

ERASMUS+ 2025-1-RO01-KA122-SCH-000332169 ARTĂ, EMOȚIE, INCLUZIUNE

Arta ca terapie în educația specială

curs de formare „Art as Therapy: Self-Expression and Special Needs in Art Education”

Roma, 23–28 februarie 2026



De ce acest curs?

La curs au participat profesoare din învățământul special din mai multe țări europene. Deși contextele naționale și instituționale erau foarte diferite, provocările întâlnite în lucrul cu elevii cu nevoi speciale s-au dovedit a fi similare:

Angrenarea în activitate

Motivarea elevilor și implicarea lor activă în procesul de învățare artistică

Menținerea atenției

Strategii pentru concentrare și focus în activitățile de grup și individuale

Gestionarea emoțiilor

Comportamente, crize emoționale și tranziții între activități

Munca în echipă

Colaborarea, coeziunea grupului și responsabilitatea față de colegi

Ziua 1

Încă din prima zi, toate activitățile, de la auto-prezentare până la temele pentru acasă, au fost gândite în așa fel încât să țintească precis nevoile noastre și să fie o sursă de inspirație pentru activitățile realizate întorși acasă cu proprii elevi.

Auto-prezentare prin semne și gesturi

Fiecare participant și-a creat un semn personal și l-a prezentat grupului. Înainte de a-și spune numele, trebuia să reproducă semnele tuturor celor dinainte — un exercițiu pentru **memorie, atenție și comunicare non-verbală**.

Terapia prin artă vs. Arta ca terapie

Am explorat distincția esențială: **terapia prin artă** este un proces clinic realizat de specialiști formați, în timp ce **arta ca terapie** folosește creația artistică ca instrument de observare și gestionare a dificultăților, fără a intra în zona clinică.

Asocierea unei persoane cu o culoare

Un exercițiu de percepție și sensibilizare care ne-a ajutat să reflectăm asupra modului în care **percepem persoanele din jurul nostru** — util pentru a înțelege cum văd copiii mediul lor social.

Acrostihul ca auto-prezentare

O metodă artistică simplă, dar profundă, de a exprima identitatea prin cuvinte — ușor de adaptat pentru elevi de toate vârstele.





ZIUA 2

Villa Farnesina – Artă, Istorie și Percepție

A doua zi ne-a purtat pașii în unul dintre cele mai frumoase locuri din Roma. Villa Farnesina, cu frescele sale renascentiste, a devenit un laborator viu de explorare senzorială și artistică. Fiecare activitate a transformat spațiul muzeal într-o sală de clasă neconvențională.

Exerciții de Observare și Conexiune

01

Punerea în scenă a unei legende

Naratorul povestea legenda Villei, iar participanții acționau conform poveștii — un exercițiu de **empatie, imaginație și colaborare** care a transformat istoria în experiență vie.

02

Desenul în ritmul respirației

Urmărind inspirul și expirul, am desenat liber pe foaie. Un exercițiu simplu, dar profund, de **conectare cu propriul corp, liniștire și relaxare** — perfect pentru momentele de tranziție în clasă.

03

Reproducerea imaginii cu capul în jos

Prin întoarcerea imaginii, creierul este forțat să observe forme și linii, nu obiectul în sine. Un exercițiu excelent pentru **antrenarea reprezentării, abstractizării și atenției**.

04

Desenul în perechi — unul legat la ochi

Un partener descrie un element vizual, celălalt desenează doar pe baza informațiilor primite. Rolurile se schimbă. Un exercițiu puternic de **încredere, ascultare activă și responsabilizare**.

05

Exercițiu de observare

Notarea a 30 de lucruri pe care le observăm în mediul nostru, în 15 minute (ca temă o variațiune a acestui exercițiu: 25 de întrebări despre un obiect, de exemplu un cactus). Un exercițiu care lucrează capacitatea de **observare, atenție, răbdare**; calmare, relaxare.

📄 **Alte idei pentru clasă:** Observarea detaliilor când intră cineva în clasă · Desenarea unei persoane în mișcare · Desen pornind de la o umbră · Ascunderea unui obiect și redesenarea lui din memorie

În aplicare →





ZIUA 3

Muzeul pentru Copii Explora — Corp, Emoție, Mișcare

Explora, un muzeu dedicat copiilor, a oferit cadrul perfect pentru activități dinamice care implicau **întregul corp și întreaga ființă emoțională**. Fiecare exercițiu a fost gândit să răspundă nevoilor reale ale elevilor cu dificultăți de reglare senzorială și emoțională.

Empatie, Cooperare și Gestionarea Emoțiilor. Exemple de activități



Lider și urmăritor

În perechi, o persoană conduce prin mișcări, gesturi și expresii — cealaltă imită. Exersarea **empatiei și a gestionării nivelului de energie**.



Traseul cu balonul

Perechile parcurg un traseu ținând un balon între ele fără să-l scape. **Cooperare, colaborare și tranziție între activități**.



Lanțul emoțiilor

Grupul, ținându-se de mână, mimează în șir: bucurie, entuziasm, curiozitate, frică, tristețe. Final: **meditație restorativă** de 30-60 secunde.



Pantomima

Crearea unei pantomime care recrează un tablou sau un peisaj. **Coeziune, responsabilizare și imaginație** în acțiune.



Ghidarea fără cuvinte

O persoană legată la ochi este ghidată doar prin atingere. **Solidificarea încrederii și a empatiei** între participanți.



Atelier practic

Hârtie reciclată și explorarea culorilor primare și secundare în laborator — **creativitate și învățare senzorială**.

În aplicare →



Academia de Arte Frumoase — Accesibilitate și Inovație

Expoziție adaptată pentru nevăzători

O experiență profundă și emoționantă: picturi celebre transformate în mulaje tactile, permițând persoanelor cu deficiențe de vedere să „vadă” arta prin atingere. O lecție valoroasă despre **incluziune reală și accesibilitate în spațiile culturale**.

Prezentare la Institutul Artelor Frumoase

O vizită la Institutul Artelor Frumoase din Roma ne-a oferit perspective asupra modului în care instituțiile culturale pot deveni spații de învățare incluzive și accesibile pentru toți.

Experiență VR

Realitatea virtuală a deschis o fereastră spre noi posibilități de explorare artistică și terapeutică — o tehnologie care poate aduce arta și experiențele culturale direct în sala de clasă, indiferent de barierele fizice.



Adaptare, Creație și Reflecție

Penultima zi a cursului a adus împreună teoria și practica. Am învățat cum să adaptăm activitățile artistice la nevoile specifice ale elevilor cu diferite tipuri de dizabilități, iar apoi am continuat ziua cu alte exerciții, precum și un mini-atelier de legare de carte folosind o tehnică japoneză.

1

Prezentare teoretică

Cum adaptăm activitățile artistice în funcție de tipul de dizabilitate al elevului — strategii practice și principii de design universal al învățării



2

Desen pe ritm, cu ochii închiși

Inițial individual, apoi în grup. Lucrările individuale au fost împărtășite cu un coleg care a adăugat un detaliu — un exercițiu de **vulnerabilitate și colaborare creativă**



3

Mini-atelier de legare de carte

Am învățat o tehnică de legare de carte ușor de făcut și cu elevii noștri.



Tur Ghidat și Reflecții Finale

Ultima zi a cursului a fost un tur ghidat prin cartierul Trastevere — o oportunitate de a procesa experiența acumulată, de a consolida legăturile create și de a reflecta asupra modului în care vom integra aceste metode în propria practică educațională.

Ce am învățat

- Arta poate fi un instrument util în clasă, chiar și în afara orelor dedicate exclusiv acesteia
- Activitățile simple, dar bine gândite au impact profund asupra elevilor
- Empatia și încrederea se construiesc prin experiențe comune

Ce ducem acasă

- Metode concrete de antrenare a atenției și observației
- Exerciții de gestionare a emoțiilor și tranzițiilor
- Tehnici de consolidare a echipei și cooperării
- Inspirație pentru activități adaptate nevoilor speciale

În aplicare acasă, cu elevii →



Acum este rândul vostru 😁



Goosechase!

