

Vzdelávací program:
Artefietika ako preventívna sociálno-výchovná
činnosť v škole

11.10.2018 – 8.2.2019

Technika „Putovné
kreslenie“ zameraná na
sebakontrolu
pri obmedzení svojho priestoru
(zvládanie agresivity)

PhDr. Diana Dombrovská
ZŠ Tišnov, Česká republika

8.2.2019

Ciel' techniky „Putovné kreslenie“

- sebakontrola pri obmedzení svojho priestoru (zvládanie agresivity)
- uvoľnenie tvorivosti
- podpora spolupráce i sebarealizácie, ich vyváženosť
- oslobodenie sa od fixácie na vlastnej predstave, odpútanie sa od individualizmu, egocentrizmu pri samostatnej práci, kde nikto nezasahuje, neovplyvňuje to
- tréning prispôsobivosti situácie, ktorú človek nemá vo svojich rukách

Úloha

- zadávaná v skupine
- každý zúčastnený na formát (A4/A3) začne kresliť svoj obrázok na ľubovoľnú tému
- po určitom čase (cca 5-10 min) obrázok posúva o jedno miesto doprava tomu, kto sedí na danom mieste
- ten dokresľuje obrázok, ktorý sa k nemu dostal, podľa seba bez zisťovania zámeru pôvodného autora obrázka
- takto sa po chvíli obrázky zas posunú k ďalšiemu susedovi po pravej ruke
- opakuje sa to niekoľkokrát (podľa počtu účastníkov)

Reflexia aktivity

- obrázok sa vráti k pôvodnému autorovi
- Popíš svoj obrázok – názov obrázku, čo je na ňom, aký príbeh sa v ňom ukrýva.
- Ako sa ti kreslilo? (proces, forma)
- Ako si sa pri tom cítil?

(prežívanie k procesu, priebehu, spolupráci X samostatnosti)

- Aký bol tvoj pôvodný zámer?

(vlastná predstava, vymedzenie svojho priestoru)

Reflexia aktivity

- Ako ťa prekvapilo to, čo dokreslili ostatní? (adaptácia na zmenu)

- Ako si si s tým poradil?

(zvládanie stratégie adaptácie na zmenu svojho očakávania -prežívanie...)

- Ako sa ti darilo naladiť na to, čo robili ostatní?

(adaptácia na zmenu, odpútanie sa od individualizmu, egocentrizmu pri samostatnej práci, kde nikto nezasahuje, neovplyvňuje to)

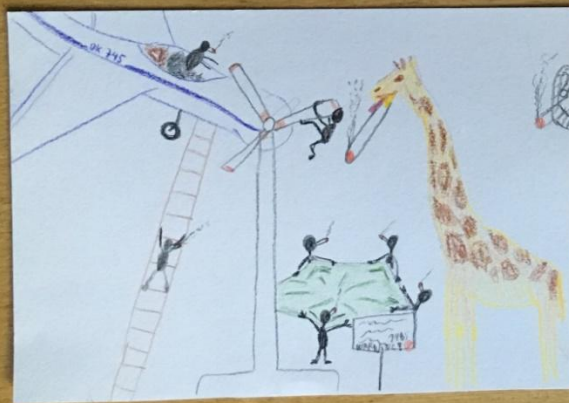
- Ako si s výsledkom spokojný?

(spokojnosť s vlastným výkonom a sebarealizáciou, s výkonom a prínosom ostatných)

Poznámka, použitie

- Aktivita nie je na prvý pohľad priamo prepojená so zvládaním agresivity.
- Pri vstupe druhého človeka do vlastného priestoru (keď do môjho obrázku niekto kreslí niečo iné, celkom mení jeho zámer, možno ho "kazí" nešikovným kreslením) sa môže objaviť vnútorné napätie, negatívne emócie – hnev, odpor, frustrácia... a tiež agresívne tendencie.
- Aktivita ponúka priestor na tréning a vyjadrenie svojho napätia, podporu zvládajúcich stratégií pri tejto situácii.

Ukážka práce s dospělými klientmi



Dominik (11 rokov), Dominik (10 rokov) a ja



Dominik (11 rokov), Dominik (10 rokov) a ja



Dominik (11 rokov), Dominik
(10 rokov) a ja

