

*Eugeniusz Józefowski*

## **PRAKTYKA SZTUKI JAKO TERAPIA – KILKA UWAG EDUKATORA SZTUKI**

**P**raktykowanie sztuki może się odbywać w różny sposób. Dzięki wieloletniemu doświadczeniu dwa rodzaje aktywności są mi szczególnie bliskie: czynne uprawianie twórczości plastycznej oraz aranżowanie warsztatów twórczych. To baza, na której podstawie sformułuję kilka refleksji.

Główną tezę tego artykułu jest to, że praktyczne partycypowanie w sztuce ma charakter terapeutyczny. Sposób doświadczania sztuki został bardzo wzbogacony przez pojawienie się nowych form aktywności edukacyjno-artystycznej. Dotychczas wypróbowane formy, takie jak wizyty w muzeach i galeriach, czytanie książek lub czynne uprawianie indywidualnej twórczości plastycznej zyskały kolejnego sprzymierzeńca. Tradycyjne poznawanie sztuk plastycznych do lat sześćdziesiątych XX wieku wymagało pozostawania albo czynnym twórcą, albo aktywnym odbiorcą wyposażonym w odpowiedni aparat poznawczy. Sytuacja ta jednak później diametralnie się zmieniła, a pojęcie sztuki uległo niezwykle poszerzeniu. Treści podkładane pod jego obszar zależne są nie tylko od kręgu kulturowego, kontynentu, narodu, ale także od odmiennych doświadczeń pokoleniowych, edukacyjnych czy świadomościowych.

Najczęściej mianem arteterapii określa się wszelką działalność twórczą wykorzystaną w procesie oddziaływań leczniczych. Twórczość pojęta jako autoterapia, o której chcę opowiedzieć, nie różni się zasadniczo od istoty uprawiania twórczości artystycznej, poszerza natomiast formułę jej pojmowania o grupowe spotkania edukacyjno-artystyczne, które nazywam najczęściej warsztatami lub okazjami rozwojowymi.

Intelektualna przygoda wymiany myśli podczas konferencji o terapii odbywa się w taki sposób, że siedzimy i słuchamy tego, co mówi prelegent. Tysiące godzin spędzamy w wypróbowany edukacyjnie sposób, siedząc przy stole. Innych, podobnie zunifikowanych sposobów spędzania czasu, takich jak chodzenie po górach, zorganizowane podróże, uprawianie sportów, praktykowanie religii, doświadczamy jednak inaczej. Jakże niezwykle jest robienie czegoś niepowtarzalnego lub robienie

czegoś powszechnie znanego w zupełnie inny sposób, na przykład z inną uwagą, z innym percepcyjnym skupieniem.

Spotkania warsztatowe pozwalają na jednoczesny wgląd w siebie przy niezwykle rzadkiej okazji przebywania wśród innych nam podobnych. Gotowe dzieło sztuki nie ujawnia procesu dochodzenia artysty do dzieła, ujawnia tylko wynik tego doświadczenia. Warsztaty aktywności plastycznej oferują współuczestniczenie w procesie kreacji i dają możliwość obserwacji całej drogi twórczej. Istotną wartością jest także możliwość wymiany myśli, pozwalająca autorom prac zapoznać się z różnymi sposobami odczytywania powstałych obiektów plastycznych. To „lepsze” rozumienie wyniku właśnie ze wspólnoty doświadczeń.

Identyfikuję się z poglądem, że sztuka jest duchowo widzianą rzeczywistością. Twórcze procesy odbywają się w sposób nieprzewidywalny i różnorodny. Sztuka realizuje się w człowieku. Wydaje się naturalne, że systemy wartościowania sztuk wizualnych powinny zostać zweryfikowane o wartość wynikającą z konieczności czynnego partycypowania w sztuce. To kryterium sprawia największą trudność edukacyjną, gdyż wymaga od edukatora sztuki inicjacji procesu stałej obecności sztuki w życiu ucznia, pacjenta, studenta, a także w jego własnym. Sama propozycja artystyczna jest przecież przesłaniem pustym – do momentu, w którym napełnia się treścią w wyniku spotkania z drugim człowiekiem.

Zbliżenie się do praktycznej realizacji idei życia w sztuce wydawało mi się najbardziej interesujące. Taka była i jest wizja docelowa, a wprowadzanie jej do praktyki życia codziennego odbywa się stale. Gdybyśmy mieli szukać analogii z celowością jakichkolwiek form terapii, to byłbym blisko stwierdzenia, że preferowana przeze mnie droga postępowania jest autoterapią wymagającą codziennej aktualizacji celu.

Kolejne etapy lub finał tej drogi nie są jedynie obiektami plastycznymi. Nie sukces, nie obraz, nie grafika, nie efekt końcowy, ale wartość procesu dochodzenia do kolejnych nowych prac plastycznych czy spotkań warsztatowych jest najistotniejsza. To buduje autentyzm i pełną identyfikację z pracami. Przypomina to konieczne odkrycia, jakich doświadcza w życiu każdy człowiek. Wydają się podobne, czasem banalne lub powtarzalne. Nie da się ich dokonać bez jednostkowych odkryć i nieprzekazywalnych doświadczeń. Większość nieporozumień w odczuwaniu sztuki i oczekiwaniach wobec niej bierze się stąd, że poznać ją można tylko praktykując na różne sposoby. Bycie czynnym edukatorem sztuki wymaga znalezienia formuły stałej jej obecności w życiu. Na dodatek nie istnieje trwała i gwarantowana metoda kształcenia takich edukatorów.

Wierzę, że sztuka ma charakter terapeutyczny. To przekonanie wynika z mojego bezpośredniego doświadczenia i wieloletnich obserwacji. Leczyć czy to wystarcza, by przekonać kogokolwiek? Czy jednak nie byłoby łatwiej, gdybym przygotował

odpowiednie testy i wyniki badań? Czytałem ich sporo, lecz to nie one przecież przekonały mnie o terapeutycznej skuteczności działań plastycznych. Podobnie nie na podstawie badań wygłaszamy, tchnące oczywistością, truizmy, że miłość jest budująca, życie jest piękne, natura jest naszym sprzymierzeńcem.

Wielokrotnie weryfikowałem swój stosunek do aktywności o charakterze edukacyjno-artystycznym, a szczególnie do jej założeń i koncepcji. Zadając kiedyś pytanie, jaka jej wartość sprawia, iż chcę ją uprawiać, przypomniałem sobie zakłopotanie, kiedy zawodziły moje dotychczasowe nawyki i system percepcyjny. Miało to miejsce w różnych krajach, gdzie stałem przed realizacjami artystycznymi, których nie rozumiałem. Traktuję to jako jedną z istotnych przygód, jakie sztuka potrafi mi zaoferować. Próby intelektualnego rozumienia, empatycznego wczuwania się, poznania intuicyjnego, używania całej skali wrażliwości, a właściwie poznawania jakiejś nieznannej części samego siebie to wspaniałe wyzwania. Podczas spotkań warsztatowych zdarza się bardzo wiele okazji do takich odkryć. Sposób rozmowy i współobecności wszystkich uczestników podczas grupowych warsztatów oferuje możliwość spotkania się z innym rozumieniem i odczuwaniem tej samej sytuacji wyjściowej. Im częściej zachodzi możliwość przekraczania nawyków percepcyjnych oraz przekraczania ograniczeń własnej osoby, tym bardziej udane jest to spotkanie.

Spotykane formy terapii zakładają istnienie lidera, który dysponując wiedzą i doświadczeniem ma pomóc pacjentowi, klientowi czy po prostu potrzebującemu w dojściu do sytuacji społecznie pożądanej. Docelowo – w perspektywie medycznej – pacjent ma wyzdrowieć, jednak w wypadku działań twórczych czy nawet edukacyjnych określenie stanu docelowego nie jest jednoznaczne. Otwarta sytuacja budująca warsztat pełna jest wolności. Klinicyści, wyłaniając grupę charakteryzującą się podobnymi zaburzeniami, mogą określić cel postępowania terapeutycznego, np. przywrócenie równowagi wewnętrznej. Wykorzystują przy tym najczęściej do celów diagnostycznych rysunek i stosują go do uzupełnienia wiedzy o problemach pacjenta bądź jako pomoc w zrozumieniu własnych problemów, by następnie dokonać wyboru właściwej formy leczenia. Aktywność rysunkowa traktowana jest tutaj zupełnie dodatkowo i instrumentalnie jako swojego rodzaju nieświadomy donos pacjenta na samego siebie. Przedmiotem analizy stają się treści zawarte w obiekcie oraz obserwowane zachowania pacjenta podczas jego kreacji. Jest jednak inaczej, gdy mamy do czynienia z ludźmi dobrowolnie deklarującymi chęć uczestnictwa w jakimś eksperymencie. Po co w ogóle chcą być poddani terapii przez sztukę, skoro są „normalni” i nic im nie potrzeba? Czy sytuacja zasadniczo się zmienia? Najczęściej w życiu zawodowym miałem do czynienia z takimi osobami.

Partnerstwo wyrażane w czynnym tworzeniu i współdziałaniu czy poszukiwanie możliwości interpretacyjnych przyjmować może najrozmaitsze formy. Te

formy, które nazywam tutaj arteterapią, mogą budzić sprzeciw ortodoksyjnych strażników słowa. Pojemność semantyczna słowa *arteterapia* jest (mam nadzieję) w takim samym stanie przekształceń, jak pojemność pojęcia *sztuka*. Aranżowanie sytuacji interpersonalnych, podczas których zachodzą wewnętrzne doświadczenia związane z tworzywem plastycznym, wybranym miejscem i samym faktem wspólnej pracy, ma zdecydowanie terapeutyczny charakter. Celowość tych spotkań nie przypomina jednak kuracji medycznej a nawet spotkań grupy psychoterapeutycznej. Nie określamy do końca, jak będzie przebiegać to zaaranżowane działanie, a już na pewno, jak mają wyglądać końcowe obiekty plastyczne. Otwartość na nieznaną, gotowość na nieprzewidywalne, skupiona uwaga, poczucie przekraczania własnych ograniczeń, próba zrozumienia inności, jednocześnie potrzeba poczucia humoru, a także – paradoksalnie – powagi – oto kilka niezbędnych dyspozycji tworzących terapeutyczną, edukacyjną i artystyczną jakość tego przeżycia. Z pewnością wiele grup terapeutycznych posiada podobne założenia.

Niepowtarzalność jest największym wyzwaniem pedagoga i artysty, wyklucza jednak możliwość gotowych i gwarantowanych postępowań metodycznych. Relacja między powstającym wytworem a jego twórcą jest w każdym wypadku relacją indywidualną, toteż nie ma możliwości ani potrzeby wartościowania roli działalności artystycznej w życiu kogokolwiek, a także stosowania ocen. Wytwory plastyczne zawsze są ekspresją. Ich autentyzm wyklucza instrumentalne traktowanie ich przez terapeutów jako materiału do diagnozowania z wyłączeniem całych sfer wynikających z ich formy artystycznej. Punkt widzenia edukatora sztuki różni się w tym zasadniczo.

Ekspresja osobowości jest niezwykle siłą motoryczną. Ogromną wartością wynikającą z uprawiania twórczości jest możliwość wyrażania stanów wewnętrznych. Dlaczego nie umożliwić tego ludziom, którzy z plastyką czy sztuką nie mają na co dzień nic wspólnego, a za jej pomocą odkryją nowe rejony samych siebie. Przecież ujawnianie w różnorodny sposób rzeczywistych i stłumionych stanów emocjonalnych stanowi o jednej z najważniejszych funkcji twórczości. Równie istotną możliwością jest funkcja katarska umożliwiająca „oczyszczenie”, najczęściej poprzez rozładowanie lub przekształcenie stanów emocjonalnych na poziomie nieświadomości. Ułatwia to twórcy kontakt z samym sobą. Dlaczego ten tworzący nie miałby być hydraulikiem, lekarzem, dziennikarzem, kasjerem? Prowadzi to przecież do samopoznania lub wytwarzania wspólnoty przeżyć. Natura uprawiania twórczości ma przecież leczniczy charakter. W tej optyce nie różni się od leczniczego charakteru wybranego i stosowanego sposobu odżywiania czy leczniczego charakteru sposobu przeżywania życia i myślenia o nim.

W tej perspektywie nie istnieje sztuka dziecka, sztuka osób niepełnosprawnych umysłowo, sztuka osób zaangażowanych w politykę, sztuka feministyczna, sztuka

skierowana na leczenie nerwic czy sztuka osób cierpiących na ból zęba. Albo jest sztuka, albo jej nie ma. Posiadanie dyplomu akademii sztuki, akademii medycznej, posiadanie diagnozy chorobowej czy odpowiedni wiek to elementy, które nie decydują o tym, czy ktoś jest artystą, czy nim nie jest.

A może arteterapia jest tylko kolejnym sposobem rozumienia i odczuwania potęgi zjawiska ciągle zmieniającego swoje miejsce i obszar oddziaływań, czyli sztuki?

Wielokrotnie odczuwałem terapeutyczną siłę sztuki. Obecność sztuki w moim życiu jest codziennością. Codziennością tworzącą jego smak. Tych, którzy przyczynili się do tego, mógłbym nazywać arteterapeutami.