

## **ARTETERAPIA – PROJEKT PRE O2**

**Školiteľ: Mgr. art. Janette Skybová**

### **Hlina – materiál, ktorý sprevádza ľudstvo od nepamäti**

Keby sme sa chceli dopátrať počiatkov, museli by sme siahnúť veľmi hlboko do dejín... Tvorba z hliny je prastará ako ľudstvo samé a sprevádza ho od jeho začiatkov až do dnešných čias. Mnoho dokladov o vývoji našej kultúry máme aj vďaka keramike.

### **Tvorivý proces**

Každý človek sa rodí s prirodzeným talentom tvoriť. Postupom času sa táto vrodená túžba tvoriť stráca – vplyvom okolia, nedostatkom podnetov, neistoty... Úlohou našej dielne je vrátiť sa späť a objaviť v jedincovi tieto prirodzené, potlačené schopnosti. Vybrané techniky, postupy, či teoretická časť kurzu boli zamerané na zvýšenie úrovne vedomostí, zlepšenie motoriky a mentálnych schopností.

### **Arteterapia**

Arteterapia je jednou z foriem psychoterapie. Kladie dôraz na výtvarnú činnosť, ktorá sama o sebe má uzdravujúce a sebarozvíjajúce pôsobenie. Pri arteterapii máme snahu skôr o „sebavyjadrenia“, než o dokonalý výsledný produkt. Neexistuje hodnotenie dobre-zle. Hodnoty vznikajúcich diel sú originálne a autentické. Arteterapia posilňuje sústredenie, vnímavosť, pomáha k verbálnemu i vizuálnemu usporiadaniu si „zážitkov“. Sprostredkováva nám uvoľnenie, nadhľad a hľadanie vnútornej rovnováhy. Je vhodná pri psychosomatických ochoreniach, v zložitých životných obdobiach, panikách a úzkostných stavoch. Čas venovaný diskusii je rovnako dôležitý ako proces tvorby. Dochádza k spracovaniu emócií, upokojeniu, zlepšeniu komunikačných schopností a vylepšeniu sústredenia. Je vhodná pre každú vekovú skupinu. V pochopení týchto jednoduchých výtvarných postupov jedinec získava opätovnú dôveru v seba, radosť z tvorby a inšpiráciu.

### **Zameranie tvorivých dielní**

Úlohou našich tvorivých dielní bolo zvládnutie základných techník a postupov pri práci s hlinou. Keramická tvorba je široká oblasť a my sme sa zaoberali hlavne modelovaním z ruky s použitím najjednoduchších pracovných pomôcok – s prihliadnutím na špecifiká práce s malými deťmi. Týka sa to hlavne zvýšeného rizika úrazovosti, preto volíme len najzákladnejšie pomôcky. Výtvarné techniky, postupy, či teoretická časť tvorivých dielní boli zamerané na zvýšenie vedomostí, zlepšenie motoriky a efektívne využitie voľného času. Individuálny prístup ku každému, ale aj spoločné riešenie aktuálnych problémov a výziev pomáhal dôjsť k stanoveným cieľom a tým bola radosť z aktívnej

činnosti, uvedenie si emócií a dobrý pocit z výsledkov. V práci sme sa sústredili nielen na tvorbu a zručnosti, deti sa zoznámili s dejinami umenia a vývojom technológií. Jednotlivé sedenia boli tematicky zamerané a začínali krátkou prednáškou (primeranou veku detí) k určenej téme, ktorá zahrňovala aj ukážky artefaktov z našich dejín. Po spoločnej diskusii sme prešli na rozcvičenie rúk, čo znamenalo voľnú tvorbu, a nakoniec deti spracovávali zadané úlohy a navrhovali konkrétne objekty súvisiace s tematickým zameraním učebného bloku. Keďže keramická tvorba je časovo náročná – zdĺhavé sušenie, výpaly, glazovanie po prvom výpale... časť učebného bloku bola venovaná dokončovaniu prác z predchádzajúcich sedení.

### **Témy**

Tak ako sa vyvíjali techniky spracovania, aj my sme prešli tvorbou od výroby najjednoduchších objektov vytvorených len rukou a maľovaných hlinkou prstami v téme „cesta do praveku“, kde sme sa inšpirovali v jaskyniach Lescaux, Altamira atď... Pokračovali sme v zložitejších tvaroch až do súčasnosti. Vyskúšali sme výrobu misiiek v téme „raňajková súprava“ kde sme vyrábali tvary bez použitia hrnčiarskeho kruhu, vyrobené iba pospájaním šúľkov. Vyskúšali sme výrobu natláčaných vecí z foriem, čo patrí medzi techniky súčasnosti a taktiež sme realizovali voľnú tvorbu „vianočný darček“. Nakoniec sme realizovali veľké dizajnové kusy v téme „moja krajina“, kde sme riešili ekológiu a otázky súčasnosti. Venovali sme sa aj výrobe polotovarov vhodných na ďalšiu tvorbu a dekorovanie mimo priestoru dielne vo voľnom čase detí. Výstupy z pracovných činností dokumentujú priložené fotografie.

### **Prínos**

Cieľom tvorivých dielní pre deti bolo ponúknuť im iné možnosti vzdelávania, ktoré ich budú motivovať k ďalšej tvorbe, zvýšeniu úrovne vedomostí a inšpirujú ich k seberealizácii, využitiu voľného času, k tvorivému prístupu k problémom a výzvam, zlepšeniu zručností, zvýšeniu sebavedomia a vlastnej hodnoty a radosti z aktívnej tvorby.