

Ewelina Woźniak-Czech¹

Po co dzieciom potrzebna jest arteterapia?

W ostatnich latach na polskim rynku czytelnicznym ukazało się zarówno mnóstwo poważnych prac naukowych, jak i przystępnych poradników poświęconych arteterapii². Wydaje się, że terapia sztuką stała się modna i jest pożądanym wzorem działań terapeutycznych w różnych obszarach problemowych. W 2016 roku Robert Bartel ubolewał, że *brak perspektyw i nieuregulowany status zawodu arteterapeuty powoduje zniechęcenie i frustrację* (Bartel, 2016). Dwa lata później zawód arteterapeuty został oficjalnie uznany przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej³, co potwierdziło formalny status arteterapii jako skutecznej metody leczenia poprzez sztukę.

Tym bardziej może dziwić, że w pracy z najmłodszymi w warunkach szkolnych arteterapia wciąż uznawana jest za dodatek, ciekawostkę, która nie jest równie skuteczna jak „tradycyjne” działania pedagogiczne. W odpowiedzi na zainteresowanie zastosowaniem

1 Ewelina Woźniak-Czech – doktor nauk humanistycznych w dziedzinie literaturoznawstwa. Zajmuje się estetyką, teorią literatury, sztuką performatywną i audiowizualnością. Interesuje się także wykorzystaniem różnych form sztuki i terapii sztuką w dydaktyce. Autorka książek: *Dramatyczność w wybranych utworach Stanisława Lema* (Warszawa, 2013) oraz *Portret performatywny. Ślad, wymazywanie, nieobecność* (Poznań, 2018). Publikowała w „Przestrzeniach Teorii” (m.in. *Estetyczne aspekty tworzenia i odbioru sztuki przez osoby z wadami słuchu*, nr 31, 2019), „Polonistycy” oraz „Edukacji Wczesnoszkolnej”, jej artykuły ukazywały się także w licznych wydaniach zbiorowych.

2 W *Bibliografii adnotowanej czasopisma „Arteterapia”*, ukazującego się w latach 2008–2011, odnotowano 180 pozycji (zob. <https://www.bibliotekacyfrowa.pl/dlibra/publication/40526/edition/40943/content>; dostęp: 21.05.2022). Od tego czasu trudno byłoby zliczyć wszystkie teksty powiązane z tematem.

3 Zob. <https://psz.praca.gov.pl/rynek-pracy/bazy-danych/infodoradca> [dostęp: 25.05.2022].

różnych form arteterapeutycznych w konkretnych działaniach pedagogów, nauczycieli prowadzących rewalidację i nauczycieli wspomagających, wielokrotnie spotkałam się z opinią, że nie warto uczyć się arteterapii, bo teoretycznie każdy potrafi wykorzystywać sztukę, by uszczęśliwić dzieci. W przypadku poważnych problemów wymagających terapii ona się „nie przydaje” i nie jest równoprawna z innymi metodami terapeutycznymi. Opinia ta zdecydowanie jest krzywdząca i deprecjonuje potwierdzone naukowo terapeutyczne rezultaty różnych dziedzin arteterapii⁴.

Jak zauważa Teresa Szczerska, *Egalitarne rozumienie sztuki, charakterystyczne dla arteterapii, pozwala analizować zjawiska twórczości i przeżyć estetycznych w szerokim, interdyscyplinarnym aspekcie. Uwzględniającym, oprócz filozofii i psychologii twórczości, takie dziedziny nauki jak: neuroestetyka, psychologia społeczna, psychologia ewolucyjna, psychoneuroimmunologia. Współczesna arteterapia, korzystając z różnorodnych dziedzin sztuki, zmierza do przywrócenia równowagi stanów emocjonalnych w zaburzeniach: relacji społecznych, nerwicowych, depresyjnych, uzależnieniach, traumach, w stanach chorobowych, opiece paliatywnej* (Szczerska, 2020, s. 61–62).

Wszechstronne narzędzia arteterapii z powodzeniem mogą więc znaleźć stałe zastosowanie nie tylko w pracy typowo terapeutycznej, ale przede wszystkim w codziennym nauczaniu. Terapia przez sztukę znajduje szczególne zastosowanie zwłaszcza na etapach edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej, kiedy kształtowane są cechy przygotowujące dzieci do funkcjonowania w systemie szkolnym i w grupie rówieśniczej. Ewelina Siemion-Mikulska zauważa: *W nauczaniu zintegrowanym króluje muzyka, plastyka, literatura, głośne deklamowanie wierszy i teatralne zabawy. Wpisana w program nauczania praca ze sztuką może nie tylko uatrakcyjnić zajęcia, ale ma potencjał przekształcania się w realną pracę edukacyjno-terapeutyczną. Wszystko zależy od sprawnego wykorzystania określonych dziedzin sztuki* (Siemion-Mikulska, 2020/2021, s. 59). Oczywiście codzienne funkcjonowanie w szkole nie spełnia wszystkich założeń procesu terapeutycznego i nie jest terapią *sensu stricto*. Jednak wiele elementów lekcji

4 Istotną kwestią, która stanowi również jedną z przyczyn oporu przed stosowaniem arteterapii, jest strach przed słowem „terapia”, na który zwraca uwagę Ewelina Siemion-Mikulska (zob. E. Siemion-Mikulska, *Arteterapia w edukacji wczesnoszkolnej*, „Edukacja Wczesnoszkolna. Zeszyty Kieleckie. Audiodeskrypcja w nauczaniu – usłyszeć i zobaczyć”, red. Beata Jerzakowska-Kibenko, nr 2, 2020/2021, s. 55).

może służyć jako narzędzia do osiągnięcia efektów, które w terapii pedagogicznej są pożądane. Metody arteterapeutyczne odgrywają istotną rolę w procesach socjalizacyjnych i integracyjnych. Ułatwiają adaptację dzieci do nowych warunków szkolnej nauki i pomagają oswoić lęki i obawy przed nowymi wyzwaniami edukacyjnymi. Niezastąpione są również we wczesnym diagnozowaniu potencjalnych problemów wychowawczych.

W wieku wczesnoszkolnym dziecko na swój sposób, ale wyraźnie ukazuje to, co dzieje się w nim wewnątrz, widzi świat przez tylko sobie znany pryzmat. Jego aktywność uwidacznia się w reakcji na społeczną interakcję z innymi osobami. [...] Wszystkie wykonywane przez dziecko czynności odbywają się w relacji z innymi ludźmi lub obok nich. Kiedy te relacje są trudne, ograniczone czy nieprawidłowe, dziecko nie tylko mniej radzi sobie z porażkami, ale nie uczy się współpracować z innymi. Współpracować na tyle, by zauważyć, że poprzez pracę w zespole może wiele zdziałać.

(Stefańska, 2016, s. 151)

Arteterapia kojarzy się przede wszystkim z ekspresją plastyczną. Jednak spektrum działań terapeutycznych związanych z szeroko pojętą sztuką obejmuje wiele jej dziedzin: muzykę, literaturę, teatr, film, taniec, sztuki plastyczne i wiele innych. Niejedna spośród wymienionych sztuk wymaga pracy w grupie, interakcji z rówieśnikami i nauczycielem. Artystyczne działania kooperacyjne są zatem naturalnym motorem procesów socjalizacyjnych.

Ten aspekt jest wyjątkowo ważny dziś, kiedy po dwuletnim chaosie spowodowanym pandemią polska szkoła próbuje wrócić na normalne tory. Nadmiar obowiązków szkolnych i pozaszkolnych sprawia, że dzieci nie mają jak odreagować skumulowanych w nich emocji, nie mają jak przepracować uczuć i przeżyć, które są dla nich nowe i których dopiero się uczą. Dodatkowo rozgrywający się tuż za naszą granicą dramat obywateli Ukrainy i związany z nim napływ ukraińskich dzieci do szkolnych oddziałów znacząco przemodelował sposób funkcjonowania uczniowskiej rzeczywistości. Pojawianie się nowych uczniów obarczonych bagażem doświadczeń, których zwykle nie są w stanie unieść emocjonalnie, dzieci, które przeżyły

różnego rodzaju traумы i próbują odnaleźć się w nowym, zupełnie obcym im środowisku, wymusza na nauczycielach stosowanie niekonwencjonalnych metod postępowania. W tym kontekście arteterapia zapewnia pedagogom znakomity warsztat wspomagający procesy integracyjne, dostosowany do szczególnych potrzeb małych podopiecznych żyjących w permanentnym stresie.

Świat sztuki rozumianej w każdym możliwym znaczeniu otwiera drzwi tak wielu możliwości, że choć ludzie bardzo się od siebie różnią, mogą dzięki niej mówić językiem zrozumiałym. Zrozumienie innych, podobnie jak zrozumienie siebie, swoich problemów i rozterek, daje możliwość naprawienia błędów, odnalezienia radości życia oraz doskonalenia samego siebie. Wykorzystywana w tym celu sztuka i jej uprawianie może nade wszystko otwierać drogi dla dobrej komunikacji.

(Stefańska, 2016, s. 154)

Twórcza ekspresja, którą zapewniają różne dziedziny arteterapii, wydaje się najbardziej naturalnym i kreatywnym sposobem na wyrażanie gwałtownych i nieokreślonych emocji. Zmaterializowanie przeżycia pozwala na jego zrozumienie i akceptację, które ostatecznie prowadzą do *katharsis*, uleczenia przez sztukę.

W niniejszym tomie zaprezentowano kilka obszarów działań arteterapeutycznych przydatnych w realizacji zadań programowych związanych z edukacją wczesnoszkolną, a *de facto* znajdujących swoje zastosowanie na każdym etapie edukacyjnym.

Rozważania otwierają artykuły podejmujące wyjątkowo przydatny w procesie edukacyjnym temat bajkoterapii i – w szerszym ujęciu – biblioterapii, które stanowią podstawowe narzędzie edukacji polonistycznej. W nauczaniu wczesnoszkolnym to wyjątkowo ważny obszar, gdyż służy nie tylko emocjonalnemu rozwojowi dziecka, ale jest również wstępem do propagowania czytelnictwa, stanowi podstawę właściwego kształtowania mowy, budowania samodzielnych wypowiedzi i poszerzania zasobu słownictwa. Zagadnienie biblioterapii i bajkoterapii zostało także wzbogacone o prezentację potencjału edukacyjnego nowej metody, która wpisuje się w spektrum działań arteterapeutycznych – audiodeskrypcji.

Arteterapia może również wspomagać uczniów w opanowaniu umiejętności pisania. Wczesne korzystanie z ekranów dotykowych i klawiatur przyczynia się do obniżenia sprawności motorycznej ręki i nieprawidłowości w technice pisania. Wskutek tego nauka pisania niejednokrotnie wiąże się z dużym stresem, oporami i niechęcią. Powszechnym problemem staje się niska jakość graficzna pisma. Stosowanie metod arteterapeutycznych może w znacznym stopniu ułatwić i uprzyjemnić ten proces.

Kolejny blok tematyczny tworzą dwa teksty odwołujące się do teatrotterapii i najmłodszej dziedziny arteterapeutycznej – filmoterapii. W obu artykułach skupiono się na integrującym aspekcie działań arteterapeutycznych, który znajduje zastosowanie w pracy z dziećmi poszukującymi własnej tożsamości, mającymi trudności z samoakceptacją i funkcjonowaniem w grupie. Tworzywem dzieł filmowych i aktywności teatralnych są emocje, dlatego obie te formy sztuki doskonale nadają się do wykorzystania terapeutycznego.

Tom zamykają refleksje dotyczące obrazu dziecka i dzieciństwa w kulturze na przestrzeni wieków. Obie te sfery ukazują szeroki kontekst, w którym różne zjawiska i trendy kulturowe dały podstawy do wykorzystania arteterapii w pracy z dziećmi.

Proponowane tu obszary wykorzystania arteterapii na gruncie edukacji wczesnoszkolnej są pokłosiem działań specjalistów, którzy od wielu lat z powodzeniem stosują metody arteterapeutyczne w swojej pracy. Opisane w tekstach ćwiczenia i projekty to gotowy materiał do wypróbowania skuteczności tych metod. Głównym celem niniejszego tomu jest bowiem inspirowanie nauczycieli i pedagogów do pogłębiania wiedzy na temat arteterapii oraz rozpoczęcia własnych twórczych poszukiwań.

Bibilografia

Bartel R. (2016), *Arteterapia i rozwój osobisty. Teoretyczne i praktyczne aspekty terapii przez sztukę*, Poznań.

Bibliografia adnotowana czasopisma „Arteterapia”, <https://www.bibliotekacyfrowa.pl/dlibra/publication/40526/edition/40943/content> [dostęp: 21.05.2022].

[Siemion-Mikulska E. \(2021/2022\), *Arteterapia w edukacji wczesnoszkolnej*, „Edukacja Wczesnoszkolna. Zeszyty Kieleckie. Audio-deskrypcja w nauczaniu – usłyszeć i zobaczyć”, nr 2.](https://psz.praca.gov.pl/rynek-pracy/bazy-danych/infodoradca//-/InfoDoradcaPlus/zawod/323013?_occupationPlusportlet_WAR_nnkportlet_backURL=https%3A%2F%2Fpsz.praca.gov.pl%2Frynek-pracy%2Fbazy-danych%2Finfodoradca%2F%3Fp_p_id%3DoccupationPlusportlet%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-1%26p_p_col_pos%3D1%26p_p_col_count%3D3&_occupationPlusportlet_WAR_nnkportlet_description=identificationData; [dostęp: 25.05.2022].</p></div><div data-bbox=)

Stefańska A. (2016), *Teatroterapia w procesie podmiotowego doświadczania aktywności komunikacyjnej w fazie późnego dzieciństwa*, „Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce”, t. 11, nr 3(41).

Szczerska T. (2020), *Emocje w procesie arteterapii*, „Edukacja Humanistyczna”, nr 2(43).