

# Twórczość artystyczna w życiu osób z niepełnosprawnością – indywidualny i społeczny wymiar arteterapii

## Streszczenie

Spośród wielu walorów terapeutycznych arteterapii w artykule podkreślono te, które wpływają znacząco na jakość życia osób z niepełnosprawnością. Mając na uwadze ważność podjętego tematu, autorka w niniejszym artykule posłuży się interpretacją kluczowych definicji, analizą poglądów teoretycznych oraz przeglądem dostępnych badań empirycznych z tego zakresu. Uzupełnienie głównej osnowy artykułu stanowią będą refleksje zebrane od terapeutów oraz uczestników m.in. Warsztatu Terapii Zajęciowej (WTZ) woj. podkarpackiego, jak również obserwacje własne, uzyskane na podstawie kilkunastoletniej pracy terapeutycznej z dorosłymi osobami z niepełnosprawnością intelektualną w zakresie arteterapii.

**Słowa kluczowe:** twórczość artystyczna, arteterapia, niepełnosprawność, jakość życia

**Disability as a reason of social exclusion. Importance of artistic activities for disabled people – personal and social role of art therapy**

## Summary

Artistic growth and creative life have a particular sense in the whole human life and his activities. Art creation is one of the most important form of human activity and in life of a person with disability it takes on a new significance and value. Therapy through art, as one of the therapeutic forms of creative expression, allows disabled people to extend their self-knowledge, self-realization and helps in a positive assimilation with society. Among many of the therapeutic factors of artetherapy in this article we emphasise these examples which significantly affect the quality of life of people with disabilities. Artetherapy is using art works and art practicing in a broad sense and may be an opportunity to overcome solitude, regain self-esteem of people with disabilities, interrupt inaction and passivity of life and simply used to make one's living.

**Keywords:** art creation, art therapy, disability, quality of life

## Arteterapeutyczna rozgrzewka, czyli porozmawiamy o zjawisku twórczości

Twórcza działalność jest najważniejszą formą ludzkiej aktywności, ale w życiu osoby z niepełnosprawnością, zarówno intelektualną, jak i fizyczną, nabiera szczególnej wartości. Terapia poprzez sztukę, jako jedna z terapeutycznych form ekspresji twórczej, pozwala tym osobom na samopoznanie, samorealizację oraz integracyjne przenikanie do społeczeństwa, co w sposób znaczący może wpłynąć na zmianę jakości ich życia.

Powszechnie wiadomo, że każdy człowiek potrafi tworzyć, twórczość bowiem jest potencjałem tkwiącym w ludzkim umyśle. Trzymając się takiego wniosku, można by stwierdzić, że twórczość jest umiejętnością uniwersalną, przynależną z zasady każdemu człowiekowi. Jednakże po dogłębnej analizie i zastanowieniu można dojść do wniosku, że twórczość to jednak zjawisko wyjątkowe, ponieważ do tego, by móc tworzyć, niezbędny jest nie tylko sam talent, ale przede wszystkim cel, motywacja, chęć działania i czerpanie przyjemności z tego, co się tworzy.

Nie ulega wątpliwości, że każdy rodzaj kontaktu ze sztuką rozwija i kształtuje osobowość człowieka, ponieważ sztuka uczy rozpoznawać prawdziwe wartości w relacjach międzyludzkich, uczy patrzeć na otoczenie z wielu perspektyw, interpretować świat na wiele sposobów. Sztuka uczy także tego, że każdy problem może mieć więcej niż jedno rozwiązanie, a każde pytanie więcej niż jedną odpowiedź<sup>1</sup>. To sztuka, wydobywając z nas ukryte zasoby i subtelności, sprawia, że możemy wyjść poza schemat własnych ograniczeń, by podejmować wyzwania, które potrafią przekształcić nasze wyobrażenia w rzeczywistość. Niezaprzeczalnie temat dotyczący twórczości osób z niepełnosprawnością w polskiej literaturze przedmiotu poruszany jest coraz częściej, aczkolwiek z dokumentacją dotyczącą badań empirycznych odnośnie do rezultatów arteterapii można spotkać się częściej w literaturze anglojęzycznej (przyczyny takiej sytuacji zostaną omówione szerzej w dalszej części artykułu).

Nawiązując do meritum zagadnienia – obecnie obserwuje się, że to, co kiedyś określano jako terapia zajęciowa, mająca wypełnić osobom z niepełnosprawnością mniej lub bardziej sensownie czas wolny, w wielu miejscach przerodziło się w terapię artystyczną. Dostrzega się ich bezpośredni wkład w tworzenie kultury, czyli działalność artystyczną w pełni tego słowa znaczeniu<sup>2</sup>. Zauważa się ponadto, że twórczość artystyczna nierzadko staje się pasją tworzenia dla tych osób do tego stopnia, że w sposób widoczny pozwala zmienić jakość ich życia, postrzeganie siebie.

<sup>1</sup> Fundacja Arttransfer, *10 umiejętności, które rozwija sztuka*, <http://www.arttransfer.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

<sup>2</sup> M. Stanowski, *Rozważania o twórczości osób niepełnosprawnych. Funkcja przeglądów teatralnych osób niepełnosprawnych dla terapii poprzez teatr. Marzenia niepełnosprawnego artysty i rola jego opiekuna*, <http://arteterapia.pl>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

Zaczynamy coraz częściej doceniać osoby z niepełnosprawnością, które z determinacją szukają swojego miejsca w otaczającej ich rzeczywistości. Bardzo często oni sami biorą los w swoje ręce: zakładają stowarzyszenia, firmy, pełnią różnorodne funkcje publiczne, przekonując w ten sposób społeczeństwo nie tylko co do swoich kompetencji społecznych, dotyczących kreowania życia i wizerunku według własnego uznania. Zakładamy, że jest to możliwe, tym bardziej, że wielokrotnie osoby z niepełnosprawnością intelektualną nie tylko nie ustępują miejsca osobom pełnosprawnym w radzeniu sobie z codziennym życiem w różnych jego sferach, ale nierzadko w działaniach artystycznych są od tych ostatnich lepsi – taki pogląd wyraża m.in. Michał Stanowski w jednym ze swoich rozważań terapeutycznych<sup>3</sup>.

Maria Stasiakiewicz z kolei bardzo celnie uzasadnia to zjawisko, twierdząc, że jest to w dużym stopniu spowodowane przemianą w rozumieniu celów arteterapii, gdzie działania artystyczne w coraz większym stopniu przestają być tylko i wyłącznie narzędziem np. usprawniania motorycznego, przysposobienia do zawodu lub wypełnienia czasu – a stają się rzeczywiście działaniami umożliwiającymi osobie z niepełnosprawnością przeżywanie swojej podmiotowości i duchowego wymiaru egzystencji w więzi z innymi<sup>4</sup>. Przywołana powyżej autorka w jednym ze swoich opracowań podejmuje w bardzo ciekawy sposób temat oddziaływania arteterapii na zachowanie, odczuwanie i myślenie uczestnika procesu terapeutycznego. Trzeba jednak zaznaczyć, że już Maria Grzegorzewska mocno podkreślała rolę oddziaływania rehabilitacyjnego, stwierdzając, że każdy człowiek ma piętę achillesową (punkt słabości) oraz punkt archimedesowy (punkt siły), dzięki którym można odkryć taką moc w człowieku niepełnosprawnym, że da się go zmienić i mimo słabości ocalić pełnię jego człowieczeństwa (zob. Stasiakiewicz, 2006).

Autorka niniejszego artykułu, jak też zapewne większość osób, które podejmuje się dyskursu wokół problematyki twórczości osób z niepełnosprawnością, z całą pewnością za budujący uznaje fakt, że coraz częściej doceniamy niepełnosprawnych muzyków, śpiewaków, zachwycamy się tworzonymi przez nich grafikami, malarstwem. Jak pisze M. Stanowski, „Szokują nas głębią swoich wierszy, jesteśmy pod ogromnym wrażeniem realizowanych przez nich spektakli – nie dlatego, że są osobami niepełnosprawnymi, ale dlatego, że są osobami twórczymi, są artystami, którym jesteśmy w stanie wyrazić należne uznanie”<sup>5</sup>. Tak rozległa problematyka, jak ta zaproponowana w niniejszym artykule, domaga się wyczerpującego opracowania, znacznie przekraczającego ramy niniejszego artykułu, dlatego rozważania dotyczące znaczenia arteterapii dla osób z niepełnosprawnością

<sup>3</sup> Tamże

<sup>4</sup> M. Stasiakiewicz, *Arteterapia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wybrane problemy teorii i praktyki*, „Terapia przez Sztukę”, <http://arteterapia.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

<sup>5</sup> Tejże, *Rozważania o twórczości artystycznej osób niepełnosprawnych...*, [dostęp z dnia: 28.07.2016]

w kontekście jakości ich życia będą kontynuowane w oparciu o dziedzinę arteterapii (z wykorzystaniem twórczości plastycznej) oraz teatroterapii.

Właściwą dyskusję merytoryczną trzeba by zacząć od uporządkowania kluczowych dla zagadnienia definicji. Zasadne zatem będzie, aby przywołać w tym miejscu pojęcie twórczości. Sama *twórczość* – jako działanie – związana jest z istotą ludzką, jej wielowiekowym rozwojem, ale również z rozwojem warunków życia, czyli kulturą materialną oraz duchową. Określenia: twórca, twórczość, tworzyć – stały się w ostatnich latach terminami na tyle powszechnymi, że wydawać by się mogło, iż istnieje zupełna jasność i rozumienie ich sensu oraz znaczenia<sup>6</sup>. Dokonując jednakże przeglądu literatury przedmiotu, okazuje się, że „twórczość” jest pojęciem bardzo trudnym do zdefiniowania, pomimo powszechnego posługiwania się nim zarówno w mowie potocznej, jak też w terminologii wielu dyscyplin naukowych<sup>7</sup>.

Nawiązując do pojęcia twórczości, można by zacząć od stwierdzenia ogólnego i powiedzieć, że „[...] wszystko to, co nie jest tworem natury, jest dziełem człowieka, jako zbiorowości gatunkowej, oraz wybitnych jednostek z osobna”<sup>8</sup>. Niemniej najbardziej znane i najczęściej cytowane definicje określają twórczość jako „przekraczanie granic (transgresję), zwłaszcza swoich możliwości” (zob. Koziński, 1980). Inni badacze tematu twierdzą, że twórczość to aktywność przynosząca wytwory dotąd nieznanne i wartości użytkowe<sup>9</sup>.

Ciekawie zjawisko to ujmuje m.in. H. Read, cytowany przez Stanisława Popka, „[...] gdzie twórczość jest procesem, dzięki któremu powstaje coś, co przedtem nie miało ani kształtu, ani cech”<sup>10</sup>. Włodzimierz Szewczuk podaje, że „[...] twórczość to działalność człowieka, której efektem jest wzbogacenie sposobów życia człowieka, jego poznania rzeczywistości – także samego siebie, wzbogacenie świata kultury w najszerszym tego słowa znaczeniu<sup>11</sup>. Na podstawie powyżej przytoczonych definicji zauważyć można, w jak różnorodny sposób da się interpretować twórczość i jej znaczenie dla jednostki.

Kiedy mówimy o twórczości w kontekście osób z niepełnosprawnością, zauważamy, że pojęcie twórczości nabiera jeszcze bardziej wymownego znaczenia, ponieważ oni sami – osoby z niepełnosprawnością – charakteryzują się wyjątkową wrażliwością. Jeśli umiejętność tworzenia jest zjawiskiem niezwykłym, subtelnym, intymnym, swoistym sacrum, a samych twórców: poetów, muzyków,

<sup>6</sup> S. Popek, *Człowiek jako jednostka twórcza*, Lublin, 2001, URI, <http://repozytorium.ukw.edu.pl/>, [dostęp z dnia: 10.06.2016]

<sup>7</sup> E. Nęcka, *Psychologia twórczości*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2005, s. 12

<sup>8</sup> S. Popek, *Człowiek jako jednostka twórcza*, Lublin, 2001, URI, [http://repozytorium.ukw.edu.pl](http://repozytorium.ukw.edu.pl/) Data: 2002, [dostęp z dnia: 10.06.2016]

<sup>9</sup> Z. Pietrasinski, *Myślenie twórcze*, Warszawa, PZWSz, 1969, s. 76

<sup>10</sup> H. Read, *Wychowanie przez sztukę*, Wrocław, Ossolineum, 1976, s. 31

<sup>11</sup> W. Szewczuk, *Słownik Psychologiczny*, Warszawa, PWN, 1985, s. 327

malarzy uważano od zawsze za stworzonych do wyższych celów, jakby dotkniętych palcem boskim, to nasuwa się pytanie o to, jak zinterpretować zjawisko twórczości, w którym uczestniczą osoby z niepełnosprawnością, komu lub czemu należy przypisać tutaj atrybut pierwszeństwa? Czy jest możliwe zinterpretowanie zjawiska twórczości osób z niepełnosprawnością, skoro nierzadko jedyną drogą dialogu, porozumienia z tą osobą są kolory, kształty, dźwięki, temat – czasem niedokończony, urwany w połowie? Być może warto w tym momencie rozważania powrócić do znanego artykułu R. Mooneya (1963), na który powołuje się E. Nęcka, proponując przypisanie atrybutu twórczości przede wszystkim ludzkim wytworom, czyli dziełom, następnie procesom wykonywania tych dzieł oraz osobom, czyli autorom tych dzieł<sup>12</sup>.

W kontekście powyższej myśli, autorka artykułu proponuje własną refleksję, która raczej zmierza do ujęcia zagadnienia w następujący sposób: otóż sam „artysta” jest zagadką nie tylko dla odbiorców, ale i dla samego siebie. Jeśli mówimy o arteterapii z wyraźnym podkreśleniem *therapein*, to *wskazujemy* tym samym na proces terapeutyczny, w którym nie jest istotny talent, jakieś szczególne predyspozycje plastyczne, manualne czy zmysłowe – ale najważniejsza jest tutaj świadomość i gotowość uczestnika przystępującego do tego procesu. Od niego bowiem zależy to, czy do zaistnienia dzieła w ogóle dojdzie, dzieła – które ma odzwierciedlać dokonujące się zmiany w nim samym. Reasumując – chodzi o to, czy rozumie on cel, jakiego się podejmuje i dobrowolnie, acz konsekwentnie, potrafi dążyć do przeobrażenia siebie, pokonując po drodze własne słabości – ma siłę stać się celem samym w sobie.

## Czym jest arteterapia i co jest jej esencją?

Sztuka i twórczość są ze sobą nierozzerwalnie związane. Mówiąc o sztuce i twórczości, zwykle wskazuje się na jej związki z działaniami artystycznymi, traktowanie zaś działań twórczych jako terapii definiowane będzie jako arteterapia. Czym zatem będzie arteterapia i co jest jej esencją? Otóż panuje powszechna zgoda dotycząca dobroczynnej mocy terapii za pomocą sztuki, niemniej jeśli dyskusja dotyczy określenia definicji arteterapii, to zauważamy, że konsensusu już nie ma – co oznacza, że nie ma jednej definicji, która wyjaśniałaby jednoznacznie ten rodzaj aktywności twórczej.

Praktyczna strona arteterapii, której istotą jest pomaganie osobom mającym różnego rodzaju deficyty rozwojowe czy problemy natury psychofizycznej przy wykorzystywaniu sztuki jako narzędzia terapeutycznego oraz procesu twórczej aktywności, znana jest od dawna. Dopiero jednak od lat 70. ubiegłego stulecia

<sup>12</sup> R. Mooney, *A conceptual model for integrating four approaches to the identification of creative talent*, za: E. Nęcka, *Psychologia twórczości*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2001

cztery podstawowe dziedziny: arteterapia, muzykoterapia, dramoterpia i terapia tańcem (choreoterpia), stały się przedmiotem regularnych studiów europejskich. Takie same studia zaczęto wprowadzać w Stanach Zjednoczonych, tyle że dekadę wcześniej<sup>13</sup>. Fakt ten nie był bez znaczenia dla pogłębiania zagadnienia arteterapii, co oznacza, że stan zaawansowania w badaniu zjawiska jest tam zdecydowanie na wyższym poziomie aniżeli w Europie, nie wspominając już o Polsce.

Co do samego określenia arteterapii, to przyjmuje się, iż terminu tego po raz pierwszy użył w 1942 r. w Wielkiej Brytanii Adrian Hill, z zawodu nauczyciel zatrudniony w szpitalu dziecięcym, niemniej terapia sztuką zaistniała jako odrębna dyscyplina około 24. lat później, kiedy to Margaret Naumburg, reprezentująca orientację psychoanalityczną, włączyła do terapii swobodny rysunek<sup>14</sup>. Przyjmując za punkt odniesienia tenże argument, można założyć, że początki arteterapii związane są z psychoanalizą. Od tamtej pory sztuką posługują się terapeuci o różnych orientacjach teoretycznych bądź jako zasadniczą techniką w prowadzonej przez siebie terapii, bądź dodatkową techniką wspomagającą.

W polskim piśmiennictwie pojęcie arteterapii pojawiło się nieco później, występując równorzędnie z takimi terminami, jak kulturoterapia lub terapia przez sztukę. Warto zaznaczyć, że określenie to najpierw odnosiło się do zajęć plastycznych lub malarskich z dziećmi, a dopiero później objęło inne dziedziny, od których tworzono kolejne pojęcia, wspomniane wcześniej: muzykoterapia, biblioterapia, itd., a także wszystkie inne działania terapeutyczne, wykorzystujące w celach leczniczych lub wychowawczych: film, teatr, grafikę, rzeźbę, papieroplastykę, itp.<sup>15</sup>. Sięgnięcie zaś do genezy samego określenia *arteterapia* doprowadza do wyjaśnienia i uzyskania odpowiedzi co do komponentów, z jakich składa się to słowo, a mianowicie *arte* (łac.), co oznacza wykonanie czegoś w sposób doskonały, po mistrzowsku i wiąże się z wyrazem pierwotnym *ars* – sztuka. Natomiast pojęcie *terapia* łączy się z wyrażeniem *therapein* (gr.), co oznacza „opiekować się”, „leczyć”, „oddawać cześć”<sup>16</sup>. Warto w tym miejscu przypomnieć, że „arteterapia” i „terapia przez sztukę” to także określenia często stosowane zamiennie, oznaczające jednak za każdym razem aktywność poprzez sztukę, czyli można powiedzieć, że są znaczeniowo równoważne.

Cytując za Jaworską, najkrócej można zdefiniować arteterapię jako wyspecjalizowaną formę psychoterapeutyczną do poprawy kondycji fizycznej i psychicznej jednostki<sup>17</sup>. Takie stanowisko jest dość spójne z definicją Case i Dalley,

<sup>13</sup> W. Szulc, *Autoterapia w poszukiwaniu tożsamości naukowej*, „Zeszyty Naukowe Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Witelona w Legnicy” 2015, Nr 14(1), s. 91–92

<sup>14</sup> *Arteterapia*, <http://www.wyspazmian.com/index.html>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

<sup>15</sup> K. Stachyra, *Podobieństwa i różnice między muzykoterapią i edukacją muzyczną*, „Terapia przez Sztukę” 2009, Volume 1(01)

<sup>16</sup> W. Szulc, *Sztuka i terapia*, Warszawa, CMSN, 1993, s. 40–41

<sup>17</sup> A. Jaworska, B. Kasprzak, *Między teorią a praktyką*, Lublin, Wyd. KUL, 2006, s. 10

przedstawiciele literatury anglojęzycznej, zajmujących się tym zagadnieniem, według których arteterapia jest artepsychoterapią, wykorzystującą gamę środków artystycznych do wyrażania i przepracowywania trudności, z którymi klient przychodzi na terapię<sup>18</sup>. Trudno się z tym nie zgodzić, przyjmując termin pokrewny za *Słownikiem psychologii*, który podaje, że psychoterapia to metodyczne stosowanie określonych technik psychologicznych w celu doprowadzenia chorego do stanu równowagi emocjonalnej. Zakres działania wykorzystania psychoterapii jest bardzo rozległy: od zaburzeń charakteru i nerwic do chorób psychosomatycznych, a nawet psychoz<sup>19</sup>. Wszystkie bowiem metody psychoterapeutyczne (pomoc moralna, sugestia, reedukacja, psychoanaliza, itd.), oparte na porozumieniu między terapeutą a chorym, mają te same cele, tzn. pełny rozwój osobowości i lepszą integrację społeczną pacjenta<sup>20</sup>.

Powracając na grunt polskich ujęć teoretycznych omawianego pojęcia arteterapii, nie można pominąć stanowiska Kulczyckiego, który podając rozszerzoną definicję arteterapii, pisze, że: „[...] jest to układ poglądów i czynności ukierunkowanych na utrzymanie i podnoszenie poziomu jakości życia ludzi przy pomocy szeroko rozumianych dzieł sztuki i uprawiania sztuki”<sup>21</sup>. Dla kontynuacji podjętego problemu w kontekście twórczości osób z niepełnosprawnością, autorka artykułu przyjmuje definicję za W. Szulc, która podkreśla w swoich opracowaniach, iż arteterapia jest „[...] działaniem skierowanym na człowieka i jego środowisko, podejmowanym w celu przywrócenia, utrzymania lub potęgowania zdrowia oraz zmierzającym do poprawy jakości życia i wykorzystującym do osiągnięcia tego celu określonych wytworów kultury, przede wszystkim sztuki”<sup>22</sup>.

Osoby z niepełnosprawnością intelektualną, jako prezentujące układ wielorakich zaburzeń w sferach zachowania, relacji społecznych i funkcji intelektualnych, są potencjalnymi adresatami działań arteterapeutycznych. Specyfika rodzaju zaburzeń w tej grupie osób powinna znaleźć odbicie na płaszczyźnie celów terapii sztuką. Postulowanymi tu celami wiodącymi są: wspieranie rozwoju „Ja” oraz pojęciowej reprezentacji świata i myślenia operacyjnego<sup>23</sup>.

<sup>18</sup> M. Stańko, P. Staroń, *Jak działa arteterapia? – skuteczność, mechanizmy, narzędzia*, <http://arteterapia.pl/jak-dziala-arteterapia-skutecnosc-mechanizmy-narzedzia/>, [dostęp z dnia: 14.08.2016]

<sup>19</sup> M. Stasiakiewicz, *Arteterapia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wybrane problemy teorii i praktyki*, „Terapia przez Sztukę” 2009, <http://arteterapia.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

<sup>20</sup> Tamże

<sup>21</sup> E. Grzebyk, *Kurs z zakresu terapii przez sztukę*, Wrocław, Wydział Zdrowia Urzędu Miejskiego we Wrocławiu, 1999

<sup>22</sup> W. Szulc, *Współczesne kierunki arteterapii. Arteterapia w programach terapeutycznych dla dzieci i młodzieży*, [w:] *Sztuka dla dziecka jako forma komunikacji społecznej*, Poznań, Wyd. Centrum Sztuki Dziecka, 2009

<sup>23</sup> Tamże

Podejmując się kontynuacji problemu, zapoczątkowanego w kontekście osób z niepełnosprawnością, zasadne wydaje się, aby zdefiniować także pojęcie niepełnosprawności. Według *Słownika Języka Polskiego* „to ograniczenie lub brak zdolności do wykonywania czynności, w sposób lub w zakresie uważanym za normalny dla człowieka, wynikające z uszkodzenia i upośledzenia funkcji organizmu”<sup>24</sup>. Zgodnie z tą samą definicją, niepełnosprawny to nieosiągający pełnej sprawności fizycznej lub psychicznej. Słowo pochodzi od słowa „sprawny”, oznacza więc kogoś sprawnego w sposób niepełny – w języku polskim pojawiło się w latach 70. XX w. i w dużym stopniu zastąpiło stosowane wcześniej słowo „inwalida”.

Przeanalizowanie natomiast historii pod kątem zmieniających się określeń opisujących niepełnosprawność: *kaleka* – *inwalida* – *niepełnosprawny*, pozwala zauważyć odejście od medycznego patrzenia na tzw. ułomność na rzecz niepełnosprawności rozumianej w sposób społeczny – co jest bardzo ważne, ponieważ wpływa na postrzeganie tych osób. I tak, celem uwydatnienia społecznego wymiaru niepełnosprawności, coraz częściej na świecie używa się terminu: *osoba z niepełnosprawnością*, co ma podkreślać zewnętrzny wymiar niepełnosprawności, wskazując tym samym, że niepełnosprawność jest tylko jedną z wielu cech przypisanych do osoby.

### **„Sztuka jest autoterapią, może być sublimacją agresji, lęku, ale i realizacją marzeń, jest zaznaczeniem obecności twórcy tu i teraz” (Konstanty Ildefons Gałczyński)**

W Polsce rozwijają się dwa nurty arteterapii, przy czym jeden z nich ukierunkowany jest edukacyjnie i osadzony w naukach humanistycznych, a jego założenia formułowane są na gruncie sztuki i pedagogiki. Drugi nurt, rozwijający się w medycynie, jest związany z kolei z wykorzystaniem sztuki w pracy z pacjentami dotkniętymi chorobami somatycznymi, psychicznymi – co zaakcentowano wcześniej – oraz innymi problemami mającymi źródło w głębokich warstwach psychiki.

Poglądy na cele i rolę działania arteterapeutycznego różnią się w zależności od dyscypliny, w jakiej prowadzone są rozważania. Psychiatria koncentruje się na aspekcie diagnostycznym oraz wspomaganie leczenia farmakologicznego, natomiast pozostałe, takie jak pedagogika, nawiązują do społecznego – tu: integracyjnego wymiaru sztuki i w tym właśnie znaczeniu sztuka odwołuje się tutaj głównie do możliwości wyrazowych środków artystycznych oraz transformacji

<sup>24</sup> *Słownik Języka Polskiego*, <http://sjp.pwn.pl/>, [dostęp z dnia: 28.08.2016]



towarzyszącej kreacji artystycznej działalności i osobowości, mając na uwadze zmiany mentalne i emocjonalne, których wyrazem jest forma artystyczna<sup>25</sup>.

Doświadczenie arteterapii, czyli tego wszystkiego, co dzieje się z podopiecznym podczas sesji arteterapeutycznej, jest zjawiskiem złożonym. Składają się na nie subiektywne przeżycia i odniesienia do związku, jaki zachodzi między podopiecznym, sztuką i arteterapią na poziomie interpersonalnym. Dlaczego? Ponieważ arteterapia jest procesem estetycznym, w którym zawiera się twórczość, intuicja, inspiracja, intencjonalność i elementy duchowe, a wiążą się one z wewnętrznymi stanami człowieka<sup>26</sup>.

W ujęciu humanistyczno-egzystencjalnym aktywność artystyczna staje się narzędziem aktywizacji potrzeb i samorealizacji jednostki, aktywizacji potencjałów twórczych, których ujawnienie i zaspokajanie decyduje o zdrowiu i życiowym spełnieniu jednostki. Stanowisko takie prezentuje m.in. M. Stasiakiewicz, powołując się na Zinkera (1991), Rogersa (1991) i Masłowa (1968)<sup>27</sup>. Teorie te, wskazując na związek tworzenia ze zdrowiem, wartość działań artystycznych w procesie nawiązywania relacji interpersonalnych oraz odkrywania i umacniania tożsamości, tworzą doskonały grunt dla stosowania działań artystyczno-twórczych w terapeutycznej pracy. „Powodem, dla którego rysunek lub obraz może mieć funkcję terapeutyczną jest to, że jeżeli jest doświadczany przez artystę jako proces, pozwala mu to w stosunkowo krótkim czasie poznać siebie jako osobę [...], a doświadczając wewnętrznego ruchu [...] uzyskuje też jego wizualne potwierdzenie w obrazie, który tworzy”<sup>28</sup>.

## Teatr i malarstwo, czyli tworzenie siebie na nowo

Psychodrama i tworzenie spektakli teatralnych przez terapeutów wraz z pacjentami szpitali lub podopiecznymi różnych ośrodków dla osób z niepełnosprawnością są najbardziej popularnymi formami wykorzystania teatru w arteterapii<sup>29</sup>. Terapia przez teatr stanowi ważny nurt tzw. „nowego teatru”, bardzo często określanego jako „teatr poza teatrem”, „teatr dla życia”. Wynika to z faktu, iż w takim ujęciu sztuki teatralnej nie są istotne zadania artystyczne, ale rozwój człowieka. Ponadto ten teatr skupia swoje działania nie na produkcie finalnym – spektaklu, ale na samym procesie tworzenia. Z kolei pojmowanie terapii przez

<sup>25</sup> E. Józefowski, J. Florczykiewicz, *Arteterapia – leczenie poprzez wartości*, Poznań, UAM, 2013, „Neuropsychiatria. Przegląd kliniczny” 2011, vol 3, Nr 3

<sup>26</sup> W. Szulc, *Arteterapia w poszukiwaniu tożsamości naukowej*, „Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Zawodowej im. Witelona w Legnicy” 2015, Nr 14(1), s. 97

<sup>27</sup> M. Stasiakiewicz, *Arteterapia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wybrane problemy teorii i praktyki*, „Terapia przez Sztukę” 2009, <http://arteterapia.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

<sup>28</sup> Tamże, [dostęp z dnia: 28.08.2016]

<sup>29</sup> Tamże, [dostęp z dnia: 06.09.2016]

teatr jako twórczości pozwala zakładać, że prowadzi ona do określonej zmiany, dokonującej się w osobie uczestnika<sup>30</sup>.

Dla osób z niepełnosprawnością szczególnie ważne jest zaakceptowanie siebie takim, jakim się jest, dostrzeżenie własnej wartości i pokazanie tego innym. Wszelkie zatem aktywności twórcze (formy muzyczne, taneczne, literackie, malarskie), podejmowane przez te osoby, stanowią środek wyrażenia własnej osobowości i w tym sensie twórczość osób z niepełnosprawnością pokazuje nam, sprawnym, kim tak naprawdę są te osoby – niesztampowe, ciekawe, wartościowe.

Bardzo interesująco znaczenie twórczości w wymiarze społecznym prezentuje M. Stanowski, który mówi: „Należy im się podziw i szacunek, ponieważ są ludźmi i ponieważ są artystami tworzącymi Kulturę. Nie chodzi o litość i nie chodzi o miłosierdzie [...]. Radzenie sobie z porażkami może być twórcze, spotykanie się z trudnościami jest sytuacją naturalną w życiu, a nam nie chodzi chyba o to, aby kreować sztuczną rzeczywistość, w której fałszywie będziemy wmawiać naszemu artyście amatorowi, że jest dobry i świetnie sobie radzi. Jaki ma sens budowanie wartości własnej człowieka na fikcyjnych podstawach? A co z jego rzeczywistym oglądem siebie, co z tym, że musi on funkcjonować w normalnym świecie, w społeczeństwie, które niekoniecznie będzie go chciało oszukiwać? Co wtedy?”<sup>31</sup>. Pewną anegdotę, należąca do tego samego autora, przytacza z kolei A. Gieroba, pisząc: „Do dziś opowiadana jest historia pewnej niepełnosprawnej dziewczyny, która, choć nie była piękna, na jednym ze spotkań [...] zagrała rolę Kopciuszka w taki sposób, że w tym przedstawieniu była najpiękniejsza na świecie. To doświadczenie dało jej poczucie, że można być pięknym, nawet jak się nie ma urody w powszechnym tego słowa znaczeniu” (zob. Gieroba, 2014).

Można zatem uznać, że twórczość ma ogromną moc leczniczą, terapeutyczną, ponieważ jest próbą oswojenia lęku, przełamania ograniczeń, pewnych obaw lub stresu paralizującego niejednego z nas, a podejmowanie różnego rodzaju aktywności twórczych pozwala na rozwiązanie wielu problemów. Wychodząc z takiego założenia, należy zgodzić się ze stanowiskiem M. Eriksona, który uważa, że „[...] twórczość artystyczna ma możliwość czynienia jednostkę zdrową, dzięki niej osoba ma zdolność poznawania siebie. Poza tym materia artystyczna daje poczucie wolności, bycia sobą i dążenia do własnych celów” (zob. Rzemieniak)<sup>32</sup>.

Każdy taki pojedynczy akt twórczy wzbogaca życie wewnętrzne – jak słusznie pisze Kępiński, „[...] wzbogaca szczególnie psychikę i intelekt oraz otwiera nam przestrzeń, która staje się jasna, a jednostka wówczas staje się wolna, może dążyć do samorealizacji. Natomiast brak twórczości zamyka człowiekowi ową

<sup>30</sup> Tamże, [dostęp z dnia: 07.09.2016]

<sup>31</sup> Tamże, *Rozważania o twórczości artystycznej...*, [dostęp z dnia: 28.08.2016]

<sup>32</sup> M. Rzemieniak, *Proces twórczy jako terapia przez sztukę*, „Pismo Lubelskiego Samorządowego Centrum Doskonalenia Nauczycieli AD” 2010, Nr III, REM, <http://www.ppp2zamosc.pl/>, [dostęp z dnia: 08.09.2016]

przestrzeń, w której jednostka widzi jedynie ciemność i staje się skłonna do agresji, buntuje się lub popada w apatię”<sup>33</sup>.

Można by podsumować powyższe przemyślenia, posługując się słowami „[...] sztuka jest więc dojrzwaniem, ewolucją, uniesieniem umożliwiającym wyjście z ciemności w blask światła”, jak napisał Jerzy Grotowski, w odniesieniu do roli teatru<sup>34</sup>. Jeśli więc mamy mówić o esencji arteterapii czy teatroterapii jako procesu, który ma ostatecznie wpłynąć na pewne zmiany, to istotne wydaje się, aby dać tej osobie możliwość doświadczenia rzeczy, które wydają się niemożliwe, a tym samym pomóc jej funkcjonować w codzienności, co oznacza stworzyć jej warunki do wyrażania siebie w sposób indywidualny, spontaniczny, z wewnętrznymi stanami i emocjami, nierzadko ukrytymi i tłumionymi. Zdobyć umiejętności określenia siebie poprzez tworzenie, kreowanie, pozwoli uwierzyć tej osobie we własne możliwości, wyjść poza ramy utrwalonych poglądów i schematów oraz ukazać swoje piękno rzeczywiste.

## **Inna jakość życia, „Autoportrety arteterapii”**

Bardzo często aktywność twórcza wynika z niemożności nawiązania satysfakcjonujących relacji osób z niepełnosprawnością z otoczeniem. Otwarcie się na świat poprzez twórczość zdecydowanie ułatwia wychodzenie tych osób do społeczeństwa, ponieważ twórczość plastyczna, ale także teatralna (np. pantomima), obok mowy i pisma, jest równie ważnym sposobem wyrażania własnych myśli, komunikowania się.

### **Autoportret I „Teraz nie wyobrażam sobie życia bez malowania”**

Jedna z uczestniczek WTZ o swoim doświadczeniu w kontakcie z arteterapią mówi w następujący sposób: „[...] poszłam do wszystkich pracowni po kolei, spróbowałam wszystkiego: ceramiki, plastyki, wyszywania, byłam też w pracowni kulinarnej, stolarskiej. I na końcu jak przeszłam te wszystkie pracownie, zdecydowałam, że będę malować, bo tak naprawdę to ja marzyłam, żeby malować i zaczęłam malować. Mam chyba talent, tak mówią, jeżdżę na plenery do Krakowa, byłam nawet na jednym plenerze z prof. Zinem, to takie wyróżnienie było, teraz nie wyobrażam sobie życia bez malowania, zawsze chciałam być kimś, a byłam w cieniu...” (J. Madej, lat 38, WTZ).

Analizując powyższą wypowiedź, można by nawiązać do kreacyjnej i integracyjnej funkcji arteterapii, jednej z istotniejszych, które pozwalają na scalenie osobowości człowieka. Wzmacniają motywację w dążeniu do samorealizacji, aktywizują drzemiące w nim zdolności oraz uruchamiają wyobraźnię, co pozwala

<sup>33</sup> Tamże

<sup>34</sup> J. Grotowski, *Bo ta ziemia to gospoda w ogromnej naszej podróży*, „Zwoje” 2004, Nr 1/38, <http://www.zwoje-scrolls.com/>, [dostęp z dnia: 07.08.2016]

tej osobie na subiektywne ukazanie rzeczywistości. Podkreślona zostaje tym samym niepowtarzalność i wyjątkowość osoby zaangażowanej w ten rodzaj terapii. Każdy niemal człowiek, wchodząc w świat sztuki, w mniejszym lub większym stopniu nabiera przekonania o możliwościach aktywnego w niej uczestnictwa. Intuicyjnie odczuwa on, iż byłby w stanie podołać pewnym wymaganiom, po to, by móc zaspokoić potrzebę samospełnienia, w tym potrzebę przynależności i uznania, nawiązania satysfakcjonujących kontaktów z otoczeniem, zaistnienia w społeczeństwie – w jakiejś konkretnej roli.

Na podstawie obserwacji terapeutycznych, będących efektem kilkunastoletniej pracy zawodowej autorki niniejszego artykułu, można posłużyć się pewną refleksją, która będzie zarazem potwierdzeniem autentycznej postawy – pełnej inwencji i oddania, którą ujawniają uczestnicy teatroterapii, podejmujący się pracy nad sobą. Otóż niejednokrotnie dało się zauważyć, z jak wielkim zaangażowaniem uczestniczyli w zajęciach, mając świadomość, że dzięki temu po kilku miesiącach systematycznej pracy będą mieli możliwość stanąć na scenie w świetle reflektorów. Wyrwale, cierpliwie i z niesamowitą odpowiedzialnością za powierzone im zadanie pokonywali zmęczenie, zarówno fizyczne, jak i psychiczne, związane z licznymi próbami – odpowiedzialnie przyjmując ten trud jako element niezbędny w całym procesie terapeutycznym.

Mając na względzie podkreślenie powyższego, trzeba wymienić tutaj: wspólny wybór tematu, a więc problematyki spektaklu, technik realizacji, pracę nad charakterem występujących postaci, relacjami, dźwiękiem, muzyką, scenografią, ruchem, słowem (artykulacja, intonacja, emisja). Praca nad relacjami w grupie, kontaktem z widzem – co obserwowano, stawała się dla tych osób celem nadrzędnym. Niewątpliwie ważnym elementem powodzenia procesu terapeutycznego było to, że mieli oni szczęście pracować z terapeutą, który nie próbował narzucić im własnej wizji, czyli nie wmawiał im tego, czym według niego jest sztuka, ale potrafił dokonać wglądu w ich odczucia i możliwości psychofizyczne. Oto, zdaje się, cała tajemnica sukcesu, wynikająca ze zrozumienia istoty teatroterapii i specyfiki pracy z niepełnosprawnością.

### **Autoportret II „Kolor do mnie mówi, mówi po imieniu...”**

Innym, równie ciekawym przykładem, może być historia pewnego mężczyzny, który do WTZ trafił z „diagnozą” osoby funkcjonującej w opinii społecznej jako skrajnie zdziwaczalej, osamotnionej z racji, jak podawano, przebywania sam na sam ze swoją innością (co w mowie potocznej środowiska lokalnego oznaczało po prostu „chory psychicznie”). Otóż mężczyzna ten trafił do pracowni arteterapii, gdzie zaczyna malować obrazy, głównie pastele. Sięgając wyzyna swoich możliwości, mężczyzna maluje tak, że jego prace zaczynają zachwycać najpierw środowisko lokalne, później znawców sztuki Art-Brut. G. Sienkiewicz przedwcześnie

umiera, pozostawiając po sobie noty krytyczne poświęcone przez najwybitniejszych w kraju badaczy sztuki naiwnej.

Niedługo po śmierci niepozornego „artysty” Aleksander Jackowski pisze „[...] niemniej najważniejszy wydaje się być w tym przypadku wymiar subiektywny, związany bezpośrednio z oddziaływaniem obrazów Sienkiewicza na naszą, odbiorców, wyobraźnię. Przypisać trzeba, że posiadają one niezwykle moc i intensywność. Niezależnie od tematyki – a ta jest bogata, od licznych pejzaży pełnych nadzwyczajnych czułości dla wszelkiego stworzenia, po motywy prywatnej metafizyki obfitującej w różne postaci diabłów i aniołów [...], obrazy nie tyle przyciągają uwagę, co zatrzymują przy sobie magnetyczną siłą. Powód jest jeden: Sienkiewicz [...] mając dar plastycznej intuicji, jakiegoś organicznego zespolenia ze składnikami obrazowej formy, jakimi zawsze były w malarstwie, są i zapewne będą wyobraźnia, kolor, kompozycja, przestrzeń, indywidualny gest, walor i wycucie kształtu, potrafił w swoich pracach cudownie ubrać swoją opowieść”<sup>35</sup>.

Dokonując analizy dokumentacji G. Sienkiewicza na potrzeby tego artykułu (fotografie, artykuły umieszczone w prasie, karty obserwacyjne prowadzone przez terapeutów WTZ), można odtworzyć zapis całego procesu terapeutycznego. Na podstawie choćby tylko tych informacji z całym przekonaniem można stwierdzić, iż proces arteterapii zawierał wszystkie komponenty właściwe i niezbędne dla tego typu działania. Jak wiemy, doświadczenie arteterapii, czyli tego wszystkiego, co dzieje się z pacjentem podczas sesji arteterapeutycznej, jest zjawiskiem złożonym. Składają się na nie subiektywne przeżycia i odniesienia do związku, jaki zachodzi między pacjentem, sztuką i arteterapeutą na poziomie interpersonalnym<sup>36</sup>. Arteterapia jest także procesem estetycznym, w którym zawiera

<sup>35</sup> Tak napisał prof. Aleksander Jackowski we wstępie do katalogu – „Chagall Sienkiewicz” SNY, litografia i malarstwo, która odbyła się w Galerii „Tak” w Poznaniu, październik–listopad 2005. Grzegorz Sienkiewicz urodził się 27 lipca 1962 r. w Mogilnie na Kujawach. W Haczowie zamieszkał u rodziny w 1989 r. Podejmował się dorywczych prac, niemających nic wspólnego z malarstwem. Był pomocą ochroniarza, wypiekał chleb, na półkach sklepowych układał towary, zdobył doświadczenie w produkcji taboretów. W Krośnie uczęszczał do Zespołu Szkół Budowlanych. Z dumą mówił, że ukończył kurs konserwatora zabytków. Od 1999 r. był uczestnikiem Warsztatów Terapii Zajęciowej w Haczowie. W pracowni plastycznej odkrył swoje powołanie, którym stało się malarstwo. Malowanie było dla niego sposobem na życie, szczególną formą komunikowania się z otoczeniem. „Każdy obraz powstawał «leniwie», długimi tygodniami na «surowej, niegruntowanej, płycie pilśniowej», malowany pastelami olejnymi. Im większy był format płyty, tym artysta miał więcej do powiedzenia i do namalowania. Droga od pomysłu, wizji, do ukończonego obrazu była nie tylko długa, ale niezwykle skomplikowana, przesycona różnorodnymi emocjami towarzyszącymi autorowi. Emocje te często udzielają się innym”. – pisze o artyście Anna Rysz, opiekun artystyczny. Grzegorz Sienkiewicz zmarł przedwcześnie w Haczowie w 2008 r. (Jest to fragment tekstu umieszczonego w Kalendarzu 2010, poświęconemu Grzegorzowi Sienkiewiczowi.)

<sup>36</sup> E. Frołowicz, Akademia Muzyczna im. S. Moniuszki w Gdańsku, *Sztuka w procesie kształcenia i terapii osób niepełnosprawnych – raport z badań*, <http://www.konferencja.21.edu.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

się twórczość, intuicja, intencyjność i elementy duchowe, co podkreśla W. Szulc, a wiążą się one z wewnętrznymi stanami człowieka<sup>37</sup>. W procesie twórczości Sienkiewicza wszystkie te elementy były obecne, co zasługuje na szczególną uwagę, ponieważ nie jest to zjawisko tak częste, jak by się wydawało.

Na podstawie omawianego przypadku możemy ponadto potwierdzić pewną tezę mówiącą o tym, że aktywność poprzez sztukę może być pomostem, który umożliwia przejście od poczucia odrębności i osamotnienia (osoba z niepełnosprawnością bardzo często zmagają się z tym uczuciem), do otwartości i pełnego uczestnictwa w życiu społecznym. Sienkiewicz z osoby nieobecnej w środowisku lokalnym, bez żadnej przypisanej mu tam roli, stał się rozpoznawalnym, szanowanym i cenionym artystą, co pozwoliło mu poczuć się godnie, adekwatnie do przymiotów, jakie posiadał.

### **Oddziaływanie arteterapii, „ukryta głębia”**

Podjęmując dyskusję w zakresie arteterapii, warto także zwrócić uwagę na jej walory w odniesieniu do intencji, jaka towarzyszy twórcy/uczestnikowi procesu terapeutycznego. Mowa tu o twórczości subiektywnej, będącej odkrywaniem prawd, rzeczy i tworzeniem przedmiotów już istniejących, ale takich, których istnienia twórca nie jest świadomy. Rozumieć należy przez to, że mają one charakter nowy i oryginalny tylko dla niego samego. Istnieje także twórczość potencjalna, co oznacza tyle, że są obecne predyspozycje właściwe każdemu człowiekowi, które mogą zaowocować dziełem twórczym, gdy podmiot podejmie odpowiednią aktywność w sprzyjających warunkach lub gdy predyspozycje te będą wystarczająco długo i odpowiednio stymulowane.

W procesie twórczego działania angażują się wszystkie sfery psychiki, uczestniczą poszczególne receptory (wzrok, dotyk, słuch), aktywizują się procesy poznawcze (spostreżenia, pamięć, wyobrażenia twórcza, myślenie, uwaga), stąd arteterapia, jako forma działania twórczego, stosowana jest nie tylko jako terapia lecznicza (wspomagająca proces leczenia) osoby z niepełnosprawnością, ale także jako metoda rozwoju osobistego<sup>38</sup>. Odpowiedni dobór atrakcyjnych zajęć z zastosowaniem ciekawych form terapeutycznych, a zwłaszcza swobodna ekspresja pozwala osobom z niepełnosprawnością dzielić się przeżyciami, uświadamia im też ich własne możliwości.

Twórczość na przykładzie arteterapii może być realizowana zespołowo, tu: wskazanie określonych trudności, omawianie i interpretowanie treści, symboliki omawianych dzieł, ujawnianie nieuświadomionych przeżyć oraz indywidualnie, niemniej nawet ta, która realizowana jest zespołowo, zawsze będzie miała

<sup>37</sup> Tamże

<sup>38</sup> *Arteterapia pomaga każdemu*, <http://www.alessa.in/rozwojowo/arteterapia-pomaga-kazdemu/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

charakter indywidualny, co oznacza, że podopieczny osobiście angażuje się w to działanie, podejmując intymny wgląd we własne odczucia, rozumienie siebie. Darley i Heat [2008] podkreślają, że najważniejszą rzeczą dla powodzenia terapii jest pełna psychiczna, duchowa i fizyczna obecność terapeuty oraz zaangażowanie w to co, się dzieje w danym momencie spotkania<sup>39</sup>.

Trudno podważyć powyższą tezę, niemniej w arteterapii mamy do czynienia jednak z czymś więcej. W przekonaniu autorki niniejszego artykułu, niektórzy uczestnicy potrzebują przestrzeni wypełnionej ciszą, by tam skonfrontować własne myśli ze swoim dziełem, budują własną relację, bardzo osobistą, poza obecnością terapeuty. Można by nawet stwierdzić, że jest to moment kulminacyjny w procesie terapii, kiedy to podopieczny zastrzega sobie jak gdyby prawo – do bycia sam na sam z dziełem plastycznym, ze swoją twórczością. Idąc dalej tą myślą, wymagać należałoby, aby to terapeuta posiadał umiejętność wychwycenia tej chwili i potrafił w odpowiednim momencie dosłownie opuścić swojego podopiecznego. Na dowód powyższego stwierdzenia przywołane zostaną słowa wspomnianego Sienkiewicza, byłego uczestnika zajęć arteterapii, który powiedział: „*Jak maluję w ciszy, to na przykład jak maluję dane kolory, dany obraz – to kolory do mnie mówią... właśnie to... musi być cisza... i trzeba się wsłuchiwać w sztukę nakładania kolorów. Kolor mówi, mówi po imieniu różne tajemnice, historyjki, że pęknąć można*”<sup>40</sup>.

Jeśli by odnieść tę myśl do mechanizmów oddziaływania arteterapii, to z całą pewnością potwierdzenie znajdzie tu stanowisko Darley i Heath, którzy uważają, iż jedną z największych zalet arteterapii jest istnienie dzieła wykonanego przez pacjenta/podopiecznego, które jest jednocześnie czymś konkretnym i wieloznacznym (zob. Stasiakiewicz)<sup>41</sup>. Jak podają z kolei Case i Dalley, każda praca jest unikalna i ma charakter indywidualny, dlatego tylko pacjent może w pełni zrozumieć jej znaczenie<sup>42</sup>. Twórczość na przykładzie arteterapii może być realizowana zespołowo, tu: wskazanie określonych trudności, omawianie i interpretowanie treści, symboliki omawianych dzieł, ujawnianie nieuświadomionych przeżyć oraz indywidualnie, niemniej nawet ta, która realizowana jest zespołowo, zawsze będzie miała charakter indywidualny, co oznacza, że podopieczny osobiście angażuje się w to działanie, podejmując intymny wgląd we własne odczucia, rozumienie siebie. Najważniejszą rzeczą jednak dla powodzenia terapii jest pełna psychiczna,

<sup>39</sup> M. Stańko, P. Staroń, *Jak działa arteterapia? – skuteczność, mechanizmy, narzędzia*, „Terapia przez Sztukę” 2009, <http://arteterapia.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

<sup>40</sup> T. Rolniak, *Sienkiewicz z Haczowa*, „Kwartalnik – Gazeta Gminy Bukowsko” 2008, Nr 4(16), s. 6, [http://www.bukowsko.pl/asp/pliki/download/Kwartalnik\\_16.pdf](http://www.bukowsko.pl/asp/pliki/download/Kwartalnik_16.pdf), [dostęp z dnia: 20.08.2016]

<sup>41</sup> M. Stasiakiewicz, *Arteterapia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wybrane problemy teorii i praktyki*, „Terapia przez Sztukę” 2009, <http://arteterapia.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

<sup>42</sup> M. Stańko, P. Staroń, *Jak działa arteterapia...*, [dostęp z dnia: 15.08.2016]

duchowa i fizyczna obecność terapeuty oraz zaangażowanie w to, co się dzieje w danym momencie spotkania<sup>43</sup>.

### Trochę gorzkiej refleksji terapeutycznej

Tymczasem podczas jednego ze spotkań w WTZ w pracowni plastycznej, w trakcie obserwacji, iż niecała grupa pracuje, autorka artykułu z czystej ciekawości rozpoczęła rozmowę z terapeutą tejże pracowni na temat tego, dlaczego dwóch uczestników terapii nie podejmuje żadnego zajęcia, żadnej aktywności twórczej. Odpowiedź, jaką uzyskała, była treści następującej: „*Nie mają żadnych predyspozycji, nie każdy ma zdolności*”, po czym terapeutka, zobaczywszy reakcję obserwującej, niemalże ironicznie i śpiesznie dodała: „*Franek tylko pomaga, coś poda, przyniesie, a Krzysiek potrafi prawić komplementy*”. Widząc ponownie reakcję obserwującej, gorszą w wyrazie od tej pierwszej, dodała: „*No proszę, Krzysiek, powiedz Pani jakiś komplement*” (z obserwacji własnej w WTZ).

Zachowanie terapeuty, jak to opisane powyżej, świadczy nie tylko o bezczelności i ignorowaniu podmiotowości podopiecznych, ale przede wszystkim o zupełnej nieprzydatności do profesji, a to z powodu braku podstawowych kompetencji zawodowych. Podejmowanie postawy negującej założenia dotyczące rzeczywistej funkcji arteterapii zaprzecza wartościom humanistycznym stanowiącym o idei terapii. Nie ma to nic wspólnego z poszukiwaniem, tworzeniem. Uczestnicy terapii nie mieli stworzonych warunków sprzyjających aktywności, toteż w żaden sposób nie mogli doświadczyć siebie samych, swojej podmiotowości.

Przykład wskazujący na istnienie tak skrajnej postawy może być też niewątpliwie powodem, dla którego warto by podjąć dyskusję dotyczącą problematyki wokół roli wychowawcy, instruktora, jak też relacji i sytuacji antyterapeutycznych. Temat ten jednak wymaga odrębnego potraktowania z uwagi na swoją ważność i z tego też względu będzie przedmiotem szerszej analizy w kolejnym artykule.

Przyjmując na wstępie rozważań definicję arteterapii za W. Szulc, warto podjąć próbę wyjaśnienia, co oznacza tak naprawdę pojęcie jakości życia. Przegląd koncepcji jakości życia w naukach społecznych potwierdza tylko tezę, że pojęcie to nadal nie posiada jednolitego opracowania. Niektórzy badacze starają się podkreślać charakterystyczne aspekty jakości życia i przyporządkowywać je poszczególnym naukom; i tak socjologowie zajmują się, ich zdaniem, jakością życia w kontekście stylów i zasad życia społecznego, psychologowie – poczuciem zadowolenia, szczęśliwości czy dobrostanu, a pedagogowie – wartościami, celami i dążeniami związanymi z jakością życia<sup>44</sup>.

<sup>43</sup> Tamże, s. 187

<sup>44</sup> M. Wnuk, D. Zielonka, B. Purandare, A. Kaniewski, A. Klimberg, E. Ulatowska-Szostak, E. Palicka, A. Zarzycki, E. Kaminiarz, *Przegląd koncepcji jakości życia w naukach społecznych*, „Hygeia Public Health” 2013, Nr 48(1), s. 10–16, <http://www.h-ph.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]



Przegląd literatury wskazuje, że tego typu uogólnienia są prawomocne i posiadają odpowiednią moc eksplanacyjną tylko w pewnym zakresie, spełniając dzięki temu postulat dążenia poszczególnych dziedzin nauki do ścisłej specjalizacji. Tymczasem pojęcie jakości życia jako wielowymiarowe i interdyscyplinarne, często wymyka się badaczom, ujmującym jakość życia ze zbyt wąskiej perspektywy<sup>45</sup>. Zamierzeniem autorki niniejszego artykułu nie jest podejmowanie wnikliwego dyskursu nad tym problemem, toteż przyjęta zostanie definicja za Światową Organizacją Zdrowia (WHO), która podaje, iż jakość życia w odniesieniu do pacjentów to „[...] indywidualne postrzeganie pozycji i życia w kontekście kultury i systemu wartości, w którym żyją i w odniesieniu do ich celów, oczekiwań, standardów. HRQL czyli *Health Related Quality of Life* – odnosi się do osoby lub postrzegania wpływu choroby i jej leczenia, na jakość życia i funkcjonowanie jednostki. Podstawą HRQL są 3 komponenty: społeczny, psychologiczny i fizyczny [...]”<sup>46</sup>.

Mimo że pojęcie jakości życia jest trudne do zdefiniowania, jest ono nieodzownym elementem funkcjonowania każdej jednostki. Składa się z wielu płaszczyzn, które wpływają na globalne zadowolenie z życia, w tym zdrowia, właściwe dla warunków mieszkaniowych, zatrudnienia, bezpieczeństwa, wzajemnych relacji, edukacji i wypoczynku<sup>47</sup>. Zazwyczaj zagadnienie to rozpatrujemy w kontekście tematu „Wpływ niepełnosprawności na jakość życia osób niepełnosprawnych”, niemniej dla odwrócenia tego porządku w artykule podjęto rozważanie pod kątem wpływu twórczości na jakość życia tych osób z ukierunkowaniem, głównie z ukierunkowaniem na komponent psychologiczny i społeczny.

Analizując witryny internetowe WTZ-ów, napotykamy informacje o indywidualnych sukcesach swoich podopiecznych w dziedzinie malarstwa, rzeźby, muzyki. Galerie sztuki Art-Brut prezentują dorobek artystyczny twórców amatorów, którzy swoją przygodę ze sztuką zaczęli w pracowniach arteterapii (zwanych: plastyczną, rękodzieła, różnaitości, technik twórczych), by później zaistnieć w opinii publicznej jako artyści. Festiwale, przeglądy i konkursy teatralno-muzyczne, jak choćby Festiwal Zaczarowanej Piosenki Fundacji Anny Dymnej, poziomem prezentowanych występów osób niepełnosprawnych podkreśla znaczenie i wpływ twórczości artystycznej na życie tych osób. My, jako obserwatorzy, kiedy oglądamy, słuchamy – nie mamy wątpliwości, że tworzenie, obcowanie ze sztuką jest dla nich pasją, która daje radość. Na podstawie takich m.in. wydarzeń jesteśmy w stanie stwierdzić, że sztuka leczy, a tym samym zmienia jakość życia osób niepełnosprawnych w zakresie subiektywnego odczucia jednostki co do zaspokojenia potrzeb.

<sup>45</sup> Tamże

<sup>46</sup> A. Kłak, M. Mińko, D. Siwczynska, *Metody kwestionariuszowe badania jakości życia*, „Probl Hig Epidemiol” 2012, Nr 93(4), s. 632–638

<sup>47</sup> Tamże

Jeśli osoba z niepełnosprawnością nie odczuwa różnicy w funkcjonowaniu psychicznym, społecznym pomimo dysfunkcji, jakie posiada, to zapewne można to uznać za wskaźnik dobrej jakości życia. Wiele osób odkrywa i rozbudza w sobie zamiłowanie do twórczości – do tego stopnia, że włącza się w działalność wystawienniczą, klubów, wystaw, galerii sztuk plastycznych. Sztuka staje się dla nich nie tylko pasją, ale równocześnie sposobem na życie. Aktywność twórcza mobilizuje ich do integracji, natomiast uznanie, szacunek, z jakim spotykają się twórcy z niepełnosprawnością, nobilituje ich w pewnym sensie w oczach ich samych.

Na uwagę zasługuje także szereg inicjatyw, projektów i przedsięwzięć, podejmowanych z myślą o promocji twórczości osób z niepełnosprawnością. Warto w tym miejscu wymienić np. polskie wydawnictwo AMUN – jedyne w naszym kraju wydawnictwo Światowego Związku Artystów Malujących Ustami i Nogami. Celem stowarzyszenia jest podkreślenie statusu artysty, który pomimo braku władzy w rękach potrafi tworzyć sztukę, osiągając jednocześnie niezależność finansową. Trzymając się śmiałego założenia, że faktycznie „wiele osób” (brak konkretnych danych liczbowych potwierdzonych badaniami naukowymi) uzyskało tak wysoki, zadawalający efekt terapii za pomocą sztuki, można by zadać pytanie o to, dlaczego nie przełożyć tego na język empiryczny?

### **Znaczenie sztuki w życiu osób z niepełnosprawnością w świetle badań metodologicznych, skoro tak ważne – to dlaczego tak niewiele?**

Z dokumentacją rezultatów działań arteterapeutów spotykamy się głównie w literaturze anglojęzycznej, co było zaakcentowane we wstępie artykułu. W Polsce często obserwuje się pewnego rodzaju niechęć wobec prowadzenia badań nad efektywnością oddziaływań arteterapeutycznych. Nierzadko można spotkać się z opinią, iż każdy arteterapeuta obserwuje w wyniku własnych doświadczeń, że arteterapia jest oddziaływaniem skutecznym i nie ma potrzeby, by dowodzić tego na drodze badań empirycznych. U źródeł takiej postawy może leżeć przekonanie, że działania twórcze oraz doznania estetyczne mają w sobie „tajemną moc”<sup>48</sup>. Powyższe stwierdzenia mogą stanowić odpowiedź co do przyczyn niewielkiego zainteresowania arteterapią jako obszarem badań naukowych.

Charakteryzują się tak subtelnym sposobem oddziaływania, iż niemożliwe jest opisanie ich językiem empirii. Część osób z kolei utrzymuje, że chociaż badania nad skutecznością konkretnych metod czy narzędzi arteterapeutycznych byłyby przydatne, nie podejmują się takich działań. Niewielkie zainteresowanie badaniami skuteczności i sposobu działania arteterapii może również wynikać z tego, iż przeprowadzanie ich wydaje się bardzo trudnym i skomplikowanym,

<sup>48</sup> M. Stańko, P. Staroń, *Jak działa arteterapia? – skuteczność, mechanizmy, narzędzia...*, [dostęp z dnia: 14.08.2016]

a nawet niewykonalnym procesem. Skoro jednak badania nad skutecznością innych nurtów psychoterapii są przeprowadzane od wielu lat, arteterapia także może im podlegać [...]<sup>49</sup>.

Powyższe stwierdzenia mogą stanowić odpowiedź co do przyczyn niewielkiego zainteresowania arteterapią jako obszarem badań naukowych. Uwagę na ten problem zwróciła także W. Szulc, podając jeszcze inne uwarunkowania problemu. Otóż, jak podaje badaczka, arteterapia jako przedmiot studiów wyższych w Polsce ogranicza się w zasadzie do kształcenia na poziomie licencjackim i magisterskim – bez posiadania akredytacji *European Consortium for Arts Therapies Education*, tj. Europejskie Konsorcjum Edukacji w Arteterapii (ta, odmiennie niż w innych krajach, nie jest wymagana). Konsekwencją tego jest traktowanie arteterapii jako działalności praktycznej, a nie naukowej, co oznacza, że w praktyce akademickiej nie podejmuje się badań nad skutecznością działań arteterapii w oparciu o metody naukowe (obecnie żadna polska uczelnia nie posiada akredytacji ECARTE dla studiów doktoranckich)<sup>50</sup>. W standardach nauczania, polskie uniwersytety nie traktują arteterapii jako kierunku studiów, a tylko jako przedmiot o nazwie „arteterapia”. Tymczasem na uniwersytetach europejskich wprowadzono ustalenia, iż edukacja w arteterapii na poziomie wyższym musi być powiązana z badaniami naukowymi<sup>51</sup>. Pozostaje mieć nadzieję, iż uczelnie polskie w związku z coraz większym zainteresowaniem dziedziną arteterapii przyjmą standardy nauczania i prowadzenia badań nad arteterapią jako nauką (zob. W. Szulc, 2015)<sup>52</sup>.

Mając na względzie założenie główne przyjęte w niniejszym artykule, stanowiące o tym, iż arteterapia w sposób rzeczywisty wpływa na jakość życia osób z niepełnosprawnością, autorka artykułu odwoła się do badań wybranej pracy podyplomowej (bardzo interesującej), celem której, jak czytamy we wstępie, było ukazanie roli, jaką w adaptacji społecznej młodych osób z niepełnosprawnością umysłową pełni ich uczestnictwo w teatrze (zob. E. Piątek, 2009)<sup>53</sup>. Badanie przeprowadzono na niewielkiej próbie reprezentatywnej, niemniej zastosowane metody i techniki badawcze pozwoliły autorce pracy dyplomowej na sformułowanie ciekawych wniosków końcowych. Uzyskała ona rozstrzygnięcie postawionych problemów badawczych, w tym: poziom adaptacji społecznej badanych osób w zakresie komunikowania, samoobsługi oraz samodzielności w zakresie podstawowych umiejętności

<sup>49</sup> Tamże

<sup>50</sup> W. Szulc, *Arteterapia w poszukiwaniu tożsamości naukowej...*, s. 97

<sup>51</sup> Tamże, s. 98

<sup>52</sup> Tamże, s. 93–94

<sup>53</sup> E. Piątek, *Miejsce teatru w osiąganiu adaptacji społecznej przez młodych dorosłych z niepełnosprawnością umysłową w stopniu umiarkowanym*, praca dyplomowa, Uniwersytet Jagielloński – Instytut Psychologii, 2009

społecznych, jak również to, jak badane osoby rozumieją znaczenie teatru w swoim życiu, a także jak projektują swoje w nim uczestnictwo w przyszłości.

Podstawą rozstrzygnięcia tego problemu stanowiły oceny asystentów, według których wszystkie badane osoby prezentują wysoki lub bardzo wysoki poziom adaptacji społecznej. Świadczą o tym również poszczególne wypowiedzi aktorów, dla których jedną z najważniejszych wartości, jakie daje im teatr, jest możliwość kontaktu z innymi ludźmi. Prawie wszyscy aktorzy wskazali również to, co chcieliby zmienić w swoim aktorstwie, nad czym planują szczególnie pracować, co może stanowić o tym, iż jest to wyraz ich autorefleksji i umiejętności krytycznego spojrzenia na siebie. Wnioski końcowe informują także o tym, że teatr pomaga aktorom przede wszystkim przekraczać własne granice: w komunikowaniu się, nieśmiałości, poczuciu niezrozumienia i własnej bezwartościowości. Ze sformułowanych wniosków wynika ponadto, że teatr ma pozytywny wpływ na adaptację społeczną niepełnosprawnych aktorów. Terapeutyczny wymiar teatru dokonuje się, z jednej strony, poprzez kontakt z innymi ludźmi, a z drugiej poprzez doświadczanie własnej autonomii. Warsztat aktorski pomaga uelastyczyć swoje zachowanie względem innych osób, pokonać własną nieśmiałość, a w konsekwencji pomaga wejść im w nowe role społeczne, nowe relacje z innymi ludźmi (tamże, 2009)<sup>54</sup>.

Bardzo podobne opinie podaje raport podsumowujący ciekawy projekt pod nazwą *Sensotwórcy, ludzie, dla których tworzenie ma sens*. Powyższy konkurs spośród wielu swoich założeń miał również zachęcić osoby z niepełnosprawnością do opisanego swoich przeżyć i doświadczeń życiowych związanych z niepełnosprawnością i pracą twórczą<sup>55</sup>. Autorki raportu potwierdzają ogólną tezę, mówiącą, iż twórczość umożliwia nawiązywanie satysfakcjonujących kontaktów, pozwala stworzyć płaszczyznę porozumienia, relacji, nawiązywania znajomości i przyjaźni. Możliwość obcowania poprzez sztukę, dzielenie podobnych zainteresowań, daje możliwość przebywania z ludźmi, co ma olbrzymie znaczenie terapeutyczne dla tych osób.

Wypowiedź pacjentów potwierdza opinię, iż wspólna praca nad „tworzeniem czegoś” bardzo ich zbliża. Sztuka będzie zatem tutaj pełnić rolę czynnika, który integruje – przeciwdziałając wykluczeniu, marginalizacji. „Poznanie dzieł sztuki, stworzonych przez inne osoby, zwiększa potencjał mądrości życiowej, pozwala wszechstronnie orientować się w rzeczywistości, a tym samym tworzyć płaszczyznę porozumienia między ludźmi, dając osobom niepełnosprawnym szansę przezwyciężenia osamotnienia i poczucia odrębności”<sup>56</sup>.

<sup>54</sup> Tamże

<sup>55</sup> E. Konieczna, D. Piechowicz, *Raport podsumowujący realizację projektu „Sensotwórcy, ludzie, dla których tworzenie ma sens” – III edycja*, Opole, 2015, <http://ocwip.pl/>, [dostęp z dnia: 13.09.2016]

<sup>56</sup> Tamże, *Jak działa arteterapia? – skuteczność, mechanizmy, narzędzia...*, [dostęp z dnia: 14.08.2016]

## Zakończenie

Ludzie dotknięci różnymi rodzajami niepełnosprawności często „wymykają się” z uporządkowanych klasyfikacji, nakreślonych obrazów osoby niewidomej, głuchoniewidomej, niesłyszącej czy niepełnosprawnej intelektualnie. Prezentacji potwierdzających to stwierdzenie (nie)znanych sylwetek osób z niepełnosprawnością można dokonać na wiele sposobów i według rodzaju niepełnosprawności. Świetni malarze, genialni muzycy, popularni politycy i wyśmienici sportowcy – choć wielu z nas zna ich wybitne osiągnięcia, niewielu pamięta, że ci wyjątkowi ludzie przez lata zmagali się ze swoimi ograniczeniami. Usprawnienie osób z niepełnosprawnością odbywać się może poprzez różne formy aktywności, a aktywność twórcza jest jedną z tych, która pozwala tym osobom w autentyczny, aczkolwiek subtelny sposób, definiować siebie na nowo – jako aktywnego i twórczego.

## Bibliografia

- Arteterapia pomaga każdemu*, <http://www.alessa.in/rozwojowo/arteterapia-pomaga-kazdemu/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]
- Frołowicz E., *Sztuka w procesie kształcenia i terapii osób niepełnosprawnych – Raport z badań*, <http://www.konferencja.21.edu.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]
- Fundacja Arttransfer, *10 umiejętności, które rozwija sztuka*, <http://www.arttransfer.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]
- Gąciarz B., Bartkowski J., *Położenie społeczno-ekonomiczne niepełnosprawnych w Polsce na tle sytuacji osób niepełnosprawnych w krajach Unii Europejskiej*, „Niepełnosprawność – zagadnienia, problemy, rozwiązania” 2014, Nr 2(11)
- Gieroba A., *Doświadczenie niemożliwego*, „Gość Lubelski” 2014, Nr 16, [w:] <http://gosc.pl/doc/1961241>, [dostęp z dnia: 15.09.2016]
- Gorajewska D., *Fakty i mity o osobach z niepełnosprawnością*, <http://www.niepelnosprawni.pl/>, [dostęp z dnia: 10.06.2016]
- Grażewicz-Jóźwik T., *Wychowanie i kształcenie. Wspieranie twórczego rozwoju*, <http://www.edupress.pl>, [dostęp z dnia: 08.08.2016]
- Grotowski J., *Bo ta ziemia to gospoda w ogromnej naszej podróży*, „Zwoje” 2004, Nr 1/38, <http://www.zwoje-scrolls.com/>, [dostęp z dnia: 07.08.2016]
- Jaworska A., Kasprzak B., *Między teorią a praktyką*, Lublin, Wyd. KUL, 2006
- Józefowski E., Florczykiewicz J., *Arteterapia – leczenie poprzez wartości*, Poznań, UAM, 2013, „Neuropsychiatria, Przegląd kliniczny” 2011, vol 3, Nr 3
- Kłak A., Mińko M., Siwczyńska D., *Metody kwestionariuszowe badania jakości życia*, „Probl Hig Epidemiol” 2012, Nr 93(4)
- Konieczna E., Piechowicz D., *Raport podsumowujący realizację projektu „Sensotwórcy, ludzie, dla których tworzenie ma sens” – III edycja*, Opole, 2015, <http://ocwip.pl/>, [dostęp z dnia: 13.09.2016]

- Konopka-Świgut J., *Upośledzenie umysłowe czy niepełnosprawność intelektualna – dyskusje wokół terminologii*, <http://www.edukacja.edux.pl/>, [dostęp z dnia: 09.06.2016]
- Kossakowski R., Kosakowski C., *Relacje teoria – praktyka w pedagogice specjalnej*, [w:] *Pomiędzy teorią a praktyką*, Kraków, WN AP, 2006, Nr 19
- Kraus S., [w:] „Wspólne tematy. Pismo pracowników socjalnych, terapeutów, personelu pielęgniarstwa i opiekuńczego” 2005, Nr 9
- Kulczycki M., *Arteterapia i psychologia kliniczna*, [w:] „Arteterpia”, Zeszyt Naukowy Akademii Muzycznej we Wrocławiu 1990, Nr III
- Mooney R., *A conceptual model for integrating four approaches to the identification of creative talent*, [za:] Nęcka E., *Psychologia twórczości*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2001
- Nadolna A., *Sztuka która leczy*, „Obyczaje” 2003, Nr 15
- Nęcka E., *Psychologia twórczości*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2005
- Niepełnosprawność*, <http://rownosc.info/dictionary/niepenosprawność/>, [dostęp z dnia: 05.06.2016]
- Piątek E., *Miejsce teatru w osiąganiu adaptacji społecznej przez młodych dorosłych z niepełnosprawnością umysłową w stopniu umiarkowanym*, praca dyplomowa, Uniwersytet Jagielloński – Instytut Psychologii, 2009
- Pichalski R., *Podstawy rehabilitacji zdrowotnej, zawodowej i społecznej*, Warszawa, APS, 2012
- Polscy niepełnosprawni. Od kompleksowej diagnozy do nowego modelu*, red. Gąciarz B., Rudnicki S., Kraków, AGH, 2015
- Popek S., *Człowiek jako jednostka twórcza*, Lublin, 2001, URI, <http://repozytorium.ukw.edu.pl/>, [dostęp z dnia: 10.06.2016]
- Popek S., *Psychologia twórczości plastycznej*, Kraków, Impuls, 2010
- Read H., *Wychowanie przez sztukę*, Wrocław, Ossolineum, 1976
- Rolnik T., *Sienkiewicz z Haczowa*, „Kwartalnik – Gazeta Gminy Bukowsko” 2008, Nr 4(16), s. 6, <http://www.bukowsko.pl/>, [dostęp z dnia: 20.08.2016]
- Rzemieniak M., *Proces twórczy jako terapia przez sztukę*, „Pismo Lubelskiego Samorządowego Centrum Doskonalenia Nauczycieli AD” 2010, Nr III, REM, <http://www.ppp2zamosc.pl/>, [dostęp z dnia: 08.09.2016]
- Sękowska Z., *Wprowadzenie do Pedagogiki Specjalnej*, Warszawa, Wyd. WSPS, 1998
- Słownik Języka Polskiego*, <http://sjp.pwn.pl/>, [dostęp z dnia: 28.08.2016]
- Stachyra K., *Podobieństwa i różnice między muzykoterapią i edukacją muzyczną*, „Terapia przez Sztukę” 2009, Volume 1(01)
- Stanowski M., *Rozważania o twórczości osób niepełnosprawnych. Funkcja przeglądów teatralnych osób niepełnosprawnych dla terapii poprzez teatr. Marzenia niepełnosprawnego artysty i rola jego opiekuna*, <http://arteterapia.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]

- Stańko M., Staroń P., *Jak działa arteterapia? – skuteczność, mechanizmy, narzędzia*, <http://arteterapia.pl/>, [dostęp z dnia: 14.08.2016]
- Stasiakiewicz M., *Arteterapia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wybrane problemy teorii i praktyki*, „Terapia przez Sztukę” 2009, <http://arteterapia.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]
- Szulc W., *Sztuka i terapia*, Warszawa, CMSN, 1993
- Szulc W., *Współczesne kierunki arteterapii. Arteterapia w programach terapeutycznych dla dzieci i młodzieży*, [w:] *Sztuka dla dziecka jako forma komunikacji społecznej*, Poznań, Wyd. Centrum Sztuki Dziecka, 2009
- Wnuk M., Zielonka D., Purandare B., Kaniewski A., Klimberg A., Ulatowska-Szostak E., Palicka E., Zarzycki A., Kaminiarz E., *Przegląd koncepcji jakości życia w naukach społecznych*, „Hygeia Public Health” 2013, Nr 48(1), <http://www.h-ph.pl/>, [dostęp z dnia: 05.10.2016]
- Wolińska J., *Percepcja społeczna, stereotyp niepełnosprawności – perspektywa aktora i obserwatora*, „Paedagogia-Psychologia” 2015, <https://journals.umcs.pl/>, [dostęp z dnia: 13.09.2016]