

Likovna umetnost kot podpora komunikaciji in čustvenemu izražanju oseb z intelektualno oviranostjo

Vloga likovnega pedagoga v Varstveno delovnem centru Tolmin

Uvod

Pri osebah z intelektualno oviranostjo (v nadaljevanju uporabniki) je vsakodnevno spoprijemanje z različnimi izzivi zelo stresno. Zaradi svojih kognitivnih, komunikacijskih in socialnih posebnosti težje razumejo, ubesedijo in predelujejo lastna doživljanja. Prav zato pogosteje potrebujejo varno in podporno okolje, ki jim omogoča ustrezno pomoč pri obvladovanju stisk.

Kot profesor likovne umetnosti in skupinski habilitator v Varstveno delovnem centru Tolmin pri delu z uporabniki opažam, da je ključno ustvarjanje spodbudnega okolja, v katerem imajo možnost izražati se na način, ki jim je blizu, razumljiv in dostopen. Takšno okolje omogoča razbremenitev notranjih napetosti ter krepi občutek slišnosti in vrednosti.

Med dejavnostmi, ki pomembno pripomorejo k sprostitvi in zmanjševanju napetosti, ima posebno mesto umetnost. Risanje in druge oblike ustvarjalnega izražanja posamezniku omogočajo varen, neverbalen in spontan način izražanja čustev, misli in notranjih doživljanj. Umetniški proces ne zahteva popolnosti ali pravilnosti, temveč spodbuja avtentičnost, raziskovanje in osebno rast.

Na podlagi dolgoletnega dela ugotavljam, da ima likovno ustvarjanje pomembno vlogo tudi za »neumetnike«, saj ustvarja varen prostor za izražanje čustev, krepi občutek lastne vrednosti ter spodbuja zbranost in meditativno poglobitev.

Risati zna vsak. A že preprosta črta na papirju je risanje, je poseg v likovni prostor oziroma osebna gesta, ki nekaj sporoča. Pomembno je uživati v procesu ustvarjanja, ne glede na rezultat in z zavedanjem, da »prav« ali »narobe« ne obstaja.

Likovno ustvarjanje in osebe z intelektualno oviranostjo

Ena od možnosti vključevanja oseb z intelektualno oviranostjo v družbeno okolje je tudi tista, ki jo omogoča umetnost. V Varstveno delovnem centru Tolmin se lahko uporabniki vključujejo v umetniške dejavnosti, kot so likovno



ustvarjanje, dramska igra, glasbene delavnice (petje, igranje inštrumentov), plesno-gibalna skupina ... Umetniško ustvarjanje je izjemno pomembno v življenju oseb z intelektualno oviranostjo, saj ponuja veliko koristi, kot je izražanje čustev in razvijanje socialnih spretnosti, še posebej pri uporabnikih, ki imajo težave z verbalno komunikacijo.

Najprej se bom osredotočil na področja, kjer ima oseba z intelektualno oviranostjo primanjkljaj. Umetnost je lahko priložnost, ki pomaga, da posameznik te primanjkljaje omili ali jih celo delno odpravi.

Kognitivno delovanje oseb z intelektualno oviranostjo pogosto zaznamujeta zmanjšana sposobnost za reševanje problemov in počasnejše procesiranje informacij, zato je vsebine smiselno podajati v prilagojeni obliki, kot je lahko branje. Pogoste so tudi izrazite težave pri razumevanju abstraktnih pojmov, saj prevladuje konkretno mišljenje, usmerjeno na neposredne in konkretne izkušnje, to pa lahko oteži prilagajanje novim ali neznanim situacijam. Dodatno se pojavljajo težave na področju spomina, pozornosti in koncentracije.

Čustvene in socialne značilnosti oseb z intelektualno oviranostjo pogosto vključujejo povečano občutljivost za stres in frustracije. Posamezniki imajo lahko težave pri uravnavanju impulzov in nižji prag tolerance, zato tudi manjše skrbi ali ovire doživljajo intenzivneje in pri njihovem premagovanju pogosto potrebujejo podporo. Prav tako se pojavljajo težave pri prepoznavanju in razumevanju lastnih čustev in čustev drugih, to pa vpliva na ustreznost čustvenega izražanja in socialno prilagojenost.

Krepitev komunikacijskih spretnosti z likovnimi dejavnostmi

Likovne dejavnosti so lahko zelo koristne za osebe z intelektualno oviranostjo, saj spodbujajo kreativnost, izražanje, motoriko in komunikacijo. Pomagajo tudi pri razvijanju samozavesti in omogočajo ustvarjalno sprostitev. Pomembno pripomorejo k spodbujanju izražanja čustev, saj posameznikom omogočajo, da se izrazijo neverbalno. To je še posebej pomembno za osebe, ki imajo težave pri ubesedovanju občutkov ali potreb. Ustvarjalni proces omogoča sprostitev in varno izražanje notranjih doživljanj in čustvenih odzivov.

Likovno ustvarjanje spodbuja razvoj finih motoričnih spretnosti. Pri dejavnostih, kot so risanje, barvanje ali modeliranje, posamezniki uporabljajo roke in prste za natančno delo, s tem pa razvijajo spretnosti, kot so pravilno držanje pisala, uporaba čopiča in oblikovanje z glino ali plastelinom. Takšne aktivnosti izboljšujejo koordinacijo gibov in splošne ročne spretnosti.

Likovne dejavnosti pogosto zahtevajo osredotočenost na podrobnosti, zato spodbujajo razvoj koncentracije in pozornosti. Usmerjenost v eno nalogo krepi vztrajnost in pripomore k postopnemu izboljšanju sposobnosti za dolgotrajnejše ohranjanje pozornosti. Ob tem ustvarjalni proces vključuje tudi različne kognitivne funkcije, kot so prepoznavanje oblik, barv in

dimenzij, načrtovanje in reševanje problemov. To spodbuja razvoj vizualne percepcije in prostorske orientacije.

Pomemben vidik likovnega ustvarjanja je tudi krepitev samozavesti in občutka, da je oseba nekaj dosegla. Ko posameznik ustvari umetniško delo, doživi občutek ponosa in zadovoljstva, posledica tega pa je boljša samopodoba. Ustvarjalne dejavnosti mu omogočajo, da izrazi svoje sposobnosti in doživi uspeh, to pa poveča notranjo motivacijo in okrepi samozavestnejše izražanje.

V skupinskem kontekstu likovne dejavnosti spodbujajo razvoj socialnih spretnosti. Sodelovanje pri skupnih projektih spodbuja deljenje materialov, medsebojno podporo, sprejemanje različnih mnenj in krepitev medosebnih odnosov. Tako lahko posamezniki razvijajo občutek pripadnosti in se lažje vključujejo v širšo skupnost, na primer prek razstav ali skupnih umetniških dogodkov, vse to pa zmanjšuje tveganje socialne izolacije.

Likovno ustvarjanje spodbuja tudi domišljijo in ustvarjalnost, saj posameznikom omogoča oblikovanje vsebin, ki niso nujno povezane z realnostjo. S tem se krepi kreativno mišljenje in sposobnost za iskanje novih rešitev in pristopov. Občutek uporabnikov, da lahko z ustvarjanjem vplivajo na končni izdelek, pripomore k doživljanju nadzora nad lastnim delovanjem in okoljem.

Vse navedene koristi so še posebej pomembne pri osebah z intelektualno oviranostjo, saj likovne dejavnosti omogočajo celostno podporo njihovemu čustvenemu, kognitivnemu in socialnemu razvoju. Ob ustreznih prilagoditvah in strokovnem vodenju lahko pomenijo učinkovit pristop k spodbujanju napredka, večji samostojnosti in boljšemu splošnemu počutju. Likovno ustvarjanje tako presega zgolj estetsko dimenzijo in postaja sredstvo komunikacije, izražanja in osebne rasti.

Vloga likovnega pedagoga v VDC Tolmin

Kot skupinski habilitator imam pri delu z uporabniki različne vloge: sem spodbujevalec, vzornik, motivator, podpornik oziroma svetovalec. Zaposleni v VDC Tolmin smo usmerjeni v razvijanje darov uporabnikov in njihovih močnih področij.

Pri delu opažam, da imajo uporabniki, ki obiskujejo likovne delavnice, dobro razvito likovno domišljijo, in sicer pri njih izrazno deluje kot stilizirana motivika oziroma poenostavljena figuralika. Slike delujejo ekspresivno, saj prevladujejo močna črta in intenzivne barve. Prav tako opažam, da se nekateri uporabniki lažje izrazijo z likovnimi potezami in domišljijo. Na primer, en uporabnik je izdelal strip, v katerem je izrazil svoje mnenje o času med epidemijo koronavirusa.

Likovno ustvarjanje omogoča komunikacijo, ki presega verbalne in napisane izraze, saj omogoča posamezniku, da izrazi tisto, kar drugače ne bi.

Ustvarjalni proces je zmeraj preplet likovne komunikacije med menoj in uporabnikom. Včasih se zgodi, da se med spontanim barvanjem, nizanjem črt začneva z uporabnikom pogovarjati, kako bi lahko še bolj smiselno zapolnila

platno. Likovni prostor se spontano gradi in dobiva svojo zgodbo. Kot likovni pedagog imam vlogo, da peljem sliko naprej (upoštevaje sposobnosti uporabnikov) ali v motiviko/poustvarjanje podob iz narave ali v popolno abstrakcijo.

Ob upoštevanju likovnih pravil in zakonitosti poskušam proces peljati do celovite rešitve v ozračju sproščenosti, naivne igrivosti in preprostosti, da na koncu nastane smiselno sklenjen likovni izdelek. Vsak uporabnik ima enkratni slog likovnega izražanja, zato se trudim, da ne spreminjam njihovega sporočila, saj vsaka slika nekaj pove. Taki izdelki nato zaživijo kot samostojno delo in dobijo potrditev tudi v širši družbi – to je uporabnikom zmeraj v ponos in veselje. S tem tudi pridobijo občutek samopodpore in samopodobe.

Pri izražanju in samem procesu ustvarjanja na začetku ni cilja, ampak opazujem uporabnika pri ustvarjanju in ga spodbujam. Zavedam se, da noben motiv, črta, poteza, barva ni napačna, določam samo potek samega ustvarjanja oz. ni jasne slike glede samega končanja slike. Cilj prilagajam poteku ustvarjanja. Uporabnik potrebuje tudi jasna navodila, pravila glede mešanja barv (kadar želimo imeti čiste barve). Pri kompoziciji je pomembno, da uporabnika opozorim, kdaj je dovolj, in skupaj skušava določiti, kdaj je slika končana, saj bo to sicer ostala večna dilema.

Moje vodilo pri ustvarjanju z uporabniki je: »Ni človeka, ki ne zna risati, saj je že vsak najmanjši poseg v likovno polje risanje.«

Pri delu opažam, da se včasih uporabniki pred belim platnom ustrašijo ustvarjanja, so brez idej. Zato potrebujejo veliko spodbude in pozitivnega razmišljanja, da začnejo. Ob delu jih spodbujam z vprašanji, kaj bi želel najprej narisati, narediti. Skušam jih spodbujati, da ni nič narobe, če se barve med seboj mešajo, umažejo. Ni treba, da je vse čisto, natančno. Napačnih potez ni, barva se lahko čez črto. Opažam, da so tako uporabniki bolj sproščeni in svobodni.

Pomembno je, da ustvarjanje poteka v primernem prostoru, ki je namenjen samo likovnemu ustvarjanju. Uporabnikom je všeč, kadar delujejo v miru in individualno. Vseskozi se trudim, da pri ustvarjanju zagotovim okolje, ki je mirno in prijetno, ter da ima uporabnik dovolj časa in prostora.

Pogosto se zgodi, da se uporabnik, ko je osredotočen na ustvarjanje, začne sproščeno pogovarjati in veliko pove o svojem življenju in težavah, s katerimi se spoprijema. Menim, da se uporabnik zaupa prav zaradi varnega okolja, ki ga vzpostavim v likovnem ateljeju, saj se počuti dovolj varno.

Likovno ustvarjanje v VDC Tolmin

V VDC Tolmin je pet uporabnikov, ki čutijo, da je likovno izražanje njihova potreba, hkrati pa tudi izstopajo po kakovosti likovne domišljije in nadarjenosti. Ustvarjanje jim pomeni užitek in odklop. Vsi so podali dovoljenje za javno objavo fotografij, na katerih so.



Vir vseh slik v prispevku: Arhiv VDC Tolmin

Davorin najraje slika motive rožic z akrilom na platna. Pri slikanju najraje uporablja velike čopiče in velika platna. Rožice navadno niza v zaporedju po celotnem platnu. Motivov ne spreminja rad, je pa zelo vesel, ko ustvarja.

»Rad rišem mešane rožice. Najraje rišem s flomastrom, da je čisto, ker če ne, je le packarija. Rad sem sam nekje, da imam glavo bistro, da sem zbran. Zelo mi je pomembno, da imam mir, ko rišem. Vsak, ki pride, me zmoti. Takrat sem umirjen. Želim si tudi, da bi slike bile nato na razstavi. Rišem umirjeno, brez načrta, kar rata, rata. Če sem razburjen, ne morem risati.« (Davorin)

Jožica že veliko let riše in slika. Najraje slika rožice v »ciklaminovi« barvi, kot sama pravi. Motivi so nekoliko abstrahirane pokrajine, barvni svetovi, vesolja, na trenutke skoraj hipnotična. Takšne pokrajine so bile vedno v njeni motiviki, vendar zmeraj le kot podloga za risbe rožic, ki so bile nato natresene po tej barvni pokrajini.

»Sem prava risarka. Rada rišem rožice. Zakaj? Ker so lepe. Ko barvam, se počutim lepo, čudovito, uživam v barvi. Rišem tudi zato, da se ne dolgočasim. Rada imam flomastre, barvice in majhne čopiče. Najbolj všeč mi je »ciklaminova« barva. Najraje rišem na majhne liste, ker se lepo vidijo. Tudi ponoči rišem. Rada dam slike na razstavo, da jih ljudje pogledajo in me pohvalijo.« (Jožica)





Luka je posebej močan v realistično upodablajoči risbi, risani po opazovanju. Tudi likovna domišljija je pri njem zelo dobro razvita. Ustvarja zelo samostojno, potrpežljivo, natančno in z veliko notranjega zagona.

»Rad rišem, da se sprostim. Ko rišem, se počutim odlično, fenomenalno. Najraje poiščem sliko na internetu in jo nato prerišem. Najraje rišem ljudi. Najprej narišem s svinčnikom, nato pa pobarvam z barvicami. Rišem navadno na manjše liste. Moje risbe so umetniške in sproščujoče.« (Luka)



Marko ustvarja tiho in umirjeno. Likovni svet je bogat z barvami, ki jih omejuje s čarobno razvejenim sistemom močnih linij. Čeprav so motivi povzeti iz narave, so liki precej abstrahirane slike podob iz narave, risba pa osebna in ekspresionistična. Ne mara detajlov, prostor je zračen in ploskoven. Markov likovni svet je kot on, jasen, preprost, umirjeno iskriv in pošten.

»Rad rišem, ker me veseli, ker uživam v risanju. Počutim se sproščeno, umirjeno. Najbolj všeč mi je risati s flomastri in barvicami. Največ rišem v VDC-ju.

Modra, rdeča, zelena in rumena so mi najbolj všeč. Sem vesel, če so slike nato na razstavi. Vesel sem bil, ko je bila razstava v moji vasi. Ko rišem, že vnaprej vem, kaj hočem, slika ne nastaja sproti. Najprej narišem in potem barvam. Sliko/risbo končam, ko imam dovolj.« (Marko)

Vsem je skupno tudi to, da so najponosnejši, kadar njihove umetnine tudi razstavimo, saj slike živijo le, če so med ljudmi. Tako smo priredili že več skupinskih likovnih razstav kot tudi samostojnih razstav v njihovem domačem okolju – to jim je najpomembnejše. Udeležujemo pa se tudi različnih likovnih delavnic in likovnih natečajev.

Razstava likovnih del je tudi odlična priložnost, da se uporabniki še bolj umeščajo v družbeno dogajanje. Tako se lahko izrazijo močna področja uporabnikov, s tem pa se izboljšata tudi njihova samozavest in samostojnost.

Na koncu bi rad omenil še uporabnico Alenko, saj so pri njej najvidnejše pozitivne spremembe, ki jih je povzročilo prav udejstvovanje na likovnem področju. Med epidemijo covid-19, ki je med letoma 2020 in 2022 za nekatere pomenila ustavitev časa, sta se pri Alenki rodila strast in veselje do risanja, raziskovanja, barvanja in iskanja lepote. Alenka se je takrat sama organizirala, prek spleta nabavila majhna platna, akvarelne barvice in začela ustvarjati. Nastala dela je fotografirala in ob priložnosti mi jih je sproti kazala, se zanimala za moje mnenje, poslušala nasvete in jih tudi upoštevala.

V okviru mobilne službe sva v njenem domačem kraju izvedla aktivnost slikanje na domu. Tam sva večino del, nastalih doma, pregledala. Skupaj sva dorekla, katere likovne rešitve bi mogoče bolje zaokrožile sliko kot celoto. Nekaj slik sva tam že dokončala, nekatere pa je potem po nasvetu dopolnila sama doma.

Leta 2022 je Alenka izvedla samostojno razstavo v svojem domačem kraju. Razstava je naletela na zelo pozitiven odziv lokalne skupnosti. Poleg likovne oziroma umetniške interakcije je imela pomembne socialne posledice: pripomogla je k integraciji v širše družbeno okolje, razširjanju znanj, krepitvi družbene vključenosti in pozitivno vplivala na osebni razvoj, samopodobo in samozavest avtorice.

»Risanje mi pomeni sprostitev in svobodo. Med slikanjem se počutim zelo dobro. Doma najraje ustvarjam na balkonu, ker imam tam mir. Rada se igram z barvami. Ustvarjam z akvarelnimi barvicami, na platna, ki jih sama kupujem prek interneta. V vasi me podpirajo pri mojem ustvarjanju, kar mi je zelo všeč.« (Alenka)



Njeno slikanje bi opredelil kot nizanje vzorcev v barvitih, nežnih akvarelnih barvah, ki jih nato ekspresivno zaokroži z močno črto. To risbam/slikam da karakter in osebno noto, ki je samo njena.

Način izražanja oziroma vsaj nekatere elemente bi opredelil kot »surovo umetnost«, kot jo je opredelil nadrealist Jean Dubuffet sredi 20. stoletja v svoji formulaciji zvrsti *brut arta*. Doživljal ga je kot zadnje zatočišče pristinega umetniškega izraza v sodobnem času (Pešič, 2019).

V tem prvinsko arhaičnem iskanju lepote znotraj likovnega sveta je brez dvoma mogoče začutiti tudi terapevtski vidik, saj Alenki omogoča začutiti svobodo in spontanost. Po zaslugi izražanja lastnega doživljanja je tako lahko zelo osebna, drugačna in hkrati sprejemljiva v pomenu pozitivnih odzivov okolice ob sprejemanju njene umetnosti.

Posledica želje po ustvarjanju je bila zanjo ponovna integracija v širše socialno okolje, drugi pozitivni vplivi pa so bili tudi razširitev znanj, večja družbena vključenost, izboljšanje samopodobe in večja samozavest. Strastno in zagnano ustvarja še danes.

Izkušnja likovne delavnice »Skozi likovno izražanje do čustev in komunikacije«

V Varstveno delovnem centru Tolmin sem leta 2025 izvedel likovno delavnico za uporabnike in zaposlene.

Na delavnici sem skušal uporabnikom predstaviti tehnike sproščanja s pomočjo risanja/barvanja, na koncu pa sem se osredotočil na ekspresivno in abstraktno risanje ob glasbi. Najprej sem jim na kratko predstavil teorijo, kako preide realizem v abstrakcijo, kako so različni umetniki doživljali povezanost likovnosti z glasbeno umetnostjo in kaj je ekspresivna abstrakcija, s pomočjo katere lahko najučinkovitejše izražamo čustva.





Pri praktičnem delu so udeleženci predavanja ob različni glasbeni spremljavi risali z ogljem na papir. Cilj je bil s črto izraziti svoja čustva, ki so jih doživljali ob glasbi, ki se je takrat predvajala.

Likovna delavnica je bila izjemno uspešna. Udeleženci so ves čas ohranjali visoko raven motivacije in angažiranosti. Ena izmed ključnih značilnosti delavnice je bila, da nihče od navzočih ni pustil praznega likovnega polja. S tem so spoznali, da je vsakršna akcija na papirju že izrazni trenutek z likovno vrednostjo, ne glede na kompleksnost ali preprostost.

Ob koncu delavnice so bili uporabniki zelo ponosni, da jim je uspelo sprostiti kreativnost in uresničiti umetniški izraz. Naučili so se, da risanje, celo v najbolj spontanem in najpreprostejšem oblikovanju, ni le tehnični proces, temveč tudi priložnost za izražanje čustev. S preprostimi potezami so na papirju ujeli ritem, občutke, ki segajo od žalosti in veselja do strahu in jeze.

Na začetku so mnogi trdili, da ne znajo risati, vendar so na koncu vsi soglašali, da to ni res. Delavnica je pokazala, da je umetniško ustvarjanje dostopno vsakomur in da ne zahteva le tehnične spretnosti, temveč tudi pogum, da se izraziš. Takšne aktivnosti so še posebej učinkovite pri premagovanju začetnih ovir in strahov, ki jih udeleženci morda čutijo do umetniškega izražanja.

Sklep

Pri delu skušam iz uporabnikov izvabiti, da s pomočjo likovnega izražanja izrazijo sebe, da so pri tem sproščeni, samostojni in aktivni nosilci svojih idej. V svetu pravil in obveznosti naj bi bilo izražanje v likovnosti tisti prostor, kjer je vse prav in nič narobe.

Pomemben vidik ustvarjalnosti je tudi, da ni odvisna od trga, temveč je usmerjena v uporabnika, v kakovost bivanja, sproščanja, spodbujanja k iskanju svobode lastnega ustvarjanja, saj se lahko posameznik izraža iz sebe in svojega občutenja do sveta, ki ga obdaja.

Likovno ustvarjanje pri delu z uporabniki se je pokazalo kot izjemno učinkovito komunikacijsko orodje, ki osebam z intelektualno oviranostjo omogoča izražanje čustev, misli in doživljanj, ki jih pogosto ne morejo ubesediti. V ustvarjalnem procesu se krepijo njihova samozavest, samopodoba in občutek o lastni vrednosti, hkrati pa se zmanjšujejo stiske, povezane z vsakodnevnimi izzivi. Likovni pedagog ima pri tem pomembno vlogo, saj s strokovnim vodenjem, občutkom in spoštovanjem individualnosti ustvarja varno okolje za svobodno izražanje. Likovna dela uporabnikov tako niso zgolj estetski izdelki, temveč pripovedovalci osebnih zgodb, notranjih svetov in avtentične komunikacije. Likovno ustvarjanje je zato pomemben most med posameznikom in družbo ter pomemben prispevek h kakovosti življenja oseb z intelektualno oviranostjo (Varstveno delovni center Tolmin, 2024).

Damijan Cvek

Viri

Pešič, M. (2019). *Uprizarjanje figuralike v ekspresionizmu in art brut-u* (diplomsko delo). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Varstveno delovni center Tolmin (2024). *VDC Tolmin: 40 let : aktivno vključeni, pripadni in povezani: 1984-2024*. Tolmin: VDC Tolmin.