

Terapia przez sztukę w Pracowni Plastycznej w Domu Pomocy Społecznej dla Osób Przewlekłe Psychiczenie Chorych

Nie liczy się realizm czy antyrealizm. Liczy się prawda.

Józef Czapski

Opisując terapię przez sztukę, którą prowadzę w Domu Pomocy Społecznej dla Osób Przewlekłe Psychiczenie Chorych, chciałbym cofnąć się do moich pierwszych doświadczeń w pracy z osobami zaburzonymi psychicznie. Początki były bardzo intuicyjne, ponieważ ukończyłem wyłącznie uczelnię artystyczną – studiowałem w Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie na Wydziale Malarstwa, nie miałem nic wspólnego z jakąkolwiek terapią, być może nawet bardziej sam jej potrzebowałem, a w sensie życiowym jeszcze mniej, wyłącznie na poziomie ogólnym, orientowałem się, czym są choroby psychiczne. Z zainteresowaniem zacząłem więc zbierać informację, czytać literaturę, brać udział w warsztatach edukacyjnych, międzynarodowych projektach szkoleniowych i trenerskich, m.in. przeciw wykluczeniu i stygmatyzacji, sam się w takie działania zaangażowałem, obserwując życie i twórczość osób cierpiących na zaburzenia psychiczne.

Zawsze staram się poszerzać wiedzę w obszarze, który aktualnie penetruję, co czyni ową przestrzeń bardziej fascynującą. Niemniej pierwszą rzeczą, jaką zrobiłem, to z rosnącym z chwilą zainteresowaniem zacząłem przeglądać szuflady z pracami stworzonymi do tej pory w DPS-ie. Towarzyszyło mi wrażenie, jakbym odkrywał artefakty, dotykał indywidualnych historii. Zachwycił mnie rodzaj zapisu plastycznego różnych charakterów na różnym poziomie wrażliwości i specyficzny walor artystyczny, bo choć większość z nich miała wygląd przedszkolnych kolorowanek, to również wśród nich, wtłoczone w opisane kontury, znajdowały się takie, które im się wymykały, zdradzając potencjał autora, albo takie, które wręcz mnie ujmowały malarską nonszalancją i odwagą. Pamiętam np. hipnotyzujące Madonny malowane na dużych arkuszach brystolu na wzór ikon z wielkimi spiralnymi oczami lub bazgroły nanoszone na siebie w różnych kolorach, które w powiększeniu śmiało mogłyby uchodzić za obrazy, które tworzył Cy Twombly.

Zawsze starałem się unikać patrzenia na twórczość uczestników zajęć przez pryzmat choroby. W ten sposób unikam ignorancji wobec aktu twórczego, który oczywiście niekoniecznie skutkuje dziełem, ale niewątpliwie posiada walor artystyczny warty docenienia. Są określone i prawdziwe zresztą, zbadane schematy rysunków, na podstawie których można wnioskować

o stanie pacjenta, albo nawet go diagnozować. Współpracuję z profesjonalistami, jeśli zachodzi taka potrzeba, także z ciekawości, np. stosując psychorysunek, ale nie taka jest moja rola, nie taka jest wyłączna rola arteterapii. Ta ma przede wszystkim stworzyć pomost między umysłem a zewnętrżnością, wykorzystując formy z szeroko pojętej sztuki do zmiany w obrębie struktur poznawczych, emocjonalnych i behawioralnych uczestnika w działaniu kreatywnym. Zresztą powierzchowna



Praca z trawy autorstwa Zofii, mieszkanki DPS-u w Rzeszowie, fot. B. Nalepa

interpretacja może być zwodnicza, zwłaszcza dla amatora w tej dziedzinie, dlatego i ja traktuję ją niezwykle ostrożnie. Przychodzi mi do głowy pewne zdarzenie opisane w książce, której tytułu, niestety, nie pamiętam, ale przytoczę je anegdotycznie, bo wydaje mi się niezwykle trafne w tym momencie. Mianowicie w pewnej szkole nauczycielka zauważyła, że jeden z uczniów wykonuje rysunki wyłącznie w czarnych barwach. Zaniepokojona powiadomiła matkę, która wpadła w panikę, sprawa wydawała się poważna, o ile przyjąć, a taka była interpretacja nauczycielki, że czarny kolor jest ilustracją przeżyć, psychiki, a nawet duszy chłopca. Po konsultacji z psychologiem okazało się, że chłopczyk był po prostu nieśmiały, nim dopchał się do kredek, inne dzieci wybrały najatrakcyjniejsze kolory, pozostały tylko te czarne i bure, złowrogo się kojarzące.

Pomimo ograniczeń wynikających z choroby lub braku pewnych umiejętności, w tym plastycznych, ważniejsze było i jest dla mnie cały czas samo pragnienie



Znak najpotężniejszy i zaszczytny w świecie pięknych wyobrażeń, praca autorstwa Krystyny, mieszkanki DPS-u w Rzeszowie, fot. B. Nalepa

komunikacji uczestnika zajęć. Chodzi więc w pierwszej kolejności, zwłaszcza w tej specyficznej pracowni terapeutycznej, ale myślę, iż ważne jest to w ogóle w edukacji artystycznej, aby stworzyć bezpieczną przestrzeń, w której ta potrzeba wewnętrzna wyartykułowania siebie będzie możliwa do zaspokojenia. Lekcja, wynikająca z mojego 20-letniego doświadczenia w pracy, którym niejednokrotnie dzielę się ze studentami UR odbywającymi praktyki w naszej placówce, sprowadza się do jednej rady. Chodzi o to, by nie narzucać swojej wizji przedstawienia czegokolwiek, zachwycać się samym pragnieniem i podsuwać techniki lub narzędzia, które wyzwolą tę potrzebę lub nie będą przynajmniej przeszkadzać w jej urzeczywistnieniu. Należy zacząć od zarzucenia tak podstawowych schematów przedstawienia jak te, że trawa jest wyłącznie zielona, że do namalowania płotu lub pnia drzewa trzeba użyć brązowej farbki, a słońce jest koniecznie żółte, tak jak niebo niebieskie. Patrząc za okno w tej chwili i tak nie jest.

Opisze tu dwa spektakularne przykłady, jak ta prosta zasada jest ważna i jak bywa uwalniająca, a przecież o to m.in. chodzi, zwłaszcza z perspektywy osoby cierpiącej, aby znaleźć ulgę i wytchnienie, oraz ujście dla tego, co kryje się pod objawem choroby, a nie wtłaczać go w kolejne dyby. Wspomniałem na wstępie o tych kolorówkach, wśród nich wypatrzyłem takie, które jakby więziły kłębowisko strzępków barw, które chciały się dosłownie wyrwać z linii przedstawiających realistyczne formy. Rozpocząłem poszukiwania innych prac tej autorki i natknąłem się na jej nieliczne, ale swobodne

szkice na kratkowanym papierze z zeszytu, opatrzone poetyckimi tytułami: *Tor obrazujący a zarazem nigdy niekończący się w świat najpiękniejszych i miłych moich wyobrażeń* czy np. *Kryształ wód*, *Zbliżenie* lub *Tajemnicze wprowadzenie w świat wyobraźni i fantazji do wolnej szczęśliwej krainy lub dowolnego miejsca na Ziemi*. Nie sposób przejść obojętnie wobec tak zachwycających drogowskazów... Tak rozpoczęła się przygoda z Krysią. W kolejnych dniach nawiązałem z nią znajomość, która przerodziła się w przyjaźń i rodzaj więzi, bliskiej ludziom ceniącym piękno i niemogących żyć bez sztuki. Po pewnym czasie, kiedy znaleźliśmy wspólny język, pokazałem jej w albumie rysunki van Gogha, które były konstruowane tą samą jak jej „schizofreniczną” (rwaną) kreską. Była zachwycona! Na twórczość Picassa, którego widziała także pierwszy raz, odpowiedziała lakonicznie: „dobry jest”, natomiast mimo że sama na pierwszy rzut oka tworzy abstrakcję, z kolejnego albumu wytypowała swoich faworytów: Rafaela, Botticellego i Goyę, oraz nie wiedząc czemu, skupiła uwagę na drugorzędnych malarzach historycznych. Nie wszystko musi być odkryte i wyjaśnione, to właśnie tajemnica drugiego człowieka zazwyczaj nas pociąga, dość że widać na jej obrazach jakąś niewyuczoną zdolność panowania nad całą formą od pierwszej kreski, jakby ten zamysł w niej istniał, oraz nieprawdopodobną wrażliwość na kolor. Lubi kredki ołówkowe, którymi posługiwała się od zawsze, poznała pastele tłuste i suche, gwasz, monotypię, ale sprawdza się w każdej technice, również w olejnej, oraz na różnym formacie, bo eksperymentowaliśmy

z ponaddwumetrowymi podobraziami lub mappingiem za pomocą wizualizerów. Wystarczyło tylko dać jej wolność tworzenia i wyczuwalne zainteresowanie, zapachu nie trzeba podsycać, maluje codziennie. Nieraz przedstawiam jej swoje obrazy ciekawo jej opinii i wrażeń. Myślę bowiem, że w tym szczególnie fachu nie można dać komuś czegoś, czego samemu się nie ma, nie zawsze też jest oczywiste, kto jest czyim nauczycielem. To wszystko może się wydarzyć, jeśli opiekun posiada otwartość, która pozwoli mu zejść ze swojego piedestału. Nie zawsze artysta i „nauczyciel” idą w parze, więc praca terapeuty (pedagoga) jest też pewnego rodzaju darem. Można się przecież zająć, jak mawiał mój profesor, pieczeniem chleba lub innym równie wspaniałym i pożytecznym zajęciem.

Może nadużyciem byłoby przypisywać sobie wyłącznie zasługę, bo pracuje w całym zespole terapeutyczno-opiekuńczym, ale faktem jest, że odkąd Kryśka pojawiła się na stałe w mojej pracowni, od kilkunastu lat jest w remisji choroby, stabilna, i nie musi nawet oglądać szpitala psychiatrycznego. Pamiętajmy, by zawsze szło o dobro drugiego człowieka, wówczas nawet błędy czy porażki są z perspektywy czasu wskazanym dobrostanem, który mądrze wykorzystany może pomóc innym.

Na pewnej konferencji w Szpitalu Klinicznym im. dr. J. Babińskiego w Krakowie poświęconej idei programu *Schizofrenia – otwórzcie drzwi* usłyszałem, że czasem jakość życia pacjenta nie jest równoznaczna z zaopiekowaniem w powszechnych standardach. Prościej: nie zawsze działania, które nam (opiekunom, lekarzom, profesjonalistom) jawią się jako dobre dla pacjenta, są tym w istocie dla niego samego. Balans jest oczywiście konieczny, mamy przecież przypadki osób, które nie mają krytycyzmu wobec własnej choroby lub ich zachowania chorobowe mogą zagrażać im samym, są też przeszkody w komunikacji, jak wówczas wyważyć, co może stanowić o jakości życia? Jeśli zawodzi wyłącznie komunikacja, pozostaje obserwacja – czasem to wystarczy lub musi wystarczyć, by zadbać o dobro pacjenta.

Jedna z mieszanek DPS-u, w którym prowadzę pracownię plastyczną, notorycznie uciekała do okalającego ogrodu, bez względu na pogodę kładła się na trawie lub ją skubała. Naturalnie dla jej dobra i zdrowia w obawie przed przeziębieniem, czasem przemoknięciem zawracano ją z drogi lub starano się udaremnić wyjście. Mimo to, jakby gnana wewnętrzną potrzebą nie do okiełznania, podejmowała notorycznie te próby. Kiedyś zupełnie przypadkiem z okna na drugim piętrze zobaczyłem na trawniku olbrzymie kręgi i inne wzory ułożone z trawy. Były tam, jak z naskalnych malowideł, postacie przypominające ludzi, zwierzęta, figury, plany domostw. Pani Zofia, która je układała, ta sama, która starała się uciekać bez względu na okoliczności, niewiele mówiła, kontakt werbalny był ograniczony, ale imperatyw, który kazał jej tworzyć, był silniejszy niż zakazy, które miały ją chronić. Poza tym obserwowałem

ją przy pracy i niebywałe, praktycznie nie patrzyła na swoje dzieła, robiła sobie przerwy, ale tylko po to, by pokiwać się na kolebce pleców i po chwili znów zacząć wydierać i logicznie układać kępy traw. Momentalnie nasuwają się skojarzenia (ze względu na formę i skalę) z indiańskimi rysunkami na piasku, geoglifami, które można ogarnąć dopiero z pewnej wysokości, lub sztuką land art. Odpowiedź na pytanie, co wpływa na jakość życia Zofii, jest oczywista: możliwość tworzenia! Teraz wystarczyło w konsultacji z personelem wyważyć proporcje w trosce o jej samopoczucie i zdrowie.

Podobnie jak u Krysi tak i w tym przypadku odnosiłem wrażenie, że ten odtwarzany za pomocą kredek czy trawy zapis już istnieje w nich od zawsze, potrzebował wyłącznie nieskrępowanych rąk i wolności wyrazu. Może prawdziwa jest więc myśl Mistrza Eckharta, że intuicja w człowieku to pierwiastek Boży, w każdym razie nie pochodzący od nas. W plemiennych kulturach zresztą ludzie dziś uznani za szalonych lub chorych psychicznie pełniliby pewnie funkcje szamańskie, otoczeni czcią i szacunkiem, jako ci szczególnie obdarzeni wśród reszty ludzi zdolnościami łączenia się z innym wymiarem.

Jakiegokolwiek wykluczenie ogołaca nas z pełnej informacji o naszej osobistej kondycji duchowej i ujmuje bogactwa naszemu światu. Również historia sztuki, kultury i nauki naszpikowana jest przypadkami osób, które wykroczyły poza ustalone reguły, by odkryć nową rzeczywistość, cenną w przyszłości dla nas wszystkich.

Zdarzeń artystycznych podejmowanych podczas zajęć w pracowni jest dużo więcej. Wprowadziłem chociażby – w ramach Międzynarodowego Projektu Artystyczno-Naukowego *Marina Abramović. Wolność absolutna* – performatywne formy wyrazu wykorzystujące kamery i różne rzutniki, by docierać nowymi sposobami do „obszarów wewnątrz siebie”, przynajmniej próbować, gdzie człowiek (uczestnik terapii) może czuć się zrozumiany i zaopiekowany w zgodzie z samym sobą. To wspaniałe oazy, przywilejem i przyjemnością, ale i odpowiedzialnością jest po nich wspólnie stąpać w poszukiwaniu prawdy o samym sobie i wolności – często od samego siebie.

Słowa klucze: arteterapia

BARTOSZ NALEPA

Workshops in art therapy at the Nursing Home for Persons with Chronic Mental Illnesses

Summary

The author – art therapist, describes art therapy which he runs at the Nursing Home for Persons with Chronic Mental Illnesses. The article includes Nalepa's sincere and moving reflections on his art work with people with mental illnesses.

Key words: art therapy