

## **Bartłomiej Osumek**

### ***Taniec jako forma pracy socjoterapeutycznej***

Szczególną formą działań na rzecz rozwoju dzieci i młodzieży w naszej świetlicy jest terapia poprzez taniec (choreoterapia), którą łączymy z elementami aktorstwa. Do tego celu w roku 2004 została powołana do życia grupa taneczno – aktorska „DEJA VU”.

Taniec ma wiele, niezwykłych walorów, które pozwalają wyrażać swoje emocje oraz odreagować wszelkie stresy i napięcia. W pracy z dziećmi i młodzieżą, mającą trudności w nazywaniu i radzeniu sobie z swoimi emocjami choreoterapia ma ogromne znaczenie. Pozwala w sposób naturalny uwolnić te emocje, nadać im kształt i symboliczne znaczenie. Pozwala również w dużym stopniu się zrelaksować i rozluźnić.

Dowiedziano naukowo, iż stres oraz traumatyczne wydarzenia powodują zablokowanie niektórych partii mięśniowych, których to odblokowanie z upływem czasu jest coraz trudniejsze. Systematyczne zajęcia choreoterapii w tym zajęcia rozciągające i rozluźniające powodują w znacznym stopniu odblokowanie tychże partii mięśni a tym samym powodują odblokowanie niektórych emocji i uczuć, wyzwolenie ich. To wszystko ułatwia potem pracę nad wyrażaniem swoich emocji i tych złych i tych dobrych, nad świadomością własnego ciała, umiejętnym radzeniu sobie ze stresem.

Niejednokrotnie nasi wychowankowie mają trudności w opanowaniu materiału mówionego dlatego też klasyczne przedstawienia prezentowane w oparciu o słowo stanowią dla nich często barierę nie do pokonania. Przedstawienia, które prezentuje grupa „DEJA VU” bazują przede wszystkim na ruchu, to on jest siłą napędową i elementem często zastępującym słowa. Dzięki temu nasi wychowankowie w znacznym stopniu pozbyli się stresu związanego z wyjściem na scenę co dało im możliwość świadomego i pełnego zaprezentowania własnej osoby i talentu jaki posiadają. Wszystko to prowadzi do wzrostu własnej wartości u naszych wychowanków, co jest niezwykle ważne w kształtowaniu ich osobowości. Możemy to potem zaobserwować w wielu dziecinach życia naszych podopiecznych przede wszystkim w łatwości eksponowania się na gruncie społecznym co wyraża się np. w aktywności na lekcjach, wyrażaniu na forum grupy swojego zadania, mówieniu odważnie o swoich potrzebach i oczekiwaniach.

Warto podkreślić, że część naszych wychowanków to osoby z upośledzeniem umysłowym w stopniu lekkim oraz na pograniczu upośledzenia i to właśnie dla nich zajęcia taneczno – aktorskie mają największe znaczenie ponieważ dają im szansę aby zaistnieć na scenie wśród młodzieży pełnosprawnej i razem z nimi cieszyć się sukcesami. Zajęcia taneczno – aktorskie to również doskonały sposób na kształtowanie poprawnej sylwetki dzieci i młodzieży. W wielu przypadkach występują u nich problemy w wykonywaniu prostych ćwiczeń rozciągających i równoważnych. Jest to powiązane ze złym zamknięciem i ukształtowaniem odruchów. Zajęcia te wpływają pozytywnie również na cały system odruchowości, który u wielu naszych wychowanków jest mocno zaburzony.

Podczas ponad trzyletniej pracy możemy już zaobserwować duże postępy w koordynacji ruchowej, technice tańca, umiejętności rytmicznego poruszania się, opanowaniu na scenie. Narodziły się również nowe talenty oraz zamiłowanie do tańca jako sposobu na życie. Znaczna część uczestników grupy to młodzież u progu dorosłości, młodzież na którą czyha wiele niebezpieczeństw szczególnie, że wychowuje się ona często w środowiskach patologicznych i zagrożonych patologią. To, że taniec stał się dla nich doskonałą alternatywą spędzania wolnego czasu oraz kształtowania swoich zainteresowań, uznają za spory sukces. Możemy więc śmiało powiedzieć, że taniec w tym przypadku spełnia również rolę profilaktyczną (w sensie zapobiegania agresji, patologii), jest alternatywą dla wszelkich używek (narkotyki, alkohol, nikotyna) oraz jest pewną formą resocjalizacji osób, w różnym stopniu zdemoralizowanych.

Ważnym elementem pracy grupy taneczno – aktorskiej „DEJA VU” jest działalność charytatywna, wyrażająca się poprzez występy w szpitalach, przedszkolach integracyjnych, szkołach specjalnych, domach dziecka, ośrodkach wsparcia dziennego dla osób niepełnosprawnych itp. na terenie miasta Częstochowy. Jest to forma działalności, która uwrażliwia na potrzeby osób pokrzywdzonych przez los a jednocześnie daje ogromną satysfakcję i pokazuje jak ważna oprócz wygranych konkursów i przeglądów, jest radość i łyż wzruszenia jakie dają te przedstawienia innym oraz świadomość bycia potrzebnym i oczekiwanym.

*ps.*

*Pierwszą osobą, która prowadziła zajęcia z zakresu tańca w naszej świetlicy była Pani Katarzyna Piłka. Obok form klasycznych np. Poloneza, Kujawiaka, prowadziła grupę tańca współczesnego dziewcząt o nazwie [„Bose stopy” \(2002/2003\)](#). Zespół istniał nawet po odejściu prowadzącej. Dziewczęta same tworzyły układy prezentując je przy okazji różnych uroczystości.*

*Drugą formułą pracy z młodymi ludźmi zainteresowanymi tańcem w naszej świetlicy był zespół*

„Baterflay”, tańczący break dance, a prowadzony przez Panią Joanne Siwek - nota bene psychoterapeutkę, ( [2003](#) /2004). Chłopcy tworzący zespół zgłosili się sami. Ich pokazy i solowe występy wzbudzały uznanie. Tak powstał pomysł zawiązania zespołu. Tancerze nazwali go „Baterflay” w maju 2004r. Zespół dał kilkanaście pokazów poza świetlicą uatrakcyjnając wiele imprez. Trzon zespołu stanowiło trzech chłopców, którzy w tańcu znaleźli sposób na życie (ukończyli szkoły choreografii i tańca, są instruktorami tańca, obecnie prowadzą własną działalność gospodarczą)

Od sierpnia 2004r. aktywatorem nowych pomysłów wykorzystania tańca w pracy był Bartłomiej Osumek. Stworzona przez niego formuła pracy opierała się na połączeniu tańca współczesnego z elementami pantomimy, break’a i innych elementów wyrażania. Przedstawienia Deja Vu skupiały wielu widzów, były w nich nie tylko elementy choreografii tanecznej ale gra światłem. Deja Vu wykorzystywała w swoich przedstawieniach wiele ciekawych rekwizytów. Grupa miała na swoim koncie wymierne sukcesy, do największych można zaliczyć zdobycie I miejsca w Przeglądzie Rejonowym oraz III miejsce w Przeglądzie Wojewódzkim w XXXI Wojewódzkim Przeglądzie Szkolnych Zespołów Artystycznych organizowanym w Młodzieżowym Domu Kultury w Częstochowie.

W latach 2006/ 2007 świetlica współpracowała z choreografem, który technicznie dopełniał kształt przedstawień – był nim Pan Tomasz Gorgol, solista Akademickiego Teatru Tańca Politechniki Częstochowskiej.

W latach 2007/2008 zajęcia z tańca prowadził m.in. Pan Sławomir Wilk (nota bene tancerz m.in. zespołu „Baterflay”). TMG