

ARTECOACHING

LUIZA SKUTNIK

Sztuka i pytania, dając wgląd w siebie, stają się nieodkrytym narzędziem lekcji przyszłości. Warto przybliżyć się do sztuki i procesu tworzenia jak do części życia, których wpływ można wykorzystać w samorozwoju ucznia. Połączenie sztuki i zadawania pytań to jednoczesne pobudzenie do działania obu półkul mózgu. Zatem artecoaching to narzędzie do rozwoju wielu kompetencji przyszłości na lekcji przyszłości.



Kompetencje przyszłości są drogowskazem dla szkół, jak modyfikować obecne metody i formy kształcenia, by absolwenci odnaleźli się nie tylko na rynku pracy, ale w życiu, w świecie, którego często jeszcze nie znamy. Twórcze myślenie to uniwersalna kompetencja, przydatna zawsze. Kreatywność w szkole to także projektowanie lekcji jako miejsca na wychodzenie poza schemat dla nauczyciela oraz ucznia. Przyszłość zaczyna się teraz, ale nie da się zbudować nowego starymi metodami, które nie przygotowują nas na nieznane. Wyjście poza schemat to wyjście poza strefę komfortu nauczyciela, ale dopiero tam przecież zaczyna się rozwój wszystkich: nauczyciela, rodziców, uczniów. Zatem zachęcam do poszukiwania nowych rozwiązań w szkole, narzędzi umożliwiających rozwój ucznia także pod kątem kompetencji, gdyż to inwestycja w budowanie naszej przyszłości. Artecoaching w szkole to moja próba wyjścia poza schemat myślenia o lekcji. Upatruję w nim niezwykłą przestrzeń do wsparcia ucznia, a także nauczyciela, który dla mnie jest projektantem, twórcą miejsca

i czasu dla wszechstronnego rozwoju podopiecznych w szkole. Mam nadzieję, że ta inspiracja stanie się narzędziem używanym na lekcji różnych przedmiotów, gdyż według mnie ma ogromny potencjał, co postaram się przedstawić w niniejszym artykule.

ARTECOACHING

Zacznijmy od przybliżenia zagadnienia. Składa się z dwóch dziedzin: arteterapii oraz coachingu. Obie mają niezwykle wpływ na rozwój człowieka, połączone dają nowe możliwości, dla których widzę przestrzeń w szkole. Zanim jednak przejdziemy do przykładów, przyjrzyjmy się każdej z tych dziedzin oddzielnie.

ARTETERAPIA

Jak wskazuje etymologia słowa, arteterapia jest terapią za pomocą sztuki. To najbardziej ogólna definicja. Konkretyzując, w oddziaływaniu na człowieka zawiera się przestrzeń nie tylko terapeutyczna,

LUIZA SKUTNIK

ale także ogólnorozwojowa. Sztuka, bliska naturze człowieka, znalazła swoje zastosowanie także w obszarze jego wzrastania. Jako arteterapeuta i plastyk pomagam ludziom w rozwoju, wykorzystując głównie sztuki plastyczne, gdyż są one najbliższe memu sercu. Jednak można korzystać z całego wachlarza sztuki, wykorzystując proces twórczy jako narzędzie wglądu do wnętrza człowieka: muzyki, tańca, teatru, dramy, literatury, filmu. *Termin arteterapia pojawił się w literaturze anglojęzycznej w latach 40. XX wieku, a w Polsce w 70. (...) W języku polskim angielskie słowo art jest tłumaczone jako sztuka, jednak w przypadku arteterapii odnosi się ono bardziej do twórczości, ekspresji czy kreacji (...) opiera się na przekonaniu, które mówi, że proces twórczy ułatwia wyzdrowienie, umożliwiając komunikowanie myśli i uczuć w sposób niewerbalny. Jest stosowana po to, by wspierać rozwój osobisty. Pomaga ludziom w każdym wieku nadać sens przytłaczającym ich emocjom, urazom, uwolnić je, zrozumieć – i doznać ulgi, rozwiązać konflikty i problemy, a tym samym wzbogacić życie codzienne oraz osiągnąć dobre samopoczucie¹.*

W pracy arteterapeutycznej nie mają zupełnie znaczenia zdolności czy predyspozycje do tworzenia, celem nie jest bowiem efekt końcowy, a jedynie proces twórczy. Poprzez rysunek omijamy świadomość i głębiej zaglądamy w siebie. To okno do naszej podświadomości, umożliwiające dotarcie do naszych emocji, potrzeb, myśli, przekonań. Dlaczego to jest tak ważne? Jak powiedział Stanisław Popek, *człowiek jest istotą najbardziej odporną na zmiany i jednocześnie ich pragnącą²*. Wynika to z ewolucji i budowy mózgu. Badania pokazują, że 90% naszych reakcji, zachowań, decyzji wywodzi się z przekonań zapisanych w naszej podświadomości. To efekt w dużej mierze mechanizmów funkcjonowania naszego mózgu. Z uwagi na to, że mózg stanowi jedynie 2% masy ciała, a do prawidłowego działania zużywa ponad 20% energii ze wszystkiego, co jemy i pijemy, główną wytyczną, którą się kieruje, jest energooszczędność. To, co zapisane w podświadomości, nie zajmuje miejsca

w świadomości. Dla mózgu jest to korzystne rozwiązanie, bo to, co w podświadomości działa jak program, czyli zachowanie automatyczne, wymaga mniej energii. Natomiast dla nas jest to rozwiązanie mało korzystne, ponieważ:

- zapisane w podświadomości przekonania często nas ograniczają i przynoszą dużo szkody,
- w podświadomości mamy tzw. sprawdzone schematy zachowania, co z punktu widzenia mózgu zapewnia nam bezpieczeństwo i przetrwanie, a jemu samemu energooszczędność, ale zatrzymują nas one w miejscu, hamując rozwój,
- bez wglądu w zapisane w podświadomości przekonania i schematy nie mamy na nie wpływu, wpływ mamy bowiem tylko na to, co znajduje się lub przechodzi do świadomości.

Rysunek w arteterapii pozwala uzyskać wgląd w podświadomość, a zatem przenosi to, co tam znajdziemy, do świadomości. Co więcej, proces twórczy daje nam możliwość dotarcia do nieświadomości, a tam znajduje się wiele zasobów, do których na co dzień nie mamy dostępu. Jak podkreśla Stanisław Popek za L.S. Kubie, *proces twórczy polega na wynajdywaniu nowych i nieprzewidywanych skojarzeń, dlatego najważniejszą rolę gra tu podświadomość. Świadomość pełni jedynie funkcję kontrolną i dlatego nie może być źródłem inspiracji twórczej (...) pełny proces twórczy polega na przenikaniu się (równowadze) świadomości, nieświadomości i podświadomości³*. Jako coach i arteterapeuta wyznaję zasadę, że każdy ma w sobie wszystkie odpowiedzi na wszystkie pytania nas dotyczące. Rysowanie z intencją uzyskania odpowiedzi pozwala uruchomić prawą półkulę i kreatywność, która dotyka zasobów wyobraźni i wchodzenia w myślenie dywergencyjne. Ma to także potwierdzenie w badaniach C.G. Junga, który uważał, że *proces twórczy jest żywą istotą, wyzwoloną z konwencji świadomości, jest wynikiem wewnętrznej energii, która tkwi w archetypie*. Nazywał to

¹ E. Baranowska-Jojko, *Arteterapia dla dzieci*, Gdańsk 2021, s. 11.

² S. Popek, *Psychologia twórczości plastycznej*, Kraków 2010 s. 22.

³ Ibidem, s. 51.

ARTECOACHING

kolektywną nieświadomością, która została odziedziczona po przodkach, a ujawnia się w typowych reakcjach człowieka, z pominięciem świadomości. Jung wyraźnie odnosi źródło wszelkiej twórczości do najgłębszych warstw osobowości⁴.

W arteterapii opartej o sztuki plastyczne proces twórczy to przede wszystkim rysowanie i malowanie. Warto uświadomić sobie, że pomimo, często negatywnego obecnie, podejścia przeciętnej osoby dorosłej do tworzenia plastycznego *rysowanie było aktywnością człowieka od zawsze. Za pomocą rysunku ludzie wyrażali swoje uczucia i rejestrowali ważne wydarzenia. Rysowanie to język wszystkich ludzi, który nie wymaga od nas specjalnych kompetencji, żebyśmy mogli go używać*⁵. Niestety na hasło „rysowanie” większość dorosłych nie rzuca się z radością do pracy twórczej. Pracując ze studentami na kierunku edukacja wczesnoszkolna i wychowanie przedszkolne, obserwuję wśród nich reakcje niechęci, stresu, napięcia i niepewności wobec procesu tworzenia. Podczas rozmowy potwierdzają, że złe wspomnienia z własnego doświadczenia edukacji plastycznej powodują, iż dziś nie jest to czynność sprawiająca im przyjemność. Badania nad kryzysem w twórczości plastycznej dzieci i młodzieży potwierdzają występowanie tego zjawiska w wieku między 11 a 16 rokiem życia. Niestety wśród przyczyn występowania tego zjawiska, jak zgodnie przyznają badacze, jest niewłaściwa edukacja plastyczna w szkole.

Arteterapia, zarówno dla studentów, jak i dla uczniów, jest i może być sposobem na eliminację błędów edukacji plastycznej, wynikających głównie z oceniania prac plastycznych i zahamowania twórczego samych nauczycieli. S. Popek podkreśla, że *analiza aktywności plastycznej wskazuje na to, że działania za pomocą środków wyrazu w plastyce (...) to odruchy samoregulacyjne, które poza progiem świadomości powodują niwelację napięć systemu nerwowego, a zatem stają się odblokowaniem złych energii, mechanizmu wyparcia i zahamowania*⁶.

Co więcej, rysunek w arteterapii nie jest tylko działalnością plastyczną. Proces twórczy odpowiednio zaprojektowany sprawia, że *rysunek może być lustrem i metaforą (...) ekspresyjny, abstrakcyjny czy realistyczny jest jak osobista notatka. Zaspokaja naturalną potrzebę notowania, rejestrowania, aby nie zostały zapomniane myśli, odczucia, wspomnienia, emocje. Rysunek to myślenie na papierze, myśląc na papierze, myślimy wielokrotnie:*

- *myślimy, co narysować;*
- *myślom nadajemy formę, kształt;*
- *rysując formę, używamy ręki – myślenie mięśniowe;*
- *oglądamy formę narysowaną – myślenie wzrokiem;*
- *oglądanie przeradza się w widzenie – myślenie refleksyjne, pytajne*⁷.

Zatem rysowanie w arteterapii to zwiększenie zakresu widzenia danego zagadnienia o obszary, które są poza świadomością. To także pobudzenie myślenia dywergencyjnego, rozwój twórczego działania. Rysowanie uwalnia napięcie, rozluźnia, a to przestrzeń do rozwoju i pobudzenia kreatywności, która znajduje się w tej części mózgu, gdzie stres zamyka do niej dostęp.

Reasumując, arteterapia ma ogromne możliwości oddziaływania na człowieka w każdym wieku. Widzę przestrzeń do jej stosowania w szkole. Osobiście wykorzystuję ten potencjał w pracy zarówno z uczniami szkoły podstawowej i liceum, jak i ze studentami. Ci ostatni odblokowali się plastycznie właśnie dzięki typowym ćwiczeniom z zakresu rysunku arteterapeutycznego. Co więcej, widzieli możliwość wykorzystania tych ćwiczeń do pracy z dziećmi w przedszkolu i w szkole. Co zyskali dzięki arteterapii? Odblokowali się twórczo poprzez zrzućcie napięcia i odzyskanie poczucia bezpieczeństwa twórczego, gdyż rysunek arteterapeutyczny nie podlega jakiegokolwiek ocenie. Radość pracy twórczej uruchomiła motywację wewnętrzną do działania. Ponadto rozwinęły wyobraźnię, dużo łatwiej

⁴ Ibidem, s. 52.

⁵ W. Karolak, *Rysunek w arteterapii*, Warszawa 2015, s. 25.

⁶ Ibidem, s. 434.

⁷ W. Karolak, op. cit., s. 27.

LUIZA SKUTNIK

wychodzili poza ramy, wymyślając zajęcia dla uczniów. Poznali siebie lepiej i zaufali sobie w podejmowaniu wyzwań projektowania zajęć w inny sposób niż ten, który dotychczas znali.

Arteterapia w szkole to przestrzeń, w której:

- nauczyciele mogą odzyskać radość z tworzenia i zyskać odwagę do kreatywnego wychodzenia poza znane ramy,
- kreatywny nauczyciel chętniej zaprasza ucznia na lekcji do tworzenia,

Arteterapia to narzędzie do regulacji emocji na każdym przedmiocie, krótkie i proste ćwiczenia mogą wyciszyć lub pobudzić, co daje okazję do rozwoju wyobraźni i myślenia dywergencyjnego. To także ćwiczenia, które pomagają myśleć na papierze, zwiększając dostęp do zasobów poza świadomym i logicznym umyślem.

COACHING

Wokół coachingu zrodziło się wiele niepochlebnych opinii, które postaram się w tym miejscu odczarować. W Polsce nie ma odpowiednika w samej nazwie tego zawodu i to od razu nasuwa pierwsze trudności. *Coach* w języku angielskim ma wiele znaczeń. *Może oznaczać nauczyciela, który dorabia do pensji, przygotowując uczniów do egzaminów* [od autorki: u nas jest to korepetytor] (...) *Może oznaczać także przedsiębiorczego rodzica, który jest zarówno trenerem i menadżerem zdolnego dziecka grającego np. w tenisa. Inne skojarzenie to trener dyscyplin sportowych, motywujący do działania lub może odnosić się do optacanego guru, który przedstawia kuszące sposoby uzyskiwania znakomitych efektów*⁸. To skupisko znaczeń w języku angielskim nakłada się na to, że coaching ma swoje korzenie w wielu dziedzinach, takich jak: psychologia, psychiatria, medycyna, fizyka, w teorii przywództwa, zarządzaniu, religii i filozofii, ale stanowi odrębną od nich wszystkich

formę oddziaływania. To wprowadza zamieszanie pojęciowe, a zatem utrudnia zrozumienie, czym coaching jest, a czym nie jest. J. Rogers uważa, że *bez względu na definicję, coaching jest tak stary jak ludzkość. Niektórzy uważają – całkiem słusznie – że to, czym zajmował się Sokrates 2400 lat temu w Grecji, było formą coachingu. (...) Metoda Sokratesa polegała na rozwiązywaniu problemów za pomocą zadawania pytań, dzięki którym człowiek jest zmuszony przyrzeć się swoim przekonaniom i je zakwestionować. Tym właśnie zajmują się współcześni coachowie*⁹. Zatem spojrzmy na definicję coachingu, w której osobiście od razu zauważyłam ogromną przestrzeń do zastosowania w szkole: *jest sztuką ułatwienia drugiej osobie uczenia się, rozwoju, działania i osiągnięcia dobrostanu. Podnosi samoświadomość i pozwala wskazać dostępne możliwości. Dzięki niemu ludzie odnajdują własne rozwiązania, rozwijają umiejętności oraz zmieniają nastawienie i zachowania. Celem coachingu jest pokonanie rozziwu między potencjałem jednostki a stanem obecnym*¹⁰.

Model lekcji, z perspektywy rozwoju kompetencji przyszłości w szkole, powinien się zmienić. Z przestrzeni odtwórczego działania ucznia na samodzielne poszukiwania, w wyniku których następuje dochodzenie przez ucznia do wiedzy – czyli aktywność i kreatywność winny być nowymi wskaźnikami jakości lekcji. Przestrzeń do uczenia się może zaistnieć tylko w przypadku zmiany roli nauczyciela. Z głównodowodzącego i wszytkowiedzącego oraz podającego gotową wiedzę uczniowi na projektanta, towarzysza w procesie uczenia się ucznia i coacha. Z punktu widzenia neurobiologów wynika, że mózg uczy się tylko w wyniku samodzielnego, wielozmysłowego, twórczego działania jednostki. Im częściej podane są gotowe odpowiedzi, tym mniej nowych neuronów powstaje w mózgu lub nie wzmacniają się te już istniejące, a zatem nie zachodzi proces uczenia się. Należy pamiętać, że zapamiętanie informacji nie jest tożsame ze zdobyciem wiedzy przez ucznia. Nauczyciel nie może przekazać wiedzy,

⁸ J. Rogers, *Coaching*, Sopot 2017, s. 12.

⁹ Ibidem, s. 14.

¹⁰ Ibidem, s. 15.

ARTECOACHING

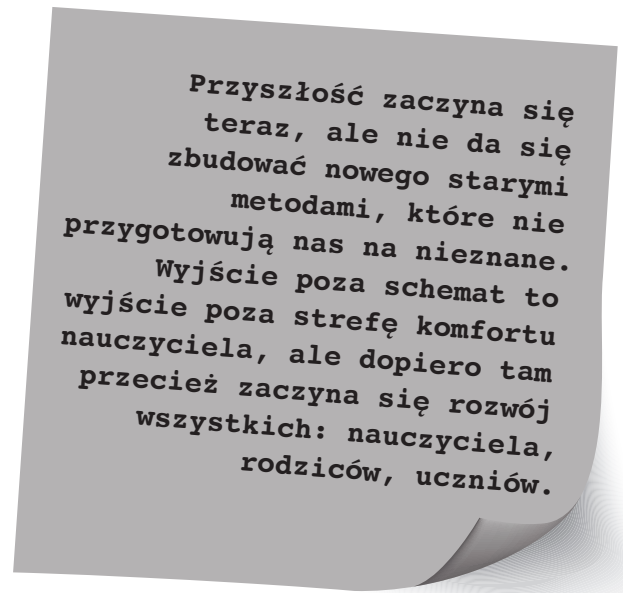
a jedynie informacje. Wynika to z działania mózgu. Nauczyciel może przekazać informacje, ale to tylko i wyłącznie działanie ucznia powoduje takie ich przetworzenie, by powstało nowe połączenie neuronowe w mózgu, czyli zaszedł proces uczenia się. Nauczyciel-coach to nowy wymiar lekcji. Zamiast gotowych rozwiązań mobilizuje się ucznia do odnalezienia reguł poprzez zadawanie pytań. To nie tylko powoduje głębokie przetwarzanie informacji, z których dopiero mózg tworzy wiedzę, ale także rozwija się wiele kompetencji, takich jak: rozwiązywanie problemów, kreatywne działanie i myślenie, podejmowanie decyzji, działanie pomimo błędu, współpraca, zaufanie do siebie; poprzez wzrost sprawczości zwiększa się także poczucie wartości.

Jak można wykorzystać to w szkole? Pokażę na podstawie artecoachingu, który jest połączeniem możliwości oddziaływania arteterapii i coachingu.

ARTECOACHING

Dzięki artecoachingowi docieramy do sfer, których nie jest w stanie uruchomić żadne słowo. (...) Sztuka przelatuje bariery. Podświadomość podpowiada rozwiązania, których nie można zobaczyć, pracując standardowymi technikami coachingowymi. W artecoachingu wzbogacenie pytań otwartych o arteterapeutyczne ćwiczenia przenosi w inny wymiar pracy nad danym zagadnieniem. Zastosowanie działań twórczych w procesie coachingowym wyrwa ze schematów. Pozwala to ominąć opory, które pojawiają się przy zwykłej rozmowie. Wykonane prace plastyczne pozostają w pamięci dłużej niż słowo, a co za tym idzie, efekty ćwiczeń arte, wykorzystanych w coachingu, mają szansę utrzymać się dłużej¹¹.

¹¹ K. Bogusz-Przybylska, *Sztuka daje moc, czyli czym jest artecoaching*: babskietabu.pl/2015/06/sztuka-daje-moc-artechoaching.



ARTECOACHING W SZKOLE

Jak przedstawiłam powyżej, arteterapia i coaching mają ogromne możliwości wsparcia ludzi w rozwoju, stąd widzę szeroką przestrzeń do zastosowania ich w szkole jako nowych narzędzi wzbogacających warsztat pracy nauczyciela:

- samej arteterapii jako ćwiczeń rozwijających kreatywność, ułatwiających wgląd w siebie i samopoznanie oraz regulację emocji,
- samego coachingu jako narzędzia używanego przez nauczyciela do wspierania ucznia w samodzielnym zdobywaniu wiedzy, znalezienia rozwiązania problemu,
- artecoachingu jako połączenia dwóch powyższych w jednym oddziaływaniu; poprzez twórcze skojarzenia uczeń może znaleźć rozwiązanie problemu, rozwiązanie, którego dotąd nie dostrzegał. Zwiększa to możliwość rozwoju kreatywności w myśleniu i działaniu ucznia w szkole.

Na następnych stronach przedstawię kilka przykładów ćwiczeń, mających konkretne cele.

LUIZA SKUTNIK

CEL NR 1: ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW**Ćwiczenie nr 1 – Instrukcja:**

- Narysuj problem, który masz rozwiązać. Użyj symboli, zastanów się nad kolorami, które do niego najbardziej pasują. Możesz stworzyć kolaż – doczep, doklej wszystko, czego potrzebujesz, by odzwierciedlić całą naturę i złożoność problemu.
- Wyobraź sobie, że masz czarodziejską różdżkę, którą możesz wyczarować trzy przedmioty, dzięki którym rozwiążesz problem. Narysuj je – wymyśl, wylosuj, wybierz.
- Zadaj sobie pytania:
 - Czym mogą być wyczarowane przedmioty w rzeczywistym rozwiązaniu twojego problemu? Co mogą symbolizować?
 - Jak możesz wykorzystać zastosowanie, funkcje tych przedmiotów do rozwiązania problemu?
 - Wypisz wszystkie przychodzące ci na myśl rozwiązania z wykorzystaniem tych przedmiotów, bez względu na to, czy są możliwe do zrealizowania w rzeczywistości, czy też nie.
 - Wybierz jedno z tych rozwiązań. Zadaj sobie pytania: czego potrzebujesz? Jak to zdobędziesz? Jakie będą twoje kroki do rozwiązania problemu?

Ćwiczenie nr 2 – Instrukcja:

- Narysuj dwa takie same kółka.
- Przyjmij, że jedno z nich jest ładne, a drugie brzydkie. Pokoloruj, ozdób je tak, by odzwierciedlały twoje założenia.
- Gdy kółka są już ozdobione, odwróć swoje założenia. Przyjmij, że ładne kółko staje się brzydkie, a to brzydkie staje się ładne. Pokoloruj, ozdób je tak, by odzwierciedlały twoje założenia.
- Teraz przetóż to ćwiczenie na sytuacje z twojego życia. Przyjmij, że to, co trudne, staje się łatwe, a to, co łatwe, staje się trudne – narysuj to według powyższej instrukcji.

5. Zadaj sobie pytania:

- Co może sprawić, że trudna dla mnie rzecz stałaby się łatwa?
- Co sprawia, że zakładam, że coś jest dla mnie trudne, a coś jest dla mnie łatwe?
- Co daje mi zmiana perspektywy widzenia tej sytuacji?
- Jak to wykorzystam do konkretnej sytuacji?

Ćwiczenie nr 3 – Instrukcja:

- Narysuj swój problem do rozwiązania.
- Znajdź 3 zdjęcia (Internet, gazety itp.) według tych wytycznych: dziwne, śmieszne, straszne.
- Do każdego zdjęcia wypisz swoje skojarzenia.
- Zastanów się, jak skojarzenia z tych zdjęć możesz wykorzystać do rozwiązania twojego problemu.
- Zadaj sobie pytania:
 - Jak to mogę przetożyć na rzeczywiste działania?
 - Co symbolizują zdjęcia i moje skojarzenia w moich zasobach?
 - Czego potrzebuję, by rozwiązać problem?
 - Jakie będą moje kroki do rozwiązania problemu?

CEL NR 2: BUDOWANIE POCZUCIA WARTOŚCI**Ćwiczenie nr 1 – Instrukcja:**

- Narysuj dwa drzewa: drzewo i drzewo marzeń.
- Przyjrzyj się rysunkom, opisz różnicę między drzewami.
- Przyjmij, że pierwsze drzewo jest tobą z teraz, a drzewo marzeń jest tobą z przyszłości.
- Opisz różnicę między tobą z teraz a tobą z przyszłości.
- Zadaj sobie pytania:
 - Jak widzę siebie w przyszłości?
 - Ile i jakie różnice są między rysunkami symbolizującymi ciebie?
 - Jakie cele postawisz sobie w przejściu między tobą z teraz a wizją z przyszłości?
 - Co już dziś możesz zrobić, by przybliżyć się do ciebie z przyszłości?

ARTECOACHING

Ćwiczenie nr 2 – Instrukcja:

1. Stwórz swój autoportret ze słów. Napisz słowa, które przychodzą ci do głowy, gdy myślisz o sobie lub poszukaj słów w gazetach, wytnij i przyklej w miejsce oczu, nosa, ust, uszu, włosów...
2. Szukaj słów, które są dla ciebie ważne, określają cię w pozytywnym i negatywnym wymiarze, twój wygląd, cechy, wartości, przekonania.
3. Zadaj sobie pytania:
 - Jakimi słowami się otaczasz?
 - Jakich słów używasz, by mówić do siebie lub do innych?
 - Jakie słowa są ukryte w twoich myślach?
 - Jakimi słowami się wypełniasz od wewnątrz?
 - Jakie słowa cię hamują, a jakie uskrzydłają?
 - Których jest więcej?
 - Co możesz zrobić, by słowa cię uskrzydlały, wspierały?

Ćwiczenie nr 3 – Instrukcja:

1. Zrób mapę skojarzeń do słowa BŁĄD.
2. Narysuj, zrób rzeźbę: jak wygląda błąd? Jakie ma kolory, faktury, z jakimi emocjami się kojarzy?
3. Zadaj sobie pytania:
 - Co daje ci popetnienie błędu?
 - Co tracisz, a co zyskujesz, popetniając błąd?
4. Upiększ swój błąd. Ozdób, spraw, byś wpadł w zachwyt, patrząc na swoją pracę.
5. Znajdź sytuację ze swojego życia, gdy popetniłeś błąd. Wypisz swoje upiększaczki do tego błędu. Co dobrego ci dał?
6. Stwórz przekonanie na temat błędu, które będzie cię wspierać.

Podsumowując: ćwiczenia z artechoachingu mogą być wykorzystywane w regularnych warsztatach dla uczniów lub jako narzędzie do pracy na lekcji nowego modelu rozwijającego samodzielne i twórcze myślenie. Wszystko wokół nas szybko się zmienia. Szkoła to miejsce, w którym kształcimy uczniów do życia w świecie, którego jeszcze nie znamy. Zatem poszukiwanie nowych narzędzi, zwłaszcza tych łączących kreatywność z logicznym myśleniem, to kierunek dla współczesnego nauczyciela. Artecoaching ma potencjał, który warto wykorzystać w szkole rozwijającej kompetencje przyszłości. •

BIBLIOGRAFIA

1. Bogusz-Przybylska K. *Sztuka daje moc, czyli czym jest artecoaching*: babskietabu.pl/2015/06/sztuka-daje-moc-artechoaching.
2. Baranowska-Jojko E. *Arteterapia dla dzieci*, Gdańsk 2021.
3. Wiestaw K. *Rysunek w arteterapii, twórczości i sztuce*, Warszawa 2015.
4. Popek S.L. *Psychologia twórczości plastycznej*, Kraków 2010.
5. Rogers J. *Coaching*, Sopot 2017.

LUIZA SKUTNIK – twórczyni Pracowni Rozwoju Skrzydeł promującej rozwój osobisty, w tym kompetencji przyszłości. Arteterapeutka, coach, innowatorka edukacji, wykładowczyni, pedagogka. Twórczyni i kilkuletnia dyrektorka szkoły według nowego modelu opartego na rozwoju kompetencji uczniów.