



Metody twórczej resocjalizacji – przegląd wybranych metod terapeutycznych

Carmen Anna Galvani

Słowa kluczowe

resocjalizacja, twórcza resocjalizacja, arteterapia, muzykoterapia, resocjalizacja przez sport

Kontakt

Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego
galvanicarmenka@gmail.com
ORCID 0009-0004-3216-6475

Abstrakt

W poniższym artykule omówiono metody twórczej resocjalizacji, do których można zaliczyć między innymi: teatr, plastykę, biblioterapię, taniec czy muzykę. Metody te wykorzystują w swoich koncepcjach ekspresję artystyczną wspierającą proces resocjalizacji wychowanków, prowadząc do uaktywnienia ich zainteresowań, inspirowania do aktywności twórczej czy wreszcie uczenia nowych sposobów rozwiązywania problemów. Jednocześnie pozwalają osobom niedostosowanym społecznie lub zagrożonym marginalizacją wyładować emocje w „kontrolowany” sposób.

1. Wprowadzenie

Sztuka i kultura towarzyszą człowiekowi od zawsze, oddziałując na nas poprzez wywoływanie emocji oraz uwrażliwianie na dobro i na to, co pragnie przekazać autor. Piękno i emocjonalność sztuki sprawiają, że każdy może odnaleźć w niej część siebie. To doskonały sposób na pozostawienie na „papierze” cząstki własnej duszy, wyrażenie uczuć, niewypowiedzianych pragnień, marzeń czy obaw. Sztuka nie tylko inspiruje, ale także pomaga w samopoznaniu i radzeniu sobie z trudnymi doświadczeniami, stając się formą dialogu z samym sobą i otaczającym światem. Obecnie w podejściu do resocjalizacji coraz częściej można dostrzec alternatywne metody, które wykraczają poza tradycyjne formy oddziaływań penitencjarnych i terapeutycznych. Nie ma jednej uniwersalnej definicji resocjalizacji, która w pełni określałaby jej znaczenie. Wielu autorów podejmuje się analizy i interpretacji tego zagadnienia.

Zdaniem Kazimierza Pierzchały: Resocjalizacja to nauka i praktyka społeczna, określająca zakres działań wychowawczych, opiekuńczych i terapeutycznych. Jest to proces zmierzający do wykształcenia u osób niedostosowanych społecznie zmian w obszarze samoświadomości, samowychowania, samopotwierdzenia i samorefleksyjności (Pierzchała, 2017, s. 95). Według Marka Konopczyńskiego „resocjalizacja ujmowana jest jako ponowne uspołecznienie wadliwe zsocjalizowanej jednostki. Działalność pedagogiczna ukierunkowana na reorientację postaw, nastawień, przekonań i zachowań nieprzystosowanych społecznie jednostek w celu umożliwienia im pełnienia ról adekwatnych do oczekiwań społecznych...” (Konopczyński, 2007, s. 30). Natomiast Lesław Pytka podaje, że nie ma jednej i jednolitej definicji resocjalizacji uważa on, iż proces ten jest wielodyscyplinarny. Naukowiec ten rozumie resocjalizację jako: modyfikację zachowań, zmianę społecznej przynależności, przebudowę emocjonalną, wzrastanie w „kulturę” zaspokajania swoich potrzeb, kształtowanie prawidłowych postaw społecznych, swoisty rodzaj „nawrócenia”, reintegrację społeczną jednostki poprzez jej tożsamość osobową, autoresocjalizację (Pytka, 2008, s. 74-75).

Jedną z form wspierania procesu resocjalizacji jest arteterapia, czyli terapia poprzez szeroko rozumianą sztukę. Twórcza ekspresja, obejmująca m.in. malarstwo, rzeźbę czy muzykę, pozwala nie tylko na uzewnętrznienie emocji, ale także na odbudowę poczucia własnej wartości i rozwój kompetencji społecznych. Termin arteterapia składa się z dwóch wyrazów łac. *ars*, *artis* ‚sztuka’ i gr. *therapeía* ‚opieka, leczenie. Celem niniejszego artykułu jest analiza wybranych metod arteterapeutycznych w procesie resocjalizacji.

2. Terapia sztuką jako metoda resocjalizacyjna

Pedagogika resocjalizacyjna skupia się na wspieraniu jednostki w odbudowie relacji ze społeczeństwem poprzez kształtowanie jej postaw społecznych oraz rozwijanie pozytywnych cech osobowości. Należy również zaznaczyć, że resocjalizacja jest złożonym procesem, który wymaga wieloaspektowego podejścia, uwzględniającego zarówno wsparcie psychologiczne, jak i rozwój społeczny jednostki. Jedną z coraz częściej wykorzystywanych metod wspierających proces resocjalizacji jest arteterapia, czyli terapia poprzez sztukę, kulturę i działania związane z kulturotechniką. Dzięki twórczej ekspresji osoby poddawane resocjalizacji

mogą nie tylko lepiej zrozumieć własne emocje, ale także rozwijać umiejętności społeczne i odbudowywać poczucie własnej wartości. Sztuka umożliwia wyrażenie siebie i swoich emocji. Odgrywa ona kluczową rolę w procesie wychowawczym, wspierając rozwój osobowości i kształtowanie postaw sprzyjających odpowiedzialnemu funkcjonowaniu w społeczeństwie. Ponadto potrafi wywołać w nas nasze najgłębiej skrywane emocje.

M. Konopczyński uważa, że, integralnym elementem procesu resocjalizacji jest wychowanie, rozumiane jako wielowymiarowe i indywidualne podejście do wychowanka. Człowiek odgrywa kluczową rolę, natomiast jego rozwój jest przedmiotem (rozumianym jako najwyższe dobro). Rozwój umożliwia jednostce pokonywanie własnych słabości i napotykanie przeciwności losu tak, aby nie prowadziły one do społecznej obojętności. Przeciwnie – celem jest, by wychowanek, patrząc w przyszłość, dostrzegał otwierające się przed nim perspektywy. W tym kontekście arteterapia pełni szczególną rolę, ponieważ nie tylko wspiera rozwój emocjonalny i społeczny, ale także pomaga wychowankowi odnaleźć sens i motywację do zmiany. Działania twórcze, takie jak malarstwo, muzyka czy teatr, umożliwiają wyrażanie trudnych doświadczeń czy też budowanie pozytywnej tożsamości (Konopczyński, 2007, s. 13-15). M. Konopczyński przywołuje definicję, powołując się na Giddensa, według którego kultura opiera się na wartościach i normach, które nadają sens życiu i wskazują, jak postępować. Ich przyswojenie i stosowanie wpływają na jakość naszego życia. Od urodzenia jesteśmy kształtowani przez kulturę, która oddziałuje na nasze zachowanie, jednocześnie pozwalając nam zachować indywidualność i spontaniczność (Konopczyński, 2007 s. 47). To właśnie kultura kształtuje naszą tożsamość i umożliwia samorealizację i funkcjonowanie w społeczeństwie. Zarówno tożsamość jednostkowa, jak i społeczna pomagają nam lepiej rozumieć siebie i innych.

Arteterapia jest jedną z metod twórczej resocjalizacji. Definicje twórczej resocjalizacji przytacza między innymi Marek Konopczyński jej Polski prekursor i definiuje ją w ten sposób:

„Metodyczne poszukiwanie i rozwijanie potencjalności osób niedostosowanych społecznie. Jej metody mają za zadanie poszukiwanie i rozwijanie potencjałów tkwiących w tych osobach, kreowanie nowych kompetencji i umiejętności oraz stwarzanie akceptowalnej kulturowo tożsamości indywidualnej i społecznej” (Konopczyński, 2007, s. 130).

Arteterapia, jako jedna z metod twórczej resocjalizacji i oddziaływania sztuką, jest definiowana przez różnych badaczy w rozmaity sposób. Oto przykładowe definicje. Według Z. Koniecznyńskiej arteterapia to „świadomo-

me, planowe i systematyczne oddziaływanie sztuką w celach terapeutycznych”. W. Szulc definiuje ją w ten sposób „arteterapia polega na wykorzystaniu różnych środków artystycznych, które ułatwiają pacjentowi ekspresję emocji”. Według W. Dykciaka arteterapia to: „spontaniczna, nieskrępowana twórczość człowieka powiązana z wykorzystaniem szeroko rozumianych dzieł sztuki i uprawiania sztuki”.

W kontekście resocjalizacji przez sztukę T. Rudowski zwracał uwagę na potrzebę rozwiązania napięcia między twórczymi, pozytywnymi działaniami a negatywnymi zachowaniami. U osób nieprzystosowanych społecznie często pojawiają się problemy, takie jak frustracja spowodowana niezaspokojonymi potrzebami, konflikty z otoczeniem czy skłonność do reagowania agresją w obliczu niepowodzeń lub nowych wyzwań. Dzięki sztuce osoby te znajdują możliwość wyrażenia trudnych emocji, a różnorodne techniki arteterapii mogą znacząco wzbogacić proces resocjalizacji – nie tylko na poziomie indywidualnym, ale także społecznym, w relacjach z innymi, w tym z innymi skazanymi.

Arteterapia jest pojęciem bardzo szerokim ponad to jest to pojęcie, które wciąż ewoluuje. Może być praktykowana na wiele różnych sposobów. Wśród najczęściej wykorzystywanych metod w ramach działań twórczych można wymienić:

- plastykoterapię
- biblioterapię
- muzykoterapię
- choreoterapię
- filmoterapię
- teatroterapię;
- teatr resocjalizacyjny
- resocjalizację poprzez sport

a) Plastykoterapia

Plastykoterapia jest metodą, która bardzo dobrze może wpierać i dopełniać proces resocjalizacji. Poprzez tworzone przez osoby prace plastyczne możemy dużo się dowiedzieć i pozwolić ulżyć emocjom w sposób twórczy i kreatywny.

M. Konopczyński plastykoterapię opisuje jako resocjalizację poprzez oddziaływania plastyczne. Jest to jedna z najprostszych metod rozwoju

wyobraźni, myślenia czy też innych strukturalnych czynników umysłowych mających wpływ na kreatywne sposoby funkcjonowania. Jako forma pracy terapeutycznej pomaga w zmniejszeniu napięć wewnętrznych. Jednym z plusów tej metody jest fakt, że można ją stosować w zasadzie każdych warunkach środowiskowych. Działania artystyczne, plastyczne, które są fundamentem tej metody opierają się na naturalnej zdolności człowieka do ekspresyjnego wyrażania swoich emocji za pomocą obrazów czy też sztuki przestrzennej. Zajęcia z plastykoterapii mogą mieć dwie formy:

- dydaktyczną, podczas której uczestnicy uczą się posługiwania się danym sposobem ekspresji plastycznej;
- terapeutyczno-dydaktyczną, która spełnia funkcje dydaktyczne i sprzyja procesowi resocjalizacji;

Formę prowadzenia zajęć wybiera prowadzący. Dobrze przeprowadzone zajęcia mogą pomóc w kreowaniu własnej tożsamości przez uczestników. Uczestnictwo w plastykoterapii umożliwia realizację wychowania plastycznego, czyli kształtowania podopiecznych zarówno pod kątem teoretycznej wiedzy o sztuce, jak i praktycznych umiejętności, dzięki którym możliwa jest realizacja działań twórczych.

Resocjalizacja przez sztukę to zajęcia najczęściej prowadzone w grupie, a wspólne tworzenie prac umożliwia wyodrębnienie problemów poszczególnych jej członków. Należy pamiętać, że podczas zajęć to sam tworzący wybiera materiały i narzędzia twórcze, którymi będzie się posługiwał (Konopczyński, 2007, s. 262-266).

Cele resocjalizacji poprzez plastykę, jakie wyodrębnił w swojej książce M. Konopnicki, to:

- rozpoznanie treści nasyconych konfliktem bądź konfliktowych przeżyć lub ukrywanych stosunków do siebie, osób otaczających lub danej sprawy;
- wizualizacja relacji w różnorodnych sytuacjach;
- identyfikacja więzi / relacji oraz przeżyć związanych z innymi ludźmi;
- dostrzeżenie prawdziwych pragnień, marzeń i potrzeb;
- uwolnienie się poprzez odreagowanie trudnych dla siebie emocji, które są trudne do ujawnienia wprost;
- rozwijanie i kształtowanie wyobraźni, w tym wyobraźni przestrzennej;
- pełnienie funkcji diagnostycznej dla wychowawców;
- rozwijanie strukturalnych czynników procesu emocjonalnego, myślenia metaforycznego, analogii, pamięci i percepcji (Konopczyński, 2007, s. 266-267).

Uważam, że dzięki sztuce, jest czasem łatwiej skłonić osoby do otwarcia się na innych. Poprzez tworzenie prac uczestnicy mogą również swobodnie otworzyć się przed innymi i podjąć rozmowę na trudne dla nich tematy. Ponadto poprzez sztukę możemy ujawnić tłumione emocje. W pracach, które są tworzone podczas takich właśnie zajęć, możemy dostrzec cząstkę ich twórców, ponieważ są nasycone ich emocjami i przeżyciami.

b) Biblioterapia

E. J. Konieczna przywołuje pochodzenie słowa „biblioterapia” od greckiego „biblion”, oznaczającego książkę i „therapeuo” - leczę. Termin biblioterapia po raz pierwszy został użyty w 1916 roku przez S. M. Crothera (Konieczna, 2014, s. 110). Biblioterapia jest stosowana najczęściej do celów rewalidacyjnych, resocjalizacyjnych profilaktycznych czy też do celów ogólnorozwojowych. Jest stosunkowo nową metodą.

Możemy wyróżnić trzy rodzaje biblioterapii:

- biblioterapia instancjonalna- z tym rodzajem możemy się spotkać np. w szpitalach zdrowia psychicznego. Ma ona na celu zapewnianie bodźców i relacji. W tym rodzaju stosowana jest literatura z zakresu higieny psychicznej;

- biblioterapia kliniczna- stosuje się ją u osób z problemami o charakterze emocjonalnym i behawioralnym. W tym rodzaju stosuje się przede wszystkim literaturę wyobrazeniową. Głównym celem biblioterapii klinicznej jest wgląd osoby w samego siebie;

- biblioterapia rozwojowa, znana również jako biblioterapia wychowawcza, jest stosowana w przypadku, kiedy nie zauważa się poważnych problemów wewnętrznych czy też zaburzeń zachowania. Stosuje się w niej teksty o charakterze wyobrazeniowym i dydaktycznym.

Należy jednak zwrócić uwagę, że biblioterapia to nie to samo co czytelnictwo, mimo że w obu przypadkach oddziałujemy książką lub innym dziełem literackim. Jednak podstawową równicą jest fakt, iż zwykle czytelnictwo nie wiąże ze sobą celów terapeutycznych w przeciwieństwie do biblioterapii. Nie oznacza to jednak, iż czytelnictwo nie oddziałuje na jednostkę, jest wręcz przeciwnie.

Poprzez doświadczenie biblioterapii osoby w niej uczestniczące uczą się sposobów radzenia sobie w trudnych dla siebie sytuacjach. Jedną z podstawowych funkcji biblioterapii jest kształtowanie postaw spo-

łecznie oczekiwanych i akceptowalnych. Zmiany zachodzące w osobach mogą być zlokalizowane w trzech płaszczyznach:

- w zachowaniu;
- w wierzeniach;
- w uczuciach (Konieczna, 2014, s. 110-121).

W Brazylii więźniowie w zamian za przeczytanie książki i zrecenzowanie jej mogą ubiegać się o skrócenie wyroku o 4 dni. Ten program, nazywany „Odkupienie przez czytanie” umożliwia brazylijskim więźniom przeczytanie do 12 książek z różnych dziedzin takich jak: fikcja literacka, filozofia czy nauki ścisłe. Uczestnicy mają 12 tygodni na przeczytanie jednej książki i napisanie recenzji spełniającej wymogi poprawności stylistycznej i gramatycznej. W programie „Odkupienie przez czytanie” wezmą udział niektórzy więźniowie wybrani przez specjalną komisję .

c) Muzykoterapia

Terapia poprzez muzykę. Muzyka ma właściwości terapeutyczne, co wiadomo od dawna. Dźwięki, rytm i melodia mają niezwykłą moc oddziaływania na człowieka, wpływając na jego nastrój, emocje oraz zdolność radzenia sobie ze stresem. Dzięki muzyce możemy poczuć wiele emocji, uspokoić się czy też zrelaksować. Muzyka wywiera silny wpływ na psychikę człowieka, ponieważ uważa się, że przenika ona do najgłębszych warstw naszej osobowości.

W książce „Arteterapia w teorii i praktyce” autorstwa E. J. Koniecznej znajduje się podział muzykoterapii zaproponowany przez M. Wójcik-Studio, która dzieli muzykoterapię na kilka rodzajów z uwzględnieniem sposobów jej wykorzystywania:

- muzykoterapia kliniczno-diagnostyczna- obejmuje działania podejmowane w celach diagnostycznych i terapeutycznych, często w środowisku medycznym;
- muzykoterapia naturalna - wykorzystuje dźwięki natury, takie jak szum wody, drzew czy śpiew ptaków ;
- muzykoterapia spontaniczna - jest wyrazem przeżywanych emocji;
- muzykoterapia adaptowana - wykorzystuje np. muzykę słuchaną w radiu w celu relaksu czy uspokojenia się;
- muzykoterapia profilaktyczna-zapobiegawcza - stosuje odpowiedni materiał muzyczny, aby aktywizować lub uspokajać ;

Warto również zwrócić uwagę na:

muzykoterapię socjoterapeutyczną-koncentruje się na eliminowaniu nieprawidłowych zachowań lub uczeniu zachowań prawidłowych społecznie;

– meloterapię – skupia się na terapeutycznym walorze śpiewu (Konieczna, 2014, s. 41-53).

M. Konopczyński, w swojej książce „Metody twórczej resocjalizacji”, dzieli muzykoterapię na:

- muzykoterapię receptywną;
- muzykoterapię aktywną.

W muzykoterapii receptywnej osoba bierze bierny udział w organizowanej sesji, poddając się wpływowi dźwięku i muzyki bez jej aktywnego wykonywania. W zależności od rodzaju muzyki, podczas sesji następuje albo obniżenie poziomu emocji negatywnych, albo ich modyfikacja i wzrost ku emocjom pozytywnym. Muzykoterapia receptywna ma na celu wspomagać procesy twórcze i uaktywnić wyobraźnię osób niedostosowanych społecznie. Tę formę muzykoterapii można prowadzić indywidualnie i grupowo.

Natomiast muzykoterapia aktywna przywiązuje uwagę do rytmu jako elementu muzycznego mającego uaktywnić uczestników. Prowadzi ona do aktów spontanicznego wyrażania siebie poprzez ciało i umysł. Podobnie jak w muzykoterapii receptywnej istotnym elementem jest dobór odpowiedniej treści muzycznej. Podczas takiej sesji muzykoterapii uczestnicy śpiewają, grają na instrumentach, wystukują rytm czy też tańczą. W tym rodzaju oddziaływań muzyka służy jako stymulator wykonywania działań (Konopczyński, 2007, s. 255-256).

M. Konopczyński, powołując się na Ochwanowskiego, wymienia następujące funkcje zajęć muzykoterapii prowadzonych dla osób nieprzystosowanych społecznie:

- zmniejszenie poziomu agresji;
- pomoc w nawiązywaniu kontaktów interpersonalnych;
- obniżenie poziomu napięcia emocjonalnego;
- relaksacja;
- uwrażliwienie i pogłębienie postaw twórczych;
- wspomaganie kreatywności;
- uczenie otwartości poznawczej;
- poszerzanie wartości estetycznych (Konopczyński, 2007, s. 255-262).

d) Choreoterapia

Taniec od zawsze towarzyszył ludziom. Często łączył się z tradycją i obrzędami, stając się częścią kultury, a nawet religii. Pochodzenie słowa choreoterapia wywodzi się z języka greckiego, z połączenia słów „cho-reia”, oznaczającego taniec, i „therapeuein” - leczyć. Choreoterapia w dosłownym tłumaczeniu oznacza więc leczyć tańcem. Jest to forma terapii, która zakłada wykorzystanie ekspresji ruchowej jako swojej podstawowej metody oddziaływania. Możemy wyróżnić trzy funkcje choreoterapii:

- terapeutyczną;
- diagnostyczną;
- profilaktyczną.

Choreoterapia cieszy się coraz większym powodzeniem jako forma rozwoju oraz relaksu. Poprzez taniec i odpowiedni dobór muzyki możemy się wyciszyć albo pozbyć nadmiaru energii (Konieczna, 2014, s. 58-66).

e) Filmoterapia

Badania dotyczące filmu i jego terapeutycznych właściwości opierają się na zagadnieniach związanych z filmologią, psychologią, semiotyką filmu oraz medycyną. Współczesna teoria filmu kładzie szczególny nacisk na rolę widza, który stanowi kluczowy element koncepcji podmiotowości, pozwalającej lepiej zrozumieć relację między filmem a jego odbiorcą (Konieczna, 2014, s. 138).

R. May pisała o filmoterapii tak:

Film, ze względu na swoje właściwości lecznicze, pełni w kulturze Zachodu rolę współczesnego bazarza. Dawniej to baśnie dostarczały wzorców postępowania, skłaniały do refleksji, zawierały morał i pomagały w reinterpretacji problemów. Dziś tę funkcję przejęło kino (Konieczna, 2014, s. 140).

Do rodzajów środków wykorzystywanych przez filmoterapię należą:

- filmy animowane z wyraźnym morałem;
- filmy dokumentalne;
- filmy popularnonaukowe;
- filmy o charakterze profilaktycznym;
- filmy fabularne o charakterze audiowizualnej powieści.

Filmoterapia pomaga w kształtowaniu między innymi inteligencji emocjonalnej, stanowi również narzędzie wykorzystywane w psychoedukacji i terapii (Konieczna, 2014, s. 137-145).

f) Teatrotterapia

Teatrotterapia, czyli wychowanie przez teatr, sięga swoimi korzeniami do starożytności, choć jej praktyczne zastosowanie nastąpiło dopiero na początku XX wieku. Teatrotterapia, najprościej rzecz ujmując, jest to działalność terapeutyczna przez teatr, chociaż należy pamiętać, że ma ona głębsze znaczenie. Teatrotterapia jest narzędziem do wewnętrznego wzrostu i wzbogacenia osobowości. Ponadto działa oczyszczająco na psychikę człowieka, ponieważ umożliwia swobodne wyrażanie uczuć i emocji, co sprzyja uwalnianiu stłumionych napięć.

W książce „Arteterapia w teorii i w praktyce” Eweliny J. Koniecznej wyróżniono taki podział rodzajów teatrotterapii: psychodramę oraz dramę i pantomimę (Konieczna, 2014, s. 69).

Teatr posiada ogromną siłę przekazu, dlatego można go wykorzystać w pracy z osobami niedostosowanymi społecznie bądź z osobami zagrożonymi niedostosowaniem społecznym. Dla takich osób sprawdzi się też terapia teatrem profilaktycznym. Jego celem jest wzbudzenie w widzach refleksji, poprzez ukazywanie im otaczającej ich rzeczywistości. Spektakle teatru profilaktycznego bazują na prostym języku i odrzucają wyszukany język metafor w celu lepszego dotarcia do widza. W teatrze profilaktycznym w prosty i przejrzysty sposób promowany jest „zdrowy” tryb życia bez przemocy czy używek.

Głównym celem teatrotterapii jest wspieranie uczestników w ich rozwoju i dojrzewaniu. Dzięki sztuce teatralnej aktor odkrywa sens własnych słabości i niedoskonałości, dąży do przewyciężania bólu i cierpienia oraz uczy się akceptować to, co trudne tak, aby przekształcić to w źródło radości i satysfakcji. Kolejnym celem teatrotterapii jest umożliwienie uczestnikom poznania siebie oraz dostarczenie im bodźców niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania w społeczeństwie, których mogą nie doświadczać w codziennym życiu.

g) Metoda teatru resocjalizacyjnego (MTR)

Metoda teatru resocjalizacyjnego opiera swoją koncepcję na następujących założeniach:

- w każdym człowieku drzemie element twórczy;
- podstawą działania są teoretyczne założenia twórczej resocjalizacji;
- metoda opiera się na metodycznie modyfikowanej koncepcji teatru;
- efektem działalności teatralnej mają być wykreowane osobowe kompetencje indywidualne i społeczne.

W metodzie teatru resocjalizującego, opisanej w książce „Metody twórczej resocjalizacji” M. Konopczyńskiego, autor podkreśla kluczową rolę takich elementów jak: autoprezentacja, słowo, wyobrażenia, emocje, motywacja, percepcja, myślenie pamięciowe. Podstawy metodologiczne MTR opierają się na dramacie, psychodramie czy socjodramie, jednak należy pamiętać, że żadna z wyżej wymienionych metod nie występuje w całości. Różnicuje je przede wszystkim celowość działań.

Metoda ta, podobnie jak resocjalizacja przez spotkanie, zakłada, że:

- w każdym człowieku są zakorzenione postawy twórcze,
- poprzez specjalne sposoby i techniki możemy rozwijać i kształtować te potencjały twórcze.

Potencjały twórcze należy rozumieć jako osobowe i społeczne predyspozycje, które umożliwiają nam rozwiązywanie określonych sytuacji problemowych (Konopczyński, 2007, s. 225-227 i s. 238-244).

h) Resocjalizacja przez sport

Opisane powyżej oddziaływania na osoby osadzone są wielokrotnie wspierane także innymi środkami wychowawczymi. Do takich środków możemy zaliczyć między innymi resocjalizację przez sport. Czesław Czarpów i Stanisław Jedlewski, którzy są jednymi z prekursorów polskiej resocjalizacji, włączyli sport i aktywność fizyczną do kulturo technicznych metod oddziaływania.

Sport od zawsze odgrywa istotną rolę w wychowaniu i życiu społecznym. Aktywność fizyczna nie tylko wpływa pozytywnie na zdrowie, ale także pomaga w kształtowaniu charakteru i relacji międzyludzkich. Osoby regularnie uprawiające sport mają więcej energii, lepszy nastrój,

a to dzięki wydzielanym podczas wysiłku endorfinom – tzw. hormonom szczęścia. Dobrze przeprowadzone i zorganizowane zajęcia sportowe pozwalają podopiecznym na:

- rozładowanie napięcia,
- redukcję stresu,
- redukcję poczucia lęku,
- poprawę kondycji fizycznej,
- uczenie współpracy grupowej,
- „wyżycie się” w kontrolowanym środowisku.

Ponadto sport daje jego uczestnikom wiele pozytywnych wzmocnień, takich jak umocnienie wiary w samego siebie i w swoje możliwości. Dzięki zajęciom sportowym można uczyć zdrowej rywalizacji i zasad fair play.

Sport ma pozytywny wpływ profilaktyczny i terapeutyczny, pomagając w rozwijaniu umiejętności życiowych, kształtowaniu właściwych postaw, wspieraniu procesów socjalizacyjnych oraz zwiększaniu świadomości znaczenia zdrowego stylu życia.

Resocjalizacja przez sport stanowi skuteczną metodę pracy z osobami zagrożonymi wykluczeniem społecznym. Organizowanie turniejów sportowych, zajęć na siłowni czy innych form aktywności pozwala zagospodarować nadmiar energii, przeciwdziała nudzie i uczy zdrowej rywalizacji. Przy odpowiednim wsparciu ze strony pracowników zakładu sport może stać się nie tylko formą spędzania wolnego czasu, ale także narzędziem budowania dyscypliny, odpowiedzialności i integracji ze społeczeństwem. Warto podkreślić, że zajęcia sportowe nie tylko pomagają w utrzymaniu kondycji fizycznej, ale także uczą współpracy, dyscypliny oraz radzenia sobie z emocjami.

Resocjalizację przez sport w dzisiejszych czasach o tyle łatwo wprowadzić przez łatwy i szybki dostęp do aktywności fizycznej. Warto zwrócić uwagę również na coraz większą świadomość na temat aktywności fizycznej i jej wpływu na zdrowie.

Według danych służby więziennej w 2023 roku z zajęć sportowych korzystało 1227 osadzonych (na podstawie artykułu art. 91 pkt 4 kkw), natomiast w roku 2024 liczba osadzonych biorących udział na podstawie tego samego artykułu wzrosła do 1 866. W przypadku zajęć organizowanych na podstawie art. 92 pkt 4 kkw, w roku 2023 uczestniczyło 99 skazanych, natomiast w roku 2024 ich liczba wyniosła już 121.

3. Podsumowane

Obecnie obserwuje się wzrost zainteresowania metodami twórczej resocjalizacji. W procesie readaptacji społecznej istotne okazuje się wielopłaszczyznowe podejście do jednostki oraz ukazanie różnorodnych możliwości i form oddziaływań. Metody twórczej resocjalizacji stanowią formy terapii wykraczające poza tradycyjne podejścia. W ramach tych metod nacisk kładzie się na kreatywność – szczególnie sztuki wizualne, które wspomagają rozwój świadomości, empatii oraz umiejętności wyrażania emocji. Stosowanie twórczych technik sprzyja wewnętrznej przemianie, dostarczając narzędzi umożliwiających konstruktywne radzenie sobie z trudnymi doświadczeniami. Metody te nie tylko wspierają proces terapii i rozwoju osobistego, ale także wpływają na kształtowanie postaw prospołecznych oraz ułatwiają readaptację społeczną. Dzięki artystycznemu podejściu możliwe staje się dotarcie do głębszych warstw psychiki osadzonych. Siłą twórczej resocjalizacji okazuje się budowanie więzi, rozwijanie samoświadomości oraz kształtowanie pozytywnej tożsamości poprzez działania twórcze, które otwierają przestrzeń na ekspresję i refleksję. W obliczu rosnących wyzwań, przed którymi stoi współczesna resocjalizacja, warto dostrzec potencjał tkwiący w sztuce.

Bibliografia

- Aleksandra Kobylańska „Wpływ twórczej resocjalizacji na kształtowanie wartości osób pozbawionych wolności”, https://czasopisma.marszalek.com.pl/images/pliki/ksm/29/ksm2910.pdf?fbclid=IwZXhobgNhZWwCMTEAAR2jgmpq_FHB5cWzVB1FnKlmYD1r4avc35GUIB-01731SSdqk_5rxDmiJg_aem_vzRLVurTQYsnxeORcovQlw (dostęp 24.03.2025).
- Anna Glińska–Lachowicz „ruch i taniec a poczucie wolności u kobiet przebywających w zakładzie karnym”, <https://taniecserca.pl/wp-content/uploads/2022/08/3.-CHOREOTERAPIA-TERAPIA-TANCEM.pdf> (dostęp: 05.05.2025).
- <https://mpppkrosno.pl/arteterapia-terapia-sztuka-w-pracy-z-dziecmi-i-mlodzieza/> (dostęp 12.03.2025).
- <https://sw.gov.pl/aktualnosc/areszt-sledczy-w-warszawie-grochowcie-w-zdrowym-ciele-zdrowy-jacyli-resocjalizacja-przez-sport> dostęp 10.03.2025
- https://szulakiewicz.pl/zaklad/wp-content/uploads/2017/05/Metody-tw%C3%B3rczej-resocjalizacji.pdf?fbclid=IwZXhobgNhZWwCMTEAAR5UvZQDCoRGzmgRDqHSBLDcSvlZQKvFLY1pUkSTGBvbfRdN48-dg2rpalyhJw_aem_Llc21_gx1d7Zm9KQjREAgA (dostęp 17.04.2025).
- <https://www.rm24.pl/ciekawostki/news-brazylia-zaczynj-czytac-a-wczesniej-wyjdiesz-z-wiezienia,nld,615609> (dostęp 05.05.2025).
- <https://www.sw.gov.pl/aktualnosc/Resocjalizacja%20poprzez%20sport> (dostęp 10.03.2025).

- Izabela Zimoch-Piaskowska „Arteterapia jako metoda twórczej resocjalizacji w pracy ośrodka kuratorskiego” http://dlibra.bg.ajd.czyst.pl:8080/Content/6083/13_Zimoch-Piaskowska_Pedagogika_28.pdf?fbclid=IwZXhobgNhZW0CMTEAAR3JNT7sWeHEpsh5NXh8fj9Us5TT3ak8BK8wq_2gmqwE- (dostęp EFm7bGdDSsCl54_aem_1vHGMk4zPrqd5RAVo3Tokw (dostęp: 24.03.2025).
- Kamila Wylęty „Rola teatru w procesie oddziaływań profilaktycznych, terapeutycznych i resocjalizacyjnych” <https://ospr.org.pl/wp-content/uploads/2020/12/Uzalenie-jako-wyzwanie.pdf#page=131> (dostęp: 24.03.2025).
- Konieczna, E. (2004). Arteterapia w teorii i praktyce. Kraków: Wydawnictwo Impuls.
- Konopczyński, M. (2006). Metody twórczej resocjalizacji. Teoria i praktyka wychowawcza. Warszawa: Pedagogium PWN.
- Korona, K. (2023). Arteterapia w resocjalizacji penitencjarnej wybrane konteksty. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Mateusz Zbigniew Suchan, Teatrotterapia a prewencja depresji u młodzieży <file:///C:/Users/HP/Downloads/articles-2186190.pdf.pdf> (dostęp: 31.07.2025).
- Mirosław Mielczarek „Sport jako metoda instytucjonalnej resocjalizacji niedostosowanych społecznie dziewcząt” <https://ruj.uj.edu.pl/server/api/core/bitstreams/gdcb89c4-26de-429c-80bf-11ffd3fba933/content> (dostęp 08.03.2025).
- Pierzchała, K. (2017). Wina – prawo – kara. Prawne i psychopedagogiczne aspekty resocjalizacji penitencjarnej. W: Probacja, 2, s. 92-117.
- Urban, B., Stanik, J. M. (2007). Resocjalizacja. Teoria i praktyka pedagogiczna. Tom I. Warszawa: Pedagogium PWN.

Methods of Creative Social Rehabilitation – A Review of Selected Therapeutic Methods

Keywords

social rehabilitation, creative social rehabilitation, art therapy, music therapy, rehabilitation through sport.

Abstract

This article discusses methods of creative social rehabilitation, which include, among others, theater, visual arts, bibliotherapy, dance, and music. These methods employ artistic expression to support the process of social rehabilitation of participants, fostering the development of their interests, inspiring creative activity, and teaching new ways of solving problems. At the same time, they provide socially maladjusted individuals or those at risk of marginalization with an opportunity to release emotions in a "controlled" manner.