

Iwona Lindyberg  
Uniwersytet Gdański

## Możliwości zastosowania fotografii w terapii dorosłych osób z głębszą niepełnosprawnością intelektualną

Fotografoterapia jest niewątpliwie rozległym i zróżnicowanym rodzajem terapii, w którym podstawową rolę odgrywa fotografia. Niniejszy tekst traktuje o możliwości zastosowania fotografii w pracy terapeutycznej z dorosłymi osobami z niepełnosprawnością intelektualną. W obszarze działań terapeutycznych fotografoterapia umiejscawiana bywa najczęściej w działaniach z zakresu arteterapii w których istotny jest produkt końcowy (wytwór) a tym samym często pomijane bywają inne funkcje fotografii mające ogromny potencjał w pracy rozwojowej. Tekst ten jest próbą odpowiedzi na pytanie, czym może być fotografia w terapii dorosłych osób z głębszą niepełnosprawnością intelektualną i jak może być ona wykorzystywana w samym procesie terapeutycznym.

Słowa kluczowe: fotografia, terapia, fotografoterapia, osoba z niepełnosprawnością intelektualną

## Possibilities of application photography in the therapy of adults with deeper intellectual disability

Phototherapy is undoubtedly an extensive and varied type of therapy in which the primary story is photography. The text concerns the possibility of using photography in therapeutic work with adults with intellectual disability. In the area of therapeutic activity, phototherapy is usually located in the field of art therapy where the end product is important and thus other functions, with great potential in development work, that are in the working phase are often overlooked. This text is an attempt to answer to the question of what photography can be in the therapy of adults with deeper intellectual disabilities and how it can be used in therapeutic work.

Keywords: photography, therapy, phototherapy, a person with an intellectual disability,

## Wprowadzenie

W niniejszym artykule pragnę podzielić się refleksją dotyczącą możliwości zastosowania fotografii w pracy terapeutycznej z dorosłymi osobami z niepełnosprawnością intelektualną. Warto na wstępie zadać pytanie, czym jest fotografia w terapii i jak może być ona wykorzystywana w procesie terapeutycznym. Istotne

dla mnie jest też pytanie o istotę fotografii jako pewnego medium, środka czy też elementu pewnego procesu tworzenia sztuki, czy też procesu terapeutycznego.

Zdaniem R. Konika wszystkie próby ulokowania fotografii w kontekście tworzenia sztuki wiążą się z zasadniczą trudnością natury definicyjnej, bowiem wydaje się niemożliwe dokonanie precyzyjnej klasyfikacji na fotografię artystyczną i fotografię nieposiadającą walorów sztuki. W samej naturze fotografii leży takie ujęcie „obiekta” w sposób bezhierarchiczny, taki trochę inwentaryzacyjny. Istotne jest jednak, że sam akt wykonania zdjęcia wiąże się z pewną hierarchią widzenia: „fotograf wyodrębnia ten fragment rzeczywistości, który zyskuje w jego oglądzie pewnego rodzaju ważność wizualną” (Konik 2013: 131). W ten właśnie sposób „obiekt zostaje zamknięty w obrazie w sposób statyczny i niepowtarzalny, apoteozując tym samym wybrany przez fotografa fragment rzeczywistości, który w finalnym efekcie (odbitce) nabiera nowego znaczenia, kontekstu, ustala system kodów semantycznych, buduje swój sens wypowiedzi artystycznej” (Konik 2013: 131).

Jak twierdzi D. Raniszewska, zdjęcia „odzwierciedlają, materializują, uwieczniają doświadczenie ludzkiego życia – przeżycia, relacje, stany umysłu, myśli, marzenia, osiągnięcia” (2017: 143). Warto podkreślić, że zdjęcia są nasyconym treściowo zapisem konkretnych doświadczeń człowieka, przy czym pokazują miejsca i zdarzenia oraz nastroj konkretnej chwili, a ta chwila odzwierciedlona jest zgodnie z intuicją oraz odczuciami fotografującego (Raniszewska 2017). Fotografia, jak każda sztuka, uruchamia różne sfery ludzkiego myślenia i przenika rozmaite aspekty, które wiążą się z rozumieniem świata przez jej odbiorców. Istotne jest też, że „każdy obraz fotograficzny jest subiektywnym zapisem świata, nawet jeśli z pozoru wydaje się realistyczny” (Jarnuszkiewicz 2014: 268).

M. Michałowska podkreśla, że status fotografii tylko jako pewnego świadectwa jest problematyczny, bowiem fotografia w istocie stanowi zapis wydarzenia, a my, patrząc na zdjęcie, patrzymy na świadectwo zarchiwizowane. Jest więc tak, że fotografia jest zapisem, ale traktuje się ją po części tak jakby stanowiła „żywe świadectwo”. Być może wiąże się to ze szczególną antropologiczną pozycją obrazu jako takiego. I ta szczególna pozycja pozwala potraktować fotografię jako „fotograficzne świadectwa”, które wydają się „spełniać trzy warunki, o których mówi Ricoeur, a które są zarezerwowane dla żywego świadka: są to warunki autodesygnacji, uwierzytelnienia oraz gotowość do powtórzenia zeznania” (Michałowska 2011: 252).

Warto podkreślić, że fotografia posiada również silny walor odrealnienia przedmiotu właśnie poprzez pozbawienie go naturalnej skłonności do ruchu, bazuje bowiem na walorze statycznym, zatrzymuje ruch – obraz fotograficzny jest nieruchomy i właśnie to „zatrzymanie ruchu, akcji może uwypuklić niewidoczne konteksty przedmiotu, przenieść przedmiot poza pierwsze skojarzenie wizualne związane z kinetyką, ukazać niewidoczny kontekst w naturalnym spostrzeżeniu,

niezapośredniczonym przez soczewkę aparatu” (Konik 2013: 135). Fotografia wiąże się z przeszłością. Możemy o jakimś zdarzeniu łatwo zapomnieć, ale gdy widzimy je na zdjęciu, przypominamy sobie, że miało ono miejsce. Dzieje się więc tak, że zdjęcie jako obraz „poświadcza z całą mocą o istnieniu przeszłości – ludzi, obiektów, sytuacji”, stanowiąc pewien „certyfikat” autentyczności. W samej fotografii jednak zawsze „obecna jest nieobecność” (Fereński 2013: 232–233).

Zdaniem J. Weiser wykonując zdjęcie koncentrujemy się na obu aspektach (wewnętrznym i zewnętrznym), bowiem oglądanie zdjęć wiąże się z nadawaniem pewnych znaczeń, które powstają nie tylko pod wpływem tego, co widzimy, ale również wynikają z tego kim jesteśmy (za: Malchiodi 2014). Każde zdjęcie jest więc pewnego rodzaju „autoportretem” czy też „zwierciadłem przeszłości, pokazującego chwilę i osoby, które były wyjątkowe na tyle, żeby je świadomie zatrzymać”. Zbiory fotografii zaś przedstawiają pewną osobistą historię życia i ten „wizualny ślad pokazuje wędrówkę (zarówno emocjonalną, jak i fizyczną) w przeszłość, a czasami wskazuje także przyszłą drogę” (<https://arteterapia.pl/techniki-fototerapii-w-doradztwie-i-terapii/>, dostęp: 3.12.2020). Reakcje na pocztówki, ilustracje z magazynów i zdjęcia wykonane przez innych mogą również dawać ważne wskazówki pozwalające interpretować skryte w nich wewnętrzne znaczenia.

Sama fotografoterapia, która bywa też określana jako fototerapia, fotografioterapia, terapia fotograficzna czy też fotografia terapeutyczna, jest niewątpliwie rozległym i zróżnicowanym rodzajem terapii, w którym podstawową rolę odgrywa fotografia (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012). W. Szulc umiejscawia fotografoterapię w działaniach arteterapeutycznych oraz podkreśla, że fotografoterapia nie aspiruje jeszcze w Polsce do uznania jej za odrębną dziedzinę terapii (Szulc 2011). D. Krauss twierdzi, że arteterapia i fotografia posługują się zupełnie inną symboliką, bowiem arteterapia opiera się na uzewnętrznieniu przedmiotu, a fotografia na jego uwewnętrznieniu (za: Malchiodi 2014: 53).

Początek terapeutycznego wykorzystania fotografii miał miejsce w połowie XIX wieku, gdy Hugh Diamond, psychiatra i amator fotografii, zastosował w swojej praktyce na oddziale psychiatrycznym pracę ze zdjęciami. Dostrzegł pozytywne efekty zastosowania zdjęć w pracy z pacjentami i opisał swoje doświadczenia w artykule z 1856 roku, noszącym tytuł: „*On the application of phototherapy to the physiognomic and mental phenomena of insanity*” (Saita, Tramontano 2018). W 1870 roku lekarz Thomas Barnad zastosował metodę fotografowania dzieci w domu dziecka w celu monitorowania zmian zachodzących w rozwoju dzieci w tym środowisku. Dziesięć lat później Charles Hood wykonał zdjęcia pacjentów w szpitalu psychiatrycznym Bethlem Royal Hospital, zgłaszając, że robienie zdjęć portretowych stało się jedną z czynności, w której pacjenci lubią uczestniczyć, bo to czyniło ich szczęśliwszymi w tej instytucji. Ch. Hood dostrzegł ponadto, że

zastosowanie fotografii w terapii pomagało pacjentom w lepszym zagłębieniu się we własne wnętrze, zmieniało ich własny obraz siebie, a przez to również zmieniło się ich zachowanie, dbałość o siebie czy też relacje (Peljhan, Zelić 2015).

Zdjęcia „oglądane po czasie przywracają pamięć, uruchamiając jednocześnie emocje i zaangażowanie, które budzi się w chwili przyglądania się na nowo własnej historii”, a tym samym dana osoba „odzyskuje możliwość, aby ocenić z perspektywy obecnej wiedzy życiowej i docenić to, co wniosły w życie, nawet jeśli kiedyś były odbierane jako negatywne, trudne czy niepotrzebne” (Raniszevska 2017: 144). Z perspektywy czasu, dzięki terapeutycznemu zastosowaniu zdjęć, może rodzić się głębsza świadomość zasobów, jakie człowiek posiada dzięki temu, czego doświadczył, a więc dzięki swojej przeszłości. Istotą pracy ze zdjęciem jest dialog na podstawie przedłożonych fotografii (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012). Fotografoterapia opiera się na istotnym założeniu, że „indywidualne znaczenie każdej fotografii w mniejszym stopniu polega na faktach wizualnych, a bardziej na tym, co jej elementy wywołują w przysłowiowym umyśle i sercu osoby oglądającej” (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012: 65). Tak więc zdjęcia mogą być potraktowane jako pewnego rodzaju „lustra z pamięcią”, które odzwierciedlają konkretne miejsca, zdarzenia czy też osoby. Nie przez przypadek mówi się o „zatrzymaniu w kadrze”. Zdaniem D. Raniszewskiej: „fotografia w jednym ułamku sekundy pobudza myślenie o tym, jaką sytuację przedstawia, kto jest jej aktorem, jaki ma nastrój i jakie emocje jej towarzyszą”, a same odpowiedzi na te pytania „są oczywiście projekcjami oglądającego”, które tworzą się i uruchamiają w związku z odniesieniem ich do osobistych doświadczeń, przeżytych chwil czy też indywidualnych tematów, które z nimi się wiążą (Raniszevska 2017: 149). Samo mówienie o fotografiach w istocie dla wielu osób jest „sprawą bardzo intymną, porównywalną do mówienia o własnych wierszach”, a same fotografie „mogą stać się punktem wyjścia do zainicjowania innych działań o charakterze terapeutycznym – pisania, malowania, rysowania, tworzenia kompozycji – lub nawet diagnostycznym, gdy pacjent na podstawie zdjęć lub ich cykli dokonuje projekcji różnorodnych emocji, przekonań, doświadczeń lub wykazuje na poziomie wykonawczym cechy, które można poddać ocenie” (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012: 66).

W. Szulc zwraca uwagę, że dla wielu ludzi zdjęcia mają bardzo duże znaczenie osobiste, chodzi tu zarówno o robienie zdjęć, oglądanie i ich przechowywanie, katalogowanie ich czy też opowiadanie o nich (dzielenie się przeżyciami związanymi z robieniem, przechowywaniem i oglądaniem zdjęć). I choć zdjęcia bywają tak ważne dla wielu ludzi, to nikt nie nazywa tego fotografoterapią. Jej istotą bowiem (a więc terapii z udziałem zdjęć) jest sama obecność i praca terapeuty (Szulc 2011).

Judy Weiser podaje trzy główne zastosowania fotografii w terapii: fotografoterapię, fotografię terapeutyczną oraz fotoarteterapię. Fotografoterapia jest tu

rozumiana jako metoda terapeutyczna polegająca na wykorzystaniu różnorodnych technik, w których używa się osobistych zdjęć, albumów rodzinnych czy też fotografii wykonanych przez inne osoby. Kluczowym terminem w tym podejściu jest termin: „fotoprojekcja”, a sam proces terapii wiąże się ze skupieniem uwagi osoby wspomaganą na uczuciach, emocjach, myślach, skojarzeniach i wspomnieniach jakie wywołują zdjęcia. Fotografia terapeutyczna zaś polega na osobistym wykorzystaniu zdjęć do własnej wypowiedzi o charakterze artystycznym, czy też społecznym i samopoznania bez zaangażowania terapeuty. Ten rodzaj terapii to w istocie autoterapia wiążąca się z zastosowaniem sztuki celem ekspresji twórczej i zwiększenia samoświadomości. Fotoarteterapia jest zbiorem różnych technik, w których zdjęcia traktowane są jako środek wyrazu artystycznego i może wiązać się z nauką technik fotograficznych czy też z zajęciami artystycznymi, podczas których robione są zdjęcia. Fotoarteterapia bywa traktowana jako podkategoria fotografioterapii (za: Malchiodi 2014).

Zdaniem E. Saita i M. Tramontano termin „fototerapia” odnosi się do wykorzystywania fotografii i osobistych zdjęć podczas terapii, gdzie wyszkoleni specjaliści używają tych metod, aby pomóc klientom. Fotografia terapeutyczna zaś to działania oparte na wykorzystywaniu fotografii, które są inicjowane i prowadzone przez osobę (lub w ramach zorganizowanej grupy czy projektu), ale nie ma tam formalnej psychoterapii. Termin „fotoarteterapia” obejmuje zaś techniki fotograficzne, które wiążą się z działaniami z zakresu arteterapii. Opiera się ona na założeniu, że opowiadanie o zdjęciach może przyczynić się do rozwoju pewnych umiejętności interpersonalnych czy też zwiększenia samooceny i samoświadomości (Saita, Tramontano 2018).

W fotografoterapii, według koncepcji J. Weiser, wykorzystywane mogą być takie techniki, jak: projekcja, praca z autoportretami, praca z fotografiami klienta wykonanymi przez inne osoby, praca z fotografiami wykonanymi lub zebranymi przez klienta, praca z albumem rodzinnym czy też innymi fotografiami autobiograficznymi (za: Szulc 2011).

S. Tobis i M. Cylkowska-Nowak wymieniają następujące techniki wykorzystywane w fotografoterapii: zdjęcia osób (w tym szczególnie ujęcia dokumentalne), albumy rodzinne czy też zdjęcia wykonane przez innych. Istotne w stosowaniu tych technik są niewątpliwie nie tylko same zdjęcia, ale przede wszystkim odczucia, emocje, myśli oraz wspomnienia, które wywoływane są przez same zdjęcia. Te odczucia i reakcje są niewątpliwie wartościowymi kanałami komunikacji z adresatami tych działań (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012). Podstawowe techniki stosowane w fototerapii można podzielić na trzy główne kategorie: praca ze zdjęciem, praca z aparatem fotograficznym oraz proces fotograficzny. Oczywiście techniki pracy z fotografią można wykorzystywać w różnorodny sposób, łącząc je różnymi podejściami arteterapeutycznymi, Można na przykład wyko-

rzystywać fotografie tworząc kolaż czy też kompozycje obrazowe. Można łączyć zdjęcia z malowaniem czy też rysowaniem albo konstruowaniem gier (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012).

Na podstawie klasyfikacji stosowanej przez Judy Weiser, Dorota Raniszewska podaje następujące techniki (wraz z ich krótką charakterystyką) oparte na wykorzystaniu fotografii:

- „1) zdjęcia zrobione lub zebrane przez klientów – to takie, które osoby same zrobiły, lub po prostu je przechowują, tj. zdjęcia wywołane, zachowane na dysku, wycięte z gazety, zachowane z Internetu, stare pocztówki itp.;
- 2) zdjęcia klienta wykonane przez inne osoby – to takie, które ktoś zrobił osobie, w sytuacjach nieformalnych, rodzinnych i formalnych, podczas uroczystości, lub zdjęcia do legitymacji czy prawa jazdy;
- 3) autoportrety – zdjęcia, które osoba zrobiła sobie jako portret własny, lub ktoś jej wykonał, przedstawiając ją dosłownie z wyglądu lub metaforycznie poprzez jakieś obiekty;
- 4) albumy rodzinne – kolekcje zdjęć rodzinnych w tradycyjnych albumach lub na dysku;
- 5) fotoprojekcje – wszelkie zdjęcia czy obrazy, przez które osoba wchodzi w opowieść o sobie, może zajrzeć głębiej do własnego świata wewnętrznego. W fotoprojekcji chodzi o relację między osobą a obrazem, a nie o fotografię samą w sobie” (Raniszewska 2017: 148).

Ciekawą klasyfikację technik mających zastosowanie w obszarze działań terapeutycznych z zastosowaniem zdjęć przedstawia Ulla Halkola. I tak:

- 1) używanie zdjęć autobiograficznych, jak np. zdjęcia z albumu rodzinnego – obejmuje to rodzinne zdjęcia albumów i migawki, które zostały zrobione przez klienta lub przez inne osoby;
- 2) używanie skojarzeniowych, symbolicznych zdjęć – obejmuje to wiele rodzajów fotografii, które można wykorzystać w sposób symboliczny i sposób skojarzeniowy;
- 3) fotografowanie (autoportret lub zdjęcia symboliczne) – obejmuje to fotografię w całym jej bogactwie; jedną z najważniejszych technik jest tu autoportret;
- 4) łączenie technik fototerapeutycznych z innymi technikami – istnieje możliwość łączenia technik fototerapii z innymi metodami twórczymi, takimi jak: muzyka, pisanie, taniec czy dramat (Halkola 2011).

## Wykorzystanie fotografii w terapii dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną

Fotografoterapia w obszarze wspierania osób z niepełnosprawnością umiejscowiana bywa najczęściej w działaniach z zakresu arteterapii. D. Raniszewska wspomina o komunikacyjnej funkcji fotografii, przypisując jej ogromny potencjał w pracy rozwojowej. Autorka, w odniesieniu do osób z niepełnosprawnością, które mają zaburzoną możliwość komunikowania się, wspomina, że fotografia może dać tym osobom „wspólny język”. Według niej, każda bowiem z tych osób w grupie być może zrobić zdjęcie lub może przynieść zdjęcie na jakiś konkretny temat (Raniszewska 2017). Obcowanie z fotografiami, ich oglądanie, porządkowanie (wiążące się z nadawaniem pewnej fabuły) niewątpliwie może rozwijać myślenie i kojarzenie. Może też rozwijać refleksję nad rzeczywistością i skłaniać do autorefleksji. Mamy też tu do czynienia z tzw. „refleksją wizualną”, czyli zastanawianiem się nad samym obrazem (zdjęciem) w kontekście własnych odczuć, przy czym ta refleksja wizualna jest otwarta na nowe, i twórcza (Raniszewska 2017). W. Szulc zwraca uwagę na fakt, że „samo oglądanie zdjęć w towarzystwie drugiej osoby, opowiadanie o nich może przynieść ulgę, zmniejszyć cierpienie spowodowane rozłąką lub utratą bliskich”, a osoba, która „zechce z pacjentem, podopiecznym obejrzeć posiadane przez niego zdjęcia, okazać zainteresowanie nimi, stosuje najprostszą formę fotografoterapii” (Szulc 2011: 171).

Idea wykorzystywania fotografoterapii w terapii osób z niepełnosprawnością intelektualną nie jest rozpowszechniona. Fotografia bywa tu najczęściej środkiem dydaktycznym czy też jest po prostu „zapisem” utrwalonych chwil. Pragnę podkreślić, że możliwości zastosowania fotografii w terapii osób z niepełnosprawnością intelektualną są różnorodne. Spróbuję omówić te możliwości w kontekście działań terapeutycznych adresowanych do dorosłych osób z głębszą niepełnosprawnością intelektualną, odnosząc się do „obszarów” zastosowania terapii wykorzystujących zdjęcia, wyodrębnionych przez M. Peljhan i A. Zelić (2015).

**Fotografoterapia może być działalnością twórczą.** Fotografia umożliwia bowiem (terapeucie oraz osobie wspomaganej) pewnego rodzaju „podróżowanie”, a zdjęcie może być celem lub punktem wyjścia w tej podróży. Osoba z niepełnosprawnością intelektualną może tu sama (lub z pomocą terapeuty) eksplorować (a przy tym decydować), poszukiwać czy też dzielić się z innymi. Dla danej jednostki zdjęcia mogą być formą zabawy, mogą wiązać się aktywnością towarzyską lub być źródłem introspekcji i refleksji. Istotne też jest, że znaczenie fotografii nie jest tu ani stałe, ani absolutne, ale jest związane z możliwościami danej osoby, doświadczeniem i perspektywą osoby patrzącej na dane zdjęcie.

**Fotografia może być środkiem komunikacji.** Fotografia oferuje „język” wizualny, który może być wsparciem dla ludzi, którzy mają problemy z komunikacją.

W tym kontekście może pełnić specyficzną rolę – może być używana w sensie metaforycznym, a tym samym umożliwiać jednostce wyrażanie się poprzez obrazy lub pozwalać na ustrukturyzowanie tego, co zostało powiedziane o określonej fotografii. Może być więc „pretekstem” do rozmowy, przedmiotem rozmowy i jej „ramą”.

**Fotografia może być medium wyrażania wartości.** Na najbardziej podstawowym poziomie fotografia „mówi” o tym, co jest ważne dla danej osoby, która jest autorem fotografii lub je wybrała z własnych zasobów. Fotografia może nas informować, kto i co jest dla tej osoby ważne, jakie miejsca mają dla niej wartość. Może też informować nas na przykład o tym jakie awersje ma dana osoba. Wartości te odnoszą się zarówno do istniejących fotografii, jak i zdjęć robionych w ramach procesu terapeutycznego.

**Fotografia może być medium wzmacniania poczucia własnej wartości.** Podobnie bowiem jak inne kreatywne działania, które sprawiają, że czujemy, możemy coś osiągnąć, fotografia również może wzmacniać naszą samoocenę i poprawiać może nasz wizerunek. Przejawia się to w wielu aspektach, które wiążą się na przykład z opanowywaniem nowych umiejętności czy też odkrywaniem przeszłości.

**Fotografia może być medium osiągnięcia i rejestrowania zmian.** Fotografii mogą bowiem jednocześnie odzwierciedlać i wspierać proces zmian, bowiem stanowią pewien punkt wyjścia. Ukazują zmiany i mogą być pewnego rodzaju przypomnieniem, w którym miejscu swojego życia jesteśmy, ale również, jaką drogę przeszliśmy. To przypomnienie może być niewątpliwie źródłem motywacji.

**Fotografia może być medium spójności grupy i umożliwiać rozwój relacji międzyludzkich.** Podczas zajęć, gdy dzielimy się naszymi zdjęciami, dzielimy się też w pewnym sensie tym, kim jesteśmy i co ma dla nas znaczenie. W grupie możemy uczyć się od siebie nawzajem, przez na przykład wspólne oglądanie fotografii, dzielenie się historiami o nich czy też ich wspólne omawianie. Fotografia może dawać więc możliwość nawiązywania i podtrzymywania relacji czy też może być impulsem wspólnych działań, z których powstają nowe wspomnienia.

**Fotografia może być medium refleksji.** Pozwala nam na refleksję, a czasami na spojrzenie na daną sytuację z innej strony. Może też dawać głębsze zrozumienie swojej sytuacji, umożliwić zauważenia związków przyczynowo-skutkowych czy też może pomóc w planowaniu działań i szukaniu alternatywnych rozwiązań.

**Fotografia może być medium utrwalania pamięci.** Robienie zdjęć jest często wykorzystywane jako pomoc w przywracaniu i zachowaniu pamięci u osób, które mają problemy z pamięcią. Fotografia może wyzwalać wspomnienia i umożliwia danej osobie ich utrwalanie w postaci zdjęcia. Tym samym pozwala na skonstruowanie lub zrekonstruowanie historii. Bywa więc wykorzystywana w pracy



z osobami doświadczającymi demencji, umożliwiając im „powracanie” do przeszłości, ale też zachęca do rozmowy i wzmacnia samoświadomość.

**Fotografia może być hobby.** Fotografia może stać się też hobby dla danej osoby. Po zakończeniu bowiem zajęć grupowych uczestnicy mogą dalej rozwijać swoje zainteresowanie fotografią i wykorzystywać ją dla swoich celów. W ten sposób mogą przede wszystkim kreatywnie wyrażać siebie.

Przykładem, że fotografia może być medium wyrażania wartości przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną, jest projekt opisany przez A. Masłowiecką i M. Dmochowską. Autorki projektu podkreślają, że fotografie wykonane przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą być cennym źródłem informacji dotyczących systemu wartości, wrażliwości estetycznej, więzi, emocjonalności tych osób. Fotografie mogą być również istotnym źródłem informacji na temat środowiska, w którym żyją osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Autorki sformułowały ten wniosek na podstawie badań związanych z realizacją projektu badawczego, który przeprowadzono w 2011 roku w Nowej Woli koło Michałowa (województwo podlaskie, pogranicze polsko-białoruskie). Projekt ten nosił tytuł „Powoli... Nowa Wola Reaktywacja” i odbywał się w ramach działań Warsztatu Terapii Zajęciowej. Pomysłodawczynią i realizatorką projektu była Agnieszka Masłowiecka, która w tamtym okresie pracowała w tym warsztacie jako psycholog. W badaniu wzięło udział 18 uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej. Każdy badany otrzymał analogowy aparat, w którym była tylko jedna klisza wraz z krótką instrukcją obsługi urządzenia. Do projektu wybrano proste urządzenia, tak aby automatycznie były dobierane parametry danego zdjęcia. Instrukcja ograniczała się tylko do stwierdzenia: „Zrób zdjęcia tego, co dla Ciebie ważne. Aby zrobić zdjęcie, musisz spojrzeć w ten ekran i nacisnąć ten przycisk”. Uczestnicy projektu nie byli uczeni kadrowania, ustawiania parametrów obrazu czy też doboru światła. Wywołane zdjęcia zostały pogrupowane w następujące kategorie: Autoportret, Bliscy, Dom, Przestrzeń Osobista, Krajobrazy, Zwierzęta, Wolny czas, Sacrum, Zabudowania. Warto zaznaczyć, że kategorie te „zostały sztucznie rozdzielone i oczywiście nie są rozłączne, ponieważ pojawiają się u większości badanych i stanowią wyraźny punkt odniesienia jako wartości cenione, wyróżniane przez samych autorów zdjęć” (Masłowiecka, Dmochowska 2013: 204).

Wyniki badań autorek skłoniły je do refleksji nad wewnętrznym „światem” osób niepełnosprawnych, a niewątpliwie jest to świat zaskakujący, ciekawy i wart opisania. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną jako autorzy zdjęć niewątpliwie byli obecni w tym, co „tu i teraz”. I ta perspektywa, która w codziennym życiu powoduje pewne problemy, w tym akcie twórczym, jakim było robienie zdjęć, niewątpliwie umożliwiła im zatrzymanie się w czasie i skupienie na danym momencie. Autorki podkreślają, że „należy podkreślić silne emocjonalne zaangażowanie autorów zdjęć i ich więź z rodziną (Bliscy), domem rodzinnym (Dom),

ulubieńcami (Zwierzęta), a także z otaczającą piękną i nadal dziką podlaską przyrodą (Przyroda)", przy czym „ta ostatnia kategoria sugeruje dużą wrażliwość i estetyzm badanych osób”, a „świat przedstawiony na fotografiach wykonanych przez osoby niepełnosprawne intelektualnie rozrysowuje się w warstwy: własny pokój ze stołem, na którym stoi komputer; własny dom z piecem, na którym śpi babka albo siedzą rodzice; ławką na zewnątrz, na której odpoczywa matka z filiżanką kawy w ręku; psy, koty, kury, cielaki w otoczeniu domostwa, drzewa, łąki, pola, niebo” (Masłowiecka, Dmochowska 2013: 211). Istotne jest również, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną jako autorzy tych fotografii bardzo rzadko byli obiektami własnych zdjęć: „[...] może o tym nie pamięta, może nie pamięta o sobie, nie skupia uwagi głównie na własnym ego, jest pochłonięta przez otaczający świat” i niewątpliwie ma z tym światem „silną więź, to relacja osobista, bliska, pozytywnie nacechowana”, a ten intymny świat „nie wydaje się zagrażający, wyczuwa się w nim pogodę ducha, spokój, naturalne współdziałanie” i w tym mikroświecie „nie ma poczucia obcej odrębności (od świata, od siebie, bliskich, zwierząt, innych ludzi)” (Masłowiecka, Dmochowska 2013: 211). Świat przedstawiony w fotografiach badanych osób z niepełnosprawnością intelektualną niewątpliwie ma „granice miękkie i elastyczne, a wewnątrz zawiera intensywność i naturalność rzadko spotykaną gdzie indziej”, i jest to świat jakby bardziej ujawniony, intymny, ale również bardziej odsłonięty, mniej chroniony, a tym samym bardziej podatny na atak tych, którzy uważają się za bardziej rozwiniętych („ci zaś, skupieni na swoim wyższym (subiektywnie) poziomie funkcjonowania, bardzo niechętnie otwierają się na jakość, którą mogą mieć do zaoferowania Obcy”) (Masłowiecka, Dmochowska 2013: 211).

Jednym z projektów, który wykorzystywał fotografie w działaniach adresowanych do osób z niepełnosprawnością intelektualną, był projekt „Zakochana Warszawa”. Projekt ten jest przykładem zastosowania fotografoterapii jako działalności twórczej. Przez samych twórców tego projektu został on ulokowany w działaniach z zakresu animacji kultury dla młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie. Organizatorem projektu było Muzeum Powstania Warszawskiego, a partnerami projektu było Stowarzyszenie Rodzin i Opiekunów Osób z Zespołem Downa „Bardziej Kochani” oraz dwie warszawskie szkoły specjalne. Bezpośrednimi uczestnikami projektu były dwie grupy młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną z tych dwóch szkół. Celami strategicznymi projektu było: zaangażowanie (przez zastosowanie fotografii) osób z niepełnosprawnością intelektualną w życie kulturalne miasta, aktywizacja kulturalna oraz pokazanie możliwości twórczych tych osób, ukazanie potrzeby uczestniczenia w życiu kulturalnym oraz ukazanie wrażliwości na sztukę osób niepełnosprawnych intelektualnie. Celami bezpośrednimi było zaś: zorganizowanie warsztatów dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, podczas których mogą nauczyć się podstaw fotografowania,

tak aby mogli zobrazować (za pomocą jednorazowych aparatów) to, co widzą wokół. Założeniem projektu było również to, że wywołane zdjęcia zostaną pokazane na wystawach w placówkach, do których uczęszczała ta młodzież. Celem bezpośrednim, ale niewątpliwie o szerszym znaczeniu, była wymiana doświadczeń pomiędzy pedagogami pracującymi z tą młodzieżą a animatorami kultury pracującymi lub współpracującymi z Muzeum Powstania Warszawskiego. Istotne w tym projekcie były też dwie kwestie. Pierwszą z nich był zamysł przygotowania poradnika fotografowania dla osób niepełnosprawnych intelektualnie i zawarcie w nim wskazówek dla rodziców, opiekunów oraz instytucji kultury. Drugą kwestią było opracowanie „systemu” oprowadzania osób z niepełnosprawnością intelektualną po Muzeum Powstania Warszawskiego, co wiązało się też z przeszkoleniem grup przewodników w zakresie kontaktu z osobami z niepełnosprawnością intelektualną (<https://docplayer.pl/5955138-Zakochana-warszawa-projekt-z-zakresu-animacji-kultury-dla-mlodziesy-niepelnosprawnej-intelektualnie-scenariusz-projektu.html>, dostęp: 2.12.2020).

W pracy z dorosłymi osobami z niepełnosprawnością intelektualną ciekawą formą pracy z fotografią jest niewątpliwie album rodzinny. Moje przekonanie o wartości tej formy terapii nie jest tylko wynikiem analizy publikacji traktujących o możliwości zastosowania albumu rodzinnego w terapii, ale wiąże się również z własnymi doświadczeniami w zakresie wsparcia tej grupy osób. Album rodzinny może być różnie rozumiany, ale najczęściej oznacza pewien zbiór zdjęć rodziny, przy czym sama forma takiego zbioru może być mniej lub bardziej uporządkowana. Może to być tradycyjny album z fotografiami lub po prostu pewna zorganizowana kolekcja zdjęć. Istotną cechą zbioru jest, że został on dobrany celem dokumentowania pewnej osobistej historii. Oczywiście sam sposób jego uporządkowania jest tu często ważny na równi z treścią poszczególnych zdjęć (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012).

Albumy, w odróżnieniu od pojedynczych zdjęć, mają następujące cechy:

- „stanowią swego rodzaju narrację wizualną uporządkowaną zazwyczaj zgodnie z zasadami sekwencyjności, chronologii i/lub tematyki;
- stanowią pewną względnie wydzieloną przestrzeń;
- ich oglądanie ma charakter intencjonalny” (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012: 67).

Album „opowiada” nam jakąś historię i stanowi pewne wizualne ślady odnoszące się do miejsc, wartości, ludzi czy też zdarzeń. W tym sensie albumy rodzinne ze swoją specyficzną sekwencją stanowią pewnego rodzaju narrację i „żyją” nieco odmiennie niż pojedyncze zdjęcia (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012).

Wykorzystując w terapii fotografie przyniesione przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną (z ich domowych albumów) lub też wykorzystując fotografie zrobione w placówce wsparcia (składające się na album/kronikę funkcjonowania placówki) traktuję fotografię przede wszystkim jako środek komuni-

kacji, medium osiągnięcia i rejestrowania zmian, medium utrwalania pamięci, medium refleksji oraz medium umożliwiające nawiązywanie i podtrzymywanie relacji. Wspólne oglądanie zdjęć niewątpliwie może angażować grupę, ale też budzić zainteresowanie uczestników oglądających zdjęcia, które pokazuje ktoś inny. Zdjęcia „wciągają w kontakt z tą osobą i siłą rzeczy następuje pomiędzy ludźmi wymiana myśli” (Raniszewska 2017: 146). Tak więc, „pracując nad tematami integracji, wykluczenia czy śmiałości można proponować uczestnikom przyniesienie własnych zdjęć lub sfotografowanie swojego tematu (np. miejsca zamieszkania, podwórka, rodziny)”, a wtedy „okaże się, że każdy ma coś do pokazania i opowiedzenia”, natomiast „inni mogą to zobaczyć i wysłuchać z zaciekawieniem”, i niewątpliwie może to być dla niektórych osób ważna (czy też nawet przełomowa) sytuacja związana z wypowiedaniem się w obecności innych (Raniszewska 2017: 146). Reakcje uczestników zajęć na fotografie, które są dla nich samych ważne i szczególne, mogą pokazać nam wiele prawdy o nich samych. Oczywiście, w przypadku osób z głębszą niepełnosprawnością intelektualną duże znaczenie będą miały odpowiednio postawione pytania i „podażanie” za znaczeniami odsłanianymi w toku zajęć. Wszak jest tak, że „podczas patrzenia na zdjęcie oglądający w sposób spontaniczny tworzą znaczenie, które (według ich poglądu) pochodzi z danej fotografii i które może się pokrywać lub nie ze znaczeniem, jakie chciał temu zdjęciu nadać fotografujący”, przy czym samo „znaczenie zdjęcia (oraz „wiadomość” emocjonalna) zależy, kto na nie patrzy – jako że jego percepcja i niepowtarzalne doświadczenia życiowe w sposób automatyczny kadrują i definiują to, co postrzega jako prawdziwe” (Tobis, Cylkowska-Nowak 2012: 66).

## Podsumowanie

Wykorzystywanie fotografii w pracy terapeutycznej bywa rozpatrywane w trzech istotnych kontekstach: zdrowia fizycznego, zdrowia psychicznego oraz dobrostanu społecznego jednostki (Saita, Tramontano 2018: 10). W praktyce w działaniach z zakresu arteterapii adresowanych do dorosłych osób z głębszą niepełnosprawnością intelektualną, mamy często do czynienia z koncentrowaniem się na produkcie końcowym, czyli wytworze tych działań. W fotografoterapii sam produkt końcowy (wytwór) jest często najmniej ważny. Istotny jest bowiem sam proces, samo doświadczenie i skutki tego doświadczenia. Z terapeutycznego punktu widzenia zdjęcie jest istotnym elementem procesu terapeutycznego, a jego wartość polega na tym, że samo pojawienie się fotografii w procesie terapeutycznym wiązać się może z pewną wewnętrzną eksploracją (Peljhan, Zelić 2015: 30). Niewątpliwie zdjęcia mogą być medium, za pośrednictwem którego osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą dzielić się swoimi emocjami

i uczuciami, a sama fotografoterapia może pozwalać uczestnikom na pewną rekonstrukcję własnych doświadczeń. Fotografia w terapii dorosłych osób z głębszą niepełnosprawnością intelektualną może być medium wyrażania wartości, może wzmacniać poczucie własnej wartości czy też może być impulsem do zmian i do rozwoju (w dostępnym dla konkretnej osoby wymiarze). Zajęcia z wykorzystaniem pracy z fotografiami mogą wspierać osoby z niepełnosprawnością intelektualną również w wymiarze społecznego dobrostanu, przyczyniając się na przykład do nawiązywania i podtrzymywania relacji z innymi, integracji grupy czy też usprawniania możliwości komunikowania się z innymi (ze szczególnym uwzględnieniem komunikowania własnych potrzeb czy też rozumienia sytuacji społecznych). Zastosowanie fotografoterapii we wspieraniu dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną daje też terapeutę możliwość pracy ze wspomnieniami, co niewątpliwie może się przyczyniać do usprawniania funkcji pamięciowych czy też usprawniania myślenia przyczynowo-skutkowego. Wszystkie potencjalne walory terapii z wykorzystaniem fotografii mogą być niewątpliwie wartościowane jako przyczynianie się do zwiększania jakości życia osób z niepełnosprawnością intelektualną, ze szczególnym uwzględnieniem wsparcia tych osób, przede wszystkim w takich wymiarach jakości życia, jak: fizyczny dobrostan, emocjonalny dobrostan, międzyludzkie relacje, osobisty rozwój, społeczne włączanie czy też niezależność.

## Bibliografia

- Czyżewski S. (2017), *Spektakularność fotografii*, Dyskurs. Pismo naukowo-artystyczne Akademii Sztuk Pięknych we Wrocławiu, nr 23, Wrocław.
- Dmochowska M., Masłowiecka A. (2013), *Niepełnosprawny – taki sam czy inny? Fotografia jako forma samoopisu osób niepełnosprawnych intelektualnie*, Pogranicze. Studia Społeczne, t. 22.
- Fereński P.J. (2013), *Obecność nieobecności. Przyczynek do badań nad muzeami fotografii*, Dyskurs. Pismo naukowo-artystyczne Akademii sztuk Pięknych we Wrocławiu, nr 15, Wrocław.
- Halkola U. (2011), *Learning and Healing with Phototherapy* [in:] *Phototherapyeurope – learning and healing with phototherapy*, Publications of the Brahea Centre for Training and Development, University of Turku, Turku.
- Jarnuszkiewicz P. (2014), *Abstrakcja w fotografii; próba narracji poza znaczeniem*, Dyskurs. Pismo naukowo-artystyczne Akademii sztuk Pięknych we Wrocławiu, nr 18, Wrocław.
- Konik R. (2013), *Fotografia jako prób odrealnienia przedmiotu przedstawienia*, Dyskurs. Pismo naukowo-artystyczne Akademii sztuk Pięknych we Wrocławiu, nr 15, Wrocław.
- Malchiodi C.A. (2014), *Arteterapia. Podręcznik*, Wydawnictwo Harmonia Universalis, Gdańsk.

- Michałowska M. (2011), *Foto-teksty w badaniach histograficznych – wokół refleksji Paula Ricoeura*, Dyskurs. Pismo naukowo-artystyczne Akademii sztuk Pięknych we Wrocławiu, nr 12, Wrocław.
- Peljhan M., Zelić A. (2015), *Phototherapy – Overview and New Perspectives* [in:] *Phototherapy. From concepts to practices*, Matej Peljhan (ed.), Publisher Cirius, Kamnik.
- Raniszewska D. (2017), *Fotografia w coachingu i rozwoju osobistym*, Coaching Review 1 (9).
- Saita E., Tramontano M. (2018), *Navigating the complexity of the therapeutic and clinical use of photography in psychosocial settings: a review of the literature*, Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome, Vol. 21.
- Szulc W. (2011), *Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki*, Diffin.
- Tobis S., Cylkowska-Nowak M. (2012), *Wykorzystanie fotografii w terapii osób starszych*, Nowiny Lekarskie, 81, 1, s. 65–69
- <https://docplayer.pl/5955138-Zakochana-warszawa-projekt-z-zakresu-animacji-kultury-dla-mlodziesy-niepelnospprawnej-intelektualnie-scenariusz-projektu.html> [dostęp: 2.12.2020].