uczestnika kreatywnej terapii.

Pojawienie się nowych zjawisk zarówno w świecie nauki, sztuki, obyczajów czy zachowań edukacyjnych, zmiana naszego stosunku do wielu rzeczy i pojęć zarówno w skali mikro czy makro upoważnia do poszukiwania dróg tworzenia nowoczesnych propozycji spotkania z drugim człowiekiem na gruncie terapii, edukacji i kreacji. Zachęca dlatego świeżość podejść skupionych wokół tworzenia projektów opartych na przekonaniu o otwartości tego zagadnienia.

W przedstawianej pracy zbiorowej Autorki są zgodne, iż realizowanie się funkcji poznawczych i motywacyjno-emocjonalnych tak niezbędnych dla podnoszenia i utrzymania optymalnej jakości życia dzieci czy homeostazy ludzi dorosłych, możliwe staje się tylko wówczas, gdy ich rozwój przebiega w warunkach zapewniających im zdrowie fizyczne i psychiczne. Przestrzeń dla zdrowotwórczej kreacji buduje potrzeba wyrażania własnych przeżyć opartych na twórczej wyobraźni, potrzeba konkretyzacji wewnętrznego świata, zainteresowanie dla tych czynności i radość z samego działania dla siebie i dla innych. Autorki analizując różne przyczyny nadmiernej obecnie pobudliwość nerwowej dzieci i młodzieży, wzrost apatii i osamotnienia, silne znużenie ludzi dorosłych podkreślają równoczesny spadek tempa rozwoju możliwości ekspresywnych, komunikowania czy samorealizacji. Podkreślają konieczność otwierania się na nowe formy pracy i myślenia i takie formy też proponują.

Zebrane artykuły zostały zestawione w dwóch blokach tematycznych. Pierwszy z nich obejmuje artykuły podejmujące kwestię wykorzystania kreacji i zawartej w niej energii ekspresyjnej jako instrumentu osobistego wzrostu jednostki w tym także osób, u których rozwój jest z różnych powodów utrudniony czy zagrożony.

Problematyka ta wydaje się bardzo ważna, gdyż dynamizowanie w procesie arteterapii dyspozycji twórczych wiąże się ze wszechstronnym rozwijaniem osobowości co zobowiązuje jednocześnie do wspomagania procesu integracji sfery intelektualnej, emocjonalnej i działaniowej człowieka. Taka integracja zdecydowanie odpowiada na wyzwania współczesnej rzeczywistości. Hanna Krause Sikorska podejmuje teoretyczną refleksję nad złożonymi czynnikami ograniczającymi rozwój kompetencji intra- i interpersonalnych dziecka. Jednym z nich jest zbyt mała u dorosłych potrzeba poznania i zrozumienia świata dziecka. Odkrywanie tego świat w procesie artystycznego tworzenia czegoś razem, staje się początkiem nowej jakości w dialogu dziecko – dorosły, dorosły – dziecko. Autorka pisze „Proces artystycznego tworzenia może więc stać się dla dziecka przestrzenią, w której Ja ulegając zespoleniu z Ty i My, doświadcza poczucia niezależności, autonomii, ale i wspólnoty z innymi.” Rozważania Diany Gulińskiej-Grzeluski dotyczące obecności sztuki w życiu człowieka składają do ustaleń na temat roli jaką odgrywa ona w procesie *stricto* wychowawczym. Violetta Marcinkow-

ska pisze o pozytywnych rezultatach poszerzenia metod pedagogiki zabawy o wybrane techniki arteterapii w pracy z małym dzieckiem. Z kolei Anna Żukrowska prezentując możliwości wykorzystania w przedszkolu metody dramy zwraca uwagę na potrzebę odpowiedniej animacji tego typu zajęć. Jednocześnie nakreśla sylwetkę nauczyciela – trenera-animatora. Joanna Maria Chmielewska opisuje gimnazjalny projekt edukacyjny, który obejmował napisanie zbioru bajek, przeprowadzenie cyklu zajęć z dziećmi w oparciu o przygotowane scenariusze uwzględniające lekturę napisanych bajek oraz wydanie pamiątkowego tomiku, zawierającego teksty stworzonych opowieści i relację z działań nad projektem. Beata Skwarek i Renata Milczanowska podejmują rozważania związane z zastosowaniem w pracy opiekuńczo-wychowawczej pedagoga, zajęć arteterapeutycznych. Autorki postulują wzbogacanie warsztatu pracy o tworzenie programów uwzględniających metody i techniki terapii sztuką. Anita Stefańska omawia związki młodzieżowego teatru szkolnego i teatroterapii, ukazując możliwości terapeutycznego wykorzystania procesu gry. Katarzyna Szeliga analizuje wpływ kreatywnej aktywności słownej na zaspakajanie potrzeb psychiczno-emocjonalnych człowieka. Opisuje różne formy aktywności językowej, poświęcając nieco więcej uwagi jednej z najbardziej popularnych form w dzisiejszych czasach, jakim jest blog. Lilla Kostrzewa przedstawia warsztaty twórcze dla osób starszych i studentów, w trakcie których wykorzystuje filmoterapię. Opisuje także kilka wybranych form arteterapii dla ludzi starszych. Agnieszka Nadstawna prezentuje wspólne cechy metod arteterapii, coachingu i mentoringu, które wykorzystane mogą być podczas treningów i warsztatów rozwoju osobistego ludzi biznesu.

Drugi blok tematyczny zawiera prace dotyczące problematyki sfery aktywności badawczej w wybranych obszarach arteterapii. W tej drugiej grupie artykułów autorki stawiają zatem pytania o psychologiczne, filozoficzne i społeczne uwarunkowania badań empirycznych – co niewątpliwie pozwoli zrobić kolejny krok w stronę uprawomocnienia arteterapii jako dyscypliny naukowej. Ewa Johnsson przedstawia metody badań, które mogą doskonale pomóc środowisku arteterapeutów w Polsce w zbudowaniu własnego potencjału i bazy naukowej. Grażyna Szafraniec opisuje możliwości wykorzystania muzyki w różnych kontekstach, w tym w kontekście Uczestnika o różnym poziomie rozwoju i typie niesprawności. Przedstawia także fragmenty swoich badań dotyczące roli muzyki oraz jej percepcji przez uczestników zajęć rozwijających, różnego typu. Mira Marcinów dokonuje przeglądu badań i głównych debat nad efektywnością terapii tańcem, mierzoną metodami EBM. Podkreśla, iż wyniki poparte dowodami naukowymi wskazują skuteczność terapii tańcem szczególnie w przypadku zaburzeń lękowych i depresyjnych. Tekst Anny Rojkiewicz-Nowak stanowi prezentację wyników jej badań przeprowadzonych na grupie pacjentów Dziennego Oddziału Leczenia Depresji. Prezentuje w nim stanowiska pacjentów odnośnie sesji choreoterapii jak

również efektywność tej formy terapii w percepcji uczestników. Ponadto w swoim drugim artykule przedstawia wyniki ankietowania przeprowadzonego za pośrednictwem sieci Internet a dotyczącego opinii społecznej na temat rozpoznawania arteterapii jako dziedziny praktyki i wiedzy. Agata Rappe z kolei przybliży problematykę psychoterapii tańcem i ruchem w terapii grupowej z osobami z niepełnosprawnością intelektualną. Przedstawia studium przypadku terapii grupowej.

Podczas czytania tej książki zachęcam do refleksji nad tym, że istnieje wiele równoległych rzeczywistości – i to jest fakt, ale potrzebujący zauważenia człowiek powinien umieć wybrać tę, która zapewnia mu dialog na rzecz współistnienia i dzielenia się jej dobrem, prawdą i pięknem.

ASTEFAŃSKA