

Zaznavanje pouka likovne umetnosti kot sprostitevnega procesa



Nataša Pibernik, mag. prof. poučevanja likovne pedagogike, OŠ Vodmat

V prispevku se osredotočam na pomembno komponento pouka likovne umetnosti, ki zajema čustven vidik in se izrazi skozi likovni proces pri posameznem učencu. Osnovna teza raziskave je bila ugotoviti, ali likovna ustvarjalnost lahko pripomore k izboljšanju počutja učencev in jim v življenju prinaša prednosti. Pouk likovne umetnosti s svojo specifikom ob ustvarjanju zahteva od učencev osebnostni in čustveni angažma, s tem pa učenci vzpostavijo stik s sabo in svojo ustvarjalno naravo. Glede na to je potrebno osvetliti bistveni vprašanja, ki se ob tem porajata: katera čustva učenci ob likovnem ustvarjanju v večini zaznavajo pri sebi in ali učencem po njihovem mnenju likovno ustvarjanje v vsakdanjem delovanju prinaša boljše počutje ter kako ga občutijo. Z namenom, da odgovorim na zgornja vprašanja, sem naredila raziskavo, rezultate pa predstavljam v spodnjem prispevku.



Ključne besede: sprostitevni proces, čustva, ustvarjalnost, likovna umetnost, boljše počutje

Uvod: Jezik likovne umetnosti spregovori na način, na katerega besede ne morejo

Pouka likovne umetnosti nikakor ne zagovarjam kot zgolj predmeta za sprostitev. Nasprotno, da se sprostitevni proces zgodi, se mora učenec po mojem mnenju v likovno nalogo poglobiti, se povezati s sabo in se potopiti v svoj svet. Otrok (Tacol 1999, 15) je dejavna, ustvarjalna osebnost, vendar nerazvita in nezrela. Potrebno jo je razvijati, poučevati, vzgajati, socializirati v dejavnem likovno-vzgojnem procesu, da lahko s svojo dejavnostjo

preoblikuje svojo subjektivno naravo. S pravilno spodbudo postane radoveden, dejaven, ustvarjal. Vse več ljudi spoznava, da proces učenja ne vključuje le intelektualne kapacitete, temveč tudi socialni, emocionalni, zaznavni, fizični in psihični faktor. Vse našete dimenzije govorijo o tem, da je učenje zelo kompleksen proces, ki zahteva različne metode in pristope ter celoten spekter znanj, kar vključuje tudi umetniške predmete. Sposobnost postavljati vprašanja in iskati odgovore nanje, iskati obliko in strukturo, rekonstruirati in znova sestaviti so kvalitete, ki se danes s poudarjanjem inteligence v šolstvu ne spodbujajo dovolj (Lowenfeld 1982, 1-6).



Likovnost kot vir sprostitve in razbremenitve

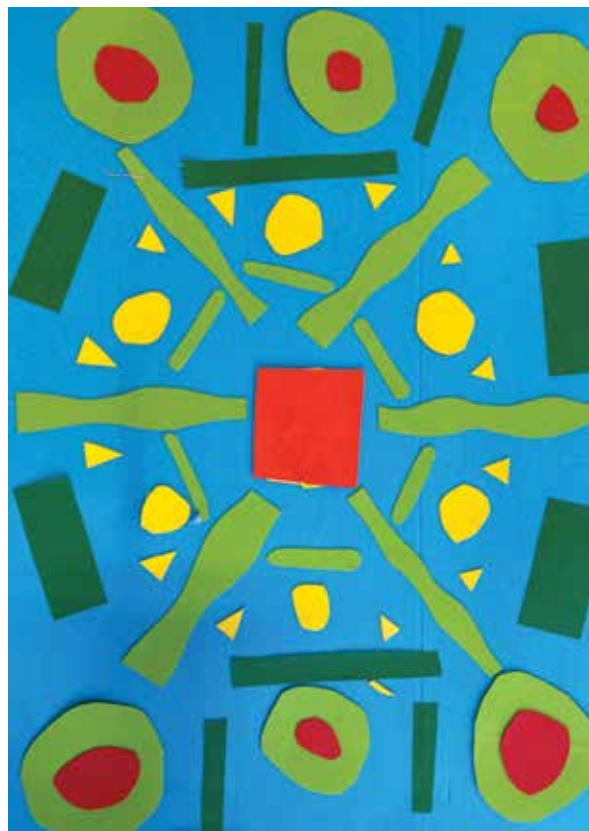
Umetnost (Gorjup 2007) je močan pripomoček k sporazumevanju. Likovno izražanje omogoča posamezniku nazorno prikazovanje misli in občutkov. Jezik likovne umetnosti, kot so črte, barve in podobe, spregovori na način, na katerega besede ne morejo. Likovno ustvarjanje posamezniku omogoča, da izživi svoj notranji nemir in s tem deluje terapevtsko skozi proces ustvarjanja in izpovedovanja v likovnem izdelku. Skozi rešitve, ki so nastale iz osebnih izkušenj, posameznik najde vir sprostitve in razbremenitve, ko na svoj način rešuje svoja videnja, potrebe in želje, preoblikovane v likovni jezik. Likovno ustvarjanje osvobaja, pomirja in vliva zaupanje vase. Učinkuje kot sredstvo, s katerim se posameznik poveže s svojo notranjostjo, svojimi mislimi, občutji, z zunanjo resničnostjo in izkušnjami. Umetnosti ne bi smeli ločevati od ostalega življenja. Pomembna je pri raziskovanju čustev in občutkov, medsebojnih odnosov, misli in idej. Umetnostno ustvarjanje osvobaja duha in človeka spodbuja, da naredi, kar sam hoče, in ne, kar mu je nekdo naročil. Z ustvarjanjem človek izraža svojo osebnost (Vogelnik 1996). Med slikanjem in risanjem se sproži proces raziskovanja prepričanj posameznika. S tem lahko najde razloge za žalost in bolečino ter tudi spozna svoje vire veselja. Posameznik skozi likovni jezik prepozna tudi svoje osebne zgodbe v razmišljanju, pomenu, izkušnjah itd. Umetnost

posamezniku omogoča prepoznavanje samega sebe na povsem nov način ter ponudi priložnost spremembe pogleda nase (Malchiodi 2003).

Ustvarjalen proces

Likovnost ima vitalno vlogo pri razvoju in izobraževanju otrok. V procesih risanja, slikanja in oblikovanja otrok elemente iz okolja spremeni in interpretira v novo smiselno celoto, v katero vloži del sebe. Pokaže nam, kako razmišlja, čuti, vidi. Za otroka je to dinamičen in neponovljiv proces (Lowenfeld in Brittain 1975). Otroci imajo naravno sposobnost, da fantazirajo, eksperimentirajo in raziskujejo okolje (Sharp 2004). Ustvarjalnost torej nosijo v sebi in so sposobni biti kreativni z znanjem, ki ga imajo (Meador 1992, Runco 1996). Povedano drugače, kreativni so lahko vedno in v vsakem trenutku, saj črpajo iz svojih doživetij (kar vonjajo, primejo, opazijo ...), iz neposrednih izkušenj in osebnega angažmaja in ne le iz intelektualnega vedenja.

Najpomembnejša sestavina razvoja ustvarjalnosti je odnos med otrokom in okoljem (Runco 1990). Uči se skozi čutila, likovno se izrazi tako (Frelih 2014), da zadovolji potrebo po gibanju, opazovanju, puščanju sledi, koordinaciji giba in vida, izražanju mnenja in čustev, ugodju, osvajanju prostora, spoznavanju materialov. Jurman (2004, 98) v svojem razmišljanju zapiše, da je vsako mišljenje, ki je pri človeku naravnano k reševanju še tako



enostavnega problema, po svoji naravi ustvarjalno. Pri tem ni nujno, da posameznik problem reši. Če ga ne reši, se raven ustvarjalnosti omeji na proces, če pa posameznik problem reši, doseže raven ustvarjalnosti na ravni produkta.

Ustvarjalno delo je kompleksno. Najprej gre za delo, ki vključuje ustvarjalno mišljenje, in šele potem za produkt kot opredmetenje tega dela. Za ustvarjanje je potrebna predvsem energija, ki se skriva v karakterju in temperamentu osebnosti. Mnogi umetniki in znanstveniki začnejo izvajati zamisli, vendar pa jim zmanjka energije za končno rešitev. Najprej gre za intelektualno energijo pri odnosu znanje – zamisel, nato pa zaradi sprostitve emocionalne energije za stvaritev izjemnega umetniškega dela. Iz čistega uma ustvarja zelo malo ljudi, ker je intelektualna energija za to prešibka. Da lahko umetnik ustvari svojo zamisel, mora v to vložiti celotno osebnostno energijo (Jurman 2004, 144–152). Med avtorji, ki se ukvarjajo z vzgojo in izobraževanjem, velja prepričanje, da lahko ustvarjalnost uspešno razvijamo z ustreznim učno-vzgojnim delom.

Ustvarjalnost je kvaliteta, ki jo lahko doseže vsak človek v svojem življenju. Posamezniki se razlikujejo le po stopnji in vrsti ustvarjalnosti. Le ta se lahko doseže in bogati tudi z vzgojo in izobraževanjem. Tega pa je sposoben le takšen učitelj, ki je tudi sam kreativen in doživlja učni proces kot ustvarjalni akt in ne kot rutinsko delo. Naloga li-

kovnega pedagoga je, da ustvarjalnost prepozna in jo razvija, saj je osebnostna lastnost vsakogar. Vedno ko se učenec izrazi na način, ki je za njega originalen, ne glede na to, ali je pred njim naredilo tako že nešteto ljudi, nastopi kreativno (Duh 2004, 32).

Raziskava

Namen raziskave

K raziskavi me je spodbudilo dejstvo, da je pouk likovne umetnosti v osnovni šoli, predvsem na razredni stopnji, pogosto pojmovan kot sprostitiv in večinoma ni prepoznan kot sprožilec čustvenih procesov, ki se zgodijo le ob skrbno načrtovani in izpeljani uri ter učencem prinašajo mnogo prednosti. Zanimalo me je, kaj učenci menijo o tem. Raziskala sem, ali se ob ustvarjalnem procesu po mnenju učencev sproži tudi sprostitveni proces, ki pri učencih vzbudi prijetna čustva in jim omogoča čustveno regeneracijo, s tem pa prinese prednosti, ki so jim v vsakdanjiku v korist – umirjenost, boljšo koncentracijo, večjo potrpežljivost, razbremenjenost, boljšo voljo ...

Vzorec in cilji raziskave

V raziskavi leta 2018 je sodelovalo 122 učencev osnovne šole, deklic in dečkov, starih med 7 in 11 let. Rezultati so bili pridobljeni s pomočjo ankete. V vsakem razredu (od 2. do 5. razreda) sem izvedla

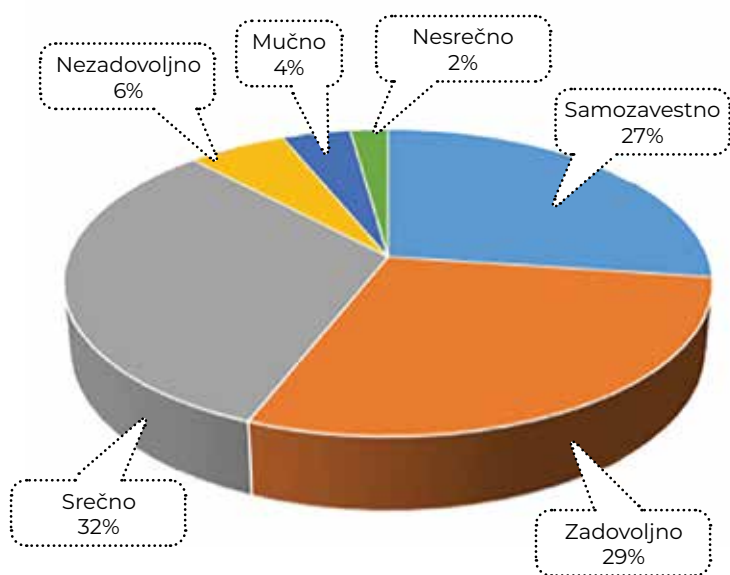
učno uro, kjer so učenci likovno ustvarjali. Nato pa so reševali anketni obrazec.

Zanimalo me je, ali se učenci pri pouku likovne umetnosti ob ustvarjanju v večini razbremenijo in čustveno sprostijo. Ugotavljala sem tudi, ali imajo učenci potrebo po tem, da se o svojih občutjih, ki jih ob ustvarjanju doživljajo, s kom pogovorijo. Temeljno vprašanje pa je bilo, ali se v večini počutje učencev po ustvarjanju izboljša in kako to občutijo. Cilj raziskave je bil ugotoviti, ali likovna umetnost lahko pripomore k izboljšanju počutja učencev in ali jim lahko prinaša prednosti v življenju.

Najprej me je zanimalo, kako učenci opredeljujejo svoja občutja, ki se jim porajajo med likovnim ustvarjanjem.

Ponudila sem jim tri odgovore s pozitivnim predznakom in tri odgovore z negativnim predznakom. Obkrožili so lahko več odgovorov. Učenci so v 32 % opredelili svoje počutje kot srečno, v 29 % kot zadovoljno in v 27 % kot samozavestno. Odgovorov z negativnim predznakom je bilo bistveno manj – 6 % učencev se počuti ob tem nezadovoljno, 4 % mučno in 2 % nesrečno. Sklepamo lahko, da se učenci ob likovnem ustvarjanju v veliki meri počutijo prijetno – kar 88 % učencev je obkrožilo odgovore s pozitivnim predznakom.

Kako bi opredelil/a tvoje počutje med likovnim ustvarjanjem?

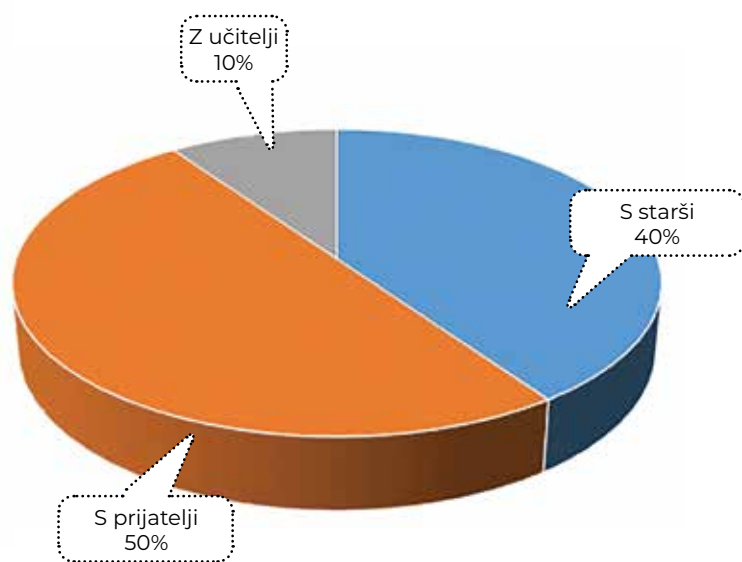


Pri drugem vprašanju me je zanimalo, s kom bi želeli deliti občutja, ki se jim porajajo med likovnim ustvarjanjem.

Ponujeni so bili trije odgovori. Obkrožili so lahko le enega. Odgovori so v večini govorili v prid prijateljem – kar v 50 %. V 40 % bi ta občutja delili s starši in le v 10 % z učitelji. Sklepamo lahko, da je zaupanje v učitelje relativno nizko in bi bilo morda v prihodnje dobro raziskati vzroke te ugotovitve.



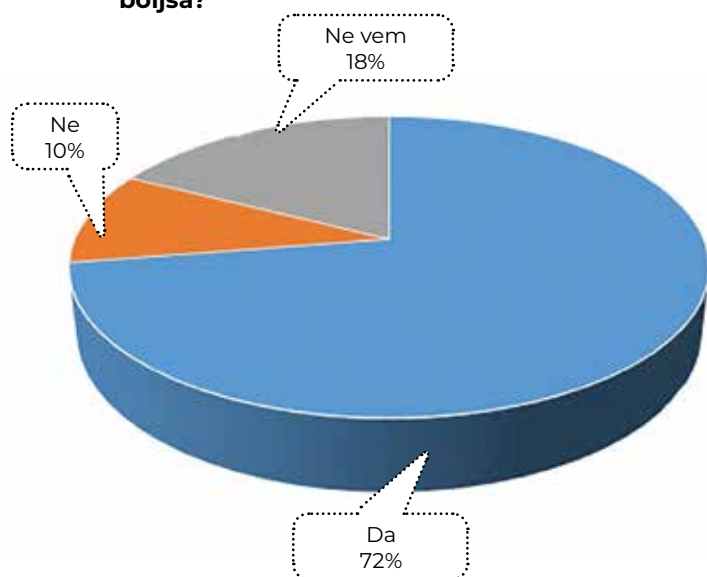
S kom bi se rad pogovoril/a o svojih občutjih, ki jih doživljaš med likovnim ustvarjanjem?



Pri tretjem vprašanju me je zanimalo, ali so učenci mnenja, da se njihovo počutje po likovnem ustvarjanju izboljša.

Učenci so lahko obkrožili le en odgovor. Kar 72 % učencev je na vprašanje odgovorilo pritrdilno. Le 10 % jih je odgovorilo z nikalnim odgovorom, 18 % pa počutja ni znalo opredeliti.

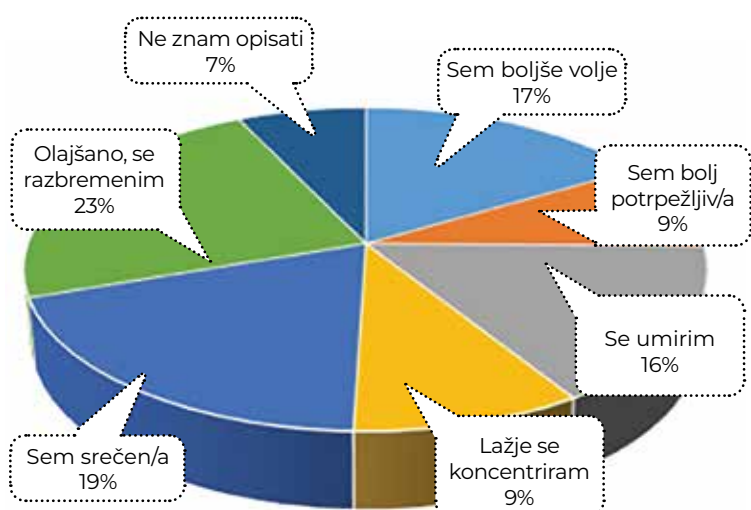
Ali se tvoje počutje po likovnem ustvarjanju izboljša?



Pri zadnjem vprašanju me je zanimalo, na kakšen način učenci občutijo izboljšanje počutja.

Učenci, ki so pri prejšnjem vprašanju odgovorili pritrdilno, so odgovarjali na vprašanje, na kakšen način se njihovo počutje ob likovnem ustvarjanju izboljša. Možnih je bilo več odgovorov. V največjem odstotku se učenci počutijo olajšano in razbremenjeno (23 %); sledi občutek sreče (19 %). V 17 % so boljše volje, v 16 % pa se umirijo. 9 % se jih po likovnem ustvarjanju lažje koncentrija in čutijo, da so bolj potrpežljivi. 7 % učencev svojih občutij ne zna opisati.

Na kakšen način občutiš izboljšanje počutja?



Sklep

Teza, da likovna ustvarjalnost lahko pripomore k izboljšanju počutja učencev in jim prinaša v vsakodnevem življenju koristi, se potrdi.

Učenci so svoja občutja med likovnim ustvarjanjem v veliki večini opredelili kot pozitivna, o občutjih, ki se ob tem porajajo, pa si želijo večinoma govoriti s prijatelji, nato s starši in v manjšini z učitelji. V večini so tudi mnjenja, da se njihovo počutje po ustvarjanju izboljša v smislu olajšanja in razbremenitve ter boljše volje in občutka sreče. Učenci imajo občutek, da so bolj potrpežljivi, umirjeni in se lažje koncentrirajo.

Rezultati raziskave so spodbudni, saj govorijo o smislu in pomenu umetnosti, ki s svojim neskončnim potencialom nagovarja človeka in mu ponuja mnogo več kot le končni produkt, ki je v tem primeru likovni artefakt. Potencial umetnosti je v čustveni razbremenitvi in sprostitvenem procesu, ki se sproži ob ustvarjanju. Ta je ključen za mlade ljudi, ki sprostitvenih tehnik, ki so na voljo odraslim, ne poznajo, ne obvladajo ali pa jim niso na voljo. V času hitrega tempa, izgorelosti in stresnega vsakdana, bi bilo smiselno razmisliti o količini časa, ki ga v osnovnem šolstvu namenjamo umetniškemu predmetu, učitelji pa bi se morali zavedati pomena in neizkoriščenega potenciala, ki ga takšni predmeti premorejo. Vsak starš si želi, da bi bil njegov otrok uspešen in zadovoljen, vsak učitelj pa, da bi znal in zmozel iz učenca izvabiti esenco znanja, ki je prežeta z iskričastostjo, veseljem in neobremenjenostjo stresa in pritiskov.

Zaznati umetnost kot ustvarjalni in sprostitveni proces, ki se sproži pri učencu, pomeni izboljšati in nadgraditi učni proces. Je dober ter kakovosten pripomoček k izboljšanju čustvenega stanja vsakega posameznika. Menim, da čas, ki ga v šolstvu namenjamo ustvarjalnim predmetom, ni izgubljen čas, pač pa je uravnilovka, nadgradnja in pomoč za uspešnost pri ostalih predmetih in medosebni komunikaciji.

Literatura

- Duh, M. (2004): *Vrednotenje kot didaktični problem pri likovni vzgoji*. Maribor: Pedagoška fakulteta Maribor, Založba PEF, str. 27–32.
- Frelih, Č. (2014): Znaki likovne nadarjenosti. V: *Sodobni pedagoški izzivi v teoriji in praksi/Posvet Partnerstvo Pedagoške fakultete Univerze v Ljubljani in vzgojno-izobraževalnih institucij*, 31. 1. in 2. 2014, Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani. Ljubljana: Pedagoška fakulteta, str. 96.
- Gorjup, T. (2007): *Likovne zakonitosti in aktivnosti delovne terapije*. Ljubljana: DZS.
- Jurman, B. (2004): *Inteligentnost, ustvarjalnost, nadarjenost*. Ljubljana: Center za psihodiagnostična sredstva.
- Lowenfeld, V., Brittain, W. (1975): *Creative and Mental Growth*. New York: MacMillan Publishing.
- Meador, K. S. (1992): Emerging rainbows: a review of the literature on creativity. *Journal for the Education of the Gifted*, 15, 2, str. 163–181.
- Runco, M. A. (Ed.) (1996): *Creativity from Childhood through Adulthood: The Developmental Issues (New Directions for Child Development No. 72)*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Runco, M. A. (1990): *The divergent thinking of young children: implications of the research*. *Gifted Child Today*, 13, 4, str. 37–39.
- Sharp, C. (2004): *Developing young children's creativity: what can we learn from research?*. Topic, 32, str. 5–12. Pridobljeno 17. 3. 2004. www.nfer.ac.uk/publications/55502/55502.pdf
- Tacol, T. (1999): *Didaktični pristopi k načrtovanju likovnih nalog: izbrana poglavja iz likovne didaktike*. Ljubljana: Debora.
- Vogelnik, M. (1996): *Likovnost v skupini in umetnostna terapija*. Priročnik za ustvarjalno doživetje in uporabljanje oblik in barv za vsakogar. Koper: Vita.