

MOL Gyermekgyógyító Program 2014

„Képből vagyok – Komplex művészetterápiás program autista gyermekeknek”

Összefoglaló

A beadott pályázati ütemtervnek megfelelően sikerült programot lebonyolítani, melyben kettő csoportban vettek részt az autista spektrumzavarú gyermekek, életkor szerinti megosztásban. Az I. csoportban alsó tagozatos gyermekek, míg a második csoportban kamaszok, zömében 14-15 évesek vettek részt. A tematika mindkét csoportnál azonos volt, természetesen igazodva az életkori és képességbeli adottságokhoz, sajátosságokhoz. Lemorzsolódás nem történt, azonban olykor-olykor egy-egy hiányzás előfordult. Ennek oka más programon való részvétel (pl. tanulmányi verseny), illetve betegség volt. A tervezett tematikán alapvetően nem kellett változtatni. A változtatás egy-egy téma gyakoriságát érintette, igazodva az igényekhez, a fejlesztendő területhez. A program során minden résztvevőre – amennyire a csoportforma lehetővé tette – mint szuverén egyénre tekintettünk, tehát a csoport egészét és a tagokat egyénekként is figyelembe vettük, fejlődésüket egészként és részként is monitoroztuk.

A pályázat képi dokumentálását megnehezítette, hogy a résztvevők közül – főként a második csoportban – többen nem kívántak a képeken, videókon megjelenni.

Egy-egy foglalkozást bemelegítéssel, ráhangolódással kezdtünk – játékok, relaxáció –, majd ezután következett az adott napra tervezett művészetterápiás munka, melyet közös uzsonnázás és játék zárt.

A program során sikeresen alkalmaztuk a művészetterápia minden válfaját, illetve azok kombinációját. Így a **képzőművészet-terápiát** temperával, olajpasztellel, montázzsal, agyaggal, homokkal (erre későbbiekben részletesen kitérek), színes ceruzával, szénrel. **Aktív zeneterápiát** ritmushangszerekkel, illetve festéssel kombinálva a receptív (befogadó) zeneterápiát. **Mozgásterápiát** tornateremben, foglalkoztató helyiségben, és szabadterén. **Biblioterápiát** festéssel kombinálva.

A tanévet felölelő idő alatt figyelembe vettük az ünnepeket, az azokra való ráhangolódást, megélést, rítusokat. Így készültünk például húsvétra, anyák napjára. Költészet napja alkalmából komplex művészetterápia, a *biblioterápia és a képzőművészet-terápia* kettősségét alkalmaztuk, mely során hallottak a résztvevők egy gyermekverset, e vers általuk kiragadott részét papírra vetették elképzelésük, fantáziaképük szerint, illetve a versben elhangzó „papírsarkány” kifejezés hallatán következő alkalommal elkészítettünk egy-egy papírsarkányt, mely a legvisszahúzódozó résztvevőt is aktív munkára sarkallta. Ennél a formánál a vers hívójelként funkcionált. Kreativitásfejlesztés és fantáziamunka mellett hasznos információkat adott át, figyelmüket terelte és igyekezett megtartani. Sikerességét bizonyítja, hogy még alkalmak múltán a térbeli homoktechnika alkalmazásakor is e verset szavalták.

A program kezdetekor az ismerkedés dominált, illetve a testtudatosítás, határait megélt. Ezt *tenyérlenymat* készítésével értük el. Örömmel festették saját és egymás(!) kezét is különböző színűre, és szívesen segédkeztek társaik kezének papírra nyomásában. Ezt követően a tenyérlenymatok festéssel történő kiegészítésével alkottak képet.

Egyszerű *ritmushangszerek* segítségével az emóciók, érzelmi ráhangolódás, az egymásra figyelés és a nonverbális kommunikáció fejlesztése volt a cél, melyet maradéktalanul sikerült elérni. A közös „zenélés” pozitív élményként jelent meg minden résztvevőnél. Megfigyelhető volt a hangszerek individuális – olykor nem rendeltetésszerű – módon történő használata. Előnyben részesítették az erőteljes hangú eszközöket. A mozgással kombinált formájánál sikerült együttes munkát kialakítani. A hang, mozgással történő követése, illetve ennek fordítottja szorongás nélkül sikerült. Szociális készségeik fejlődtek e munka során, hiszen ki kellett várniuk sorukat, oda kellett figyelni társaikra, gyakorolni az utánzást, illetve azt kreativitásuk felhasználásával tovább fejleszteni. Egy-egy alkalommal az aktív zenélést kiegészítettük mozgással, valamint rajzolással. Ez utóbbi esetben a szabadban zenéltünk, mozgottunk, majd aszfaltkrétával lerajzoltuk érzéseinket.

Az autista spektrumzavarban szenvedő gyermekeknél fontos probléma a szeparálódás, a csoportban és együtt dolgozás képtelensége, az „én” határok, és a szociabilitás megélt, hiánya. Mindezek feloldása érdekében igyekeztünk minél többször közös munkákat létrehozni, alkotni. Például: közös rajz, egy, nagy papírra, illetve rajzkiegészítés. Ez utóbbi esetben minden résztvevő rajzol, majd a rajzát továbbadja a mellette ülőnek, aki azt kiegészíti és továbbadja, így tovább, míg visszaér az eredeti alkotó elé. Azt tapasztaltuk, a gyermekek élvezték ezen feladatokat, bár olykor előfordult egy-egy tiltakozás, a papír szélére kerülés.

Az un. „*Művészeti napló*” készítésében merültek fel problémák. Csupán néhányuknak sikerült a naplót vezetni, míg a többiek néhány alkalom után „elvesztették”, otthon felejtették. E tapasztalatok a módszer átdolgozására, finomítására késztetnek, így a jövőben már ennek megfelelő módon alkalmazzuk.

Újszerű technikaként alkalmazzuk a *homokterápiát*. Egyfelől térben, Polc Alain „Világjátékának” kvázi analógiájára, másfelől síkban, Cakó Ferenc homokrajzfilmjeiből merítve a metodikai alapokat, valamint felhasználva, tudatosan irányítva a pszichológiai folyamatokat. Térben egyszerű eszközök, és állatfigurák biztosításával gyakorlatilag meseszöveget alkalmazzunk. Úgy egyénileg – mindenki külön tálcán –, mint csoportban. Ez utóbbi esetben egy nagy közös tálcán folyt a munka. Észlelhető volt a csoportdinamika, az együttműködés képessége. Természetesen voltak kisebb-nagyobb viták, olykor elrohanás is, ki-ki személyisége szerint reagálta le a konfliktushelyzeteket. A feladat során kitalált meséknek íve volt, megtalálhatóak voltak benne a tipikus népmesei szakaszok, állomások. A legtöbb esetben a téma klasszikus volt. Vár, barlang, hegy, időjárási viszontagságok, harcok. Előfordultak a történetben destruktív részek, ám a történetek befejezése minden esetben pozitív lett. Ezen technikát mindenképpen folytatásra érdemesnek tartjuk akár csak a síkban történő munkát. Ebben az esetben írásvetítő segítségével – későbbiekben un. alávilágító asztal beszerzését tervezzük – a vetítőn rajzolt folyamatot a falra vetítve lehetett követni. Így míg egyikük rajzolt, a többiek követni tudták a kivetítőt és bár az aktuálisan alkotó kommentálta is a rajzot, legtöbbször a többiek is aktívan bevonódtak. Ezek a mini történetek rendkívüli pszichológiai súllyal rendelkeznek, hiszen hogy a hipotézisünk is sejtette, a mindennapi történések felelevenítésére és azok átdolgozására adott lehetőséget, a problémamegoldó készség fejlesztése mellett. Fejlesztette a szociális kompetenciákat is, hiszen a többiekre oda kellett figyelni, ötletekkel segíteni az esetleges elakadásokat.

E módszert mindenképpen folytatásra alkalmasnak tartjuk a további terápiák során.

A homokterápiához hasonlóan kiemelkedő sikert értünk el az un. „*Dobozvilág*” gyakorlattal. Ekkor hulladékokat hasznosítottunk újjá. Nagy kartondobozból mindkét csoport elkészített egy-egy épületet, majd ezeket az épületeket étellel töltötték meg, modellezve környezetüket. Az I. csoport egy iskolát készített, melyet elneveztek „Szivárvány” iskolának. Ez a momentum azért fontos, mert ahol a foglalkozások helyet kaptak, a Szivárvány csoport nevet viseli. Ezzel gesztussal jelezték komfort és biztonság érzetüket a környezettel kapcsolatban. A II. csoport pedig egy plázát készített, zavarba ejtő aprólékossággal. Mindenki természetesen érdeklődésének megfelelő üzletet, illetve tantermet készített a nagy dobozon belül. Így volt számítógépes bolt, könyvesbolt, édességbolt, mobiltelefon bolt stb., és a mellékhelyiségekről sem felejtkeztek el, csakúgy mint a mozgáskorlátozottak számára liftről(!). Ez mindenképpen szociális és érzelmi kompetenciát jelez. A dobozvilág feladat segíti a szocializációt, a környezet megismerését, a valódi világban, éles helyzetben történő eligazodást. Miután megvoltak a funkciók, a mini világokat étellel töltöttük meg. Papírból embereket készítették, majd zárásként szituációs gyakorlatokat csináltunk. A kvázi bábok használatával kicsit kívül tudtak helyeződni, a homokvilághoz hasonlóan megelevenedtek a napi történések, sikerek, konfliktusok. Szerepeket játszhattak, melynek a szociális tanulásban van jelentősége.

A *mozgásterápia* során testtudatosító, bizalmi, agressziót-indulatokat felszínre hozó, majd azt átalakító, megélő, nonverbális kommunikációt fejlesztő, valamint szemkontaktust előtérbe helyező játékos gyakorlatokat végeztünk. A mozgás alatt a többi feladat során szeparációs törekvéseket mutató gyermekek is felszabadultak, ezirányú törekvés nem volt megfigyelhető.

A támogatásnak köszönhetően tudtunk vásárolni relaxációs, és stimulációs eszközöket, melyek segítségével fejleszthetőek a különböző érzékszervek, lehetővé válik azok integrációja. A felkínált ingerek által új, pozitív tapasztalatok érték a résztvevőket lehetővé vált az intenzív érzékelés, a kellemes ingerek felvétele, befogadása, ezzel serkentve az aktivitást, a világ felé való nyitottságot. A terápia során az érzékszervek gyengéd, élvezetekkel teli stimulációja valósult meg egy biztonságos környezetben. A programban úgy a ráhangolódás, mint a levezetés során alkalmaztuk ezen eszközöket, halk zene mellett.

A programot egy közös *pólóbatikolással* zártuk, mely pólókat a résztvevők kézjegyükkel láttak el. Ezzel egy olyan objekt keletkezett, mely a közel egy tanévet átívelő program kézzel fogható emléke lesz.

A program során egyértelmű fejlődést tapasztaltunk a motoros és kognitív készségek, a szocializáció, kommunikáció, én-kép és kapcsolatteremtés és a kreativitás területein.

Záráskor a résztvevőkben, valamint szüleikben, hozzátartozóiban is a folytatás iráni igény fogalmazódott meg. Egyértelmű pozitív visszajelzéseket kaptunk a családtagoktól, melyet alátámaszt, hogy segítettek pl. a dobozvilág alapanyagainak gyűjtésében, folyamatosan nyomon követték a programot, kérdéseket tettek fel, észrevételeket fogalmaztak meg.

A tapasztalatoknak megfelelően készítettük el a program folytatását jelentő munkatervet, melyet a 2015.-évi MOL Gyermekgyógyító Program pályázatában benyújtottunk, bízva a szakértő bizottság pozitív elbírálásában.

Köszönjük az Új Európa Alapítvány támogatását!