

ZNACZENIE ARTETERAPII W REHABILITACJI OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

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

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

„Arteterapia jako samodzielna dziedzina praktyki terapeutycznej wyodrębniła się z dwóch dyscyplin: sztuki i psychiatrii”. „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”. „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”. 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 wyobraźni.

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 interpretuje 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, pamiątek, czytelnictwa itd. Aktywność tego rodzaju stanowi układ czynności ukierunkowanych na edukację, rekreację, profilaktykę i korekcję zaburzeń bez względu na wiek, miejsce i jakość życia”.

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, perspektywicznym.

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 niezaspokożenia, przykrości, lęku, niepokoju, podniecenia, apatii), oraz cel finalny, którego istotą są korzystne zmiany w zachowaniu i postawie wobec siebie samego i innych ludzi”.

Natomiast Z. Kulczycki wyszczególnia następujące funkcje arteterapii:

- rekreacyjną (ułatwia wypoczynek, pozwala na oderwanie się od codziennych trudności i ważnych problemów życiowych).
- edukacyjną (najważniejsze jest dostarczenie dodatkowych wiadomości, pełniejszej wiedzy i zwiększanie mądrości życiowej).
- korekcyjną (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 zapobiega, przeciwdziała zaburzeniom występującym zarówno w procesach fizjologicznych organizmu, jak i samopoczuciu i zachowaniu).

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 problemów. 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 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 docenianym.

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.

Opracowała:

Ewelina Baranowska