



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias.

Doug Goodkin: “ Kui lapsed loovad kunstitöö, musitseerivad või kasutavad oma keha liikumises on see nende jaoks tegevus, mille kaudu nad mõtestavad iseennast ja ümbritsevat maailma.

Marika Ratnik, Tallinna Ülikool, Loodus- ja tervisteaduste instituut, visuaalkunstiteraapia lektor; pere- ja kunstiterapeut, superviisor, Circle of Security vanemakoolitaja.

Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Loovteraapia on psühhoterapeutiline ravi ja taastusravi, millel on patsiendi ja/või kliendi (*enamasti eelistatakse loovteraapias kasutada mõistet „klient“*) tervislikust seisundist lahtuv selge eesmärk ning kus rakendatakse tõenduspõhiseid sekkumismeetodeid ja tehnikaid (Rüütel, 2018).

Loovteraapia põhineb kunstide kasutamisele ja jaotub neljaks spetsialiseerumissuunaks:

- kunstiteraapia (visuaalkunstiteraapia)
- muusikateraapia
- tantsu- ja liimusteraapia
- draamateraapia

Loovteraapia meetodid: individuaalne, vanem ja laps paar (diaad), pere, rühm, avatud stuudio.



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

(Visuaal)kunstiteraapias kasutatakse erinevaid kunstivahendeid: kunstieelsed materjalid, näpuvärvid, kliistrivärvid, pabermass, savi, plastiliin, voolimismass, loodusmaterjalid ja ...

... ja tehnikaid (joonistamine, maalimine, mosaiik, kollaaz, meisterdamine, diorama, karbid, saviga töö, scrapbook, muudetud raamat, mandala, maskid, nukud, portreed, kehapildid, ...), et anda lapsele võimalus oma mõtete, tunnete, soovide, fantaasiate ning vajaduste väljendamiseks talle sobival ja huvipakkuval moel. Kunstiteraapiasse integreeritakse samuti muusikat, liikumist ning lugude loomist ja etendamist.

Oluline on kunstitöö valmimise protsessi ja kunstitöö sisu mõtestamine.

Esteetiline väärtus ei ole oluline (*kunstitööks võib olla ka lapse maal, kus ta katsetab erinevaid värve ja omistab neile isikupärase tähenduse*).



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Muusikaterapias on muusika vahendiks, mitte eesmärgiks.

Muusikaterapias toimub suhtlemine ja eneseväljendus muusika vahendusel. Sõnaline kommunikatsioon võib mõnikord täiesti puududa.

Seanss haarab kliendi muusikalisse kogemusse erinevatel viisidel. Põhilised meetodid ja tehnikad, mida kasutatakse teraapiliste eesmärkideni jõudmiseks, on seotud muusika aktiivse kuulamise, improviseerimise, muusika taasesitamise ja komponeerimisega. Lisaks muusikale leiavad muusikaterapias sekundaarse rakenduse ka teised kunstimeediumid, nagu liikumine, tants, rollimängud narratiivid, lugulaulud, poeesia, kirjandus, joonistamine, maalimine jt. käelised tegevused.

<http://www.loovteraapiad.ee/muusika.html>



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Tantsu- ja liikumisteraapia aluseks on põhimõte, et keha ja meel on omavahel seotud, omades vastastikku mõjuvat toimet inimese tervises ja heaolus. Tantsu- ja liikumisteraapias terapeutilise protsessis peamiseks vahendiks on liikumine, mis tekib turvalises keskkonnas kliendi ja terapeudi koostöö käigus.

Lähtudes kliendi konkreetsetest vajadustest, ühendab tantsu - ja liikumisteraapia liikumise, loova eneseväljenduse ja kehateadlikkuse.

Inimkeha nähakse tantsu- ja liikumisteraapias kui ressursi, mis ühendab inimkogemuse erinevad aspektid – meie kehas kohtuvad tunded, mõtted, aistingud, mälestused ja kõik see, mis meid inimesena defineerib.

Liikumine annab meile võimaluse väljendada seda, mida sõnadesse on raske, või ei saa panna. Siiski on kogemuse sõnaline mõtestamine ja jagamine sageli osaks terapeutilisest seansist.

<http://www.loovteraapiad.ee/tants.html>

Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Loovteraapia sekkumistasandid on mittehierarhilised tasandid, mis on eristatavad nii eesmärkide kui tööviiside poolest (Rüütel, 2018).

- Psühhoterapeutiline (traumakogemused, emotsionaalsed probleemid, käitumisprobleemid, rasked elumuutused, peresuhted)
- Rekreatiivne (loovus, edukogemus, heaolu, avastamisrõõm)
- Funktsionaalne koos psühhoedukatiivse aspektiga (motoorika, keskendumine, koostöö, verbaalne eneseväljendus (julgus), tunnete väljendamine)
- Diagnostiline (motoorika, tajuprotsessid, kognitiivsete funktsioonide hindamine)
- Palliatiivne (lohutuse ja leevenduse näiteks progresseeruva kuluga ja/või surmaga lõppeva haiguse korral)



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

- ❑ ATH, autistlikud jooned, impulsiivsus, emotsionaalsed ja käitumisprobleemid, õpiraskused
- ❑ kõnepuudega lapsed, valikulise mutismiga lapsed, liikumispuudega lapsed, intellektipuudega (ja muude kaasuvate puuetega) lapsed
- ❑ haiglaravil viibivad lapsed, sh progresseeruva kuluga haigusega lapsed
- ❑ traumakogemusega lapsed (hooletusse jätmine, füüsiline- ja emotsionaalne väärkohtlemine; traumad keerulistest peresuhetest tingituna)
- Sobiva kunstimeediumi leidmine (kunst, muusika, liikumine).
- Eakohasuse ja hetke arengutaseme printsiibi rakendamine
- Rõõmu ja naudingu pakkumine
- Vajadusel (täielikult)mitteverbaalse lähenemise kasutamine

Laste joonistused on metafoorsed väljendused nende psühholoogilistele ja emotsionaalsetele avastusele nende sisemisest ja välisest maailmast (Essame, 2010).

Sissejuhatuseks kunstiteraapiasse:

Laste ja noortega psühhoterapeutilisel meetodil töötamisel on oluline anda neile aktiivse osalemise võimalus, neid motiveeritult kaasata. Laste kognitiivne areng, abstraktse järeldamise oskus ja ekspressiivse kõne oskused piiravad nende verbaalset eneseväljendust. Küll aga on nende sõnadeks märgid ja sümbolid, mida nad oskavad luua ja kasutada juba kõne-eelsest perioodist, et anda edasi oma kogemusi ja tajumusi ümbritsevast.

Lapsed kasutavad märgilist eneseväljendust ja mängimist enese rahustamiseks, kogetu väljendamiseks ja sellele tähenduse omistamiseks.

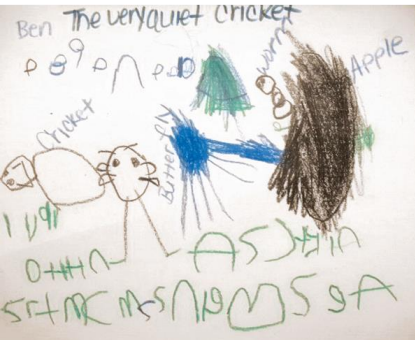
Märkide ja sümbolite abil suhtlemine on oluline osa õppimisprotsessist: kujutada tundeid, milleks pole sõnu; paigutada "hoiule" tugevad emotsioonid; väljendada ennast terapeutile, kes aitab mõista, mis on märkide ja sümbolite tähendused ja korrastada seeläbi kogetut (positiivsed ja negatiivsed).



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Kunstiteraapiast

- Teraapilise loomingulise protsessi olemus:
- Lapse ja terapeudi suhte loomine, turvalise paiga kujundamine
- Lapsele eksperdi rolli andmine
- Tutvumine ja tegutsemine kunstivahenditega (vajadusel lapse abistamine, juhendamine)
- Loodavale ehk ideele vormi ja sisu “andmine”
- Loodu (koos)vaatlemine (selle valmimise protsessi ja sisu üle arutlemine)
- Mitteverbaalse lähenemise võimaldamine



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Laste loomingulises tegutsemises loodud kunstitöös on nähtav:

- Üldine arengutase (Lowenfeldi joonistuste arenguline kujunemine: ealised tunnused: pildi organiseeritus, sisu, vormid, värvid, teemad, stiililine kvaliteet)
- Lapse sisemised kognitiivsed skeemid (internaliseeritud varastest suhetest)
- Kognitiivne (tähelepanu, keskendumine, mõtlemisprotsessid, täidesaatvad funktsioonid)
- Affektiivne (tunded, eneseregulatsioon)
- Psühhomotoorne (silma- ja käes koostöö, peen- ja jämemotoorika)
- Käitumuslik perspektiiv (enesejuhtimine, sotsiaalsed oskused)



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Kunstiteraapia ja lapse aju

- Suhtlus terapeudiga kunstivormide kaudu ja tegutsemine kunstivahenditega omavad positiivset mõju lapse aju plastilisusele ja toetavad neuronite aktiivsuse tegurid, mis aitavad ennetada neurogeneratiivseid haigusi
- Värvid, tekstuur mõjutavad limbilise süsteemi mälestusi mida on võimalik terapeudi abiga väljendada, mõista ja uuesti integreerida
- Laste traumakogemused on talletatud paremas ajupoolkeras



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Kunstiterapeudi oskused:

- Lapse käitumise jälgimine, tugevuste ja arengupotentsiaali kaardistamine
- Lapse toetamine loomingulises protsessis ja selle ning kunstiloomingu reflekteerimisel
- Lapse enesehinnangu ja positiivse minapildi toetamine (peegeldused, tagasiside)
- Lapsele kontrolli ja vastutuse andmine ning piiride seadmine (ruum, materjalid, .. füüsiline ja emotsionaalne turvalisus)
- Lapsele õppimiskogemuse võimaldamine (suhtemudel, käitumise korrigeerimine loomingulises protsessi ja klient-terapeut suhte abi)

Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Kunstiteraapia tõenduspõhisus

Kunstiteraapia kõige laiemaks eesmärgiks on laste arengu toetamine:

- mina-kontseptsioon enesehinnang eneseanalüüsivõime
- probleemilahendamise oskuste arendamine
- emotsionaalsest pingest vabastamine
- agressiivsuse ja impulsiivsuse vähendamine
- turvalise keskkonna pakkumine erinevate tunnete ja murede väljendamiseks
- võimaluste loomine kontrolli- ja enesejuhtimise ning iseotsustamise tunde kogemiseks
- positiivse käitumise ja positiivsete suhete toetamine

(Karkou & Sanderson, 2004; Gersch & Goncalves, 2006, Chilcote, 2007; Alavinezhad, Mousavi & Sohrabi, 2014; Deboys, Holttum & Wright, 2016).

Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Joonistuste kaudu identifitseeriti koolieelses eas lapsed (n= 50), kellel olid emotsionaalsed, sotsiaalsete oskuste (kohanemine) ja suhtlemisprobleemid. Kasutati selleks “visuaalset keelt” (värvid, ruumikasutus, elemendid ja detailid pildis).

Lapsed osalesid kunstihariduse programmis, mis tugines õppekavale.

Programmi rakendamine , kus joonistamist kasutati diagnostilisel ja terapeutilisel eesmärgil näitas, **et see toetas laste kohanemist ja paremat integreeritust lasteaias.**

Raluca & Bocos (2013). Formative influence of preschoolers through Art education. Procedia - Social and Behavioral Sciences 76 (2013) 71 – 76.

Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

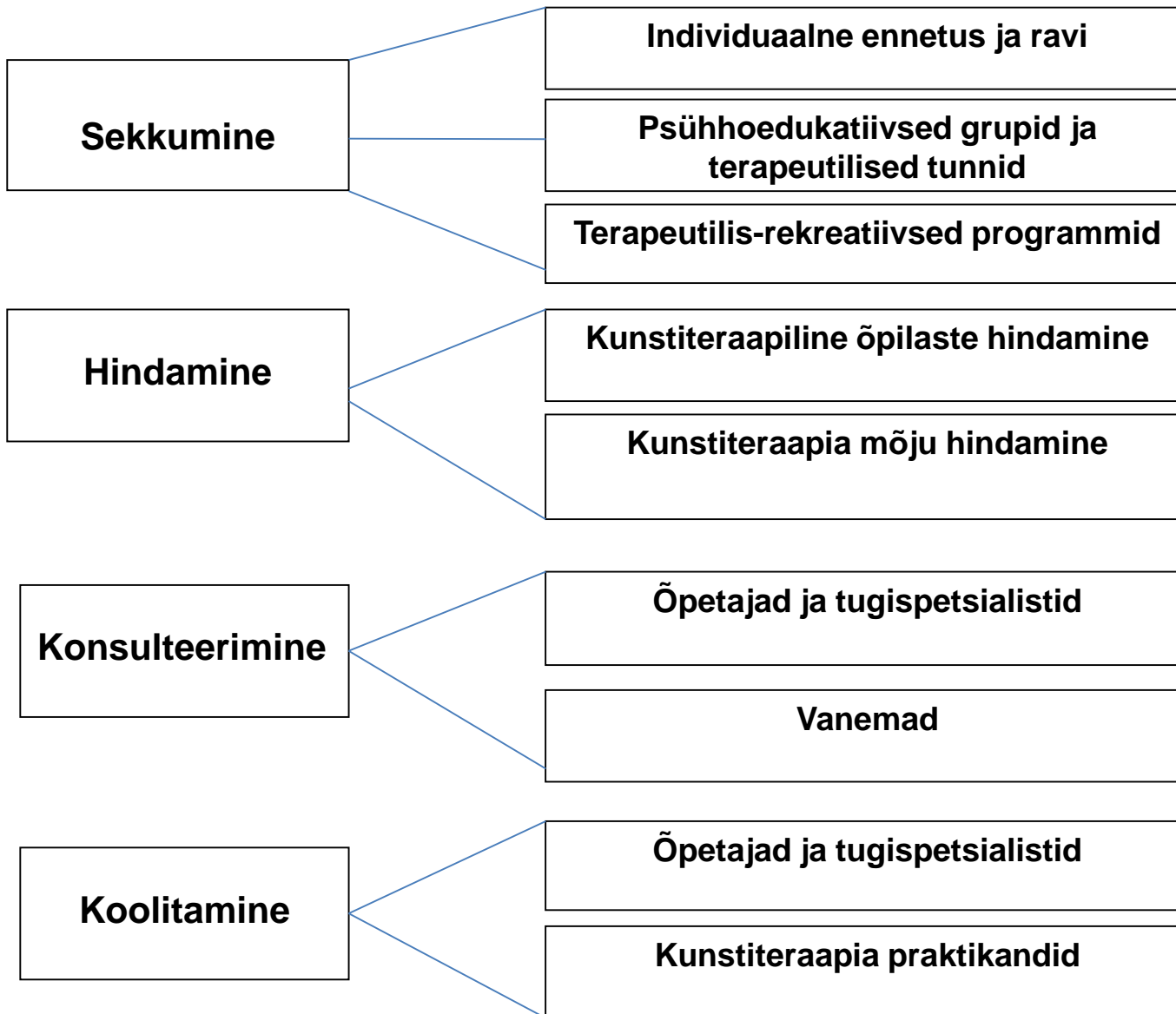
Woolford, Patterson, Macleod, Hobbs ja Hayne (2015) uurisid kolmekümne kolme 5-12 aastase lapse käest, kas nad eelistavad oma vaimse tervise probleemist rääkida või samal ajal ka joonistada. **Selgus, et 55% lastest eelistas joonistamist koos rääkimisega. Peale terviseprobleemist rääkimist, nii nagu lapsed seda teha soovisid, küsiti nende eelistust: 47 % joonistajatest ja 62 % jutustajatest vastas, et valiks joonistamise .**

(Woolford, J., Patterson, T., Macleod, E., Hobbs, L., ja and Hayne, H. (2015). Drawing helps children to talk about their presenting problems during a mental health assessment. Clinical Child Psychology and Psychiatry, 20(1), 68–83.)

Eesti **koolikunstiterapeutide** tööspetsiifikat kirjeldavad kategooriad (n= 4).

Kunstiteraapia	Kunstiterapeutid n= 5	Juhtivtöötajad n= 7	Kokku
Tegevuslik, loomingupõhine	5	7	12
Erinevad töötamise vormid	4	7	11
Terapeutilised tunnid	4	5	9
Maandav ja rahustav toime	5	4	9
Terapeutiline suhe	5	2	7
Kohanemise toetamine		7	7

Koolikunstiterapeudi erinevad töövadlkonnad ja sekkumisvormid hariduslike eesmärkide saavutamisel



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Juhtum: 6 aastane poiss (õpib tänaseks väikeklassis), raskused keskendumisel, juhitud tegevustes; peenmotoorikas.

Vanem-laps kunstiteraapia meetod: koostöö, üksteisega arvestamine, üksteise vajaduste märkamine ja mõistmine, ühise plaani järgi tegutsemine.

Individaalne meetod: tähelepanu, keskendumine ja plaani järgi tegutsemine, soovitud esteetilise tulemuse saavutamise toetamine tegevuste ja protsessi struktureerimisega.

Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

- Kaasav haridus
 - Erilised lapsed
 - Varane märkamine ja sekkumine (laste arenguprobleemid)
 - Muutunud õpikäsitlus
 - Lapsesõbralik, loominguline, mänguline ja mitteverbaalne tugiteenus
- ❖ Kunstide kasutamine õpetamises (erinevatesse tegevustesse integreerituna).

PRAKTIKLINE HARJUTUS



Loovteraapia võimalused laste arengu toetamisel lasteaias

Kunstiteraapiate õppekava/magistriõpe 2 aastat.

Tallinna Ülikool, loodus ja terviseteaduste instituut:

<https://www.tlu.ee/kunstiteraapiad>

Loovterapeut tase 7 kutsestandard:

<https://vana.kutsekoda.ee/et/kutseregister/kutsestandardid/10543799>

Eesti Loovteraapiate Ühing:

<http://www.loovteraapiad.ee/>

TÄNAN!