

## Animacja jako metoda arteterapii.

Najpierw trochę historii:

**Animacja** (z łac. animation) to pozorne ożywienie przedmiotów nieożywionych, takich jak postacie z kreskówek, różne przedmioty, materiały lub lalki.

Zasada animacji polega na nagrywaniu sekwencji klatek, które same w sobie są statyczne i pokazują ruch w małych krokach. Kiedy te klatki są oglądane w szybkim tempie, łączą się w ruchomy obraz z powodu niedoskonałości i bezwładności ludzkiego oka. Obrazy muszą być jednak odtwarzane z prędkością niezauważalną dla ludzkiego oka.

Od czasów starożytnych człowiek przedstawiał otaczające go życie na rysunkach. Pragnął uchwycić je tak wiernie, jak to tylko możliwe. Już na prehistorycznych malowidłach jaskiniowych możemy zobaczyć zwierzęta w ruchu. Są one przedstawiane z nogami w kilku pozycjach jednocześnie, co jest właściwie podstawą przyszłej animacji.



Próby przedstawienia pozornego ruchu lub iluzji zostały w pełni rozwinięte w XIX wieku. Opracowano różne instrumenty, takie jak **fenakistoskop**.

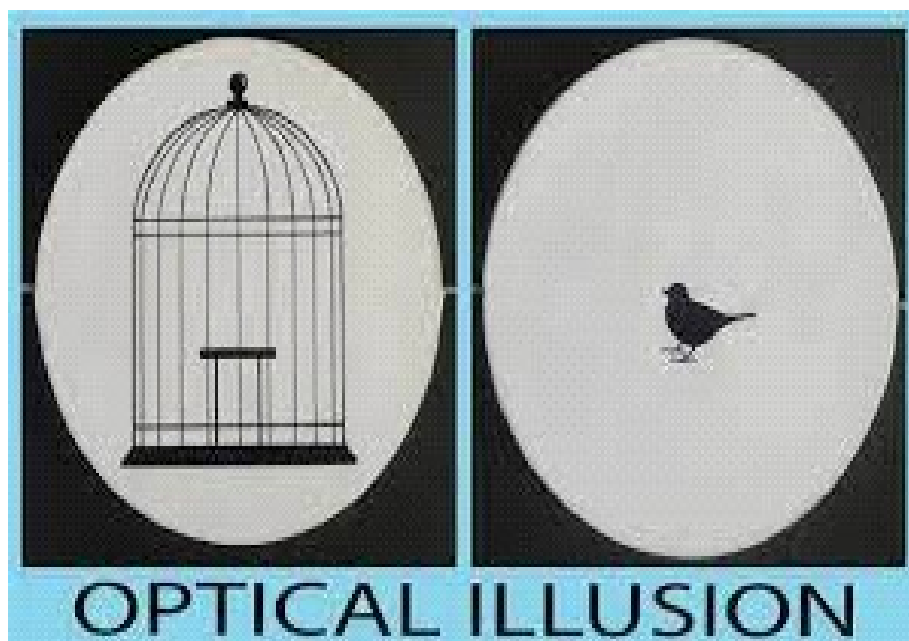
Był to dysk, na którego obwodzie namalowane były różne fazy ruchu, na przykład para tańcząca w różnych pozycjach tanecznych. Gdy dysk był obracany, para poruszała się - powstawała animacja tańca.



Innym prostym urządzeniem był **thaumatrope**, który składał się z dwustronnie pomalowanego dysku zawieszzonego z obu stron na sznurku.

Przykładem jednego z nich jest ptak namalowany po jednej stronie dysku i klatka po drugiej.

Jeśli przekręcimy dysk, pozornie wygląda on jak ptak w klatce.



**J. Stuart Blackton** był pierwszym amerykańskim filmowcem, który wykorzystał techniki poklatkowe i rysunek odręczny do tworzenia animacji. Prawa autorskie do swojego pierwszego dzieła uzyskał w 1900 roku. Jego najstynniejszym filmem był *Humorous Phases of Funny Faces* z 1906 roku, który później uznano za pierwszy film animowany w historii, a jego twórcę za pierwszego prawdziwego animatora.



Francuski artysta **Émile Cohl** zaczął rysować komiksy, a w 1908 roku stworzył film "*Fantasmagorie*". Film składał się głównie z patyczaka, który napotykał różnego rodzaju zmiany kształtu otaczających go rzeczy, takich jak butelka wina, która zamieniła się w kwiat. Były też sceny akcji na żywo, w których pojawiała się ręka animatora. Dzięki temu "*Fantasmagoria*" była pierwszą kreskówką, w której wykorzystano tradycyjną metodę rysowania.



Ogromnym wkładem w technikę ręcznie rysowanej animacji był pomysł **Johna Randolpha Braya** i **Earla Hurda** na wykorzystanie przezroczystych arkuszy celofanu. Znacznie uprościło to proces produkcji i technika ta była stosowana aż do pojawienia się grafiki komputerowej. Jednak nawet dziś niektórzy artyści wolą ręcznie malować każdy obraz osobno, ponieważ ta metoda ostatecznie wyświetla ich oryginalną pracę.

Stopniowo doprowadziło to do powstania filmów animowanych, które są obecnie tworzone przy użyciu technik komputerowych.

**Film animowany** to rodzaj **filmu**, który jest kręcony **etapami**, dzięki czemu jest odtwarzany z pełną prędkością, co daje wrażenie płynnego **ruchu**.

Ponad 16 lat temu Centrum Rehabilitacji Krídła zostało założone przez Stowarzyszenie Obywatelskie krewnych, przyjaciół i osób z zaburzeniami psychicznymi w Bratysławie.

Zaburzenia psychiczne, takie jak schizofrenia, choroba afektywna dwubiegunowa lub inne poważne zaburzenia lękowe, złożone zaburzenia psychiczne OCD mogą często wykluczać osoby, które ich doświadczyły, z ich poprzedniego życia, szkoły, pracy i środowisk społecznych na długi czas, czasem na stałe. Chociaż objawy zaburzenia ustąpiły, osoby te nie ufają sobie wystarczająco, pozostają ostrożne wobec otoczenia, ich pierwotne umiejętności komunikacyjne i adaptacyjne są zmienione, ograniczone, zainteresowania i kontakty społeczne zmniejszone lub całkowicie utracone. Często pozostają w domu bez żadnego istotnego planu.

Dla tej grupy pacjentów stworzyliśmy bezpieczną przestrzeń społeczną, która zapewnia różnorodne zasoby i możliwości odbudowy pewności siebie, swobodnej komunikacji i nawiązywania przyjaźni. Jednocześnie umożliwia powrót do dawnych umiejętności i zdolności, ale także oferuje nieznanne dotąd zainteresowania i przestrzeń dla kreatywności.

Na poprzednich spotkaniach informowaliśmy o bogatym programie, w którym uczestniczą osoby odwiedzające ośrodek dzienny. Duża jego część składa się z różnych rodzajów terapii sztuką, która jest doskonałym środkiem nie wymagającym bardziej szczegółowej komunikacji werbalnej od nowych członków społeczności, ale może być również wykorzystywana do celów psychoterapeutycznych, jeśli uczestnicy są chętni i czują się komfortowo.

Przede wszystkim jest to sprawdzony sposób na uwolnienie nagromadzonych emocji, złagodzenie stresu i naprawienie kłopotliwych relacji życiowych.

Oryginalnym rodzajem arteterapii, który udało nam się rozwinąć w naszym ośrodku, jest **animacja i tworzenie filmów animowanych**.

Terapia ta powstała dzięki współpracy nauczycieli i studentów Wydziału Animacji na Wydziale Filmowym i Telewizyjnym Akademii Sztuk Scenicznych w Bratysławie.

Były student, obecnie dyrektor animacji, regularnie i systematycznie pracuje z grupą pacjentów.

Terapia animacją odkrywa i odnosi się do dotychczas niewykorzystanych zdolności twórczych, które w procesie tworzenia pracy "tłumią intensywność" zaburzeń psychicznych i wyuczonej bierności pacjentów.



Tworzenie filmu animowanego w intencji arteterapeutycznej jest długim procesem. W tworzenie historii zaangażowana jest cała grupa pacjentów.

Rozpoczyna się od ćwiczeń animacyjnych, tak jak w przypadku szkolenia profesjonalnych animatorów.



Uczestnicy rysują różne przedmioty, manekina z ruchomymi stawami, żywego modela - królika, którym opiekują się Wings... rysują mimikę twarzy....

Uczą się korzystać z różnych materiałów i technik - rysowania ruchu na foliach, techniki papierowej, korzystania z tkanin, różnych materiałów, piasku, modeli z plasteliny, różne przedmioty, zestawy Lego, lalki ...

Wspólnie tworzą tła, potem kulisy, uczą się poruszać i kręcić etiudy z krótką fabułą.



Tworzą historię z własnym bohaterem, któremu przypisują pewne cechy, emocje, identyfikują się z nim, umieszczają go w akcji lub w relacjach z innymi obiektami lub uczestnikami, odgrywają z nim rolę, którą mu przypisali.

Innym razem używamy sparowanego tworzenia etiud (zawiera postacie, małą historię /gag/, prostą akcję, animację).

Nauczą się, jak poruszać statycznym obiektem, zgodnie z ich indywidualnymi umiejętnościami nauczą się pracować z kamerą, statywem, komputerem, ustawiać i robić zdjęcia, edytować.



Pacjenci uczą się tworzyć indywidualnie /często w celu obudzenia zapomnianych, ale także odkrycia nowych zdolności twórczych/. Proces tworzenia otwiera możliwości komunikacji, dopasowywania pomysłów, przeplatania historii. Wyobraźnia zostaje rozbudzona, wyobraźnia zostaje otwarta.

Zniknęła wyuczona bezradność i psychologicznie zaburzona tendencja do beczynności.

Grupa pracuje raz w tygodniu przez około 2-2,5 godziny.

Zajęcia z animacji obejmują szkolenie w zakresie umiejętności dramaturgicznych.

Uczestnicy analizują krótkie filmy animowane z terapeutą, uczą się podstaw gramatyki filmowej /rozmiar ujęć, zasada trójpodziału, interpunkcja filmowa/.

Tworzą indywidualne etiudy lub wspólnie wymyślają storyboard - uchwycenie krótkiego tematu filmu w sekwencji obrazów, wraz z terapeutą dramaturgicznie analizują historię.

Cała grupa pacjentów jest zaangażowana w tworzenie historii filmowej.

Twórcze aspekty tego procesu przynoszą pacjentowi nowe impulsy, wspierają jego komunikację, /opisy, wyjaśnienia, pytania w procesie tworzenia, /aktywują go poprzez dynamikę samej aktywności.

Praca indywidualna łączy się z pracą całego zespołu, uczy empatycznego zrozumienia, wzajemnej współpracy uczestników.

Pierwszą kompleksową pracą była

**Film animowany LOOK AT ME! / (LOOK AND SEE!, SK, 2010, 7 min.), który powstał jako niekonwencjonalny projekt ośrodka rehabilitacji dziennej Krídla i współpracowników z Wydziału Animacji, wprowadził nową formę arteterapii na profesjonalnej platformie.**

Ten oryginalny film animowany, który zwraca uwagę na ekologiczne problemy naszych czasów w humorystycznej bajkowej formie, został wybrany i pokazany w konkursie na Międzynarodowym Festiwalu Filmów Animowanych "Anifest" w Teplicach w Czechach w 2011 roku.

Jego autorzy - pacjenci z zaburzeniami psychicznymi - uczestniczyli w całym procesie twórczym - od przygotowania literackiego, poprzez projekty artystyczne i animację pod kierunkiem ówczesnego studenta Mariána Staňa.

**Dynamika procesu animacji i rozwój historii w pracy zespołowej przeniosły tradycyjne formy arteterapii w nowy obszar** - animacja staje się doskonałym środkiem przyczyniającym się do złożonego procesu leczenia.

MUDr. Eva Janíková, PhDr. Katarína Minichová, Mgr. Marián Staňo