

Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis

Studia Paedagogica II (2012)

Małgorzata Górecka, Magdalena Sabik, Agnieszka Stachowicz

Klub Aktora – współtworzenie sztuki.

Teatralna przestrzeń dla osób z autyzmem

Teatroterapia jest koncepcją wychowywania poprzez teatr, rozumianą nie tylko jako metoda wewnętrznego wzbogacania osobowości, ale także jako narzędzie sprzyjające odreagowaniu i wyrażaniu emocji. Głównym zadaniem teatroterapii jest stymulacja indywidualnej kreatywności i spontaniczności, poszerzanie świadomości ja, dążenie do swobody w poznawaniu i wyrażaniu siebie (Bielańska 2002). Teatroterapia może być jednym ze sposobów rehabilitacji osobistej i społecznej ludzi z niepełnosprawnością fizyczną, intelektualną, którzy nie posiadają specjalnych uzdolnień i predyspozycji aktorskich.

Teatr aktywizuje umysł i ciało. Ruch, taniec, muzyka poprawiają sprawność fizyczną, rozwijają wyobraźnię, uczą koncentracji, poszerzają widzenie świata. Teatr terapeutyczny to synteza sztuki: plastyki, gestu, muzyki, ruchu i słowa. Pacjenci, jako współtwórcy przedstawienia przyjmują rolę aktora, a terapeuta staje się reżyserem przedstawienia (Orczyk 2011).

Przedstawienia teatralne z założenia mają wymiar symboliczny i są oparte na wyobraźni. Osoby z autyzmem mają nie tylko trudności w realizacji aktywności opartych na posługiwaniu się wyobraźnią, ale także rozległe trudności z motoryką, komunikowaniem się, naśladowaniem, myśleniem abstrakcyjnym i używaniem symboli. Czy zatem teatroterapię można wykorzystać w pracy z osobami autystycznymi? Jaki jest sens takich oddziaływań, skoro zaburzone są najbardziej potrzebne w pracy z teatrem funkcje?

Od 2005 roku, w Zespole Szkół Specjalnych nr 13 w Krakowie, działa Klub Aktora – grupa teatralna dla osób z autyzmem. Tworzą ją uczniowie starszych klas szkoły podstawowej i gimnazjum oraz nauczyciele, asystenci i wolontariusze. Ideą Klubu jest stworzenie młodym ludziom z autyzmem warunków do kształtowania pozytywnego obrazu siebie – przez zaistnienie na scenie i aktywność wypływającą z własnej woli, a nie tylko w odpowiedzi na polecenie nauczyciela. Uczestniczenie w zajęciach klubowych umożliwi przebywanie w większej grupie rówieśniczej, a także pozwala na doświadczenie innego typu zajęć, niż szkolne lekcje. Jest to czas radości płynącej z bycia docenionym, chwalonym i oklaskiwanym.

Cele i zadania Klubu Aktora

Celem zajęć jest stworzenie zespołu osób, które poprzez systematyczne spotkania nauczą się współpracy. Założeniem cotygodniowych spotkań, oprócz oddziaływań terapeutycznych, jest przygotowywanie przedstawień teatralnych i muzycznych wystawianych podczas szkolnych uroczystości i lokalnych przeglądów artystycznych. Muzyka, ruch, przyjazna atmosfera – mają pomóc w samoakceptacji, w wyrażaniu siebie i swoich emocji, mają dać osobie z autyzmem szansę na aktywne bycie w grupie.

Osoby prowadzące zajęcia za **najważniejsze cele** uznają:

- budowanie poczucia bezpieczeństwa opartego na wzajemnym zaufaniu;
- przeciwdziałanie depresji dorastających uczniów z autyzmem, podniesienie nastroju, rozluźnianie;
- integrowanie grupy, budowanie relacji pomiędzy uczestnikami zajęć;
- tworzenie okazji do komunikacji, uwrażliwienie na innych;
- wspólne przeżywanie emocji, rozładowanie nadmiaru energii i agresji;
- umożliwienie samodzielnego podejmowania decyzji, dokonywania wyborów;
- uczenie się konsekwencji w działaniu;
- stwarzanie okazji do ekspresji w różnych formach, do zaistnienia w grupie.

Spektakl w procesie teatroterapii powinien zawsze opierać się na treściach zrozumiałych, wziętych z życia aktora, powinien rozbudowywać jego rzeczywistość i zakres wiedzy o świecie. Przedstawienie, w którym aktorami są osoby niepełnosprawne, nie powinno uwypuklać upośledzenia umysłowego i narażać takiej osoby na ośmieszenie. Stąd tak ważna jest troska terapeutów o artystyczny wymiar przedstawienia – na każdym poziomie jego powstawania i wystawiania: scenariusza, scenografii i kostiumów, muzyki i choreografii, a także wyboru formy teatralnej stosownej do wieku aktorów (Schejbal, Molicka 2005).

Muzyka w spektaklu powinna pełnić rolę stymulatora, który jest nie tylko sygnałem zmieniających się działań, ale także zachęca i mobilizuje członków grupy do ruchu, budując pozytywne relacje między nimi. Podkład muzyczny przez swoją różnorodność i tempo pozwala tworzyć atmosferę i może mieć wpływ na zmianę nastroju ćwiczących. Najczęściej w terapii stosuje się muzykę instrumentalną – rozrywkową, klasyczną i ludową, działającą na uczestników pobudzająco lub wyciszająco (Aleszko 1999).

Sztuka teatru – jak każda inna dziedzina twórczości, zmierza przede wszystkim do **osiągnięcia celu artystycznego**. Tak dzieje się nie tylko w obszarze teatru profesjonalnego, ale również w sferze działań amatorskich, a więc i w teatroterapii. W tym przypadku szczególnie istotny jest nie tylko końcowy efekt – przedstawienie, ale przede wszystkim sam proces tworzenia, będący elementem procesu terapeutycznego. Uczestnicy działań artystycznych mają zazwyczaj potrzebę uwieńczenia ćwiczeń i prób jakąś formą prezentacji. Wystawienie spektaklu przed publicznością, automatycznie potwierdza sens i wartość całego procesu tworzenia. Moment pokazu i konfrontacji z widownią ma dużą terapeutyczną siłę, zarówno dla aktorów, jak również ich rodziców (Schejbal, Molicka 2005).

Organizacja i struktura zajęć Klubu Aktora

Jedną z podstawowych zasad pracy z osobami z autyzmem, jest wypracowanie, a następnie przestrzeganie struktury zajęć. Każde zajęcia powinny mieć wyraźne i łatwe do rozpoznania przez uczniów elementy stałe, tj. powitanie, część właściwą i zakończenie.

Sz szczególnie ważna jest atmosfera panująca w trakcie zajęć. Istotne jest, aby miały formę radosnego spotkania, w trakcie którego nikt nie postępuje wbrew sobie. Jeśli uczestnik nie chce wykonać ćwiczenia, nie należy go do tego zmuszać, ale zachęcać i czekać, aż sam przyłączy się do grupy. Należy również stwarzać sytuacje, w których uczniowie będą mieli możliwość dokonania wyboru, np. swojej roli w nowym przedstawieniu, instrumentu muzycznego lub rekwizytu do kolejnego ćwiczenia.

W procesie teatroterapii kluczowym celem jest aktywny udział uczestników we wszystkich pracach związanych z powstawaniem spektaklu, a nie tylko przyglądanie się temu, co tworzy dla nich terapeuta-reżyser. Nieodzwonne jest również wsłuchiwanie się w to, co mają do powiedzenia aktorzy, podglądanie sposobu ich funkcjonowania i odbierania rzeczywistości, podejmowanie próby ich zrozumienia (Buchner-Micek 2002). W pracy z osobami z autyzmem, niezwykle istotne jest dostrzeganie wszelkich spontanicznych pomysłów, reagowanie na każdy przejaw inicjatywy, otwartości i gotowości do podjęcia zadania.

Powitanie w Klubie Aktora obejmuje zarówno uczniów, jak i terapeutów oraz wolontariuszy. Każdy z uczestników otrzymuje legitymację klubową ze zdjęciem, którą umieszcza w specjalnej skrzynce. Następnie dla aktualnie witanej osoby śpiewana jest piosenka. Przy tej okazji utrwała się imiona członków Klubu, ćwiczy spostrzegawczość, wskazując, kto jest nowy, kogo nie ma na zajęciach. Ważne jest, aby co jakiś czas zmieniać sposoby przywitania; służy to przełamywaniu rutyny i utrwalonych schematów.

Następnie proponowane są **ćwiczenia w kręgu**, tj. naśladowanie gestodźwięków, ćwiczenia różnicujące tempo (wolno – szybko) i natężenie (cicho – głośno), ćwiczenia utrwalające schemat ciała oraz ćwiczenia na orientację w przestrzeni. Bardzo ważna jest wnikliwa obserwacja przez terapeutów tego, co dzieje się w grupie, dostrzeganie reakcji uczestników na kolejne aktywności. Terapeuta ma możliwość improwizacji; może dodawać, modyfikować swoje pomysły, rozwijać kolejne zadania, zgodnie z aktualnymi potrzebami grupy.

W **części właściwej** prowadzone są następujące ćwiczenia:

- ćwiczenia z muzyką, wykorzystujące techniki muzyko- i choreoterapii;
- tańce integracyjne i ludowe, tańce w kręgu;
- ćwiczenia z symbolem: zabawy w telefonowanie, gotowanie, w jazdę samochodem i inne związane ze znanymi sytuacjami codziennego życia;
- ćwiczenia z muzyką – udawanie, odgrywanie ról (ważna jest jasna instrukcja poparta obrazem oraz demonstracja);
- ćwiczenia naśladowania (pracujemy nad samodzielnością uczniów w wykonywaniu gestów).

Integralną częścią zajęć jest **przerwa** na odpoczynek. Jest to okazja do spontanicznej komunikacji między uczestnikami, a zarazem czas na ustalenie spraw organizacyjnych, np. podział zadań wśród prowadzących, przygotowanie rekwizytów do dalszych ćwiczeń.

Po przerwie najczęściej odbywa się **próba** aktualnie ćwiczonego przedstawienia; najpierw przygotowuje się pojedyncze etiudy i sceny, a następnie całość spektaklu. Osoby, które nie ćwiczą roli, są obserwatorami. Jest to istotny element treningu społecznego. Każdy uczy się zarówno grać, jak i obserwować kolegów.

W ostatniej części spotkania proponowane są **ćwiczenia rozluźniające, wyciszające i integrujące** grupę. Można słuchać muzyki relaksacyjnej, wykonać masaż w rytm muzyki lub podawać przedmiot w kręgu. Na **zakończenie** jeden z prowadzących dokonuje podsumowania; kieruje pochwały i komentarze do poszczególnych osób. Zajęcia kończą się ustalonym grupowym akcentem, np. spotkaniem w kręgu i uściśnięciem dłoni lub innym gestem, na przykład połączonym z okrzykiem (Bielańska 2002). Istotne jest zaproszenie uczestników na kolejne zajęcia Klubu Aktora.

Tworzenie scenariusza przedstawień

Biorąc pod uwagę specyfikę zaburzeń uczniów, w przygotowaniu scenariusza należy kierować się następującymi zasadami:

- niewiele tekstu mówionego lub tylko pantomima;
- przewaga muzyki nad tekstem;
- czytelne, dopasowane role, zgodne z osobistymi preferencjami ucznia;
- role bliskie życiu, zawierające elementy znane uczniowi;
- użycie jednoznacznych rekwizytów ułatwiających zapamiętanie roli, na przykład piłkarz ma piłkę, kucharz – łyżkę;
- stosowanie wizualizacji warunkującej zrozumienie treści oraz przebiegu przedstawienia (osoba z autyzmem często nie rozumie mowy lub nie potrafi się na niej skoncentrować w chwili stresu, wobec tego korzysta się z wypowiedzi wizualnych – dużych rysunków przedstawiających konkretne postaci lub ruchy, które ma wykonać aktor);
- proponowanie łatwych do wyuczenia ruchów, opieranie się na utrwalonych umiejętnościach uczniów;
- organizowanie próby na każdym spotkaniu Klubu; podział występu na sceny, powtarzanie krótkich sekwencji ruchów i gestów. Nauka całości spektaklu, dopiero po opanowaniu części składowych.

Scenariusz teatralny to nie zawsze i nie tylko tekst mówiony. Treścią spektaklu w pracy Klubu Aktora stają się najczęściej działania i obrazy. Scenariusz to szkic, zbiór pomysłów, a ewentualne dialogi i sytuacje sceniczne tworzone są w czasie kolejnych prób, podczas których ulegają wielu przekształceniom (Schejbal 2006).

W realizacji działań teatralnych terapeuta-reżyser ma do wyboru co najmniej dwa modele procesu twórczego. Tradycyjny model pracy z gotowym scenariuszem, sztywnym przydziałem ról i systematyczną pracą według wizji reżysera bardzo rzadko sprawdza się w tak zwanych grupach dysfunkcyjnych. Powoduje on, że uczestnicy szybko się zniechęcają i traktują zajęcia teatralne jak jeszcze jeden żmudny obowiązek. Drugi model zakłada otwarty sposób tworzenia – swobodne eksperymentowanie z materią teatralną, poznawanie warsztatu aktorskiego poprzez gry, zabawy, etiudy. Przebieg zabawy może stać się punktem wyjścia do zbudowania samodzielnego przedstawienia. W zabawie ujawnia się często wiele emocji, nieświa-

domych zachowań i nieoczekiwanych predyspozycji uczestników (Schejbal, Molicka 2005).

Aktor

Aktor jest podmiotem całego procesu teatralnego. Bierzemy pod uwagę indywidualne możliwości i ograniczenia każdego uczestnika. Bardzo ważne jest, by zachować równowagę pomiędzy dążeniem do uzyskania możliwie najwyższej jakości artystycznej tworzonego spektaklu a taką formą pracy, którą cechuje otwartość na zmiany, kompromisy i przewartościowania. Terapeuta powinien nieustannie kontrolować swoje dążenie do zaspokojenia własnych potrzeb i ambicji twórczych. Musi przede wszystkim brać pod uwagę potrzeby psychiczne swoich podopiecznych, dawać im prawo do indywidualności, a przede wszystkim do wyrażania siebie (Schejbal, Molicka 2005).

Efekty pracy terapeutycznej Klubu Aktora

Efekty pracy oraz wymiar terapeutyczny Klubu Aktora ujawniają się na trzech płaszczyznach:

- uczniowie;
- osoby prowadzące i inne (np. wolontariusze), biorące udział w realizacji spektaklu;
- rodzice.

Uczniowie

W ciągu kilku lat istnienia Klubu obserwuje się nie tylko pozytywne zmiany w zachowaniu uczniów, wzrastającą chęć uczestnictwa w ćwiczeniach, ale widoczny jest także rozwój społeczno-emocjonalny uczestników, uzewnętrzniany poprzez radość z występów na scenie. Ponadto, zaobserwowano następujące pozytywne reakcje:

- zauważanie siebie nawzajem i żywe zainteresowanie innymi osobami;
- okazywanie zadowolenia z uczestnictwa w zajęciach, poprawa nastroju, odreagowanie napięcia;
- większa otwartość na kontakt, uaktywnienie osób nieśmiałych i zahamowanych;
- stabilniejsze poczucie bezpieczeństwa w trakcie zajęć;
- zwiększenie tolerancji na wprowadzane zmiany;
- wydłużenie czasu koncentracji uwagi;
- wyrażanie własnych potrzeb;
- podejmowanie własnych inicjatyw;
- poprawa umiejętności naśladowania;
- lepsza orientacja w schemacie ciała;
- poprawa funkcjonowania w zakresie dużej motoryki i integracji sensorycznej;
- nabywanie umiejętności wykonywania złożonych sekwencji ruchowych.

Należy również podkreślić, jak ważne dla aktorów jest spotkanie z publicznością. Jest to czas prezentacji efektów pracy i poddanie ich ocenie. Jeśli aktorzy czują i słyszą oddźwięk z widowni w czasie spektaklu, a później gorący aplauz rodziców i pozostałych widzów, jest to dla nich sygnał, że ich wysiłek jest wartością. W ten sposób kształtują pozytywny obraz samego siebie (Buchner-Micek 2002).

Prowadzący zajęcia

Wysiłek organizacyjny, różnorodność zadań i spory nakład pracy sprawiają, że Klub Aktora jest pracą zespołową. Każdy z prowadzących ma możliwość wyboru zadań, które są jego mocną stroną i dostarczają mu satysfakcji. Nauczyciele, asystenci i wolontariusze odkrywają nowe talenty, przełamują ograniczenia, realizują swoje pasje. Uczestnictwo w Klubie jest dla nich inspiracją do twórczej pracy i szansą na realizację zadań, których nie sposób przeprowadzić w sali lekcyjnej podczas codziennych zajęć. Atmosfera życzliwości i otwartości na nowe pomysły sprzyja twórczemu rozwojowi.

Rodzice

Dla osób z autyzmem odgrywanie ról w przedstawieniach jest zadaniem trudnym i wymagającym silnego wsparcia. Jednak doświadczenie udziału w przedstawieniu, zwłaszcza na profesjonalnej scenie teatralnej, dostarcza uczniom i ich rodzicom wielu pozytywnych doznań. Okazja do zobaczenia dziecka w roli aktora, piosenkarza czy tancerza, nie tylko zmienia jego wizerunek w oczach rodziców, ale w swoisty sposób rodzic odkrywa je na nowo. Niektórzy rodzice wręcz domagają się udziału dziecka w kolejnym spektaklu. Widok dziecka odnoszącego sukces sprawia im ogromną radość, a zarazem podnosi samoocenę. Coroczne przedstawienia przygotowywane na zakończenie roku szkolnego nie tylko gromadzą cały personel szkoły, rodziców i uczniów, ale również tworzą ciepłą i przyjazną atmosferę.

W codziennej pracy Klubu Aktora za najistotniejsze uważa się budowanie poczucia własnej wartości każdego z uczestników. Zainicjowanie we wspólnym dziele teatralnym jest źródłem autentycznej radości i satysfakcji. Przewyciężanie własnych ograniczeń, zdobywanie nowych umiejętności wspiera całościowy rozwój osoby z autyzmem i znajduje odzwierciedlenie w codziennym funkcjonowaniu w różnych obszarach życia. Regularne, cotygodniowe spotkania budują silną więź pomiędzy uczestnikami Klubu Aktora, a wspólnie spędzany czas jest lubiany i oczekiwany przez wszystkich.

Literatura

- Aleszko Z., *Choreoterapia w psychiatrii*, [w:] *Rytmika w kształceniu muzyków, aktorów, tancerzy i w rehabilitacji*, red. nauk. B. Ostrowska, Wydawca: Akademia Muzyczna, Łódź 1999, s. 147–156.
- Białańska A., *Teatr, który leczy*, Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2002.
- Buchner-Micek A., *Teatroterapia jako forma pracy z osobami niepełnosprawnymi*, [w:] *Problemy pedagogiki specjalnej w okresie przemian społecznych*, red. nauk. A. Pilecki, Wydawca: UMCS, Lublin 2002, s. 271–278.
- Chmiel B., Sabik M., Stachowicz A., *Klub Aktora – współtworzenie sztuki. Przestrzeń dla osób z autyzmem*, [w:] *Kompleksowe wspomaganie rozwoju uczniów z autyzmem i zaburzeniami pokrewnymi*, red. nauk. J. Kossewska, Wydawnictwo „Impuls”, Kraków 2009, s. 219–230.
- Terapia czy teatr? (Spowiedź artystów niecodziennych)*, red. A. Orczyk, <http://www.dedlajn.com.pl/archiwum/teatrterapia.htm> (dostęp 11.09.2011).
- Schejbal M., *Scenariusze, czyli jak opowiadać historie w teatrze*, Wydawca: Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki, Bielsko-Biała 2006.

Schejbal M., Molicka R., *Teatr i terapia; proces artystyczny, proces grupowy*, Wydawca: Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki, Bielsko-Biała 2005.

Actor's Club as a form of creativity of people with autism

Abstract

Special Education School Complex No. 13 for Children and Adolescents with Autism in Krakow has been realizing an innovative programme created by Magdalena Sabik which uses elements of dance and theatre therapy for several years. The programme assumes structuring school artistic and spectacle activity through the creation of a theatre group. The group, known as the Actor's Club, consists of students chosen from different classes as well as therapists and volunteers.

The main assumption of the work in the Actor's Club is creation of a space for the development of one's own positive image through the opportunity of appearing in a group and through activity that comes from the student's own will rather than as an answer to the teacher's instruction. Regular, weekly meetings are a chance to develop the skill of spending spare time in a constructive and pleasant way. Difficulties in abstract thinking and using imagination are particularly visible in the functioning of people with autism. Therapeutic actions conducted in the Actor's Club are directed to the development of these competencies and to the development of social contacts, spontaneity and inculcation to taking up artistic activity.

The effect of the work of the Actor's Club are theatrical as well as vocal and dancing performances presented during school celebrations, festivals and competitions for children and adolescents.