

**Rola sztuki w oddziaływaniach
terapeutycznych ze szczególnym
wykorzystaniem arteterapii i biblioterapii**

Innowacja programowo-metodyczna

**autor:
Małgorzata Różewicz-Dubiel**

Wstęp- opis innowacji

Dzieci w młodszym wieku szkolnym wchodzą w coraz szersze środowisko społeczne, w którym jest wiele nowych i trudnych sytuacji. Nierzadko występują konflikty i frustrację wywołujące emocje z jakimi dziecko nie zawsze umie sobie poradzić. Coraz więcej obserwuję się zaburzeń zachowania u dzieci, które utrudniają im prawidłowe funkcjonowanie. Są to dzieci mające problemy szkolne, dzieci nadpobudliwe ruchowo, agresywne, mające problemy z adaptacją, chwiejne emocjonalnie, odrzucone.

Współczesny nauczyciel winien szukać takich metod, technik i form pracy z młodym człowiekiem, które pozwoliłyby korygować tego typu zaburzenia u swoich wychowanków. Wiadomo bowiem, że dużo łatwiej jest zapobiegać niż leczyć. Bardzo pomocna w terapii dla dzieci z zaburzeniami w zachowaniu jest arteterapia i biblioterapia. Poprzez proces kreatywności i rozkoszowania się sztuką wzrasta świadomość siebie i innych, radzenia sobie z problemami, stresem, czy przykrymi, niechcianymi uczuciami.

Twórczość jest jedyną właściwością człowieka wyróżniającą go z całej różnorodności świata, dlatego możemy stwierdzić iż każdy człowiek jest twórcą a twórczość będąc czymś naturalnym i wyłącznie ludzkim jest odkrywaniem i poszukiwaniem.

Podczas wieloletniej pracy z dziećmi a szczególnie z dziećmi z zaburzoną dynamiką procesów nerwowych, zauważyłam jak ważna jest terapia poprzez sztukę. Pod wpływem tych spostrzeżeń opracowałam program autorski „Potrafię być inny- podejmujący problematykę rozwoju dziecka poprzez świat sztuki dla dzieci nadpobudliwych psychoruchowo”.

Zajęcia z arteterapii mają przyczynić się rozwijania osobowości i postaw twórczych. Uczestnictwo w sztuce, w atmosferze zabawy, radosnego współdziałania, tworzenia sprzyja harmonijnemu rozwojowi osobowości dziecka. Aktywność twórcza wpływa istotnie na sferę emocjonalno-motywacyjną. Przyczynia się do zaspokojenia potrzeby samorealizacji. Dziecko widząc aprobatę swojej innowacyjnej postawy buduje pozytywną samoocenę, wyzwala optymizm, nabiera wiary w sukces. W procesie terapii ogromne znaczenie mają odniesione przez dziecko sukcesy twórcze, celowy dobór form i metod pracy terapeutyczno-wychowawczej wpływa na jej efektywność. Działania

takie stosowane systematycznie zmniejszają stopień występowania zaburzeń, spadek zachowań aspołecznych. Szczególne znaczenie mają zajęcia oparte na biblioterapii. Bajki tworzą najbliższą w rozumieniu dziecka rzeczywistość, dają wsparcie w sytuacjach kryzysowych i pomagają uporać się z trudnymi emocjonalnie zdarzeniami. W świecie bajek można spotkać przyjaciół, przeżyć wspaniałe przygody a przede wszystkim pozbyć się lęku i agresji.

Cele główne

- Diagnoza pozwalająca rozpoznać potrzeby emocjonalne, poznawczo rozwojowe oraz możliwości manualne u dzieci.
- Rozładowanie trudnych emocji u dzieci z zaburzeniami psychoruchowymi oraz z zaburzeniami w zachowaniu.
- Terapia polegająca na wzroście zdolności percepcyjno poznawczych, emocjonalno społecznych, uzewnętrznieniu przeżyć i doznań.

Cele szczegółowe

- Pobudzenie wszechstronnego rozwoju uczniów.
- Rozwijanie zainteresowań artystycznych.
- Zdobywanie wiedzy o sposobie radzenia sobie z uczuciami niechcianymi (złość, strach, agresja, nienawiść, nuda).
- Przekazywanie i uczenie poprzez zabawę wartości umiejętności współdziałania w grupie, twórczego myślenia.
- Uczenie się wyrażania trudnych emocji w sposób społecznie akceptowany.
- Relaksacja pozwalająca na odreagowanie wewnętrznych napięć.
- Pobudzenie twórczej aktywności dziecka (werbalnej i pozawerbalnej).
- Poznanie różnego rodzaju materiałów do wykorzystania w procesie tworzenia.
- Kształtowanie wyobraźni i inwencji twórczej.
- Podnoszenie poziomu samoakceptacji.
- Stwarzanie możliwości do własnych wypowiedzi za pomocą różnorodnych środków artystycznych.
- Refleksje nad własnym systemem wartości (bajki terapeutyczne).

Zasady Innowacji

Zajęcia będą się odbywały w ramach kółka terapeutycznego zgodnie z opracowanymi przeze mnie scenariuszami zajęć jeden raz w tygodniu. Będą uczęszczały na nie dzieci wytypowane przez nauczycieli- wychowawców u których zaobserwowano zaburzenia w rozwoju psychoruchowym i emocjonalnym. Udział w zajęciach będzie dobrowolny. W każdym scenariuszu zajęć znajdują się zabawy i ćwiczenia umożliwiające odreagowanie napięcia psychoruchowego, oraz ćwiczenia rozwijające koncentrację uwagi. Odpowiednio dobrane techniki plastyczne, z wykorzystaniem różnych materiałów dadzą możliwość tworzenia czegoś nowego, oryginalnego, rozbudzą wyobraźnię i ekspresję. Dadzą radość i satysfakcję. Zasadą zajęć będzie nadanie większego znaczenia doznaniom dzieci podczas samego procesu tworzenia niż jego wytworom. Bardzo ważną zasadą, która będzie się kierowała będzie zasada różnorodności i przemienności zajęć, unikania monotonii. W pracy z dziećmi szczególnie ważne będzie wzmocnienie poczucia własnej wartości poprzez okazane zainteresowania, udzielenie pomocy w rozwiązywaniu problemów, wspólne wypracowanie metod postępowania w sytuacjach konfliktowych.

Ważną częścią innowacji jest bajka terapeutyczna. Przedstawione w scenariuszach teksty bajek służą do rozwiązywania licznych problemów. Przyczynią się do lepszego rozumienia siebie i innych. Nauczą dzieci rozpoznawać elementy wyzwalamyjące złość i agresję. Podpowiedzą jak radzić sobie z "uczuciami niechcianymi". Podczas spotkań będę wykorzystywała zabawy ruchowe, a szczególnie ćwiczenia oparte na Metodzie Ruchu Rozwijającego W. Sherborne oraz metodzie kinezylogii P. Dennisona.

Metody i formy pracy

Wśród sugerowanych metod w pracy w ramach zajęć areterapeutycznych, należy wymienić wszystkie te, które pozwolą zrozumieć temat, wyobrazić sobie efekt końcowy, uczyć obserwować i praktycznie uzmysłowiać proces tworzenia, pobudzą do ekspresji plastycznej.

- Metody praktycznego działania
- Pogadanka
- Obserwacja

- Pokaz
- Dyskusja nad czytany utworem
- Wchodzenie w role
- Ćwiczenia ruchowe
- Aktywizujące
- Relaksacja
- Różne techniki malarskie

Ewaluacja

Zajęcia będą prowadzone od 1 września 2008 roku do 19 czerwca 2009 roku. Na początku poproszę rodziców i wychowawców o wypełnienie kwestionariusza Connors'a oraz kwestionariusz Wenglosz-Bala oceniającego sposoby zachowania dziecka. W trakcie innowacji poprowadzę zajęcia otwarte dla nauczycieli. Urządę wystawę prac dzieci- wernisaż połączony z zajęciami otwartymi dla rodziców dzieci uczęszczających na zajęcia. Po zakończeniu innowacji rodzice oraz nauczyciele- wychowawcy ponownie ocenią sposoby zachowania dziecka za pomocą wyżej wymienionych kwestionariuszy. Po analizie kwestionariuszy przedstawię nauczycielom- wychowawcom rezultaty wdrożonej innowacji.

Tematyka zajęć

Na każde zajęcia terapeutyczne zaplanowano od 1 do 4 godzin lekcyjnych w zależności od realizowanego tematu.

1. „Poznaj” moje imię

- integracja grupy
- przełamanie onieśmienia
- kształcenie umiejętności współdziałania w grupie

2. „Ogród” żółwi- bajka terapeutyczna

- kształcenie umiejętności radzenia sobie z presją rówieśniczą
- ćwiczenia umiejętności asertywnego odmawiania
- scenki dramatyczne

3. „Zabawy z gliną” – modelowania

- poznanie nowego materiału plastycznego
- rozwijanie sprawności manualnej

4. Moje miejsce w klasie "Jestem Twórcą Obrazu"

- kształcenie ekspresji twórczej,
- wykorzystanie materiałów przyrodniczych

5. „Mój ulubiony zwierzak”

- wzmocnienie poczucia własnej wartości
- podnoszenie poziomu samoakceptacji
- rozładowanie negatywnych emocji
- rozwijanie inwencji plastycznej i ogólnej postawy twórczej

6. „Jakie uczucia przeżywa drugi człowiek”

- rozwijanie umiejętności różnicowania emocji na podstawie ich mimicznego wyrazu
- rozwijanie inwencji plastycznej
- stwarzanie możliwości do własnych wypowiedzi za pomocą różnorodnych środków plastycznych
- kształcenia ogólnej sprawności ruchowej
- kształtowanie umiejętności wczuwania się w innych- empatia

7. „Jestem szczęśliwy- radość”

- kształcenie umiejętności rozpoznawania i nazywania uczuć i związanych z nimi emocji
- rozwijanie postawy otwartości wobec rozwiązywanych problemów plastycznych
- budzenie zaufania, poczucia bezpieczeństwa (Metoda Ruchu Rozwijającego W. Sherborne)

8. „Akceptujemy tego kto jest inny”- bajka terapeutyczna – „Potwór”

- akceptowanie uczuć przeżywanych przez inne osoby

- szacunek dla poglądów innych
- ćwiczenia relaksacyjne
- poznanie nowej techniki- malowanie 10 palcami
- wykonanie prac plastycznych zgodnie z własnymi uczuciami

9. „Wyrzuć swój gniew”

- poznanie umiejętności rozładowania napięcia przez zabawę
- rozwijanie wyobraźni muzycznej
- rozwój samodzielności i postawy twórczej

10. „Czego się boimy- mapa naszych strachów”

- rozpoznawanie lęków na podstawie wewnętrznych objawów
- tworzenie obrazów widzianych wyobraźnią dziecka pod wpływem muzyki

11. „Podróż do krainy wyobraźni”

- rozwijanie ekspresji plastycznej i myślenia metaforycznego
- nauka radzenia sobie z napięciem
- budowanie zaufania i odpowiedzialności za drugą osobę (Ruch Rozwijający)

12. „Mój znak”- collage

- umiejętność wykorzystania materiałów odpadowych
- rozwijanie samodzielności, otwartości w podejmowaniu działań

13. „Moje hobby sposobem na nudę”

- rozwijanie umiejętności określenia przyczyny nudy
- rozwijanie koncentracji uwagi
- rozwijanie zdolności plastycznych- tworzenie kartonowych konstrukcji przestrzennych.
- radzenie sobie z napięciem- relaksacja

14. „Moje słowa nie muszą ranić”- bajka terapeutyczna „Szklany człowiek”

- opanowanie agresji a także jej przezwyciężanie
- uwalnianie uczuć agresywnych przez metody aktywizujące

- umiejętność wczuwania się u odczucia innych
- rozwijanie myślenia refleksyjnego i metaforycznego

15. „Jestem twórcą”- tworzymy opowiadanie

- rozwijanie ekspresji twórczej
- rozwijanie sprawności ruchowej
- rozwijanie umiejętności tworzenia swobodnych tekstów
- zrozumienie istoty samodzielności i odpowiedzialności za wykonane zadania

16. „Agresji mówię nie”

- umiejętność rozpoznawania agresji
- umiejętności radzenia sobie z uczuciami niechcianymi
- kształcenie umiejętności społecznych
- rozładowywanie napięć (ćwiczenia oddechowe)

17. „Podróż na nieznaną planetę”

- wywoływanie pozytywnych wrażeń dotykowych i słuchowych
- pobudzenie zainteresowań i zdolności plastycznych
- zapoznanie z nową techniką plastyczną (malowanie mokre w mokrym na zmiętym papierze)

18. „Tworzymy teatr”- jesteśmy autorami, aktorami, piszemy scenariusz

- rozwijanie umiejętności zabawy z tekstem literackim
- stwarzanie możliwości do własnych wypowiedzi za pomocą różnych środków artystycznych, projektowanie i wykonanie rekwizytów do przedstawienia

19. „Krzyk drzewa”- rozdmuchiwanie plam tuszu

- zapoznanie z nową techniką
- plastyczne wyobrażanie własnych doznań
- pobudzenie fantazji

20. „Jestem sobą i mam własne zdanie”- bajka terapeutyczna „Sprzedawca kapeluszy”

- uświadomienie skutków ślepego naśladowania innych
- rozróżnianie dobrego i złego „małpowania”
- tworzenie obrazów plastycznych- ilustracja do tekstu

Margareta Zbiewa Dule

Bibliografia

- Arciszewska A. „Arteterapia- szczęśliwy świat tworzenia”, BEA 2006
- Baczyńska E., Borowiec J., „Praca z dzieckiem nadpobudliwym psychoruchowo” WSiP Warszawa 1998
- Bąk J., Wiewióra-Pyka E. „Bajkowe spotkania- program zajęć wychowawczo-profilaktycznych dla uczniów szkoły podstawowej”
- Bodanko A. „Wspomaganie procesu wychowawczego programami profilaktyczno- edukacyjnymi” Impuls Kraków 1999
- Borecka J. „Baśń, bajka, bajeczka w terapii pedagogicznej” wydawnictwo SBP Poznań 2001
- Kreft D. „Bajki które leczą” tłum. Trzebiatowska M. GWP Gdańsk 2003
- Dąbrowska M., Rozesłaniec M., "Korygowanie zaburzeń dzieci nadpobudliwych psychoruchowo i agresywnych w grupie socjoterapeutycznej" Wydawnictwo Adam Marszałek Toruń 2006
- Dymara B. „Dziecko w świecie sztuki” Impuls Kraków 1996
- Konieczna E. „Arteterapia w teorii i praktyce” Impuls Kraków 2004
- Krasoń K., Mazepa-Domagala B. "Ekspresja Twórcza dziecka" WSP Katowice 2004
- Obuchowicz I. „Jak z niechcianymi uczuciami" Media Rodzina Poznań 2001
- Pawlak P. „Program profilaktyczno- terapeutyczny dla dzieci z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej” Impuls Kraków 2006
- Szmidt K., Bonar J. „Ziemia, żywioły – lekcje twórczości w nauczaniu zintegrowanym” WSiP Warszawa 1998