



You have downloaded a document from
RE-BUŚ
repository of the University of Silesia in Katowice

Title: Arteterapia

Author: Katarzyna Krasoń

Citation style: Krasoń Katarzyna. (2009). Arteterapia. W: K. Heska-Kwaśniewicz (red.), "Literatura dla dzieci i młodzieży (po roku 1980). T. 2" (S. 243-254). Katowice : Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego



Uznanie autorstwa - Użycie niekomercyjne - Bez utworów zależnych Polska - Licencja ta zezwala na rozpowszechnianie, przedstawianie i wykonywanie utworu jedynie w celach niekomercyjnych oraz pod warunkiem zachowania go w oryginalnej postaci (nie tworzenia utworów zależnych).



UNIwersYTET ŚLĄSKI
W KATOWICACH



Biblioteka
Uniwersytetu Śląskiego



Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego

Arteterapia

KATARZYNA KRASOŃ

Ustalenia podstawowe. Terapia przez tworzenie sztuki

Arteterapia (*Art Therapy*) to pojęcie powszechnie znane i często używane w pedagogice, psychologii oraz w analizach edukacji artystycznej. I choć przypisywany mu zakres semantyczny zasadniczo różni się u poszczególnych badaczy — od czasu, kiedy po raz pierwszy użył go Adrian Hill, pionier arteterapii w Wielkiej Brytanii, to jednak coraz częściej dokonywana jest systematyzacja onomastyki przypisanej leczeniu sztuką. Mamy do czynienia z dwoma zasadniczymi sposobami definiowania pojęcia: w znaczeniu wąskim — to terapia przy udziale sztuk plastycznych¹, w znaczeniu szerokim zaś arteterapia obejmuje muzykoterapię, choreoterapię i biblioterapię, a także działania terapeutyczne podejmowane za pomocą teatru, filmu oraz sztuk plastycznych, takich jak malarstwo, rzeźba, grafika i inne². Wówczas to arteterapia staje się odmianą kulturoterapii³, rozumianej jako jedno z wielu działań „ukierunkowanych na człowieka i jego środowisko, podejmowanych w celu przywrócenia lub potęgowania zdrowia, zmierzających do poprawy jakości życia, a jej swoistość

¹ Zob. W. Sikorski: *Bezsłowne komunikowanie się w psychoterapii*. „Impuls” Kraków 2002, s. 165—220.

² W. Szulc: *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w leczeniu*. Poznań 1994, s. 25. Zob. też: Eadem: *Nauczanie sztuki i arteterapia*. W: *Edukacja kulturalna i aktywność artystyczna*. Red. D. Jankowski. Poznań 1996; W. Szulc: *Koncepcja kulturoterapii*. W: *Postępy psychoterapii*. T. 1. Red. L. Gapik. Poznań 1998, s. 92 i n. W tym nurcie mieści się też rozumienie szerokiego pojęcia, reprezentowane przez autorów publikacji: *Arteterapia*. Red. A. Gmitrowicz, W. Karolak. Łódź 2000.

³ W. Szulc: *Sztuka w służbie medycyny od antyku do postmodernizmu*. Poznań 2001, s. 138.

polega na tym, że do osiągnięcia tego celu wykorzystuje określone wytwory kultury, przede wszystkim sztukę⁷⁴. Jakkolwiek nie określać zakresu rozumienia terminu „arteterapia” — zawsze sztuka oraz proces twórczy pacjenta traktowane są w niej jako narzędzia naprawcze. Istotą jej — jak chce Tessa Dalley — jest zatem terapeutyczny skutek działalności polegającej na tworzeniu czegoś, na wykorzystaniu w tym celu różnych środków artystycznych, które ułatwiają pacjentowi ekspresję emocji⁵. Kreacja siebie i sytuacja tworzenia stają się swoistymi „wyzwalaczami” dążenia do osiągnięcia zdrowia przez osoby doświadczające choroby, traumatycznych przeżyć — podkreślają zwłaszcza arteterapeuci zrzeszeni w American Art Therapy Association (AATA)⁶. Art Therapy określana zostaje przez AATA jako „therapeutic use of art making”⁷, zasadnicze bowiem znaczenie w tym procesie ma tworzenie **sztuki** w jej wielowymiarowych twórczych. Dodatkowo podkreśla się znaczenie artystyczne powstających w ten sposób dzieł. Edith Lecoure i Henk Smitskamp na przykład poruszają znaczenie czynnika estetycznego w terapii za pomocą sztuki i analizują przeżycia estetyczne, jakich doświadcza pacjent⁸. Podczas sesji arteterapeutycznych terapeuta próbuje zrozumieć proces twórczy pacjenta i jego wytwór, czyli dzieło. Dochodzi wówczas do swoistej transferyzacji między terapeutą a pacjentem, co stanowi dodatkowy rodzaj komunikacji⁹. Jest to tym naturalniejsze, im bardziej uwikłani jesteśmy w korzenie tworzącej nas „pamięci pokoleń”. Zupełnie trafnie zabrzmią w tym miejscu słowa Philipa Barkera, że „dorastanie w kulturze, gdzie opowieści zwyczajowo używa się do sugerowania znaczeń, przedstawiania argumentów, przekazywania informacji, perswadowania, prowokowania refleksji, rozśmieszania i zabawiania — wyposaża ludzi w model tej skutecznej metody porozumiewania się”¹⁰.

Jakie są przesłanki potwierdzające rzeczywiście terapeutyczne znaczenie działań twórczych? Istota tkwi w fakcie, iż akt kreacji, komponowanie form i znaczeń, bez względu na rodzaj tworzywa artystycznego, przynoszą najpełniejsze ujawnienie własnych przeżyć autora dzieła. Wyrażenie siebie umożliwia wyładowanie napięć, pozwala wizualizować swoje emocje, co z kolei prowadzi do ich zrozumienia. Potwierdzają to dokonania klinicystów i terapeutów, ze względu na charakter tego opracowania trudno podać wszelkie wyniki badań, których szczegółowy opis zainteresowany czytelnik znajdzie w literaturze przedmiotowej¹¹.

⁴ Eadem: *Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w leczeniu...*, s. 17.

⁵ Opinię Tessy Dalley szeroko prezentuje W. Szulc: *Sztuka w służbie medycyny od antyku do postmodernizmu...*, s. 125.

⁶ Obszerną bibliografię pozycji zagranicznych (w tym amerykańskich) na temat arteterapii zawiera książka W. Szulc: *Sztuka w służbie medycyny od antyku do postmodernizmu...*

⁷ Zob. informacje pomieszczone na stronie internetowej AATA: <http://www.arttherapy.org>.

⁸ Pisze o tym W. Szulc: *Sztuka w służbie medycyny od antyku do postmodernizmu...*, s. 127.

⁹ Ibidem, s. 126.

¹⁰ P. Barker: *Metafory w psychoterapii. Teoria i praktyka*. Cz. 1. Gdańsk 1997, s. 31.

¹¹ Odsyłam zatem do publikacji pomieszczonej w przypisie 2. Interesujące i poparte wynikami badań konstatacje odnajdziemy też w: M. Tyszkiewicz: *Psychopatologia ekspresji. Twórczość arty-*

Na potrzeby niniejszego opracowania zawężono postrzeganie arteterapii tylko do wymiaru, w którym koresponduje ona ze wsparciem rozwoju przez tekst literacki, przybierając hybrydyczną formułę łączącą biblioterapię ekspresyjną z twórczością artystyczną. Skrócowa analiza ma na celu wprowadzenie i pilotażowe — ze względu na ograniczoność miejsca — ukazanie arteterapii z perspektywy literackiej, nie wyczerpuje ona jednak wszelkich zagadnień związanych z różnymi materiałami tworzenia, z czego czytelnik musi zdawać sobie sprawę¹².

Styczność ekspresyjnej biblioterapii i arteterapii

Źródłem aktu twórczego — jak chce Z. Freud¹³ — jest konflikt motywów *id* w stosunku do *superego*, wciąż zatem w psychice dochodzi do swoistego napięcia pomiędzy siłami popędowymi, dążącymi do samourzeczywistnienia, a hamującymi je reakcjami świadomości. Tłumienie popędów prowadzić może w konsekwencji do nerwic, ale ujawnianie ich za sprawą ekspresji twórczej umożliwia sublimację. Ekspresja polega bowiem na spontanicznym, nieświadomym i nieintencjonalnym uzewnętrznianiu i wyrażaniu treści psychicznych w formach symbolicznych lub przedmiotach fizycznych. Takie wyrzucenie emocji, ujęte w formie pisania, malowania, interpretowania utworu muzycznego czy literackiego, daje szansę na uwolnienie od napięcia, przynosi więc ukojenie i pozwala spojrzeć na rzeczywistość bez frustrującej fiksacji.

Interesującą dla nas przestrzenią arteterapii będzie styczność inspirującego twórczość tekstu i procesu artystycznego budowania doświadczenia zmiany w sensie terapeutycznym, przez wykorzystanie metafory literackiej oraz jej interpretacji w procesie przekazu intersemiotycznego (transferu sygnałów ekspresyjnych). Określana inaczej biblioterapią ekspresyjną, wplata w bezpośrednią recepcję tekstu literackiego jego odbiór na innych płaszczyznach. Wykorzystane zostają w interpretacji ekspresyjnej kanały niewerbalne, wizualne, foniczne (słuchowe), kinestetyczne, wrażliwe. Tworzy się zatem intersemiotyczne przekodowanie komunikatów metaforycznych na inne systemy znakowe¹⁴.

styczna chorych psychicznie. Warszawa 1987. Warto sięgnąć również do: D.R. Johnson, A. Forrester, C. Dintino, M. James, G. Schnee: *Towards a Poor Drama Therapy*. „Arts in Psychotherapy” 1996, vol. 23, no. 4; A. Bielańska: *Teatr, który leczy*. Kraków 2002; *Terapia i teatr: Wokół problematyki teatru ludzi niepełnosprawnych*. Red. I. Jajte-Lewkowicz. Łódź 1999.

¹² Zainteresowanych zaś odsyłam do publikacji pomieszczonych w przypisie 2.

¹³ Z. Freud, przytaczam za: S. Popek: *Człowiek jako jednostka twórcza*. Lublin 2003, s. 29.

¹⁴ Kwintesencją tak pojętej translacji jest np. zastosowanie poezji w konstruowaniu teatralizacji kinestetycznych, podczas których dziecięcy wykonawcy „tańczą” wiersze. Zauważono dość istotny

Przykładem rozwiązania systemowego w tak pojętej arteterapii, łączącej różne tworzywa sztuki a stymulowanej tekstem literackim, będzie bez wątpienia projekt „Spotkania z bajką”, realizowany przez Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Tychach¹⁵. Projekt przeznaczony dla dzieci ze szkół masowych oraz uczniów o obniżonej sprawności intelektualnej koncentrował się na kształtowaniu działań artystycznych oraz zabaw wokół tematyki zastosowanego tekstu. Dzięki zajęciom uczestnicy nawiązywali specyficzne interakcje, uczyli się siebie nawzajem, doświadczając swej inności oraz odmienności pozostałych. Całość przyniosła efekt integracyjny, ale przede wszystkim stworzyła szansę na wspólne czytanie, tworzenie sztuki i wzbogacanie osobistych strategii radzenia sobie z trudnościami.

Warto zwrócić w tym miejscu uwagę na działalność Centrum Ekspresji Dziecięcej, funkcjonującego przy Bibliotece Śląskiej w Katowicach od 2003 roku. Centrum organizuje specjalną wymianę myśli na temat działań arteterapeutycznych, a jej namacalny kształt odnaleźć można w „Zeszytach Naukowych Ogólnopolskiego Festiwalu Ekspresji Dziecięcej”, corocznie wydawanych jako materiał inspirujący dla jego uczestników. Specjalna część publikacji poświęcona jest projektom biblioterapeutycznym, socjoterapeutycznym, arteterapeutycznym, opartym na ekspresyjnym interpretowaniu tekstów literackich. Projekty te poruszają problemy rozumienia i opanowania emocji, interpersonalnych zależności, szukania własnego miejsca w grupie, poradzenia sobie z traumatycznymi doznaniem. Przynoszą wielozmysłowe strategie projekcyjne, oparte na znanej literaturze terapeutycznej: Marii Molickiej, Ursuli Le Guin, Lindego von Keyserlingka czy Friebla Volkera¹⁶.

Podobne przykłady wykorzystania literatury w komponowanych zajęciach arteterapeutycznych odnajdziemy jeszcze w opracowaniach wypełnionych gotowymi scenariuszami; ze względu na ograniczoność miejsca przywołam tylko niektóre w przypisach¹⁷.

wpływ takiej formuły zajęć na poziom myślenia twórczego dzieci, zachowanie się oraz kompetencje socjotechniczne; zob. K. Krasoń: *Dziecięce odkrywanie tekstu literackiego — kinestetyczne interpretacje liryki*. Katowice 2005.

¹⁵ Zob. R. Mych, I. Wendreńska: *Spotkania z bohaterami bajek i baśni jako sposób integrowania uczniów szkół masowych i specjalnych*. W: *Miejsce literatury i teatru w przestrzeniach terapeutycznych. Werbalne i niewerbalne aspekty wsparcia rozwoju*. Red. J. Malicki i K. Krasoń. Katowice 2005, s. 154 i n.

¹⁶ Są to projekty socjoterapeutyczne z wykorzystaniem tekstu literackiego: S. Antoniszyn, A. Kamolc, E. Kowalska: „Dobre elfy”. *Program autorski zajęć*. W: *Ekspresja twórcza dziecka. Konteksty — inspiracje — obszary realizacji*. Red. K. Krasoń, B. Mazepa-Domagała. Katowice 2004, s. 412. Drugi projekt: S. Antoniszyn, M. Szpoczek: *Bajki w ujęciu terapeutycznym. Siedmiodniowy program dla dzieci przewlekle chorych*. W: *Wymiary ekspresji dziecięcej. Stymulacja — samorealizacja — wsparcie*. Red. K. Krasoń, B. Mazepa-Domagała. Katowice 2005, s. 321.

¹⁷ I. Borecka: *Drama i arteterapia w szkole: programy i scenariusze zajęć*. Wałbrzych 2005; *Biblioterapia w praktyce: poradnik dla nauczycieli, wychowawców i terapeutów*. Red. E.J. Konieczna. Wyd. 2. popr. Kraków 2006; I. Borecka, S. Wontorowska-Roter: *Biblioterapia w edukacji*

Pojawiają się jednak także teksty pisane specjalnie na potrzeby zajęć. Na uwagę zasługują zwłaszcza opowiadanki metaforyczne pióra Anny Bautsz¹⁸, wprowadzające istotne zagadnienia egzystencjalne, a każda napisana jest tak, aby wiązała się z konkretną sytuacją dziecka.

Od czasu do czasu nasze Dusze zastygają w bezruchu...
zatrzymują się...
wysłuchują...
cichną... i drżą...
Skulone, z kolanami pod brodą,
z ogromnymi oczami, które widać wtedy nawet w największej ciemności, nasłuchują...
Rozpoznają każdy hałas, nawet najdrobniejszy...
Reagują wzdrygnięciem na każdy najcichszy nawet krok, odgłos...
szybko odwracają głowę w jego kierunku!
Dygocą całe, jest im okropnie zimno, choć od środka pali je nieznanne dziwne ciepło niepokoju...
Przebieierają palcami lub niecierpliwie bawią się pluszakiem, którego mają w ręku...
Najgorsze jest jednak to, że niczego, co w nich lub obok nich nie są pewne.
Nie wiedzą, czego się spodziewać, co zaraz może się wydarzać...?!
Dusze nie wiedzą, jak reagować, co robić, czy ruszać się, czy może pozostać w bezruchu
Zazwyczaj są wtedy tak skostniałe i ociążałe, że nie potrafią poruszać nawet palcem...

A z tej niepewności, z tej czujności i z tego zastygnięcia, często mocno płaczą
— choć zazwyczaj nie widać wtedy łez...
I drżą przerażone...¹⁹

Cechą zasadniczą tekstów jest to, iż nie stanowią one autonomicznej formy, są skomponowane tak, aby swoicie porządkować następujące w wyniku ich poznania czynności interpretacyjne i wyjaśniające. Na kanwie tekstu bowiem zaprojektowane są zajęcia parateatralne lub plastyczne, skupiające się na odkrywaniu znaczenia węzła metaforycznego.

dziecka niepełnosprawnego intelektualnie: materiały dydaktyczne dla nauczycieli i bibliotekarzy. Wałbrzych 2003.

¹⁸ Teksty pisane przez Annę Bautsz znajdziemy w: Eadem: *Bajki dla dzieci w ujęciu ekspresyjnym. Tygodniowy program zajęć dla dzieci specjalnej troski.* W: *Ekspresja twórcza dziecka...*, s. 308; A. Bautsz, M. Piworowicz: *O wrażliwości emocjonalnej — projekt biblioterapeutyczny.* W: *Wymiary ekspresji dziecięcej...*, s. 401.

¹⁹ A. Bautsz: *Lęk.* W: A. Bautsz, M. Piworowicz: *O wrażliwości emocjonalnej — projekt biblioterapeutyczny...*, s. 314.

Tworzenie tekstów jako sublimacja²⁰

Pisanie na tematy ważne i dotykające najskrytszych przeżyć, także tych traumatycznych, przynosi korzyści mierzalne. Potwierdzają to badania, które podjął James W. Pennebaker we współpracy z Wydziałem Medycyny Uniwersytetu Stanowego Ohio²¹. Okazało się, że w trakcie sesji pisarskich, jakie podjęli studenci, skoncentrowanych na opisywaniu myśli i uczuć związanych z urazami z przeszłości, znacznie lepiej funkcjonował ich układ odpornościowy niż u osób piszących na tematy błahе — podnosił się poziom limfocytów T. I choć podczas samego pisania autorzy byli przygnębieni, to jednak po upływie 6 tygodni zupełnie pozytywnie oceniali cały eksperyment, widząc budujące rezultaty wglądu w siebie za sprawą wypowiedzi pisemnej. Poziom mobilizacji immunopresyjnej utrzymywał się natomiast na takim samym poziomie. Studenci nie zapadali na przeziębienia i wykazywali chęć do działania. Własna twórczość projekcyjna, czyli oparta na doświadczeniach autopsyjnych, stanowi więc źródło nie tylko radzenia sobie z emocjami i napięciem, o którym mówi psychoanaliza czy psychologia głębi. Przyczynia się też do leczenia struktur somatycznych dzięki sprzężeniu zdrowia psychicznego i fizycznego.

Wspomniane badania zdają się potwierdzać stosowność wykorzystania literackiej aktywności twórczej w terapii dzieci i młodzieży. Przyjrzyjmy się zatem bliżej przedsięwzięciom artystycznym realizowanym w naszym kraju, których główną osią jest wykorzystanie tworzenia tekstu przez pacjenta.

Bajki przydrożne²²

Na istotne znaczenie baśni i bajki zwrócono już uwagę w tym tomie, w rozdziale *Biblioterapia*. Jednakowoż pozytywne skutki obcowania z tekstem metaforycz-

²⁰ Sublimację pojmujemy jako skierowanie energii instynktownej w stronę wzniosłego celu, w naszym wypadku źródłem owej energii będą traumatyczne doświadczenia, lęk i trudności egzystencjalne, wywołujące określone napięcie, które znajduje ujście w twórczym akcie pisania.

²¹ J.W. Pennebaker: *Otwórz się. Uzdrawiająca siła wyrażania emocji*. Tłum. A. Jankowski. Poznań 2001, s. 56—57.

²² *Bajki przydrożne* to księga z bajkami napisanymi przez dzieci i dla dzieci. Dzieci są także autorami wykorzystanych w niej obrazków. „Nie trzeba być dużym, żeby być wielkim” — to motto projektu artystycznego Katarzyny Szpilkowskiej, zrealizowanego w 2001 roku. W ciągu roku udało się zebrać kilkakrotnie bajek autorstwa dzieci z całej Polski, bajek zaskakujących, zadziwiających, dowcipnych, czasem smutnych, bardzo różnych. Powstawały w czasie prowadzonych warsztatów, napływały pocztą w odpowiedzi na zaproszenie do udziału w projekcie. Bajki pisały całe klasy, grupy przedszkolne, także dzieci indywidualnie, nie były w żaden sposób hierarchizowane, oceniane, dzielone na lepsze i gorsze — formuła konkursu w ogóle nie mogła tu wchodzić tu w grę; zob. K. Szpilkowska: „*Bajki przydrożne*”, *bajki dzisiejsze*. W: *Sztuka i ekspresja dziecka — w poszukiwaniu sensu tworzenia*. Red. K. Krasoń. Katowice 2003, s. 84.

nie ujmującym sytuacji podobne do własnych potęgają się przy jeszcze bliższym, bezpośrednim kontakcie, podczas tworzenia własnej bajki²³, co potwierdzają badania Pennebaker. W trakcie aktu pisania z jednej strony budzą się emocje, z drugiej zaś znajdują one ujście, uzewnętrzniają się sprawy, o których trudno opowiedzieć w inny sposób²⁴. Powstają bardzo wyraziste wizje świata, któremu warto się przyjrzeć.

Ślimaczek szedł do domku, a tuż za nim biegł gajowy. Bo jego pani chciała zjeść ślimaka. Akurat mu się nie udało, a żona wpadła we wściekłość, bo nie miała ślimaka na obiad. Więc on poszedł jeszcze raz i znów mu się nie udało. To ona sama poszła na polowanie. I też jej się nie udało. Bo ona wolno szła, a ślimak trochę szybciej. I wszystko się dobrze skończyło. Ślimak żyje do dziś i jest bardzo szczęśliwy. A żona od tej pory je małże²⁵.

Tekst napisała sześciolatnia dziewczynka z Pabianic, widać w nim humor sytuacyjny i pewną implikację do Puszkiniowskiego *Rybaka i złotej rybki*. Żona wysyła męża aby zaspokoił jej zachciankę, a kiedy się to nie udaje, ruga go strasznie. Zabawna jest puenta — musiała zadowolić się małżami.

Obraz relacji między dorosłymi, ukazany w bajce, wyraźnie skłania do refleksji, że właśnie taką interakcję obserwuje autorka w swoim domu. Dzieci wyrażają w tekście najczęściej te asocjacje, które są najpowszechniejsze, związane z codziennością lub najtrudniejsze. Tu widać jednak dodatkowo element zabawy literaturą i odniesienie do wątków znanych wcześniej.

Dziecięcy autorzy skomponowali zbiorek bajek „szytych na miarę”. Te bajki nie wymagają tłumaczeń, dotyczą rozumowania i specyficznej wrażliwości kilkulatka. Są bezpośrednim symetrycznym sposobem komunikacji, odbiorca i nadawca znajdują się na tym samym poziomie percypowania. Oboje mają podobne fantazje, podobne marzenia i niepokoi ich zapewne wiele podobnych sytuacji.

²³ Zob. K. Szpilowska: *Bajki przydrożne*. W: *Bajki przydrożne. Komentarze*. Red. Eadem. Łódź 2002, s. 10.

²⁴ Więcej na ten temat odnajdziemy w najnowszym projekcie arteterapeutycznym autorstwa O. Handford i W. Karolaka: *Bajka w twórczym rozwoju i arteterapii*. Łódź 2007. W reklamie książki napisano, że zawiera ona bajki niezwykle, oddalające od typowych skojarzeń związanych z tym gatunkiem. „Tutaj, tworząc bajkę, udajemy się w podróż, którą możemy nazwać bazarzeniem, opowiadaniem, bajkowaniem... Bajka staje się słowem-kluczem, kierującym umysł na tworzenie fantastycznych fabuł. To, czy fikcyjnych, czy będących odzwierciedleniem naszych nieświadomych pragnień, emocji, konfliktów czy wspomnień, okazuje się po jakimś czasie, podczas dyskusji, po powrocie do domu lub po kilku dniach. Książka tutaj to też znacznie więcej niż popularne rozumienie mogłoby wskazywać. Książka to obiekt, środek wyrazu, dający możliwość odzwierciedlenia się słowom w obrazach i na odwrót. Staje się tutaj formą komunikacji, opowiadania swojej własnej historii, na różne sposoby, ale w jednym celu: pracy nad sobą, zrozumienia siebie krok po kroku, z każdym ćwiczeniem”. Cyt. za: www.ksiegarnia-artystyczna.com.

²⁵ A. Piechota: *Ślimak na polowaniu*. W: *Bajki przydrożne*. Pomysł i opracowanie K. Szpilowska. Łódź 2002, s. 24.

Pewnego dnia obudziłem się jako smok. Miałem łuski i wielkie skrzydła. Krzyknąłem „Pomocy”, lecz usłyszałem wielkie ryknięcie z mojej paszczy. Widziałem wszystko na kolorowo i miałem sokoli wzrok. Poszedłem do jadalni można powiedzieć, że sfrunąłem. Jak mama mnie zobaczyła uciekła. Natychmiast chciałem krzyknąć „Mamo nie uciekaj” lecz tak buchnęło mi z pyska, że spaliłem jadalnię. Było mi smutno. Nazwałem siebie skrzeczek, bo miałem skrzeczący głos. Rozplakałem się, lecz zamiast łez skapywała mi z oczu lawa i wyżarła podłogę. Pomyślałem, że już nikt mnie nie kocha i pofrunąłem do Chin — tam przynajmniej zostałem uznany za świętą istotę²⁶.

Ciekawa wizja niezrozumianego smoka-dziecka, autorstwa jedenastoletniego Sebastiana. Czyż nie jest znakomitą metaforą wizja rozmijania się dobrych intencji małego człowieka, które nie mogą być odczytane przez dorosłych, bo wypowiedane są w innym języku? I ta przejmująca konstatacja: „nikt mnie już nie kocha”. Ważne to przesłanie dla czytających rodziców, jak istotne jest porozumienie z najbliższymi. Trzeba mieć jednak nadzieję, iż jest ono możliwe, wszak nie wszyscy akceptacji możemy szukać w Chinach.

W zbiorze znajdziemy też teksty szalenie perswazyjne, ale w naszym pojęciu znakomicie mieszczące się w idei terapii tekstem. Jednym z cenniejszych przykładów jest bajka dziewięcioletniej Gabrysi Kowalczyk *O kwiatkach, co się kłóciły i malej ogrodniczce*.

W pewnym ogrodzie malej ogrodniczki kłóciły się dwa kwiaty róża z liłiami, o to kto jest ładniejszy i kogo kwiaty piękniej pachną. Przez te kłótnie przestały rosnąć i słabo kwitły. Ogrodniczka poświęcała im dużo czasu, podlewała, nawoziła i pielęgnowała je. A one były przez kłótnie coraz brzydsze. I tak płynął dzień za dniem. A one wciąż się kłóciły kto jest ładniejszy. Wreszcie mała ogrodniczka zmęczona niepowodzeniami wykopała dwa zeschnięte kwiatki i wyrzuciła je na kompostownik z chwastami.

I tak zamiast kwitnąć i cieszyć wszystkich swoją urodą dzięki kłótniom wylądowały na kompostowniku²⁷.

Idea bajki — jakże czytelna — to pouczenie i jednocześnie znakomita przenośnia do wykorzystania w uświadamianiu dzieciom znaczenia zgody i przyjaznego traktowania innych. Rywalizacja i ciągle porównywanie się, udowadnianie, kto jest lepszy, prowadzi do niechwalebego finału. Konflikty są dla dzieci zawsze niebezpieczne, powodują lęk, bo zaburzają potrzebę poczucia bezpieczeństwa. Często tematem dziecięcych tekstów jest właśnie kłótnia, opisanie wrogości, jaką przejawiają wobec siebie postaci. Pokazuje to istotną cechę działań pisarskich — desensybilizację, a więc oswojenie się z traumą, które to zjawisko badał cytowany wcześniej Pennebaker.

²⁶ S. Grzelczak: *Smok*. W: *Bajki przydrożne*. Pomysł i opracowanie..., s. 76.

²⁷ G. Kowalczyk: *Bajka o kwiatkach, co się kłóciły i malej ogrodniczce*. W: *Bajki przydrożne*. Pomysł i opracowanie..., s. 39.

Poetyzowanie jako nazywanie emocji

Znacznie bogatsza niż prozatorska wydaje się poetycka twórczość dzieci, ale wśród zalewu rozmaitych wierszy dziecięcych odnajdziemy również takie, które mają nośność terapeutyczną w rozumieniu komunikatu przynoszącego wsparcie.

paradoks

na wszystkie niepowodzenia
jedno lekarstwo
myślisz o tym
że
będzie lepiej
w przyszłości
bliższej
lub
dalszej
a kiedy ciągle nie jest
myślisz dalej
kreujesz sobie przyszłość
szczęśliwą przyszłość
wierzysz że taka będzie ona naprawdę
aż w końcu
na łożu śmierci
pojdziesz to
że
połowę swego życia
wymyśliłeś sobie sam²⁸.

Przykład tekstu szesnastoletniego Stanisława niejako demaskuje ludzką nadzieję i wiarę, że wszystko w przyszłości może się ułożyć pomyślniej. Dojrzałość spojrzenia i jednocześnie prawdziwość wizji „wymyślonego życia” to komunikat mieszczący się w obszarze zaspokojenia potrzeby tożsamości. A jednocześnie przesłanie, że trzeba żyć rzeczywistością, nie imaginacjami.

Na uwagę zasługuje pewna — dość widoczna — tendencja do poruszania kwestii trudnych, doświadczeń budzących lęk, jakby autor samodzielnie chciał dokonać oswojania trudności i sytuacji budzących strach. Widać to jeszcze dosadniej w kolejnym przykładzie, utworze piętnastoletniego Bartka:

²⁸ Wiersz Stasia zamieszczony w opracowaniu I. Konopnickiej: *Spotkałem kiedyś książkę na drodze... i napisałem wiersz*. W: *Miejsce literatury i teatru w przestrzeniach terapeutycznych. Werbalne i niewerbalne aspekty wsparcia rozwoju...*, s. 116.

*Strach*²⁹

Jest jak koniec
 W jednej chwili atakuje
 Tysiącem myśli
 Idzie ze mną przez całe życie
 Ciągłe depcze mi po piętach
 Jest szybki
 Atakując swoim ostrzem
 On jedyny pomoże lub zabije
 Jak z nim żyć

Poruszanie kwestii bolesnych nie jest zabiegiem z pogranicza masochizmu. Nazywanie własnych rozterek, powtarzanie pojawiających się w świadomości pytań w postaci poetyckiej werbalizacji jest zabiegiem autoterapii. To, co nazwane — jest oswojone. Metakomunikat przynosi ulgę, zwłaszcza jeśli może być zwielokrotniony powtarzalnością (stąd wiele razy spotykamy się z tekstami poruszającymi podobne lub te same drażliwe tematy).

Dostrzec można wskazaną prawidłowość jeszcze wyraźniej w tekście — rapowej piosenki, pióra szesnastoletniego wychowanka domu dziecka, który z poezji uczynił sposób na poradzenie sobie z odrzuceniem i egzystencją w przestrzeni niewłasnej. Zakres tematyczny zamyka się w jednym tytułowym słowie *Dlaczego*, które jest nie tylko pytaniem, ale też zarzutem wobec tych wszystkich, którzy nie potrafili chłopcu pomóc, nie umieli zaakceptować i zrozumieć.

1.
 Dlaczego tak jest, tyle złości, tyle nienawiści wokół nas?
 Niechciani, nie lubiani, wyrzuceni na ulice przez rodzinę.
 Dlaczego muszę cierpieć całe życie?!
 Wiem, że się nie wzruszycie, czy wierzycie macie zajeb... życie!
 Ja go nie mam.
 Jestem tylko zwykłym chłopcem, który nie wie, co to miłość!?
 Dlaczego muszę znosić tyle bólu?
 Jak w ulu
 kąsany co dzień żądłem nienawiści.
 Stoję bezradnie tak jak sterta liści.
 Tak, tak, dlaczego życie jest fałszywe, parszywe!?
 Nie umiem obudzić się z tego koszmaru.
 Czuję się czasem jak mucha w smole,
 Po szkole chodzę zdołowany, popychany, wyzywany...
 Czy zdajecie sobie sprawę? Nie macie pojęcia jak to jest!

²⁹ B. Gałęski: *Strach*. W: *Pomosty. Marzenia, lęki i fascynacje dzieci i młodzieży Europy*. Wrocław 1998, s. 46.

Ref.

Dlaczego odbijam się od ludzi jak od słupów?

Dlaczego jest wkoło tyle trupów?

Dlaczego nie umiem sobie poradzić?

Dlaczego to właśnie rodzina może zdradzić?³⁰

Zorganizowanie aury tworzenia i arteterapeutycznego wsparcia wywołuje u szesnastolatka, co jest symptomatyczne w tym jakże szczerym tekście, pojawienie się silnej introspekcji, sfinalizowanej emocjonalnym zapisem swoistego *case-study*. Odbiorca dotyka w ten sposób najgłębszych doznań autora. Istotą jednak procesu pisania są wszystkie mechanizmy kierujące uwagę twórcy na swój głos wewnętrzny, doskonałym komentarzem niech będą tu słowa Ryszarda Kapuścińskiego — poety, będące jednocześnie znakomitym podsumowaniem istoty pisania terapeutycznego.

to tam —
powiedział głos
rozejrzałem się
nic nie widzę — odparłem
myślę, że chciał powiedzieć
wsluchaj się w głos który jest w tobie
nie zagłuszaj go własną mową³¹.

Zakończenie

Tworzenie sztuki w celach terapeutycznych, arteterapia — to wciąż obszar nie do końca poznany. Poruszamy się w przestrzeniach pogranicznych, a zatem swościście „niczyich”, po obrzeżach sztuki, ekspresji, zdrowia, edukacji, psychologii i pedagogiki. Dokonujemy tego niejako „po omacku”, słabo rozróżniając granice dzieła, artyzmu, kiczu i prawdy tworzenia. Należy jednak zdać sobie sprawę (zwłaszcza analizując kwestię z perspektywy opracowania literaturoznawczego, jakim jest niniejszy tom), że zasadniczym założeniem jest tu działanie terapeutyczne i przeżywanie radości z tworzenia. Jest ono dla nas metakomunikatem i uczy nazywania tego, co odczuwamy, tego, co stanowi dla nas istotę nas sa-

³⁰ Rap: *Dlaczego?* Pomieszczono w artykule A. Pyrzyk: *Twórcza ekspresja dzieci z deprivacją emocjonalną w aspekcie sytuacji szkolnej, relacji z nauczycielami oraz wychowawcami placówek*. W: *Ekspresja twórcza dziecka. Konteksty — inspiracje — obszary realizacji...*, s. 343.

³¹ R. Kapuściński: (****to tam*). W: Idem: *Prawa natury*. Kraków 2007, s. 13.

mych. Efekt twórczy to tylko pochodna samego aktu ekspresji. W. Karolak pisze: „[...] przywykliśmy myśleć, że twórczość to przywilej ludzi utalentowanych [...]. Do dziś niewiele możemy powiedzieć o talencie [...], psychologia wie bardzo mało o talencie typu geniusz. Może więc warto używać słowa »twórczość« nie tylko w odniesieniu do takich wytworów, jak: obrazy, rzeźby, wiersze, lecz do pewnych postaw, procesów, czynności, a nawet ludzkich charakterów. Warto wprowadzić różnicę pomiędzy twórczością wynikającą ze specjalnego talentu, a twórczością wyrastającą z osobowości, związaną z urzeczywistnianiem siebie (*self actualizing creativeness*)”³². Arteterapia w wymiarze ukazanym w tym skrótowym rozdziale właśnie ów walor urzeczywistniania siebie przyjmuje za kluczowy.

³² W. Karolak: *Sztuka jako zabawa, zabawa jako sztuka*. Warszawa 1995, s. 11.