

IWONA BUGAJSKA-BIGOS
ANNA STELIGA

ORCID: 0000-0002-7317-6248

ORCID: 0000-0002-4750-7285

European Federation of Art Therapy (EFAT) i międzynarodowa konferencja *Speaking Through Art – Languages of Art Therapy in Europe*



Arteterapeutki i arteterapeuci zrzeszeni w European Federation of Art Therapy, Wiedeń 2019, fot. archiwum EFAT

Nadrzędnym celem EFAT jest integracja europejskich terapeutów sztuki i profesjonalnych stowarzyszeń arteterapeutycznych. Federacja działa aktywnie na rzecz uznania zawodu arteterapeuty, a także rozwoju praktyki, szkoleń i badań z tego zakresu. Pielęguje wzajemne poszanowanie różnorodności oraz wspiera współpracę i wkład krajów członkowskich. Promuje jakość praktyk i szkoleń arteterapii z korzyścią dla klientów, profesjonalistów i instytucji. EFAT wydaje newsletter zatytułowany „De Visu – News From EFAT”.

Federacja prężnie edukuje na temat zawodu terapeuta sztuką, który dotyczy zdrowia psychicznego i ma

zastosowanie w dziedzinach społecznych, edukacyjnych i medycznych. Terapeuci sztuki angażują się w kreatywny proces tworzenia sztuki, którego zadania to wzmocnienie więzi między ciałem a umysłem, sprzyjanie rozwojowi osobistemu i poprawa samopoczucia psychicznego i/lub emocjonalnego, poznawczego i relacyjnego zarówno jednostek w każdym wieku, jak i grup, a także rodzin ze wszystkich środowisk społecznych. Arteterapia opiera się na założeniu, że proces twórczy generowany przez artystyczną autoekspresję, prowadzony przez profesjonalnie wyszkoloną arteterapeutę, sprzyja wzrostowi i rozwojowi autopoczucia.

Ten proces tworzenia sztuki obejmuje osobistą eksplorację za pomocą wizualnych/dotykowych materiałów artystycznych (takich jak rysunek, malarstwo, rzeźba i inne ekspresyjne formy sztuki). Terapia sztuką obejmuje trójdzielną strukturę relacyjną: pacjent/klient z obrazem sztuki, pacjent/klient z arteterapeutą, terapeuta sztuki z obrazem sztuki. Terapeuci używają terminu „obraz sztuki” w odniesieniu do wszelakiego produktu artystycznego powstałego podczas takiego spotkania. Terapia sztuką jako dyscyplina klinicznej i nieklinicznej praktyki arteterapii i psychoterapii sztuką ma następujące cele: pomagać jednostkom w zmniejszaniu lęku i depresji, w radzeniu sobie z konfliktami, w wychodzeniu z traumatycznych doświadczeń życiowych, poprawiać relacje, rozwijać poczucie sprawczości, regulować afekty oraz zwiększyć autorefleksję i świadomość.

EFAT regularnie organizuje spotkania i konferencje. Odbývają się one raz do roku w innym kraju europejskim – w 2019 roku była to Austria. W dniach 10–12 maja do Wiednia przyjechali arteterapeuci z 33 krajów, m.in. z Malty, Hiszpanii, Włoch czy Łotwy. Polskę w EFAT reprezentują tylko dwie osoby – dr Anna Steliga z Wydziału Sztuki Uniwersytetu Rzeszowskiego i dr Iwona Bugajska-Bigos z Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Nowym Sączu. Na zaproszenie EFAT – European Federation of Art Therapy obie panie brały czynny udział w konferencji naukowej zatytułowanej *Speaking Through Art – Languages of Art Therapy in Europe*, gdzie wystąpiły z prelekcją *Art in therapy and education as the language of communication*, w której zaprezentowały własne doświadczenia terapeutyczne i rezultaty prowadzonych przez siebie warsztatów w ramach autorskich międzynarodowych projektów artystyczno-naukowych.

