

WARSZTATY

„Podróż w krainę wyobraźni”

WSTĘP

Sztuka jako forma ekspresji towarzyszy człowiekowi od zawsze. Poprzez malarstwo, rysunek, śpiew czy taniec może on wyrazić swoje wewnętrzne potrzeby, emocje i uczucia - przeżyć swego rodzaju katharsis. Sztuka pomaga kształtować osobowość - z jednej strony stwarza bowiem możliwość ujawnienia stłumionych uczuć, zaś z drugiej - przejmuje nad nimi kontrolę i uwalnia od napięć. Wpływa również na samoocenę i poczucie własnej wartości. Jest sposobem porozumienia z sobą i innymi. Ponadto wzmacnia przekonanie, iż można bez poczucia winy i lęku przed karą przyznać się do przeżywania buntu, cierpienia i wielu innych negatywnych emocji. W pełni zrozumiałe staje się zatem wśród współczesnych terapeutów tak ogromne zainteresowanie sztuką. Wychodzą oni z inicjatywą wykorzystania procesu twórczego do celów terapeutycznych – arteterapii (*ars* – sztuka, *therapeuein* – leczenie, terapia). Arteterapia jest bowiem formą komunikacji z samym sobą i z innymi ludźmi. Dzięki niej dziecko lub osoba dorosła zaczyna nabierać dystansu w stosunku do własnych, niekiedy trudnych przeżyć, uczuć i doświadczeń, kształtować i rozwijać inteligencję emocjonalną, a szczególnie takie jej aspekty, jak identyfikowanie własnych stanów emocjonalnych oraz wyrażanie ich w społecznie akceptowany, nieraniący innych sposób. W trakcie zajęć możliwa staje się zatem zmiana sposobu odbioru otaczającej rzeczywistości. Działania arteterapeutyczne przyjmują różne formy, do których zalicza się: terapię za pomocą sztuk plastycznych (rysunki, grafika, rzeźba, itp.), choreoterapię (taniec i ruch), muzykoterapię, w której wykorzystywany jest własny głos, nagrania muzyczne, a także instrumenty muzyczne, dramatoterapię (odgrywanie ról), biblioterapię (terapię z wykorzystaniem książek, publikacji literackich, itp.).

Połączenie powyższych technik arteterapeutycznych w warsztatach „*Podróż w krainę wyobraźni*” będzie miało za zadanie wzbudzenie pozytywnych emocji wywierających korzystny wpływ na zaspakajanie potrzeby samorealizacji dziecka oraz przejawiane przez niego formy aktywności, a także prezentację różnego rodzaju metod i technik arteterapeutycznych oraz ich praktyczne wykorzystanie w określonych działaniach.

OPIS PROGRAMU

Warsztaty skierowane są do uczniów z zaburzeniami w zachowaniu i zagrożonych niedostosowaniem społecznym. Ze względu na różny stopień rozwoju psychofizycznego oraz zainteresowania uczniów w poszczególnych kategoriach wiekowych, warsztaty zostały podzielone na trzy części: pierwsza dla uczniów z nauczania zintegrowanego, druga – dla klas IV – VI szkoły podstawowej i trzecia – dla uczniów gimnazjum. Zajęcia odbywać się będą w przeciągu trzech kolejnych dni podczas ferii zimowych w roku szkolnym 2010/2011. Na każdy dzień przypadają po trzy godziny na każdy etap edukacyjny. W warsztatach będzie brało udział 10 uczniów oraz, ze względu na realizację w ramach projektu „Szkoły dla Rodziców”, ich prawni opiekunowie. Stworzy to bowiem szansę do ich wspólnego spędzenia czasu w sposób aktywny i twórczy. Dla rodziców będzie to świetna okazja do poobserwowania własnych dzieci na tle grupy; ich zachowania, aktywności, stosunku do rówieśników i dorosłych, umiejętności słuchania, oglądania, prezentowania wiadomości i umiejętności, itp. Poza tym spotkanie się w takim gronie i swobodnej atmosferze może sprzyjać nawiązaniu silniejszych więzi między rodzicami, pozwoli na wymianę doświadczeń, da możliwość zauważenia własnych błędów wychowawczych lub umocni w przekonaniu o właściwej drodze postępowania wobec swojego dziecka

Nad całością przebiegu warsztatów będą czuwać pedagodzy oraz nauczyciele prowadzący zajęcia w poszczególnych modułach. Warsztaty prowadzone będą na terenie szkoły, do której uczęszczają dzieci. Ich realizacja wymaga wcześniejszych przygotowań ze strony nauczycieli. Dotyczy to odpowiedniego wyposażenia sali w różnorodne materiały plastyczne i techniczne oraz wydzielenia kąciaka, w którym znalazłaby się scenografia. Niezbędny będzie również magnetofon oraz kamera do utrwalenia całego przedsięwzięcia.

CELE OGÓLNE

- aktywizowanie oraz integrowanie środowiska dzieci i rodziców poprzez udział we wspólnych zajęciach,
- poprawa funkcjonowania emocjonalnego i społecznego dzieci i młodzieży,
- rozwijanie zainteresowań i uzdolnień dzieci i młodzieży,

- zapobieganie marginalizacji i niedostosowaniu społecznemu dzieci i młodzieży,
- kształtowanie charakteru i pożądanych postaw w działaniu grupowym i indywidualnym dzieci i młodzieży,
- przygotowanie dzieci i młodzieży do aktywnego uczestnictwa w życiu społeczeństwa zgodnie z zasadami poszanowania drugiego człowieka.

CELE SZCZEGÓŁOWE

- zmiana wzorów zachowań między rodzicami a dziećmi, rozwijanie umiejętności komunikowania się między nimi oraz budowanie relacji w oparciu o dobrą komunikację,
- budowanie wzajemnego zaufania, zachęty i wsparcia, rozwijanie zdolności empatycznych, zbliżenie się emocjonalne uczestników i poprawa relacji w rodzinach,
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania i udzielania informacji zwrotnej,
- wspólne rozwiązywanie konfliktów między dziećmi a rodzicami, poszukiwanie lepszych niż kara sposobów uczenia dziecka samodyscypliny,
- wymiana doświadczeń między dziećmi a ich rodzicami,
- rozwój rodziców, ze szczególnym naciskiem na odkrywanie wewnętrznych zasobów, zwiększenie zaufania do siebie, jako rodziców i poczucia własnej skuteczności,
- rozwijanie umiejętności wychowawczych rodziców i nauczenie technik radzenia sobie w trudnych sytuacjach wychowawczych,
- nauka dialogu między rodzicem a dzieckiem, kształtowanie więzi opartych na wzajemnym szacunku,
- ćwiczenie umiejętności wyrażania przez rodziców oczekiwań i ograniczeń tak, aby były przez dziecko respektowane,
- zaprezentowanie sposobów wspólnego spędzania czasu,
- wzmocnienie mocnych stron dziecka i pomoc w kształtowaniu poczucia własnej wartości,
- nabycie umiejętności komunikacyjnych i prezentowania swoich osiągnięć przez dzieci i młodzież,
- kształtowanie u dziecka umiejętności nawiązywania satysfakcjonujących kontaktów z rówieśnikami i dorosłymi,

- rozwijanie samoświadomości,
- poznanie czynników wpływających na podejmowanie decyzji, szanowanie prawa innych do odmiennego zdania, poznanie etapów podejmowania decyzji, zdobycie umiejętności rozpoznawania osób wpływających na decyzje,
- kształtowanie umiejętności pracy w zespole, odpowiedzialności indywidualnej i grupowej,
- stosowanie podstawowych umiejętności prospołecznych tj.: proszenie o pomoc, przyłączanie się, udzielanie instrukcji, wykonywanie poleceń, przepraszenie, przekonywanie innych,
- zapobieganie wadliwej adaptacji dzieci do warunków życia i wymagań otoczenia, poprzez uczenie ich pozytywnego patrzenia na siebie, swoje życie i otoczenie (zmiana sądów o rzeczywistości),
- zmniejszenie napięć i niepokojów związanych z trudną sytuacją rodzinną oraz sytuacją szkolną (odreagowanie emocjonalne),
- stworzenie możliwości do wyrażenia własnych problemów, trudnych do werbalizacji, stworzenie możliwości odreagowania tłumionych, przykrych emocji,
- uwalnianie się od zahamowań,
- poznanie i rozumienie świata uczuć własnych oraz innych ludzi,
- ćwiczenie zdolności koncentracji uwagi poprzez zdobywanie kontroli, jaką dziecko posiada nad własnym ciałem,
- pomoc w przezwyciężaniu trudności związanych z zaburzeniami w zachowaniu poprzez naukę koordynowania zmysłów wzroku, słuchu, poczucia własnego ciała, równowagi.

OCZEKIWANE EFEKTY

- podniesienie się poczucia własnej wartości u dzieci i młodzieży, co wpłynie na wzrost ich samodzielności i wytrwałości w działaniu,
- podstawowa wiedza o uczuciach pozwoli uczestnikom lepiej zrozumieć zachowania swoje i innych ludzi,

- sytuacje zabawowe rozładują napięcie wynikłe z niezaspokożenia podstawowych potrzeb psychicznych dziecka, stworzą okazje do uzewnętrzniania uczuć,
- rodzice odkryją swoje wewnętrzne zasoby, zwiększą zaufanie do siebie jako opiekunów, wzmocni się ich poczucie własnej skuteczności, pogłębią świadomość „bycia odpowiedzialnym rodzicem” i poczują pewność w tym co robią, przetrenują umiejętności komunikowania się z dzieckiem, wyrażania oczekiwań oraz egzekwowania wypełniania poleceń lub rozwiązywania konfliktów,
- zmieniają się wzorce zachowań między rodzicami a dziećmi, poprawi się między nimi komunikacja, będą się wzajemnie słuchać, udzielać sobie informacji zwrotnych, wspólnie omawiać i rozwiązywać sytuacje konfliktowe, będą kontynuować kształtowanie więzi opartych na wzajemnym szacunku,
- umocni się wzajemne zaufanie, udzielane sobie wsparcie, zwiększy się bliskość emocjonalna uczestników, co wpłynie na poprawę relacji rodzinnych,
- rodzice i dzieci będą wymieniać przeżywane doświadczenia między sobą,
- rodzice i dzieci zdobędą wiedzę na temat różnych sposobów wspólnego spędzania czasu,
- rozwinie się samoświadomość dzieci i młodzieży,
- dzieci i młodzież nabędą umiejętności komunikacyjnych i będą w adekwatny sposób potrafiły zaprezentować siebie i swoje osiągnięcia,
- uczniowie poznają czynniki wpływające na podejmowanie decyzji, będą kształtować umiejętność szanowania prawa innych do odmiennego zdania, poznają etapy podejmowania decyzji, zdobędą umiejętność rozpoznawania osób wpływających na decyzje,
- uczestnicy warsztatów nabędą umiejętności pracy w zespole, odpowiedzialności indywidualnej i grupowej,
- dzieci i młodzież będą stosować podstawowe umiejętności prospołeczne tj. prośenie o pomoc, przyłączanie się, udzielanie instrukcji, wykonywanie poleceń, przeproszanie, przekonywanie innych,
- uczestnicy warsztatów we właściwy sposób będą potrafili zaadaptować się do warunków życia i wymagań otoczenia, poprzez zmianę sądów

- o rzeczywistości, nauczą się pozytywnego patrzenia na siebie, swoje życie i otoczenie,
- dzieci i młodzież będą ćwiczyć zdolność koncentracji uwagi poprzez zdobywanie kontroli, jaką posiadają nad własnym ciałem,
 - uczniowie uzyskają pomoc w przezwyciężaniu trudności związanych z zaburzeniami w zachowaniu poprzez nauczanie ich koordynowania zmysłów wzroku, słuchu, poczucia własnego ciała, równowagi.

METODY PRACY

- podające (opowiadanie, pogadanka);
- eksponujące (pokaz z elementami przeżycia);
- praktyczne (metoda projektu);
- aktywizujące (integracyjne, burza mózgów, twórczego rozwiązywania problemów).

FORMY PRACY

- praca indywidualna zróżnicowana
- praca zbiorowa (w grupach, z całą klasą)

EWALUACJA

Przez cały czas trwania zajęć uczniowie wraz z opiekunami będą dokumentować swoją pracę dostępnymi środkami, urządzeniami multimedialnymi: kamera, aparat, itp.

Po zakończeniu warsztatów zastaną zaprezentowane wychowankom i rodzicom materiały podsumowujące zajęcia w formie:

- wystawy zdjęć,
- filmów,
- prezentacji multimedialnych.

Przykładowy przebieg warsztatów

1. Powitanie rodziców wraz z dziećmi.
2. Wyjaśnienie uczestnikom przebiegu warsztatów.

3. Rozpoczęcie pracy grupowej (rodzice wraz z dziećmi udają się do stanowisk, gdzie znajdują się wcześniej przygotowane materiały plastyczno - techniczne, a następnie w formie zabawy wspólnie przygotowują rekwizyty, przebrania itp. do przedstawienia teatralnego)
4. Udzielanie pomocy przez osoby prowadzące (m.in. pedagogów, nauczycieli choreoterapeutów, biblioterapeutów, arteterapeutów) rodzicom i dzieciom w zaplanowaniu formy prezentacji na scenie.

Wystawienie sztuki.