

**PORADNIK
BARDZOMŁODO—
—KULTURALNY**

2024



Kultura dostępna – praca z osobami z niepełnosprawnością umysłową

ZUZANNA ZUBEK-GAŃSKA



Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego



NARODOWE
CENTRUM
KULTURY



BARDZO
MŁODA KULTURA
woj. lubelskie

CSK

CENTRUM
SPOTKANIA
KULTUR
W LUBLINIE

Wstęp

Osoby niepełnosprawne umysłowo to szczególna grupa odbiorców działań kulturalnych, dlatego ten poradnik jest skierowany jak najbardziej do osób, które chcą podjąć działania warsztatowe, plastyczne i kulturalne poświęcone osobom niepełnosprawnym umysłowo, jak również do instytucji i organizacji które chciałyby przystąpić do tworzenia i projektowania działań kulturalnych dedykowanych takim osobom.

Obecnie w najróżniejszych placówkach, nie tylko o charakterze kulturalnym, dostrzega się potrzeby osób z dysfunkcjami i szuka się rozwiązań, aby przybliżyć tym osobom wszelkie możliwe działania kulturalne. Placówki te, pozbywając się barier społecznych, intelektualnych i architektonicznych stają się wyjątkowym miejscem, instytucją, umożliwiając tym samym bezpośredni kontakt ze sztuką. Uczestnictwo w kulturze jest bowiem jedną z podstawowych potrzeb osób niepełnosprawnych, w tym także niepełnosprawnych umysłowo.

Niepełnosprawność umysłowa nie może być przyczyną wykluczenia ze świata kultury, wręcz przeciwnie, świat sztuki powinien być dla tych osób w pełni dostępny, aby umożliwić tym osobom świadome przeżywanie sztuki i uczestnictwo w działaniach kulturalnych.

W poradniku tym postaramy się przedłożyć i opisać najistotniejsze kwestie, które pozwolą wdrożyć działania dedykowane osobom niepełnosprawnym umysłowo.

Zawrzemy i opiszemy kilka istotnych i podstawowych kwestii, jak:

1. Czym jest niepełnosprawność umysłowa?
2. Dlaczego uczestnictwo w sztuce osób niepełnosprawnych intelektualnie jest tak ważną kwestią i jakie daje efekty?
3. Jak dobrać grupę docelową i kto się powinien w niej znaleźć,
4. Jak dotrzeć do grup z informacją o planowanych działaniach,
5. Jak oszacować koszty takich działań i co należy wziąć pod uwagę
6. Jak postępować i jak zwracać się do osób z niepełnosprawnością umysłową,
7. Jak stworzyć scenariusz działań planowanych dla grupy oraz jak opracować rozwiązania, które ułatwią organizację działań dla danej grupy w wybranym miejscu osoby wspomagające, przestrzeń, materiały).

Jeśli będziemy umieli rozwiązać i przygotować odpowiednio rozwiązania z powyższych punktów to organizacja dedykowanych grupom zajęć będzie jasna i klarowna.

1. Na wstępie należało by określić czym jest niepełnosprawność intelektualna?

Jest to ważne aby na początku ustalić z jakim typem / rodzajem niepełnosprawności umysłowej boryka się dana grupa. Grupy bywają różnorodne, znajdziemy tu osoby funkcjonujące w stopniu wysokim jak i te, które potrzebują więcej uwagi.

Pamiętajmy, że bez względu na stopień dysfunkcji całą swoją uwagę koncentrujemy na każdej osobie nie różnicując, kto tej uwagi potrzebuje bardziej. Staramy się dać odczuć wszystkim uczestnikom wydarzeń, zajęć że są tak samo ważni a ich potrzeby traktujemy priorytetowo.

Osoby niepełnosprawne intelektualnie to grupa szczególna, dla której działania artystyczne z każdej dziedziny sztuki stanowią część terapii, umożliwiającej otwarcie się na świat i współuczestniczenie w nim. Gwarantują wewnętrzną satysfakcję, przynoszą poczucie spełnienia i zadowolenia z rezultatów własnej pracy/ Stanowi to ważną kwestie przy terapii. Prace, które są wykonywane przez podopiecznych placówki czy oddziału są potem szerzej omawiane na innych zajęciach, już wewnątrz danej placówki, z której przybyła dana grupa. Uczestnicy indywidualnie, przychodzący z członkami swojej rodziny lub opiekunem mają niewątpliwie doskonałą możliwość by z tej formuły również skorzystać. W pełni przeżywają oglądaną sztukę, a praca, która staje się efektem zajęć, jest dla nich podsumowaniem tego przeżywania.

Wyróżniamy cztery stopnie niepełnosprawności intelektualnej: lekki, umiarkowany, znaczny, głęboki.

Poniżej przedstawiam stopnie upośledzenia umysłowego wg. skali Wechslera:

- **69–55 IQ Wechslera** – niepełnosprawność intelektualna w stopniu lekkim – najczęściej rozpoznawalny typ upośledzenia umysłowego. Cierpiący na nie są zaradni i samodzielni, nie mają jednak rozwiniętego myślenia abstrakcyjnego. Dzięki zajęciom korekcyjnym mogą osiągać podobne wyniki do osób

z przeciętnym IQ. Upośledzenie umysłowe lekkie charakteryzuje poziom intelektualny typowy dla wieku 10–12 lat

- **54–35 IQ Wechslera** – niepełnosprawność intelektualna w stopniu umiarkowanym – poziom intelektualny typowy dla wieku 6–9 lat. W przedszkolu wykazują trudności z nabywaniem i przestrzeganiem norm społecznych. Wyróżnia je także niezręczność fizyczna. Osoby o tym stopniu niepełnosprawności mogą pracować w zakładach pracach chronionej, radzić sobie z czynnościami samoobsługowymi, nie gubić się na znanych terenach
- **34–20 IQ Wechslera** – niepełnosprawność intelektualna w stopniu znacznym – poziom rozwoju jak u dzieci w wieku od 3 do 6 lat. W wieku około 4–6 lat widoczne jest znaczne opóźnienie rozwoju psychofizycznego. Możliwe jest opanowanie samoobsługi, a także czynności domowych (przy stałej, solidnej opiece).
- **poniżej 20 IQ Wechslera** – niepełnosprawność intelektualna w stopniu głębokim – osoby cierpiące na to upośledzenie nie przekraczają umysłowo wieku 3-letniego dziecka. Istnieje możliwość opanowania wyłącznie najprostszych czynności. Całe życie wymagana jest opieka. Charakterystyczne jest występowanie wad neurologicznych oraz fizycznych.

2. Dlaczego zajęcia artystyczne dla osób niepełnosprawnych intelektualnie, organizowane w danej placówce, są tak ważne?

Szeroko zakrojone działania artystyczne – arteterapia, podczas której uczestnicy tworzą prace odnoszące się do danego tematu, ekspozycji, literatury, jest działaniem o charakterze czynnościowym, które poprzez twórczą pracę wzmacnia niewątpliwie zdrowe strony jego osobowości jak również wpływa na stymulację i wyciszenie.

Terapia przez sztukę pozwala ujawnić stłumione emocje, przejąć nad nimi kontrolę. Sztuka może pomóc w rozumieniu świata i budowaniu do niego pozytywnego stosunku, może również wskazać, co ważne, a także wzmocnić potrzebę kontaktu z ludźmi.

Sztuka bez wątpienia uczy wartościowania. Ponadto działania artystyczne, uczestnictwo w zajęciach ma ogromny wpływ na zredukowanie stresu, mają wpływ na twórcze rozwijanie wyobraźni.

Działania artystyczne dla osób niepełnosprawnych umysłowo są źródłem ogólnego rozwoju: sensorycznego, poznawczego, komunikacyjnego i manualnego.

Ponadto:

- Warsztaty artystyczne pozwalają osobom niepełnosprawnym umysłowo zmienić sposób widzenia samego siebie,
- Podnoszą znacząco samoocenę,
- Zmniejszają poziom napięcia,
- Rozwijają umiejętności interpersonalne,
- Uwalniają emocje o charakterze negatywnym,
- Rozwijają spontaniczność,
- Uczą postrzegania świata przez pryzmat sztuki,
- Dają możliwość przełamywania wszelkich oporów i lęków związanych z ekspresją i kontaktem z otoczeniem,
- Uwrażliwiają,
- Zmniejszają nadpobudliwość,
- Uczą ekspresji i wyrażania siebie.

Zaplanowanie działań kulturalnych w danej instytucji podnosi jej rangę, uzupełnia charakter działania o nową grupę odbiorców, dla której te działania są jak najbardziej wskazane. Daje także nowe możliwości, wyznacza cele pod interesujące projekty realistyczne, które można realizować z nową grupą odbiorców.

Jest to również jasny sygnał naszych czasów o pełnym otwarciu się instytucji na potrzeby najbardziej potrzebujących jednostek.

3. Kto jest naszą grupą docelową?

Bez względu na to, czy przygotowujemy ekspozycje, warsztaty, koncert musimy określić dokładnie komu dedykujemy powyższe wydarzenia i jak dotrzeć do właściwych osób.

W świecie osób niepełnosprawnych umysłowo, względem stopnia niepełnosprawności, trzeba odpowiednio dobierać działania do grup o szczególnych potrzebach. Naszą grupą docelową są w szerokim ujęciu osoby niepełnosprawne umysłowo w różnym stopniu. O ich uczestnictwie i możliwości

podjęcia działań o charakterze artystycznym, kulturalnym decydują opiekunowie grupy z danego ośrodka, oddziału, szpitali, szkół. Ważne, aby dotrzeć do placówek, oddziałów opieki dziennej, szpitali, a także osób indywidualnych, które takich działań potrzebują.

Ważne by ocenić, czy działania, które prowadzimy, dedykujemy osobom:

- dorosłym z niepełnosprawnością umysłową,
- dzieciom z niepełnosprawnością umysłową w stopniu różnym,
- osobom niepełnosprawnym umysłowo zgłaszającym się indywidualnie
- grupom zorganizowanym z placówek opieki dziennej lub szpitali.
- Osobom niepełnosprawnym w stopniu różnym,
- Osobom / grupom osób w depresji.

Warto pamiętać, że przy grupach zorganizowanych zawsze mamy dodatkowych opiekunów, na których wsparcie możemy liczyć podczas zajęć. W przypadku osób indywidualnych, które przychodzą z członkami rodziny, warto rozważyć wsparcie drugiej osoby prowadzącej lub omówić wcześniej zasady uczestniczenia w zajęciach (wsparcie rodziny uczestników, wywiad).

Warsztaty i działania o charakterze artystycznym mogą być przeprowadzane jako forma arteterapii, i być stosowane w przypadku osób głęboko upośledzonych umysłowo, osób niepełnosprawnych, mocno zaburzonych lub niedostosowanych społecznie. Arteterapię wykorzystuje się także w leczeniu zaburzeń psychicznych, m.in. w leczeniu depresji, lęków, uzależnień, w leczeniu zaburzeń osobowości, autyzmu.

4. Jak dotrzeć do grupy docelowej?

To bardzo ważna kwestia.

Dotrzeć do grupy docelowej można na kilka sposobów:

- **Odpowiednia promocja** – informacje w lokalnych stacjach radiowych, ogłoszenia w mediach, prasę. Powinien być to odpowiednio sformułowany przekaz, zwarty, zawierający najważniejsze informacje.

- **Rozeznanie w placówkach** – warto także dotrzeć do grup docelowych za pomocą wstępnego rozeznania; jakie mamy placówki w danej miejscowości, czy prowadzą one działania arteterapeutyczne, czy są podejmowane wyjścia zewnętrzne w danej placówce, jakie dni przypadają na wyjścia grup, jakie godziny są najodpowiedniejsze. To dodatkowe kwestie, które są do ustalenia po kontakcie, warto jednak pamiętać o nich i mieć je na uwadze już na początku, gdy podejmiemy pierwszy kontakt telefoniczny bądź mailowy z daną placówką.
- **Materiały promocyjne** – materiały graficzne promujące planowane działania uwzględniające udział osób niepełnosprawnych umysłowo i im dedykowane. Materiały te można dystrybuować w placówkach, centrach kultury, ośrodkach opieki stałej i dziennej.
- **Media społecznościowe** – możemy również utworzyć poprzez media społecznościowe wydarzenie zawierając w nim również najistotniejsze informacje jak zapytania dla potencjalnych uczestników: np. czy osoby niepełnosprawne umysłowo posiadają dysfunkcje wzroku lub słuchu, czy w grupie są osoby wymagające słuchawek wyciszających. Powinniśmy również określić, czy dane zajęcia plastyczne kierowane są dla grup: dzieci czy dorosłych.
- Zaprosić do udziału w zajęciach poprzez lekcje pokazowe w danej placówce. Wcześniej telefonicznie lub drogą mailową ustalamy godziny dostępne i możliwe do realizacji dla danej grupy, temat. Podczas prowadzenia zajęć opowiadamy jak wyglądają zajęcia prowadzone przez instruktora w naszej placówce.
- **Zachęcanie do zaangażowania rodzin** – to kluczowe, aby rodziny wzięły aktywny udział w działaniach, co zwiększa ich efektywność.

5. Jak oszacować koszty i co wziąć pod uwagę przy planowanej realizacji danego działania.

Koszty działań są zazwyczaj podyktowane rodzajem danej realizacji i są one zależne od wielu istotnych czynników. Kształtują się one na różnym poziomie i ważne by ustalić jakie środki jesteśmy w stanie przeznaczyć na ten cel. Do tego potrzebne jest wstępne podsumowanie, na które rzutuje kilka czynników, jak:

- **liczebność grup**, dla których chcemy dane zadanie, warsztat przygotować, pomaga to w oszacowaniu ilości materiałów, których będziemy potrzebować podczas zajęć.

- **założenia materiałowe** (niektóre zajęcia mogą być w realizacji mniej kosztowe, inne będą wymagały większych nakładów). Ważne by przyjąć jaki mamy realny budżet
- **opieka nad grupą** – ważne, by skonsultować pewne kwestie organizacyjne z opiekunem grupy, który podpowie nam, czy udział osób wspomagających grupie będzie wymagany. Zazwyczaj grupy zgłaszające się do ośrodka mają zapewnioną odpowiednią opiekę. W przypadku osób nieorganizowanych przychodzących na dane wydarzenie warto zapytać o możliwa pomoc, osobę wspomagającą. Osoba taka znacząco mogła by wpłynąć na jakość planowanych działań. Osoba prowadząca warsztat, działania artystyczne, mimo swojego skupienia nie będzie w stanie pomóc wszystkim w jednym czasie, stąd taka osoba jest jak najbardziej wskazana.
- **Przestrzeń** – odpowiednie przygotowanie miejsca / wybór miejsca, w którym docelowo będą odbywać się zajęcia. Miejsce takie musi spełniać kilka warunków, trzeba rozważyć czy będą potrzebne modyfikacje, udogodnienia dla osób niepełnosprawnych umysłowo. Musimy rozważyć koszt przygotowania odpowiednio danej przestrzeni.
- **Organizacja przestrzeni** (oznaczenia). Wszystkie pomieszczenia, łącznie z korytarzem prowadzącym do sali warsztatowej, powinny być dobrze oznaczone. Ułatwi to prace zarówno nam, jak i pomoże w poruszaniu się po naszej placówce uczestnikom warsztatu, zajęć, spotkania. Takie oznaczenia możemy wykonać sami lub też zakupić gotowe do umieszczenia w odpowiednich miejscach.
- **Wynagrodzenie dla osoby prowadzącej zajęcia** – jeśli warsztaty prowadzi osoba z zewnątrz konieczne będzie przygotowanie honorarium za dane zajęcia. Jeśli zajęcia są cykliczne trzeba oszacować kwotę wszystkich planowanych spotkań, jeśli są to zajęcia organizowane raz na jakiś czas trzeba zastanowić się nad kwotą honorarium dla osoby prowadzącej za konkretny warsztat (uwzględniając czas trwania zajęć, 1, 2 lub 3 godziny).
- **Miejsce** – jeśli w naszej placówce nie ma pomieszczenia, które spełniało by warunki do prowadzenia zajęć, trzeba przemyśleć wynajem odpowiedniej sali, rozeznanie, gdzie taka sala może się znajdować, lokalizacje (zależy nam na bliskiej odległości) i koszty. Czy będzie to koszt jednorazowy czy też będzie to wynajem długoterminowy – są to ważne kwestie, które trzeba na wstępie ustalić.
- **Logistyka** – grupy przyjeżdżające na zajęcia, dochodzące. Jeśli istniałaby taka możliwość, warto zastanowić się nad logistyką, transportem osób niepełnosprawnych umysłowo do naszej placówki, miejsca docelowego, gdzie będą się odbywać warsztaty. Jest to element, który dodatkowo zachęci i pomoże uczestnikom dotrzeć na miejsce.

6. Jak postępować i jak zwracać się do osób z niepełnosprawnością umysłową,

Język, mowa, której używamy podczas prowadzenia zajęć, musi być prosty, jasny, jednocześnie zwracamy się do uczestników empatycznie. Musimy również mieć na uwadze nastroje grupy w danym dniu, w oszacowaniu tego pomoże informacja od opiekuna grupy (dzisiaj mamy gorszy dzień, ktoś spotkał się z czymś negatywnym, pogoda nie jest dzisiaj dla nas najlepsza, nie czujemy się swobodnie). Wypowiedzi powinny być formułowane na poziomie, jakiego odbiorcy potrzebują. Komunikacja musi być klarowna, z dużą dbałością o odbiorcę. Dopytujemy i pytamy, jeśli coś wydaje się być niejasne.

Dajemy cały czas poczucie bezpieczeństwa i odczucie skupienia uwagi na rozmówcy. Język jest ważną formą relacji między prowadzącym a uczestnikami, pomaga w pełnym osiągnięciu rezultatów, sprzyja komfortowi pracy obu stron, podnosi wartość pracy i samoocenę uczestnika.

Na co warto zwrócić uwagę czyli co może być przydatne podczas prowadzenia zajęć:

- Pytamy i sygnalizujemy gdy podchodzimy do uczestnika, aby czuł się swobodnie.
- Jesteśmy elastyczni w kwestii zadanego tematu działania i otwarci na modyfikacje, jeśli uczestnik prosi o inne materiały do wykonywanego zadania.
- Słuchamy, jeśli uczestnicy przy okazji wykonywanego zadania mają swoje uwagi, spostrzeżenia, refleksje.
- Okazujemy zainteresowanie i dbałość o każdego uczestnika.
- Zachęcamy do zadawania pytań, i chwalimy, okazujemy i sygnalizujemy swoją obecność i gotowość do niesienia pomocy.
- Dajemy czas, nie ponaglamy, na każdego uczestnika patrzymy indywidualnie, dając mu czas, który jest mu potrzebny na skończenie pracy.
- Mówimy i dbamy o słownictwo, którego używamy miało charakter radosny, sympatyczny. Używamy ciepłego tonu głosu, mając na uwadze, że w grupie znajdować się mogą także osoby zmagające się dodatkowo z depresją.

W grupie mogą być osoby, które zmagają się dodatkowo z depresją.

Na zajęciach może też znajdować się cała grupa osób, uczestników terapii

zajęciowej, gościnnie na warsztatach, zmagająca się z depresją. Wówczas używamy słów w pozytywny sposób ujmujących rzeczywistość, opisujących ekspozycji, ćwiczenie, zadanie, nawet jeśli temat wydaje się być zupełnie inny, np. na wystawie fotografii poświęconej zabytkom architektury w dużej stolicy na wszystkich pracach pada deszcz, fotografia jest czarno biała, widzimy szyby ociekające deszczem, wodą, rozbudowana skala szarości, brak koloru. Wówczas możemy pokazać ujęcia architektury z różnych miast i inspiracje, opowiedzieć sobie ciekawostki architektoniczne, zwrócić uwagę na dobre, kadry, ujęcia, dla przeciwwagi pokazać podobne ujęcia w malarstwie, na kolorowych zdjęciach (pokazując przykłady) i porozmawiać o tym czym jest inspiracja. Zachęcamy tym samym grupę by potraktowała pokazane przykłady jako podpowiedzi do stworzenia własnej pracy.

Pamiętamy również o zachowaniu bezpiecznej przestrzeni, niektóre osoby czują się bezpieczniej w ściśle określonej dla siebie przestrzeni, której granic nie przekraczamy by nie odbierać komfortu zajęć, wydarzenia, tej osobie. Jeśli sytuacja wydaje się być konieczna wówczas dobrze mieć listę zapytań i zwrotów by dopytać czy możemy podejść, pomóc.

Staramy się zwracać uwagę nie na poprawność wykonania, a na wyobraźnię, nieustannie chwalimy, doradzamy i okazujemy wsparcie podczas pracy sygnalizujemy też swoją obecność – jestem, pomagam, wszystko jest dobrze.

Pamiętajmy, by prowadząc zajęcia skupiać się na najciekawszych i pozytywnych aspektach, zadbać o to, by tematyka prowadzonych warsztatów była sformułowana pod grupę indywidualnie, by pozwalała na wykorzystanie wyobraźni w stopniu możliwym dla każdego uczestnika z osobna, zatem wybieramy poziom wykonania bardziej podstawowy, aby każdy mógł pracować w podobnym do siebie stopniu.

WAŻNA UWAGA DOTYCZĄCA KOMUNIKACJI I ZACHOWANIA PODCZAS ZAJĘĆ:

W trakcie zajęć mogą zdarzyć się sytuacje różne, nieprzewidziane.

Pracujemy z grupą wysoko wrażliwych osób, bardzo różnych, zmagających się z wieloma dysfunkcjami. Ważne by zachować czujność i uwagę na mogące mieć miejsce nieprzewidziane sytuacje. Jeśli naruszymy czyjąś przestrzeń, jeśli któraś z osób poczuje niepokój spowodowany zrobieniem pracy innej niż sobie założyła, musimy wiedzieć jak postąpić, zachować spokój.

Zdarzają się momenty, gdy podczas warsztatów, podejdziemy od tyłu do stołu warsztatowego do danej osoby, i nie zapytamy, nie uprzedzimy wcześniej, dana osoba może poczuć lęk, niepokój, gdyż została naruszona jej bezpieczna przestrzeń.

Takie osoby nie zawsze sygnalizują nam konieczność zachowania odległości. Niektóre nie chcą by podchodzić do nich podczas pracy, udzielać pomocnych uwag, mają swoją wizję działania. Nie nawiązują kontaktu wzrokowego, nie mówią bezpośrednio do nas odpowiadając na zapytania. Mogą wykazać się wówczas irytacją, podenerwowaniem, stymulować dźwiękiem (gwizdem), odchodzą od stołu, mogą chcieć wyjść z sali warsztatowej, czasem głosem sygnalizują zaistniały niepokój, mogą podnieść ton. Piszę o tym, abyśmy mieli na uwadze, że takie sytuacje mogą mieć miejsce. Grupa osób niepełnosprawnych umyślowo zawsze przychodzi z odpowiednio dobraną grupą opiekunów, dlatego oni pomagają w zażegnaniu kryzysu. Z naszej strony najważniejsze jest zachowanie spokoju, staramy się pomóc danej osobie, zadając np. pytanie – jak mogę pomóc, co mogę zrobić, czego potrzebujesz.

Są to sytuacje rzadkie, sporadyczne. Trzeba jednak być przygotowanym na wszystkie możliwe scenariusze. Aby być lepiej przygotowanym do zajęć można wcześniej zapytać opiekunów, opiekuna grupy, jak zachować się, jeśli taka sytuacja będzie miała miejsce.

Możemy również zaproponować aby dana osoba usiadła na spokojnie w oddzielnym pomieszczeniu, napiła się wody, herbaty, wyciszyła się pod opieką osoby- opiekuna grupy. Ważne, by osoba prowadząca również umiała zachować dystans podczas prowadzenia zajęć, była uważna i cierpliwa.

Czasem zdarzy się też, że któraś z osób będzie próbowała nawiązać z nami kontakt, okaże swoją sympatię do osoby prowadzącej, może zadawać pytania, może się okazać, że przygotowała się do zajęć sprawdzając informacje na temat osoby prowadzącej lub tematu zajęć. Prowadzący powinien cierpliwie wysłuchać, jeśli trzeba nakierować w ciekawy sposób na inny temat, wyczerpująco odpowiedzieć na pytania o sztukę.

Najważniejszym dla nas wyzwaniem jest zaciekawić grupę tematem zadania, przekierować całą uwagę na działanie artystyczne i sprawić, by grupa wyszła

z zajęć zadowolona z własnych osiągnięć, niemogąca się doczekać kolejnych artystycznych wyzwań.

A do tego najważniejsze podczas prowadzenia zajęć jest kilka rzeczy:

- **empatia,**
- **spokój,**
- **uwaga,**
- **cierpliwość,**
- **zaangażowanie.**

7. Jak stworzyć scenariusz działań planowanych dla grupy oraz jak opracować rozwiązania, które ułatwią organizację działań dla danej grupy w wybranym miejscu; osoby wspomagające, przestrzeń, materiały.

Scenariusz działań planowanych dla danej grupy najlepiej stworzyć zaczynając od kwerendy środowiskowej, czyli poprzez zadawanie pytań zarówno przyszłym uczestnikom jak i opiekunom. Działania, które będą potem dedykowane danej grupie przyniosą wtedy większe efekty i satysfakcje uczestników.

Scenariusz tworzymy również odnosząc się do naszych zasobów:

- Co mamy?
- Czym dysponujemy?
- Co możemy zmodyfikować?
- Gdzie będziemy działać?
- Czy przestrzeń dedykowana działaniom sprostą normom i wymogom danej grupy.
- Czy w obrębie przestrzeni znajduje się zaplecze socjalne, sanitarne.

Scenariusz staramy się tworzyć pod konkretną grupę naszych odbiorców, najlepiej w porozumieniu z opiekunem, zarówno w aspekcie tematu, materiałów, kolorów a nawet narzędzi, których będziemy używać podczas określonych w scenariuszu, działań.

Pomoże nam w tym także wstępna weryfikacja potrzeb grupy, którą możemy stworzyć w oparciu o informacje z danego ośrodka, od opiekunów, ewentualnie

osób, które zgłaszają się indywidualnie z członkami swojej rodziny. Ważne, by planowane działania były dla odbiorcy ciekawe i budziły w nim chęć pracy, tworzenia. W uzyskaniu lepszych efektów na pewno pomoże nam przygotowanie sobie pewnych komunikatów, zwrotów, które znacznie ułatwia prowadzenie warsztatów.

- Dobrze wypracować sobie pewne główne założenia. Jeśli prowadzimy zajęcia artystyczne dedykowane konkretnej wystawie warto zachęcić grupę do zadawania pytań, skłonić do przemyśleń, naprowadzać na pewne wątki, które chcemy omówić.
- Należy również odpowiednio rozeznaczyć się przy organizacji warsztatów jakie materiały są dopuszczalne podczas zajęć i z jakich narzędzi możemy korzystać. Jeśli są narzędzia, których nie powinniśmy udostępniać, powinniśmy dopytać jakimi innymi narzędziami możemy je zastąpić lub przygotować skorygowany scenariusz, który by ich już nie wymagała. Musimy być otwarci na takie modyfikacje. Uniknie to niepotrzebnych sytuacji, które mogą być niekomfortowe dla osób uczestniczących w zajęciach. Zadbajmy to by temat zajęć, scenariusz, był doprecyzowany (z marginesem na opinie i reakcje uczestników w trakcie zajęć) i by narzędzia i materiały były ustalone wcześniej, jak również forma zajęć- w formie zabawy, warsztatu, wykładu. Są to rzeczy, które powinniśmy ustalić przed zaplanowanym warsztatem / spotkaniem.
- Oszacujmy czas realizacji zadania, pomoże to organizatorom grupy z danej placówki, ośrodka, dopracować logistykę. Trzeba przyjąć dokładną godzinę rozpoczęcia, zakończenia, czas na część teoretyczną jak również praktyczną.
- Jeśli jest to wydarzenie, które będzie miało swoją ciągłość na kolejnych zajęciach, poinformujmy o tym grupę na samym początku.
- Starajmy się stworzyć sobie wstępny harmonogram, w którym określimy sobie, co będzie następowało po kolejnych etapach, działaniach. Pomoże to w swobodnym prowadzeniu zajęć jak również trzymaniu się czasu, którego musimy przestrzegać. Możemy też doprecyzować z opiekunami grup czy czas traktujemy umownie czy też uściślamy godziny końca pracy, przyjscia, wyjścia. Możemy sobie to zapisać w harmonogramie.

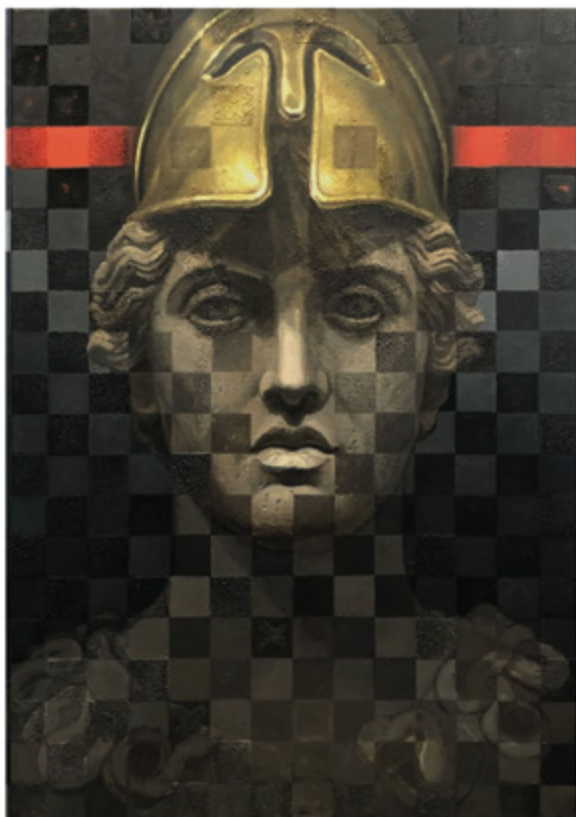
8. Rozwiązania, które pomogą nam w realizacji zadań:

Ważną kwestią jest opracowanie pewnych rozwiązań, które usprawnią organizację i przeprowadzenie warsztatów artystycznych. Mam tu na myśli nie tyle kwestie logistyczne, co organizację dodatkowego wsparcia.

- To o czym musimy pamiętać to przygotowanie sali i zapewnienie odpowiednich oznaczeń, rzetelna informacja o tym co gdzie się znajduje: tu jest łazienka, tu będziemy prowadzić warsztaty.
- Ważne by zapewnić dostęp do toalety, wody, pokoju, w którym dana osoba będzie mogła pobyc w ciszy.
- Ustawienie stołów do prowadzenia warsztatów można ustalić z opiekunami grupy, którzy pomogą znaleźć miejsca dla każdego uczestnika. Powinniśmy przygotować na tyle odstępy między siedzącymi przy stole aby pozwalały na swobodne ustawienie rąk i nóg.
- Zorganizujemy swobodne odległości, przejścia między stołami warsztatowymi.
- Zadbajmy o dobrą organizację przestrzeni na stołach.
- Starajmy się tłumaczyć zadany temat tyle razy ile będzie to potrzebne, anonsujmy przy tym gotowość pomocy, podpowiadajmy rozwiązania.
- Jeśli decydujemy się na technikę artystyczną / farby / suche pastele/ węgle/ glina / gips/ zapewnijmy ubrania ochronne typu fartuch, lub też uprzymy opiekunów grupy o możliwości pracy z materiałami brudzącymi.
- W odpowiedni sposób zabezpieczmy stoły / salę w zależności od tego jakimi materiałami będziemy pracować.
- Zapewnijmy sobie pomoce; tablica, sztaluga z kartonem, na którym ewentualnie będziemy mogli coś rozrysować, zapisać, markery.
- Warto zorganizować sobie osoby, które wspomogą nas w naszych działaniach podczas zajęć, wolontariuszy, praktykantów. Pomogą oni w rozdaniu materiałów dodatkowych, uzupełniających, czy podczas zajęć, gdy zostaną poproszeni przez uczestników.
- Jeśli sytuacja tego wymaga bo zajęcia / spotkanie jest dłuższe, zadbajmy o przerwę.
- Materiały do zajęć plastycznych, w które warto się zaopatrzyć:

Bardzo dobrze przy zajęciach plastycznych spisuje się papier, biały, zwykły i akwarelowy w różnych formatach oraz papier kolorowy. Warto zadbać by mieć go w większej ilości. Plastycznie doskonale sprawdzają się – pastele, kredki świecowe, pastele suche, kredki akwarelowe, farby akrylowe, akwarele. Kalki, flamastry,

markery, węgiel. Rzeczy podstawowe, które muszą być dostępne / znajdować się na stanie pracowni: nożyczki, także dla osób leworęcznych, gumki, strugaczki, ołówki, taśmy klejące, dwustronne, papiery kolorowe, bibuły.



Warsztaty inspirowane wystawą malarstwa, podczas których była wykorzystywana technika tłustej pasteli. Prace uczestników warsztatów.

TECHNIKI PLASTYCZNE, KTÓRE WARTO STOSOWAĆ PODCZAS WARSZTATÓW:

Malowanie, rysowanie węglem, rysowanie pastelami, kalkowanie, rysowanie flamastrami, kropkowanie, rysowanie długopisami, kaligrafowanie, malowanie gotowych form graficznych, wykorzystywanie szablonów, łączenie materiałów, kolaże, rysowanie klejem i kolorowym piaskiem, obrysowywanie gotowych kształtów, wyklejanie materiałów, malowanie wałkiem, malowanie świecą i tuszami, techniki graficzne, praca w glinie.

RZUTNIK / DUŻY EKRAŃ TELEWIZORA

może się przydać gdy do omawianego tematu chcemy dodać coś jeszcze, powiązać go z ciekawymi elementami świata sztuki. Inspiracje: do danej wystawy, wydarzenia można dodawać inspiracje sztuką z innej epoki, łączyć tematy, wprowadzać ciekawe elementy z historii i kultury, wykorzystywać przy tym dużo przykładów poprzez zdjęcia-obrazy.



Wykorzystanie elementów gotowych do zajęć zainspirowanych wystawą Marcina Marona „Paryż miasto zwierciadeł”. Technika: kolaż.

JAKO ELEMENTY GOTOWE, KTÓRE MOŻNA WYKORZYSTAĆ PODCZAS ZAJĘĆ:

Gazety, stare książki, stare albumy, skrawki różnych materii, folii, tasiemek, korali, guzików, elementów zabawek czy zasuszonych roślin (zielniki, prace inspirowane porami roku).

TEMATYKA:

Tematykę dobrze jest dobierać pod trwające ekspozycje, wydarzenia towarzyszące ale także aktualne wydarzenia kulturalne czy nawet zmiany pór roku. Dobrym punktem wyjścia są też klasycy malarstwa czy rzeźby w świecie sztuki, prace

z wyobraźni, warsztaty sezonowe świąteczne. Temat też możemy ustalić wcześniej z grupą i opiekunami i zamieścić w scenariuszu zajęć.



*Wystawa Malarstwa Małgorzaty Karp-Soi „Portal do świata teatru”.
Prace uczestników warsztatów*

Podsumowanie

Udało się, dobrnęliśmy do końca tego artykułu.

Udało nam się omówić wiele ważnych kwestii. Pamiętajmy, przy organizacji zajęć, działań aby przyjąć sobie kilka punktów wyjściowych, które nam w tej organizacji pomogą, a które są podsumowaniem powyższego poradnika. Co jest najważniejsze na wstępie, jeszcze zanim przejdziemy do zawartych powyżej szczegółów:

- **Określić cel zajęć** – co chcemy osiągnąć?
- **Przygotować plan zajęć** – jakie działania będą realizowane?
- **Wybór materiałów** – co będzie potrzebne do zajęć?

- **Przygotowanie przestrzeni** – jak zorganizować miejsce, by było dostępne i przyjazne dla uczestników?
- **Ocena zajęć** – po zakończeniu warto omówić z uczestnikami ich wrażenia oraz to, co im się podobało.

Mam nadzieję, że powyższy artykuł zachęci do włączenia zajęć artystycznych / kulturalnych dla osób niepełnosprawnych umysłowo w ramowy plan działania instytucji, galerii, muzeum, centrum kultury. Jest to doskonałe uzupełnienie całości, gwarantujące dostęp do kultury osobom wykluczonym. Ważne, by każda placówka kulturalna mogła stać się placówką bez barier uwzględniając potrzeby osób niepełnosprawnych umysłowo. Sztuka / kultura zostały stworzone dla każdego odbiorcy, bez wyjątków.

Zatem zapraszam do działania!

Dla osób chcących poszerzyć wiedzę przedstawiam linki do publikacji oraz dostępną literaturę.

Literatura:

- Urbaniak A., *Arteterapia i terapie kreatywne uzupełniającą formą pracy psychologiczno–pedagogicznej wobec osób z niepełnosprawnością. Prymarność warsztatów praktycznych umiejętności wśród kadry specjalistów*, „Przegląd Terapeutyczny”, 2010
- Korbut A., *Arteterapia i jej zastosowanie w obszarze edukacji*, „Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce”, 2016.
- Siemież, M., Siemież, T. (red.). (2008). *Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka*. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej.

Linki – informacje dostępne pod adresami:

- <https://pedagogika-specjalna.edu.pl/oligofrenopedagogika/niepelnosprawnosc-intelektualna/>
- <https://pedagogika-specjalna.edu.pl/oligofrenopedagogika/niepelnosprawnosc-intelektualna-definicje-koncepcje/>
- <https://open.icm.edu.pl/bitstreams/558fd424-c902-47bb-a1ed-aff5aa42633f/download>

Zuzanna Zubek-Gańska, kurator Galerii Gardzienice, należącej do Ośrodka Praktyk Teatralnych „Gardzienice”, muzealnik, historyk sztuk, warsztatowiec, współpracujący z wieloma instytucjami kulturalnymi w Lublinie i na Lubelszczyźnie. Absolwentka Historii Sztuki na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim im. Jana Pawła II w Lublinie, ukończyła konserwację rzeźby i elementów architektury w Liceum Sztuk Plastycznych im. Józefa Brandta w Radomiu (obecnie Zespół Szkół Plastycznych) a także Państwową Szkołę Plastyczną im. Jacka Malczewskiego w Radomiu. Od 11 lat prowadzi warsztaty z dziećmi i młodzieżą w różnych grupach wiekowych. Od 12 lat w Galerii Gardzienice prowadzi lekcje sztuki i warsztaty artystyczne dedykowane osobom niepełnosprawnym umysłowo a także osobom będącym w depresji.

Członek nadzwyczajny Polskiego Towarzystwa Psychologicznego Oddziału Terenowego w Lublinie. Certyfikowany Trener, w 2023 roku ukończyła Szkołę Trenerów Biznesu. Za zasługi na rzecz kultury w Województwie Lubelskim oraz działania edukacji dla dzieci i dorosłych w 2023 roku otrzymała tytuł „Kobieta na Medal” przyznawane przez „Gazetę Wyborcza” oraz Medal Pamiątkowy Województwa Lubelskiego.



Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego



NARODOWE
CENTRUM
KULTURY



BARDZO
MŁODA KULTURA
woj. lubelskie

CSK

CENTRUM
SPOTKANIA
KULTUR
W LUBLINIE