



HEART

(Healing and Education Through the Arts)

Wsparcie Psychospołeczne i Nauka Przez Sztukę)

Program HEART opiera się na wykorzystaniu sztuki w celu zapewnienia wsparcia psychospołecznego dzieciom, które mają do czynienia z poważnym lub przewlekłym stresem. Sztuka jest formą zabawy i naturalnym językiem dla dzieci. W ramach programu dzieci mają możliwość wyrażania swoich emocji za pomocą różnych form artystycznych, takich jak rysowanie, malowanie, muzyka, taniec, sztuka teatralna czy storytelling.

Proces wsparcia psychospołecznego rozpoczyna się, gdy dziecko dzieli się swoimi wspomnieniami i uczuciami, werbalnie lub poprzez ekspresję artystyczną, z zaufaną osobą dorosłą, która okazuje dziecku współczucie i słucha go w sposób wspierający. W efekcie dziecko czuje się mniej odizolowane, bardziej związane z rówieśnikami i bezpieczne wśród zaufanych dorosłych w swoim życiu i większej społeczności. To z kolei może prowadzić do większej pewności siebie i poczucia bezpieczeństwa dziecka, sprawiając, że każde dziecko staje się bardziej zdolne i skłonne do nauki.

Nauczyciel / nauczycielka, facylitator / facylitatorka w programie HEART nie uczy dzieci, jak malować, rysować, tańczyć, śpiewać itp. i nie ocenia dzieci za ich prace plastyczne, jak miałyby to miejsce w przypadku zajęć z edukacji artystycznej. W klasie HEART, niezależnie od tego, czy dziecko rysuje, śpiewa czy tańczy, ważny jest proces, a niekoniecznie produkt końcowy. Facylitator / facylitatorka zapewnia materiały i prowadzi zajęcia plastyczne oraz słucha dzieci, gdy te decydują się podzielić swoimi pracami i uczuciami. Facylitator / facylitatorka zapewnia zachętę, wsparcie i akceptację, ale nie poprawia, nie ocenia ani nie osądza żadnego z wykonanych dzieł sztuki.

Kompetencje niezbędne do prowadzenia zajęć w ramach programu HEART nabywa się podczas szkolenia, składającego się z wstępnego jednodniowego szkolenia z Pierwszej Pomocy Psychologicznej, i czterodniowego szkolenia z zasad i umiejętności prowadzenia zajęć HEART.



Formy sztuki wykorzystywane w programie:

- **Rysowanie** - rozwija koncentrację i pozwala dzieciom wyrazić uczucia, które trudno opisać słowami.
- **Malowanie** - sprzyja eksperymentowaniu, wspomaga rozwój motoryczny i kreatywność.
- **Muzyka** - wspiera relaksację i koordynację, a także wzmacnia umiejętności matematyczne.
- **Taniec** - poprawia świadomość ciała i równowagę, a także wspiera rozwój umiejętności motorycznych.
- **Sztuka teatralna i storytelling** - pomagają dzieciom wyrażać siebie, rozwijać wyobraźnię oraz umiejętności rozwiązywania problemów.

Każda sesja HEART składa się z części relaksacyjnej, części ustrukturyzowanej i czasu na wolną eksplorację sztuki (możliwe jest zawarcie tylko pierwszych dwóch części jako obowiązkowych komponentów sesji HEART).

Zasady prowadzenia zajęć:

- **Struktura i granice** - ważne jest utrzymanie struktury i przestrzeganie prostych zasad, co poprzez przewidywalność daje dzieciom poczucie bezpieczeństwa.
- **Obserwacja emocji dzieci** - osoba prowadząca powinna dostosowywać zajęcia w zależności od nastroju grupy.
- **Szacunek dla procesu twórczego** - ważne jest, aby osoba prowadząca nie oceniała prac dzieci i dała im przestrzeń na własne wyrażanie siebie.

Program HEART nie jest terapią, ale ma na celu wspieranie emocjonalne dzieci poprzez sztukę. Ważnym elementem jest także rozpoznawanie tzw. „czerwonych flag”, które mogą wskazywać na konieczność skierowania dziecka do specjalisty, np. w przypadku przemocy, chęci samookaleczenia lub problemów z kontrolą emocji.