

Mariusz Grabowski

Znaczenie arteterapii w rehabilitacji osób niepełnosprawnych

Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce : kwartalnik dla nauczycieli nr 4,
19-22

2008

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.



mgr Mariusz Grabowski
Centrum Rehabilitacyjno-Opiekuńcze w Łodzi

ZNACZENIE ARTETERAPII W REHABILITACJI OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

*„Każde doskonałe dzieło sztuki
jest moralnym postępem ludzkości”.
Ludwig van Beethoven*

Sztuka jest odzwierciedleniem dziejów całej ludzkości – wartości, ideałów, dążeń, marzeń. W niej uwewnętrzniają się uczucia i emocje zarówno pozytywne, jak i negatywne motywy postępowania, sens działań człowieka, pełni funkcje katharsis. Sztuka jest nieodłącznym atrybutem ludzkiej egzystencji¹.

„Sztuka towarzyszy człowiekowi od początku jego istnienia. Zaś terapia przez sztukę sięga czasów starożytnych, kiedy mówiono o „uprawianiu duszy”, wskazywano na lecznicze oddziaływanie muzyki oraz otoczenia”².

„Arteterapia jako samodzielna dziedzina praktyki terapeutycznej wyodrębniła się z dwóch dyscyplin: sztuki i psychiatrii”³. „Słowo arteterapia złożone jest z dwóch członów: arte i terapia. Arte (z łac. ars) oznacza sztukę, rzemiosło, rękodzieło, sztuki piękne i umiejętności, a także dzieło sztuki. Arteterapia jest więc szczególnym rodzajem działalności ukierunkowanej na człowieka i jego środowisko, zmierzające do przywrócenia bądź potęgowania zdrowia”⁴.

„Początków współczesnej koncepcji arteterapii szukać należy w cywilizacjach starożytnych Chin, Asyrii, Egiptu i Arabii. Do czasów obecnych koncepcje te zostały wielokrotnie przebadane, zmienione i przetworzone”⁵. Do powstania arteterapii przyczynili się także pionierzy psychoterapii opartej na teoriach Z. Freuda i C. G. Junga, którzy podkreślali wielką siłę ekspresji dzieł sztuki i wyobraźni⁶.

Pionierem współczesnej arteterapii i autorem tego terminu jest Adrian Hill z Anglii.

Według W. Szulc arteterapia polega na wykorzystaniu różnych środków artystycznych, które ułatwiają pacjentowi ekspresję emocji. Inaczej to pojęcie inter-

¹ M. Kuśpit, *Arteterapia*, „Remedium” 2003, nr 3, s. 6.

² J. Godawa, *W kręgu sztuki i arteterapii. Słowa, które mają uzdrawiającą moc*, [w:] *Wielowymiarowość procesu rehabilitacji*, red. J. Rottermund, Kraków 2007, s. 169.

³ W. Szulc, *Początki arteterapii jako dyscypliny paramedycznej w Europie*, [w:] *Metody i formy terapii sztuką*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2005, s. 7.

⁴ J. Godawa, *W kręgu sztuki...*, op.cit., s. 170.

⁵ P. Rozmysłowicz, *Arteterapia jako metoda korygowania zaburzeń emocjonalnych*, [w:] *Metody i formy terapii sztuką*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2005, s. 12.

⁶ J. Godawa, *W kręgu sztuki...*, op.cit., s. 171.



pretuje M. Kulczycki. Autor „rozumie arteterapię jako układ poglądów i czynności, które ukierunkowane są na utrzymanie lub podnoszenie poziomu jakości życia ludzi za pomocą szeroko rozumianych dzieł sztuki i uprawiania sztuki”⁷.

Jeszcze inną definicję tego pojęcia przytacza Wł. Dykcik. Według autora arteterapia jest to „spontaniczna, nieskrępowana twórczość człowieka powiązana z wykorzystaniem szeroko rozumianych dzieł sztuki i jej uprawiania, np. rysowania, malowania, lepienia, rzeźbienia, grafiki, muzyki i muzykowania, śpiewu, tańca, poezji, biografii, pamiętników, czytelnictwa itd. Aktywność tego rodzaju stanowi układ czynności ukierunkowanych na edukację, rekreację, profilaktykę i korekcję zaburzeń bez względu na wiek, miejsce i jakość życia”⁸.

Wiodącym zadaniem arteterapii według M. Kulczyckiego jest optymalizacja jakości życia. Oznacza to, że arteterapia wiąże się z zapobieganiem trudnościom życiowym, a w razie ich występowania – ze zmniejszeniem ich ciężaru i przezwyciężeniem przeszkód w wymiarze doraźnym, sytuacyjnym i ogólnozyciowym, perspektywnym.

Zdaniem M. Kulczyckiego arteterapii nie powinno się ograniczać jedynie do funkcji terapeutycznych, leczniczych, lecz należy ją włączyć również do działań wychowawczych⁹.

Według R. Popek w arteterapii „realizowane są dwa cele: cel pośredni, którym jest ekspresja uczuć, odreagowanie stanu wzmożonego napięcia psychofizycznego (odczuwanego jako stany niezaspokojenia, przykrości, lęku, niepokoju, podniecenia, apatii), oraz cel finalny, którego istotą są korzystne zmiany w zachowaniu i postawie wobec siebie samego i innych ludzi”¹⁰.

Natomiast Z. Kulczycki wyszczególnia następujące funkcje arteterapii: rekreacyjną, edukacyjną i korekcyjną¹¹.

Funkcja rekreacyjna przejawia się głównie w tym, że arteterapia ułatwia wypoczynek, pozwala na oderwanie się od codziennych trudności i ważnych problemów życiowych¹².

W funkcji edukacyjnej najważniejsze jest dostarczenie dodatkowych wiadomości, pełniejszej wiedzy i zwiększanie mądrości życiowej. Dla funkcji korekcyjnej najbardziej charakterystyczne staje się przekształcenie mniej wartościowych lub wręcz szkodliwych mechanizmów i struktur na bardziej wartościowe. Korekcyjna funkcja arteterapii polega na tym, że akt twórczy

⁷ Tamże.

⁸ Wł. Dykcik, *Poszukiwanie nowatorskich i alternatywnych koncepcji indywidualnej rehabilitacji oraz społecznej integracji osób niepełnosprawnych aktualnym wyzwaniem praktyki edukacyjnej*, [w:] *Nowatorskie i alternatywne metody w praktyce pedagogiki specjalnej*, red. Wł. Dykcik, B. Szychowiak, Poznań 2001, s. 36.

⁹ E. Marek, *Arteterapia jako metoda wspomagająca pracę wychowawczą*, [w:] *Sztuka w edukacji i terapii*, red. M. Kapnik, W. A. Sacher, Kraków 2004, s. 105.

¹⁰ P. Rozmysłowicz, *Arteterapia...*, op.cit., s.13.

¹¹ J. Gładyszewska-Cylulko, *Wspomaganie ...*, op.cit., s. 54.

¹² W. Szulc, *Sztuka i Terapia*, Warszawa 1993, s. 42.



zapobiega, przeciwdziała zaburzeniom występującym zarówno w procesach fizjologicznych organizmu, jak i samopoczuciu i zachowaniu.

W ujęciu A. Araszkiwicz i W. Podgórskiej „arteterapia pełni podstawowe funkcje terapeutyczne: ułatwia pacjentowi uzyskanie wglądu we własne problemy, umożliwia odreagowanie silnych przeżyć emocjonalnych, ułatwia zmianę postaw i zachowań człowieka w stosunku do siebie, do innych i świata, wpływa na poprawę reakcji z innymi ludźmi, a także ułatwia proces integracji wewnętrznej. Działa ona zatem korzystnie na osobowość człowieka i jego stosunek do otoczenia”¹³.

Dotychczasowe badania nad arteterapią przyniosły następujące jej klasyfikacje, które przytaczam za G. E. Kwiatkowską:

- arteterapia o charakterze czynnościowym pozwala na wykorzystanie twórczej działalności człowieka w celu wyzwolenia go z patologicznych myśli, oderwania od koncentracji na chorobie, wzmocnienia zdrowych stron jego osobowości oraz w celu stymulacji i wyciszenia;
- arteterapia projekcyjna pobudza do rzutowania na wytwory twórczości uczuć, postaw i motywów – po to, aby mogły być lepiej poznawane i interpretowane;
- arteterapia o charakterze kreacyjnym i integrującym – aktywność twórcza aktywizuje zdolności człowieka, umacnia jego tendencję do własnej realizacji oraz scala jego osobowość.

Ponieważ arteterapia obejmuje różne sposoby wykorzystania aktywności twórczej w leczeniu, najczęściej mówi się o arteterapii projekcyjnej, przy czym nie jest tu istotna wartość artystyczna dzieła. Przede wszystkim chodzi o to, aby dostarczyć pacjentowi pomocniczych środków wyrażania jego problemów¹⁴.

Techniki stosowane w arteterapii to: rysunek, malowanie pędzlem lub palcami, rzadziej lepienie w glinie lub plastelinie, rzeźba, tkanina artystyczna, collage i inne.

Arteterapia wyzwala aktywność twórczą, wyrównuje braki i ograniczenia psychofizyczne. Pozwala zaakceptować siebie i innych. Nadaje sens i wzbogaca życie każdego człowieka, którego obejmuje działaniem. Daje możliwości i narzędzia do aktywności twórczej, do różnorodnych oddziaływań na otaczający świat w nowy kreatywny sposób. Zajęcia arteterapeutyczne sprzyjają samoistnej potrzebie wyrażania myśli i uczuć, są okazją do zaistnienia procesu kreacyjnego obejmującego zbiór cech indywidualnych charakteryzujących każdego z nas oraz – a może przede wszystkim – są okazją do zaistnienia procesu kreacyjnego obejmującego zbiór cech indywidualnych charakteryzujących każdego z nas oraz – a może przede wszystkim – są okazją do potwierdzenia własnej osobowości właśnie w aktach twórczych. Warto również wspomnieć, że działania arteterapeutyczne są skierowane na dostarczanie inspiracji do przeżyć intelektualnych, duchowych i estetycznych oraz na tworzenie różnorodnych form, które cieszą się

¹³ J. Gładyszewska-Cylulko, *Wspomaganie...*, op.cit., s. 54.

¹⁴ P. Rozmysłowicz, *Arteterapia...*, op.cit., s. 13–14.



i niejednokrotnie stanowią zaskoczenie dla samego twórcy. Szczególnie dla osób niepełnosprawnych jest istotne, że podczas procesu terapii przez sztukę zaspokajają takie potrzeby, jak: akceptacja, bezpieczeństwo, współuczestniczenie, bycie rozumianym i docenianym¹⁵.

Pytanie o znaczenie sztuki i twórczości w funkcjonowaniu osób niepełnosprawnych pozostaje ciągle otwarte. W obszarze rehabilitacji sztuka stanowi istotę metody o szerokim oddziaływaniu terapeutycznym¹⁶. Twórczość osób niepełnosprawnych jest zatem wywołana potrzebą ekspresji, rozwoju, samorealizacji, właściwymi człowiekowi w ogóle.

Reasumując należy podkreślić, że arteterapia jako dyscyplina paramedyczna jest niezastąpiona oraz skuteczna w rehabilitacji osób niepełnosprawnych. Jako jedna z metod terapii zajęciowej swoimi właściwościami istotnie wpływa na poszczególne jednostki w aspekcie biopsychospołecznym. Przedstawiona w powyższym ujęciu jest niezwykle ważnym elementem w kształceniu przyszłych pedagogów specjalnych.

Mariusz Grabowski

Bibliografia:

- Czerwińska M., *Sztuka w rehabilitacji osób niepełnosprawnych – metoda czy sposób na życie?* [w:] *Dyskursy pedagogiki specjalnej 3: Rehabilitacja, opieka i edukacja specjalna w perspektywie zmiany*, red. Cz. Kosakowski, A. Krause, Olsztyn 2004.
- Dykcik Wl., *Poszukiwanie nowatorskich i alternatywnych koncepcji indywidualnej rehabilitacji oraz społecznej integracji osób niepełnosprawnych aktualnym wyzwaniem praktyki edukacyjnej*, [w:] *Nowatorskie i alternatywne metody w praktyce pedagogiki specjalnej*, red. Wl. Dykcik, B. Szychowiak, Poznań 2001.
- Gładyszewska-Cylulko J., *Wspomaganie rozwoju dzieci nieśmiałych poprzez wizualizację i inne techniki arteterapii*, Kraków 2007.
- Godawa J., *W kręgu sztuki i arteterapii. Słowa, które mają uzdrawiającą moc*, [w:] *Wielowymiarowość procesu rehabilitacji*. T. 2, red. J. Rottermund, Kraków 2007.
- Kuśpit M., *Arteterapia*, „Remedium” 2003, nr 3.
- Marek E., *Arteterapia jako metoda wspomagająca pracę wychowawczą*, [w:] *Sztuka w edukacji i terapii*, red. M. Knapik, W. A. Sacher, Kraków 2004.
- Rozmysłowicz P., *Arteterapia jako metoda korygowania zaburzeń emocjonalnych*, [w:] *Metody i formy terapii sztuką*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2005.
- Szulc W., *Sztuka i Terapia*, Warszawa 1993.
- Szulc W., *Początki arteterapii jako dyscypliny paramedycznej w Europie*, [w:] *Metody i formy terapii sztuką*, red. L. Kataryńczuk-Mania, Zielona Góra 2005.

¹⁵ J. Godawa, *W kręgu sztuki...*, op.cit., s. 171–172.

¹⁶ M. Czerwińska, *Sztuka w rehabilitacji osób niepełnosprawnych – metoda czy sposób na życie?* [w:] *Dyskursy pedagogiki specjalnej 3: Rehabilitacja, opieka i edukacja specjalna w perspektywie zmiany*, red. Cz. Kosakowski, A. Krause, Olsztyn 2004, s. 315.