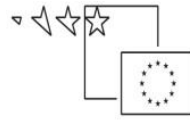




REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ŠOLSTVO IN ŠPORT



Naložba v vašo prihodnost
OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Evropski socialni sklad

ANIMACIJA Z UMETNOSTNIM IZRAŽANJEM

ŠPELA LOTI KNOLL

Višješolski strokovni program: Organizator socialne mreže
Učbenik: Animacija z umetnostnim izražanjem
Gradivo za 2. letnik

Avtorica:

Špela Loti Knoll,
akad. oboistka, prof. oboe, MA glasbena terapija
Zavod IRC, Ljubljana



Strokovna recenzentka:
Darija Žgavc, mag. psihologije

Lektorica:
Ksenija Pečnik, prof. slovenščine

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

159.954.4:78(075.8)
159.954.4:793.3(075.8)

KNOLL, Špela

Animacija z umetnostnim izražanjem [Elektronski vir] : gradivo
za 2. letnik / Špela Loti Knoll. - El. knjiga. - Ljubljana : Zavod
IRC, 2011. - (Višješolski strokovni program Organizator socialne
mreže / Zavod IRC)

Način dostopa (URL): http://www.impletum.zavod-irc.si/docs/Skriti_dokument/Animacija_z_umetnostnim_izrazanjem-Loti_Knoll.pdf. -
Projekt Impletum

ISBN 978-961-6857-22-2

258176768

Izdajatelj: Konzorcij višjih strokovnih šol za izvedbo projekta IMPLETUM
Založnik: Zavod IRC, Ljubljana.
Ljubljana, 2011

Strokovni svet RS za poklicno in strokovno izobraževanje je na svoji 132. seji dne 23.9.2011 na podlagi 26. člena Zakona o organizaciji in financiranju vzgoje in izobraževanja (Ur. l. RS, št. 16/07-ZOFVI-UPB5, 36/08 in 58/09) sprejel sklep št.01301-5/2011/11-2 o potrditvi tega učbenika za uporabo v višješolskem izobraževanju.

© Avtorske pravice ima Ministrstvo za šolstvo in šport Republike Slovenije.

Gradivo je sofinancirano iz sredstev projekta Impletum *Uvajanje novih izobraževalnih programov na področju višjega strokovnega izobraževanja v obdobju 2008-11.*

Projekt oz. operacijo delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo RS za šolstvo in šport. Operacija se izvaja v okviru *Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007-2013, razvojne prioritete Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja* ter prednostne usmeritve *Izboljšanje kakovosti in učinkovitosti sistemov izobraževanja in usposabljanja.*

Vsebina tega dokumenta v nobenem primeru ne odraža mnenja Evropske unije. Odgovornost za vsebino dokumenta nosi avtor.

KAZALO VSEBINE

PREDGOVOR	3
1 ANIMACIJA Z UMETNOSTNIM IZRAŽANJEM	4
1.1 KAJ JE ANIMACIJA	4
1.2 VIRI ZA DELO V UMETNOSTNI ANIMACIJI.....	6
1.3 ELEMENTI ANIMACIJE	7
1.3.1 Vodenje.....	7
1.3.2 Motivacija.....	8
1.3.3 Proces	10
1.3.4 Podpora.....	11
1.3.5 Spremljanje.....	12
1.4 USTVARJALNOST	13
1.4.1 Pomen ustvarjalnosti.....	13
1.4.2 Vidiki ustvarjalnosti	14
1.4.3 Vrste ustvarjalnosti	14
1.4.4 Teorija šestih P	16
1.4.5 Ustvarjalnost v animaciji	17
1.4.6 Umetnostna improvizacija	19
2 GLASBA V ANIMACIJI	21
2.1 GLASBA.....	21
2.1.1 Definicija glasbe	21
2.1.2 Zgodovinski pregled	22
2.1.3 Glasbeni študiji in poklici	24
2.2 GLASBA KOT IZRAZNO SREDSTVO.....	25
2.3 PETJE	26
2.4 GLASBENA TERAPIJA	27
2.4.1 Status glasbene terapije	28
2.4.2 Oblike glasbene terapije	28
2.4.3 Študij in praksa glasbene terapije	29
2.4.4 Metode v glasbeni terapiji	30
2.4.5 Teoretične osnove v glasbeni terapiji	30
2.4.6 Izvajanje glasbene terapije.....	32
2.4.7 Pomen glasbene terapije za glasbeno animacijo.....	32
2.5 GLASBENA ANIMACIJA	34
2.5.1 Metode dela in cilji.....	34
2.5.2 Struktura dela.....	35
2.5.3 Uporabniške skupine	37
2.5.4 Primeri animacije.....	38
3 GIBANJE IN PLES V ANIMACIJI	42
3.1 PLES	42
3.1.1 Definicija plesa	42
3.1.2 Zgodovina plesa.....	43
3.1.3 Zvrsti, nameni in poklici v plesu	44
3.2 GIBANJE IN PLES KOT IZRAZNO SREDSTVO	45
3.2.1 Interakcija telesa in uma	46
3.3 GIBANJE PO LABANU	46
3.4 GIBANJE PO AMMONU	48
3.5 PLES PETIH RITMOV	49
3.6 GIBALNO-PLESNA TERAPIJA	51
3.6.1 Zgodovina in definicija.....	51
3.6.2 Faze in proces v gibalno-plesni terapiji	52
3.6.3 Specifike in kvalitete gibalno-plesne terapije.....	52
3.6.4 Cilji in področja dela gibalno-plesne terapije	54
3.7 GIBALNO-PLESNE ANIMACIJE	55
3.7.1 Pomen različnih strok za animacijo	55
3.7.2 Uporabniške skupine	55
3.7.3 Pomen glasbe v plesni animaciji.....	56
3.7.4 Primeri animacije.....	56

4	DRAMA V ANIMACIJI.....	60
4.1	DRAMA.....	60
4.1.1	Drama pred starimi Grki	60
4.1.2	Grška drama	61
4.1.3	Drama od Grkov do danes	62
4.2	IMAGINATIVNA REALNOST IN DOMIŠLIJA	62
4.3	DRAMSKA TERAPIJA.....	64
4.3.1	Definicija	64
4.3.2	Gledališka umetnost v psihoterapevtski interpretaciji	64
4.3.3	Načini igranja in rekviziti	65
4.3.4	Cilji in področja dela.....	66
4.4	PSIHODRAMA.....	66
4.4.1	Jacob L. Moreno	66
4.4.2	Sociometrija	67
4.4.3	Koncept psihodrame	68
4.4.4	Trikotnik v psihodrami	68
4.4.5	Uporabniki psihodrame.....	70
4.5	SOCIODRAMA	70
4.5.1	Načini in cilji dela v sociodrami	70
4.5.2	Uporabniki sociodrame.....	71
4.6	DRAMSKE ANIMACIJE.....	72
4.6.1	Pomen različnih strok za dramsko animacijo.....	72
4.6.2	Uporabniške skupine.....	72
4.6.3	Primeri animacije.....	72
5	LIKOVNOST V ANIMACIJI.....	77
5.1	LIKOVNA UMETNOST SKOZI ČAS.....	77
5.2	DEFINICIJA LIKOVNE UMETNOSTI.....	79
5.3	SIMBOL IN LIKOVNI IZDELEK	80
5.4	UMETNOST, OBREDNOST, NOROST.....	82
5.5	LIKOVNA TERAPIJA	83
5.5.1	Dve smeri uporabe likovnega medija.....	83
5.5.2	Definicija likovne terapije.....	84
5.5.3	Trikotni odnos.....	85
5.5.4	Diagramatičen in utelešen izraz	86
5.5.5	Razlike med likovno terapijo in drugimi likovnimi dejavnostmi.....	86
5.5.6	Področja dela in cilji	87
5.6	LIKOVNE ANIMACIJE.....	89
5.6.1	Struktura dela.....	89
5.6.2	Uporabniške skupine.....	90
5.6.3	Primeri animacije.....	90
6	KOMBINACIJA UMETNOSTNIH ZVRSTI V ANIMACIJI.....	94
6.1	LOČEVANJE ALI KOMBINIRANJE ZVRSTI.....	94
6.2	KOMBINIRANE ANIMACIJE	95
6.2.1	Primer animacije	95
	LITERATURA.....	99

PREDGOVOR

Spoštovane študentke, spoštovani študenti!

Pred Vami je učbenik za področje animacije z umetnostnim izražanjem. Učbenik prinaša zelo sodobne in sveže metode dela znotraj tega področja. V šestih poglavjih je predstavljena animacija z umetnostnim izražanjem kot panoga dela znotraj primernih okolij. Vsako samostojno poglavje je posvečeno posamezni zvrsti umetnosti: glasbi, plesu, drami in likovni umetnosti ter na koncu še kombinaciji vseh omenjenih umetnostnih zvrsti.

Ker je za izvajanje animacije s katero koli izmed umetnostnih zvrsti pomembno poznavanje tega medija, so poglavja smiselno razdeljena na podpoglavja, ki opisujejo umetnostno zvrst in njen razvoj skozi čas, elemente umetnostne zvrsti, ki so najpomembnejši za razumevanje pomena te zvrsti za delo z uporabniki in nasploh. Pri vsaki umetnostni zvrsti so predstavljene tudi najvidnejše prakse s tega področja, ki so se razvile v sodobnem času in katerih tehnike dela lahko apliciramo v umetnostno animacijo. Kot zadnje podpoglavje pa so predstavljeni vsebina, način izvedbe in primeri iz prakse, ki se navezujejo na posamezno zvrst.





Torej, spoznali boste umetnost kot estetsko vrednoto človeške družbe in njen pomen za animacijo uporabnikov šibkih psihosocialnih skupin.

Določene dejavnosti v učbeniku imajo svoj namen in so zato posebej označene s simboli, katerih pomen najdete na koncu tega predgovora.

Želim Vam, da Vam ta učbenik utrdi že pridobljena znanja, poda nove vidike na svet umetnostnega izražanja in osmisli pomen izvajanja animacije za specifičen pa tudi širši krog uporabnikov.

Špela Loti Knoll

LEGENDA SIMBOLOV

	<p>RAZMISLEK</p> <p>Simbol predstavlja čas za samostojen razmislek o gradivu ter lastnih znanjih in izkušnjah.</p>
	<p>POVEZAVA</p> <p>Pri tem simbolu najdete dodatne internetne povezave, ključne za gradivo.</p>
	<p>PRIMER IZ PRAKSE</p> <p>Ta simbol označuje primere iz prakse, ki se navezujejo na podano gradivo.</p>
	<p>PREVERJANJE ZNANJA:</p> <p>Simbol stoji na koncu vsakega poglavja in poudarja glavne teme, ki smo jih obravnavali v določenem poglavju.</p>

1 ANIMACIJA Z UMETNOSTNIM IZRAŽANJEM

V prvem poglavju je v ospredju razumevanje in pojasnjevanje usmeritve dela znotraj animacije z umetnostnim izražanjem. Pregled o dejanskem stanju te panoge dela daje vpogled v bistvena vprašanja strokovnega izvajanja takih animacij in pomena tega dela za uporabnike s področja socialno-zdravstvenih institucij. Profiliranje akterjev, pomembnih za smiselno uporabo animiranja z umetnostjo, in metode dela, ki dejansko spodbujajo ustvarjalno izražanje potencialnih uporabnikov, so temeljno merilo za doseganje zastavljenih ciljev. Najpomembnejši dejavnik pri spodbujanju človeškega izražanja – ustvarjalnost bo kot osnovno vodilo dela predstavljen z več plasti svojega obstoja, razvoja in pomena za današnjega človeka.

1.1 KAJ JE ANIMACIJA

Z besedo animacija se dandanes srečujemo v zelo različnih kontekstih. Slišimo jo v medijih, v turističnih ponudbah, zdraviliščih, znotraj dejavnosti za otroke in mladostnike, na večjih družabnih prireditvah itd. Kot v primerih z mnogimi drugimi besedami je njena uporaba pogosto pretirano izkoriščena in neprimerno rabljena tako kot termin pa tudi kot dejansko vsebinsko izvajanje. Tako na žal slab način animacija neredko pridobi prizvok enostavnosti, nepomembnosti in dostopnosti za vse in vsakogar. Raziskovanje pomena te besede in predstavitev prave podobe in vsebine tega dela v nadaljevanju poglavja in celotnega učbenika pa naj bi, vsaj na področju animacije z umetnostnim izražanjem, vendarle ponudila pravično mero resnosti in spoštovanja do tega dela.

Sama beseda animacija izhaja iz latinske besede **animare**, kar pomeni obuditi v življenje. Tako nam že sama vsebina besede da občutek večje pomenskosti, o čemer najprej poskušajte razmisliti kar sami.

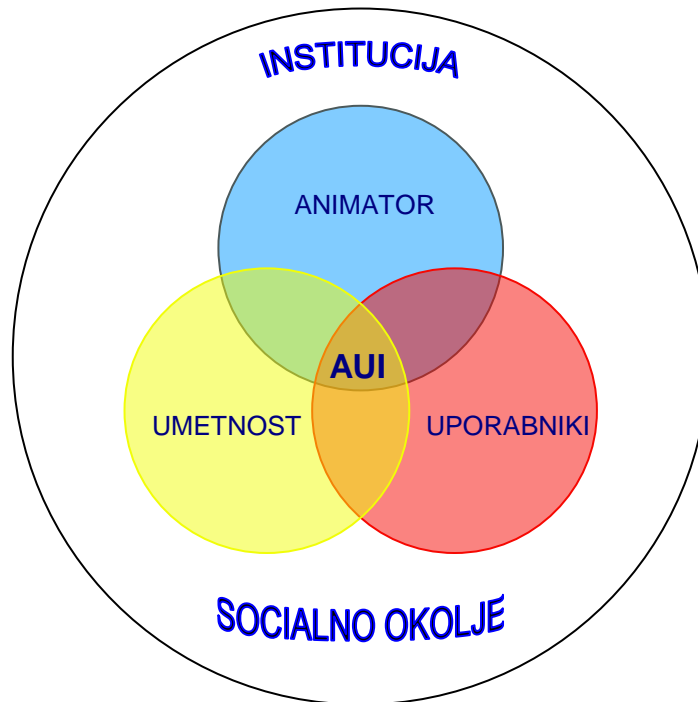


1. Kaj za vas predstavlja življenje, bivanje in kakšen je pomen tega za ljudi, katerih življenje samo je tako rekoč ogroženo, delno uničeno, prizadeto, ljudi, ki so potencialni uporabniki animacije z umetnostnim izražanjem?
2. Kaj pomeni »obujati v življenje«? Kako pomembno je obujati v življenje nekaj, kar je zastalo, zaspalo, zamrlo?
3. Kako nam pri tem lahko pomagajo umetnostni mediji in kako izvajati to delo?

S praktičnega vidika je animacija nek pojav medosebnih dinamik, v katerem so vključeni deljeni na:

- **animatorja**, torej glavnega vodjo dogajanja,
- **uporabnike**, tiste, ki so v animacijo vključeni z namenom spodbujanja izražanja,
- **umetnostni medij**, ki je ključni dejavnik spodbujanja umetnostnega izražanja, posledično osebostnega izražanja.

Animacija se najpogosteje odvija znotraj določenega **institucionalnega okvira in socialnega okolja**, zato je prav tako pomemben dejavnik pri spodbujanju oziroma zaviranju tega dogajanja.



Slika 1: Umestitev animacije

Vir: Lasten

Vsebino dogajanja in načine animiranja ter uporabnost določenih umetnostnih medijev bomo podrobneje spoznali kasneje v drugih poglavjih, glede splošnega pojmovanja animacije z umetnostnim izražanjem se dotaknimo le še položaja te dejavnosti v obstoječi socialni mreži v Sloveniji.

Znotraj marsikatere institucije (npr. centri za odrasle z motnjo v duševnem razvoju, društva za pomoč odvisnikom ali žrtvam nasilja, otrokom z vedenjskimi, čustvenimi težavami itd.) se pogosto izvaja neke vrste animiranje z umetnostjo. Običajno se različno pogosto uporabljajo različni mediji, animatorji sami pa so ljudje, ki imajo običajno neko vrsto primerne usposobljenosti za delo z rizično skupino uporabnikov, npr. delovni terapevti, vzgojitelji, poleg tega pa tudi neko stopnjo ali dobo ukvarjanja z določenim umetnostnim medijem. Pogosto je glavni dejavnik za izvajanje animacij osebno angažiranje teh posameznikov. Jasno določenih standardov in meril za profil animatorja tako ni in pravzaprav je tako za to področje odprta izbira kdo, kaj in kako se s tem ukvarja, kakovost tega dela in primerljivost med različnimi izvajalci pa tako zelo medla in nepregledna.

Večja poučenost in razumevanje vodilnih delavcev in animatorjev je v tem času ključnega pomena za izboljšanje preglednosti na tem področju. Kot tudi v drugih poklicih je tudi na področju animacije odprtih še veliko možnosti, metod in načinov dela, ki tako tovrstno apliciranje dela pravzaprav ob pravilni obravnavi lahko le obogatijo. Pristopi, prikazani v tem učbeniku, so precej napredni in stremijo k razvoju, ki podpira večje izražanje z umetnostjo tudi uporabnikom z omejenimi možnostmi.

1.2 VIRI ZA DELO V UMETNOSTNI ANIMACIJI

Kot omenjeno, so zaradi širokega spektra možnosti animatorjev in njihove samoiniciativnosti tudi viri za delo v umetnostni animaciji zelo različni, vendar jih kljub temu glede na poznanost in izvajano prakso lahko razdelimo na vire dela z dveh velikih strokovnih področij, katerih metode dela so lahko glavno izhodišče za animacijo:

1. viri s področja umetnostne pedagogike

2. viri s področja umetnostne terapije

Trenutno ravnotežje med obema strokama in njunim vplivom na animacijo je zelo močno nagnjeno v prid pedagogike, predvsem zaradi precej daljše prakse in velikosti stroke ter izobraženega kadra, medtem ko je stroka umetnostne terapije relativno mlada in ima npr. v Sloveniji šele 15-letni staž. Implikacija znanja iz umetnostne terapije je počasna in pravzaprav šele v razvoju.



<http://sl.wikipedia.org/wiki/Pedagogika>

<http://www.szut.si/>

<http://www.satf.org.uk/index.html>

Ob razmišljanju o ciljih obeh strok lahko hitro ugotovimo, da je njun osnovni pristop do človeka in predvsem njegove ustvarjalnosti lahko celo kontradiktoren. Pedagogika stremi k uresničevanju določenega znanja, ki je praviloma enako za vse, medtem ko terapija išče resurse in izkušnje znotraj vsakega posameznika oziroma skupine in ne daje znanja o določenem cilju, ampak se cilj doseže povsem odvisno od vseh vključenih dejavnikov, posameznikov in nepredvidljivosti.



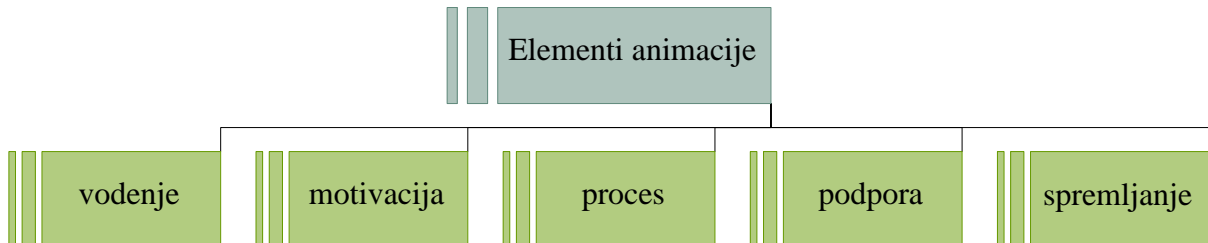
Kako torej funkcionira animacija, ki se naslanja na metodo izčrtane poti do cilja ob podpori pedagogike, in kako, kadar se naslanja na nepredvidljivost in enkratnost posameznika? Ali si lahko zamislite nek primer?

Vsaka od obeh strok ima svojo zgodbo in načine dela, ki jih je treba na novo izvajati, preizkušati in kritično analizirati. Verjetno je za mnoge animatorje vsaj izhodišče dela pedagoško, ker nudi več varnosti pri poteku dela, več predvidljivosti in tako večjo kontrolo nad dogajanjem in skupino, po drugi strani pa prav gotovo čas pokaže, da uporabniki za svoje izražanje potrebujejo tudi kaj bolj svežega, novega, lastnega. Pravzaprav, in o tem bo še veliko napisanega, se v današnjem času animator mora vsaj delno preusmeriti in v strukturo vključiti elemente nepredvidljivosti, neznanega, novega, gotovo tudi rizičnega. S področja terapije se v takem času v animacijo lahko zelo pozitivno vključi način **umetnostne improvizacije**, o kateri bomo v nadaljevanju poglavja še razmišljali.

Skratka, cilji in potrebe uporabnikov so tisti, ki morajo voditi animatorja in njegovo izbiro virov za delo. Varna struktura z jasno usmeritvijo in vključevanjem večjega potenciala ustvarjalnosti skozi improvizacijo je verjetno ključ do uspeha.

1.3 ELEMENTI ANIMACIJE

Animacije so lahko **enkratni dogodek** ali pa potekajo v **procesu**. V obeh primerih so za vsebino dogajanja ključni elementi, o katerih bomo razmislili v nadaljevanju. Poznamo pet ključnih elementov animacije, ki se med seboj prepletajo, pogojujejo in nadgrajujejo. Glede na prakso so ti elementi tudi hierarhično razporejeni, kot prikazuje naslednja grafika.



Slika 2: Elementi animacije
Vir: Lasten



Kaj pogojuje to hierarhijo? Premislite na podlagi kakšne izkušnje z animacijo.

Elementi se med seboj navezujejo in so odvisni od animatorja in/ali od udeležencev. Vodenje, podpora in spremljanje so odvisni le od animatorja, motivacija in proces pa tudi od udeležencev. Celoten potek in zadovoljivost doseženih ciljev sta tako pogojena od več različnih dejavnikov.

1.3.1 Vodenje

Najpomembnejši element v animaciji je vodenje. Vodenje je najbolj odvisno od animatorja, zato je ključna oseba za kakovostno animacijo. O njegovih kompetencah in profilu smo že govorili. Sedaj bomo bolj natančno pogledali še načine dela in naloge pri vodenju.

Animator mora upoštevati kar nekaj osrednjih dejavnikov, ki so del umetnostne animacije:

- sestavo skupine,
- skupinsko dinamiko,
- določeno umetnostno zvrst oziroma izbrano kombinacijo zvrsti,
- strukturo animacije,
- vsebino dela.



Zakaj je vsak od dejavnikov pomemben? Postavite smiselno hierarhijo.

Poleg teh dejavnikov pa mora animator odgovorno razmisliti o vsebini oziroma vnaprej dobro pripraviti določeno animacijo. To delo vključuje:

- pripravo,
- izvedbo,
- analizo.

Priprava animacije vključuje smiselno sestavo skupine, primeren prostor, ustrezne rekvizite, primeren čas in predviden okvirni načrt izvedbe.

Izvedba sama je posledica priprave. Dogajanje pogojuje smiselnost izvedbe, motivacijo v skupini in primernost izbranega medija oziroma aktivnosti, ki naj bi bile izbrane v smislu potreb skupine.

Analiza animacije je potrebna za evalvacijo dogajanja in doseženih ali nedoseženih ciljev ter predpripravo na naslednjo animacijo, če ji sledi proces.

1.3.2 Motivacija

Motivacijo v osnovi razdelimo na **zunanj**o in **notranj**o, na **pozitivno** in **negativno** ter **zavestno** in **podzavestno** (Wikipedija – *Motivation*, 2011).

Tabela 1: Razdelitev motivacije

Motivacija	
zunanja	notranja
pozitivna	negativna
zavestno	podzavestno

Vir: Lasten

Zunanjo motivacijo v animaciji predstavljata **animator** in **umetnostna zvrst**, ki se uporablja.

Notranjo motivacijo določa vsak **posameznik**, posledično tudi **dinamika skupine**.

Na pozitivnost ali negativnost motivacije vpliva posameznik s svojim **odnosom** do dejavnosti v animaciji, s svojim odnosom do umetnostne zvrsti in pričakovanj.

Na zavestno in podzavestno pa vplivata **čustvena inteligenca** posameznika in njegova **samokontrola**.



<http://en.wikipedia.org/wiki/Motivation>

http://musek.si/Kurikuli/Motivacija_emocije/ME01_pojem_vrste_vloga.htm

<http://www.dialogos.si/slo/predavanja/dnevi-sp/gradiva/acrobat/eq.pdf>

<http://www.custvena-inteligenca.org/>

S podzavestno motivacijo se veliko ukvarja področje psihoanalize, ki je razvilo razne motivacijske teorije, med katerimi naj omenimo le teorijo o pomenu človeških potreb. Steven Reiss (2000) jih je razdelil v 16 kategorij, ne da bi med njimi določil hierarhijo.

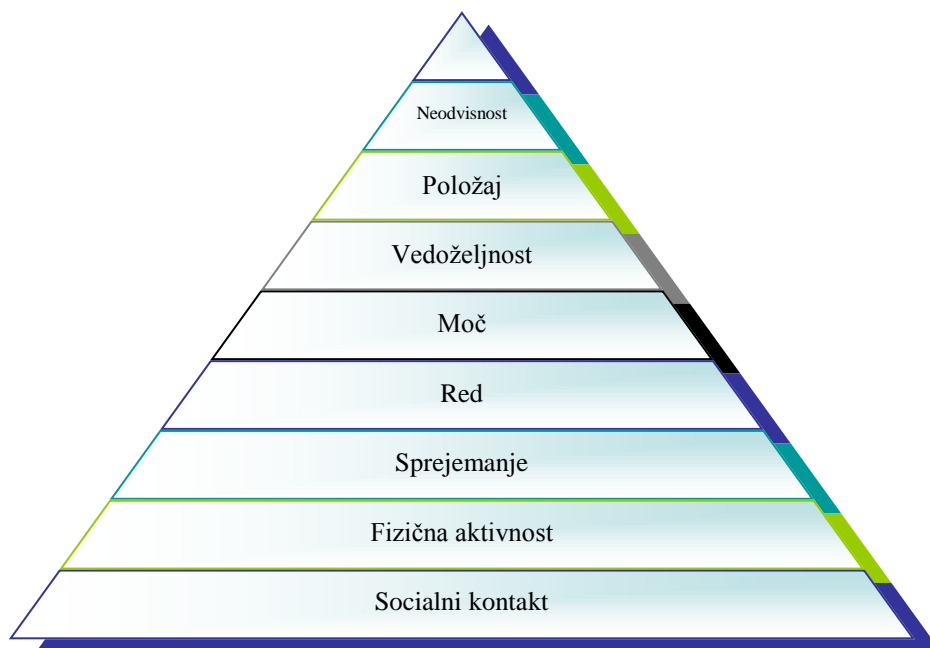


http://www.cek.ef.uni-lj.si/u_diplome/lovsin4184.pdf

<http://www.psychologytoday.com/blog/bloggers/steven-reiss-phd>

<http://faculty.psy.ohio-state.edu/reiss/>

Za animacijo so se med temi šestnajstimi kot pomembne izkazale naslednje izbrane potrebe:



Slika 3: Potrebe v animaciji

Vir: Lasten

Socialni kontakt se je izkazal kot najpomembnejša potreba, ki jo zadovoljuje animacija. Gre za potrebo po prijateljih in izmenjavo skupnih izkušenj.

Fizična aktivnost se zadovoljuje na način aktivacije telesa in duha. Pri nekaterih umetnostnih zvrsteh, kot sta drama in ples, je fizična komponenta močnejša, pri glasbi in likovni umetnosti pa je močnejši segment duhovne aktivnosti.

Sprejemanje predstavlja potrebo po pohvali od drugih. Na to potrebo mora biti najprej pozoren animator, v procesu pa to potrebo zadovoljujejo uporabniki med sabo.

Red je za marsikaterega udeleženca potreba po varnosti in predvidljivem okolju. V animaciji to lahko nudimo, kadar delamo ciklično, v procesu.

Moč se kaže skozi zadovoljstvo udeležencev pri doseganju umetnostnih izdelkov, kreacij. Pridobivajo občutek vrednosti na področju, kjer ga doslej morda niso.

Vedoželjnost je izpolnjena, kadar so uporabniki v položaju razmišljanja o dogajanju znotraj ustvarjalnega procesa in pridobivanju novih znanj.

Položaj se formira v obliki skupinske dinamike, ki jo animator po potrebi delno usmerja v zadovoljstvo vključenih uporabnikov, ki tako pridobivajo občutek socialne pomembnosti v skupini.

Neodvisnost je potreba, ki v animaciji ni v ospredju, saj gre večinoma za skupinsko delo, vendar je kljub temu pomembna, saj le z občutkom lastne identitete uporabniki lahko zadovoljujejo prej omenjene potrebe.

Očitno je torej, da animacija z umetnostnim izražanjem ne zadovoljuje najbolj fizičnih, življenjsko pomembnih potreb, kot je npr. hrana, temveč potrebe, ki so na nivoju medčloveških odnosov, socialnih spretnosti in samoiniciativnosti, ki pa so vsekakor izredno pomembne za človekovo dobrobit in razvoj. Kot dodatek predstavljenim potrebam pa je iz prakse razvidno, da animacija zelo učinkovito zadovoljuje še nekatere druge potrebe, kot so:

- veselje,
- sprostitiv,
- samoizražanje.

1.3.3 Proces



Razmislite, v kateri proces v vašem vsakdanu ste vključeni, kaj za vas pomeni nek proces in kakšna je razlika med dogodki, ki se odvijajo v procesu, in enkratnimi dogodki.

Znotraj animacije z umetnostjo nas zanima posebna vrsta procesa, to je **kreativni proces**. Tipično kot za druge procese je sosledje dogajanja, moramo pa poudariti, da le-ta lahko vzporedno poteka na več nivojih: pri uporabnikih v določeni ustvarjalni aktivnosti, pri širšem ustvarjalnem dogajanju preko več animacij, pri samem animatorju. Kreativni proces je zelo intristično motiviran, kljub temu da je zunanja motivacija izrednega pomena za zagon in poligon ustvarjalnega dogajanja, pa je osnovno gonilo volja, želja, navdih in odprtost uporabnikov.

Bolj natančno si oglejmo kreativni proces po Makaroviču (2003, str. 143). Kreativni proces je opisan v štirih glavnih fazah, ki skupaj tvorijo celoto in na koncu privedejo do kreativnega izdelka. V animaciji so ti izdelki zelo različni, npr. pri glasbi skladba, pri plesu plesni dogodek, pri drami predstava/igra, pri likovni umetnosti pa slika.

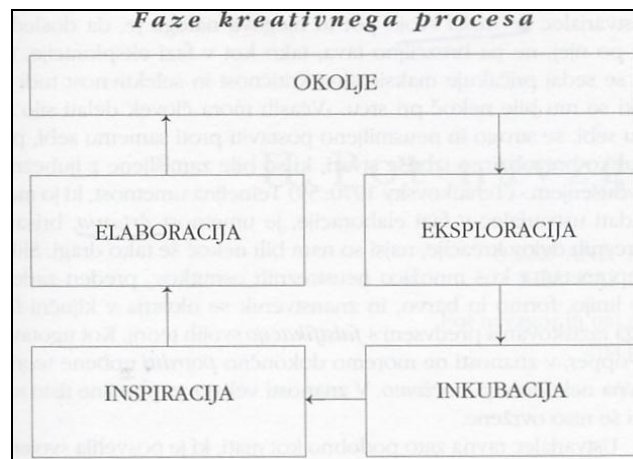
Vsaka faza kreativnega procesa ima svoje specifične (Makarovič, 2003, str. 151), za sam začetek pa so potrebni **navdih, izbira, sposobnost sprejemanja in dajanja** udeležencev.

V prvi fazi, tj. fazi **eksploracije**, ni pomemben načrt, pomembni so odprtost za neznano, igrivost, izzivanje in avanturizem.

V drugi fazi, fazi **inkubacije**, se predstavlja dar kreacije, sprejemanje prihajajočega, deluje podzavest.

O tretji fazi, tj. fazi **inspiracije**, govorimo kot o glavni fazi kreativnega procesa, v kateri pride do »aha efekta«, zgodijo se naključja, duh je odprt, sproščeni smo v ustvarjanju, delujejo sanje, čustva so nad razumom, postavi se vizija.

Zadnja faza, faza **elaboracije**, predstavlja vrnitev v zunanji svet, vrne se zavestna kontrola dogajanja, postanemo kritični.



Slika 4: Faze kreativnega procesa

Vir: Makarovič, 2003, str. 151

Na kratko torej v kreativnem procesu na nek način odidemo od vsakdanjega razumskega dogajanja v bolj svobodno, odprto delovanje, v katerem ustvarjamo nekaj novega, in se ob koncu spet povrnemo v bolj razumsko realnost.



Spomnite se nekega svojega kreativnega procesa in poskušajte v njem najti štiri opisane faze. Kako so med seboj razporejene v časovnem razmerju?

1.3.4 Podpora

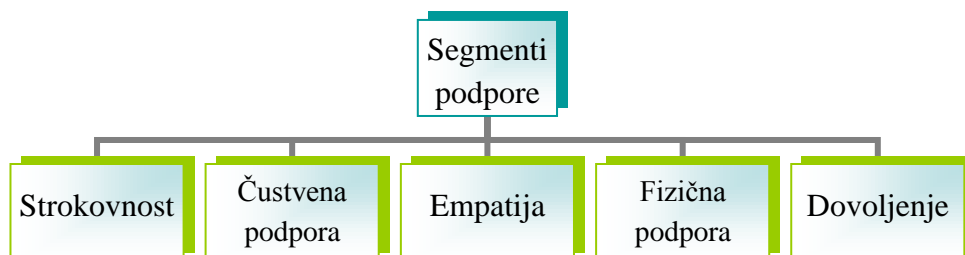
Element podpore se nanaša predvsem na animatorja, posledično na uporabnike. Podpora, ki jo dober animator mora nuditi uporabnikom, izvira predvsem iz specifik in potreb vsakega posameznega udeleženca pa tudi skupine.

Podpora torej deluje na več načinov. Prva osnovna podpora, ki jo animator nudi uporabnikom, je njegova **strokovnost**, ki daje okvir celotni animaciji, uporabnikom pa pomemben občutek varnosti.

Čustvena podpora in **empatija** sta pomembni pri dogodkih in uporabnikih, katerih se v nekem določenem momentu dogajanje in ustvarjenje močno dotakne in sproži čustvene reakcije, na katere se je potrebno ustrezno odzvati. Z namenom, da jih animator pravilno razpozna, mora biti čim bolj pozoren na posameznike znotraj skupine in zaupati svoji intuiciji glede čustvenega razpoloženja v skupini.

Včasih se animacije izvajajo z uporabniki, ki imajo določene fizične omejitve. Za te je potrebno, da jih animator pozna pred animacijo, da se na njih lahko primerno pripravi in prilagodi določene aktivnosti, posebej pri umetnostnih zvrsteh kot sta ples in drama, pa tudi pri igranju instrumentov in likovnem materialu je to lahko pomembno. V primeru, da ima omejitve morda le eden od udeležencev, mu mora animator nuditi **fizično podporo**, kadar in kjer lahko.

Na bolj duševnem, čustvenem nivoju pa je pomembno nuditi podporo v obliki **dovoljenja** o delovanju, torej o tem, da lahko posamezniki odločajo o tem, koliko so pripravljeni sodelovati, česa si ne želijo, kaj jim je težko itd. Poleg tega mora animator ponuditi tudi ustrezno **izbiro** tehnik dela.



Slika 5: Segmenti podpore
Vir: Lasten

1.3.5 Spremljanje

Element spremljanja se navezuje na podporo in proces, sam po sebi pa pomeni, da animator dobro **analizira** delo in posledično ustrezno **usmerja cilje**. Spremljati je treba tudi nivo razumevanja udeležencev, ali se uporabnik zaveda dogajanja in vsebine ali pa dogajanje le spontano doživlja brez večjega kognitivnega razmisleka. Glede na to lahko uporabnike tudi ustrezno spremljamo pri spodbujanju njihove izraznosti.

1.4 USTVARJALNOST

Današnji čas je čas sprememb, dogodkov, širjenja misli, zavesti. V tem času je zelo pogosta beseda, ki jo slišimo na različnih krajih, ob različnih priložnostih in v različnih kontekstih, beseda *ustvarjalnost*, *kreativnost*. Kaj pri vsem tem, kar se dogaja z nami in okrog nas, ustvarjalnost res je, kako se je razvijala in kdaj so jo strokovnjaki začeli raziskovati ter ne nazadnje, kako je prisotna v animaciji z umetnostnim izražanjem, vse to je vsebina poglavja, ki sledi. Z besedo ustvarjalnost je pogosto tako, da je uporabljena zelo ozkogledno in se omejuje le na malo področij, a v resnici je njen pomen zelo bistven del naše identitete in bivanja. Poglejmo torej, kako je s tem.

1.4.1 Pomen ustvarjalnosti



<http://hr.wikipedia.org/wiki/Kreativnost>
<http://en.wikipedia.org/wiki/Creativity>



Za kaj uporabljate besedo ustvarjalnost? Kdo je za vas ustvarjalen, zakaj?

Ustvarjalnost pravzaprav opisuje marsikaj in se navezuje na zelo različne kontekste. Kar retorično je vprašanje, kdaj smo se s to besedo začeli srečevati in končno, zakaj je danes tako pogosta, tako pomembna in označuje tudi razvoj sodobnega človeka. Skozi čas je njena oznaka prešla iz negativne (kot pregrešna, slaba, nevarna, nepomembna, nečloveška, božanska itd.) do pozitivne (domiselnost, inovacija, nove ideje, svobodomiselnost, iznajdba novih rešitev, genialnost itd.). Kaj se je torej spremenilo? Verjetno sprememba percepcije med tem, koliko smo sami vpleteni v to, kar ustvarimo, oziroma koliko na to sploh imamo vpliva. Spomnite se na ustvarjalni proces in stanja zavesti, ki se v njem porajajo.



Pomislite ponovno, kdo je torej še lahko ustvarjalen in zakaj najprej niste pomislili na to?

Drugo možno razmišljanje o naravi ustvarjalnosti je, kako in kdaj jo kdo razvije oziroma kaj spodbuja njen razvoj in kaj ga zavira. Če pomislimo na to, da začetek in osnova ustvarjalnega dogajanja, procesa potrebuje čist um, sproščenost, pripravljenost na neznano, torej pogum in neobremenjenost posameznika, lahko hitro sklepamo, da stres, hitrost, kaos, pomanjkanje časa in socialna nestabilnost ljudi v današnjem času prav gotovo niso v prid razvoju ustvarjalnosti. Po drugi strani naj bi jo pa vendarle razvijali, kolikor se da. Dve težki nasprotji, ki otežujeta spontanost, ki jo zahteva ustvarjalno bivanje. Tudi poudarjanje pomembnosti in vzvišenosti kognicije in intelekta prej nasprotuje ustvarjalnosti oziroma jo omeji le na nekaj vrst oziroma področij ustvarjalnosti, o katerih bomo še spregovorili.



Kaj menite o načinu šolanja pri nas? Pomislite na načine spodbujanja, učenja otrok in mladostnikov v različnih fazah: vrtec, šola, srednja šola, univerza.
Kaj se dogaja s spodbujanjem in zaviranjem njihove ustvarjalnosti?

Pri ustvarjalnosti moramo vedeti tudi to, da ni le stvar posameznika, temveč tudi neke skupine, družbe, kulture in končno celotnega človeštva. En sam posameznik lahko vpliva na celotno človeštvo in njegovo ustvarjalno identiteto v nekem času; mogoče tako tudi ločujemo zgodovinska obdobja – torej glede na stanje človeške ustvarjalnosti.

1.4.2 Vidiki ustvarjalnosti

V Sloveniji se je strokovno razlikovanje ustvarjalnosti začelo šele v prejšnjem stoletju. Tudi stanje v svetu ni dosti drugačno, kajti prvi raziskovalci se pojavijo v sodobni zgodovini. Raziskovanje ustvarjalnosti je najprej terjalo razmislek o tem, kako jo sploh raziskovati, kaj obsega, s katerega vidika, s katerim pristopom in stroko se je lotiti. Tako lahko rečemo, da smo še danes v nadaljevalnih, a začetnih fazah raziskovanja ustvarjalnosti (Ravbar in Bole, 2007).

Na področju psihologije je v Sloveniji začetnik raziskovanja ustvarjalnosti dr. Anton Trstenjak s svojim delom Psihologija ustvarjalnosti (1981). On je razvil tudi prve teorije, pomembne za razumevanje ustvarjalnosti in ustvarjalnega procesa, kar je povzel in nadgradil Jan Makarovič v svojem delu Antropologija ustvarjalnosti (2003). Na njuno, predvsem pa Makarovičevo delo se bomo ozirali v nadaljevanju.



Katera je prva očitna razlika njunih izhodišč? Kakšne vplive ta razlika prinaša?



<http://www.drustvo-antropologov.si/>
<http://www.fhs.upr.si/sl/o-fakulteti/organiziranost-fakultete/oddelki/antropologija>
<http://sl.wikipedia.org/wiki/Psihologija>
<http://www.klinicna-psihologija.si/>

Če izhajamo iz prepričanja, da je ustvarjalnosti **najvišja oblika samouresničevanja** po Makaroviču (2003, str. 26), potem je nujno, da se začnemo zavedati njenega pomena in se vprašamo, na kakšen način se vsak izmed nas lahko bolje samouresničuje skozi proces ustvarjalnosti. Vendar, kako to doseči? Poglejmo najprej še bolj natančno, na katerih področjih vse smo lahko ustvarjalni, preden poiščemo odgovor na to vprašanje.

1.4.3 Vrste ustvarjalnosti

V svojem delu Makarovič (2003, str. 26) deli ustvarjalnost na dve veliki vrsti:

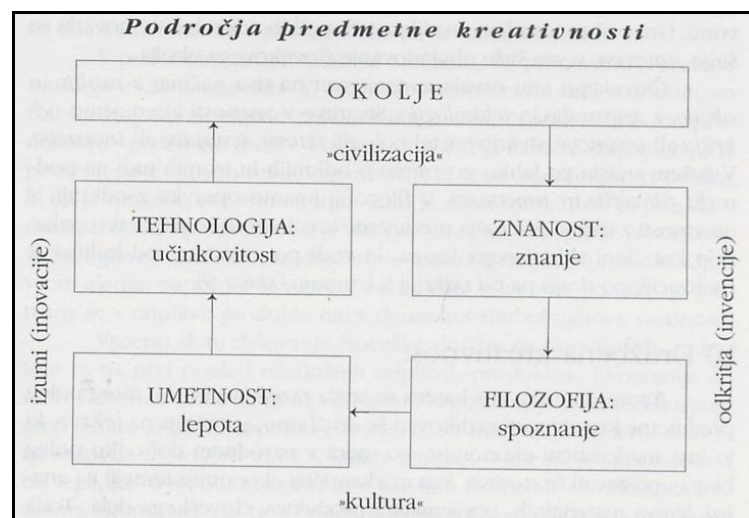
- predmetna ustvarjalnost,
- družbena ustvarjalnost.

Med njima poudarja pomembne razlike. Sicer izhaja pri obeh iz **duhovne aktivnosti**, iz katere pa izhajajo na eni strani **materialni izdelki**, na drugi pa **medosebni odnosi**. Tako lahko vidimo, da ustvarjalnost združuje človeka kot ustvarjalca nečesa novega, otipljivega, pa tudi človeka s sočlovekom oziroma obstoječo družbo.

Pod predmetno ustvarjalnost uvršča **znanost, filozofijo, umetnost in tehnologijo**, ki med seboj potekajo od kulture k civilizaciji ter od odkritij k izumom (glej sliko 6).

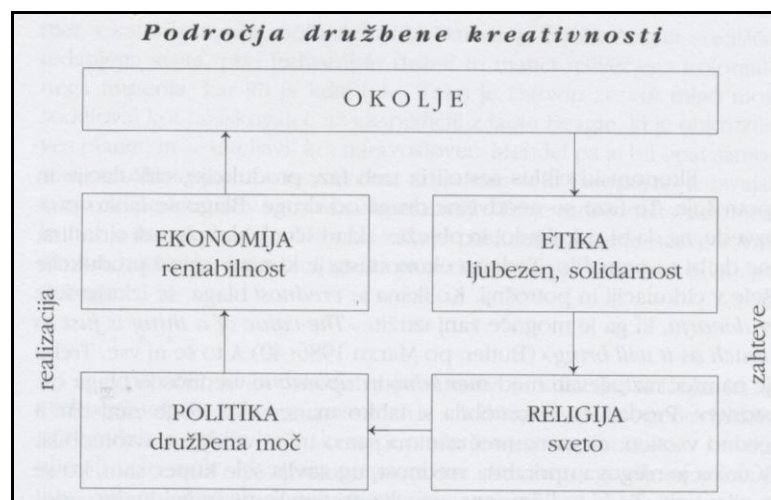
Pod družbeno ustvarjalnost uvršča **etiko, religijo, politiko in ekonomijo**, ki se razlikujejo glede na zahteve in realizacijo (glej sliko 7).

Za nas je pomembnejša predmetna ustvarjalnost, saj vključuje tudi umetnost, s katero imamo opravka v animaciji z umetnostnim izražanjem. Posledično torej ustvarjalne dosežke znotraj take animacije imenujemo inovacije, kar je sicer morda neobičajno za vsakdanjo rabo besede, vendar je glede na proces ustvarjanja resnično tako. Ti dosežki so lahko npr. glasbena stvaritev, ples, igra ali slika.



Slika 6: Področja predmetne kreativnosti

Vir: Makarovič, 2003, str. 159



Slika 7: Področja družbene kreativnosti

Vir: Makarovič, 2003, str. 167

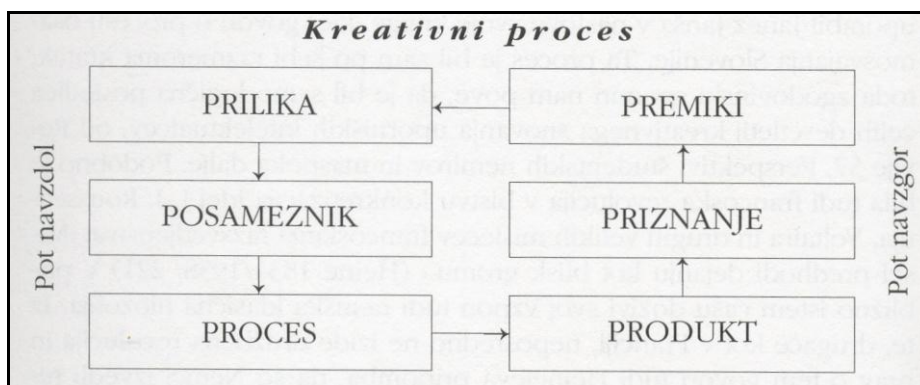


Še zadnjič razmislite, kdo vse je torej ustvarjalen? Na katerem področju? Kje ste najbolj ustvarjalni vi?

1.4.4 Teorija šestih P

Sedaj, ko so razumljivi obseg ustvarjalnosti in dejavniki, ki vplivajo na različne smeri, se vrnimo k samemu procesu ustvarjanja iz podpoglavja 1.3.3.

Po Makaroviču (2003) je za izvedbo in obstoj ustvarjalnega procesa pomembnih več dejavnikov, ki jih je razvrstil v teorijo 6P. Teorija je nasprotujoča različica Trstenjakove teorije 4P (1981), ki je povzeta po ameriški psihologiji in se tako omejuje na psihološki vidik. Makarovič z antropološkega vidika postavlja teorijo 6P na sledeči način:



Slika 8: Kreativni proces
Vir: Makarovič, 2003, str. 46

1. Prvi dejavnik ob vzpostavitvi ustvarjalnega procesa je **priložnost**, za katero je značilno, da nudi:

- možnost in
- spodbudo,

ki postavitva pogoje, da se nekaj lahko zgodi ali pa ne. Od tega je odvisno, ali se bo proces sploh odvil.

2. Drugi dejavnik je **posameznik**, za katerega sta značilna:

- dispozicija (DA ali NE) in
- talent.

Tako posameznik določa, v kolikšni meri se bo proces odvil z njegovo notranjo motivacijo in njegovimi zmožnostmi.

3. Tretji dejavnik je **proces**, ki označuje:

- akcijo,

torej stopnjo dogajanja in potek dela v procesu.

4. Četrty dejavnik je **izdelek**, ki označuje:

- realizacjo in
- velikost izdelka

in služi kot nekakšen dokaz ustvarjalnega procesa.

5. Predzadnji dejavnik, ki je prvi Makarovičev dodatek k teoriji, je **priznanje** in se nanaša na:

- presojo institucije,
- sociologijo in
- družbeno okolje.

Ti dejavniki prikazujejo pomen, ki ga Makarovič pripisuje vplivu okolja na ustvarjalne izdelke.

6. Zadnji dejavnik je njegov drugi dodatek, to so **premiki**, ki predstavljajo:

- širše družbene procese.

Z drugimi besedami, vpliv ustvarjalnega izdelka, ki je prejel neko družbeno priznanje, nam je dal vpliv na širše družbene procese, ki določajo celotno družbo.



Zakaj je ta teorija pomembna in kateri dejavnik vidite kot najpomembnejši?

1.4.5 Ustvarjalnost v animaciji

Sedaj pa se od splošnega pomena ustvarjalnosti preselimo na področje našega predmeta, v umetnostno animacijo. Vrnili se bomo k dvema glavnima razmišljanjema:

- Kakšno mesto ima ustvarjalnost v animaciji z umetnostnim izražanjem?
- Kateri so glavni načini spodbujanja večje ustvarjalnosti v taki animaciji?

Poglejmo primer iz prakse.



V centru za odrasle z motnjo v duševnem razvoju je imela skupina treh uporabnikov dva ločena dogodka glasbene animacije. Prvič jim je animator s poslušanjem posnetka predstavil lahkotno, zabavno pesem, vsem znano z radia. Sledil je poskus vključiti uporabnike kot glasbene izvajalce v to pesem s pomočjo glasbene podlage, uporabniki pa so lahko igrali igrive instrumente: tamburin kot ritem, tehnično nastavljene električne klaviature, na katere je bilo potrebno le enakomerno udarjati, in bas kitaro z nastavljenim akordom, kar je zahtevalo enakomeren gib za pravo harmonijo. Potem so igrali.

Drugič so dobili drugo nalogo. Imeli so velik izbor instrumentov. Spomnili so se na pesem, ki so jo prejšnjič igrali, tokrat pa so jo morali zaigrati na druge instrumente. Nekaj časa so posvetili temu, da so igrali prosto in spoznali instrumente, potem pa poskusili na svoj način zaigrati in zapeti tisto pesem. Ob koncu so se pogovarjali, kaj jim je v pesmi najbolj všeč, zbrali so svoje ideje in naredili povsem novo skladbo z novonastalim imenom.

Ob prikazanem primeru lahko zelo natančno razmislimo o obeh vprašanjih, povezanih z ustvarjalnostjo, saj je vzet iz tipične prakse in drugih pristopov pri delu z animacijo z umetnostjo.

Torej, v prvem primeru se ustvarjalnost kot neka *nova ideja, inovacija*, kot smo ugotovili v podpoglavju 1.4.3, kaže zelo omejeno. Čeprav udeleženci igrajo na instrumente, igrajo po točni predlogi in ne po svoji ideji, svojem občutku. *Omejeni* so in odstopanja od pravilnega igranja so *napake*.

V drugem primeru je predloga le poznana pesem, pa še ta le v *spominu*, torej ima lahko vsak svojo *interpretacijo – domišljijo*. Sledi *odkrivanje* in *raziskovanje* neznanih instrumentov, kar daje možnost *sprostitve, odprtih misli* o tem, kaj in kako se jih igra. Pesem zaigrajo na svoj način, zveni povsem drugače od izvirnika, vsak doda *svojo* noto. Predvsem zadnja skladba je primer inovacije celotne skupine: je skladba, zbrana iz skupnih misli, zaigrana iz trenutka, navdiha, danih zmožnosti. Vse je sprejeto kot možnost.



Kaj menite, kaj so pridobili udeleženci v prvi animaciji in kaj pa v drugi? Kakšno spremembo prinese uporabnikom večja svobodna izbira in kaj pomeni tak način dela za animatorja?

Dana primera nakazujeta več možnih izhodišč, virov dela, ki smo jih omenili na začetku, v podpoglavju 1.2. To sta načina pedagoškega usmerjanja, kjer povzamemo bolj učenje na osnovi znanega in skozi proces učenja dosegamo ustvarjalnost. Potem smo videli način improviziranja, ki je značilen za terapevtske pristope in daje večjo mero svobodnega izražanja – posledično ustvarjanja. Dobra praksa kaže, da je v animaciji z umetnostnim izražanjem prisotna kombinacija obojega. Gre za nadgrajevanje iz več strukture v manj strukture z več proste vsebine, kar je prava pot za spodbujanje lastne ustvarjalnosti posameznikov in/ali skupine.

1.4.6 Umetnostna improvizacija



Kako si predstavljate improvizacijo v glasbi, plesu, likovni umetnosti, drami? Ali ste že kdaj improvizirali z umetnostjo? Kdo to počne in zakaj?

Umetnost nastaja v procesu ustvarjanja. Za nas v animaciji z umetnostjo je pomembno, da ustvarjamo. Umetniška vrednost nastalih izdelkov ni toliko pomembna, razen če animator stremi k širšemu priznanju dela (npr. postavitve razstave likovnih animacij). Drugače pa so cilji animacije precej bolj usmerjeni v socialno druženje, spodbujanje delovanja uporabnikov, njihov psihofizični razvoj (glej sliko 3).

Če torej umetnost kot taka ni na prvem mestu, ampak le motivacijski medij dela, potem so za nas pomembni le določeni segmenti umetnosti. V tem poglavju se bomo posvetili umetnostni improvizaciji kot eni glavnih spodbujevalk ustvarjalnosti.



<http://en.wikipedia.org/wiki/Improvisation>

Ločimo glasbeno, plesno, dramsko in likovno improvizacijo, v svojem bistvu pa gre za isto stvar. To je umetnostno izražanje, ki ni vnaprej dano in znano, poraja se v trenutku dogajanja, izvajanja. V glasbi igramo na instrumente brez not, brez znane glasbe, sami igramo, kar nam spontano zazveni iz instrumentov ali glasu. V plesu plešemo, se gibamo brez plesnih korakov, brez določenega stila ali zvrsti plesa, ampak tako, kot si mi sami želimo. V drami igramo igro brez napisane vsebine, poiščemo izhodiščno idejo in igro postavimo in odigramo sami. V likovni improvizaciji rišemo, oblikujemo brez znanih načinov in postopkov, s svobodno izbiro materialov, tehnik likovnega izražanja in ustvarimo lasten izdelek. Vedno smo v poziciji ustvarjalca.

Tovrstna improvizacija je glavna metoda dela znotraj umetnostnih terapij. Če take tehnike implementiramo v animacijo, nam služijo za spodbujanje ustvarjalnosti. Velike razlike med uporabo umetnostne improvizacije v terapiji ali animaciji pa so prikazane v spodnji tabeli.

Tabela 2: Razlike med animacijo in terapijo

Animacija	Terapija
Aktiviranje uporabnikov z umetnostjo	Zdravljenje klientov s pomočjo umetnosti
Uporabniki	Klienti
Animator	Terapevt
Ustvarjalni proces	Terapevtski proces
Enkratna ali večkratna izvedba	Daljše obdobje izvajanja
Večinoma skupinsko delo	Individualna ali skupinska obravnava

Vir: Lasten

O razlikah bomo še veliko govorili pri ločenih umetnostnih področjih, ki sledijo v naslednjih poglavjih.

Povzetek

Tako smo prišli do konca najosnovnejših razumevanj znotraj animacije z umetnostnim izražanjem. Spoznali smo, da je to področje, ki je precej široko in dopušča veliko metod dela. Razmislili smo o tem, kakšna je kakovostna izvedba takega dela, kako na to vplivajo posamezni elementi animacije in kaj je človeška ustvarjalnost, ki naj bi se bistveno spodbujala znotraj tega dela. V nadaljevanju se bomo poglobili v štiri umetnostne smeri – glasbo, ples, dramo in likovno umetnost in poiskali vrednost vsake znotraj animacije z umetnostnim izražanjem.



Preverjanje razumevanja

1. Kaj je ustvarjalnost in kaj je lahko njeno nasprotje?
2. S katerih vidikov je raziskana ustvarjalnost, kdo sta začetnika raziskovanja v Sloveniji?
3. Kateri sta glavni dve razdelitvi ustvarjalnosti, kaj je njuna vsebina in kam spada umetnost?
4. Opišite teorijo 6P.
5. Kako so med seboj povezani animacija z umetnostnim izražanjem, animator, uporabniki in socialna institucija?
6. Predstavite razliko med umetnostno animacijo in umetnostno terapijo.
7. Naštejte glavne elemente animacije in jih opišite.
8. Kaj je motivacija in kako jo delimo?
9. Naštejte osnovne človeške potrebe po S. Reissu, ki so pomembne za animacijo.
10. Opišite ustvarjalni proces po Makaroviču.
11. Na kakšen način je človeška ustvarjalnost pogoj za razvoj posameznika?
12. V katerih segmentih se prepletata umetnostna ustvarjalnost in ekonomska ustvarjalnost in katere so možne posledice v družbenem in socialnem okolju kadar sta v pozitivni korelaciji in kadar v negativni?
13. Kako lahko pravilno uvrstimo umetnostne animacije v določeno socialno institucijo z obzirom na širše družbeno okolje? Kaj mora biti osnovno vodilo organizatorja dela glede na poznavanje potreb uporabnikov in predpostavk okolice?

2 GLASBA V ANIMACIJI

Prva umetnostna zvrst, ki jo lahko uporabljamo v animaciji z umetnostnim izražanjem in jo bomo поблиže spoznali v tem poglavju, je glasba. Z glasbo se od vseh umetnostnih zvrsti najpogosteje srečujemo v našem vsakdanu, po drugi strani pa je pogosto označena kot privilegij, s katerim se ukvarjajo le nadarjeni. V glasbeni animaciji ni tako. Glasba je uporabljena kot motivacijsko sredstvo, kot umetnost, ki je blizu skorajda vsakemu, čeprav običajno le preko poslušanja. V animaciji se z glasbo lahko ukvarja vsak, in to na različne načine, s katerimi razpolaga glasbeni animator. V poglavju bo predstavljena glasba kot umetnost, kot medij na področju zdravljenja in končno sredstvo dela v glasbeni animaciji.

2.1 GLASBA

Besedo glasba ali muzika smo povzeli iz grške besede *mousike techne*, kar pomeni umetnost muz (Wikipedija – *Glasba*, 2011). Glasbo večinoma poznamo kot umetnost, vendar pa glasba vključuje tudi improvizacijo in aleatorične oblike glasbe. Za naš predmet sta pomembni prvi dve obliki oziroma pomena glasbe.



Zakaj taka delitev? Katere so razlike med tremi smermi? Pomagajte si s spodnjimi povezavami.



<http://sl.wikipedia.org/wiki/Glasba>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Music>

http://en.wikipedia.org/wiki/Musical_improvisation

http://en.wikipedia.org/wiki/Aleatoric_music

<http://www.britannica.com/EBchecked/topic/13676/aleatory-music>

2.1.1 Definicija glasbe

Glasba kot umetnost predstavlja »urejenost tonov, zvokov in šumov« ter določa obliko kompozicije. Določeno obliko glasbe zaznamujejo »note, ki so ritmično razporejene in urejene v melodijo, ki je podprta s harmonijami«. Znotraj področja umetnosti poznamo glasbo kot nastopajočo umetnost, fino umetnost in slušno umetnost (Wikipedija – *Music*, 2011).

Vseeno glasbo definiramo tudi glede na sociološke in kulturne dejavnike, ki vplivajo na njen nastanek. Tako je konstrukt glasbe drugačen znotraj posameznih kultur in tudi znotraj kultur v posameznih socioloških podskupinah. Tako v nekaterih kulturah glasba nosi velik pomen in identifikacijo nekega naroda, celo zgodovinskega obdobja.



<http://sl.wikipedia.org/wiki/Glasba>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Music>

<http://de.wikipedia.org/wiki/Musik>

Današnji čas prinaša tudi spremembe mišljenja o tem, kaj glasba je. Ločevanje glasbe od hrupa se zanika, razlike med ustvarjanjem glasbe so tako nasprotujoče si, da postaja njena definicija relativna in skorajda nemogoča.



http://sl.wikipedia.org/wiki/John_Cage

Za naš predmet je pomemben tako tisti del, ki definira glasbo kot urejeno umetnost, poleg tega pa še glasbena improvizacija, ki zagovarja glasbo kot skupek vseh zvokov, ki v improvizaciji nastajajo in nimajo nujno estetske vrednosti.



Kdaj po vašem mnenju glasba ni več glasba? Kaj zaznamuje glasba našega časa?

2.1.2 Zgodovinski pregled



Slika 9: Flavta iz jame Divje babe

Vir: (<http://www.literaturejunction.com>, 29.04.2011)



<http://www.greenwych.ca/divje-b.htm>

Zaradi uporabe instrumentov v glasbi so ostanki le-teh prvotni dokazi o obstoju glasbe v predzgodovinskem času. Gotovo vsi vemo za najdbo flavte iz jame Divje babe, ki je najstarejši najden in deloma ohranjen primer instrumenta na svetu, pred kratkim najden v Sloveniji. Datirala naj bi iz paleolitske dobe, torej vsaj izpred 40.000 let. Druge podobne najdbe so iz časa stare Indije in zapisov glasbe v Vedah ter največje najdbe glasbil iz časa stare Kitajske pred 7000–6600 leti (veliko strunskih glasbil). Prvi zapis glasbe pa je ohranjena pesem na glinenih ploščah izpred 1400 let (Wikipedija – *Music*, 2011).

V daljni preteklosti je bila glasba še del obredja in močno povezana z gledališčem, kar poznamo še od Hebrejcev, kasneje pa so ta način prevzeli tudi Grki in Rimljani. Še iz antične Grčije se spominjamo velikih zborov pa glasbenikov in pevcev, ki so nastopali v grškem gledališču. Najbolj znani instrumenti iz tega obdobja so aulos, lira in značilna godala za brenkanje.

V tem času so se razvile tudi določene glasbene lestvice, ki so še danes značilne za glasbo nekaterih kultur (npr. arabska lestvica). Grške lestvice poznamo do danes, saj so se ohranile skozi zapise v glasbeni teoriji in so podlaga tudi današnji zahodni klasični in religiozni glasbi.



Slika 10: Aulos, grški instrument
Vir: (<http://en.wikipedia.org/wiki/Aulos>, 29.04.2011)



Kateri danes znani instrumenti izvirajo iz klasičnih grških instrumentov?

Znanemu gregorijanskemu koralu je sledil dolg srednji vek, do leta 1400. Poleg religiozne glasbe je nastajala tudi posvetna, poznani so že določeni avtorji. V renesansi, 200 let kasneje, je glasba zelo zaživela in z uporabo tiska tudi začejala svoja potovanja do širšega občinstva, moč je pridobivala posvetna glasba.



http://sl.wikipedia.org/wiki/Gregorijanski_koral
http://sl.wikipedia.org/wiki/Orlando_di_Lasso

V času baroka (1600–1750) nastanejo prve opere. Tako se ponovi spajanje glasbe z gledališčem, kot so ga poznali stari Grki. Značilno je igranje v manjših komornih skupinah, kjer se že dobro ločujejo sekcije glasbil na pihala, tolkala, godala, čembalo in trobila. Nastanejo tudi znane glasbene oblike, kot so fuga, sonata, koncert. Glasba postane zelo določena dejavnost, ki vključuje veliko profilov ljudi. Predvsem razvoj instrumentalne glasbe usmerja tudi razvoj omenjenih oblik v obdobju klasike, ki je nam že zelo blizu.



Kdo so najbolj znani skladatelji obdobja baroka in klasike?

Sledi obdobje romantike, kjer glasba postaja bolj čustveno polna, torej dramatična, izpovedna – v ospredju je melodija, ne toliko oblika in harmonija kot prej. Določeni skladatelji »kršijo pravila« in začnejo uporabljati disonance, kompleksne akorde, svobodo komponiranja, ki služi iskanju novih izrazov. Vse se veča, instrumentarij, dolžina glasbenih del, socialni pomen glasbe v družbi.

Sodobna glasba 20. in 21. stoletja prinese nove ritme, stile, zvoke v glasbi. S širjenjem razvoja medijev pride glasba najprej na radio, potem televizijo pa na plošče in kompaktne diske. Glasbo se lahko snema in predvaja, kar vodi v nastanek elektronske glasbe. Verjetno ima glasba več smeri in izrazov kot kdaj koli prej. Tudi prejšnja »klasična« glasba postane eksperimentalna, svobodna, skladatelji iščejo nove izzive v glasbeni umetnosti.

Subkulturne skupine razvijajo svoje stile in gradijo na glasbi del svoje identitete. Glasba v današnjem času ima zelo širok pomen in meje med načini izraza postajajo manj očitne.

2.1.3 Glasbeni študiji in poklici

»Glasbo ustvarjajo **skladatelji**, poustvarjajo pa jo **glasbeniki**. Ti jo izvajajo iz glasbil, ustvarjajo z lastnim glasom ali pa glasbo glede na postavljena pravila proizvajajo elektronska glasbila« (Wikipedija – *Music*, 2011).

Kar je pri tem v povezavi z ustvarjalnostjo zanimivo, je dejstvo, da so skladatelji v svoji nalogi precej bolj ustvarjalni kot glasbeniki, ki so sicer tudi lahko zelo ustvarjalni, pa vendarle imajo že več danih izhodišč kot skladatelji, predvsem note. Le v glasbeni improvizaciji so glasbeniki obenem skladatelji, torej se nivo ustvarjalnosti v tem primeru izenači. V sedanjem času se spet pojavlja tudi kombinacija kompozicije in dodajanja improvizacije glasbenikov.



Zakaj pri improvizaciji vendarle ne moremo govoriti o glasbenikih kot skladateljih?

Glasbeniki – glasbeni izvajalci so lahko poklicni ali pa ljubiteljski glasbeniki. Razlika je v tem, da so prvi akademsko šolani in je glasba njihov poklic, medtem ko drugi večinoma z glasbo primarno ne služijo za svoje socialno preživetje. Glasbeniki delujejo v različne namene: sodelujejo v oblikah glasbenega udejstvovanja, ker jim glasba nudi estetske užitke, sodelujejo v verskih ali ceremonialnih dogodkih, trgu nudijo zabavne glasbene izdelke, igrajo kot solisti ali v različnih (komornih) skupinah, orkestrih in podobno.

»Zaradi širokih možnosti dojemanja glasbe jo lahko preučujemo na veliko načinov: s študijem akustike, glasbene teorije, učenjem instrumenta oz. solopetja, muzikologije, etnomuzikologije ali glasbene zgodovine« (Wikipedija – *Music*, 2011).

Za študij glasbe je trenutno značilno, da se šolanje začne na osnovnošolskem nivoju, ki je lahko vključen v osnovne šole ali poteka v ločenih glasbenih šolah. Tej stopnji sledi srednja šola ali konservatorij, za njim pa univerzitetna izobrazba v dveh nivojih študija. Na stopnji doktorata poznamo doktorat filozofije s področja muzikologije, glasbene terapije in kompozicije.

2.2 GLASBA KOT IZRAZNO SREDSTVO



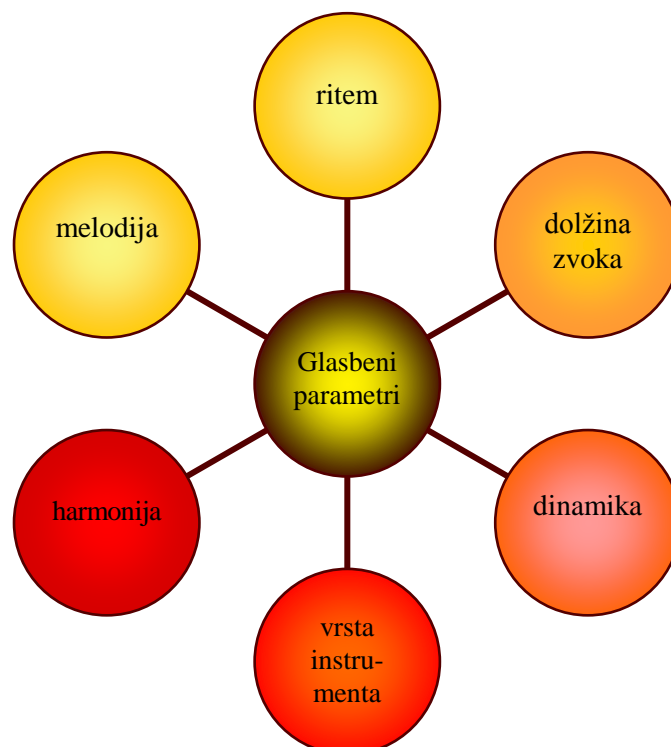
Katere so vaše prve asociacije ob misli na glasbo? Zakaj vam je blizu, kaj v zvezi z glasbo vam je všeč?

Glasba je medij, ki je blizu vsakemu človeku. Še v času pred rojstvom so zvoki pomemben in velik del zaznav. Zvoki so glasni in sporočajo, kaj in na kakšen način se nekaj dogaja v zunanjem okolju. Prvi proizveden zvok ob rojstvu je tisti, ki pove, da živimo, da smo tukaj. Vseskozi nas obkrožajo zvoki, neurejeni ali urejeni, vsi nam nekaj sporočajo, vsi nas lahko na nekaj spominjajo, z njimi povezujemo druge ljudi, dogodke in čustvene reakcije.



Zaprte oči in se poskušajte spomniti zvoka, ki vas spominja na nekaj v otroštvu. Ali kdaj slišite podoben zvok in se potem takoj spomnite na ta isti dogodek?

Znotraj glasbe poznamo veliko parametrov, ki jo določajo. Te elemente preučuje glasbena teorija. Poglejmo si jih.



Slika 11: Glasbeni parametri
Vir: Lasten

1. Ritem, (starogrško; ritmós – tok) tako v glasbi pojmuje urejeno zaporedje tonskih trajanj. Toni in sozvočja si sledijo v določenih časovnih razmikih – v ritmu, ki ima pomembno vlogo pri obliki glasbenega stavka. V glasbeni animaciji je ritem element, ki lahko daje osnovno povezanost v skupini (Wikipedia – *Music*, 2011).
2. Dolžina zvoka. Ime samo po sebi razloži segment v glasbi, torej trajanje. Z vidika animacije je zanimivo opažanje, ali imajo uporabniki preferenco do daljših zvokov, ki dajejo občutek počasnejšega tempa, ali krajših, ki tvorijo hitrejše glasbeno gibanje.
3. Dinamika deluje na ekspresivnem nivoju, neodvisno od ritma, višine in barve (Wikipedia – *Music*, 2011).
4. Vrsta instrumenta določa okus posameznika, ki se nanaša na več izbranih elementov hkrati (Wikipedia – *Music*, 2011).
5. Harmonija – gre za pomen vertikalnega sozvočja v glasbi, za odnos med višinami zvokov, ki se pojavijo istočasno (Wikipedia – *Music*, 2011).
6. Melodija je zaporedje tonov različnih višin, pogosto pa tudi različnih trajanj, ki tvorijo prepoznavno in smiselno glasbeno celoto, lahko pa tudi témo, V nasprotju z akordom, kjer več tonov zveni hkrati in tvori harmonsko (vertikalno) strukturo v glasbi, je melodija horizontalni element (Wikipedia – *Music*, 2011), ki ga določajo:
 - višina zvoka (določa se s frekvenčnimi valovi in se navezuje na nevrološko-fiziološki ustroj posameznika; tako ima posledično povezavo za višje ali nižje frekvence, tone, ki jih ima posameznik raje od drugih, in nekako bolj ustrezajo njegovemu telesu),
 - barva zvoka (nanaša se pravzaprav na zvočno barvo instrumenta ali glasu ter mu daje poseben karakter),
 - glasnost (poznamo opisna imena za glasnost kot pianissimo – zelo tiho do fortissimo – zelo glasno).

2.3 PETJE

Predvsem starejši ljudje imajo velik zaklad že v otroštvu na pamet naučenih pesmi in so bili navajeni samostojnega petja. Peli so ob različnih priložnostih: v okviru družine, v šoli, med mladimi, v društvih, v zborih, med bogoslužjem, v vojski, v okviru političnega dela itd. V današnjem času je samostojnega petja vedno manj, to funkcijo so prevzeli različni predvajalniki, človeško uživanje glasbe postaja vedno bolj pasivno.

Ponovno aktiviranje človeka k petju – predvsem v varnem okolju skupine, najbolje ob živi spremljavi na kitari, klavirju ali na harmoniki – ima lahko veliko pozitivnih učinkov:

- obujanje spominov,
- izboljšanje zmožnosti besednega izražanja (npr. pri afaziji),
- večji notranji mir,
- zaradi intenzivnega dihanja pride do boljše prekrvavitve in zmanjšanja napetosti,
- druženje, socializacija,
- udeleženci postanejo sproščeni, zadovoljni in bolj dejavni.



<http://www.afasie.nl/aphasia/pdf/31/brochure1.pdf>

Zelo uporabne so pesmi, ki jih lahko ob enostavni spremljavi skupaj pojemo in katerih melodije so znane:

- ljudske pesmi in zimzelene pesmi,
- pripovedne pesmi,
- obredne pesmi,
- pesmi o potovanjih.

Pesmi takoj vzbujajo pomene in imajo neposredno povezavo s čustvi, ki niso vedno samo pozitivni spomini in lepe asociacije. Zato pomembno je, da glasbo uporabljamo intuitivno in pazljivo (Knoll, 2008).

Zaradi teh atributov petja ga je zelo smiselno uporabljati v glasbeni animaciji in je pomembno vodilo k animiranju uporabnikov skozi njihov osebni instrument, glas. Za boljši občutek pripadnosti skupini in skupnega dela je smiselno pesem uporabiti tudi kot okvir za začetek in konec animacije. Seveda naj bodo pesmi primerne svoji funkciji.

2.4 GLASBENA TERAPIJA

Glasba je skozi celotno zgodovino človeštva ohranjala tudi zdravilni pomen. Različne kulture so njen pomemben vpliv na človeka uporabljale na različne načine: skozi plemenske obrede, določene načine zdravljenja, ki jih uporabljajo zdravniki, skozi petje pomembnih duhovnih besedil; zahodna civilizacija pa je v zadnjem stoletju zdravilne učinke glasbe prenesla v strokovne klinične prakse predvsem z ozadjem psihoterapije.

Tako se je razvila sedaj že relativno obširna strokovna praksa, ki se ji pravi glasbena terapija in jo Svetovna federacija za glasbeno terapijo ter Evropska konfederacija za glasbeno terapijo natančno definirata.



<http://www.emtc-eu.com/>

<http://www.glasbenaterapija.eu/>

<http://www.musictherapy.org/faqs.html>

<http://www.wfmt.info/WFMT/Home.html>

<http://www.voices.no/>

V glasbeni terapiji je glasba uporabljena na različne načine, predvsem pa je tisti medij, ki nam omogoča neverbalno komunikacijo, razumevanje brez besed. Poslušanje glasbe nas popelje v predstave ali v določena občutja. Glasbena terapija zaradi svoje terapevtske usmeritve glasbo uporablja kot sredstvo pridobivanja informacij in most za gradnjo terapevtskega odnosa med klientom in terapevtom. Sama glasba ni cilj in ni bistvo (Knoll, 2006).



Ali poznate kakšnega glasbenega terapevta oziroma institucijo, v kateri izvajajo glasbeno terapijo? Ali se izvajano ujema z uradnimi definicijami?

2.4.1 Status glasbene terapije

V času med 1950–1970 so se v zahodnoevropskih državah in ZDA postavljale prve oblike uvajanja glasbene terapije na dveh velikih področjih:

- v centrih za ljudi z motnjo v duševnem razvoju,
- v psihiatričnih bolnišnicah.

Od pionirjev glasbene terapije preko prvih praks, ustanavljanj prvih izobraževanj, do državno priznanih univerzitetnih študijev in končno zdravstvenih zakonov, ki urejajo status tega poklica, je preteklo okrog 50 let truda in dela. Tako je trenutno v Evropi le 5 držav, ki imajo na vseh omenjenih nivojih urejen ta poklic.



<http://www.emtc-eu.com/>

V Sloveniji smo v fazi izvajanja prvih izobraževanj in začetnih korakov pri priznavanju poklica znotraj zdravstvene stroke. Veliko nereda je še pri izvajanju kakovostne in strokovno podprte glasbene terapije. V ta namen je ustanovljeno in deluje Slovensko združenje umetnostnih terapevtov, ki združuje vse štiri umetnostne terapije: glasbeno, gibalno-plesno, dramsko in likovno terapijo.



<http://www.szut.si/>

2.4.2 Oblike glasbene terapije

Izvajanje glasbene terapije delimo na dve veliki področji:

- aktivna glasbena terapija,
- receptivna glasbena terapija.

Njuna osnovna razlika je v načinu uporabe glasbenega medija. Za nas je precej bolj pomembna aktivna oblika glasbene terapije, ki jo lahko apliciramo v animacijo.

Aktivna glasbena terapija, kot že ime samo pove, z glasbo intervenira preko njene praktične uporabe, to je igranja, izvajanja glasbe. V ta namen se znotraj aktivne glasbene terapije uporablja **prosta glasbena improvizacija**, kar smo že omenjali v podpoglavju 1.4.6 o umetnostni improvizaciji.



Klient pride h glasbeni terapiji. V sobi sta dva stola, med njima in okrog njiju pa veliko različnih instrumentov, malih, velikih, tolkal, brenkal, pihal, v kotu je celo pianino, veliko instrumentov vidi prvič, povsem nov svet. Terapevt v terapiji z njim poje pozdravno pesem, igrata glasbo brez not, brez navodil kako in kaj, le začetki in konci pa včasih kakšna oblika igranja ali izbor instrumentov so pomembni. To, da on glasbe ne zna igrati, tukaj ni pomembno. Potem o glasbi govorita. Ko odide, se poslovita s poslovilno pesmijo.

V receptivni glasbeni terapiji se glasba uporablja za poslušanje, torej pasivno, in služi kot podlaga za raziskovanje različnih čustvenih, psiholoških in duševnih stanj klientov. Po poslušanju glasbe, ki zbuja določene asociacije, se o njih pogovarja in analizira njihov pomen.



<http://www.ami-bonnymethod.org/>



Klient pride h glasbeni terapiji. Za sedenje mu je na voljo stol, kavč in blazine na tleh. Ko mu je udobno, se s terapevtom najprej malce pogovarjata, nato terapevt pripravi glasbo. Skozi poslušanje glasbe ga tudi govorno vodi, glasba ga odpelje v njegov domišljjski svet. Ob koncu se pogovarjata o tem, kam ga je glasba odpeljala in kaj ta domišljjski svet, svet predstav, zanj pomeni. Včasih tudi riše ob glasbi ali po glasbi, da je zgodba tudi izrisana.



Kaj mislite, katere so prednosti ene ali druge oblike; katera je vam bolj privlačna in zakaj?

2.4.3 Študij in praksa glasbene terapije

Obe omenjeni obliki glasbene terapije potrebujeata ločene študije in prakse. Glasbeni terapevti, ki so usposobljeni za izvajanje aktivne glasbene terapije, niso avtomatično usposobljeni za izvajanje receptivne oblike in obratno. Za določeno smer in preferenco se je torej treba odločiti že pri izbiri študija.

V osnovi obstaja študij na različnih nivojih:

- diplomski študij glasbene terapije (1. stopnja bolonjskega študija),
- magistrski študij (2. stopnja bolonjskega študija),
- doktorski študij (3. stopnja bolonjskega študija).

Trenutno je največ študijev magistrske stopnje. Študiji imajo različne kriterije za sprejemanje študentov, vendar je v večini primerov zahtevana diploma iz glasbene smeri, včasih tudi strok, kot so psihologija, defektologija, sociologija, zdravstvene smeri, vendar so ob sprejemu potem potrebne dokazljive visoke glasbene sposobnosti.

Struktura diplomskega in magistrskega študija je precej različna, tako da si bomo pogledali le glavne specifične magisterija. Doktorski študij je raziskovalne narave in predstavlja različne vidike izvajanja glasbene terapije, tako v praksi kot teoriji.

V Evropi je veliko študijev, tudi zasebnih, ki izobražujejo različne metode, vendar niso vsi kvalificirani za standarde, ki jih predpisuje Evropska konfederacija.



<http://www.emtc-eu.com/>

Izven Evrope je razvoj dober tako na ameriških celinah kot v Avstraliji in delno v Aziji.

Poglejmo si glavno vsebino študija glasbene terapije. Predmetnik je razdeljen v več kategorij:

- praktična glasbena terapija in klinične veščine (prvo leto),
- glasbena terapija in multidisciplinarni teoretični študiji (prvo leto),
- klinični položaj in eksperimentalni razvoj (prvo in drugo leto),
- glavni klinični / teoretski projekt glasbene terapije (drugo leto).

2.4.4 Metode v glasbeni terapiji

Različne metode, ki so implicirane v glasbeni terapiji, predstavljajo predvsem teoretično in izvajalsko prakso pri delu s klienti. Vsak študij tudi zagovarja oziroma temelji na določeni metodi ali kombinaciji več metod. Najbolj razširjene so:

- psihoanalitična metoda (izhaja iz stroke in teorije psihoanalize),
- Nordoff-Robbinsova metoda (pionirja Nordoff in Robbins sta razvila svojo metodo),
- Orff glasbena terapija (G. Orff postavi glasbeno terapijo z uporabo Orff instrumentarija za majhne otroke z razvojnimi težavami),
- razvojno-vedenjske metode (delo je osredotočeno na spodbujanje razvojnih in vedenjskih sposobnosti otrok),
- GIM (Guided Imaginary Music) metoda (najbolj razširjena metoda receptivne glasbene terapije),
- kulturno usmerjena metoda (v terapiji ima osrednje mesto glasbena identiteta kulture, iz katere izhajajo klienti),
- druge.



<http://www.therebeccacenter.org/amt.html>

<http://www.web37859.clarahost.co.uk/musicTherapy/index.html>

http://www.musicinhealth.net/about_gim.html



Podrobneje pogledjte metodo GIM in jo primerjate s praksami alternativne medicine, kot je npr. avtogeni trening.

2.4.5 Teoretične osnove v glasbeni terapiji

Teoretične osnove, ki jih bomo na kratko pregledali, se navezujejo na psihoanalitično-psihodinamično metodo aktivne glasbene terapije, saj je pomembna za razumevanje proste glasbene improvizacije, ki jo uporabljamo tudi v animaciji, vendar v precej manjši meri kot v terapiji. Glasbeni terapevt s poznavanjem teh teorij lahko prepozna vzorce vedenja svojih klientov, ki jih ti izražajo skozi glasbo in kontakt s terapevtom.

Najpomembnejše teorije so:

- S. Freud – psihoanaliza, transfer, kontratransfer,
- J. Bowlby – odnos mati-otrok,
- A. Freud – obrambni mehanizmi,
- D. Winnicott – prenosni, tranzicijski objekt,
- D. Stern – *affect attunement*,
- Balint, Erikson – analiza otroškega razvoja.

Psihoanaliza podaja razumevanje odnosa in navezovanja med klientom do terapevtom. Klient v terapiji na terapevta prenaša lastna občutje do njemu najbližjih oseb v življenju (transfer), medtem ko terapevt do klienta doživlja podobna občutja, ki se navezujejo na njegove izkušnje (kontratransfer). Posebnost v glasbeni terapiji je, da klient enako lahko počne v interakciji z glasbo.



http://www.zdravje-plus.com/transfer_in_kontratransfer.htm

<http://en.wikipedia.org/wiki/Transference>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Countertransference>

Odnos mati-otrok postavlja temelj gradnje odnosov do drugih ljudi v vsakem življenju. Težave, ki nastanejo pri gradnji tega odnosa, so lahko vzrok za težave v vseh drugih odnosih. Klienti to navezovanje kažejo skozi gradnjo improvizacije s terapevtom.



<http://www.simplypsychology.org/bowlby.html>

Obrambni mehanizmi so dejavniki našega vedenja, ki nas lahko varujejo pred težkimi situacijami, kadar pa so ekstremno poudarjeni v določeno smer, nas začnejo ovirati.



http://en.wikipedia.org/wiki/Defence_mechanism

<http://www.britannica.com/EBchecked/topic/155704/defense-mechanism>



Pomislite, kateri so vaši najpogostejši obrambni mehanizmi. Kako ste jih razvili? Ali je kateri izmed njih premočan in vas ovira v odnosih?

Tranzicijski objekt simbolizira prvo materialno stvar, s katero dojenček razvije prvi ločen odnos od matere. Nanj navezuje vsa svoja čustvena stanja in občutke. V glasbeni terapiji se to kaže pri izbiri instrumentov, uporabi glasbe.



http://en.wikipedia.org/wiki/Donald_Winnicott

Poznavanje analize otroškega razvoja nam je v pomoč pri prepoznavanju slabih navad, ki jih posameznik razvije v zgodnjem otroštvu. V glasbeni improvizaciji te povezave pridejo na površje, terapevt pa jih lahko usmerja v smer, pozitivno za klienta.



Otrok, ki pride v sobo za glasbeno terapijo, med improvizacijo razbije instrument, na boben udarjava prekomerno, dokler z enim udarcem ne predre opne bobna in si poškoduje svojega zapestja. Terapevt po terapiji razmišlja o pomenu tega dejanja. Otrok je očitno razvil slabo povezavo s tranzicijskim objektom v zgodnjem otroštvu, slabo je prešel iz faze odvisnosti od matere do razumevanja, da je tudi on ločen del okolja, v katerem mora poiskati svoje mesto. Zanj to mesto ni varno, zato v glasbi posledično razbija instrumente in s tem kaže jezo, razočaranje, nekontrolno, strah, nemoč nad obvladovanjem neke nove situacije. Delo poteka v razvoju občutka varnosti skozi glasbo, varne instrumente, izražanje napetosti na nedestruktiven način zase in okolico.

2.4.6 Izvajanje glasbene terapije

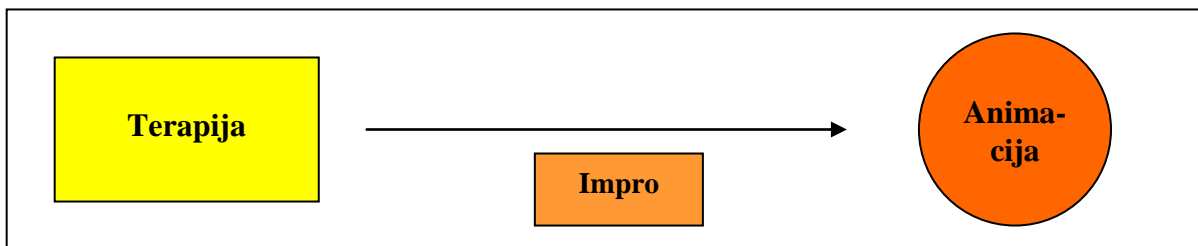
V današnjem času, ko je glasbena terapija razvita praksa z mnogo metodami dela, se jo izvaja na mnogo različnih področjih, med temi najpogosteje:

- v zavodih za ljudi z motnjami v duševnem zdravju,
- za otroke z vedenjskimi, fizičnimi in čustvenimi motnjami,
- v bolnišnicah (npr. za bolnike z rakom ali nevrološkimi poškodbami),
- v psihiatričnih bolnišnicah in centrih,
- v domovih za ostarele ljudi,
- v porodnišnicah, sirotišnicah, begunskih centrih ...

V istih okoljih se lahko istočasno izvaja tudi glasbena animacija. Največja razlika je v izbiri in številčnem obsegu vključenih, ciljih, metodah dela in v izvajalcu, torej terapevtu ali animatorju. Sedaj, ko smo spoznali osnove glasbene terapije, poiščimo relevantno povezavo med njo in glasbeno animacijo.

2.4.7 Pomen glasbene terapije za glasbeno animacijo

Iz tega, kar smo spoznali o glasbeni terapiji in njenem bistvu, spomnimo se poglavja 2.4, je razvidno, da se iz glasbene terapije v glasbeno animacijo lahko aplicira le določene tehnike, in sicer tehnike, ki se navezujejo na uporabo **proste glasbene improvizacije**. Glasba kot taka ostaja v animaciji vendarle pomembna, ni le prostor za analizo podzavestnih načinov formiranja odnosov. V animaciji nudi prosta glasbena improvizacija prostor za sproščeno izražanje, druženje in ustvarjanje. Glasbene stvaritve in improvizacija so tiste, ki so za skupino pomembne ob celotnem procesu ustvarjanja in niso gradivo za animatorja v smislu spoznavanja uporabnikov na globljem psihičnem nivoju.



Slika 12: Vloga improvizacije
Vir: Lasten

Poglejmo si torej, kdaj pravzaprav govorimo o prosti glasbeni improvizaciji in katere so njene značilnosti. Tony Wigram (2004), profesor glasbene terapije na Danskem in v Veliki Britaniji, določa dve definiciji improvizacije.

Prva velja za »**glasbeno improvizacijo**«, ki jo definira kot »katero koli kombinacijo zvokov in zvoke, kreirani znotraj nekega okvira začetka in konca« (Wigram, 2004, str. 37).

Za področje glasbene terapije navede posebno definicijo pod pojmom »**klinična improvizacija**«, ki jo opisuje kot »uporabo glasbene improvizacije v okolju zaupanja in podpore, ustanovljeno z namenom srečanja potreb klienta« (Wigram, 2004, str. 37).

Za področje glasbene animacije je pomembna in uporabna prva definicija glasbene improvizacije.

Opozorimo tudi na možno pomoto v povezavi z glasbenim stilom (glej spodnjo povezavo »*free improvisation*«), ki se je razvil v sodobnem času in se imenuje z isto besedo.



http://en.wikipedia.org/wiki/Free_improvisation

2.5 GLASBENA ANIMACIJA

Metode dela, ki vplivajo na vsebino, načine in cilje dela v glasbeni animaciji moramo še enkrat definirati in jih smiselno uvrstiti. Poleg metod pa so za animacijo pomembni še drugi dejavniki, ki vplivajo na cilje in obseg dela. Osredotočili se bomo na kriterije za potencialne uporabnike in strukturo dela, na katero vplivajo predvsem zunanji socialni dejavniki dela. Ob koncu poglavja se bomo poglobili še v zelo praktične primere prakse glasbene animacije, za katere so izbrane tehnike dela s področja glasbene terapije, bolj natančno tehnike proste glasbene improvizacije, ki jih poznamo iz te stroke. Metode, vzete iz pedagoških praks, so bolj razširjene in jih je lažje najti, zatoj bodo navedene le kot viri za vaše lastno raziskovanje.

2.5.1 Metode dela in cilji

Ponovno se spomnimo grafike 2, v kateri je vidno navezovanje metod znotraj animacije na dve stroki, pedagogiko in terapijo. V glasbeni animaciji gre torej za črpanje metod dela, ki so znane v glasbeni pedagogiki in glasbeni terapiji.

Glasbena pedagogika torej ponuja metode dela, ki v prvi vrsti z nekim načinom učenja in poslušanja glasbe vodijo v oblike obvladovanja igranja glasbe, poznavanja instrumentov, petja znanih pesmi in spoznavanja tehnike petja.

Udeležencem so te metode znane, tistim, ki se z glasbo že ukvarjajo, so tudi blizu, za tiste, ki se ne, pa kar pogosto zelo težke, saj so večinoma prepričani, da oni za glasbo niso nadarjeni.

Glasbena terapija, kot že znano, ponuja uporabo metode proste improvizacije v strukturirani in preišljeni obliki, večinoma tudi kot nadgradnja ali kasnejša faza v procesu animacij, saj je za uporabnike nekaj zelo novega, neznanega.

Glede na izbrane metode dela ali njihove kombinacije potem variirajo tudi cilji v animaciji.

Kadar je osnovno vodilo pedagoška metoda, so cilji naslednji:

- učenje instrumentov, petja,
- izvajanje glasbe,
- nastopanje z glasbo,
- spoznavanje glasbene umetnosti,
- socializacija skozi glasbeno dejavnost.

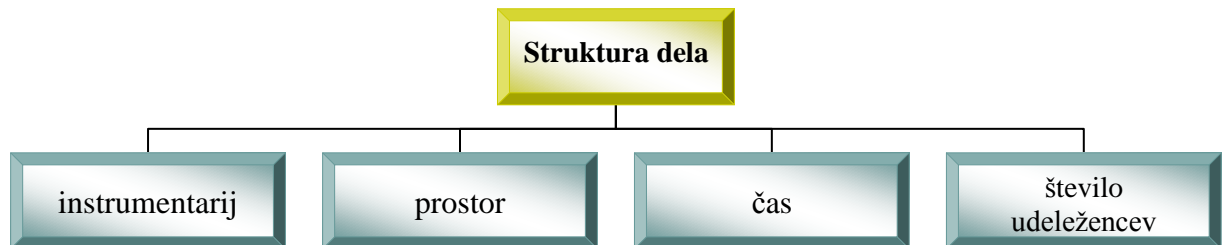
Kadar je osnovna metoda vzeta iz terapije, pa so cilji sledeči:

- svobodno glasbeno ustvarjanje,
- spoznavanje instrumentov in zvokov,
- ustvarjanje glasbe preko domišljije, asociacij,
- socializacija skozi glasbeno dejavnost.

Vidimo lahko torej, da so cilji precej različni in da se z glasbo ukvarja drugače. Kljub temu gre v obeh primerih v končni fazi za aktivno spodbujanje v glasbi, ukvarjanje z glasbo brez potrebnega predhodnega znanja, socialni stik in izboljšanje preživljanja časa.

2.5.2 Struktura dela

V podglavju 1.1 in na sliki 1 smo že določili pomen in območje oziroma vpliv, ki ga ima socialno okolje, še bolj natančno socialna institucija, v kateri se animacije odvijajo, na samo izvedbo dela. Gostujoča institucija, v kateri se odvija glasbena animacija, je tista, ki naj omogoča, nudi in spoštuje te potrebe. Sedaj bomo te dejavnike podrobneje pogledali v povezavi z glasbeno animacijo.



Slika 13: Struktura dela

Vir: Lasten

Glede na zahteve, ki jih ima aktivno glasbeno izražanje, lahko hitro postavimo kar nekaj materialnih pogojev, ki so potrebni za izvedbo. Najprej je to **instrumentarij**, ki mora imeti določen nivo kakovosti in raznolikosti. Za animiranje in motivacijo udeležencev je pomembno, da je instrumentarij istočasno bogat in obsega različne vrste glasbil. To se nanaša na brenkala, tolkala, pihala, godala, melodična tolkala itd., ki nudijo raznolikost zvoka in izražanja. Pomembno je tudi, da imamo glasna-tiha glasbila ter velika-majhna glasbila. Tako uporabnikom lahko strukturiramo delo v veliko različicah, ki se nanašajo na vsebino in metode dela. Če je instrumentarij skromen, ima animator zelo okrnjeno možnost strukture dela in posledično slabši nivo izražanja in ustvarjalnosti uporabnikov.



<http://www.boehmemusic.com/en/start.html>



Slika 14: Instrumentarij

Vir: Lasten, foto Alja Kiseljak, 2010

Drugi dejavnik je **prostor**, od katerega je najbolj odvisen obseg animacijske skupine. V najboljšem primeru je tak prostor že v osnovi glasbeni prostor, v katerem ima tudi instrumentarij že svoje stalno in varno mesto. Še dodaten primeren dejavnik je zvočna izolacija takega prostora, ki omogoča, da se med animacijo ne moti drugih v sosednjih prostorih, sicer je treba prostore, v katerih se odvija glasbena animacija, vsaj delno prilagoditi tej dejavnosti. Prostor mora biti dovolj prostoren, da je v njem razporejen instrumentarij in postavljeni stoli za uporabnike. Vsaj v večini primerov naj bo tudi zaprt in neprehoden v času izvedbe, razen kadar je delo odprtega tipa. Tudi tehnični pripomočki kot radio in predvajalnik zgoščenk naj bi bil na razpolago. Za počutje uporabnikov so pomembne tudi tehnične značilnosti kot svetloba prostora in zračenje.



V kakšnem prostoru se najbolj udobno počutite z namenom, da se boste ukvarjali z glasbo? Kateri prostorski elementi so pomembni za občutek sproščenosti in motivacije za delo? To naj bo vaše vodilo v razmišljanju o vplivu okolja na vsebino dela.

Na prostor se pogosto navezuje tudi **čas**. Verjetno je prostor animacije tudi prostor mnogih drugih dogodkov, zato je potrebno strukturirati in določiti časovni okvir, v katerem se glasbena animacija lahko odvija v nemotenem odnosu do drugih dejavnosti.

Seveda je s časovnega vidika pomembno, da je primeren za uporabnike in animatorja. Pri načinu animacij v procesu je kar priporočljivo, da obstaja točen termin v tednu ali mesecu, v katerem se izvaja glasbena animacija.

Dolžina animacije je odvisna od števila vključenih, metode dela, enkratnega oziroma procesnega dela in ne nazadnje od ciljev dela. Najpogosteje se animacije izvajajo v določenem procesu, recimo nekaj mesecev enkrat tedensko po 60–90 minut.

Število udeležencev je odvisno od metode dela. Če je več strukture in usmerjenega dela, je uporabnikov lahko več, če je več improvizacije, več svobodnega izražanja, naj bo uporabnikov manj. Tako kakovost dela ne trpi, ampak je prilagojena potrebam dela.

Na splošno je glasba najbolj številčno omejen medij, kadar želimo biti znotraj njega aktivni in ustvarjalni. Za primer vzemimo primerjavo s plesom. Prosto se lahko giblje veliko ljudi naenkrat, potrebujejo le svoj prostor za gib; zvočno ustvarjanje velikega števila ljudi istočasno pa posega neposredno ves čas v zvočni prostor drugih. Zvočni prostor je tako skupen teren, ki ga je treba številčno omejiti, da je sprejemljiv za uporabnike. Seveda poslušanje glasbe daje povsem druge pogoje, vendar za nas to ni tako pomembno.

Po drugi strani je število udeležencev odvisno tudi od strukture institucije ali organizacije, ki aplicira glasbeno animacijo. Formirati je treba smiselne skupine glede na potrebe in psihofizično stanje udeležencev.

Tudi obseg instrumentarija vpliva na število udeležencev. Najverjetneje bo v glasbeno animacijo vključenih 6–8 oseb.

2.5.3 Uporabniške skupine



Glede na predstavljeno, kje bi vi kot organizator neke socialne mreže v instituciji predlagali izvajanje glasbene animacije? Katera skupina uporabnikov se vam zdi najbolj smiselna ciljna skupina?

Dandanes se glasbeno animacijo izvaja v mnogih zavodih, institucijah, društvih, nevladnih organizacijah itd.

Dela se z otroki, mladostniki, odraslimi in starostniki.

Primerni so udeleženci s psihofizičnimi, vedenjskimi, čustvenimi in drugimi težavami.

Delo se glede na profile udeležencev seveda razlikuje, vendar njegovo bistvo – aktiviranje ustvarjalnosti skozi glasbeno umetnost, ostaja enako. Verjetno ste se z animacijo srečali že večkrat, kot si mislite, le da je bila izvajana pod drugim imenom.



S skupino v domu za starejše občane želimo izvesti prosto glasbeno improvizacijo s temo. Do teme pridemo s pogovorom o času, ko so bili mladi. Česa se spomnijo, ali se spomnijo kakšne pesmi iz tistega časa? Potem poiščemo skupne točke in skupaj naredimo naslov naslednje improvizacije. Za podlago lahko vzamemo tudi pesem, ki se je najbolj spomnijo.



S skupino otrok v centru za begunce podobno želimo izvesti tematsko improvizacijo. Do teme pridemo na drugačen način. Najprej igramo prosto improvizacijo. Otroci povejo, na kaj jih je glasba spominjala. Potem skupaj premislimo, na kateri želeni kraj bi pa radi, da jih glasba odpelje. Potem naredimo tematsko glasbeno potovanje v ta kraj.



Kako je na postopek dela vplivala posamezna skupina uporabnikov? Zakaj je pomembno, da se jim delo prilagodi? Zakaj bi v danih primerih obratno težje delali?

2.5.4 Primeri animacije

V nadaljevanju bo predstavljenih kar nekaj primerov iz prakse, v katerih je v ospredju implikacija proste glasbene improvizacije v animacijo. Za praktično izvedbo ene animacijske delavnice bi bilo treba vzeti nekaj tehnik iz vsakega predstavljenega primera ter jih smiselno razvrstiti v celoto.



Samostojno razmislite o tehnikah s področja glasbene pedagogike, ki bi bile lahko uporabljene v animaciji. Sestavite nekaj idej za izpeljavo.

Skupaj pa si pogledjmo nekaj tehnik, ki jih lahko vključimo v glasbeno animacijo, in kratke razlage k primerom.



1. Prosta glasbena improvizacija

Delo poteka znotraj kroga, v katerem so razvrščeni posamezni instrumenti. Ti naj bodo čim bolj raznoliki (tolkala, pihala, strunska glasbila itd.). Večji instrumenti so lahko izven kroga. Vsak posameznik si izbere svoj instrument. Igranje se začne spontano, posamezniki vstopajo in izstopajo iz igranja po želji. Tudi konec je spontan. O dogajanju znotraj improvizacije se govori ob njenem koncu. Sledi ji lahko bolj strukturirano usmerjena animacija, ki jo animator izbere glede na potrebo, ki jo je skupina pokazala znotraj proste improvizacije.

Kot osnovno tehniko jo je treba izvesti takoj ob začetku dela in je lahko večkrat ponovljena, predvsem kadar skupina ne potrebuje veliko strukture in je v večji meri sposobna svobodnega dela.



2. Strukturirane improvizacije v krogu

Vse se igrajo na način proste improvizacije z naslednjimi strukturami:

- nekdo začne, drugi se postopno drug za drugim priključijo, končajo pa skupaj,
- nekdo začne, drugi postopno sledijo, končajo v krogu nazaj,
- igranje v parih s premikom po eno osebo,
- igranje v parih po izboru.

V prvih dveh primerih je v ospredju koncentracija, sledenje in prilagajanje skupini. V drugih dveh se to stopnjuje do točke, kjer posamezniki igrajo bolj komorno, celo v duetih, so bolj izpostavljeni, torej vadijo samozavest, možnost izbire in dialog.



3. Glasbena govorica

Igramo lahko ločeno ali znotraj celotne skupine.

- **V paru.** Dva izbrana posameznika si sedita nasproti, obrnjena drug proti drugemu s hrbtom ali vsak na svojem koncu sobe ter imata glasbeni pogovor. Tehnika je zelo uporabna pri vadenju novega načina komuniciranja, včasih pa tudi kot intervencija pri realnih prepirih, konfliktih znotraj skupine. Vsekakor jo morajo na koncu analizirati vključeni in skupina.

- **Znotraj kroga.** V tem primeru se pogovarjata dva in nenadoma vstopi tretji iz skupine. Takrat se par spremeni v novega. Odločitev o tem, kdo igra naprej, se sprejme s pogledom. Na ta način se spodbuja prosta odločitev, pogum, pozornost in povečanje očesnega stika med posamezniki.

Ta tehnika se opira na uporabo glasbe kot možne oblike neverbalne govorice. Zanimivo je, kaj si uporabniki lahko sporočajo na tak način. Opazijo se tudi načini komuniciranja posameznikov – bolj konfrontativno ali umaknjeno, vpadanje v besedo ali čakanje itd., kar vse zanimivo predstavi posameznike, za njih pa je tovrstna komunikacija nekaj novega in pogosto so začudeni drug nad drugim. Nekateri se s tem načinom komuniciranja celo bolje razumejo kot verbalno.



4. Animacije z glasbenimi parametri

Igramo v skupini. Za parameter, s katerim želimo delati, se odločimo po predhodni improvizaciji. Izbiramo lahko med naslednjimi:

- **dinamika:** igranje iz najbolj tihega v najglasnejši zvok ter spet nazaj. Pri tej tehniki je pomembno, da vsakdo lahko npr. z dvigom roke sporoči, kdaj je preveč glasno, in se skupina temu prilagaja. Tako so jasno razvidne meje posameznikov in sposobnosti prilagajanja ostalih;

- **hitrost:** podobno se igra iz počasnega tempa v hiter tempo in nazaj;

- **barva:** s skupino se izbere nekaj odtenkov, ki jih v glasbi lahko izrazimo (npr. mehko, ostro, zabrisano, natančno) in se poizkusi to zaigrati. Lahko se igra tudi na dejanske barvne odtenke (npr. rdeča, zelena, modra).

Gre za dodatno vsebinsko polne animacije, ki imajo središče improvizacije usmerjeno na prav določen glasbeni parameter. Vse omenjene usmeritve imajo svoj pomen pri spodbujanju skupinske kohezije in imajo namen povečevanja in spoznavanja mej posameznikov znotraj celotne skupine.



5. Animacije s temo

Igramo znotraj celotne skupine. Za določen način igranja se dogovorimo, pomembno je, da vsi izrazijo svoje želje. Predlaga se naslednje teme:

- **Čustva.** Za temo improvizacije se izbere čustvo. Lahko ga igra cela skupina ali pa podskupine, zanimivo je, če skupne med seboj ugibajo, za katero čustvo gre. S tem se razvija občutek relativnosti razpoznavanja določenih čustev pri različnih osebah.
- **Poljuben naslov improvizacije.** Skupina poišče en naslov za improvizacijo (npr. jesen, obisk v kinu), ki jo potem zaigra. Lahko en posameznik izbere naslov, ki ga potem drugi poizkušajo zaigrati. Zanimivo je, zakaj je izbrana določena tema in kaj posameznikom in skupini pomeni.
- **Glasba za nekoga v skupini.** Skupina igra improvizacijo za nekoga v skupini, ki posluša. Na koncu je potrebna izmenjava mnenj – kakšna in zakaj je bila taka glasba, obenem pa na drugi strani izbranec pove svoje asociacije in občutke ob tej glasbi.

Te tehnike so nadgradnja prejšnjih in omogočajo več asociacij za posameznike, saj jih privedejo do bolj podzavestnih občutij. Te tehnike je priporočljivo izvajati kasneje v delavnicah, ko je skupina že bolj utečena, uporabniki se poznajo in imajo večji občutek varnosti.



Kako in katere omenjene tehnike bi izbrali za animacijo, da bi bilo sosledje smiselno in učinkovito? Poizkusite narediti nekaj delovnih načrtov.

Povzetek

V tem poglavju smo spoznali glasbo kot umetnost in kot izrazno sredstvo. Videli smo, kako so povezani glasba, čas in človek. Kot vir pri animaciji z glasbo smo spoznali področje glasbene terapije, ki nudi metodo proste glasbene improvizacije za obogatitev dela. Pomembno je, da lahko ločite obe področji dela in uporabo glasbenega medija znotraj animacije in terapije. Kadar boste v poziciji organiziranja glasbenih dejavnosti, naj vas to vedenje vodi k pravih odločitvam za vaše uporabnike.



Preverjanje razumevanja

1. Kateri so pomembni glasbeni elementi, zaradi katerih je glasba tako uporabna?
2. Kateri so različni načini ukvarjanja z glasbo?
3. Kaj je glasbena terapija in kateri sta njeni dve osnovni obliki?
4. Predstavite glasbeno improvizacijo in nekaj tehnik.
5. Naštete pomembne teorije za razumevanje improvizacije v terapiji.
6. Na katerih nivojih so najvidnejši rezultati v glasbeni animaciji?
7. Katere so glavne tehnike dela v aktivni glasbeni improvizaciji?
8. Kaj pomeni petje in kako ga lahko uporabljamo?
9. Kakšna je razlika med glasbeno animacijo in glasbeno terapijo?
10. Kakšen je pomen glasbe za človeka skozi čas?
11. Kako sta realistično primerljiva in kje se razlikujeta enkratna glasbena improvizacija in nek drug ustvarjalni proces, npr. s področja filozofskega razmisleka ali načrt za gradnjo nekega predmeta? Kaj posameznik pridobi v primerjanih procesih?
12. Kako lahko vplivamo na pozitivno fizično telesno reakcijo, če glasbene elemente pripišemo raznim telesnim funkcijam in kdaj so nekateri elementi bolj primerljivi s čustvenimi povezavami?
13. Kako lahko sodimo in ali lahko sodimo o tem, kaj je dobra glasba za uporabnike in kako glasbo lahko razumemo kot odsev človeka? Kakšna je postavka: različna glasba – različni ljudje?

3 GIBANJE IN PLES V ANIMACIJI

Tretje poglavje je namenjeno spoznavanju pomena gibanja in plesa kot oblike animacije z umetnostni izražanjem. Najprej bomo pregledali plesno umetnost ter pomen plesa skozi čas, in sicer na področju umetnosti pa tudi zdravljenja. Pogledali bomo načine dela in spoznali nekaj pomembnih teoretičnih podlag in praks, ki lahko vplivajo na delo v animaciji. Podobno kot pri glasbenih animacijah bomo spoznali gibalno-plesne animacije in predvsem metodo prostega plesnega izraza. Pri primerjavo z glasbeno animacijo bomo ugotavljali, katere so razlike in prednosti gibalno-plesne umetnosti v animaciji.

3.1 PLES

Ples ima zelo zanimivo vlogo na fizičnem nivoju človeka. S plesom je človek manifestiran tukaj in zdaj, z njim ustvarja smiselne oblike gibanja, ki imajo estetski, zdravilni ali sproščujoč namen. V tem poglavju si bomo ogledali vlogo, ki jo ima ples vzporedno z razvojem človeka ter kako sta se spreminjala njegova funkcija in oblika skozi čas. Zanima nas, kaj ples sploh je in zakaj je za nas pomemben, da bomo kasneje lahko razmišljali o pomenu animacije s plesom za določene uporabniške skupine.



Kateri ples vam je najljubši? Zakaj plešete, če plešete, in zakaj ne plešete, če tega ne počnete? Kaj pridobite z opazovanjem plesa drugih?

3.1.1 Definicija plesa

Podobno kot pri glasbi obstaja več definicij plesa. Definicije so zaradi raznolikosti plesa odvisne o socialnega, kulturnega, estetskega, moralnega in drugih vidikov. Oglejmo si enostavno in jedrnato definicijo plesa iz enciklopedije Wikipedija (2011):

»Ples je umetnostna zvrst, ki združuje gibanje telesa v ritmu in glasbi. Je vrsta izraza in socialne interakcije znotraj duhovnega ali nastopajočega odra.«

Glede na to, kar smo v podpoglavju 2.2 povedali o elementih glasbe, nam v tej definiciji plesa lahko takoj pade v oči deljenje na ločen vpliv na ples, ki ga dajeta **ritem** in **glasba**.



Zakaj mislite, da je tako? Poizkusite si zamisliti, da plešete. Kaj vas vodi? Ritem ali glasba, oboje skupaj ali ločeno?

Drugi del definicije je zelo bistvenega pomena za izvajanje in cilje dela pri plesni animaciji, saj poudarja pomen izraznosti posameznika, ki pleše, in socialne interakcije, ki jih s seboj prinaša ples, saj je ples večinoma res številčna dejavnost. Malokrat plešemo sami; takrat je funkcija plesa seveda introvertirane narave.

Tretji pomemben del definicije je umestitev plesa na tako imenovani »duhovni ali nastopajoči oder«. V tem primeru že lahko jasno razdelimo funkcijo plesa na namenskost kot ritual, zdravljenje in zadovoljevanje psiholoških in duhovnih potreb, kjer je oder mišljen bolj iluzionistično, ter na dejanski nastop, kjer plesna predstava poleg plesalcev vključuje tudi občinstvo in gre bolj za estetski in kulturni pomen izvajanja plesa. V plesni animaciji sta glede na izbrane metode dela lahko kot cilj postavljena oba izrazna »odra«.



Skupina že nekaj časa v plesni animaciji pripravlja plesno predstavo, ki prikazuje tri vrste plesa. Skupina v animacijah raziskuje načine in se uči izvajanja teh plesov z dodajanjem lastne rdeče niti v obliki zgodbe, ki jo plesi povezujejo. V animacijah vadijo tudi namišljen nastop, tako da so nekateri občinstvo, drugi nastopajoči, da se pripravijo na resničen nastop, ki je pred njimi. Na določen dan v centru pred zunanjimi gosti predstavijo plesno predstavo, ki je rezultat njihovega dela v plesnih animacijah.



Skupina dela v plesni animaciji. Proces dela sloni na metodi prostega plesnega izraza. Na vsakem srečanju plešejo z različnimi strukturami in navodili, vendar je njihov ples vedno izmišljen v improvizaciji in vsakič drugačen. Plešejo sami zase in ne potrebujejo občinstva. Spoznavajo, kako lahko ples ustvarijo sami, s tem razvijajo svoje gibalne sposobnosti in socialno interakcijo z drugimi v skupini. Najpomembnejše je druženje, ustvarjanje, ne predstava.

3.1.2 Zgodovina plesa

Za zgodovino plesa je značilno, da se je dokazljivo gradivo o plesu začelo ohranjati zelo pozno. Za razliko od glasbe ples ne vključuje bistvenih materialnih dodatkov, da se ga lahko izvaja, kot so v glasbi instrumenti. Glavni fizični objekt pri izvajanju plesa je človeško telo in ples je minljiv kot človeško telo. Torej se je morala zgodovina plesa dokazovati drugače vse do nastanka prvih zapisov in posnetkov.

Tako se je ples ohranjal predvsem prek plesnih obredov, ki so ohranjali načine in oblike določenega plesa, ki je dobil ime in bil povezan z določeno glasbo. V prvotni obliki je prav tako kot glasba ples imel funkcijo obrednosti in bil izvajan bolj v smislu »duhovnega odra«. Tak ples se je potem ohranjal tudi skozi zgodbe in znotraj mitoloških pripovedi, ki so vključevale ples. Njegova prisotnost je tako nesporna že od samih začetkov človeškega druženja. Prvi resnih dokazi plesnih ostankov so stari 9.000. Gre predvsem za ohranjene poslikave o plesu.

Vse skupaj se je z vidika znanstvene določljivosti izboljšalo s pisno besedo, ki je plese opisovala, kasneje pa se je razvila tudi plesna pisava, ki je plese, četudi so zaradi svoje pretekle funkcije že izumrli, tudi v današnjem času lahko rekonstruirala (npr. renesančni plesi, ki so zapisani pod glasbenim zapisom skladb v posebni simbolni obliki).



<http://www.cortesia-kud.si/>
<http://www.cortesia-kud.si/UserFiles/Media/03.mp3>
<http://en.wikipedia.org/wiki/Dance>
<http://www.idta.co.uk/>
<http://www.aahperd.org/nda/>

V današnjem času (zadnjih 50 let) je ponovno oživela funkcija plesa, ki fokusira njegovo zdravilno moč, ki jo je imel v prvotnih obredih in se je sčasoma postavila bolj v ozadje, za estetsko plesno umetnost. Ta preobrat je pomemben tudi za animacijo s plesom, saj vključuje ta segment plesa kot del svojih ciljev, kadar so v animacijo vključeni uporabniki šibkejših socialnih skupin in je ena izmed njihovih večjih potreb tudi izboljšanje njihovega psihofizičnega stanja.

3.1.3 Zvrsti, nameni in poklici v plesu

Skozi čas so se spreminjale funkcije in oblike plesa, tako da je danes plesna umetnost izredno široko področje, ki vključuje mnogo namenov, načinov in plesnih poklicev. Ples lahko izraža čustva, ideje in zgodbe. Je oblika neverbalne komunikacije, ki ni značilna samo za človeka. Ples najdemo tudi v živalskem svetu.

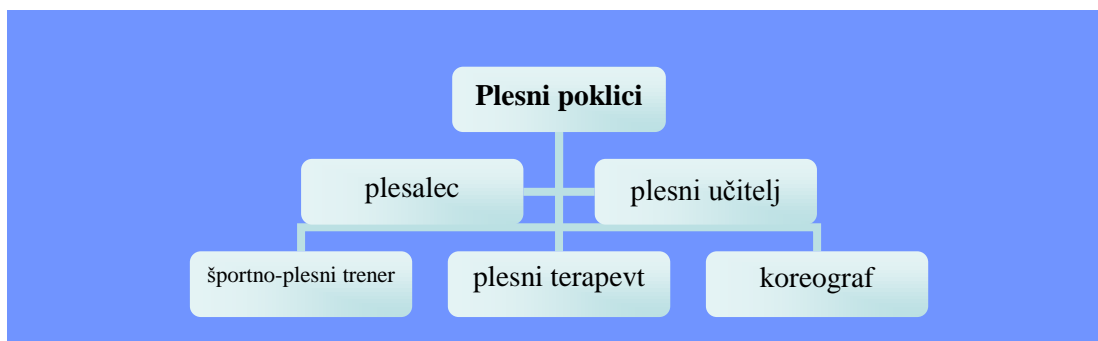


Pomislite na oblike plesa, ki jih poznamo pri živalih, kakšno funkcijo imajo ti plesi in ali poznamo podobne značilnosti in namen plesa tudi pri ljudeh?

Ples se uporablja na mnogih področjih, od umetnosti do športa in borilnih veščin. Samo plesni pomen imajo lahko določene geste; tako poznamo azijske plesne, ki se na primer nanašajo le na ples obraza, oči itd.

Plešemo lahko solistično, v paru ali v skupini.

Poglejmo si, kaj vse ples lahko predstavlja in kakšna je glavna delitev po zvrsteh, namenu in poklicih.



Slika 15: Plesni poklici
Vir: Lasten

O namenskosti plesa smo že govorili v zgodovinskem pregledu. Pravzaprav se vsi glavni nameni – dejavnost, socialni kontakt in nastop lahko uvrstijo v plesne animacije, predvsem prva dva.

Zvrsti plesa so nekako kar stalne skozi čas, spreminjalo se je njihovo medsebojno razmerje.

Bolj zanimivi so poklici, ki so nastajali v novejši zgodovini, morda nekje zadnjih 500 let, študiji za te poklice pa šele v 20. letih prejšnjega stoletja. Danes je študijev veliko in tudi na visokih univerzitetnih stopnjah. V grafiki 15 so omenjeni naslednji poklici:

- plesalec (večinoma poustvarjalec kot npr. glasbenik),
- plesni učitelj (običajno so to prvotno plesalci, ki s fizičnim naporom plesa z leti prehajajo bolj v pozicijo učitelja),
- športno-plesni trener (novejši poklic, ki je nastal z razvojem športnega plesa, ponovno so trenerji prvotno športno-plesni izvajalci),
- plesni terapevt (poklic, ki je prav tako sodoben, s tradicijo približno do 50 let),
- koreograf (gledano z ustvarjalnega vidika verjetno izredno prvoten poklic; koreograf je plesni ustvarjalec v polnem pomenu besede).

Tako smo pokrili osnovna pojmovanja in delitve plesa. V nadaljevanju se bomo posvečali bolj izraznemu pomenu, ki ga ima ples, saj je to bistvo, s katerim delujemo na področju animacije s plesom.

3.2 GIBANJE IN PLES KOT IZRAZNO SREDSTVO

Gibanje je vedno prisotno okoli nas in v nas. Gibanje nas zaznamuje in vsako gibanje je drugačno. Kot različni elementi v glasbi, različni načini gibanja sporočajo nekaj drugega. Različni načini gibanja in njihovo sosledje sestavljajo ples. Sedaj začnimo razmišljati tudi v smeri gibalno-plesne animacije.



Kdaj se ukvarjate z gibanjem in kdaj s plesom? V čem je glavna razlika?

V gibalno-plesni animaciji je kar pomembno vključevati tako gibanje kot ples. Gibanje je bolj nedoločeno in zato lahko bolj sproščeno, gre le za aktiviranje telesa. Ples pa zahteva več strukture in usmerjenosti, kar je za nekatere uporabnike lahko zelo pomembno.

Poglejmo si bolj natančno pomen gibanja. Prav vsak moment našega življenja je povezan z gibanjem. Naše telo je, če to zavestno izvajamo ali ne, ves čas v neke vrste gibanju. Če si predstavljamo človeško telo v mirovanju, potem lahko



opazujemo zunanja avtomatična gibanja telesa, kot sta dihanje in utripanje očesnih vek.

Slika 16: Ples
Vir: (<http://glucocardyouchoose.com>,
11.6.2011)

Nevidna, a vendar obstoječa gibanja znotraj našega telesa pa so na primer kroženje telesnih tekočin, rast celic, delovanje notranjih organov itd. Torej, ne da bi mi na to vplivali, smo s svojim fizičnim telesom ves čas v nekem gibanju.

Na drugi strani in kar je za naš predmet bolj pomembno pa je gibanje, ki ga ustvarjamo sami. Najosnovnejši načini so hoja, tek, premikanje po prostoru in podobno. Tako gibanje ima običajno pomen, ki vodi do doseganja nekega cilja in zadovoljevanja naših osnovnih potreb. Naše gibanje lahko tudi določimo (take so na primer športne discipline). Lahko rečemo, da gibanje usmerimo v nek določen način, ki ima namen bolj zadostovati samemu sebi. Torej se gibljemo zato, da se gibljemo in s tem spodbujamo fizično delovanje našega telesa. Če v animaciji uporabljamo te vidike gibanja, potem s tem spodbujamo in aktiviramo naše telo brez posebnih struktur.

Kadar pa v animacijo vključimo ples, takrat telesno gibanje dobi nov pomen. Struktura in načini plesa zelo natančno določajo načine našega gibanja in spodbujajo gibe, ki so pogosto zelo specifični in delujejo na naše telo različno. Počasen ples, kot je valček, spodbuja umerjeno valovanje, medtem ko tango spodbuja bolj energičnost, hitrost in urnost. Aplikacija plesa je tako pomembna, kadar stremimo k nekemu določenemu cilju in socialnemu zblževanju, lahko tudi odrskemu nastopu.

Nekje med gibanjem in plesom je improvizirano gibanje – ples, ki ga uporabljamo v gibalno-plesni terapiji in bo v nadaljevanju tudi bolj podrobno predstavljen kot efektiven način dela, če želimo spodbujati izraznost skozi gib pri uporabnikih in njihovo lastno ustvarjalnost.



<http://www.european-dance-movementtherapy.eu/>

<http://www.admt.org.uk/>

<http://www.dancetherapy.de/>

3.2.1 Interakcija telesa in uma

Izredno pomemben vidik pojmovanja in razumevanja gibanja – plesa je teza, da sta med plesom v stalni interakciji **telu** in **um**. Ta predpostavka je pomembna, ker daje dodatno razumevanje prostega plesa ali plesne improvizacije. V osnovi gre za to, da naše spontano gibanje pogojuje delovanje in konstrukcija našega uma, naše zavesti in podzavesti. Tako naš um sporoča svojo vsebino skozi simbole plesa (Levy, 1988).

Spoznajmo še dva pomembna plesna teoretika, ki sta s svojim življenjskim delom pripomogla k razvoju plesa in razumevanju plesne govornice.



<http://www.drustvo-bindu.si/formlaesence.php>

3.3 GIBANJE PO LABANU

Prvi pomemben raziskovalec plesa je Rudolf von Laban. Deloval je konec 19. in v prvi polovici 20. stoletja večinoma v Nemčiji, bil pa je madžarskega rodu. Bil je arhitekt, plesalec, plesni pedagog, koreograf in plesni teoretik, čigar šole so postale ene izmed glavnih središč sodobnega raziskovanja plesa. Prva Labanova šola plesa je bila ustanovljena v Hamburgu, sledila sta instituta v Würzburgu in Berlinu, danes poznamo še 24 njegovih šol po Evropi.

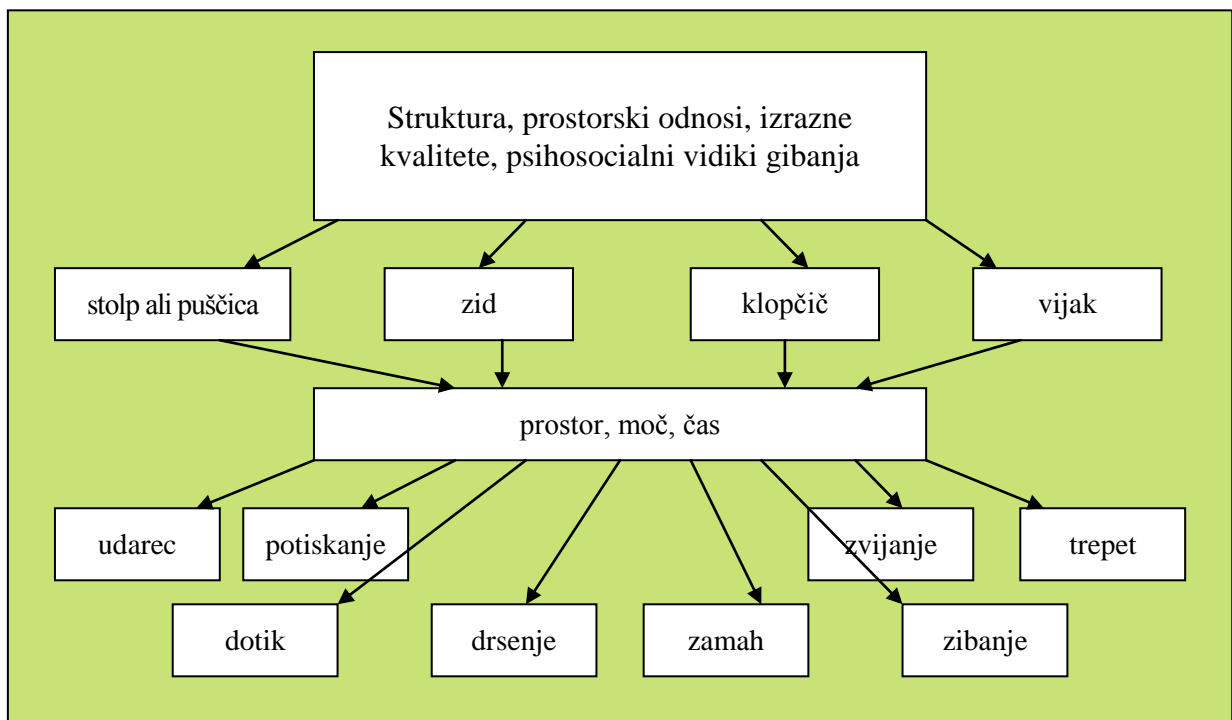


<http://www.trinitylaban.ac.uk/about-us/about-us/history/rudolf-laban.aspx>
http://en.wikipedia.org/wiki/Laban_Movement_Analysis

Rudolf Laban je raziskoval gibanje z vseh vidikov človeškega vsakdana. Torej gibanje, ki smo ga že opisovali glede na »strukturo, prostorske odnose, izrazne kvalitete in psihocialne vidike« (Vivod - Rajh 2008, str. 65). Glede na to je opredelil štiri specifične drže ljudi:

- oblika »stolpa ali puščice« – ozki, vitki liki posameznikov,
- oblika »zidu« – široki, ploščati, čvrsti liki,
- oblika »klopčiča« – pokrčeno, zaokroženo telo s pritegnjenimi nogami,
- oblika »vijaka« – značilna zavrtost telesa v ramenskem delu.

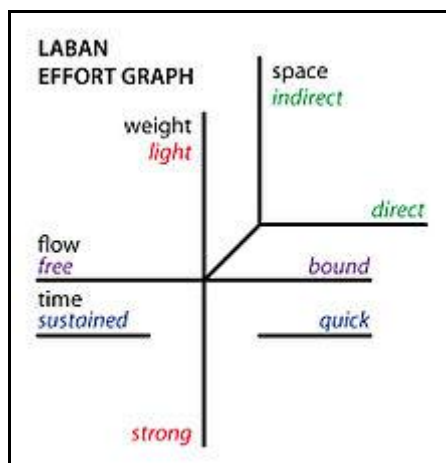
Nadalje je te drže opredelil še glede na prostor, moč in čas. Postavil je 8 akcij, ki jih ti dejavniki pogojujejo, in jih poimenoval »effort akcije«, kar označuje »energetsko in motivacijsko značilnost vsake akcije« (Vivod - Rajh 2008, str. 65).



Slika 17: Gibanje po Labanu
Vir: Lasten



V katero od naštetih drž bi uvrstili svojo držo? Kako pa si predstavljate »effort akcije«? Napišite primer vsaj ene kombinacije, ki določa specifično gibanje.



Slika 18: Zemljevid »effort akcij« po Labanu

Vir: (http://en.wikipedia.org/wiki/Laban_Movement_Analysis, 30.04.2011)

3.4 GIBANJE PO AMMONU

Drugi pomemben mož v teoriji plesa je Günter Ammon, ki je ustanovitelj **dinamične psihiatrije**. Deloval je pol stoletja za Labanom, prav tako v Nemčiji, v Berlinu. Študiral je medicino, psihologijo, antropologijo, arheologijo in filozofijo (Wikipedija – *Günter Ammon*, 2011).

Osrednjo vlogo v dinamični psihiatriji po Ammonu igrajo terapevtske verbalne in neverbalne skupinske dinamike, ki izvirajo iz zgodnjega otroštva klientov. Gre za terapevtsko gledanje prvotnih odnosov znotraj primarne skupine, v kateri je posameznik bival kot otrok, to je družine, v kateri so se postavili tudi slabi vzorci odnosov, ki so eden izmed glavnih dejavnikov za razvoj psihičnih bolezni pri odraslih psihiatričnih bolnikih. Z novimi skupinskimi dinamikami pa se ti odnosi poizkušajo preoblikovati v bolj zdrave za kliente.



<http://www.dap-psychoanalyse.de/index.htm>

<http://www.klinik-menterschwaige.de/ammon.htm>

<http://www.dynamicpsychiatry.com/about.php>

Za razliko od Labana pa je bil Ammon v prvi vrsti psihoanalitik, ki je pri svojem primarnem delu z zelo holistično naravnanim pristopom raziskoval vrednosti plesa v povezavi z ostalimi umetnostnimi zvrstmi. Gre za elemente znotraj **identitetne terapije**.

Moto njegove teorije je, da se posameznikova lastna identiteta uresničuje znotraj določenih skupin in se glede na te tudi lahko razlikuje, razvija, kar je podlaga terapevtskemu delu. Njegov pristop pravi, da je telo **duševno bitje**, ki deluje znotraj določenega **okolja**. Gibanje ima osrednjo vlogo, ker omogoča tudi neverbalno komunikacijo za tiste, ki sicer ne morejo verbalno komunicirati. V telesu se srečujeta **narava** in **kultura**. Na izraze gibanja po Ammonu vplivajo **zavestni** in **zunajzavestni procesi** (Vivod - Rajh 2008, str. 65).



<http://www.girshon.ru/txt/eng/ammon.pdf>

Tako sta predstavljena glavna dva teoretika gibanja in plesa ter njunih učinkov na človeka. V nadaljevanju si pogledjmo določeno metodo, ki jo je razvila v še bolj sodobnem času zdravilka z ameriškega kontinenta.

3.5 PLES PETIH RITMOV

Ples petih ritmov je v današnjem času kar razširjena plesna praksa tudi v Sloveniji. Celoten koncept plesnega sistema je postavila ameriška umetnica, filozofinja in zdravilka Gabrielle Roth. Zanimiv plesni sistem je zgradila na podlagi filozofije, da je usklajeno telesno gibanje za človeka izrednega pomena. Tako gibanje vpliva na vitalno energijo, čustva, um in duh, kar posledično vpliva na to, da se telo in psiha naravno uravnovešata in usklajujeta (Boh, 2008).



<http://www.movingcenterschool.com/>

<http://www.gabrielleroth.com/>

Ples petih ritmov zahteva izobraženega voditelja, ki se lahko izobrazi na licenciranih študijih.

Poglejmo si torej sestavo plesa petih ritmov:

- tekoči ritem – *Flowing*,
- stakato – *Staccato*,
- kaos – *Chaos*,
- lirični – *Lyrical*,
- globoka tišina – *Stillness*.

Temeljna oblika dela se imenuje »**wave**« – **val**, ki predstavlja zaporedje gibanja od tekočega ritma do globoke tišine. Pri vadbi, plesu se običajno pleše skozi vseh pet ritmov. Ples je spontan na primerno glasbo in se o njem pogovarja po plesu. Enkratna vadba traja od 1–3 ur. Dela se lahko v daljših časovnih ciklih.

Vsak izmed osnovnih ritmov ima pripadajoče dele telesa, dih in pozornost, življenjska obdobja, elemente v naravi, arhetipe, cilje vadbe in čustva. Poglejmo si jih bolj natančno po Bohovi (2008).

Deli telesa:

Flowing: stopala (ob rahlo pokrčenih kolenih)

Staccato: boki in prsni koš (vitalnost in srce)

Chaos: glava (s sproščeno čeljustjo)

Lyrical: roke (povezane s telesom)

Stillness: dih (telo kot sestavni del prostora)

Dih in pozornost:

Flowing: poudarjen vdih, pozornost v telesu

Staccato: poudarjen izdih, pozornost navzven

Chaos: vdih in izdih enako poudarjena, pozornost niha med notranjostjo in zunanostjo

Lyrical: sproščeno dihanje, pozornost istočasno v sebi in skupini

Stillness: umirjeno dihanje, pozornost istočasno v telesu, v prostoru in v razsežnosti duha

Življenjska obdobja:

Flowing: dojenček in zgodnje otroštvo (navezava na mater)

Staccato: otroštvo do pubertete (pomen očeta)

Chaos: adolescenca (odrašcanje, osamosvajanje)

Lyrical: zrelo obdobje (modrost in humor, sproščenost, svoboda)

Stillness: starost in smrt (duh presega meje fizičnega telesa)

Elementi v naravi:

Flowing: zemlja

Staccato: ogenj

Chaos: voda

Lyrical: zrak

Stillness: eter

Arhetipi:

Flowing: ženski – mati, ljubica, svečenica

Staccato: moški – oče, sin, sveti duh

Chaos: ustvarjalni – umetnik, ljubimec, iskalec

Lyrical: spreminjevalec oblik

Stillness: alkimist

Cilji vadbe:

Flowing: pretočnost (fluid)

Staccato: osredotočenost, jasna usmerjenost (focused)

Chaos: opustitev nadzora, predaja, osvoboditev (free)

Lyrical: lahkotna radost (funky)

Stillness: izpolnjenost (fulfilled)

Čustva:

Flowing: strah

Staccato: jeza

Chaos: žalost

Lyrical: veselje

Stillness: sočutje/ljubezen



Tudi če še niste imeli priložnosti za izvajanje tega plesa, pomislite, kateri ples, ritem vam je najbližji, in si potem preglejte še pripadajoče dejavnike. Pomislite tudi, kaj vam je tuje in se vprašajte, če so napisani atributi za sas smiselni.

S predstavitevijo plesa petih ritmov smo prišli do zadnje pomembne stroke, ki vpliva na animacijo s plesom. Je tudi povsem postavljena profesionalna stroka, ki je v svojem bistvu zelo podobna glasbeni terapiji, to je gibalno-plesna terapija.

3.6 GIBALNO-PLESNA TERAPIJA

Naslednje poglavje je namenjeno strokovni praksi, ki je po načinu izvajanja in uporabe umetnostnega medija zelo sorodna glasbeni terapiji. Gibalno-plesna terapija v svojem imenu ohranja oba vidika fizičnega izraza, gibanje in ples, saj je meja med njima v praksi zelo pogosto nedoločljiva oziroma se v mnogih primerih križa.

Gibalno-plesno terapijo bomo spoznali z vidika zgodovinskega razvoja, definicije, značilnih faz in procesa dela, pomembnih značilnosti prakse, ciljev in področja dela. Pomen gibalno-plesne terapije za plesno animacijo bomo spoznavali sproti in v naslednjem poglavju.

3.6.1 Zgodovina in definicija

Razvoj gibalno-plesne terapije sega podobno kot v glasbeni terapiji v drugo polovico prejšnjega stoletja, ko so se začele izvajati prve metode ustvarjalnega plesa v psihiatriji, bolj strukturirano delo pa ima korenine v 60. in 70. letih prejšnjega stoletja. Večinoma so začetki lokalizirani na Evropo. Čas je prinesel razvoj prvih študijev in boja za priznavanje tega poklica v zdravstvu. Ti postopki so še danes zelo aktualni v večini držav, tudi v Sloveniji. Zanimivo je, da je v Sloveniji odstotek gibalno-plesnih terapevtov znotraj vseh zvrsti umetnostne terapije največji.

Glavne definicije plesa so postavile svetovna, kontinentalna in nacionalna združenja gibalno-plesnih terapevtov, zato se definicije tudi deloma razlikujejo.



<http://www.admt.org.uk/>

V našem primeru bomo povzeli definicijo britanskega združenja za gibalno-plesno terapijo, ki sledi evropski definiciji:

»Gibalno-plesna terapija temelji na uporabi giba in plesa posameznika v ustvarjalnem procesu za razvoj njegove čustvene, kognitivne, fizične in razvojne integracije. Temelji na predpostavki, da gib odraža vzorce mišljenja in čustvovanja vsakega posameznika. Terapevt z razpoznavanjem in spremljanjem lahko usmerja razvoj teh potencialov.«



Primerjajte definiciji glasbene terapije in gibalno-plesne terapije.

Skupaj se ustavimo pri definiciji. Verjetno že iz dosedanjega znanja iz poglavja o plesu marsikaj veste (glej zlasti 3.2.). Opazimo lahko, da je izrecno omenjen tudi sam ustvarjalni proces znotraj terapevtskega procesa, kar daje načinu svobodnega plesa samemu po sebi velik pomen. S tem mišljenjem se bomo srečali kasneje tudi v likovni terapiji. Mogoče se je zanimivo ustaviti še pri zadnjem stavku, ki že razlaga vlogo terapevta v terapevtskem odnosu in njegovem razmerju do sprememb klienta, ki jih lahko »usmerja in podpira«, ne pa tudi samostojno izvede, kot je mogoče pogosta laična interpretacija same terapije.

Ponovno lahko vidimo, da definicija daje mesto plesnemu mediju kot spodbujevalcu ustvarjalnosti, ki je pozitiven dejavnik znotraj terapevtskega okolja, ne pa sam sebi namen, kot je lahko v animaciji.

3.6.2 Faze in proces v gibalno-plesni terapiji

Za gibalno-plesno terapijo je značilna struktura dela v treh fazah, ki so pomembne zaradi fizične komponente dela. Te tri faze so (Jones, 2005):

1. ogrevanje (v tej fazi se z lažjim gibanjem telo pripravi za več gibalnih aktivnosti),
2. delovanje v gibanju (glavni del terapevtske seanse, v katerem se aplicirajo določene tehnike dela),
3. refleksija (po glavnem gibalnem delu, ki se konča z umirjanjem telesnih aktivnosti, sledi pogovor med klientom in terapevtom o dogajanju med plesnim delom).

Delo v osrednjem delovanju v gibanju je lahko usmerjeno ali ne, to je odločitev terapevta na podlagi njegovih predstav o potrebnih načinih dela z določenim klientom oziroma preferenca terapevta, da dela samo prosto plesno improvizacijo in jo prepušča dogajanju ali raje dela z usmerjenimi tehnikami znotraj improvizacije.

Terapevt sam je v gibanje lahko vključen ali pa je samo opazovalec, ponovno odvisno od njegovih načinov dela.

Poglejmo še sam proces pri tem delu v fazah, ki je lahko gledan tudi širše od ene določene seanse.

1. začetek z osredotočenostjo na zdrave dele telesa (to daje klientu psihološko stabilnost in podporo egu),
2. povečevanje gibalnega repertoarja (s temi novimi načini gibalnega izraza se pri klientu spreminjajo in vzpostavijo alternativni vzorci njegovega neučinkovitega delovanja),
3. verbalizacija dogajanja (glavni namen je prehod v zavestno razumevanje spremenjenih vzorcev, ki so se pojavili v gibalnem delu, lahko pa terapevt izvaja opisno razlago dogajanja).

Takšna je osnovna struktura okvira dela v gibalno-plesni terapiji, pogledajmo si sedaj še njeno vsebino.

3.6.3 Specifike in kvalitete gibalno-plesne terapije

Najprej ponovimo nekaj specifik improviziranega plesa, ki jih že poznamo:

- telo in um sta v stalni interakciji,
- sam kreativni proces je že zdravilen in prav tako uporaba kreativnega procesa znotraj gibalno-plesne terapije,
- izraz skozi mišično napetost, dihanje, telesno pozo, dinamiko giba.

Sedaj bomo dodali še nekaj novih specifik tega dela in jih na kratko razložili:

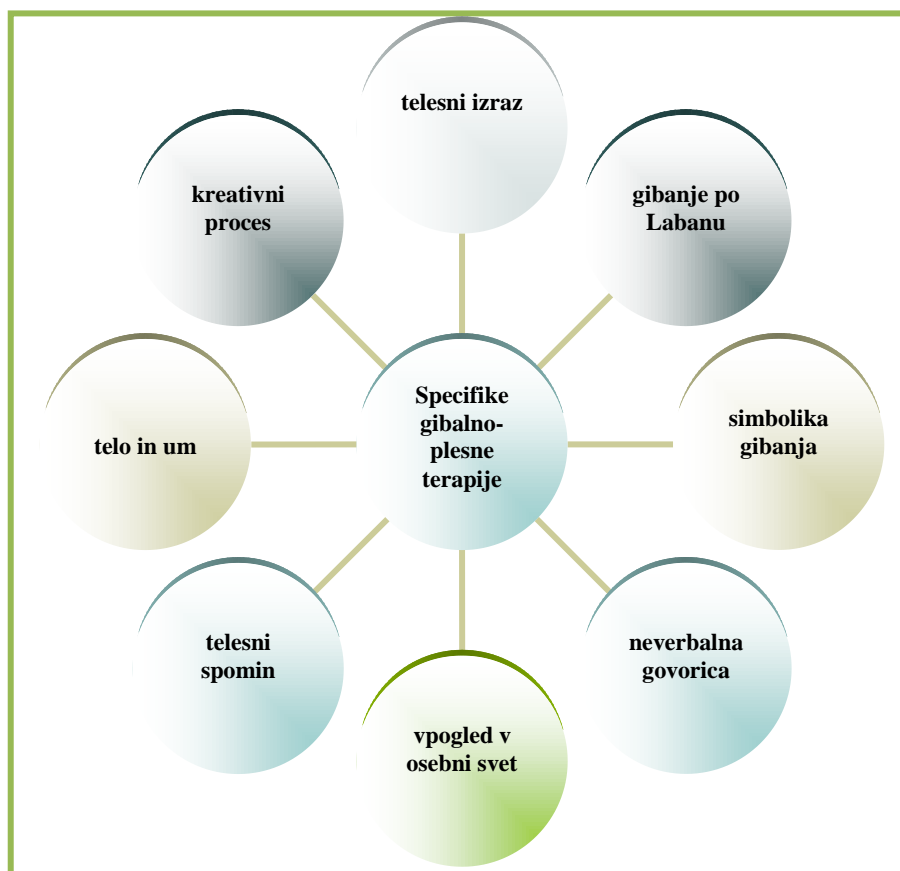
- metodične aplikacije objektivnega gibanja po Labanu, ki služijo za diagnosticiranje in smernice dela,
- simbolika gibanja (gibanje odseva osebnost posameznika, njegov psihološki razvoj, patologijo in vzorce relacije, vse, kar je nastalo na nezavedni ravni, se simbolično kaže skoti improviziran gib, podobno kot v improvizirani glasbi),
- neverbalna govorica (izražanje prek giba in plesa, kar ni mogoče verbalno, s čimer dosežemo eksperimentiranje bivanja in relacij),

- neposreden in takojšen vpogled v čustveni in osebni svet (s tem dejstvom lahko spreminjamo ravnovesje z več spontanosti in prilagodljivosti med obema, ki sta dejavnika improvizacije),
- telesni spomin (služi kot pot v predverbalno obdobje; naše telo se nezavedno, samo od sebe odzove na impulze iz okolice, ki ga spomnijo na neko določeno situacijo, dogodek; če je bil ta dogodek negativen za klienta, se z njim v gibalno-plesni terapiji na ta način lahko predela).



Janez je imel pred nekaj leti hudo prometno nesrečo. S svojim avtom je vozil po glavni cesti pozno zvečer. Nasproti mu v daljavi pripelje avto in nenadoma še eden, ki tisti avto prehiteva, in zapelje na njegovo stran vozišča. Šlo je za nekaj trenutkov. Pred njim je bil snop močnih dolgih luči, ki ga je zaslepil, potem hrup avtomobilske hupe in cviljenje zavor. Naenkrat udarec in tresk. Potem je izgubil zavest. Vsakič, kadar se nenadoma prižge močna luč, njegovo telo doživi reakcijo. Zatisne oči, stisne dlani, zaustavi se mu dih, tesnoba stisne njegov prsni koš, eno roko dvigne in si z njo prekrije obraz. Telo mu zastane v krču strahu. Podobno reakcijo doživi, če zasliši zvok, podoben glasnemu cviljenju zavor, ali nekdo nenadoma močno zahupa. Če je v avtomobilu, takoj zavira, čeprav ni potrebe in se vsi ti znaki ne nanašajo nanj. Njegovo telo ima svoj spomin.

Slika 19 prikazuje celoten spekter specifik gibalno-plesne terapije, ki smo jih tako spoznali in delno pridejo v poštev tudi pri plesni animaciji.



Slika 19: Specifike gibalno-plesne terapije
Vir: Lasten

3.6.4 Cilji in področja dela gibalno-plesne terapije

Glede na specifikke improviziranega plesa in gibalno-plesne terapije so tudi cilji in področja dela precej določeni. Doslej smo že omenili najbolj splošen cilj gibalno-plesne terapije, to je **integracija fizičnih, čustvenih in kognitivnih procesov posameznika** (glej 3.6.1).

Temu sledi bolj določeno postavljanje ciljev glede na individualne terapevtske potrebe, ko je poudarjanje **psihosomatske, interpsihične** ali **medosebne ravni** intervencije, ki jih Britansko združenje za gibalno-plesno terapijo deli še bolj natančno na:

- razvoj zaznavanja telesa kot realne predstave o telesu, ki je osnovna za primarne izkušnje s seboj in drugimi,
- širjenje gibalnega repertoarja (v smislu razvoja ega),
- predelovanje močnih čustvenih izkušenj,
- delo na intrapsihičnih konfliktih in strukturnih primanjkljajih,
- podpiranje avtentičnega giba, samovoden izraz in integracija podzavesti,
- pridobivanje novih načinov navezovanja in sposobnost aktivacije,
- sposobnost integracije individualnih potreb in socialnih kompetenc.



<http://www.state.gov/m/a/os/65951.htm>



Kakšna je osnovna povezava med podzavestjo in egom?

Vidimo torej, da je gibalno-plesna terapija zelo močno povezana s psihoanalitično teoretsko osnovo (podobno je pri delu glasbene terapije, glej 2.4.5). To je tudi glavni razlog, da je večina klientskih skupin s področja psihiatrije in podobnih institucij, med njimi:

- psihiatrične in nevrološke bolnišnice,
- zgodnja travma, odvisnosti, psihosomatske motnje,
- govorne in senzorne napake, druge fizične poškodbe,
- motnje v duševnem razvoju,
- preventivni in rehabilitacijski programi.

S cilji in klientskimi skupinami v gibalno-plesni terapiji smo prišli tudi do konca tega poglavja. V nadaljevanju bomo poiskali vez med predstavljenimi teorijami in strokami ter plesno animacijo in predstavili nekaj primerov iz prakse.

3.7 GIBALNO-PLESNE ANIMACIJE

Preselimo naše razmišljanje na osnovno področje našega predmeta, to je dejansko animacijo s plesom. Kot vemo, gre v animaciji predvsem za aktiviranje uporabnikov in spodbujanje njihovega izraza skozi določeno umetnostno zvrst. Spoznali smo tudi veliko vidikov in pomenov, ki jih imata tako gibanje kot ples in sedaj niti ni več težko postaviti smiselnega koncepta dela znotraj gibalno-plesne animacije.



Kakšna je v tem trenutku vaša predstava o dobri gibalno-plesni animaciji? Ali bi vam bilo to delo všeč, bi se sami temu pridružili? Kaj bi vas najbolj motiviralo?

3.7.1 Pomen različnih strok za animacijo

V prejšnjih poglavjih smo srečali dva glavna teoretika giba in plesa našega in polpreteklega časa, Labana in Ammona. Spoznali smo glavne značilnosti metode petih ritmov in gibalno-plesne terapije. Kaj ima vse to opraviti z gibalno-plesno animacijo?

Zavedajmo se, da ima vse to znanje največ opravka s **kakovostno** izvedeno gibalno-plesno animacijo, tj. tako, ki najprej služi v dobrobit uporabnikov. Če animator želi samo preganjati čas s tem, da udeleženci poljubno plešejo na neko glasbo, potem je kakovost dela zelo nizka. Če pa animator resnično želi s plesom aktivirati, motivirati, spodbujati njihovo izrazno moč, potem so te teorije in sorodne prakse lahko bogat vir navdiha.

Vse to še posebej velja takrat, kadar se gibalno-plesne animacije odvijajo v ponavljajih in daljšem procesu, ko se mora delo osvežiti, razviti, poglobiti. V teh trenutkih in delu je teoretično razumevanje gibanja in plesa za človeka (uporabnike) ter izbor novih tehnik ustvarjalnega improviziranega plesa odločilen za vse vpletene.

Najpomembnejše, kar se v animacijo lahko vključi, je koncept izraznega improviziranega plesa, kot ga poznamo iz gibalno-plesne terapije in tudi plesa petih ritmov.

V gibalno-plesni improvizaciji je spontano gibanje odraz notranjega sveta posameznika in nepovedane stvari postanejo v takem plesu vidne. V gibalno-plesni terapiji je pomemben odnos med klientom in terapevtom, a improvizirano gibanje kot tako lahko, seveda veliko bolj strukturirano in vodeno, uporabimo tudi v gibalno-plesni animaciji.

3.7.2 Uporabniške skupine

Za kratek čas se ustavimo pri uporabniških skupinah v gibalno-plesni animaciji.



Spomnite se poglavja o uporabniških skupinah v glasbeni animaciji (glej 2.5.3) in jih primerjajte z možnostmi v gibalno-plesni animaciji. Ali lahko izločite ali dodate kakšno skupino?

Glede na to, da je gibanje osnovni instrument dela v gibalno-plesni animaciji, je potrebno razmišljati na zelo fizičnem nivoju. Seveda je pomembno, da se animacija izvaja za čim večji obseg populacije, vendar je treba z ljudmi, ki imajo ekstremno težke fizične okvare, ravnati previdno. Verjetno ima za take uporabnike animacija preveč širok pomen in je za njih pomemben bolj strokoven pristop v obliki gibalno-plesne terapije.

3.7.3 Pomen glasbe v plesni animaciji

Preden spoznamo praktične načine dela, se ustavimo še pri enem zelo vitalnem delu animacije z gibom/plesom, to je glasba. V glasbeni animaciji je glasba lahko povsem samozadostna za izvajanje, medtem ko gibanje in ples za izvajanje potrebujeta pomoč druge umetnostne zvrsti, glasbe.

V primerih, ki bodo sledili, je občasno opisano tudi razmišljanje o primerni glasbi. Na splošno je tako, da je izbor glasbe odvisen od tehnik dela, želje uporabnikov, starosti uporabnikov, funkcije, ki naj bi jo imela kot stimulacija iz socialno-kulturnega ozadja uporabnikov.

V pripravi na vsako animacijo je potrebnega gotovo kar nekaj časa za primeren izbor glasbe, ki bo podpirala gibanje in ples uporabnikov.



Kako na izbor glasbe za gibalno-plesno animacijo vpliva starost uporabnikov?

3.7.4 Primeri animacije

Pri delu z gibanjem in s plesom moramo še posebej paziti na primerno velik in varen prostor za izvajanje dela. Zaradi veliko gibanja, tudi nepredvidljivih gibov, mora biti v prostoru čim manj pohištva in imeti mora primerna tla (nedrseča, čista, topla).

Večinoma se za tovrstno delo potrebuje tudi glasbena oprema (glasbeni stolp). Precej redko je, da se gibalno-plesna animacija izvaja ob živi glasbi, kar pa je tudi ena od možnosti dela, kot bomo videli v zadnjem poglavju o kombiniranih tehnikah animacije.

Pozorni moramo biti tudi na to, da je fizična komponenta dogajanja zelo visoka in da je za veliko posameznikov to lahko zelo zastrašujoče v smislu konfrontacije s samim seboj, tako da hitro pridejo do svojih mej. Torej, čas in potrpežljivost, podpora in spremljanje so zelo pomembni elementi za uspeh tega dela.



1. Pozdrav v gibanju

Udeleženci formirajo krog. V ozadju teče srednje glasna glasba, ki je stimulativna za gibanje, a ne preveč usmerjena. Potem vsak posameznik v krogu z določenim gibom in besedami predstavi svojo prisotnost. Ti gibi so povsem spontani, vsak se predstavi, kakor mu v tistem trenutku in situaciji ustreza. Če kdo ne želi izvesti giba, naj se predstavi le z imenom. Nadaljujemo z nadgradnjo, tako da v naslednjem krogu vsak posameznik ponovno zapleše nek gib, lahko enak prvemu ali pa drugačen, ki ga potem celotna skupina za njim ponovi.

Pri začetku in koncu animacije je pomembna enaka postavitev skupine, ki daje osnovno strukturo dogajanja in občutenja skupine, najbolje je, da je to v krogu, kjer se vsi lahko vidijo in se počutijo povezane, tako da ni nihče preveč izpostavljen. Vodilo dela naj bo tudi v nadaljevanju neprisiljenost h gibanju, vsak udeleženec naj dela po svojih močeh.



2. Prosto gibanje v prostoru brez glasbe

V ozadju igra nevtralna glasba in skupina gre prosto v prostor, si ogleda okolico in druge prisotne, ki med seboj vzpostavljajo stik, komunicirajo brez besed, največ z gibi telesa in mimiko. Gibanje traja nekaj minut.

Pri tej dejavnosti je pomembno zaznavanje dogajanja posameznika okrog sebe, spoznavanje prostora, iskanje svojega mesta v skupini, spoznavanje gibov drugih v skupini.



3. Gibanje v prostoru z določeno hitrostjo ali načinom gibanja

Skupina se giblje prosto v prostoru, glasba v ozadju je stimulativna za gibanje in raznovrstna v svojem slogu. Najprej vodja izbere 3 stopnje hitrosti (počasi, srednje in hitro), s katerimi bo v nadaljevanju določen način gibanja. Te stopnje hitrosti sporoča udeležencem s številom ploska rok. 1 plosk = počasi; 2 ploska = srednje hitro; 3 ploski = hitro. Ob določenem signalu se udeleženci gibajo in plešejo z določeno hitrostjo.

Variacija tega je, da vsak plosk ne predstavlja hitrosti, temveč način gibanja, npr.: 1 plosk = nežni, majhni gibi, drsenje; 2 ploska = obrat, vrtenje; 3 ploski = poskakovanje.

Prevzem funkcije ploskanja lahko prevzame tudi kdo iz skupine, ne le animator.

S to dejavnostjo se doseže, da je skupina bolj dinamično prisotna, pozorna in fizično ogreta. Udeležence pripravlja do tega, da preizkušajo in širijo možnosti in načine svojega gibanja in plesanja. Obenem se vadi zavestni prevzem kontrole posameznikov nad dogajanjem.



4. Ples z rekviziti

Izvaja se ples s celotno skupino. Glasba je zelo plesna, znana. Za ples se izbere rekvizite, kot so baloni in šali, s katerimi plešejo znotraj skupine. Ples lahko traja eno celo glasbeno pesem. Če želimo nadaljevati s plesom v podskupinah, naj si udeleženci med tem plesom sami poiščejo svoje partnerje.

Vidi se, kako se posamezniki odzivajo na druge in iščejo kombinacije, nove gibe in improvizirajo z rekviziti. Zaradi uporabe tega pripomočka stik ni preveč neposreden in zelo primeren, kadar so skupine še bolj nove in se med seboj še ne poznajo zelo dobro, sicer pa stimulirajo smeh, zabavo, igro.



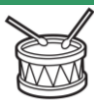
5. Plesi v manjših podskupinah

Celotna skupina se razdeli v manjše skupine, najbolj smiselno v trojice, ki bodo plesale skupaj. Glasba ima zelo plesni značaj, udeleženci so ogreti in dobro pripravljene na aktivno sodelovanje. Izvedemo lahko več različnih dejavnosti, ki se med seboj povezujejo v smiselno celoto.

Vodenje – sledenje, ponavljanje – opazovanje. Ta tehnika je že veliko bolj napredna in tudi zahtevna za vključene, zato previdno z njeno uporabo. Vsak izmed trojice bo svojo vlogo trikrat zamenjal. Prva pozicija je pozicija plesalca – vodje, ki mu eden od drugih dveh v plesu sledi, tretji pa opazuje. Drugi dve vlogi sta tako vloga posnemovalca plesa in vloga opazovalca plesa. Vloge dvakrat zamenjajo, tako da vsak izmed trojice preizkusi vsako od treh vlog. Skupina naj ima dolgotrajnejši razgovor o tem, kakšne so bile te vloge za njih. Vsaka menjava predstavlja eno glasbeno skladbo.

Padanje v sredini. Tehnika se uporablja, ko se člani skupine že bolje poznajo. Delo spet poteka v trojicah. Dva si stojita nasproti, tretji v sredini na mestu niha – pada naprej in nazaj iz rok enega v roke drugega.

Obe dejavnosti sta namenjeni boljšemu poznavanju znotraj majhne skupine, preizkušanju vlog v plesu in spodbujanju zaupanja med tremi udeleženci.



6. Zaključek v gibanju s srečanjem

Kot omenjeno, naj bo zaključek čim bolj podoben začetku. Podskupine se združijo nazaj v celoto in v krogu z gibi zaželijo na svidenje. Gibi se izvajajo tako, da se vsak posameznik poskusi spomniti giba z začetka animacije, lahko ga ponovi, dogradi ali spremeni. Skupina ponavlja posameznikove gibe. Glasba v ozadju je enaka kot na začetku animacije.

Izvajanje enakega začetka in zaključka animacije je zelo smiselna za zavestno razumevanje in dober občutek razpoznavanja začetka in konca dela, vidi pa se tudi razlika v gibanju posameznikov in skupine z isto nalogo, vendar v povsem različnem časovnem prostoru.

Navedeni primeri izvajanja gibalno-plesne animacije z uporabo izrazne plesne improvizacije spodbujajo iskanje lastnega plesnega izraza v skupini.

Povzetek

Zaključili smo poglavje o drugi umetnostni zvrsti, plesu. Sedaj že lahko primerjamo vpliv različnih zvrsti na delo v animaciji. To bo še posebej zanimivo v končnem poglavju, ko bomo govorili o kombiniranju zvrsti. Gibanje in ples našo osredotočenost postavljata na zelo fizičen nivo posameznika. Zaradi tega je delo s tem medijem vedno aktivno in močno spodbuja potrebo po fizični aktivaciji uporabnikov. Obenem pa je treba paziti tudi na meje, s katerimi se uporabniki pri tem delu srečujejo, in jih varno voditi skozi ustvarjalne procese.



Preverjanje razumevanja

1. Kaj je ples oz. kakšna oblika komunikacije je ples?
2. Kako delimo ples glede na definicije in vsebino, namen in zvrsti?
3. Zgodovina plesa in poklici.
4. Katera dva elementa sta pri gibanju – plesu v stalni interakciji in kateri je tretji, da lahko delamo terapevtsko?
5. Opišite specifične gibanja po Labanu.
6. Opišite specifične gibanja po Ammonu.
7. Kdo je začetnik 5 ritmov in katera je osnovna delitev?
8. Opišite značilnosti procesa v gibalno-plesni terapiji.
9. Kaj predstavlja »telesni spomin«?
10. Naštejte čustva in elemente v naravi, ki pripadajo določenemu delu v metodi 5 ritmov.
11. Kaj je človeško gibanje v objektivni sliki dogajanja z distance?
12. Ali je gibanje posameznika lahko videno tudi kot del večjega gibanja, torej tudi okolice, sveta, predmetov?
13. Kako gibanje posameznika določa drugo gibanje, s katerim ni v neposredni reakciji?
Do kod torej sega ustvarjalni gib znotraj animacije na fizičnem še bolj pa na odnosnem nivoju z okolico?
14. Kdaj deluje um pred gibom in obratno, kakšna je posledica za izraz posameznika in odziv okolice, ali skupine?
15. Kateri izmed petih ritmov bi najbolje odražal sedanje stanje človeškega bivanja z globalnega vidika, kaj je pomen tega uvida za animacijo in razvoj družbe?

4 DRAMA V ANIMACIJI

Kot tretjo umetnostno zvrst v animaciji z umetnostnim izražanjem bomo spoznali dramsko umetnost. Dramska animacija je lahko zelo raznolika, kar bo razvidno iz bogatih virov, ki poleg splošno znane uporabe dramske umetnosti v igri lahko znatno prispevajo k vsebinskemu izvajanju animacij. V tem poglavju bomo pregledali dramsko umetnost od začetkov do danes in njeno aplikacijo v moderne oblike pomoči z dramskimi elementi, kot so dramska terapija, psihodrama in sociodrama, in nazadnje primere izvajanja dramske animacije. Ustavili se bomo tudi pri pomenu alternativne realnosti in domišljije za človeško ustvarjanje.

4.1 DRAMA

Verjetno prav dramska umetnost v sebi združuje največ elementov različnih umetnostnih zvrsti. V drami so prisotni elementi giba in plesa, glasbe, zvoka in govora ter likovni elementi kot estetski učinki. Drama je zelo bogata in polna umetnostna zvrst. Ima veliko različnih oblik in vsebin, namenov in izvajalskih praks. Njen pomen se je prenesel tudi na področja psihoterapevtske pomoči in animiranja skupin uporabnikov, ki bi z izražanjem skozi dramsko igro lahko dvignili kakovost svojega življenja.

4.1.1 Drama pred starimi Grki

Današnja definicija drame pravi (Wikipedija – *Drama*, 2011):

»Drama je specifičen model domišljije, izražen v predstavi.«

Kako pa je bilo skozi zgodovino?

Z ohranjanjem zgodovine drame imamo kar podoben primer kot z ohranjenimi viri plesa. Podobno kot še danes lahko vidimo v obredih in običajih družjenja avtohtonih plemen na nekaterih neokrnjenih predelih našega planeta, je mesto in funkcija drame pravzaprav insceniranje domišljije, zgodb, dogodkov in duhovnih obredov znotraj neke skupnosti. Zaradi načina izvajanja se je drama dolgo časa ohranjala le preko običajev in praks iz roda v rod. Tako težko govorimo o prvotnih ohranjenih oblikah, vendar je iz izročila vendarle jasno, da je bila igrana predstava pomemben del kulturnih obredov in identitete neke skupnosti skozi čas.



Kako si predstavljate prve oblike drame? Zakaj je bila ta oblika izraza pomembna znotraj prvotnih skupnosti in kako je vplivala na njihovo identiteto?

En element drame je pravzaprav prisoten skozi ves čas njene zgodovine in sama beseda je ohranila svojo moč in je danes v uporabi tudi v vsakdanjem jeziku ali kot prispevka za kaj drugega, izven dramskega. Vsi poznamo besedo **katarza** in njen pomen. Prihaja iz grškega glagola »*kathairein*«, ki pomeni očiščenje. Znotraj dramske umetnosti opisuje neke vrste »čustveno očiščenje«, ki ga lahko doživlja eden ali več igralcev, lahko pa je tudi namensko doživljanje publike. Opisuje ekstremno spremembo čustvovanja kot posledico doživljanja močnih čustev, na primer žalosti, strahu, sočutja ali celo smeha (Wikipedia – *Catharsis*, 2011).

Za našo današnjo kulturo in civilizacijo je pomemben razvoj drame od časa starih Grkov naprej, zato si bolj natančno pogledjmo te korenine, saj od takrat pravzaprav govorimo o dramski umetnosti.

4.1.2 Grška drama



Kdaj vse uporabljate besedo drama? Ali se v prvi vrsti uporablja za umetnostno zvrst ali kaj drugega, bolj življenjskega?

Beseda drama izhaja iz grške besede »**drao**«, kar pomeni delati, zato se drama nanaša na akcijo, delovanje. Ni čudno, da pogosto naše celo življenje ali vsaj določene scene označujemo kot »dramo« in si predstavljamo sebe kot igralce v neki igri. Kadar je nekaj v močnem delovanju, se počutimo kot v drami.

Kadar je drama odigrana na odru, pa se znamo s tem identificirati, kot bi odlikavala dele naše lastne zgodbe, naše lastne »drame«. Torej, čeprav govorimo o domišljiji, je drama vendarle zelo realna stvar. Pa o tem več kasneje.



V stari Grčiji je imela dramska umetnost izredno pomembno vlogo v kulturnem dogajanju. Drama kot umetnost je bila videna kot zadeva bogov, ki so vedno igrali tudi določene vloge v igrah. Poznamo tudi grške arhitekturne posebnosti **amfiteatre**, v katerih so uprizarjali dramske igre. Sama drama je bila sprva del festivalov, namenjenih bogu Dionizu.



<http://www.the-colosseum.net/>



Dramsko igro so Grki razdelili na dva pola:

- komedija,
- tragedija.

Sliki 20 in 21: Amfiteater in maske

Vir: (<http://en.wikipedia.org/wiki/Drama>, 11.6.2011)

Komedija je imela funkcijo in vsebino veselega, razvedrilnega za publiko, medtem ko je tragedija uprizarjala žalostne, težke in nesrečne zgodbe. Obe zvrsti sta imeli tudi svoji muzi. Komedijo je zastopala muza Thalia, tragedijo pa Melpomena.

Stari Grki so poznali še eno delitev, ki pa se je vezala na vsebino teksta. To sta:

- epika,
- lirika.

Epika je označevala pripoved in stil pisanja oziroma pripovedovanja neka zgodbe, lirika pa je poudarjala čustveno vsebino neke zgodbe.



Katere grške igre poznate? Razvrstite jih glede na delitve grške dramatike.

V času starih Grkov se postavijo tudi prve dramske teorije, ki so podlaga kasnejšemu razvoju dramske umetnosti vse do danes. Oče dramske teorije je sam Aristotel.



http://www.zofijini.net/online_poetika.html

4.1.3 Drama od Grkov do danes

Čas po Grkih je prinesel zelo postopne spremembe, predvsem po času rimskega imperija, kjer je bila rimska drama naslednica grške. Osnovni način in delitev sta se v evropski kulturi ohranjala kar dolgo časa, šele v 19. stoletju se je postavil nov tip igre, ki pravzaprav ustreza besedi drama in ne ločuje vsebine na tragedijo in komedijo.

Pred tem časom je bilo izrednega pomena za gledališče elizabetinsko obdobje v Angliji z dramatikami kot sta W. Shakespeare in C. Marlowe, pa potem po 19. st. postavitev moderne drame s H. Ibsenom in B. Brechtom.

Drama je ostajala povezana z glasbo in s plesom. Tako poznamo posebne oblike kot so:

- opera,
- muzikal,
- melodrama,
- drama No.

Poleg tega pa poznamo danes tudi drame s povsem drugo funkcijo, kot so:

- drama za branje,
- improvizirana drama,
- pantomima.

Za nas je od vseh najpomembnejša improvizirana drama. Njena glavna značilnost, ki jo loči od drugih, je, da živi točno v sedanjem trenutku predstave ali izvedbe in nič prej.

4.2 IMAGINATIVNA REALNOST IN DOMIŠLJIJA

Dotaknili se bomo dveh zelo pomembnih pojmov v ustvarjalnem procesu, imaginativne realnosti in domišljije. Pomembni sta v improvizirani dramski igri in obenem v različnih vidikih in segmentih vseh treh preostalih umetnostnih zvrsteh – glasbi, plesu in likovni umetnosti. Ker pa že sama definicija drame (glej 4.1.1) govori o domišljiji in uprizoritvi neke realnosti, je morda ta dva pojma najprimerneje predstaviti v okviru dramske umetnostne zvrsti.

Imaginativna realnost nastaja v toku ustvarjalnega procesa in predstavlja poseben »simbolni prostor in čas« ter ustvarja simbolne podobe, ki se jih lahko uporablja v delu pri delu z ustvarjalnimi mediji in v terapiji (Schuller, 2008, str. 15).

V toku ustvarjalnega procesa se vpletena oseba začasno odmakne od realnosti v t. i. stanje »**decentering**«, ki nudi »začasen odmik od načinov mišljenja, čustvovanja in delovanja« ter človeku omogoča »distanciranje od vsakdanje resničnosti« (Schuller, 2008, str. 15, po Knill, 2005).



<http://www.paoloknill.com/>

Poglejmo, kaj je v teh trditvah pomembno za naše področje. Znotraj animacije želimo spodbujati ustvarjalno izražanje, torej se uporabniki spuščajo v ustvarjalen proces, kot smo ga že dodobra spoznali (glej 1.3.3) in v katerem vstopijo tudi v to imaginativno realnost. Še bolj zanimiv pa je za nas pomen tega dogajanja, če se spomnimo samega pomena besede animacija (glej 1.1).



Sami poskusite ugotoviti povezavo animare proti imaginativni realnosti. Zakaj je imaginativna realnost pomembna za življenje na tak način?

Domišljija je »zmožnost uma, da ustvarja podobe, jih manifestira ter v skladu z njimi oblikuje realnost« (Schuller 2008, str. 14, po Levine, 1999). Knill razlikuje tri področja domišljije (ibid.):

- sanje,
- dnevno sanjarjenje oziroma prosto asociiranje in trans,
- umetniško ustvarjanje.



Kako se v tej delitvi razlikuje domišljija, kako je z deležem zavestnega v vseh treh primerih?

Ustavimo se pri umetniškem ustvarjanju kot delu domišljije. Za uporabnike v animaciji je pomembno in eden glavnih ciljev spodbujanje novih ideja, alternativnih možnosti preživljanja svojega življenja, predvsem bolj kakovostnih. Torej je umetniško ustvarjanje eden vodilnih elementov človeškega bivanja, ki mora biti vključen v naše delovanje, saj le tako lahko izpolnujemo velik delež naših osnovnih potreb in postavljamo most med realnostjo skozi umetniško ustvarjanje do iskanja boljše realnosti. V tem primeru animacija dosega svoj glavni cilj: izboljšanje kakovosti življenja uporabnikov ne samo v nekem trenutku ustvarjanja, temveč posledično v širšem življenju.

Delno smo že prestopili prag dramske umetnosti »per se« v uporabnost pozitivnih dejavnikov ustvarjalnega igranja, ki ga aplicira dramska animacija. Poglejmo sedaj še na drugi breg, kjer je dramska igra v prvi vrsti pomembna kot medij za doseg zdravljenja ljudi na različnih nivojih bivanja. Spoznali bomo tri dramske smeri: dramsko terapijo, psihodramo in sociodramo, ki so namenjene predvsem psihoterapevtskemu zdravljenju.

4.3 DRAMSKA TERAPIJA

Prva smer in tudi najbolj razvita in priznana v mnogih državah kot strokovna zdravstvena praksa, sorodna glasbeni in gibalno-plesni terapiji, je dramska terapija. Za razliko od prvih dveh so umetnostni medij v terapiji improvizirana dramska igra in drugi elementi dramskega ustvarjanja. Ponovno se bomo ustavili ob definiciji dramske terapije, pomenu dramskega izražanja za terapevtsko delo, načinih dela in področju, kjer je dramska terapija lahko uspešno vključena.

4.3.1 Definicija

Prav tako kot preostale sorodne umetnostne terapije je tudi dramska terapija kar nekaj desetletij postavljala in oblikovala svojo vsebino ter obstoj v zdravstvenem sistemu kot pomembna oblika strokovne pomoči določenim klientskim skupinam. V Sloveniji je njen status izenačen z ostalimi smermi.

Definicijo dramske terapije bomo povzeli po Sue Jennings (1998), trenutno eni najbolj znanih dramskih terapevtk iz Velike Britanije, ki pravi:

»Dramska terapija je aplikacija gledališča in umetnosti v klinično, zdravstveno in sociološko obravnavo za ljudi, ki imajo težave ali so bolni.«

Zelo jasno je določeno, da je dramska terapija postavitve gledališke igre v okvir zdravljenja. Osnovni način igre je improvizirana dramska igra, ki skozi svoj ustvarjalni proces spodbuja domišljijo (glej 4.2), učenje, vpogled in osebno rast klientov. Ponovno se torej srečujemo s sorodnim načinom dela kot v glasbeni in gibalno-plesni terapiji in ga bomo kasneje videli tudi v likovni terapiji.



<http://www.badth.org.uk/>

<http://www.nadt.org/>

<http://www.dramatherapie.ch/>

<http://theatertherapie.th.ohost.de/Theatertherapie.html>

4.3.2 Gledališka umetnost v psihoterapevtski interpretaciji

V prejšnjem poglavju smo spoznali pomen domišljije kot osnovno vodilo ustvarjalnega procesa in pomen tega za iskanje alternativnih vzorcev delovanja. Domišljija je esencialno dramatična in kot taka oblika komunikacije dogodkov drugim. Skozi improvizirano igranje nekega dogodka, čeprav izmišljenega, domišljjskega, ustvarjalec na nek drug način pripoveduje zgodbo, ki nosi v sebi smernice ustvarjalčevih lastnih izkušenj, načinov razmišljanja in odnosov.

Morda je skozi izmišljeno zgodbo možno bolj varno in bolj posredno sporočiti tudi osebne stiske?

O tem pravzaprav razmišlja psihoterapevtska interpretacija gledališkega ustvarjanja. Kaj pri gradnji izmišljene igre sporoča podzavest ustvarjalca? Kaj je navezano tudi nanj in kaj le na umetnost?

Enkrat smo se že spraševali, zakaj vsakdo, ki improvizira, ni kar umetnik. Storimo to ponovno. Dramatik ustvarja dramo z vizijo sporočanja o neki kulturi, času, ljudeh zaradi tega poslanstva znotraj umetnosti. Da je to kakovostna umetnost določajo pravila umetnostne zvrsti in strokovna družba, ki jo ocenjuje. Klient znotraj terapije, ki ustvarja prav tako dramo, pa ni umetnik. Ne sledi estetskim normam, ki jih določa umetnost, temveč umetnost uporabi za svoje lastne potrebe, v tem primeru za zdravljenje.

Dramski terapevt ob dramskem uprizarjanju svojih klientov razmišlja o povezavah med domišljijским svetom in alternativno realnostjo, prikazano v igri, ter potrebami klienta. S temi informacijami vodi proces in prilagodi načine dela. Poglejmo možnosti, ki jih dramski terapevt uporablja pri delu.

4.3.3 Načini igranja in rekviziti

V dramskem izražanju poznamo več načinov igranja, ki so uporabljeni v dramski terapiji. Uporabljajo se različni pristopi do igre in s tem povezani rekviziti:



Slika 22: Načini igranja in rekviziti
Vir: Lasten

Za dramsko igro je značilno tudi, da gre za **skupinsko obliko** delovanja. V vsakem primeru načina dela ostaja prisoten dejavnik fizične aktivacije, sodelovanja ter povečanja sposobnosti odigranja vlog. Prav igra vlog je nekaj posebnega med omenjenimi načini dela in predstavlja neposredno igranje realnosti, medtem ko preostale ustvarjajo metaforo oziroma simbol realnosti. To značilnost sta s pridom uporabili psihodrama in sociodrama, ki ju bomo spoznali v nadaljevanju.

4.3.4 Cilji in področja dela

Cilji, ki jih pogojuje igranje novih vlog znotraj improvizirane igre, so:

- pozitivizem,
- sprememba,
- možnost nove interpretacije osnovnih modelov odnosov,
- iskanje rešitev za probleme,
- samozavest,
- samozaupanje,
- samosprejemanje,
- upanje,
- komunikacija,
- zaupanje,
- zavedanje o drugih,
- spontanost,
- socialna interakcija.

Cilji se postavljajo glede na potrebe klientov.

Tako smo zaključili prvo strokovno prakso z uporabo dramske igre znotraj zdravilnega okvirja, ki lahko s svojimi določenimi tehnikami dela obogati delo znotraj dramske animacije. Poglejmo še dve sorodni smeri – psihodramo in sociodramo.

4.4 PSIHODRAMA

Kot drugo strokovno prakso s področja dramske umetnosti bomo spoznali koncept psihodrame. Kot je že iz imena razvidno, gre za kombinacijo dramskega izraza znotraj psihodinamičnega okvirja. Spoznali bomo utemeljitelja psihodrame, način izvajanja, glavne elemente psihodrame in ciljne uporabnike.

4.4.1 Jacob L. Moreno

Oče psihodrame je avstrijsko-ameriški psihiater in psihosociolog židovsko-romunskega rodu Jacob Levy Moreno. Živel in delal je v 20. stoletju. Bil je eden najpomembnejših strokovnjakov na področju psihoterapije, predvsem pri delu s skupinami. Del svojega življenja in študija je preživel v Avstriji, drugi del pa v ZDA. Na nek način je s svojimi pristopi nadaljeval delo S. Freuda.

Njegova avtobiografija opisuje njegovo stališče s treh vidikov, ki so tudi pomembni za vsebino našega predmeta in naša razmišljanja na področju ustvarjalnosti:

1. »Spontanost in ustvarjalnost sta glavni gonili človeškega napredka, sta nad in neodvisni od libida in socioekonomskih motivov, ki so pogosto prepleteni z ustvarjalnostjo, in tako prav ta pozicija zanika, da bi bila ustvarjalnost samo funkcija libida in socioekonomskih motivov.
2. Ljubezen in medsebojno deljenje sta močna in nenadomestljiva principa skupinskega življenja. Zatorej je pomembno, da imamo vero v namene bližnjega, vero, ki je nad zgolj fizičnimi in logističnimi srečanji.
3. Super dinamična skupnost, ki temelji na teh principih, se lahko vzpostavi v realnost z novimi tehnikami« (Wikipedia – *Jacob L. Moreno*, 2011).



Na kakšen način lahko povežemo ustvarjalnost v animaciji s filozofijo J. Morena?

Danes je na podlagi Morenovih teorij in tehnik dela širom vsega sveta odprtih ogromno institucij in izobraževanj. Psihodrama in sociaodrama sta dva izmed njegovih najbolj znanih konstruktov dela z uporabo dramske igre znotraj skupinske psihoterapije.



<http://pn.psychiatryonline.org/content/38/10/60.full>

4.4.2 Sociometrija

Znotraj psihodrame in sociodrame se uporablja tako imenovana sociometrija. Gre za tehnike dela znotraj skupinske dinamike, ki jih je uvedel J. Moreno. Sociometrija razlaga, kaj se dogaja v skupini ljudi med temi ljudmi. Poglejmo, kaj to razume Moreno:

»Sociometrična odkritja kažejo skrite strukture, ki dajejo skupini njeno obliko: zavezništva, podskupine, skrivna prepričanja, prepovedane načrte, ideološke dogovore, 'zvezde' igre« (Wikipedia – *Sociometry*, 2011).

Vidimo, da je dogajanje in življenje vsake določene skupine polno vsebine, ki se jo da analizirati in potem s tem delati. S tem se ukvarja sociometrija.

V animaciji večino dela poteka v skupinah in vsak animator, ki vsaj do neke mere pozna tudi osnovne skupinske dinamike, saj s tem operira, ve, da je to zelo pomembno za postavljanje ravnovesja znotraj neke skupine. To še posebej velja za primere, kadar se animacije odvijajo večkratno, v procesu.



Razmislite o vaši študijski skupini. Kakšne so vaše dinamike, če sledite zgoraj opisani? Kakšno vlogo vi igrate v tej skupini?



<http://en.wikipedia.org/wiki/Sociometry>
<http://www.psychodrama.org.uk/index.php>
<http://www.centar-psihodrama.hr/>

4.4.3 Koncept psihodrame

Poglejmo si psihodramo sedaj še z bolj praktičnega vidika.

Glavno vodilo dela v psihodrami je igranje osebnih »dram« skozi **igro vlog**. Za to igro je osnova improvizirano odigravanje določenih konfliktnih situacij nekega posameznika v skupini. To odigravanje je improvizirana igra, ki temelji na improvizaciji, kot bi bilo lahko v spontani otroški igri. To igro vodja psihodrame vodi, usmerja, kljub realni podlagi.

Princip dela je menjavanje vlog, torej hitro prehajanje iz ene vloge v drugo, tretjo pa spet nazaj. Tako se doseže menjanje pozicij v neki situaciji, za katero je doslej znana le ena pozicija. Menjava vlog nudi vpogled v stališča, vloge neke druge vpletene osebe. Običajno je igra hitra in dogajanje zaradi improvizacije tudi zelo nekontrolirano v zavesti igralca. Tako je dosežen tudi največji učinek: vpogled v znano situacijo skozi nove oči. Gre za srečanje s sicer realnimi osebami, ki so tukaj imaginativna realnost, za soočenje na nekem novem nivoju.

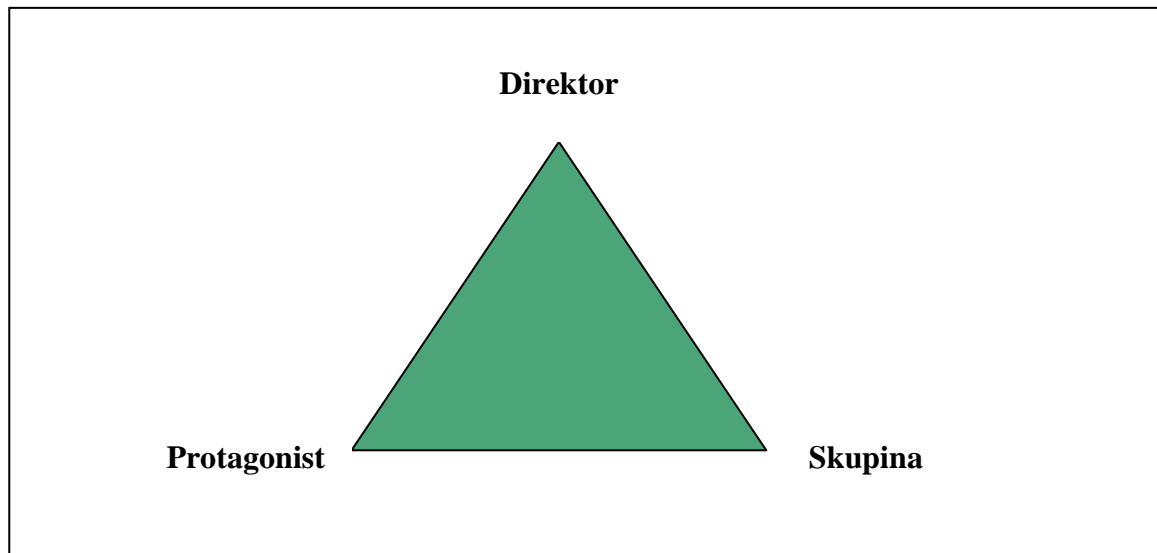


Tjaša ima že 10-leten spor s svojim očetom, ki se še pogloblja. Včasih sta se še prepirala, danes skoraj ne govorita več. Izogibata se drug drugega. Tjaša želi to odigrati kot svojo dramo. Pomisli na neko konfliktno situacijo s svojim očetom. Iz skupine izbere soigralca, ki bo igral njenega očeta. Postavita se v konfliktno situacijo. Tjaša govori pogovor med njima. Za vsak drug stavek s soigralcem menjata vlogo in ponavljata, kar je prej povedal drugi. Na neki točki Tjaša ugotovi, da je ta konflikt imel že predhoden konflikt, igrati začneta še to situacijo. V sceno pridejo še drugi. Vsi menjajo vloge in govorijo različne tekste. Ob koncu igre se odigra nek možen konec tiste situacije, ki se takrat sicer ni odvil. Potem vsi sedejo v krog. Tjaša je spoznala tudi stališče svojega očeta v teh situacijah, ker jih je sama odigrala, in našla nov konec. Razume nekaj stvari, ki jih prej ni, vidi situacijo tudi s stališča drugih vpletenih. Skupina daje svoje misli o igri iz njihovih osebnih izkušenj.

Kot lahko vidimo v primeru, ima psihodrama resnično dobro uporabljene dramske elemente, ki uporabljajo koncept dramske igre kot prehod iz realnosti v imaginativno realnost za doseg izboljšanja prvotne realnosti (glej 4.2). Kakšna pa je postavitev vključenih v psihodrami?

4.4.4 Trikotnik v psihodrami

Iz primera lahko vidimo, da so glavni akterji vodja psihodrame, ki se imenuje **direktor**, glavni igralec, ki se imenuje **protagonist**, in **skupina**, ki ima različne funkcije, od pasivne do aktivne. Vidimo tudi, da se dogajanje odvija na odru kot v gledališču.



Slika 23: Trikotnik psihodrame
Vir: Lasten

Poglejmo si še funkcije treh akterjev.

Direktor nosi odgovornost za razvijanje dogodkov. Skrbi, da je skupina funkcionalna in z uporabo različnih tehnik pripravlja izbor protagonista znotraj celotne skupine na neprisiljen način. V teku določene scene vodi in usmerja protagonista in njegovo dramo, neopazno nakazuje menjave vlog in tok igre, odloča se, v katero smer in kateri vidik drame bo uporabljen za nadaljevanje igre.

Protagonist se menja znotraj skupine. V določeni sceni je protagonist tisti, ki razrešuje svojo dramo. Njegova naloga je konfrontacija z neko njegovo konfliktno situacijo, odnosom ali išče pa primerno rešitev za neko novo situacijo. Med potekom svoje drame iz skupine izbira igralce za like v njegovi igri in ves čas z njimi menja vloge.

Skupina vključuje vse, ki so udeleženi v psihodrami poleg direktorja in protagonista. Njihova vloga je zelo pomembna. Lahko jih vidimo kot gledalce, občinstvo, lahko so nekateri izmed skupine igralci na odru. Najbolj odločilno vlogo ima skupina v tako imenovanem **sharingu**, ki se odvije vsakič, ko je do konca izvedena določena drama nekega protagonista. V tem delu skupina deli aktivne misli, ki se navezujejo na dogajanja v izvedeni drami s stališča njihovih osebnih doživljanj, in ne kot kritiko na samo dramo.



Spomnite se na sestavo grških iger. Kako lahko primerjate vlogo zbora iz grških dram z vlogo skupine v psihodrami?

4.4.5 Uporabniki psihodrame

Psihodrama je v osnovi namenjena skupinskemu delu, saj le tako ohranja strukturo trikotnika, vendar so možne tudi različice tega. Glede na to, da je psihodrama oblika skupinske psihoterapije, je namenjena reševanju psiholoških potreb, nerazrešenih situacij v smislu psihološkega in nezavednega sveta posameznika. To pa ne pomeni, da je namenjena le klientom s psihiatričnimi diagnozami, temveč tudi širši klienteli.

Oblike dela so:

- individualno,
- pari,
- skupine.

Osnovno področje dela je psihiatrično okolje, znotraj katerega so najpogostejše klientske skupine z naslednjimi diagnozami:

- depresije,
- fobije,
- post-travmatski stresni sindrom,
- motnje hranjenja,
- samopoškodovanje,
- alkoholizem,
- odvisnost od drog.

Sedaj si bomo pogledali še podobno obliko dela s sociodramo, ki jo je prav tako postavil J. Moreno, in njene razlike v primerjavi s psihodramo.

4.5 SOCIODRAMA

Sociodrama ima podobno strukturo in način kot psihodrama, vendar se od nje razlikuje v ciljih dela in klientih. Oglejmo si njene specifične in primer iz prakse.

4.5.1 Načini in cilji dela v sociodrami

Najpomembnejša razlika je, da gre v sociodrami za:

- **individualno ali skupinsko uprizorjanje določene socialne situacije**
- **reševanje konfliktov med skupinami z nasprotnim mišljenjem**

Vidimo lahko, da je naša pozornost usmerjena drugam kot v psihodrami. Bolj stremi k temu, da se neke situacije odigrajo z namenom (British Psychodrama Association, 2011):

- razumevanja vrednot drugih,
- razvijanja socialnih spretnosti,
- reševanje problemov,
- razvoja in vadenja določenih akcij,
- osebne učinkovitosti,
- zavedanja.

4.5.2 Uporabniki sociodrame

Zaradi take naravnosti dela so uporabniške skupine povsem drugačne kot v psihodrami. Ker gre bolj za iskanje rešitev med skupinami ali znotraj neke obstoječe skupine, so področja dela vezana na:

- izobraževalne institucije,
- zdravstveno področje,
- ekonomijo,
- zasebne sektorje,
- organizacije.



Skupina nosečnic se želi pripraviti na porod. Vsaka izmed njih ima veliko predstav, želja in strahov v zvezi z dejansko situacijo poroda. Odločijo se, da znotraj sociodrame vadijo to akcijo in se tako nanjo bolj pripravijo. Ena izmed nosečnic, Maja, predstavi svoja razmišljanja v zvezi s porodom in potem to situacijo odigrajo na način protagonista in skupine. Ona se najbolj boji, da bi bil porod nepričakovan in prezgoden. S skupino odigrajo tak prizor in skozi improvizacijo vidijo možne razplete. Odigrajo lahko več scenarijev in se tako pripravijo na več možnosti. Maja je po tem vadenju skozi igranje manj prestrašena in bolj pripravljena na različne odzive in možnosti ukrepanja, če se njen strah pred prezgodnjim porodom res uresniči.

Tako smo zaključili z dvema področjema, ki vključujeta elemente improvizirane drame v kontekst pomoči pri reševanju notranjih psihičnih konfliktov posameznikov. Sedaj razmislimo še o tem, kako je to pomembno za dramsko animacijo.

4.6 DRAMSKE ANIMACIJE

Po vsem tem znanju o načinih in atributih dramskega ustvarjanja se v tem poglavju selimo v osnovno področje našega predmeta, animacijo. Najprej bomo poskusili povezati tehnike dramske terapije, psihodrame in sociodrame v dramsko animacijo. Potem bomo razmislili o primernih uporabniških skupinah za tovrstno animacijo in pogledali še nekaj primerov iz prakse.

4.6.1 Pomen različnih strok za dramsko animacijo



Glede na dosedanje načine umeščanja umetnostnih strok pri glasbi in plesu v animacijo razmislite, kako bi umestili in določili nekatere načine in tehnike iz dramske animacije, psihodrame in sociodrame v dramsko animacijo?

Paziti moramo, da z implementacijo tehnik strokovnih praks v animacijo ne pretiravamo. Gre predvsem za iskanje novih, svežih načinov umetniškega izražanja, ki lahko obogati delo z neko skupino brez pretežkih, globokih tem, ki bi lahko postale aktualne za vpletene uporabnike. Pri dramski igri je morda to še najbolj kompleksno razmišljanje.

Gotovo je dramska improvizacija zelo pozitiven dejavnik v dramski animaciji, vendar tudi zelo odprt, zato je potrebno poskrbeti, da so uporabniki pripravljeni na tovrstno delovanje.

4.6.2 Uporabniške skupine

Z uporabniškimi skupinami v dramski animaciji je podobno kot z uporabniškimi skupinami v plesni animaciji. Predvsem z vidika fizične aktivnosti je treba paziti na sposobnosti uporabnikov ali pa izbrati recimo lutkovno igro, ki vključuje manj celostnega gibanja uporabnikov.

Pomembno je razmišljati tudi o mentalnih sposobnostih dramskega izražanja posameznikov, saj je doseganje smiselne strukture igre v dramski animaciji tudi del osnovnega cilja dela. Samo prosto igranje v tem okviru ni smiselno, saj ne zadovoljuje osnovnih potreb uporabnikov znotraj animacije.

4.6.3 Primeri animacije

Izbrane animacije temeljijo na tako imenovanih ogrevalnih tehnikah, ki se uporabljajo znotraj dramske improvizacije, najpogosteje v psihodrami. Za njih je značilno, da posameznike in skupino na nevsiljiv način pripravijo do tega, da se počutijo dovolj sproščeni za prosto dramsko uprizorjanje. Z animacijami se naj ne bi šlo preveč v globino, vedno toliko, da je vse dogajanje še varno in primerno za uporabnike. Zelo veliko vlogo in zaupanje predstavlja verbalizacija dejanj.



1. Lokacijska postavititev

Skupina je prosto postavljena v prostoru. Vsak posameznik v skupini namišljeno potuje po krajih iz preteklosti, sedanosti in prihodnosti. Tako bo zelo fizično vidna geografska sestava skupine in njena raznolikost. Animator v prostoru določi orientacijsko mesto – središče in temu primerne smeri neba: vzhod, zahod, sever in jug, kamor se posamezniki lahko premikajo. Naredimo torej več postavititev, drugo za drugo:

1. Kje živimo? Posamezniki se v prostoru razporedijo glede na kraj, v katerem trenutno živijo. Animator naredi prvi obisk do enega izmed uporabnikov in ga povpraša o kraju, kjer ta živi, in njegovem bivanju tam. Potem skupaj obiščeta drugega uporabnika in se pogovarjajo o njegovem kraju, pa k tretjemu itd.

2. Kje smo rojeni? Potem se prestavijo v kraje, kjer so bili rojeni, in se pogovarjajo o asociacijah in spominih na ta kraj in otroštvo tam.

3. Od kod so naši predniki? Skupina se ponovno prestavi. Tokrat poiščejo kraj, od koder je bil izbrani prednik (recimo oče ali mati) in se spominjajo, koliko vedo o teh krajih, takratnem načinu življenja, kaj so jim predniki o tem povedali.

4. Kje bi želeli biti? Za zadnjo postavitev vsakdo odide v kraj, kjer bi trenutno rad bil za kratek čas, dalj časa ali se celo tja preselil, in to deli s skupino.

S temi lokacijskimi postavitvami se počasi sprošča domišljija uporabnikov, realen kraj postane lahko tudi kraj iz preteklosti ali prihodnosti. Uporabniki se med seboj tudi spoznavajo skozi zgodbe, ki jih drug o drugem še ne poznajo. Te postavitve so uvodni del v nadaljevanje postavljanja igre.



2. Razcep v podskupine

Glede na zadnjo lokacijsko postavitev se skupina razdeli v podskupine, ki se tvorijo glede na medsebojno bližino. Nekaj uporabnikov, ki so skupaj na primer na južni poziciji, tvori svojo skupino itd. Ponovno sledi izmenjava informacij. Skupine se znotraj sebe pogovarjajo o tem:

1. od kod je skupina: v podskupini obnavljajo kraje, ki so jih prej obiskali v preteklem času.

Poiščejo skupne poti skupine in njena nasprotja;

2. kje želijo biti: sledi pogovor o tem, kje bi vsak posameznik želel biti;

3. kje bi želela biti skupina: skupaj se odločijo, kje bi lahko bili kot skupina glede na to, kar je povedal vsak od posameznikov; mogoče poiščejo nekak kompromis.

V tem delu se manjše skupine že pripravljajo na njihovo posebno zgodbo, ki jo tvorijo na podlagi posameznikov. Podskupine postanejo samostojni objekti.



3. Dramski prikaz podskupine

To je najdaljša faza v animaciji. Vsaka podskupina se domeni, kako bodo z dramsko uprizoritvijo prikazali drugim, kje bi njihova skupina želela biti. Za to naj si vzamejo kratek čas za dogovor, potem pred drugimi vsaka skupina odigra svoj želeni kraj. Drugi med gledanjem tiho ugibajo, za kaj v igri gre. Ob koncu vsake predstavitve se izmenjajo izkušnje o igranju in opazovanju ter domišljijem kraju, kjer je skupina bila.

Pri teh igrah naj bo čas neomejen na kratko ali dolgo in načine prikaza, zato da je več odprtih možnosti za igro.



4. Igre s predlogo

Če imamo še čas, z igranjem nadaljujemo, saj je postavljena podlaga za improvizacijo. To naredimo tako, da dodamo igre za celotno skupino ali igre za podskupine. Animator predlaga lokacijo ali situacijo neke igre, ki je potem odprta za spontano igranje. Izvajamo lahko na primer:

- prizor v baru
- prizor v zobozdravstveni čakalnici
- prizor v dnevni sobi

Te igre se običajno bolje obnesejo, če so odprte za celotno skupino, saj so tako uporabniki manj izpostavljeni kot prej pa tudi vrnejo se v skupinsko obliko dela, in ne delajo več v podskupinah.



5. Vračanje v celoto

V zaključnih fazi se podskupine vrnejo v celoto. Verbalno se pogovorijo o tem, kakšna so trenutno občutja in želje posameznikov, kaj jim je celotna animacija pomenila oziroma na kaj določenega jih je spomnila. Pomembno je, da lahko izrazijo, kaj jim je bilo težko, kaj v veselje. Potem se celotna animacija zaključi.

Predstavljenе animacije si sistematično sledijo, saj je vsaka naslednja možna izpeljava in nadgradnja prejšnje. Smiselno je celoten koncept animacije ponoviti na več delavnicah z variacijo lokacijskih postavitvev. Gre pa v celoti za improvizirano igro.

Zelo zanimiva tehnika dela bi bila še uporaba teksta kot uvod v improvizirano igro.



Skupina dobi na vpogled krajšo pesem, moderno poezijo. Vsak v miru prebere pesem. Potem poišče vsak svojo lastno asociacijo na to pesem v obliki osebne poteze ali situacije. Razdelijo si like v drami, ki jo bodo odigrali. Potem na praznem odru odigrajo vloge brez predvidenega poteka dogodkov. Inspiracija so prebrani tekst in soigralci, ki so drug drugemu izziv, sodelavci in gradivo za nadaljevanje igre. Ob koncu igre se pogovorijo o tem, kako se je celotna igra odigrala in kaj je vsebina in igra komu pomenila.

Povzetek

Tretja umetnostna smer je bila torej dramska umetnost – področje s širokimi možnostmi in pogosto kombinacija z drugimi umetnostnimi zvrstmi že sama v sebi. Pregled treh strokovnih praks na področju dramskega izražanja je potreben za širšo predstavo o pomenu tega medija za omejene klientske skupine, potencialne uporabnike in celo širšo populacijo. Dramsko izražanje je za človeka zelo celostno in zato je njeno mesto še posebej cenjeno in pomembno med umetnostnimi zvrstmi. Pa zato tudi zelo kompleksno.



Preverjanje razumevanja

1. Kaj je drama in od kod izvira?
2. Kako je bila drama sprva deljena in kdo je prvi teoretik drame?
3. Katere oblike drame poznamo v povezavi z glasbo ali s plesom?
4. Katere so tri glavne smeri uporabe dramske igre in osnovne razlike?
5. Kako se otroška igra in domišljija navezujeta na dramsko ustvarjanje?
6. Kateri načini dela, ki se uporabljajo v dramski terapiji, so najpomembnejši?
7. Kdo je začetnik psihodrame? Kakšna oblika dela je to?
8. Opišite trikotnik znotraj psihodrame.
9. V čem se najbolj razlikuje sociodrama od psihodrame in dramske terapije?
10. Kaj je značilno za improvizirano dramo?
11. Če razumemo posameznikovo življenjsko zgodbo kot dramo-igro, kako lahko primerno interveniramo pri uporabnikih, ki z dramsko animacijo ne želijo iskati paralel med fikcijo in resničnostjo, ker je to preveč boleče?
12. Igra vlog je vodilo psihodrame z namenom zdraviti nevideno. Ali je potem mogoče povezati človeško željo po neizraženem in prepovedanem osebnem svetu z izražanjem drugih likov znotraj neke dramske igre? Kako se posledično postavijo meje pri določenih tipih socialnih skupin glede njihovih tipičnih življenjskih vlog?
13. Zakaj je lažje igrati nek neznan fiktivni lik kot spremeniti dele svojih življenjskih vlog v našem vsakdanu glede na poznavanje psiholoških in socioloških dejavnikov človeške domišljije in igre?

5 LIKOVNOST V ANIMACIJI

Kot zadnjo umetnostno zvrst si bomo ogledali še likovno umetnost. Predstavljena bo skozi podobne vidike, kot smo jih vajeni že iz prejšnjih poglavij. Najprej bomo naredili časovni pregled, se ustavili pri definiciji likovne umetnosti, spregovorili o nekaterih njenih atributih in splošnih mišljenjih o likovnih umetnikih in nastajanju likovne umetnosti. Kot relevantno strokovno prakso bomo spoznali likovno terapijo in se bolj usmerili v pomen likovne stvaritve same, torej v pomen likovnega izdelka. Sklepni del bo ponovno namenjen vpogledu v dejansko animacijo z likovnim izražanjem predvsem skozi praktične primere in razmišljanja o njih.

5.1 LIKOVNA UMETNOST SKOZI ČAS

Za likovno umetnost je od vseh zvrsti največ ohranjenih virov o njenem obstoju in razvoju skozi čas. Delno zaradi prvotnih načinov likovnega ustvarjanja na zelo naravnih podlagah, ki obstajajo še danes, nekaj pa zaradi materialne komponente njenega izraza, to je fizičnih izdelkov, ki so prav tako pogosto najdeni v različnih arheoloških najdiščih.



Kako je bila likovna umetnost prisotna v vsakdanjiku starih kultur in koliko je uporabljena danes?

Poglejmo torej nekaj najbolj splošno znanih najdišč in dokazov obstoja likovne umetnosti v daljni zgodovini.



Slika 24: Poslikana jama v Lascaux, 16.000 pr. n. št.
Vir: Wikipedia – Art, 2011

Prvi ohranjeni ostanki likovnega izražanja so najdeni še iz časov do pred 75.000 leti, ko so kot najstarejše najdbe v Južni Afriki odkrili estetsko oblikovane školjčne lupine. Že v tako davnih časih so torej ljudje naravne materiale uporabljali ne le za preživljanje in orodje, temveč tudi za estetsko ustvarjanje.

Podobni primeri so ohranjeni na malce drugačen način, s skulpturami in poslikanimi jamskimi stenami, kjer so ljudje prebivali pred približno 40.000 let v času paleolitika. Take najdbe poznamo že v Evropi (npr. zelo znane poslikave v Franciji).



Kaj mislite, zakaj so ljudje začeli s takim ustvarjanjem? Zakaj so poslikali jame, v katerih so živeli? Kateri potrebi so s tem zadostili?

Bolj jasni temelji likovne umetnosti so se začeli resno postavljati v starih kulturah Egipta, Mezopotamije, Perzije, Indije, Kitajske, Rima, Grčije, Inkov, Majev itd. širom sveta. Te korenine seveda še danes vplivajo na specifične likovne umetnosti znotraj različnih kultur.



Katere tradicije najbolj vplivajo na sedanjo evropsko likovno umetnost? Kako pa je na vse te kulturne tradicije vplivala globalizacija, ki jo doživljamo prav sedaj?

Za trenutek se ustavimo le pri starih Grkih, saj smo ravno v prejšnjem poglavju (glej 4.1.2) bolj točno spoznavali njihov koncept dramske umetnosti. Grki so za likovno umetnost pomembni z več vidikov, morda pa kot najbolj pomembne izpostavimo prve zapise o načinih dela likovnih umetnikov, predvsem o postavljanju proporcev v umetnosti, s katerimi so povezovali realnost v likovno stvaritev.

Tako kot druge umetnosti je v polpretekli zgodovini njena funkcija dobivala različne poudarke in pomene. Tako je grške ideale proporcev materialnega sveta zamenjala usmerjenost na nematerialistično, duhovno in božje v času srednjega veka. Iz tega časa poznamo na primer umetnost v mozaikih, ki idealizirajo višji, človeku nedostopen svet.

Čas vedno prinese preobrat. Vsi poznamo renesanso kot vračanje k človeku kot središču veselja, bivanja, kot hvalnici tega sveta, materije, v kateri živimo, kot pri starih Grkih. Vsem znani so veliki umetniki likovnega področja, na primer Michelangelo.



V čem je razlika ali napredek med likovno umetnostjo starih Grkov in renesanso? Katere velike likovne umetnike še poznate?

Ponoven prebrat je sledil v času razsvetljenstva v 18. st., ko ponovno pridejo v ospredje višja spoznanja, vizije; pa potem obdobje romantike, ki se spet vrača v svet človeških čustev in ponovno menjavo miselnosti, ki se kaže skozi likovno umetnost v obdobjih impresionizma, favizma, simbolizma itd.

V 20. st. se postavijo novi standardi v likovni umetnosti, ki prinesejo smeri kot so ekspresivizem, kubizem, dadaizem in surrealizem. V tem času se z razvojem človeškega potovanja tudi v likovno umetnost vnašajo vplivi zelo različnih, daljnih kultur.

Za konec se ustavimo v bolj današnjem času modernizma, ki idealistično išče tako in drugačno resnico, pa v relativizmu, sodobni umetnosti in postmodernističnem kriticizmu. Vse več smeri, vse več poimenovanj likovne umetnosti poznamo.



Kam še lahko vodi naslednje obdobje likovne umetnosti in kaj to pogojuje?

Vidno je, kako se je s časom likovna umetnost razvijala v to in ono smer. Dejavnikov je prav gotovo mnogo, posledic različnega načina likovnega izraza in uporabe likovne umetnosti pa prav tako. Poglejmo pa si, kaj vseeno kljub tolikim spremembam in smerem likovna umetnost v svojem bistvu je in ostaja.

5.2 DEFINICIJA LIKOVNE UMETNOSTI

V definicijah preteklih treh umetnostnih zvrsti smo spoznali že večino pomenov, ki jih umetnost nosi v sebi, pa tudi njenih posebnosti glede na določeno zvrst. Za konec pogledjmo še značilnosti likovne umetnosti in njene razlike v primerjavi s prejšnjimi tremi:

» **Umetnost je izdelek ali proces aranžiranja simboličnih elementov, ki vplivajo na čute, čustva in/ali intelekt.**« (Wikipedia – *Art*, 2011).



<http://en.wikipedia.org/wiki/Art>

Ponovno srečamo nam sedaj že znane besede, kot so izdelek, proces, elementi, čuti, čustva in intelekt, tudi um. Kako so te besede povezane v likovni umetnosti ter kje je poudarek za razliko od ostalih umetnosti?

Gremo po vrsti. Gledati na umetnost kot na **izdelek** smo že obravnavali v podpoglavju 1.4.3, kjer smo umetnost uvrščali glede na delitev ustvarjalnosti v predmetno ustvarjalnost, njene dosežke pa imenujemo inovacije, ne izdelki. Ravno v likovni umetnosti pa dejansko lahko govorimo o izdelkih, saj so materialni rezultati dokaz tega. Torej ravno likovna umetnost največ od vseh umetnostnih zvrsti »producira inovacije«. To je tudi eden izrednih dejavnikov, oziroma elementov, ki jih prinaša likovna umetnost in tudi likovno izražanje samo. O tem, kaj je simbol, kako nastane in zakaj je pomemben v likovnem ustvarjanju, bomo natančno govorili v naslednjem poglavju.

Proces aranžiranja simboličnih elementov je zelo zanimiv postopek, ki se dogaja med ustvarjalnim procesom. Likovne ideje se razvrstijo na poseben način in manifestirajo kot simboli. Tudi o simboliki smo že govorili predvsem pri gibu in plesu kot simbolu notranjega izraza (glej 3.6.3), kjer je definiramo, kaj vse simbolizira ustvarjalni gib ali glasba pa drama ali likovno izražanje.

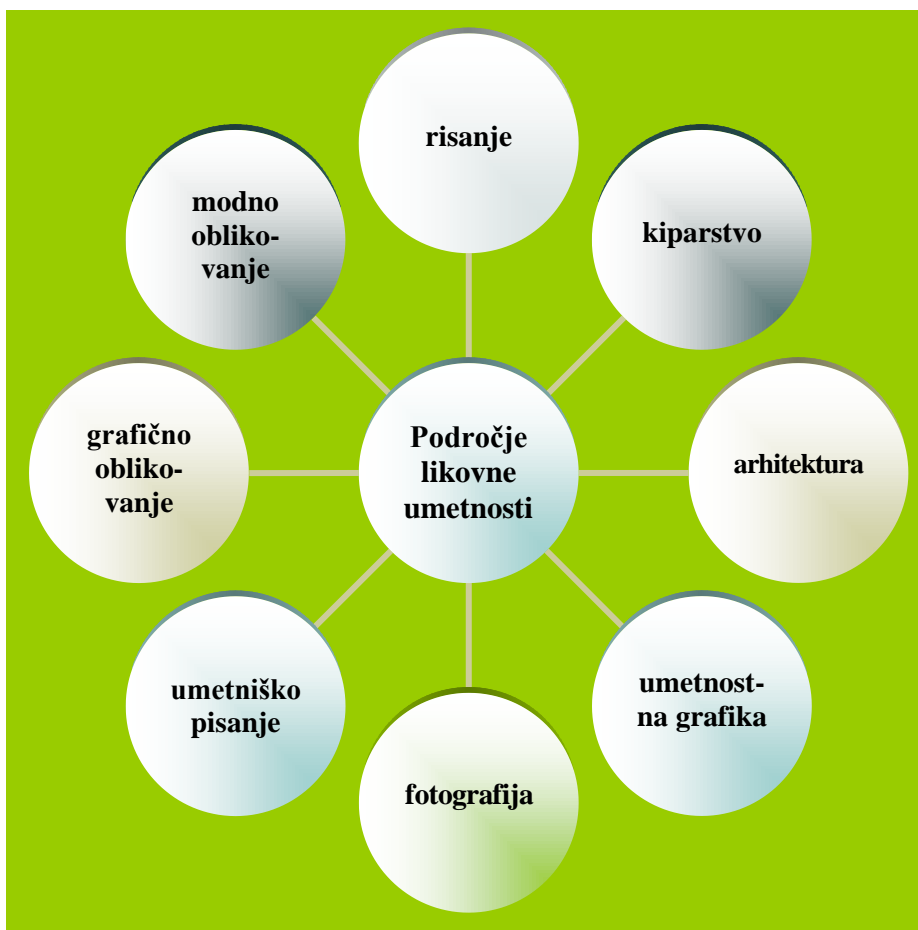
Vpliv na čute, čustva in intelekt smo prav tako omenjali že v vseh dosedanjih zvrsteh umetnosti. Težko bi definirali, kdaj je vpliv večji na kateri izmed naštetih nivojev človeškega delovanja, vendar s tem gotovo lahko manipuliramo, če želimo dosežati določene učinke. Sploh v sodobni vizualni in abstraktni umetnosti je tako.



Poskusite se spomniti na likovni izdelek, ki je nas vas naredil poseben vtis. Razmislite, na katerem nivoju je deloval, na čutnem, čustvenem ali intelektualnem.

Vpliv, ki ga ima umetnost na omenjene nivoje bivanja, je tudi namen obstoja umetnosti same.

Likovna umetnost je zelo široko ustvarjalno področje. Pogledjmo si pregledno delitev likovnih smeri na naslednji sliki.



Slika 25: Področje likovne umetnosti
Vir: Lasten

5.3 SIMBOL IN LIKOVNI IZDELEK



Katere simbole poznate?

Simboli so povsod okrog nas. So tako ustaljen del našega vsakdana, da niti ne vemo več, kako pomembni so in kako vplivajo na razumevanje našega življenja. Simbole imamo na več različnih plasteh našega bivanja in pomenskosti.

Za nas so v tem kontekstu pomembni simboli in simbolična govorica, ki jo srečujemo med likovnim ustvarjanjem. Ostali simboli, s katerimi se srečujemo, pa nastajajo na podoben način, kot ga bomo spoznali, le funkcijo imajo drugo.

Simbol predstavlja neko idejo, čustvo ali objekt in med njimi išče še nove neznane povezave. Tako postane **izraz nečesa neobstoječega**. V začetku je podoben **metafori**, ki prav tako opisuje nekaj v odnosu z nečim drugim



<http://sl.wikipedia.org/wiki/Metafora>
<http://en.wikipedia.org/wiki/Metaphor>
<http://sl.wikipedia.org/wiki/Simbol>
[http://en.wikipedia.org/wiki/Symbol_\(disambiguation\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Symbol_(disambiguation))
<http://en.wikipedia.org/wiki/Symbol>

Vendar je metafora enkratna primerjava, simbol pa ima dolgotrajen postopek nastajanja. Razvije se šele s časom, s **ponavljanjem**. V svojem postopku nastajanja in pridobivanja svoje prave identitete ter vsebine je simbol včasih zelo nejasen in neočiten. Lahko pa je nek znan simbol po svojem pomenu nekaj povsem drugačnega, kadar ga damo v drug kontekst.



Ali poznate simbol svastike? V katerih dveh kontekstih je njegov pomen zelo jasen, kakšna je razlika? Zakaj se to lahko zgodi?

Likovno izražanje prihaja iz domišljjskega, spontanega, nezavednega sveta posameznika (glej 4.2) in proizvede likovni izdelek. Lahko sliko, lahko zgibanko, lahko objekt itd. Vsi izdelki niso izoblikovani simboli, njihovo sporočilo pa je simbolno. Likovno izražanje je neverbalna govorica. Njegova osnovna značilnost je, da komunicira nekaj, česar se z besedami ne da. Sporoča, vendar na drug način. Ta način je simboličen in ga je treba drugače razbrati in razumeti.

Pomislimo na čas, ko človek še ni sposoben verbalno komunicirati s svetom. Vseeno ga poskušamo razumeti. Na podoben način deluje umetnostna govorica. V sebi in svoji interpretaciji nosi večje tveganje izraza kot verbalni govor. Veliko je odvisno od interpretacije in angažiranja poslušalca.

V likovnem izdelku so simboli mišljeni kot oblika izkušnje. Fizični izdelek je dokaz domišljjske poti ustvarjalnega procesa, je eksterni odraz neke izkušnje in prihaja iz notranjosti posameznika. Ko je manifestiran in oprijemljiv, pa daje tem intrističnim izrazom posameznika možnost objektivizma (Edwards, 2004).



Manca rada riše kar tako, sama zase. Najraje s suhimi barvicami na papir. Rada riše prosto, kar se ji zazdi. Potem risbe obesi na steno v svoji sobi. Zanje je lepo, da ima svoje risbe, tudi če niso umetnost, tudi če ni nadarjena za risanje. Enkrat dobi obisk. Matej gleda risbe po steni in reče: « Zakaj pa vedno rišeš tisti polkrog s puščico mimo njega? » Manca ne razume, kaj misli. Njene slike so vsaka zase, nimajo povezave. Potem skupaj gledata in poiščeta polkroge s puščico. Res se skoraj na vsaki sliki skriva nekaj takega, pa ni vedela. Matej misli, da je to čisto podobno njej, saj je sama vedno pripravljena na kaj novega in išče poti, ki se jih še ne vidi, prav tako kot tista puščica, ki seka polkrog in hoče naprej. Manca se zamisli in v svojih slikah kar naenkrat vidi nekaj novega, čisto njenega, kot njen lasten podpis.

Iz primera lahko vidimo, kako lahko vsakdo razvije lasten simbol, nezavedno in nenamensko, pa kljub temu nastali simbol odraža neke jasne notranje vzgibe posameznika, nekaj, kar je tej osebi lastno in kar izraža vsak dan s svojim vedenjem in posledično v neverbalnem izrazu na drug, simboličen način.



Ali ste že kdaj razvili svoj lasten simbol? Kaj predstavlja?

Na ta način so nastali tudi socialno širši likovni simboli, ki ne predstavljajo le enega posameznika, temveč kar celo skupino ljudi, celo ljudstvo, celo kulturo. Tako poznamo simbole za institucije, državne simbole, simbole za čustva, simbole za črke itd.

Spoznali smo torej pomen simbolnega izražanja in odraz tega v likovnem izdelku. Dotaknili se bomo še razmišljanja o likovni umetnosti kot celotnem izrazu in pomenu za ljudi.

5.4 UMETNOST, OBREDNOST, NOROST



Ali razmišljate kdaj o povezavi med umetnostnimi ustvarjalci, predvsem znanimi Umetniki, in njihovim duševnim zdravjem? Ali kdaj slišite druge govoriti in morda govorite tudi zraven o tem, da so umetniki »zmešani«, malo »premaknjeni« in podobno? Od kod te ideje?

Sicer se bomo temu razmišljanju posvetili v likovni umetnosti, vendar velja kar podobno za ostale umetnostne smeri. Predsodki, trditve, prepričanja, spraševanja in še kaj o tem, kako so povezani duševno zdravje, norost in umetniško ustvarjanje je pomembna tema tudi za nas.

Večina trditev in vprašanj na to temo znotraj tega poglavja bo zgolj hipotetična ali retorična in odprta za interpretacijo.

V vseh poglavjih doslej smo že omenjali in še poudarjali pomen in povezavo med nezavednim in navdahnjenim, kar je vključeno v ustvarjalni proces. Omenjali smo, kako so prav te značilnosti prostega umetnostnega ustvarjanja tiste, ki dajejo umetnosti moč zdravljenja, spoznanja in pozitivnih sprememb pri vključenih. Kaj pa je z negativnimi učinki umetnostnega ustvarjanja, ali tudi obstajajo in kdaj se zgodijo?

Zgodovina pozna mnogo znanih umetnikov, ki so bili psihični bolniki, med njimi na primer Vincent van Gogh, ki je verjetno trpel za shizofrenijo. Ali so se on in njemu podobni umetniki z ukvarjanjem z umetnostjo zdravili ali zaradi nje celo obolevali, tega verjetno ne bomo nikoli mogli vedeti. Vendar smo govorili tudi že o tem, da je razlika med umetnikom in ustvarjalcem, ki ni umetnik, čeprav vseeno ustvarja.

Govorili smo tudi o začetkih in prvotnih funkcijah umetnosti v obredih in šamanskih praksah, ki se v umetnostni terapiji na primer na precej drugačen način, ampak vendarle s podobnim namenom zdraviti danes ponovno pojavlja v razviti civilizaciji. Kje so torej prave meje in kdaj je umetnost lahko zdravilna in kdaj je mogoče celo škodljiva, vse to so vprašanja, ki spremljajo vsakršno ukvarjanje z umetnostjo.

V današnjem času je velik naval na alternativne oblike zdravljenja in verjetno veliko neznanja, zavitega v nekakovostno delo z lepim imenom. Sicer je odgovornost vsakega posameznika, za kaj se odloča, vendarle pa je znanje in poznavanje vsaj osnovnih segmentov neke metode zdravljenja pomembno.

Vaše poznavanje razvoja umetnosti, zgodovine in pomembnih elementov vsake umetnostne smeri, ki jih omenjamo v tem učbeniku, pa razlikovanje med priznanimi terapevtskimi strokami in animacijo z umetnostjo naj Vam bo vodilo pri razpoznavanju kakovostnega dela s pomočjo umetnosti v nasprotju z lažnim.

Globok pomen, ki so ga vedno pripisovali umetnosti, je gotovo upravičen, naše vedenje o tem pa naj bo odprto in zahteva dokazljive rezultate. Obredi včasih in danes ne morejo biti kar tako enaki.

5.5 LIKOVNA TERAPIJA

Likovna terapija je strokovna praksa, sorodna glasbeni, gibalno-plesni in dramski terapiji. Največja razlika je v uporabi drugega umetnostnega medija, v manifestaciji procesa v likovnem izdelku in trikotnem odnosu v terapiji. Nastanek likovne terapije sta vodili dve smeri, ki jih bomo podrobneje pogledali, in kar nekaj drugih družbenih dejavnikov. Med njimi odkritje »outsider arta« in »art of the insane«.



http://en.wikipedia.org/wiki/Outsider_art

Prav tako so bile za razvoj in priznavanje likovne terapije pomembne psihološke teorije, ki so uporabo umetnostnega medija v terapevtskem okviru začele spoznavati kot pozitivno. O tem, katere so glavne vrednostne uporabe likovnega medija v zdravilne namene, smo že govorili (glej celotno poglavje 5), vendar še enkrat izpostavimo pomen izražanja čustev in izkušenj posameznika skozi likovni medij, ki je nad besedami.

5.5.1 Dve smeri uporabe likovnega medija

Začetki likovne terapije imajo bolj izrazito kot ostale tri umetnostne terapije deljeno osnovo in dve smeri interpretacije ter izvajanja likovne terapije.

Časovno gledano pa so začetki nekako paralelni z ostalimi smermi. Prve tehnike uporabe likovne umetnosti v terapevtskem okvirju se pojavijo okrog leta 1940, njihov razvoj pa traja do 1970, ko se začnejo pojavljati prvi študiji in prve resne prakse (Edwards, 2004).

Natančneje pogledjmo dve smeri razvoja likovne terapije. Ena smer prihaja iz Združenih držav Amerike, katere predstavnica je **Margaret Naumberg**, druga smer pa izvira iz Velike Britanije, katere začetnik je **Adrian Hill**.

Margaret Naumberg je zastopala idejo umetnosti znotraj terapije, znotraj terapevtskega odnosa in poudarjala pomen simboličnega izražanja skozi likovno ustvarjanje:

»Ustvarjene podobe so oblika komunikacije med klientom in terapevtom; predstavljajo simbolični jezik« (Jones, 2005, str. 24).

Jasno je, da Naumbergova zastopa psihološko interpretacijo in pomen izdelkov v terapiji. Tudi odnos med klientom in terapevtom je odvisen od tega izdelka. Zelo pomembno je razumevanje in ohranjanje individualnega simboličnega izraza.



<http://www.webster.edu/~woolfm/naumburgcane.html>

Na drugi strani pa **Adrian Hill** daje večjo moč in pomen od interpretacije simboličnih izrazov sami uporabi likovnega medija. Zagovarja idejo, da je umetnost in samo ukvarjanje z njo zdravilno in terapevtsko. Likovno ustvarjanje daje klientom sposobnost za gradnjo obrambe pred slabim. Pri tem misli na slabe izkušnje, strahove, nepremagljive ovire v njihovem življenju. Sam postopek likovnega ustvarjanja klientom pomaga, da najdejo svoje načine reševanja težkih situacij.



http://en.wikipedia.org/wiki/Adrian_Hill

Znotraj omenjenih dveh smeri so se sčasoma razvile šole in načini uporabe likovnega medija v terapiji, s poudarkom na različnih parametrih dela, na interpretaciji simbolike izdelkov oziroma moči umetnosti kot take.

5.5.2 Definicija likovne terapije

Definicije likovne terapije po svetu se delno razlikujejo. To pa predvsem zato, ker nekatere države, prakse in študiji bolj podpirajo psihoanalitično ozadje v likovni terapiji, druge pa bolj ustvarjalni proces skozi likovno izražanje, kot smo videli v prejšnjem poglavju.

Poglejmo zato dve ločeni definiciji.

Ameriško združenje za likovno terapijo pravi, da gre za »terapevtsko uporabo likovnega ustvarjanja v profesionalnem odnosu z ljudmi, ki so izkusili bolezen, travmo ali življenjske izzive oziroma iščejo osebnostni razvoj« (Jones, 2005, str. 23).

V nadaljevanju pravi še, da klienti z ustvarjalnim procesom in refleksijo o njem lahko izboljšajo kakovost svojega življenja in zavedanja.



<http://www.arttherapy.org/>

Britansko združenje pa daje bolj kompleksno gledanje in definicijo likovne terapije, saj vključuje elemente uporabe materiala, procesa in odnosa glede na posebej izbran model izvajanja likovne terapije, npr. psihodinamičen ali kognitiven. Citirajmo le del definicije:

»Likovna terapija je uporaba likovnih materialov za samoizražanje in refleksijo v prisotnosti izobraženega likovnega terapevta« (Jones, 2005, str. 24).



Slika 26: Barve
Vir: (<http://www.arttherapyblog.com>,
11.6.2011)



<http://www.baat.org/>

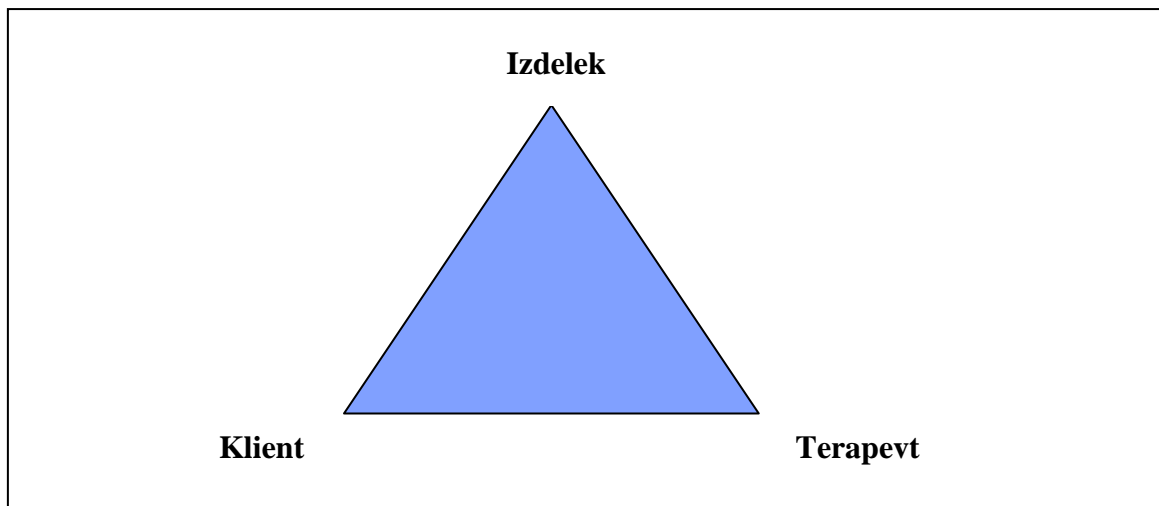
Vidimo, da velik pomen daje vlogi terapevta in odnosu med terapevtom in klientom, čemur se bomo posvetili v nadaljevanju.

Z definicijami smo tako pogledali status in zahteve likovne terapije po svetu in pridobili pregled nad razumevanjem te prakse.

5.5.3 Trikotni odnos

Eden izmed zelo značilnih dejavnikov v likovni terapiji je konstalacija in pomen trikotnega odnosa znotraj likovne terapije. Igra osrednjo vlogo, znotraj katere se odvija zdravljenje in sprememba. Poglejmo si ga.

Zaradi velikega pomena izdelka, ki nastane v procesu likovnega ustvarjanja, se likovna terapija definira kot trikoten in ne dvosmeren odnos kot pri ostalih treh umetnostnih terapijah.



Slika 27: Trikotni odnos

Vir: Lasten

Pomen klienta in terapevta je jasen. Terapevt je strokovnjak, ki nudi v okviru terapevtskega procesa in odnosa pomoč klientu. Klient je tisti, ki zaradi osebnostnih težav potrebuje ali išče pomoč terapevta. V likovni terapiji pa obstaja še tretji dejavnik, izdelek, ki nekako fizično biva med klientom in terapevtom. Obenem je rezultanta likovnega ustvarjalnega procesa, na drugi strani pa snov za terapevtovo interpretacijo notranjega sveta klienta, ki ga je le-ta simbolično izrazil v izdelku. Vloga terapevta v procesu ustvarjanja je lahko pasivna ali aktivna, odvisno od usmeritve likovnega terapevta in njegove metode dela.

Interpretacija izdelka sicer v likovni terapiji lahko obstaja v pogovoru med klientom in terapevtom, lahko pa ostane kot gradivo interpretacije le terapevtu in ni stvar pogovora. Možno je še dodatno dogajanje v zvezi z izdelkom, saj lahko služi kot nekakšen »tranzicijski objekt« in oblika »transferja« klienta in s tem ustvarja močno dinamiko in vez med klientom in terapevtom.

Tranzicijski objekt je termin, ki ga je v razvojno-psihološko interpretacijo zgodnjega razvoja otroka vnesel Winnicott, v osnovi pa pomeni prvi zunanji objekt, ki si ga otrok izbere kot objekt, s katerim odkriva prve delitve sebe in zunanjega okolja, skrbi, strahove in navezanost. Če je ta proces v katerem delu poškodovan, ima to posledice za vse kasnejše odnose, ki jih ta oseba gradi z drugimi.



<http://www.answers.com/topic/transitional-object-psychoanalysis>

V likovni terapiji (in vseh drugih oblikah psihoterapije) je pojava tranzicijskega objekta zelo pomembna, tukaj pa še celo bolj očitna, če je za ta namen uporabljen izdelek.

5.5.4 Diagramatičen in utelešen izraz



Vzemite list papirja in svinčnik. Vzemite si nekaj minut časa in nekaj narišite, kar tako, kar želite. Potem preberite to poglavje in določite način likovnega izraza, ki ste ga uporabili.

Po zelo strokovnih elementih terapije se vrnimo k likovnemu ustvarjanju. Načine risanja, ki jih lahko imamo pri likovnem ustvarjanju, enostavno delimo v dve večji skupini:

- diagramatičen način,
- utelešen način.

Nanašata se na osnovni način, s katerim je risano izraženo.

Diagramatičen način prikazuje narisane stvaritve v bolj abstraktni, nepraktični obliki. Več je črt, likov, neidentificiranih pojavov, ki so lahko videni na različne načine.

Utelešen način je bolj primerljiv z realno odslikavo sveta, pojavov, bitij. Kadar gledamo tako sliko, so nam liki in narisano poznani iz realnosti.

Oba načina izraza med seboj nista konkurenčna in v nobenem primeru ne gre za ocenjevanje, kateri način je boljši ali bolj napreden. Gre enostavno za svobodno izbiro ustvarjalca. Seveda ena oseba lahko uporablja tudi mešanico teh načinov oziroma jih s časom menja.

5.5.5 Razlike med likovno terapijo in drugimi likovnimi dejavnostmi

Mogoče se prav na področju ukvarjanja z likovnim medijem največkrat meša nazive dela: delavnica, terapija, dejavnost, animacija. Vse se meče v en koš, odvisno od tega, kaj si kdo misli. Vendar teh stvari v dobrobit vseh vpletenih ne smemo tako mešati. Pomeni dela, metode in cilji so v različnih primerih povsem drugi.

Poglejmo si zelo jasno delitev likovne terapije od ostalimi dejavnosti z likovnim medijem.

Tabela 3: Razlike med likovno terapijo in likovnimi dejavnostmi

Likovna terapija	Likovne dejavnosti
Študij likovne terapije	Strokovni naziv ni potreben
Likovni medij kot sredstvo komunikacije	Likovno ustvarjanje kot cilj
Interpretacija izdelka	Estetski in izobraževalni namen izdelka
Prosta široka izbira materiala	Določen material za izbrano dejavnost
Trikotni odnos	-

Vir: Lasten

Stopnja in smer študija sta pri likovnih terapijih jasno določena. Gre za priznane študije likovne terapije, ki so običajno magistrski študiji 2. bolonjske stopnje, včasih tudi diplomski študiji. Ostali izvajalci imajo drugo izobrazbo, verjetno iz likovne umetnosti ali pa so npr. delovni terapevti, ki so izurjeni v likovnem ustvarjanju.

Uporaba medija predstavlja za likovne terapevte resnično alternativni pristop do terapije, saj nudi večjo možnost neverbalne komunikacije klientov in izražanje skozi likovno govorico. Kadar se izvaja likovna animacija, delavnica ali kaj podobnega, pa ima likovni medij bolj jasno nalogo in je sam po sebi namen, da se v procesu ustvarjanja pride do nekega likovnega izdelka in urijo veščine pri likovnem izražanju.

Način interpretacije izdelka v likovni terapiji smo že kar podrobno opisali (glej 5.3 in 5.5). Izdelek v drugih disciplinah pa je običajno deležen estetske presoje in je namenjen izboljševanju, učenju. Likovnemu animatorju je pomembno, da so uporabniki aktivni, v terapiji pa to ni prvotni namen.

Izbira materiala in tematike. Izbira materiala je v likovni terapiji običajno vedno čim bolj široka, tematika pa običajno na izbiro klientu. V likovnih delavnicah je material običajno izbran, saj je namenjen točno določeni tematiki in tehnični izvedbi, ki pripelje do končnega izdelka.

Trikotni odnos je prisoten le v likovni terapiji. V ostalih dejavnostih ta nivo ni pomemben.

Te razlike med terapijo in ostalimi dejavnostmi so zelo velike in pomembne, zato ne mešajmo izrazov, za katerimi stoji tako odločilna razlika.

5.5.6 Področja dela in cilji

Likovna terapija je razširjena na več področjih in pokriva veliko različnih klientskih skupin, podobno kot ostale smeri umetnostne terapije. Vendar je zaradi svojih začetkov na področju psihiatričnih ustanov obdržala primarno področje dela s klientskimi skupinami, ki imajo psihiatrične težave. Glavna področja dela so torej:

- psihiatrične in nevrološke bolnice,
- zgodnja travma, odvisnosti in psihosomatske motnje,
- otroci in odrasli z motnjami v duševnem razvoju,
- družinski centri, šole s prilagojenim programom,
- zapori, forenzična psihiatrija.



Glede na predstavljena področja dela v vseh štirih smereh umetnostne terapije primerjajte glavna področja in razlike.

Za konec predstavitve likovne terapije obnovimo še cilje dela. Ti seveda sledijo klientskim skupinam in področjem dela. Glavni cilji vendarle so:

- proces in izdelek,
- razvijanje ustvarjalnosti kot zdravega dela osebnosti,
- sposobnost izražanja skozi likovnost,
- nov vidik lastne osebnosti, spoznavanje sebe,
- neverbalna in verbalna komunikacija v terapevtskem odnosu,
- najti simbolne rešitve.

Izmed naštetih ciljev je le nekaj takih, ki so enaki tudi likovni animaciji, vendar z drugačnim prednostnim razmerjem (Jones, 2005).

Preidimo sedaj od splošnih znanj o likovni umetnosti in likovni terapiji na naše področje likovne animacije.

5.6 LIKOVNE ANIMACIJE

V zadnjem poglavju se bomo srečali z likovnimi animacijami. Za razliko od glasbenih, dramskih in gibalno-plesnih so v svoji osnovi bolj individualno in intristično naravnane, kljub temu da se izvajajo znotraj skupine. Večinoma se posamezniki veliko ukvarjajo sami s seboj in šele posledično znotraj skupine. Tudi tukaj je ustvarjanje prepuščeno svobodnim vzgibom znotraj osnovnih smernic. Za razliko od ostalih zvrsti je tukaj vedno prisotna fizična manifestacija dela v obliki slik ali izdelkov (glej 5.4.2), za kar je potrebna posebna pozornost animatorja, saj bodo izdelki vedno zelo osebna izrazna doživetja uporabnikov in tako predmet ustrezne varnosti in zaupanja med uporabniki in vodjem.



Kdaj se mora animator o vsebinah dela posvetovati s sodelavci v instituciji?
Kje bi vi kot organizator dela postavili to mejo?

V celotnem poglavju je bilo že veliko govora o možnih razlikah dela znotraj likovnega ustvarjanja. Pri animaciji imamo seveda veliko možnosti za vsebino dela. Poglejmo, kaj vse lahko uvrstimo v animacijo.

5.6.1 Struktura dela

Za delo v likovni animaciji je pomembna dobra priprava likovnih pripomočkov, ki bodo dali motivacijo in kakovostno dela. Če imajo uporabniki več izbire, bodo bolj motivirani. Vendar pa je za določene skupine bolje tudi omejiti izbiro in točno določiti likovne tehnike, saj materialni pripomočki lahko predstavljajo tudi motenje dogajanja. Poglejmo tak primer.



Skupina otrok v dnevnem centru za mladino je imela likovno delavnico. Otroci, ki so bili v skupini, so zelo hiperaktivni ali pa sramežljivi in imajo neurejeno razumevanje pravil, mej, odnosov, primernih načinov obnašanja. Prihajajo iz težkega družinskega in socialnega okolja. Animator želi otrokom ponuditi čim več lepih možnosti za likovno ustvarjanje. Na razpolago imajo suhe in vodene barvice pa papir, škarje in lepilo. V sobi za večnamenskost delajo skupinsko sliko s prostim izrazom. Prvih nekaj minut otroci ustvarjajo vsak po svoje. Potem začneta dva dečka kracati čez celo sliko, deklica začne jokati, tretji vzame lepilo in z njim polepi papir na lase četrtega v skupini. Ena deklica steče proč, začnejo se prerivati, lončki z vodo se prevrnejo. Nastane kaos. Animator s pomočjo sodelavcev vendarle umiri otroke, vendar je proces dela povsem prekinjen.

Na primeru dobro vidimo, kako pomembno je omejiti število uporabnikov, kadar so občutljivi za razumevanje medsebojnih mej. Pri likovnem ustvarjanju (pri glasbi bi bila lahko situacija z instrumenti podobna) je pomembno omejiti tudi sredstva za delo, da ne postanejo predmet medsebojnih obračunavanj. Tako bi za opisan primer bilo pomembno izbrati le likovne pripomočke, ki zelo omejujejo in ne spodbujajo takih izbruhov. Tudi metoda prostega ustvarjanja mora biti zelo omejena. Raje uporabimo strukturirano delo z jasnimi nalogami, kaj in kako se bo delalo.

5.6.2 Uporabniške skupine

V likovni animaciji uporabniške skupine niso tako zelo rizične kot na primer pri plesni in dramski. Pravzaprav lahko vključimo vse vrste uporabnikov, če le lahko delujejo in upravljajo s fizičnimi pripomočki, ki so potrebni za izdelavo izdelka, oziroma te tehnike prilagodimo sposobnostim uporabnikov.

5.6.3 Primeri animacije

Predstavljenih bo nekaj primerov animacije, ki so smiselni tudi kot uporaba celote, torej primerni recimo za eno delavnico likovne animacije v trajanju približno 75 minut. Glavna metoda dela je prosto likovno ustvarjanje znotraj določenih smernic, ki dajejo poteku strukturo.



1. Pravila v krogu

Začetna pozicija skupine naj bo v krogu. Odvisno od tega, kako velika je skupina, naj bo ta krog sredi glavnega prostora, če pa je uporabnikov manj, so lahko takoj zbrani okrog mize, na kateri bodo delali. Pred pričetkom dela je zelo pomembno, da se skupina dogovori o pravilih dela in zaupnosti oziroma zunanji uporabnosti izdelkov. Pravila naj se zapišejo na poseben papir in shranijo za vsako ponovno srečanje, tako se na njih vedno znova da sklicevati, se vračati, jih tudi spreminjati, če je taka potreba skupine.



2. Deljenje v podskupine

Pri uvodnem prostem likovnem ustvarjanju razdelimo skupino v manjše podskupine. V skupini naj bo 5–6 uporabnikov. Ponujenih naj bo več različnih likovnih pripomočkov, da si uporabniki lahko izberejo material in svoj način izdelave. Odvisno od tehnik dela naj bodo likovni pripomočki recimo suhe barvice, voščene barvice, vodene barvice ali glina, papir, lepilo. Pustimo jim čas.

Z delitvijo na podskupine omogočimo več osebne prostora za posameznega izdelovalca in manj občutka opazovanja od drugih v skupini. Tako omogočimo boljše intimo ustvarjanja.



3. Samostojen likovni izdelek

Vsak posameznik ločeno od drugih v svoji skupini naredi svoj lasten likovni izdelek, ki ga lahko ustvari z materiali po lastni presoji. Tudi motiv in vsebino izdelka določi vsak sam – gre torej za likovno improvizacijo. Tako vsi prosto ustvarjajo približno 10 minut. Potem se o izdelkih pogovorijo znotraj vsake podskupine. Sprva naj vsak nekaj pove o svojem procesu in izdelku, nato si med sabo delijo mnenja, iščejo skupne točke, razlike, pohvale, nerazumevanje.

S takim začetkom omogočimo, da vsak posameznik najprej najde svoje mesto, svoj likovni izraz, s katerim se predstavi tudi ostalim v skupini. Skupina tako dobi prve informacije o tem, kako vsak posameznik deluje.



4. Dodajanje motivov v individualne slike

Znotraj skupine vsak posameznik kaj nariše ali drugače zapolni svoj papir oziroma naredi nek drug likovni izdelek. Potem v krajših časovnih okvirih vsaka izmed individualnih slik potuje v krogu postopoma do vseh naslednjih oseb. Vsak v sliko doda svoj motiv, svoje videnje izdelka, ki pa naj ima pozitivno vsebino. Ob koncu kroženja pride slika nazaj k vsakemu prvotnemu lastniku. V tem trenutku pustimo čas za ogled lastnih spremenjenih, dopolnjenih slik in izdelkov. Nato posamezniki in skupina komentirajo vsako sliko, izdelek posebej, kaj so narisali, kaj dodali in zakaj. Časovni okvir je 10 minut.

Marsikdo bo zadovoljen ali presenečen nad tem, kaj se je z njegovo sliko zgodilo. Variacija te tehnike je, da vsak nariše na primer neko rastlino, ki jim je všeč, in h kateri drugi ob kroženju s svojim prispevkom dodajo dobro željo.



5. Izdelek s predlogo

Vsakemu posamezniku damo identično predlogo slike, vendar pa naj bo vrisan motiv malenkosten, mogoče le neka vijuga, lik. S to predlogo vsi prisotni ustvarijo svoj izdelek. Svoji domišljiji pustijo, da jih odvede v dopolnjevanje vrisanega motiva na svoj način. Ob koncu vsi pogledajo, kaj so ustvarili iz istega izhodišča. Če je delo v podskupinah, je zanimivo deliti izdelke tudi s celotno skupino. Časovni okvir je ponovno okrog 10 minut.

S to tehniko se lahko prikaže raznolikost izražanja posameznikov znotraj skupine in njihov specifičen način obdelave identične predloge. Še posebej za skupinsko dinamiko in spoznavanje različnosti med posamezniki je ta tehnika zelo pozitivna.



6. Izdelek celotne skupine

Potem podskupina ali cela skupina z ustvarjeno dinamiko prejšnjih tehnik ustvari svoj lasten izdelek. Ponovno sta izbira teme in način izdelave prepuščena skupini. Skupina naj se sama domeni, kaj in kako bodo ustvarjali skupaj. Sami morajo najti način dela, material in določiti osnovna vodila dela. Predložiti je treba dovolj veliko podlago za ustvarjanje. Časovni okvir je okrog 15 minut.

Tudi celotna skupina lahko ustvari svoj izdelek. Tak izdelek je zelo pomenljiv prikaz dinamike in življenja določene skupine in daje uporabnikom občutek pripadnosti.



7. Zaključek v krogu

Skupina se vrne v krog in se za nekaj trenutkov posveti refleksiji o celotnem procesu dogajanja. Domeniti se morajo, kaj bodo storili z izdelki po pravilih, ki so jih določili na začetku.

Skozi celotno animacijo je bilo vidno postopno prehajanje od posameznika, prepletanje individualnega dela z dodatki drugih pa vse do skupnega ustvarjanja. Lepo je, če neka animacija lahko vključuje oba aspekta dela, torej spodbujanje lastnega izraza, vendar s pripadajočim mestom znotraj skupine. Ves čas se je v predstavljenih primerih uporabljala metoda prostega likovnega izražanja, ki je lahko za nekatere uporabnike sprva težka, vendar se s postopnim delom lahko izboljša naravnost na pozitivno gledanje svojih lastnih likovnih sposobnosti in izdelkov.

Animacije z likovnim ustvarjanjem so večinoma bolj umirjene s stališča zunanega opazovalca, vendar v posameznikih lahko sprožijo veliko odzivov in tudi nepredvidljivosti, kajti kreativni proces je na zelo visoki stopnji. Nema lokrat lahko animator razpozna tudi kakšne teme uporabnikov, ki so razvidne iz izdelkov, pa verbalno ne bi nikoli prišle na površje. Ponovno je potrebna natančna analiza poteka ustvarjanja in v bolj izpostavljenih primerih posvetovanje z drugimi strokovnjaki znotraj institucije, kadar je očitno, da svoboda izraza prestopi meje animacije in kaže druge potrebe in teme uporabnikov.



Sami naredite podoben niz tehnik likovne animacije brez uporabe svobodne improvizacije. V čem je vidna glavna razlika pri uporabnikih in doseženih ciljih?

Povzetek

Z likovno umetnostjo smo zaključili vse štiri smeri umetnosti. Na podlagi odzivov uporabnikov lahko trdim, da je likovna animacija zelo priljubljena, saj je način ustvarjanja miren in precej varen. Uporabniki imajo svoje jasno mesto in lahko ustvarjajo neodvisno drug od drugega ali skupaj. Na nek način je likovna animacija zelo prijazna do uporabnikov, likovni medij pa sam po sebi enostaven za uporabo, če ni previsokih meril, vezanih na izdelke. Likovna umetnost je izredno široko področje in zato vedno nudi možnost izbire in neprisiljenosti k delu.



Preverjanje razumevanja

1. Kaj je definicija umetnosti?
2. Na kratko predstavite zgodovinski pregled likovne umetnosti.
3. Kdo sta začetnika likovne terapije v svetu? V čem je njuna razlika in kdaj?
4. Kaj predstavlja izdelek v likovnem ustvarjanju?
5. Kaj je likovna terapija in značilen odnos v likovni terapiji?
6. Katere so osnovne razlike med likovnim terapevtom in drugimi, ki uporabljajo likovno izražanje pri delu – animacijo?
7. Katera sta osnovna izraza likovne stvaritve?
8. Kaj je simbol?
9. Kako se razlikujeta metafora in simbol?
10. Kateri so cilji likovne improvizacije?
11. Kako lahko razumemo in povežemo čustveno in duhovno dimenzijo ustvarjanja z realnostjo ustvarjalca in končno njegovim fizičnim manifestom?
12. Razložite, kako lahko simbol razumemo kot varovano skrivnost in zaščito tako na individualnem kot na družbenem nivoju in pri tem spoštujemo integriteto njegovega sporočila?
13. Nekdo pri likovni animaciji ustvari zmečkan list papirja, raztrgan in pohojen. Kakšno je sporočilo takega izdelka in zakaj bi neka socialna ustanova podpirala tako »neproduktivno« izražanje? Katera je glavna kvaliteta takega dela?

6 KOMBINACIJA UMETNOSTNIH ZVRSTI V ANIMACIJI

V zadnjem poglavju tega učbenika bomo naredili še pregled skozi kombiniranje umetnostnih zvrsti v animaciji. Po teoretični predstavitvi pomena povezovanja umetnostnih zvrsti bomo spoznali še nekaj praktičnih primerov animacije s kombiniranjem različnih zvrsti.

6.1 LOČEVANJE ALI KOMBINIRANJE ZVRSTI

Veliko je spraševanja v svetu umetnosti, od kod njen izvor in ali je izvor vseh umetnostnih smeri isti. Gotovo je umetnostna ustvarjalnost sorodna v vseh zvrsteh. Skozi celoten učbenik ste lahko spremljali podobnosti in povezovanja, sedaj pa se vprašajmo, ali je potem umetnost treba ločevati in zakaj je skoraj ne povezujemo več, razen v posebnih primerih.

Predvsem zelo stare kulture in zelo zgodnji ostanki o izvajanju umetnosti in pomenu umetnosti govorijo o tem, da gre pravzaprav za eno celoto. Stari Hindujci na primer pravijo, da so glasba, poezija, ples in kostumi »isto telo« (arts therapies). Večkrat smo omenjali obrede staroselcev, v katerih so se glasba, ples, likovno okraševanje nastopajočih in igrane zgodbe spletale v celoto.

Danes, vsaj v razvitih civilizacijah naslednic Evrope in Amerike pa je umetnost ločena. Zelo zgodaj jo začnemo ločevati in učiti ločene zvrsti. Uriti umetnike vsakega v svojo smer, odtrgane od drugih vej istega drevesa. Kaj s tem pridobivamo in kaj izgublamo?



Ali si lahko predstavljate hierarhijo med umetnostnimi zvrstmi? Ali obstaja neka objektivna delitev na bolj pomembno in manj pomembno umetnostno zvrst? Kakšen bi bil vrstni red?

V sodobnem času v moderni umetnosti lahko opazimo ponovno željo po skupnem ustvarjanju med zvrstmi. Gledamo lahko plesne predstave z živo glasbo, kjer ples vpliva na glasbo in glasba na ples; improviziranje igre ob zvokih, slikanje ob koncertu. Dramski umetniki pojejo in glasbeniki plešejo. Morda se na nek način poizkušamo vračati v celoto.

Morda je še najbolj realno videnje tega vprašanja možno skozi oči otroka, pred civilizacijo s šolanjem. Otroci ne ločujejo umetniškega izraza v glasbo, ples, zgodbo in sliko. V pristnem otroškem svetu je še vse prepleteno. Otroci igrajo igro, v kateri pojejo, plešejo, skačejo, rišejo like in se identificirajo z vsem tem kot celoto, ki ne more obstajati ločeno. Oni so še polni »umetniki«.

Kaj pa mi, naučeni odrasli?



Ali mislite, da je možno in smiselno biti umetnik v vsem? Ali bi bil tak umetnik slabši kot drugi, ker bi imel morda širino umetnostnega izražanja, ne pa globin in specifik? Kaj se v takem primeru zgodi z ustvarjalnostjo?



<http://www.ecarte2011.eu/cms01/>
<http://www.kreativtherapien.lvr.de/Kreativ/>

6.2 KOMBINIRANE ANIMACIJE

Tudi v animaciji je kombiniranje možno, vendar je verjetno vsaj za animatorja to precej zahtevnejše delo, saj vključuje več tako idejne kot materialne priprave pa tudi izvedba je bolj obširna.

6.2.1 Primer animacije

Poglejmo si nekaj praktičnih primerov, ki delujejo na podoben način kot primeri iz ločenih zvrsti v prejšnjih poglavjih. Pri kombiniranju umetnostnih zvrsti je treba paziti na primeren prostor in ustrezne pripomočke za delo. Verjetno je treba kombinacije prirediti za izbrano skupino uporabnikov.

Glavna metoda dela, prikazana v naslednjih primerih, je ponovno prosta umetnostna improvizacija, opisane pa bodo različne kombinacije.



Glasba in likovna umetnost

Skupina je razdeljena v dve podskupini. V prostoru imamo poseben del, kjer stojijo instrumenti, in večji del neposredno zraven, kjer je prostor z mizo in materiali za likovno ustvarjanje. Skupini sta vsaka v svojem delu prostora. Naloga prve skupine je, da v prosti glasbeni improvizaciji zaigra, kar jim animator pokaže kot likovno predlogo. Animator pred začetkom izbere nekaj slik z motivi in glasbeni skupini pokaže nekaj možnih likovnih motivov. Skupina se odloči za eno sliko, ki jo bo zaigrala glasbeno.

Druga skupina čaka na prvo, da ta prične z glasbo. Potem prosto rišejo na glasbo, ki jo slišijo. Rišejo naj vsak zase. Vse skupaj naj traja približno 10 minut. Potem glasbena skupina počasi zaključi z improvizacijo, likovna skupina pa zaključi svoje risbe.

Potem likovna skupina pokaže svoje izdelke in razloži, kaj so narisali in zakaj, kaj v glasbi jih je vodilo k določenemu likovnemu izrazu. Nato glasbeniki pokažejo izviren likovni motiv, po katerem so ustvarjali glasbo, in kakšen je bil proces igranja. Vsi skupaj primerjajo izvirno sliko z nastalimi izdelki likovne skupine in poiščejo skupne točke ali odstopanja. Sprašujejo se, kako je glasba lahko sporočala likovni izraz in obratno.



Likovna umetnost, glasba in ples

Skupino razdelimo v dva dela. Glasbeni skupini da animator več likovnih motivov, med katerimi skupina izbere enega. Na ta motiv izvajajo improvizirano glasbo, druga skupina pa na to glasbo pleše. Pustimo jim čas.

Ob koncu plesna skupina pove svoje mnenje o vsebini glasbe, to potem primerjajo z likovnim motivom, ki si ga je za navdih izbrala glasbena skupina.



Glasba in ples

Skupino razdelimo v dva dela. Prva skupina se potihoma odloči za temo njihove glasbene improvizacije. Poiščejo naslov in se domenijo za okvirjen način igranja in instrumentarij. Druga skupina čaka, da se glasba prične. Njihova naloga je, da ob glasbi izvajajo prosto gibanje in ples. Vse skupaj naj traja približno 10 minut. Ob koncu plesalci komentirajo glasbo in svoj ples na to glasbo. Poskušajo najti naslov za ta ples. Potem obe skupini med seboj primerjata naslova improvizacij, stične točke in razlike.



Ples in glasba

Skupino razdelimo v dva dela. Tokrat glasbena skupina sledi plesni skupini. Plesna skupina izvaja gibe in ples po prosti izbiri. Glasbena skupina njihove gibe in ples poizkuša ujeti v glasbo. Ob koncu se obe skupini med seboj pogovorita o dogajanju.



Likovna umetnost in drama

Animator pokaže skupini več slikovnih predlog. Skupina se odloči za eno izmed slik. Na podlagi te slike skupina odigra improvizirano igro. Pred igranjem določijo osebe oz. akterje igre, izberejo rekvizite, postavijo sceno, sam potek igre pa je spontan.



Likovna umetnost in drama

Skupina ali skupine naj imajo največ po pet udeležencev. Skupini animator ponudi nekaj likovnih motivov, na podlagi katerih bo skupina izvedla igro. Ko se skupina odloči za en motiv, za to igro najprej izdelava lutke, s katerimi bo odigrala lutkovno predstavo – igro. Za izdelavo lutk naj bo ponujen primeren material, kot so papir, lepilo, škarje, voščene barvice, barvast papir, palice, na katere se pritrjuje lutke, karton za izdelavo scene in nekaj manjših rekvizitov, ki jih lahko uporabijo.

Za izdelavo lutk in scene lahko skupina porabi okrog 20 minut. Potem z narejenimi lutkami odigrajo igro na temo likovne predloge, ki so jo izbrali na začetku.

Opisani primeri so možne kombinacije različnih umetnostnih zvrsti z namenom obogatiti delo v animaciji z umetnostnim izražanjem.



Katere kombinacije zvrsti so po vašem mnenju najbolj pogoste in katere zvrsti se najbolj dopolnjujejo?

Zelo pomembna pri kombinaciji zvrsti je ustrezna pripravljenost animatorja. Sposoben mora biti vodenja in razumevanja ne le posameznih zvrsti, temveč tudi vplivov, ki jih imajo druga na druga in posledično za uporabniške skupine.

Povzetek

V zadnjem poglavju smo stopili še korak dlje v animaciji z umetnostjo in pogledali, ali je umetnostne zvrsti možno in smiselno tudi kombinirati. Odgovor je zagotovo pritrdilen, vendar potrebuje tudi več sposobnosti animatorja, za udeležence pa gotovo pomeni večji izziv in obenem obogatitev. Naj bo to tudi vodilo ob koncu učbenika. Ukvarjanje z animacijo z umetnostnim izražanjem, ne glede na izbrano umetnostno smer, naj bo vedno v prvi vrsti namenjeno dobrobiti in izboljšanju življenja uporabnikov, ki sicer trpijo pomanjkanje na vsaj enem področju svojega življenja. Zato imamo umetnost, da si z njo pomagamo.



Preverjanje razumevanja

1. Ali je smiselno umetnost deliti od človeka? Ali je umetnost višja od človeka in tisti, ki ji je bližje zato boljši od tistega, ki mu je tuja?
2. Kadar so umetnostne zvrsti kombinirane je nivo posamezne zvrsti drugače kot kadar delamo ločeno. Zakaj je potem potrebno vračanje nazaj in ponovno združevanje zvrsti. Katere koristi imajo od tega uporabniki?
3. Kadar človek pleše sliši glasbo, ko sliši glasbo vidi barve, ko gleda ples vidi igro... Kje so glavni viri povezav med smermi, zakaj govorimo o istem izvoru? Kako lahko čutimo, predstavimo, uporabimo, dokažemo te vezi? Zakaj se človek vrača nazaj v izvor, če je pa z razvojem že tako daleč? Kje lahko z animacijo umetnosti iščemo prave rešitve za boljši in pravilen razvoj uporabnikov, ki potrebujejo vodstvo in smer?

LITERATURA

- Boh, B. *Metoda petih ritmov po Gabrielle Roth: študijsko gradivo za študente podiplomskega študija Pedagoške fakultete – Pomoč z umetnostjo*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta 2008.
- British Psychodrama Assocoation (online). 2011. (citirano 03.05.2011). Dostopno na naslovu: <http://www.psychodrama.org.uk/index.php>.
- Caf, B., Slunjski, M. *Umetnostna terapija – kakšna terapija? Zbornik prispevkov*. Maribor: Slovensko Združenje Umetnostnih Terapevtov, 2005.
- Darnley-Smith R., Patey, H.M. *Music Therapy*. London: SAGE Publications, 2003.
- Edwards, D. *Art Therapy*. London: SAGE Publications, 2004.
- Jennings, S. *Introduction to Dramatherapy: Theatre and Healing*. London: Jessika Kingsley Publishers, 1998.
- Jones, P. *The Arts Therapies: a revolution in healthcare*. New York: Brunner-Routledge, Hove, 2005.
- Knoll, Š. L., Knoll, C. *Short-term Music Therapy in War-Affected Areas*. Maribor: Slovensko Združenje Umetnostnih Terapevtov, 2009.
- Knoll, Š. L., Knoll, C. *Glasbena terapija z deklico s posebnimi potrebami*. V: *Glasba v šoli in vrtcu*, 2008, št. 1, str. 20–27.
- Knoll, Š. L., Knoll, C. *Glasbena terapija za otroke z učnimi težavami*. V: *Bilten društva Bravo*, 2008, št. 8, str. 42–43.
- Knoll, Š. L. *Otroci s posebnimi potrebami skozi oči glasbene terapije*. V: Založnik, B. *Otroci s posebnimi potrebami: integracija in inkluzija*. Nova Gorica: Educa, 2006.
- Knoll, Š. L. *Glasbena terapija in Evropska glasbena V: Plesna umetnost*, priročnik za udeležence programa, Oddelek za muzikologijo in pedagoško izobraževanje, Filozofska fakulteta Ljubljana, 2006.
- Levy, F. J. *Dance Movement Therapy: A Healing Art*. Reston: The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 2003.
- Makarovič, J. *Antropologija ustvarjalnosti: biologija, psihologija, družba*. Ljubljana: Nova revija, 2003.
- Meekoms, B. *Dance-Movement Therapy*. London: SAGE Publications, 2002.
- Oldfield, A. *Interactive Music Therapy - A Positive Approach*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2006.
- Oldfield A. *Pied Piper*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2001.
- Ravbar, M., Bole, D. *Geografski vidiki ustvarjalnosti*. Ljubljana: Založba ZRC, 2007.

- Reiss, S. *Who Am I? The 16 basic desires that motivate our actions and define our personalities*. New York: Tarcher/Putnum, 2000.
- Schuller, A. *Ustvarjalnoterapevtski proces: imoaginacija, (inter)akcija, (avto)refleksija*. V. *Oblike in metode dela v umetnostni terapiji. Zbornik prispevkov*. Caf, B., Cajnko, B. (ur.), Maribor: Slovensko združenje umetnostnih terapevtov, 2008.
- Trstenjak, A. *Psihologija ustvarjalnosti*. Ljubljana: Slovenska matica, 1981.
- Vivod-Rajh, I. *Skupinska gibalno-plesna terapija pri osebi z duševno motnjo (študija primera)*. V: Caf, B. & Cajnko, B. (ur.) *Oblike in metode dela v umetnostni terapiji. Zbornik prispevkov*. Maribor: Slovensko združenje umetnostnih terapevtov, 2008.
- Wigram, T. *Improvisation. Methods and Techniques for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. London, New York: Jessica Kingsley Publishers, 2004.
- Wikipedia – *Art* (online). 2011. (citirano 5. 5. 2011). Dostopno na naslovu: <http://en.wikipedia.org/wiki/Art>.
- Wikipedia – *Catharsis* (online). 2011. (citirano 24. 4. 2011). Dostopno na naslovu: <http://en.wikipedia.org/wiki/Catharsis>.
- Wikipedia – *Drama* (online). 2011. (citirano 24. 4. 2011). Dostopno na naslovu: <http://en.wikipedia.org/wiki/Drama>.
- Wikipedija – *glasba* (online). 2011. (citirano 14. 4. 2011). Dostopno na naslovu: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Glasba>.
- Wikipedia – *Günter Ammon* (online). 2011. (citirano 4. 5. 2011). Dostopno na naslovu: http://de.wikipedia.org/wiki/Günter_Ammon.
- Wikipedia – *Jacob L. Moreno* (online). 2011. (citirano 4. 5. 2011). Dostopno na naslovu: http://en.wikipedia.org/wiki/Jacob_L._Moreno.
- Wikipedia – *Music* (online). 2011. (citirano 14. 4. 2011). Dostopno na naslovu: <http://en.wikipedia.org/wiki/Music>.
- Wikipedia – *Motivation* (online). 2011. (citirano 12. 4. 2011). Dostopno na naslovu: <http://en.wikipedia.org/wiki/Motivation>.
- Wikipedija – *ples* (online). 2011. (citirano 17. 4. 2011). Dostopno na naslovu: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Ples>.
- Wikipedia – *Sociometry* (online). 2011. (citirano 26. 4. 2011). Dostopno na naslovu: <http://en.wikipedia.org/wiki/Sociometry>.
- Wilkins, P. *Psychodrama*. London: SAGE Publications, 1999.

Projekt **Impletum**

Uvajanje novih izobraževalnih programov na področju višjega strokovnega izobraževanja v obdobju 2008–11

Konzorcijski partnerji:



Operacijo delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo RS za šolstvo in šport. Operacija se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007–2013, razvojne prioritete Razvoj človeških virov in vseživljenjskega učenja ter prednostne usmeritve Izboljšanje kakovosti in učinkovitosti sistemov izobraževanja in usposabljanja.