

Streszczenie

Niniejsza rozprawa bada, w jaki sposób zmysł dotyku i interakcja dotykowa w praktyce artystycznej mogą wspierać emocjonalne uzdrowienie, kreatywną ekspresję i ponowne nawiązanie kontaktu z samym sobą. Chociaż badania nie opierają się na klinicznej terapii sztuką, są one kształtowane przez jej filozofię i metodologię, wykorzystując terapię sztuką jako koncepcyjne i praktyczne narzędzie do ujęcia w ramy ucieleśnionego doświadczenia twórczego.

Projekt opiera się na psychologii pozytywnej i badaniach artystycznych opartych na praktyce. Bada, w jaki sposób zaangażowanie dotykowe, zwłaszcza poprzez gesty dłoni na skórze, materiały o różnej fakturze i interakcje fizyczne, może sprzyjać odporności emocjonalnej, samoświadomości i refleksji. W ramach serii warsztatów partycypacyjnych uczestnicy zostali zaproszeni do pracy z miękkimi tkaninami, gliną, włóczką, papierem i szkłem, odkrywając osobistą ekspresję poprzez interakcję sensoryczną. Działania te obejmowały rysowanie dotykowe, śledzenie obiektów, wspólne gesty oraz wykorzystanie sygnałów haptycznych i technologii EEG w celu pogłębienia świadomości sensorycznej.

Badania opierają się na modelu dobrego samopoczucia PERMA, który identyfikuje pozytywne emocje, zaangażowanie, relacje, sens i osiągnięcia jako niezbędne elementy rozwoju człowieka. Dzięki tworzeniu sztuki opartej na dotyku uczestnicy doświadczyli poczucia ugruntowania, emocjonalnej obecności i zaufania w relacjach, co jest szczególnie cenne dla osób, dla których komunikacja werbalna stanowi wyzwanie.

Ostatnim etapem projektu jest BLOOM, wciągająca i interaktywna wystawa, która oferuje bogatą sensorycznie przestrzeń do refleksji i nawiązywania kontaktów. Instalacja, złożona z ręcznie szytych tkanin, form rzeźbiarskich, drzeworytów i ceramicznych obiektów, zachęca odwiedzających do zaangażowania się poprzez dotyk i obecność ciała.

Niniejsza rozprawa stanowi nie tylko artystyczne poszukiwanie, ale także namacalne zaproszenie do ponownego wyobrażenia sobie, w jaki sposób troska, kreatywność i wrażliwość mogą współistnieć w procesie uzdrawiania. Sugeruje, że dotyk, gdy podchodzi się do niego w sposób świadomy i kreatywny, staje się cichą, ale potężną formą komunikacji oraz drogą do emocjonalnej więzi i transformacji.

Słowa kluczowe: arteterapia, dotyk sensoryczny, komunikacja haptyczna, psychologia pozytywna, uzdrawianie emocjonalne, doświadczenie ucieleśnione, model PERMA