

Aleksandra Banach-Kaźmierczak

Spotkania ze sztuką szansą na lepsze życie

Pomyślałem sobie nagle, że gdzieś tam, szalenie daleko, biegnie normalnie nasze życie, że wszyscy mnie prześcigają, zostawiają za sobą, że coś osiągają, zdobywają, idą coraz szybciej naprzód, a ja zostaję z tyłu, nikomu niepotrzebny, opóźniony, zapomniany, bez celu i perspektyw, bez żadnych możliwości i nadziei. To znaczy ogarniał mnie z wolna strach przed osamotnieniem, przed izolacją od wspólnego bytowania, od niepewności i sukcesów dnia codziennego, jednym słowem od tego wszystkiego, co jest sensem naszego życia.

Tadeusz Konwicki

Osoby niepełnosprawne intelektualnie charakteryzuje niższe od przeciętnego funkcjonowanie umysłowe oraz borykanie się z problemami wynikającymi z trudności w sferze fizycznej. Osoby te wykazują również niski poziom umiejętności radzenia sobie z konfliktami natury emocjonalnej, co wiąże się z agresywnością i impulsywnością¹.

Częstym problemem osób niepełnosprawnych intelektualnie jest odtrącenie społeczne. Wielokrotnie są one nieakceptowane przez osoby najbliższe, które nie potrafią pogodzić się z dysfunkcją swoich dzieci. Dodatkowym czynnikiem niesprzyjającym funkcjonowaniu osób upośledzonych jest porównywanie ich osiągnięć z sukcesami ludzi sprawnych umysłowo.

Dzieci niepełnosprawne czują się wówczas odtrącone, osamotnione, a tym samym pozbawione wiary we własne możliwości. Niskie poczucie własnej wartości, brak akceptacji, nieprzyznawanie się do siebie w znacznym stopniu utrudnia uzyskanie stanu równowagi.

W tych okolicznościach niezbędne staje się wspomaganie rozwoju własnego ja tych właśnie osób. Istotne jest również stwarzanie warunków, w których dotrzymają kroku osobom w pełni sprawnym intelektualnie. Jedną z niewielu dziedzin funkcjonowania, które umożliwiają osiągnięcie sukcesu dzieciom upośledzonym, jest rozwijanie zdolności

plastycznych. Działania te stają się ważnym krokiem w kierunku przełamania bariery uprzedzeń i osamotnienia, pomagają rozładowywać napięcia, uzdrawiają emocje. Są drogą wzmocnienia poczucia swojej indywidualności i tożsamości.

Aktywność plastyczna wymaga dużego zaangażowania i wykonania rozmaitych czynności w celu uzyskania efektu. Działania plastyczne pobudzają funkcje mózgu oraz funkcje motoryczne, w których obrębie pojawiają się mniej lub bardziej poważne deficyty. Rozwijają zdolności rozpoznawania i ekspresji emocji, zdolności manualne oraz poznawcze, takie jak koncentracja uwagi, pamięć czy myślenie.

Działania z dziećmi niepełnosprawnymi są trudne z uwagi na pracę na kilku poziomach rozumienia, percepcji i komunikacji. Prowadząc zajęcia plastyczne dla dzieci niepełnosprawnych, należy zwrócić uwagę na ograniczenia wynikające z posiadanych deficytów. Mają one wpływ na koncentrację, a tym samym sprzyjają szybszemu męczoniu się w trakcie procesu tworzenia. Dlatego szczególnie ważne jest, by prowadzący zajęcia zadbał o dobre samopoczucie swoich podopiecznych poprzez dopasowanie poziomu trudności technik plastycznych do wieku, sprawności i aktualnej motywacji uczestników zajęć. Istotnym elementem w tworzeniu jest również bazowanie na dotychczasowym doświadczeniu,

¹ K. Włodarczyk, *Terapia przez sztukę*, Życie Szkoły nr 7, s. 50-51.

czyli wychodzenie od rzeczy prostych, bliskich i namacalnych.

Podsumowując: prace plastyczne powinny być stosunkowo proste i niedługie, a jednocześnie interesujące i mobilizujące do działania². Odpowiednio przemyślana i świadoma aktywność plastyczna może przyczynić się do osiągnięcia przez dziecko sukcesu, jakim jest efekt końcowy, czyli dzieło.

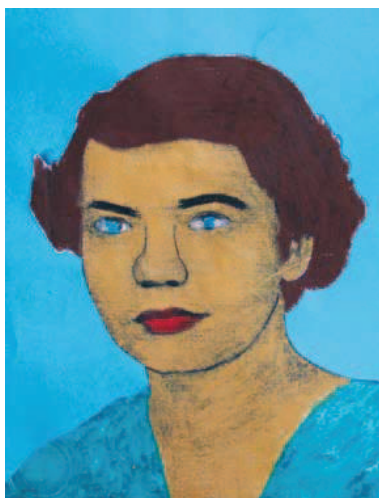
Dlatego warto, planując zajęcia, zwrócić uwagę na aktywizujące do pracy twórczej czynniki: swobodne wyrażanie emocji, brak rywalizacji czy indywidualizacja.

Oto propozycje ćwiczeń aktywizujących.

• **Portret bliskiej mi osoby**

Materiały:

- kserokopia zdjęcia bliskiej osoby,
- pastele olejne,
- klej,
- kolorowa kartka,
- nożyczki.



Ten oryginalny pomysł to atrakcyjna praca twórcza na miarę możliwości młodego twórcy. Dzieci otrzymują kserokopię zdjęcia mamy. Zadanie polega na wypełnieniu postaci pastelami olejnymi. Rysujący ćwiczy dużą motorykę, czucie własnego ciała. Na koniec kontury postaci zostają przyklejone na kolorowy karton.

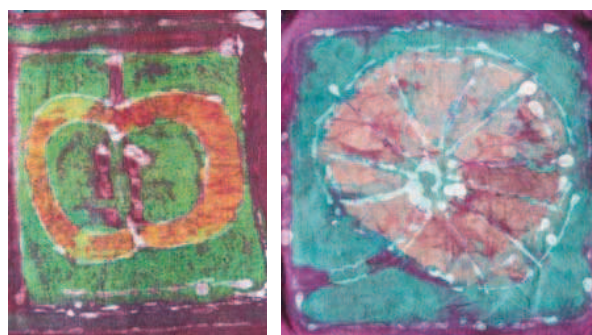
• **Kontakt z naturą**

Materiały:

- lupa, szkło powiększające,
- kartka papieru,

- ołówek,
- dary natury.

Dzieci otrzymują lupy, szkła powiększające, przez które starają się dokładnie obserwować poszczególne elementy przyrody. Pestki, ziarna, kwiaty, liście, pątki, przepołowione owoce, warzywa stają się atrakcyjnym obiektem obserwacji. Następnie każde dziecko układa z darów natury dowolne kształty, proste wzory. Może zrobić zdjęcie, by uwiecznić swój okaz lub narysować go na kartce papieru. Umieszczone poniżej wytwory przedstawiają techniki zasugerowane dzieciom przez nauczyciela. Opisana zabawa plastyczna pozwala bezpośrednio doświadczać, poznawać, czyli ćwiczyć percepcję wzrokową.



• **Batik** – technika malarska polegająca na kolejnym nakładaniu wosku i kąpieli tkaniny w barwniku, który farbuje jedynie miejsca niezamaskowane warstwą wosku.



Motyl z darów natury

• **Istota postrzegania**

Zrozumieć siebie, czyli istota postrzegania. To pomysł na zabawę różnymi materiałami, np. konfiturami, czekoladą, pastą do zębów, ryżem, kaszą, skorupkami jajek. To doskonale ćwiczenie pobudzające i stymulujące myślenie bogactwem używanych materiałów. Zabawa ta pozwala

² Arciszewska-Binnebesel A. *Sztuki plastyczne w edukacji osób upośledzonych umysłowo* [w:] Jutrzyzna W. [red.] *Sztuka w życiu i edukacji osób niepełnosprawnych. Wybrane zagadnienia*, Wydawnictwo APS, Warszawa, s. 121.

na zdobywanie wiedzy o własnym ciele. Dziecko poznaje świat wielozmysłowo:

- wzrokiem, przez stosowanie wielobarwnych materiałów,
- dotykiem, dzięki zróżnicowanej fakturze materiałów,
- węchem, np. skórki z cytryny,
- słuchem, poprzez posypywanie prac kaszą, ryżem, zgniatanie skorupki jajek.

- **Spotkania z farbą, czyli rysowanie dziesięcioma palcami**

Rysowanie palcami to spontaniczne wyrażanie siebie. Czynność ta pomaga wnikać we własny stan emocjonalny, wpływa na samopoznanie. Dziecko dzięki tej technice rozluźnia się, relaksuje, odczuwa przyjemność.

Przepis sporządzenia farby dla grupy dziesięcioosobowej:

Składniki:

- 1 szklanka płatków mydlanych,
- 3 łyżki żelatyny (rozpuścić w 1/3 szklanki wody),
- 3 łyżki gliceryny (może być krem glicerynowy do rąk),
- 1 szklanka krochmalu (rozprowadzić w 3 szklankach zimnej wody).

Do wrzących mydlin wlewamy roztwór żelatyny i gliceryny. Gdy mieszanina zagotuje się, zdejmujemy ją z ognia i wlewamy powoli roztwór krochmalu, mieszając przez cały czas, by zapobiec tworzeniu się grudek. Mieszanina powinna mieć konsystencję średnio gęstego budyniu. Dobrze wymieszaną masę wlewamy do misek i zabarwiamy niewielką ilością naturalnego barwnika, pigmentu do farb klejowych lub emulsyjnych³. Farba może stać w chłodzie około 4 tygodni.

- **Malowanie farbami**



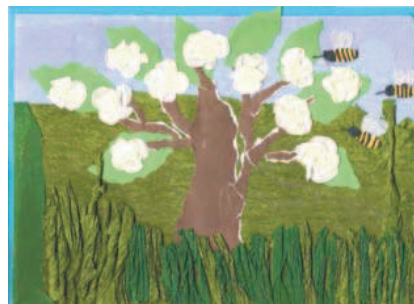
Ta popularnie stosowana technika jest lubiana przez dzieci. Posiada walory relaksacyjne, odprężające, stymulujące. Ćwiczenie ma na celu wyzwolić pozytywne emocje, a jednocześnie wpłynąć na dobre samopoczucie.

- **Ćwiczenia rozwijające małą motorykę, czyli techniki precyzyjne**

Często osoby niepełnosprawne umysłowo wybierają pracochłonne techniki plastyczne, które wymagają dużo wolniejszego tempa pracy, a jednocześnie precyzji wykonania. Ćwiczenie to ćwiczy percepcję wzrokową, uczy wnikliwej obserwacji.



Zwijanie kuleczek z bibuły



Technika mieszana: rolowanie bibuły



Puentylizm – neoimpresjonistyczna technika kształtowania formy obrazu, polega na kropkowaniu, punktowaniu przy użyciu różnych materiałów, np. ołówka czy patyczka do uszu.

Nie bez znaczenia dla efektywnego tworzenia osób niepełnosprawnych umysłowo ma osobowość nauczyciela terapeuty, jego przyjacielski

³ Karolak W. *Rysunek w arteterapii*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2005, s. 35.

stosunek do wychowanków. Bliskie powinny mu być zatem takie cechy, jak życzliwość i dobroć, które pozwolą na stworzenie dziecku zaburzonemu bezpiecznej i budzącej zaufanie atmosfery. Atmosfera jest punktem wyjścia w pracy plastycznej, pozwala bowiem dziecku na otwarcie się i wyzwala chęć uzewnętrznienia siebie. Jednym zdaniem: osobowość nauczyciela, jego sposób postępowania, reagowania, umiejętność włączenia się w radości i kłopoty dziecka, wrażliwość młodego człowieka, gust estetyczny, to czynniki, które zwiększają skuteczność działań plastycznych⁴.

Dla dzieci niepełnosprawnych intelektualnie stworzona praca plastyczna ma ogromną wartość emocjonalną. Jest świadectwem podjętego trudu. Daje poczucie sprawstwa i umożliwia sukces. Duma i radość z osiągnięć wpływają na wzrost pewności siebie i ułatwiają nawiązanie kontaktów z innymi, a jednocześnie stanowią czynnik motywujący do dalszej pracy i pokonywania trudności⁵.

Spotkanie ze sztuką, z tworzeniem to spotkanie z samym sobą. Podejmowane działania plastyczne są śladem, jaki pozostawia po sobie psychika. Są szansą na pełniejsze i bardziej satysfakcjonujące życie – dla osób, które mają tych szans mniej.

Składam podziękowania pani Magdalenie Walawskiej, nauczycielce plastyki prowadzącej rewalidację, terapię integracji sensorycznej i zajęcia autoterapii, za pomoc i podzielenie się doświadczeniem w pracy z dziećmi niepełnosprawnymi intelektualnie.

Prace plastyczne zamieszczone w artykule są dziełem podopiecznych: Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Płocku, Gimnazjum nr 3 w Gostyninie, Szkoły Specjalnej przysposabiającej do pracy przy SOSW nr 2 w Płocku.

Autorka jest nauczycielem konsultantem w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku

Bibliografia

1. Arciszewska-Blinnebessel A. *ARTEterapia. Szczęśliwy świat tworzenia*, Wydawnictwo BEA 2008.
2. Buchalter S.I. *Terapia sztuką*, Wydawnictwo Zysk i S-ka 2006.
3. Gilroy A. *Arteterapia – badania i praktyka*, Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2009.
4. Gould P., Oster G.D. *Rysunek w psychoterapii*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003.
5. Handford O., Karolak W. *Portrety i maski w twórczym rozwoju i arteterapii*, Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2009.
6. Jutrzyzna W. *Sztuka w życiu i edukacji osób niepełnosprawnych. Wybrane zagadnienia*, Wydawnictwo APS, Warszawa 2003.
7. Kaczyńska-Wasiak I. [red.] *Nikifory – Artyści niepełnosprawni w życiu społecznym i zawodowym. Materiały pokonferencyjne, część I i II*, Wydawnictwo Fundacja Wspólna DROGA, Warszawa 2009.
8. Karolak W. *Rysunek w arteterapii*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2005.
9. Karolak W., Kaczorowska B. *Arteterapia w medycynie i edukacji*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2008.
10. Kataryńczuk-Mania L. [red.] *Metody i formy terapii sztuką*, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2005.
11. Knapik M., Sacher A. [red.] *Sztuka w edukacji i terapii*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2004.
12. Rozmysłowicz P. *Arteterapia jako metoda korygowania zaburzeń emocjonalnych* [w:] Kataryńczuk-Mania L. [red.] *Metody i formy terapii sztuką*, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2005.
13. Stawiarska A. *Arteterapia osób niepełnosprawnych umysłowo* [w:] Knapik M., Sacher A. [red.] *Sztuka w edukacji i terapii*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2004.

⁴ Rozmysłowicz P. *Arteterapia jako metoda korygowania zaburzeń emocjonalnych* [w:] Kataryńczuk-Mania L. [red.] *Metody i formy terapii sztuką*, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2005, s. 16.

⁵ Stawiarska A. *Arteterapia osób niepełnosprawnych umysłowo* [w:] Knapik M., Sacher A. [red.] *Sztuka w edukacji i terapii*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2004, s. 157.