

Twórczość w życiu osób niepełnosprawnych z województwa podlaskiego

Streszczenie

Celem rozważań jest analiza zjawiska twórczości jako terapii osób niepełnosprawnych. Priorytetowe zagadnienia pracy dotyczą twórczości w życiu człowieka oraz sposobów realizowania arteterapii w województwie podlaskim. W artykule jest również mowa o wpływie terapii sztuką na osoby niepełnosprawne. Ponadto rozważania dotyczą analizy klasyfikacji arteterapii, jej ujęcia teoretycznego oraz form powyższego zagadnienia.

Słowa kluczowe: twórczość, rozwój, arteterapia, niepełnosprawność, województwo podlaskie

The creation in the lives of people with disabilities in Podlaskie

Abstract

The aim of the discussion is to analyze the phenomenon of creativity of the people with disabilities. Priority issues for the apply of creativity in human life and ways of doing art therapy in Podlaskie. The article concerns the impact of art therapy for people with disabilities. Furthermore, considerations concern the classification analysis of art therapy, her theoretical approach, or forms of the above issues.

Key words: creation, development, art therapy, disability, province podlaskie

Wprowadzenie

Twórczość jest niezwykle cennym działaniem człowieka, podczas realizacji którego potrzebne są niewątpliwie takie cechy, jak: rezolucyjność, upór, chęć duchowego wzbogacenia czy charyzma. Owoce twórczych działań bywają bardzo różne, od prac plastycznych, rzeźb, po występy teatralne czy muzyczne, lecz wszystkie one bez wątpienia są przejawem indywidualizmu, niesztampowości oraz kreatywności.

Twórczość w ujęciu Bogdana Suchodolskiego oznacza: „Pewną postawę wobec życia mającą swój wyraz w umiejętności samodzielnego myślenia i rozwiązywania nieznanych problemów i zadań; występuje tam, gdzie powstają nowe jakości i wartości będące wynikiem osobistych działań i poszukiwań”¹. Tak więc B. Suchodolski przyjmuje, iż twórcze działanie oparte jest na kreatywności, ma swoje odzwierciedlenie nie tylko w sztuce, lecz przede wszystkim w życiu, w umiejętności radzenia sobie z problemami, w otwartości umysłu.

Włodzimierz Szewczuk natomiast pisze, że twórczość to: „Działalność człowieka, której efektem jest wzbogacenie sposobów życia człowieka, jego poznania rzeczywistości – także samego siebie, wzbogacenie świata kultury w najszerszym tego słowa znaczeniu”². W. Szewczuk, definiując twórczość, podkreśla, iż jest ona zarówno wzbogaceniem samego człowieka, jak i działaniem na rzecz kultury czy też sztuki.

W ujęciu Herberta Reada twórczość oznacza: „Proces, dzięki któremu powstaje coś, co przedtem nie miało ani kształtu, ani cech”³. H. Read pokazuje, iż działanie twórcze nadaje ostrość, sprawia, iż tworzy się zupełnie nowe zjawisko, które posiada swój własny charakter i kształt, unikatowe dzieło ludzkiej wyobraźni.

Jednak nie tylko wielcy pedagodzy czy też psychologowie formułują konstatacje odnośnie do twórczości. Również tacy artyści, jak Wolfgang Amadeusz Mozart, dzielili się swymi spostrzeżeniami na temat kreatywności w tworzeniu dzieł. Mozart ujmował działania twórcze następująco: „Kiedy czuję się dobrze i jestem w dobrym humorze, bądź kiedy po dobrym posiłku zażywam przejażdżki albo spaceru, bądź w nocy, kiedy nie mogę zasnąć, pomysły powstają w mej głowie tak łatwo, jak tylko można tego zapragnąć. Skąd i jak się one biorą? Zatrzymuję w głowie te, które mi się podobają i nucę je. Z chwilą, kiedy już mam temat, przychodzą inne melodie, łączą się z pierwszą, zgodnie z wymogami kompozycji jako całość: kontrapunkt, partie poszczególnych instrumentów i wszystkie te fragmenty melodyczne tworzą na koniec całe dzieło. Wówczas dusza moja znajduje się w ogniu natchnienia i nic nie zdoła umknąć mojej uwadze. Dzieło rośnie; rozwijam je i pojmuję je coraz bardziej i bardziej jasno, aż wreszcie mam cały utwór w głowie, choćby był nie wiem jak długi. Mój umysł obejmuje go tak, jak spojrzenie mego oka obejmuje piękny krajobraz. Nie następuje to stopniowo, wraz z poszczególnymi częściami wypracowanymi w szczegółach, jak to się dzieje później, ale moja wyobraźnia słyszy go w jego całokształcie”⁴.

Ujęcie działań twórczych przez Mozarta uwypukla fakt, iż twórczość jest procesem wieloetapowym, który ma miejsce w pewnej przestrzeni czasowej oraz przeważnie podzielony jest na fazy.

Graham Wallas prezentuje następujące etapy procesu twórczego:

- Preparacja – obejmuje ona świadome próby rozwiązania problemu,
- Inkubacja – okres, w którym jednostka nie analizuje w sposób zamierzony i świadomy problemu/pomysłu,
- Olśnienie – oznaczające pojawienie się świadomości idei rozwiązania,
- Weryfikacja – faza świadomej oceny i precyzowania idei⁵.

Twórczość jest niewątpliwie potencjałem tkwiącym w ludzkim umyśle, lecz do tego, by móc tworzyć różnorodne dzieła, niezbędny jest nie zawsze talent, lecz przede wszystkim motywacja, chęć działania i czerpanie przyjemności z tego, co się tworzy.

I. Zjawisko twórczości osób niepełnosprawnych w ujęciu teoretycznym

1.1. Definicja arteterapii

Twórczość jest zjawiskiem niemal od zawsze towarzyszącym człowiekowi; o jego terapeutycznym działaniu wiadomo już było w starożytności: „[...] pacjentom chorym psychicznie zalecano: muzykowanie, słuchanie muzyki, branie udziału w przedstawieniach, a więc to wszystko, co w podbudowanej naukowo psychoterapii, a konkretnie arteterapii stosowane jest wspólnie”⁶.

Traktowanie działań twórczych jako terapii definiowane jest jako arteterapia. Powyższe sformułowanie po raz pierwszy pojawiło się w Wielkiej Brytanii w latach 40. XX w., natomiast za jego twórcę uznano Anglika, Adriana Hilla.

Sformułowanie „arteterapia” pochodzi od wyrazów *ars* („sztuka”) i *therapeuein* („opiekować się kimś, troszczyć o kogoś, leczyć”). Niektórzy naukowcy twierdzą, iż korzenie tego zjawiska sięgają do „psychodynamicznej psychoterapii poprzez sztukę i opiera [to zjawisko – P. E. W.-Z.] swoje założenia na poglądach psychoanalizy Freuda”⁷.

Definicja arteterapii może być ujmowana w dwojaki sposób, jej sformułowanie bowiem określa się w znaczeniu wąskim bądź też szerokim. „Arteterapia w szerokim znaczeniu oznacza wszelkie formy i metody pomocy terapeutycznej, przy których wykorzystuje się sztukę, a dokładnie jej różnorodne dziedziny lub wytwory, np. muzykę, rysunek, literaturę, taniec czy też dramę. Najkrócej można zdefiniować ją jako terapię za pomocą sztuki. Jest ona wyspecjalizowaną, komplementarną formą psychoterapeutyczną, wykorzystującą wytwory sztuki do poprawy kondycji fizycznej i psychicznej jednostki”⁸.

Natomiast w wąskim rozumieniu definicja arteterapii jest stosowana do określenia terapii z użyciem sztuk wizualnych, w większości sztuk plastycznych – rysowanie, malowanie, rzeźbienie.

Terapia przez sztukę definiowana jest w różnorodny sposób. W ujęciu Mariana Kulczyckiego jest to: „[...] układ poglądów i czynności, które ukierunkowane są na utrzymanie lub podnoszenie poziomu jakości życia ludzi za pomocą szeroko rozumianych dzieł sztuki i uprawiania sztuki. Zatem głównym celem tak definiowanej arteterapii jest optymalizacja jakości życia”⁹. Jak twierdzi M. Kulczycki, w arteterapii główny nacisk powinno się kłaść na podnoszenie jakości życia osoby poddającej się terapii. Z kolei *Leksykon psychiatrii* terapię za pomocą sztuki definiuje jako: „[...] wykorzystanie twórczości plastycznej, malarskiej, rysunkowej pacjentów w celach leczniczych. Aktywność tego typu może być spontaniczna, sprzyjać samowyznaniu się pacjenta, jego odreagowaniu emocjonalnemu, przetworzeniu w twórczej formie przeżywanego trudności i konfliktów. Może także przez strukturyzację zajęć w grupie, wskazanie określonych trudności, a także omawianie i interpretowanie treści, symboliki wykonywanych dzieł, sprzyjać wyrażaniu trudnej problematyki, ujawnianiu nieuświadomionych przeżyć, reakcji w trudnych sytuacjach, szczególnie w kontaktach z innymi ludźmi”¹⁰.

W opracowaniach Wity Szulc autorka podkreśliła natomiast, iż arteterapia jest: „[...] działaniem skierowanym na człowieka i jego środowisko, podejmowanym w celu przywrócenia, utrzymania lub potęgowania zdrowia oraz zmierzającym do poprawy jakości życia i wykorzystującym do osiągnięcia tego celu określonych wytworów kultury, przede wszystkim sztuki”¹¹.

1.2. Funkcje arteterapii

Przeprowadzone badania na rzecz arteterapii pozwoliły na wyodrębnienie jej najistotniejszych funkcji.

Grażyna E. Kwiatkowska wyróżnia następujące funkcje arteterapii:

- sublimacyjna, która pozwala na odreagowanie negatywnych stanów emocjonalnych poprzez działalność twórczą, dzięki czemu obniżają się zewnętrzne przejawy tych stanów, np. samookaleczenia, próby samobójcze,
- kreacyjna i integrująca, pozwalająca na scalenie osobowości człowieka, wzmacniając tendencje pacjenta do samorealizacji i aktywizując drzemiące w nim zdolności i uruchamiając subiektywne ukazanie przez niego widzianej rzeczywistości, które podkreśla jego niepowtarzalność i wyjątkowość,
- projekcyjna, pobudza do rzutowania na wytwory twórczości uczuć, motywów i postaw w celu lepszego ich poznania, interpretowania i przepracowania. W projekcyjnej arteterapii nie jest istotna artystyczna wartość dzieła, ale istota rzeczy tkwi w dostarczeniu pacjentowi pomocniczych środków do wyrażenia swojej problematyki,
- czynnościowa, wykorzystująca twórczą działalność jako jeden ze sposobów, pozwalających na wyzwolenie podmiotu arteterapii z jego patologicznego stanu i myśli. Torujące drogę do przeniesienia uwagi z choroby na twórczość i wzmocnienia zdrowych stron jego osobowości oraz w celu wyciszenia i stymulacji”¹².

Jak określa to G. E. Kwiatkowska, arteterapia pomaga pozbyć się negatywnych emocji, przez co zmniejsza napięcie emocjonalne (działanie podobne do zjawiska katharsis), aktywizuje osobę poddawaną terapii do działania, pomaga uwolnić drzemiący w niej potencjał. Ponadto pozwala wyjść jednostce z obciążających stanów depresyjnych, spowodowanych często złym stanem zdrowia, gdyż uwaga oraz koncentracja przenoszą się na wykonywaną czynność twórczą.

Piotr Słowik natomiast tak opisuje funkcje arteterapii: „[...] sam kontakt dziecka ze sztuką może pokazywać mu wartości humanistyczne – poznanie siebie, akceptację własnej wartości. Jednocześnie sztuka może być możliwością kompensaty. Może być jak sen – przenosić dziecko w inny, lepszy świat będący ostoją harmonii, źródłem natchnienia”¹³.

1.3. Przeznaczenie arteterapii

Terapia z udziałem sztuki może być dedykowana różnorodnym grupom ludzi, służy ona zarówno dzieciom, jak i osobom dorosłym, ponadto wykorzystywana jest w pracy z osobami niepełnosprawnymi; może też służyć jednostkom zdrowym.

Jak twierdzi Joanna Gładyszewska-Cylulko: „Doświadczenia naukowe i kliniczne wykazują, że można ją wykorzystać w leczeniu schorzeń nerwicowych i psychosomatycznych powstałych pod wpływem zaburzeń emocjonalnych, a także trudności wychowawczych, którym towarzyszą zaburzenia emocjonalne. Arteterapia wywołuje również emocje pozytywne, takie jak: radość, zadowolenie, stan spokoju i odprężenie, które korzystnie wpływają na samopoczucie człowieka”¹⁴.

Natomiast Maja Stańko opisuje, iż terapia sztuką może być też wykorzystywana przez: „[...] osoby z zaburzeniami odżywiania, pacjentów geriatrycznych, kobiety w ciąży, chorych na AIDS lub zarażonych wirusem HIV oraz ich rodziny, osoby wykorzystywane seksualnie, dzieci z zaburzeniami po stresie urazowym PTSD, więźniów oraz pacjentów cierpiących na agorafobię i paniczny lęk”¹⁵.

1.4. Wybrane formy arteterapii

Istnieją różnorodne formy terapii z udziałem sztuki, praca taka może odbywać się grupowo, może być też realizowana indywidualnie.

Zastanawiając się nad samymi formami arteterapii, przytoczyć można klasyfikację zaproponowaną przez Ewelinę J. Konieczną, która to podaje następujące rodzaje arteterapii:

- muzykoterapię,
- choreoterapię,
- biblioterapię,
- grafoterapię,
- teatroterapię,
- filmoterapię.

Muzykoterapia w ujęciu Tadeusza Natanson jest: „[...] metodą postępowania, wielostronnie wykorzystującą wieloraki wpływ muzyki na psychosomatyczny ustrój człowieka”¹⁶.

Ta forma aktywności osoby rehabilitowanej opiera się na słuchaniu muzyki, graniu na instrumentach czy też śpiewie.

Muzyka ma istotny wpływ na chorego, stymuluje ona bowiem organizm od strony neurofizjologicznej: „Dzięki silnym połączeniom organu słuchu, wzgórze i organu limbicznego muzyka wywołuje silne reakcje emocjonalne, wegetatywne i neurofizjologiczne każdego organizmu ludzkiego”¹⁷.

Choreoterapia natomiast jest formą terapii „opartą o taniec wzbogacony o ćwiczenia muzyczno-ruchowe i improwizacje ruchowe do wybranej muzyki”¹⁸.

Ruch w tym przypadku jest formą sztuki, która rozwija rehabilitowanego zarówno fizycznie, jak i pomaga w rozładowaniu emocji czy napięć.

Biblioterapia natomiast, według W. Szulc, „[...] jest procesem asymilacji wartości psychologicznych, społecznych i estetycznych z książek do ludzkiego charakteru, osobowości zachowania”¹⁹.

Do elementarnych funkcji biblioterapii zaliczyć można: funkcję wychowawczą, utylitarną, pomagającą rozwiązać problemy i zadania życiowe oraz informacyjną (dostarcza wiedzy o zdrowiu pacjenta). Do funkcji tego typu terapii zaliczyć również można funkcję ideologiczną (kształtuje system wartości), rozrywkową, relaksacyjną i emocjonalną, która pozwala wyzwolić uczucia czy emocje niedostępne dla świadomości ludzkiej²⁰.

Kolejną formą arteterapii jest grafoterapia, która opiera swoją działalność na sztukach plastycznych (plastykoterapia, malowanie pędzlem, rękami, stopami) i wykorzystuje techniki rzeźbiarskie czy graficzne.

Teatroterapia natomiast polega na „[...] spontanicznym odgrywaniu przedstawień teatralnych stosowanych w celach terapeutycznych”²¹. Ten rodzaj terapii wpływa na rehabilitowanego głównie poprzez siłę zjawiska katharsis, działa bowiem oczyszczająco na sferę psychiczną oraz emocjonalną człowieka.

Filmoterapia – dość młoda forma terapii (szczególnie w Polsce) – jest również powszechnie stosowaną terapią wśród praktyków. Działa ona na osobę rehabilitowaną na różnych poziomach, bowiem sam odbiór filmu także odbywa się na kilku płaszczyznach.

Jak wyróżnia David Bordwell, istnieją następujące poziomy odbioru filmu: „prototypowe, umożliwiające rozpoznanie postaci, celów, działań i ich zadań oraz ich zlokalizowanie; szablonowe, służące do rekonstruowania brakujących informacji; oraz proceduralne sprawujące kontrolę nad procesem przetwarzania informacji”²².

II. Badania nad efektywnością arteterapii

2.1. Badania dotyczące działania arteterapii w naszym kraju

Badania nad skutecznością arteterapii w Polsce nie są zjawiskiem powszechnym i często zauważalny jest wręcz pejoratywny stosunek do tego typu działań. Najczęstsze wyniki terapii sztuką prezentowane są w formie doświadczeń czy też opinii osób opiekujących się osobami niepełnosprawnymi.

Badając skuteczność psychoterapii, wykorzystuje się przeważnie dwa rodzaje technik. Jak podaje Lidia Cierpiałkowska: „[...] pierwsze z nich, badania typu *efficacy*, prowadzone są w warunkach laboratoryjnych. Mają na celu wykrycie zależności przyczynowo-skutkowej pomiędzy danym typem interwencji a otrzymanymi rezultatami. Tego typu badania sporadycznie są brane pod uwagę w ramach badania skuteczności arteterapii, ponieważ umożliwiają one sprawdzenie konkretnych strategii leczenia oraz ich modyfikację. Badania typu *effectiveness* odbywają się w warunkach naturalnych, podczas normalnych sesji terapeutycznych. Umożliwiają one porównanie korzyści, jakie odnoszą pacjenci nie tyle z pojedynczych metod stosowanych w danym systemie, ile z całego procesu psychoterapii w różnych nurtach

terapeutycznych. Badania typu *effectiveness* są zdecydowanie przychylniej opiniowane przez praktyków. Ponieważ i jeden, i drugi sposób posiada swoje wady i zalety, aktualnie zmierza się ku ich integracji między innymi poprzez badania typu *case study*, w których analizuje się zmiany u pacjenta w zależności od strategii i metod”²³.

Metodą niewątpliwie skuteczną oraz bardzo często wykorzystywaną przez psychoterapeutów jest zjawisko katharsis. W ujęciu teoretycznym katharsis jest to: „[...] jedno z podstawowych zjawisk psychoterapii, mające walory leczące. Jego istotą jest uwolnienie od cierpienia, odreagowanie zablokowanego napięcia, stłumionych emocji, myśli i wyobrażeń. Wymaga rozluźnienia kontroli mechanizmów obronnych jednostki blokujących dostęp do treści znajdujących w katharsis ekspresję. Uwolnieniu podlegają treści, które dotychczas osłabiały sprawne funkcjonowanie i niepokoiły świadomość”²⁴.

Arteterapia umożliwia wykorzystanie w pracy terapeutycznej zjawiska katharsis, jest ona bowiem metodą, która w znacznym stopniu pomaga uzewnętrznić skrywane emocje, jest formą ekspresji, wyrażania siebie oraz uczuć, które dotąd były tłumione. Analizując dalej ów proces, zauważyć można, iż wykorzystywanie zjawiska katharsis za pomocą arteterapii ułatwia redukcję napięcia oraz ma wartości relaksacyjne. Istotną funkcją są tu również zmiany o charakterze biochemicznym w organizmie osoby poddającej się terapii.

III. Przykłady aktywności arteterapeutycznych w województwie podlaskim

3.1. Walory przyrodnicze Podlasia a terapia sztuką

Województwo podlaskie położone jest w północno-wschodniej części Polski. Sąsiaduje z trzema województwami: warmińsko-mazurskim, mazowieckim oraz lubelskim. Na północnym wschodzie graniczy z Litwą, a na wschodzie z Białorusią. Podlaskie stanowi wewnętrzną (z Litwą) i zewnętrzną (z Białorusią) granicę Unii Europejskiej.

Na obszarze województwa znajdują się cztery parki narodowe:

- „Białowiecki Park Narodowy – Puszcza Białowiecka to najlepiej zachowany w Europie las naturalny o pierwotnym charakterze.
- Biebrzański Park Narodowy – jest to największy park narodowy w Polsce o powierzchni 59 223 ha. Ponadto to najbardziej naturalny w Polsce i w Środkowej Europie kompleks torfowisk niskich, przejściowych i wysokich ze specyficzną strefowością roślinności charakterystyczną dla dolin rzecznych oraz wyjątkowo bogatą ornitofauną (duża obsada niezwykle ciekawych okazów ptactwa).
- Narwiański Park Narodowy – park znajduje się w Dolinie Górnej Narwi. Walory przyrodnicze parku to przede wszystkim unikatowy system doliny rzeki Narew z bogatymi zespołami roślinnymi i faunistycznymi. Dolina Narwi z silnie rozbudowanym systemem koryt rzecznych jest osobliwością przyrodniczą w tej części Europy i bywa nazywana „Polską Amazonią”. Wielkim walorem

parku obok zbiorowisk wodnych, roślinności szuwarowej i zaroślowej jest ornitofauna. Gniazdują tu ptaki, których egzystencja jest zagrożona.

- Wigierski Park Narodowy – znajduje się w północno-wschodniej Polsce, na terenie województwa podlaskiego, w Krainie Mazursko-Podlaskiej, w północno-wschodniej części dzielnicy Pojezierza Mazurskiego i północnej dzielnicy Puszczy Augustowskiej”²⁵.

Fakt, iż województwo podlaskie położone jest w tak ciekawym pod względem przyrodniczym regionie Polski sprawia, iż wiele stowarzyszeń czy też organizacji na rzecz osób niepełnosprawnych w niezwykle aktywny sposób korzysta z walorów przyrodniczych Podlasia, organizując zajęcia choreoterapii w Puszczy Białowieskiej (**Fot. 1, Fot. 2, Fot. 3**), czy też zajęcia plastyczne na terenie Wigierskiego Parku Narodowego (**Fot. 4 i Fot. 5**).



Fot. 1. Integracyjny Rajd Nordic Walkingu Osób Niepełnosprawnych po Puszczy Białowieskiej

Źródło: www.dotyknatury.com.pl, [dostęp z dnia: 15.06.2014]



Fot. 2., Fot. 3. Uczestnicy Integracyjnego Rajdu Nordic Walkingu Osób Niepełnosprawnych na szlaku

Źródło: www.dotyknatury.com.pl, [dostęp z dnia: 15.06.2014]



Fot. 4., Fot. 5. Warsztaty plastyczne Przyroda Integracja Sztuka osób niepełnosprawnych ze Stowarzyszenia Na Rzecz Twórców Niepełnosprawnych NIKE na terenie Wigierskiego Parku Narodowego

Źródło: www.nike.bialystok.pl, [dostęp z dnia: 16.06.2014]

3.2. *Wielokulturowość Podlasia w arteterapii*

Województwo podlaskie jest wyjątkowym w skali Polski regionem wielokulturowym, gdzie obok Polaków mieszkają przedstawiciele takich mniejszości narodowych i etnicznych, jak: Litwini, Białorusini, Ukraińcy, Tatarzy, Romowie i Rosjanie; uwzględniając natomiast obszary religii – obok wyznawców kościoła rzymskokatolickiego, dużą grupę stanowią wyznawcy prawosławia. Podlasie należy obecnie do najbardziej zróżnicowanych pod względem narodowościowym i religijnym regionów Polski²⁶.

Stowarzyszenia osób niepełnosprawnych na terenie województwa podlaskiego często korzystają z faktu wielokulturowości swego regionu, organizując spotkania integracyjne, zajęcia teatroterapii czy muzykoterapii z udziałem osób z Białorusi, Ukrainy czy Litwy. Na **Fot. 6**, **Fot. 7** oraz **Fot. 8** uwieczniono Plener



Fot. 6., Fot. 7. Plener Przyroda Integracja Sztuka osób niepełnosprawnych z Polski, Białorusi, Litwy organizowany przez Stowarzyszenie NIKE

Źródło: www.nike.bialystok.pl, [dostęp z dnia: 16.06.2014]



Fot. 8. Plener Przyroda Integracja Sztuka osób niepełnosprawnych z Polski, Białorusi, Litwy organizowany przez Stowarzyszenie NIKE

Źródło: www.nike.bialystok.pl, [dostęp z dnia: 16.06.2014]

Przyroda Integracja Sztuka osób niepełnosprawnych z Polski, Białorusi, Litwy organizowany przez Stowarzyszenie NIKE. Działania o takim charakterze mają niewątpliwie pozytywny wpływ na osoby rehabilitowane, uspołecznianie, otwieranie na świat – to jedynie kilka z wartości zdobywanych podczas tego typu zajęć.

Podsumowanie

Twórczość jest inspirującym zjawiskiem zmieniającym w znacznym stopniu otaczającą rzeczywistość, poszerzającym horyzonty, otwierającym na innych ludzi i uwrażliwiającym człowieka na świat. W każdym wydaniu stanowi coś nowego, szczerego, ekspresyjnego, tak więc podsumowując ów zjawisko, stwierdzić można, iż działanie twórcze niesie ze sobą jak najbardziej pozytywne rezultaty. Analogicznie odnieść się tu również można do arteterapii, która jest niezwykle ciekawą formą pracy z osobami niepełnosprawnymi. Podnosi samoocenę, zmienia spojrzenie na świat, daje radość i satysfakcję, otwiera społecznie, daje więc wszystko to, co powinna nieść ze sobą skuteczna terapia.

Bibliografia

- Cierpiałkowska L., *Psychoterapia indywidualna i grupowa*, [w:] *Psychologia kliniczna*, red. Sęk H., Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2005, t. I
- Durydiwka M., Kociszewski P., *Wielokulturowość Podlasia i możliwości jej wykorzystania w turystyce*, Warszawa, Uniwersytet Warszawski, 2013
- Gładyszewska-Cybulko J., *Wspomaganie rozwoju dzieci nieśmiałych poprzez wizualizację i inne techniki arteterapii*, Kraków, Oficyna Wyd. „Impuls”, 2007
- Gmitrowicz A., Grancow-Grabka M., *Psychopatologia ekspresji*, [w:] *Arteterapia w medycynie i edukacji*, red. Karolak W., Kaczorowska B., Łódź, Wyd. Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, 2008
- Grzesiuk L., Krawczyk K., *Rozmowy o tajemnicach psychoterapii*, Warszawa, Wyd. ENETEIA, 2008
- Jarociński S., *Mozart*, Warszawa, PWN, 1983
- Jaworska A., *Wprowadzenie w problematykę arteterapii*, [w:] *Od Teatru do Terapii*, Lublin, Wyd. KUL, 2006
- Jaworska A., Kasprzak B., *Między teorią a praktyką*, Lublin, Wyd. KUL, 2006
- Konieczna E. J., *Arteterapia w teorii i praktyce*, Kraków, Oficyna Wyd. „Impuls”, 2005
- Kuśpit M., *Arteterapia w pracy z dzieckiem*, [w:] *Edukacyjne konteksty rozwoju dziecka w wieku wczesnoszkolnym*, red. Kusiak K., Nowakowska-Buryła I., Stawinoga R., Lublin, Wyd. Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2009
- Kwiatkowska G. E., *Arteterapia*, Lublin, Wyd. Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 1991
- Natanson T., *Wstęp do nauki muzykoterapii*, Wrocław, Ossolineum, 1979
- Puzyński S., *Leksykon psychiatrii*, Warszawa, Państwowy Zakład Wyd. Lekarskich, 1993
- Read H., *Wychowanie przez sztukę*, Wrocław, Ossolineum, 1976
- Słowik P., *Sztuka jako możliwość psychoterapeutycznego oddziaływania na dziecko*, [w:] *Sztuka a świat dziecka*, red. Kida J., Rzeszów, Wyd. Wyższej Szkoły Pedagogicznej, 1996
- Stańko M., *Uczestnicy, metody i efekty arteterapii – synteza badań*, [w:] *Arteterapia w medycynie i edukacji*, red. Karolak W., Kaczorowska B., Łódź, Wyd. Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, 2008
- Suchodolski B., *Pedagogika. Podręcznik dla kandydatów na nauczycieli*, Warszawa, PWN, 1980
- Szewczuk W., *Słownik psychologiczny*, Warszawa, PWN, 1985
- Szulc W., *Współczesne kierunki arteterapii. Arteterapia w programach terapeutycznych dla dzieci i młodzieży*, [w:] *Sztuka dla dziecka jako forma komunikacji społecznej*, red. Leszczyński G., Poznań, Wyd. Centrum Sztuki Dziecka, 2009, t. I
- Szulc W., *Współczesne kierunki arteterapii*, [w:] *Edukacja kulturalna w życiu człowieka*, red. Jankowski D., Poznań-Kalisz, Uniwersytet im. A. Mickiewicza w Poznaniu, 1999
- Wallas G., *The Art of Thought*, New York, Harcourt Brace and Company, 1926

Zasoby internetowe

www.dotyknatury.com.pl, [dostęp z dnia: 16.06.2014]

www.nike.bialystok.pl, [dostęp z dnia: 16.06.2014]

www.wrotapodlasia.pl, [dostęp z dnia: 16.06.2014]

Przypisy

- 1 B. Suchodolski, *Pedagogika. Podręcznik dla kandydatów na nauczycieli*, Warszawa, PWN, 1980, s. 535
- 2 W. Szewczuk, *Słownik psychologiczny*, Warszawa, PWN, 1985, s. 327
- 3 H. Read, *Wychowanie przez sztukę*, Wrocław, Ossolineum, 1976, s. 31
- 4 S. Jarociński, *Mozart*, Warszawa, PWN, 1983, s. 27
- 5 G. Wallas, *The Art of Thought*, New York, Harcourt, Brace and Company, 1926, s. 86
- 6 A. Gmitrowicz, M. Grancow-Grabka, *Psychopatologia ekspresji*, [w:] *Arteterapia w medycynie i edukacji*, red. W. Karolak, B. Kaczorowska, Łódź, Wyd. Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, 2008, s. 47
- 7 S. Masgutowa, za: E. J. Konieczna, *Arteterapia w teorii i praktyce*, Kraków, Oficyna Wyd. „Impuls”, 2003, s. 17
- 8 A. Jaworska, B. Kasprzak, *Między teorią a praktyką*, Lublin, Wyd. KUL, 2006, s. 10
- 9 J. Gładyszewska-Cylulko, *Wspomaganie rozwoju dzieci nieśmiałych poprzez wizualizację i inne techniki arteterapii*, Kraków, Oficyna Wyd. „Impuls”, 2007, s. 53
- 10 S. Pużyński, *Leksykon psychiatrii*, Warszawa, Państwowy Zakład Wyd. Lekarskich, 1993, s. 34
- 11 W. Szulc, *Współczesne kierunki arteterapii. Arteterapia w programach terapeutycznych dla dzieci i młodzieży*, [w:] *Sztuka dla dziecka jako forma komunikacji społecznej*, Poznań, Wyd. Centrum Sztuki Dziecka, 2009, s. 65
- 12 G. E. Kwiatkowska, *Arteterapia*, Lublin, Wyd. Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 1991, s. 69
- 13 P. Słowik, *Sztuka jako możliwość psychoterapeutycznego oddziaływania na dziecko*, [w:] *Sztuka a świat dziecka*, red. J. Kida, Rzeszów, Wyd. Wyższej Szkoły Pedagogicznej, 1996, s. 411
- 14 J. Gładyszewska-Cylulko, *Wspomaganie rozwoju dzieci nieśmiałych poprzez wizualizację i inne techniki arteterapii*, Kraków, Oficyna Wyd. „Impuls”, 2007, s. 55
- 15 M. Stańko, *Uczestnicy, metody i efekty arteterapii – synteza badań*, [w:] *Arteterapia w medycynie i edukacji*, red. W. Karolak, B. Kaczorowska, Łódź, Wyd. Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, 2008, s. 185
- 16 T. Natanson, *Wstęp do nauki muzykoterapii*, Wrocław, Ossolineum, 1979, s. 51
- 17 Tamże, s. 97
- 18 M. Kuśpit, *Arteterapia w pracy z dzieckiem*, [w:] *Edukacyjne konteksty rozwoju dziecka w wieku wczesnoszkolnym*, red. K. Kusiak, I. Nowakowska-Buryła, R. Stawinoga, Lublin, Wyd. Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2009, s. 408
- 19 W. Szulc, *Współczesne kierunki arteterapii*, [w:] *Edukacja kulturalna w życiu człowieka*, red. D. Jankowski, Poznań-Kalisz, Uniwersytet im. A. Mickiewicza w Poznaniu, 1999, s. 42
- 20 E. J. Konieczna, *Arteterapia w teorii i praktyce*, Kraków, Oficyna Wyd. „Impuls”, 2005, s. 114
- 21 M. Kuśpit, *Arteterapia w pracy z dzieckiem*, [w:] *Edukacyjne konteksty rozwoju dziecka w wieku wczesnoszkolnym*, dz. cyt., s. 408
- 22 E. J. Konieczna, *Arteterapia w teorii i praktyce*, Kraków, Oficyna Wyd. „Impuls”, 2005, s. 145
- 23 L. Cierpiałkowska, *Psychoterapia indywidualna i grupowa*, [w:] *Psychologia kliniczna*, red. H. Sęk, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2005, t. I, s. 269–297
- 24 L. Grzesiuk, K. Krawczyk, *Rozmowy o tajemnicach psychoterapii*, Warszawa, Wyd. ENE-TEIA, 2008, s. 11
- 25 www.wrotapodlasia.pl, [dostęp z dnia: 15.06.2014]
- 26 M. Durydiwka, P. Kociszewski, *Wielokulturowość Podlasia i możliwości jej wykorzystania w turystyce*, Warszawa, Uniwersytet Warszawski, 2013, s. 10