

DOI: <https://doi.org/10.54937/dspt.2025.25.4.13-20>

Seniors with Disabilities as Homo Creator in the Process of Action Art

Senior so zdravotným znevýhodnením ako Homo creator v procese akčného umenia

Stanislav Benčíč, Barbora Kováčová

Abstract

The paper highlights the possible connection between creativity and the life of a person in the elderly who is also an actor in action art. The content line of the paper reflects on the possibilities of working with the elderly person and at the same time extends the paradigm of action art oriented towards the elderly as a possible alternative for self-presentation, leisure or as a therapeutic subsidy with regard to health conditions.

Keywords: Senior with a disability. Action art. Activation. Expression-oriented approaches.

Úvod

V súčasnosti rastie záujem o nefarmakologické zdravotné odporúčania pre starších ľudí, pričom je zdôrazňované ich zapojenie do komunitných voľnočasových aktivít tzv. *social prescribing* so zámerom podporiť aktívne kognitívne starnutie. Je nevyhnuté to vnímať ako podporu človeka v komunite prostredníctvom formálnych, neformálnych a informálnych aktivít so zámerom mobilizovať ich, čím sa podporuje ich zdravie a kvalita života.

Súčasťou social prescribingu je posilniť:

- vnímanie jednotlivca v jeho bio-psycho-sociálno-spirituálnej existencii,
- aktívne využívanie voľného času,
- dodržiavanie pravidelnosti v ponuke aktivít,
- využívanie umeleckých prostriedkov ako možností podpory prežívania a zvyšovania kvality života (uprav podľa Sadio et al., 2024).

Akčné umenie možno zároveň zaradiť medzi nefarmakologické intervenčné prístupy, ktoré využívajú telesnú aktivitu, performatívne prvky a zážitkovú interakciu ako kľúčové nástroje pôsobenia na emocionálnu, kognitívnu aj sociálnu úroveň jednotlivca. V tomto kontexte slúži akcia, či už ide o pohyb, gestá, hlas, symbolický prejav alebo kolektívnu performanciu

ako **výrazové médium**, ktoré podporuje uvoľnenie napätia, rozvoj seba-vyjadrenia, prepojenie s okolím a aktiváciu vnútorných zdrojov. Akčné umenie tak môže byť vnímané ako **alternatíva alebo doplnok ku klasickým terapeutickým prístupom**, pričom nachádza uplatnenie najmä v oblasti podpory ľudí so zdravotným znevýhodnením ako súčasť intervencie, alebo pre ľudí bez zdravotných ťažkostí ako preventívnu podporu.

Heslá *Moja tvorba vystihuje moje prežívanie a Všetko, čo vytvorím, má svoj význam* využívame ako energizéry. Práve tie veľmi originálnym spôsobom motivujú ľudí zapojiť sa do tvorivého procesu, reflektovať vlastné prežívanie a uvedomiť si hodnotu toho, čo vytvorí. Osvedčili sa najmä pri práci s dospelými a seniormi (Kováčová, 2024, nepubl.).

Človek v akcii

Zapojenie človeka do umeleckých aktivít je prítomné počas jeho celej biodromálnej cesty. Pozitívne účinky boli potvrdené vo viacerých výskumoch v oblasti voľného času a tvorivého vyjadrovania, ktoré majú vplyv na kognitívnu, sociálnu a emocionálnu pohodu celkovej populácie. Z aktuálnych výskumov je možné spomenúť Fancourt et al. (2020), ktorí potvrdili, že kultúrna angažovanosť v komunite (napr. návšteva múzeí, galérií, divadla) je spojená s nižším rizikom vzniku demencie vo vyššom veku nezávisle od demografických, zdravotných a sociálnych faktorov. Taktiež aj Tymoszuk et al. (2020) potvrdili, že dlhodobejšia (aj pravidelná) účasť na umeleckých aktivitách je u starších dospelých spojená s vyššou úrovňou šťastia, životnej spokojnosti, sebarealizácie a autonómie. Využívanie umenia aj v pokročilejších štádiách kognitívneho ochorenia (demencie) je prijímané samotnými pacientmi pozitívne v samotných prejavoch. V tomto kontexte Young et al. (2016) zdôrazňujú pozitívny vplyv na pamäť, sústredenie a ochotu aktívne komunikovať. Falck et al. (2019) poukazujú na zníženie depresívnych prejavov, zatiaľ čo Lourida et al. (2020) potvrdzujú zlepšenie nálady a zvýšenie angažovanosti. Homolová (2024) tvrdí, že využívanie fotografovania umožňuje človeku lepšie vnímať a interpretovať situácie, ktoré sú súčasťou akčného umenia.

Umelecká angažovať spejúca k akčnému umeniu sa stáva možnosťou, ktorá ponúka seniorom aj so zdravotným znevýhodnením nový spôsob komunikácie a sebareflexie (Bergerová, 2019), pričom sa nezabúda na dôležitosť ich možnosti expresívne tvoriť. Môžu to byť spontánne a interaktívne formy vyjadrenia sa v rámci plenérov, kde seniори majú priestor spracovávať svoje životné skúsenosti, vyjadrovať emócie a nachádzať nové spôsoby (seba)vyjadrenia.

Od umeleckej angažovanosti k akčnému umeniu

Umelecká angažovanosť zohráva dôležitú úlohu v živote seniorov, či už v podobe aktívnej tvorby, ako je maľovanie, tanec či hudba, alebo pasívneho vnímania umenia, napríklad návštevou koncertov, galérií či divadelných predstavení. Zapájanie sa do umeleckých aktivít môže byť zážitkom, ktorý podporuje kognitívne schopnosti, emocionálnu pohodu a sociálne interakcie (Fancourt et al., 2021). Akčné umenie zároveň podporuje ich aktívnu účasť v spoločenskom a kultúrnom dianí, čím znižuje pocit izolácie a zvyšuje ich psychickú pohodu. Táto forma umeleckého vyjadrenia im umožňuje prekročiť tradičné hranice tvorby – umeleckej angažovanosti k akcii a experimentovaniu s materiálmi, s pohybom, s telom, čo im umožňuje posilniť ich pocit slobody a autenticity. Akčné umenie je možnosťou, ktorá ponúka seniorom nový spôsob komunikácie a sebareflexie, pričom sa nezabúda na dôležitosť ich tvorivej identity. V našich podmienkach je akčné umenie ako stratégia pomoci dostupná ojedinele, ak je realizovaná, tak je výsostne založená na vybavení konkrétneho zdravotníckeho/sociálneho pracoviska či organizácie. Kováčová & Hudecová (2023) tvrdia, že práve možnosť expresívne sa vyjadriť u ľudí v seniorskom veku je kľúčovou pre kvalitu ich života. Odborníci, ako Šicková-Fabrics (2008), Liebmann (2005) a Valachová (2021) zdôrazňujú, že je možné znovu vytvoriť alebo obnoviť prostredie, ktoré bolo z rôznych dôvodov narušené (strata partnera, strata domova, závažné ochorenie a i.). Tento proces obnovy môže byť realizovaný prostredníctvom akčného umenia, ktoré sa stáva nástrojom na vytváranie zážitkov v podmienkach, v ktorých jednotlivci môžu opäť objaviť svoju kreativitu, schopnosť vyjadriť sa a nadviazať kontakt s okolím.

Umelecko-akčné aktivity, vo forme art-akčných plenérov, podporujú nielen „rekonštruovanie“ duševnej rovnováhy, ale aj rozvoj zmyslového vnímania a emocionálnej expresie. To prispieva k celkovému posilneniu identity seniora so zdravotným znevýhodnením, a tým aj k obnove jeho schopnosti komunikovať, prežívať a vytvárať interakcie s druhými ľuďmi.

Akčné umenie otvára nové možnosti v oblasti podpory seniorov, a to najmä ako prostriedok na obnovu integrity a životnej harmónie u jednotlivcov, ktorí čelia osobným, zdravotným alebo sociálnym výzvam. Vďaka svojmu performatívnemu a expresívnemu charakteru dokáže aktivovať vnútorné zdroje človeka, podporiť jeho sebvýjadrenie, zmysluplnú interakciu s okolím a prehĺbiť prežívanie prítomného okamihu. História starostlivosti a podpory ľudí v seniorskom veku je hlboko zakorenená v dejinách ľudskej civilizácie, čo podčiarkuje význam kontinuálneho hľadania dôstojných a kreatívnych foriem sprevádzania v neskorších fázach života (Rassu Nagy, 2016).

Senior ako Homo creator

Pojem *Homo creator* vyjadruje myšlienku, že človek nie je len pasívnym vykonávateľom vopred určených prírodných, sociálnych či kultúrnych zákonitostí. Giordano (2005) tvrdí, že práve *Homo creator* sa neviaže slepo na biologické predurčenie, ani na pevné spoločenské či psychologické rámce. Ak si predstavíme spoločenský život ako javisko, na ktorom sa odohráva tragédia alebo komédia, vidíme, že postavy sa nie vždy striktne držia scenára či pokynov režiséra. Namiesto toho improvizujú, inovujú a dávajú hre vlastnú dynamiku – aj keď sa od hlavnej dejovej línie neodchyľujú úplne. Autor (ibidem) využíva symboliku pre objasnenie role *Homo creatora* prirovnaniu k hercovi. Práve ten nie je len vykonávateľom roly, ale aj jej spolutvorcom. Spoločenský život môžeme prirovnáť ku *commedia dell'arte*, kde sa herci pohybovali v rámci osnovy deja, no zároveň si ponechávali priestor na vlastnú tvorivosť. Bez tejto schopnosti improvizácie by slová, ako *individuálna tvorivosť* či *sociálno-kultúrna zmena* stratili svoj význam a mohli by sme ich zo slovníka rovno vymazať.

Senior v pozícii *Homo creatora* nemá zostať len pasívnym pozorovateľom svojho života, ale môže aktívne ovplyvňovať okolie, v ktorom žije a existuje. Môže využívať (pokiaľ mu to zdravotný stav a vlastná ochota „umožnia“) nástroje akčného umenia na to, aby sa vyrovnal s výzvami starnutia a zachoval si svoju kreativitu ako hodnotný prostriedok na osobný rast a spoločenskú angažovanosť. Senior ako akčný umelec vo svojom seniorskom veku môže prežívať svoju tvorivosť ako intenzívny proces (Schéma 1), v ktorom telo, myseľ a emócie spolupracujú v okamžitom kontexte tu a teraz.

Homo creator v tejto fáze života, ak je mu to umožnené, využíva akčné umenie ako spôsob vyjadrenia seba samého. Je človekom slobodným čo sa týka jeho konania¹, obohatený o skúsenosti, s uvedomením si vlastných hraníc, a všetkého, čo je pre neho už bežnou súčasťou jeho života. Počas samotnej tvorivej expresie môže byť aktívny, otvorený, aj iniciatívny. Môže sa stať tvorcom nepoznaného, tvorcom autentického, jednoducho *Homo creator*. Vo svojej akcii môže bilancovať alebo objavovať nové formy vyjadrenia sa. Dokonca môže byť tým, ktorý hodnotí aplikované umenie v prospech svojho zdravia a prežívania. V realizovaní akčného umenia senior so zdravotným znevýhodnením má mať otvorenú cestu (na)sýtiť a potvrdzovať svoje potreby týkajúce sa stimulácie, orientácie a učenia, aktivity, citovej istoty a bezpečia, sebarealizácie a otvorenej budúcnosti.

¹ V tomto kontexte senior nie je späť s tým, čo je možné a vhodné a čo možné a vhodné nie je.

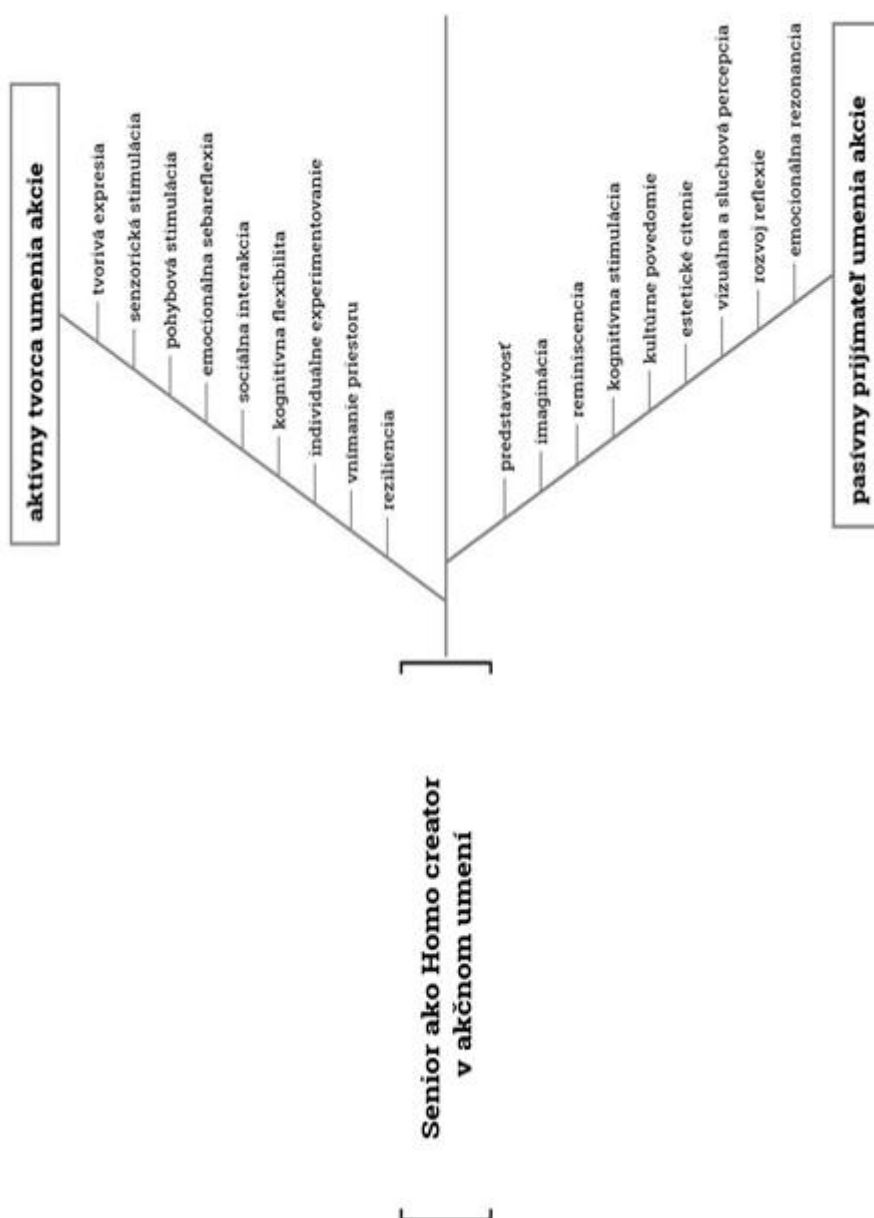


Schéma 1: Senior v pozícii Homo creator
Zdroj: vlastné spracovanie

Príkladom môžu byť snahy výskumníkov v našich podmienkach stimulovať ľudí s konkrétnymi zdravotnými limitmi s využitím kreatívno-formatívnych prístupov. Fábry Lucká (2024) poukazuje na účinné faktory tanečno-pohybovej terapie pri práci s človekom s ochorením Parkinsonovej choroby.

Taktiež aj práca s mozaikou môže byť tou akčnou stratégiou, kedy ako Bathje (2014) tvrdí, je vhodnou pri bilancovaní života seniora aj z toho dôvodu, že ponúknutý materiál je pomerne dobre uchopiteľný a zároveň pre seniora symbolizuje mnohé skutočnosti. Akčné umenie tak otvára seniorom cestu k novej forme vyjadrenia, ktorá je autentická a priamo reaguje na ich osobné životné skúsenosti (Kováčová, Hudecová, 2023).

Akčné umenie ako nástroj akcie v seniorskom veku

Pre seniorov, ktorí hľadajú spôsob ako aktívne reagovať na svoje zmeny v živote, môže byť akčné umenie silným nástrojom, ktorý im umožní vyjadriť sa autentickým a neformálnym spôsobom. V seniorskom veku môže akčné umenie prinášať pocit oslobodenia, pretože nevyžaduje žiadne predchádzajúce umelecké skúsenosti ani technické zručnosti. Postačuje experimentovanie so stopou, ktorá zobrazí konkrétny míľnik v živote aktéra, ktorý je významný (Ševčovič, 2021). Ide o spontánnosť a expresivitu, kde pohyb, zvuk, farba a gesto tvoria základ umeleckého vyjadrenia. Príkladom je tvrdenie Fábry Luckej (2023), že tanečno-pohybové intervencie sú teda vhodným prostriedkom nielen k prežívaniu človeka, ale aj k jeho vlastnej expresii – prejavu. V rámci tanca má človek možnosť prejať svoje emócie, prichádzať do sociálnych interakcií. Prostredníctvom pohybových aktivít prichádza tiež k uvoľneniu napätia, emocionálnej abreakcii. *Je mostom k prežívaniu človeka, jeho emóciám, ale aj ku vzťahu k sebe samému* (ibidem, s. 63). Seniori, ktorí sa angažujú v akčnom umení, môžu reagovať na svoje fyzické a emocionálne zmeny prostredníctvom vyjadrenia tela, čo im umožňuje opustiť tradičné formy komunikácie a prijať proces tvorby ako prostriedok na introspekciu, spracovanie osobných skúseností a reflexiu na minulosť. Týmto spôsobom sa stávajú nielen pozorovateľmi vlastného života, ale aj aktívnymi účastníkmi tvorivého procesu, ktorý umožňuje hlbšie prepojenie medzi ich minulosťou, prítomnosťou a budúcnosťou. Akčné umenie v tomto veku ponúka aj jedinečnú príležitosť pre zachovanie fyzickej aktivity a duševnej sviežosti. Spontánne pohyby, ktoré sú typické pre akčné umenie, môžu byť prispôbené individuálnym potrebám, čo znamená, že každý účastník môže pracovať na svojom tempe a podľa svojich schopností. Tento proces nie je súťaživý, ale skôr orientovaný na vyjadrenie vnútornej energie, čo vedie k väčšiemu pocitu slobody a seberealizácie.

Záver

Seniorský vek môže byť obohatený o hlboké umelecké prejavy, ktoré nevyžadujú akademické alebo formálne prístupy, ale skôr spontánnu kreativitu, ako je to v prípade akčného umenia. „Homo creator“ v tejto fáze života využíva akčné umenie ako médium na vyjadrenie svojich osobných príbehov, spomienok

a reflexií. Prostredníctvom fyzických, gestických a improvizčných techník sa seniori so zdravotným znevýhodnením môžu vžiť do procesu, ktorý im umožňuje vyjadriť pocity a myšlienky, ktoré možno slovami nemusia dostatočne zachytiť.

Celkovo akčné umenie poskytuje seniorom so zdravotným znevýhodnením priestor na sebareflexiu, emocionálne uvoľnenie a, čo je dôležité, na aktívnu participáciu na spoločenskom a umeleckom živote. Tvorivý proces, ktorý je založený na osobnej skúsenosti a nie na vonkajších technických normách, ponúka jedinečný spôsob, ako sa seniori môžu vyjadriť a zároveň sa vyrovnáť s výzvami spojenými s ich vekovým obdobím. V tomto zmysle sa akčné umenie stáva nielen prostriedkom tvorivého vyjadrenia, ale aj spôsobom, ako znovuobjaviť a posilniť pocit zmysluplnosti v seniorskom veku.

Bibliografia

- BATHJE, M. 2014. A Mosaic of Creativity in Occupational Therapy. In: *The Open Journal of Occupational Therapy*, 2024, 2(3).
<https://doi.org/10.15453/2168-6408.1125>
- BERGEROVÁ, X. 2019. Pohľady na prirodzené autoterapeutické kvality umeleckého vyjadrenia. In: *Expresívne terapie vo vedách o človeku 2019*. Ružomberok: VERBUM – vydavateľstvo KU, 2019, s. 94-100. ISBN 978-80-561-0701-0.
- FÁBRY LUCKÁ, Z. 2024. Účinné faktory tanečno-pohybovej terapie v problematike Parkinsonovej choroby. In: *Expresivita v (art)terapii 5*. Ružomberok: VERBUM – vydavateľstvo KU, 2024, s. 62-70. ISBN 978-80-561-1131-4.
- FALCK, R. S., DAVIS, J. C., BEST, J. R. et al. 2019. Impact of exercise training on physical and cognitive function among older adults: a systematic review and meta-analysis. In: *Neurobiology of Aging*, 2019, 79, 119-130.
<https://doi.org/10.1016/j.neurobiolaging.2019.03.007>
- FANCOURT, D. et al. 2020. Community engagement and dementia risk: Time-to-event analyses from a national cohort study. In: *Journal of Epidemiology and Community Health*, 74(1), 71-77.
<https://doi.org/10.1136/jech-2019-213029>
- FANCOURT, D. et al. 2021. How leisure activities affect health: A narrative review and multi-level theoretical framework of mechanisms of action. In: *The Lancet Psychiatry*, 8(4), 329-339.
[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30384-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30384-9)
- GIORDANO, C. 2005. Homo Creator. The Conception of Man in Social Anthropology. In: *Finance & Bien Commun*, 2005, 22(2), 25-31.
<https://doi.org/10.3917/fbc.022.0025>
- HOMOLOVÁ, M. 2024. Farba – zlom: akčné umenie cez fotografiu. In: *Disputationes Scientificalae Universitatis Catholicae in Ružomberok*, 2024, 24(4), 24-31. <https://doi.org/10.54937/dspt.2024.24.4.24-31>

- KOVÁČOVÁ, B., HUDEC OVÁ, A. 2023. Akčné umenie ako stratégia podpory seniora so zdravotným znevýhodnením. In: *Disputationes Scientificalae Universitatis Catholicae in Ružomberok*, 2023, 23(1), 101-110. <https://doi.org/10.54937/dspt.2023.23.1.101-110>
- LIEBMANN, M. 2005. *Skupinová arteterapie: nápady, témata a cvičení pro skupinovou výtvarnou práci*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-864-3.
- LOURIDA, I., GWERNAN-JONES, R., ABBOTT, R. et al. 2020. Activity interventions to improve the experience of care in hospital for people living with dementia: a systematic review. In: *BMC Geriatrics*, 2020, 20(131). <https://doi.org/10.1186/s12877-020-01534-7>
- RASSU NAGY, V. 2016. *Storia d'Italia II. Medioevo*. Ružomberok: VERBUM – vydavateľstvo KU, 2016. 128 s. ISBN 978-80-561-0420-0.
- SADIO, R. et al. 2024. Social prescription for the elderly: a community-based scoping review. In: *Primary Health Care Research & Development*, 2024, 25(e46), 1-11. <https://doi.org/10.1017/S1463423624000410>
- ŠEVČOVIČ, M. 2021. Náhoda, experiment, expresivita, projekt. In: *Expresivita vo výchove 4*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, 2021, s. 19-28. ISBN 978-80-223-5265-9.
- ŠICKOVÁ-FABRICI, J. 2008. *Základy arteterapie*. 2. vyd. Praha: Portál. 176 s. ISBN 978-80-7367-408-3.
- TYMOSZUK, U. et al. 2020. Longitudinal associations between short-term, repeated, and sustained arts engagement and well-being outcomes in older adults. In: *The Journals of Gerontology: Series B*, 2020, 75(7), 1609-1619. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbz085>
- VALACHOVÁ, D. 2021. Kreativita, emocionalita, expresia – fenomény v zážitkovom učení. In: *Hranice neformálneho vzdelávania*. Banská Bystrica: MALENA, občianske združenie, 2021, s. 43-46. ISBN 978-80-570-3097-3.

Príspevok je parciálnym výstupom z projektu KEGA č. 001KU-4/2023 s názvom Stelesnená skúsenosť s využitím art action II. – proti stagnácii v dospelosti a seniorskom veku.

Prof. PhDr. Stanislav Benčíč, PhD.

Vysoká škola Danubius, Fakulta verejnej politiky a verejnej správy
Richterova č. 1171, 925 21 Sládkovičovo
stanobencicdva@gmail.com

Doc. PaedDr. Barbora Kováčová, PhD.

Katedra špeciálnej pedagogiky
Katolícka univerzita v Ružomberku, Pedagogická fakulta
Hrabovská cesta 1, 034 01 Ružomberok
barbora.kovacova@ku.sk