

Az animáció mint művészetterápiás módszer.

Először egy kis történelem:

Az animáció (a latin animációból) az élettelen dolgok, például rajzfilmfigurák, különböző tárgyak, anyagok vagy bábok látszólagos megelevenítése.

Az animáció elve az, hogy olyan képkockák sorozatát rögzíti, amelyek önmagukban statikusak, és kis lépésekben mutatnak mozgást. Amikor ezeket a képkockákat gyors egymásutánban nézzük, az emberi **szem** tökéletlensége és tehetetlensége miatt mozgóképpé olvadnak össze. A képeket azonban olyan sebességgel kell lejátszani, hogy az emberi szem számára észrevehetetlen legyen.

Az ember ősidők óta rajzokban ábrázolja az őt körülvevő életet. Arra vágyott, hogy minél hűségesebben megörökítse azt. Már az őskori barlangrajzokon is láthatunk mozgó állatokat. Egyszerre többféle helyzetben lévő lábval ábrázolják őket, ami tulajdonképpen a későbbi animáció alapja.



A látszólagos mozgás vagy illúzió ábrázolására tett kísérletek a 19. században fejlődtek ki teljesen. Különböző műszereket, például a **fenakisztozkópot** fejlesztették ki.

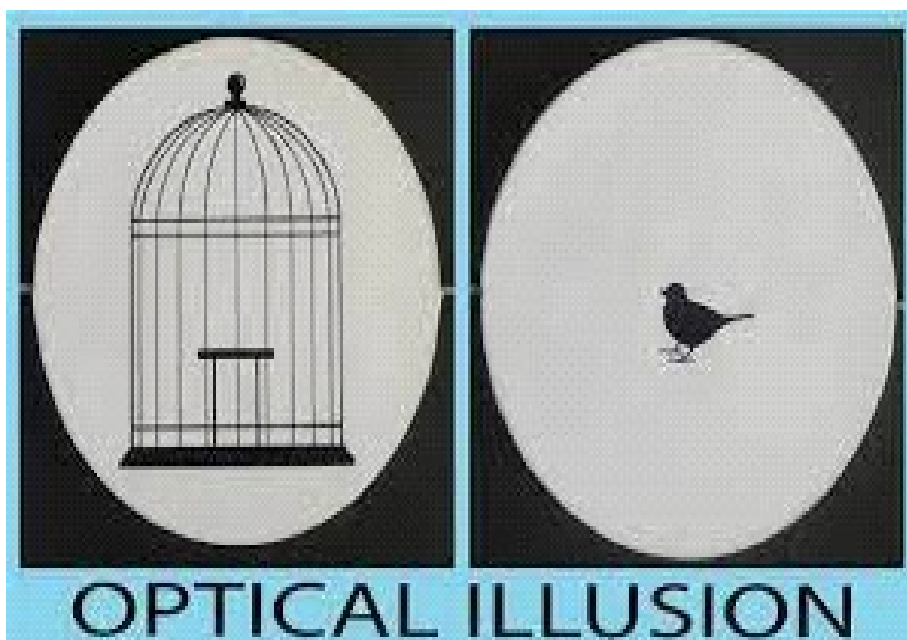
Ez egy korong volt, amelynek köré a különböző mozgásfázisokat festették, például egy táncoló párt különböző táncpozíciókban. Ahogy a korongot forgatták, a pár is mozdult - a tánc animációja jött létre.



Egy másik egyszerű eszköz volt a **thaumatróp**, amely egy kétoldalas festett korongból állt, amelyet kétoldalt egy zsinórral függesztettek fel.

Az egyik ilyen példa a korong egyik oldalára festett madár, a másikra pedig egy ketrec.

Ha elforgatjuk a korongot, úgy tűnik, mintha egy kalitkába zárt madár lenne.



J. Stuart Blackton volt az első amerikai filmes, aki stop-motion technikát és kézi rajzolást használt az animáció készítéséhez. Első művének szerzői jogait 1900-ban szerezte meg. Leghíresebb filmje az 1906-os *Humoros fázisok vicces arcokról című alkotás volt, amelyet* később a világ első animációs filmjének, alkotóját pedig az első igazi animátornak tartottak.

Egy francia művész, **Émile Cohl** képregényeket kezdett rajzolni, és 1908-ban megalkotta a "*Fantasmagorie*" című filmet. A film többnyire egy pálcikaemberről szólt, aki mindenféle alakváltozásokkal találkozott a körülötte lévő dolgokban, például egy borosüvegből virággá változott. Voltak élőszereplős jelenetek is, amelyekben az animátor keze lépett a képbe. Ez tette a "*Phantasmagoria*"-t az első rajzfilmmé, amely a hagyományos rajzolási módszert alkalmazta.



A kézzel rajzolt animáció technikájához nagyban hozzájárult **John Randolph Bray** és **Earl Hurd** ötlete, hogy átlátszó celofánlapokat használjanak. Ez nagyban leegyszerűsítette a gyártási folyamatot, és a technikát egészen a számítógépes grafika megjelenéséig használták. Egyes művészek azonban még ma is inkább kézzel festenek minden egyes képet külön-külön, mivel ez a módszer végső soron az eredeti munkát jeleníti meg.

Ez vezetett fokozatosan a ma már számítógépes technikával készülő animációs filmekhez.

Az animációs film olyan **filmtípus**, amelyet **szakaszosan** vesznek fel, így teljes sebességgel játszák le, hogy a mozgó **mozgás** benyomását keltsék.

A Krídla Rehabilitációs Központot több mint 16 évvel ezelőtt alapította a Pozsonyi Polgári Társulás a hozzátartozók, barátok és a pszichés zavarokkal küzdő emberek számára.

Az olyan pszichiátriai rendellenességek, mint a skizofrénia, a bipoláris affektív zavar vagy más súlyos szorongásos, komplex kényszerbetegségek gyakran hosszú időre, néha véglegesen kizárják az ezeket átélő embereket korábbi életükből, iskolai, munkahelyi és szociális környezetükből. Bár a zavaruk tünetei enyhültek, nem bíznak eléggé önmagukban, továbbra is óvatosak maradnak a környezetükkel szemben, eredeti kommunikációs és alkalmazkodási készségeik megváltoznak, korlátozottak, érdeklődési körük és társas kapcsolataik csökkennek vagy teljesen elvesznek.

Gyakran maradnak otthon értelmes napirend nélkül.

A betegek e csoportja számára olyan biztonságos szociális teret hoztunk létre, amely változatos forrásokat és lehetőségeket biztosít az önbizalom helyreállításához, a kommunikáció felszabadításához és a barátkozáshoz. Ugyanakkor felszabadítja a régebbi készségekhez és képességekhez való visszatérést, de korábban ismeretlen érdeklődési köröket és teret kínál a kreativitásnak is.

A korábbi találkozókön már beszámoltunk arról a gazdag programról, amelyben a nappali központ látogatói részt vesznek. Ennek nagy részét a művészetterápia különböző fajtái teszik ki, ami remek eszköz arra, hogy ne igényeljük a közösség új tagjaitól a részletesebb verbális kommunikációt, de pszichoterápiás célokra is felhasználható, ha a résztvevők hajlandóak és kényelmesek.

Elsősorban a felgyülemlett érzelmek levezetésének, a stressz levezetésének és az élet zavaró kapcsolatrendszerének korrigálásának bevált eszköze.

A művészeti terápia egy eredeti fajtája, amelyet sikerült kifejlesztenünk a központunkban, az **animáció és az animációs filmkészítés**.

Ez a terápia a pozsonyi Előadóművészeti Főiskola Film- és Televíziós Karának animációs tanszékének tanárai és hallgatói együttműködésének köszönhetően jött létre.

Az egykori diák, most animációs rendező rendszeresen és módszeresen dolgozik egy betegcsoporttal.

Az animációs terápia felfedezi és megszólítja az eddig kiaknázatlan kreatív képességeket, amelyek az alkotás során "elnyomják" a pszichés zavar intenzitását és a páciensek tanult tétlenségét.



Egy animációs film létrehozása művészetterápiás szándékkal hosszú folyamat. A páciensek egész csoportja részt vesz a történet megalkotásában.

Animációs gyakorlatokkal kezdődik, mint a hivatásos animátorok képzésében.



A résztvevők különböző tárgyakat rajzolnak, egy bábut mozgatható ízületekkel, egy élő modellt - egy nyulat, amelyről a Szárnyasok gondoskodnak... arckifejezéseket rajzolnak...

Megtanulják a különböző anyagok és technikák használatát - mozgás rajzolása fóliákra, papírtechnika, szövetek, különböző anyagok, homok, gyurma modellek használata, különböző tárgyak, Lego-készletek, bábok ...

Együtt készítenek hátteret, majd kulisszákat, megtanulnak mozogni és rövid cselekményű etűdöket forgatni.



Megalkotnak egy történetet a saját hőjükkel, akinek bizonyos tulajdonságokat, érzelmeket tulajdonítanak, azonosulnak vele, behelyezik a cselekménybe, vagy más tárgyakkal, szereplőkkel való kapcsolatokba, eljátsszák vele a neki kijelölt szerepet.

Máskor párosított etűdkészítést használunk (karaktereket, egy kis történetet /gag/, egyszerű akciót, animációt tartalmaz).

Megtanulják, hogyan kell mozgatni egy statikus tárgyat, egyéni képességeiknek megfelelően megtanulják, hogyan kell dolgozni a kamerával, állvánnyal, számítógéppel, beállítani és felvételt készíteni, szerkeszteni.



A páciensek megtanulnak egyénileg alkotni /gyakran az elfelejtett dolgok felébresztése, de új kreatív képességek felfedezése céljából is/. Az alkotás folyamata aztán megnyitja a kommunikáció, az ötletek összehangolásának, a történetek összekapcsolásának lehetőségeit. A képzelet felébred, a fantázia megnyílik.

Elmúlt a tanult tehetetlenség és a pszichológiai zavarok okozta tétlenségre való hajlam.

A csoport hetente egyszer, körülbelül 2-2,5 órán keresztül dolgozik.

Az animációs órák a dramaturgiai ismeretek oktatását is magukban foglalják.

A résztvevők egy terapeutával együtt rövid animációs filmeket elemeznek, megtanulják a filmnyelvtan alapjait /kockaméret, harmadolási szabály, filmes írásjelek/.

Egyéni etűdöket készítenek, vagy közösen kitalálnak egy storyboardot - egy rövid filmtémát rögzítenek egy képsorozatban, a terapeutával pedig dramaturgiailag elemzik a történetet.

A betegek egész csoportja részt vesz a film történetének megalkotásában.

A folyamat kreatív aspektusai új impulzusokat adnak a páciensnek, támogatják kommunikációját, /leírások, magyarázatok, kérdések az alkotás folyamatában, /aktiválják őt magának a tevékenységnek a dinamikája által.

Az egyéni munka kapcsolódik az egész csapat munkájához, empátikus megértésre, a résztvevők kölcsönös együttműködésére tanít.

Az első átfogó munka

animációs film LOOK AT ME! / (LOOK AND SEE !, SK, 2010, 7 perc) , amely a Krídla nappali rehabilitációs központ és az Animációs Tanszék munkatársainak rendhagyó projektjeként jött létre, a művészetterápia új formáját mutatta be egy szakmai platformon.

Ezt az eredeti animációs filmet, amely korunk ökológiai problémáira hívja fel a figyelmet humoros mese formájában, 2011-ben beválogatták és versenyben vetítették a csehországi Teplicében megrendezett "Anifest" Nemzetközi Animációs Filmfesztiválon.

A szerzők - pszichés zavarokkal küzdő betegek - az irodalmi előkészítéstől kezdve a művészi terveken át az animációig részt vettek a teljes alkotói folyamatban, Marián Staň akkori diák irányításával.

Az animációs folyamat dinamikája és a történet csapatmunkában történő kidolgozása a művészetterápia hagyományos formáit egy új területre helyezte át - az animáció nagyszerű eszközzé válik a komplex kezelési folyamathoz való hozzájárulásban.

MUDr. Eva Janíková, PhDr. Katarína Minichová, Mgr. Marián Staňo