

Dziecko ukryte we mnie

Droga wewnętrzna

Jesteśmy dorośli, kiedy to się stało, ale najważniejsze – jak to cofnąć? Z pewnością niejedna osoba przynajmniej raz w życiu, z lekkim wyrzutem lub nostalgią, zadała sobie to pytanie. Otóż również i ja padłam „ofiara” owej zagwozдки. Naprzeciw temu twierdzeniu stanęła mi jednak niepowtarzalna okazja konfrontacji mnie – jako osoby dorosłej z dzieckiem – nadal wołającym cieniutkim głosem, przebijającym się w warstwę mojej świadomości.

Swoją przygodę rozpoczęłam z polecenia prof. Jolanty Jastrzab w ramach projektu dotyczącego współpracy z młodymi ludźmi z pewnymi problemami lub zaburzeniami. Do współpracy otrzymałam grupę podopiecznych w przedziale wiekowym od 5 do 10 lat z zaburzeniami w postaci nadpobudliwości psychoruchowej. Zajęcia odbywały się w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Piekarach Śląskich na przełomie stycznia i lutego 2015r. Było to nie lada wyzwanie, ale przyjęłam je z pewną dozą ekscytacji i potraktowałam jako test, któremu należy sprostać.

Możliwość uczestnictwa w takim projekcie poddała mi konkretną myśl o odnalezieniu drogi prowadzącej do wnętrza, do miejsc, gdzie czuję się dzieckiem, chociaż na zewnątrz brutalność i pośpiech, zmuszają do ukrycia tego najpiękniejszego, niewinnego pierwiastka osobowości. Jako, że współpraca dotyczyła osób z zaburzeniami ADHD, odsłoniło to przede mną nowe horyzonty poznania każdej z tych osób osobno, zrozumienia ich systemu poznawania i komunikacji ze światem, ale również komunikowania się z rówieśnikami, czy sposobu, w jaki wyrażają własne emocje.

Zarys ogólny

Praca ze sztuką obok zabawy jest najpowszechniejszą formą ekspresji dziecka. Stanowi jedną z najbardziej podstawowych form porozumiewania się dziecka z otoczeniem. Aktywność tego typu wymaga przede wszystkim zaangażowania, ale na równi z twórczą postawą, ponadto zmusza do refleksji, przemyśleń, wyzwala także inwencję oraz rozwijają wyobraźnię. Taka czynność rozwija motorykę, usprawnia procesy psychiczne i przyczynia się do wyzwalań przeżyć emocjonalnych i zainteresowań. Terapeutyczna funkcja sztuki polega na rozładowaniu lęków, kompleksów i napięć.

Forma spotkań, obranych przeze mnie były warsztaty trwające godzinę przez kilka sesji. Poruszaliśmy się w obszarze sztuk pięknych, plastyki, grafiki, muzyki. Poprzez zabawę kolorem, plamą, śladem, chciałam wzbudzić w dzieciach kreatywne i twórcze myślenie, a do tego wybrałam posługiwanie się przeróżnymi materiałami malarskimi, takimi jak farby, tusze, kredki, wyklejanki, kartony, folie, wspólnie badaliśmy możliwości, jakie te media dają i w jaki sposób można z nich korzystać.

Obszar, w którym poruszaliśmy się można nazwać „terapeutycznym”, poznawaniem siebie poprzez sztukę, w takt arteterapii, jednak przez podejmowanie wyzwań ta terapia dotyczyła także mnie samej - uczenia się cierpliwości, uważności oraz radzenia sobie w nietypowych sytuacjach to tylko niektóre elementy, które towarzyszyły mi podczas prowadzenia zajęć w grupie.

Celem spotkań było pokazanie dzieciom wielobarwnego, niezwykłego świata, w którym będą miały szansę wyrazić siebie, dać upust emocjom, agresji, pobudzeniu. Zachęcanie do kreatywnego myślenia (twórczy przebieg zajęć skutkowało rozbudzeniem w dzieciach nowych pasji, hobby, zainteresowań). Poddanie pomysłu na ciekawe i konstruktywne spędzanie czasu. Ze stanowiska obserwatora – nabycie bezcennej wiedzy na temat pracy z osobami tak charakteryzującymi się. Poszukiwania siebie poprzez innych i poszukiwanie w sobie bogactwa emocji, potencjału mentalnego. Nadzieja na świeże, odkrywczе spojrzenie. Dla dzieci – niezwykle a przy tym efektywne spędzanie czasu. Zapoznanie z technikami i metodami wykorzystywania artykułów malarskich, rysowniczych i innych.

Opis poszczególnych zajęć

Każdym warsztatom towarzyszył temat główny, jak na przykład „Kim jestem”, „Jak się czuję”, „Dokąd zmierzam” itd. Z pozoru trudne pytania były dla dzieci stałym punktem zaczepienia, a także kluczem do stworzenia niepowtarzalnych dzieł. Warto wspomnieć, że rozmowa podczas prowadzenia zajęć była kluczowym elementem w powstawaniu prac.

Zniszcz to

Czas realizacji to 1-2 zajęcia – Podczas tych zajęć kładłam nacisk na wyrażanie siebie poprzez ekspresję ruchową, próbowałam uzyskać taki rodzaj wyrażania siebie, który nie potęgowałby stawiania granic, czy murów pomiędzy podopiecznym, a materiałem, na którym pracowaliśmy. Zniesienie ograniczeń, które są powszechne podczas zadań „szkolnych” – liczyła się przede wszystkim swoboda myśli i ruchu. Fantazyjne, chaotyczne, niekontrolowane zagospodarowanie przestrzeni, to właśnie to, co chciałam osiągnąć podczas spotkania. Do realizacji potrzebne były: brystole w liczbie 5, różnorodne materiały jak farby akrylowe, plakatowe, akwarelowe, kredki, kreda, pastele, papier kolorowy, klej. Metody nakładania i wykorzystania materiałów były dowolne, również „psucie go” było pożądanym efektem tj. plucie, drapanie, wyginanie, rozrywanie, sklejanie, odbijanie stóp, dłoni, części ciała, odrysowywanie siebie nawzajem. Wykorzystanie pełnego spektrum malarskiego – wydobywanie emocji i uzewnętrznienie ich. Ten rodzaj kreacji przypadł do gustu młodym artystom, mogli oni samodzielnie dobierać metodę i środek przekazu. Nieskrępowanie tworzyć i niszczyć.

Stwórz to

W opozycji do poprzednich warsztatów, tutaj mieliśmy do czynienia z tworzeniem, a nie niszczeniem, najcenniejszą cechą, jaką starałam się wydobyć z dzieci była umiejętność skupienia, filtrowania myśli oraz precyzja. Tematem przewodnim był „Mój dom” – czym jest, jak go widzę/ postrzegam, jak rozumiem to zagadnienie. Po krótkich dyskusjach

utworzyliśmy wspólnie mapę osiedla – mini świata, w którym każdy czuje się komfortowo i bezpiecznie. Miasteczko składało się z pudełek (np. po zapałkach, pudełkach po płatkach śniadaniowych, kaszy itd.), kubków, butelek, opakowań, czyli wykorzystanych przedmiotów, śmieci – nadając im drugie życie. Całość umieszczona została na desce, powodując efekt miasteczka-osiedla widzianego z lotu ptaka.

W drugiej części uczestnicy rysowali na kartkach długopisem przedstawienie architektoniczne, oraz elementy wiążące się z owym zagadnieniem. Tworzenie miasta – przestrzeni, w której żyję, zagadnienie czym jest dom?

Zobacz to

„Zobacz to” czyli po prostu tworzenie portretów, postaci lub zwierząt (co ważne inspiracją były osoby w ruchu). Każdy z uczestników po kolei wykonywał figurę, ruch, który następnie za pomocą „wystrzeliwania” farby z butelek został przeniesiony na karton. Po wyschnięciu farby wspólnie poszukiwaliśmy konkretnych kształtów, wydobywaliśmy je i nadawaliśmy nowe zaznaczenie, używając przy tym innych materiałów(np. pasteli, kredy).

Przy tym ćwiczeniu niezwykle ważny był ruch – interakcja z innymi osobami, wspólna zabawa i poleganie na sobie. Uczenie się odruchów pracy w zespole. Po malowaniu była pora na chwilę refleksji, a także na doszukiwanie się „nieodgadnionego” we wzorach stworzonych farbą.

Całość warsztatów została zakończona refleksyjnym, ale pogodnym akcentem rozmowy. Podczas tej krótkiej, ale intensywnej współpracy nauczyłam się wiele o sobie, o pokorze i trosce o innych ludzi. Doceniłam radość z przebywania z innymi i uśmiech, jakim obdarowujemy się nawzajem, który niejednokrotnie bywa niedostrzeżony.

Pozwól sobie na powrót

Przyglądając się zachowaniu dzieci podczas warsztatów, doszłam do pozytywnych wniosków, świadczących o tym, że wszelkie zaburzenia, szczególnie w tym przypadku dotyczącym zespołu ADHD nie sprawiają, że dzieci są w jakiś sposób zamknięte w sobie, czy nieskore do wykonywania poleceń. Wręcz przeciwnie, współpraca z nimi pokazała mi jak bardzo opinia na podobne tematy może być mylna. Przez cały okres trwania praktyk, uświadomiłam sobie, że najważniejsza jest wyrozumiałość i zdolności interpersonalne. Poza godzinami, spędzonymi z innymi ludźmi, to właśnie te cechy wzbudzania zaufania i szczerego pragnienia wykreowania własnego świata stały się głównymi wartościami, które z kolei przeniosłam na plan własnego życia. Wracając do zagadnienia, które rozpoczęłam w pierwszej części pracy, utwierdzam nie tylko siebie, ale również uczulam wszystkich, że powrót do wnętrza siebie, aby z pokorą przyjrzeć się dziecku, schowanym szczelnie w zakamarkach umysłu, jest najwspanialszą rzeczą, jaką można wykorzystać do poznania samego siebie. Pozwólmy sobie na powroty! Nostalgiczne i niekiedy wzbudzające uczucie dyskomfortu, czy lęku nie są tak straszne, jakimi się jawią. To zwyczajna rozmowa, lecz z samym sobą. Wsluchanie się i odnajdywanie aspektów naszej duszy, które niekiedy są całkowicie pomijane. Zachęcam do tego typu konfrontacji, z czystym sumieniem, aby

zrozumieć siebie, posłuchać co mamy do powiedzenia, zatrzymać się na chwilę i poczuć – świat na nowo, życie z dozą niewinności prawdy.

Moja sztuka

W swoim dorobku artystycznym, jako studentce ASP w Katowicach niewątpliwie doświadczenia tego typu owocują wieloma przemyśleniami i często są inspiracją do tworzenia kolejnych dzieł, korzystając przy tym z obserwacji zachowań ludzkich, ich predyspozycji, reakcji itp. Obserwuję, zbieram, zapisuję. Formą zapisu w moim przypadku jest najczęściej twórczość w obszarze malarstwa, małych form przestrzennych, filmów. Każde kolejne doświadczenie i możliwość współpracy z innymi ludźmi wzbogaca moją świadomość artystyczną, z każdej kolejnej takiej lekcji życiowej staram się wyciągać naukę, czy wskazówki na przyszłość. Od wielu lat to obserwacja jest wspólnym mianownikiem, łączącym moje prace. Wychodzę z założenia, aby nie dotykać tematów, których przynajmniej delikatnie nie dotknęłam, nie spróbowałam, z którymi w żaden sposób nie mam kontaktu. Jako artysta czuję się trochę jak dziecko, które każde kolejne dzieło, czy ideę przeżywa w zupełności na nowo, dlatego też następne wyzwania, zlecenia traktuję zawsze jako debiut, premierę, co często bywa okraszone ekscytacją i miłym podenerwowaniem, jak dziecko, które pierwszy raz dotyka jakiejś zabawki i uczy się jej obsługi, zalet i wad. To kocham w dziedzinie życia, która się zajmuję, że każdy dzień zsyła nowe możliwości.

Wszystkie moje obrazy tworzą drogę, która ciągnie się za mną, otacza mnie i prowadzi w nieznaną, a każdy z nich jest kolejną furtką kryjącą nowy kierunek. To jak poszukiwanie czegoś nowego - obojętnie czy jest to drobny element, uzupełniający kompozycję, wprowadzający nowy walor strukturalny, czy też jest swoistym pytaniem i zarazem próbą odpowiedzi na nie. Warto zauważyć, że to kolor jest mi najbliższy i jest odwzorowaniem sytuacji, dziejącej się wewnątrz ram (a także wewnątrz mojego umysłu). Nastrój nostalgiczny, buntowniczy, radosny przekłada się na wydźwięk kolorystyczny. Tematy, którymi się zajmuję są z pozoru trywialne, gdyż dotyczą prozy codziennego życia, sytuacji i ludzi mnie otaczających, jednak są one w pewien sposób - indywidualny dla każdego twórcy - "przefiltrowane" przez barwną paletę domysłów, obserwacji, skłóconych ze sobą myśli. Obraz jest dla mnie przygodą - odkrywaniem, poszukiwaniem brakującej pierwiastka, a jednocześnie czymś co mnie uzupełnia i nadaje cel.

Natalia Majka