

DOROTA KARKUT

Uniwersytet Rzeszowski

Terapeutyczna moc literatury i innych dziedzin sztuki odkrywających sens życia i śmierci

We współczesnej szkole nie brak jest dzieci, które znalazły się w sytuacjach emocjonalnie trudnych, doświadczyły samotności, odrzucenia, cierpienia. Do takich szczególnych należą: dysfunkcje w rodzinie, długotrwała hospitalizacja, traumatyczne przeżycia (np. śmierć bliskiej osoby). Dlatego potrzebne są propozycje zajęć terapeutycznych odwołujących się do literatury oraz aktywnego kontaktu z innymi dziedzinami sztuki. Walory terapeutyczne sztuki ujawniają się w oddziaływaniach edukacyjnych skierowanych na wartości korekcyjne, usprawniające, rewalidacyjne, poznawcze. Mogą one dotyczyć różnych form terapii twórczej obejmujących: ekspresję plastyczną, muzykoterapię, choreoterapię, literaturoterapię (biblioterapię) czy terapię przez dramę¹.

Stymulacja terapii przez literaturę

Literatura stanowi wyjątkowy rodzaj sztuki ze względu na swe walory estetyczne, etyczne czy filozoficzne. Jej istotą jest budzenie wrażliwości i refleksyjności, zawiera bowiem prawdę o człowieku i jego egzystencji, ukazując podobne dylematy bohaterów, z jakimi zmagają się współcześni ludzie żyjący w realnym świecie. Jak podkreśla Maria Molicka, niezmiernie ważne dla czytelników okazuje się oddziaływanie literatury na wyobraźnię, emocje, sposób myślenia, postawy, dokonywane wybory oraz system wartości². Staje się to szczególnie cenne, gdyż dzieło literackie rozpościera przed czytelnikiem przestrzeń metafory, której głębię najpełniej odczytać można poprzez odkrywanie istotnych konfliktów, dylematów oraz prawd doświadczanych przez człowieka w danej sytuacji życiowej.

Czytanie książek pełni istotną rolę w terapii, ponieważ umożliwia zaspokojenie potrzeb psychicznych, łagodzi stres, któremu towarzyszą zaburzenia nastroju

¹ Zob. E. Konieczna, *Arteterapia w teorii i praktyce*, Kraków 2003, s. 13–16.

² M. Molicka, *Biblioterapia i bajkoterapia. Rola literatury w procesie zmiany rozumienia świata społecznego i siebie*, Poznań 2011, s. 122–126.

i osobowości, stymuluje rozwój emocjonalny, intelektualny i społeczny oraz przyczynia się do poprawy jakości życia³.

Wybitny psychoanalityk Bruno Bettelheim w słynnym dziele *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni* zwrócił uwagę na kompensacyjną funkcję symboli i metafor zawartych w baśniach, które docierają do nieuświadomionych emocji czytelnika, pomagają w zrozumieniu siebie i innych⁴. Bettelheim dowodził, iż obecne w baśniach archetypy są częścią uniwersalnych i powszechnych dla wszystkich ludzi potrzeb, motywów postępowania, konfliktów i lęków, znajdują bowiem swoje odzwierciedlenie w codziennych sytuacjach życiowych. Mogą być rzetelną pomocą w zrozumieniu przez dziecko własnej rzeczywistości psychicznej i w uporaniu się z kłopotami i udrękami, jakie niesie życie:

To właśnie w najróżniejszy sposób przekazują dziecku baśnie: walka z poważnymi trudnościami jest w życiu nieunikniona, jest ona nieodłączną częścią istnienia ludzkiego – ale jeśli się nie ucieka przed nią, lecz niewzruszenie stawia czoło niespodzianym i często niesprawiedliwym ciosom, pokonuje się wszelkie przeszkody i w końcu odnosi się zwycięstwo⁵.

Mając do dyspozycji świat baśni, dziecko może w sposób bezpieczny poradzić sobie między innymi z poczuciem niższej wartości, utratą rodziców czy lękiem przed śmiercią. Baśnie od dzieciństwa kształtują wrażliwość młodych czytelników, którzy identyfikują się z postaciami, bardzo emocjonalnie reagują na wydarzenia baśniowe. O wartości baśni, jej walorach edukacyjnych i możliwościach interpretacyjnych w klasach starszych szkoły podstawowej przekonuje Ewa Świąć:

Można pozwolić sobie wtedy na szersze spojrzenie, rozszerzyć interpretację, odejść od dosłowności, fabularności tekstu, bądź szukać w niej więcej – drugiego, a nawet trzeciego dna. Dlatego warto wplatać baśnie jako komentarz, źródło motywu, pretekst do dyskusji czy samodzielny tekst, także w nauczaniu języka polskiego w późniejszych klasach. Ważne będzie dążenie do indywidualnego spotkania z baśnią, uszanowanie podmiotowości ucznia, który zderzy własne doświadczenia z tekstem baśniowym⁶.

Baśnie pomagają młodemu człowiekowi funkcjonować we współczesnym świecie dzięki obecnym wartościom etycznym i społecznym, wśród których warto wymienić: empatię, tolerancję, odwagę, ambicję, mądrość, wyrażanie emocji (np. złości), budowanie tożsamości, rozwój itp. Poprzez eksponowanie uniwersalnych i ponadczasowych problemów oraz podsuwanie do dyskusji baśniowych sprzeczności można podawać w wątpliwość działania bohaterów, sposoby uzyskiwania celów życiowych. Kontrowersyjne i trudne tematy, które odnajdujemy w baśniowej czasoprzestrzeni, stają się w klasach starszych zachętą dla nauczyciela do podjęcia dialogu z uczniami na temat reguł rządzących baśniowym światem.

³ Zob. I. Borecka, *Biblioterapia – teoria i praktyka. Poradnik*, Warszawa 2001.

⁴ B. Bettelheim, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, przeł. D. Danek, Warszawa 1986.

⁵ Tamże, s. 29.

⁶ E. Świąć, *Pomysły interpretacyjne a wartości (na przykładzie baśni)* [w:] *Terapia pedagogiczna*, red. A. Sankowski, Katowice 2009, s. 46.

Szczególnie cennym materiałem do pracy terapeutycznej z dziećmi są baśnie Hansa Christiana Andersena⁷, o których głębokim sensie humanistycznym i uniwersalnej wartości pisała Danuta Żebrowska: „W niezwykle, magiczny sposób baśnie [...] opowiadają o najważniejszych dla człowieka sprawach, o dylematach życia, wdzięczności, niegodziwości, przyjaźni i miłości, ludzkich tęsknotach i marzeniach, o pięknie świata, przemijaniu i nieuchronności śmierci”⁸. Z kolei autorka monografii poświęconej opowieściom Andersena – Ewa Ogłóża podkreśla, że pisarz „przekazywał czytelnikom wiedzę o świecie, przepis na życie, swoje losy i nastroje. Miał świadomość zmienności wszystkiego, złych i dobrych stron zdarzeń, ludzi i świata w całości, a pociechy szukał w Biblii, wierząc w opiekę i mądrość Boga”⁹.

Baśnie Hansa Christiana Andersena są epickimi tekstami wielowymiarowymi i uniwersalnymi, za pomocą prostych zdarzeń i wyrazistych postaci stawiają przed dziećmi problemy, z którymi mogą się zmierzyć w codziennym życiu. Jednym z najbardziej znanych i wzruszających utworów duńskiego baśniopisarza, który skłania do namysłu nad sensem cierpienia, przemijania, śmierci, jest *Dziewczynka z zapalkami*. Przedstawiony w nim został problem zagubienia, izolacji, osamotnienia i bezduszości. Rozgrywająca się w baśniowym świecie historia pełna jest aluzji do realnej rzeczywistości. Miejszem zdarzeń autor uczynił zarysowane schematycznie wyimaginowane miasteczko z ciemnymi ulicami i kontrastującymi z nimi, połyskującymi blaskiem świateł, oknami domów. Uwagę młodego odbiorcy przykuwają dwa przeciwstawne obrazy. Pierwszy ukazuje tytułową bohaterkę – wędrującą boso i z gołą głową ulicami miasta, biedną, zmarznątą, bezradną dziewczynkę, próbującą sprzedać zapalki. Drugi przedstawia przechodniów, którzy obojętni na los dziecka pozostawionego bez opieki w zimowy, mroźny dzień, spieszą się do swych domów na noworoczne przyjęcia. Taka sytuacja budzi nie tylko współczucie, ale również naturalny sprzeciw. Antynomia budująca obraz baśniowego świata służy sformułowaniu nauki moralnej, prowokując do refleksji, w jaki sposób ludzie mogli pomóc i dlaczego okazali się nieczuli na los nieszczęśliwej istoty.

W baśni przywołany został motyw śmierci małego, niewinnego dziecka, niepotrzebnej i niezrozumiałej. Jednak wrażliwy czytelnik – ukierunkowany przez pedagoga (terapeutę) – odnajdzie w samym fakcie śmierci nowy sens i zrozumie, na czym polega jej piękno. Śmierć dziewczynki z zapalkami przedstawiona bowiem została jako najszcześniejszy moment życia, przynosi pocieszenie i wyzwolenie, stanowi bramę, która wiedzie do innego – lepszego wymiaru. Bohaterce w tej dro-

⁷ Zob. Z. Brzuchowska, „*Królowa Śniegu*” Hansa Christiana Andersena a szansa logoterapii [w:] *Noosfera literacka. Problemy wychowania i terapii poprzez literaturę dla dzieci*, red. A. Ungeheuer-Gołąb, M. Chrobak, Rzeszów 2012.

⁸ D. Żebrowska, *Poznawcze i wychowawcze wartości baśni Hansa Christiana Andersena*, „Studia Gdańskie”, t. V: *Wizje i rzeczywistość*, red. E. Baniecka, Gdańsk 2008, s. 152–153.

⁹ E. Ogłóża, *Wokół opowieści Hansa Christiana Andersena. O radości czytania*, Katowice 2014, s. 260–261.

dze towarzyszyła ukochana babcia – jak opisuje Andersen: „chwyciła dziewczynkę w ramiona i poleciały w blasku i w radości wysoko, a tam już nie było ani chłodu, ani strachu – były bowiem u Boga”¹⁰.

Dlaczego warto zajmować się tym tekstem? Uważna lektura wyzwala empatię, rodzi wrażliwość na krzywdę, współczucie dla bohaterki, ale może też zachęcić do rozważań, co bym zrobił/zrobiła, będąc na miejscu dziewczynki, żeby przetrwać¹¹. Historia opowiedziana przez Andersena może uczyć dzielności, wytrwałości w dążeniu do celu, wiary w siebie, ale też doceniania tego, co mamy, np. rodziny, przyjaciół – bliskich. Warto również zwrócić uwagę na podjęty przez pisarza temat śmierci jako momentu granicznego¹², momentu przekroczenia, wyzwolenia, co wiąże się z odniesieniem do wiary w Boga. Taka interpretacja uruchamia mechanizm projekcji – rzutowania swoich negatywnych, traumatycznych doznań i przeżyć. Pozwala na pokonanie lęku przed śmiercią, z przesłania baśni emanuje bowiem nadzieja i pokrzepienie, które uświadamiają, że ostatnie chwile życia mogą być piękne.

Analogiczny wątek porusza książka Ericka-Emmanuela Schmitta *Oskar i pani Róża*¹³. Tytułowy bohater to dziesięcioletek od dłuższego czasu chorujący na białaczkę. Ani chemioterapia, ani przeszczep szpiku kostnego nie przyniosły poprawy jego stanu zdrowia. Sytuacja wydaje się beznadziejna, stresująca i frustrująca, gdyż za dwanaście dni pożegna się ze światem żywych. Mimo to chłopiec chce żyć normalnie i tak jak jego zdrowi rówieśnicy zaspokajać swoje potrzeby – zabawy, ruchu, kontaktu z innymi, akceptacji, miłości i przyjaźni. Lęk przed śmiercią paraliżuje dorosłych rodziców i lekarzy, którzy starają się go zagłuszyć. Rodzice Oskara nie potrafią rozmawiać o umieraniu, bardzo trudno im zrozumieć, że ich jedynak odejdzie na zawsze. Szukają różnych pomysłów i sposobów przewyciężenia tego stanu (np. kupowanie prezentów, wspólne czytanie instrukcji do gier,

¹⁰ H.Ch. Andersen, *Dziewczynka z zapalkami* [w:] tegoż, *Baśnie*, Warszawa 1980, s. 132.

¹¹ Podobną interpretację zachowania tytułowej bohaterki, z perspektywy psychoanalizy i w nawiązaniu do archetypu Dzikiej Kobiety, przedstawiła Clarissa Pinkola Estés, która uważa, że mała sprzedawczyni zapalek poniekąd poddała się, tracąc nadzieję i instynkt przetrwania. Brak jej siły i determinacji. Badaczka przestrzega współczesne kobiety przed wzorcem takiej postawy: „Co ma zrobić dziewczynka z zapalkami? Gdyby miała zdrowy instynkt, zauważyłaby możliwość wyboru. Pójść do innego miasta, zdobyć coś na podpałkę, nazbierać węgla w jakiejś piwnicy. Dzika Kobieta wiedziałaby, co robić. Ale dziewczynka z zapalkami nie ma już kontaktu z Dziką Kobietą. Jej dzika dusza zamarza na mrozie, zostaje tylko cielesna powłoka chodząca jak w transie”. Jak przekonuje Estés, duński baśniopisarz na kanwie historii małego dziecka ukazał motyw niszczenia (niewykorzystania) własnego potencjału. Zob. C.P. Estés, *Biegająca z wilkami. Archetyp Dzikiej Kobiety w mitach i legendach*, Poznań 2001, s. 346–347.

¹² Z punktu widzenia filozofii Karla Jaspersa przeżycie sytuacji granicznej (np. cierpienie, choroba, śmierć bliskiej osoby) ma wymiar etyczny i egzystencjalny, ponieważ skłania człowieka do dokonania wyboru moralnego i staje się źródłem jego podmiotowości, doskonalenia. Zob. K. Rozmanowska, *Sytuacja graniczna jako moment doświadczenia w ujęciu Karla Jaspersa*, „Studia Philosophiae Christianae” 2012, t. 48, nr 3.

¹³ E. Schmitt, *Oskar i pani Róża*, Kraków 2004.

często też zostawiają chorego sam na sam z muzyką). Jednak najlepsza dla Oskara okazuje się propozycja cioci Róży, by mały pacjent doświadczył wszystkich etapów życia w skróconym dwunastodobowym cyklu.

Oswajanie młodocianych odbiorców z zagadnieniem śmierci stało się, jak zauważa Bernadeta Niesporek-Szamburska, jedną z ról literatury dziecięcej¹⁴. Służą temu m.in. opisy sytuacji dzieci chorych, leżących w sali szpitalnej, pokazujące oddziaływanie choroby na stan psychiczny pacjentów. Według Ireny Boreckiej:

Choroba zawsze, w mniejszym lub większym stopniu, utrudnia realizację dotychczasowych zadań i zaspokajanie potrzeb. Wywołuje zatem gniew pacjenta. Agresję swoją kieruje on często przeciwko personelowi medycznemu, własnej rodzinie, ale i przeciwko samemu sobie. Choroba zmusza go do uczenia się nowej roli, roli chorego, pacjenta, kuracjusza, osoby niepełnosprawnej. Rzutuje to niekorzystnie na jego kondycję psychiczną i sposób zachowania się¹⁵.

Nieuleczalnie chory Oskar jest oburzony na swoich rodziców, uważa ich za głupców i tchórzy. Ma im za złe, że go unikają i nie chcą (nie potrafią) rozmawiać o śmierci. Czuje się oszukany i pozostawiony samemu sobie. Dlatego pisze listy do Pana Boga, w których relacjonuje zdarzenia z ostatnich dni swojego życia. W ten sposób oswaja się z myślą o śmierci¹⁶, jednocześnie docenia smak pełni życia: „życie to taki dziwny prezent. Na początku się je przecenia; sądzi się, że dostało się życie wieczne. Potem się go nie docenia, uważa się, że jest do chrztanu, za krótkie, chciałoby się niemal je odrzucić. W końcu kojarzy się, że to nie był prezent, ale jedynie pożyczka. I próbuje się na nie zasłużyć”¹⁷.

Jak zauważa Małgorzata Latoch-Zielińska: „W chwili śmierci nasz bohater odnalazł sens swego krótkiego życia, odkrył, czym jest wiara i ufność. Nie byłoby to możliwe bez przyspieszonego kursu miłości do świata, ludzi i Boga”¹⁸. Filozofia życiowa nieuleczalnie chorego pacjenta może być mottem dla potencjalnych młodych czytelników. Jego sytuacja także budzi współczucie, podobnie jak w przypadku dziewczynki z baśni Andersena, ale jednocześnie swoją dojrzałą postawą wobec śmierci zyskuje podziw i uznanie. Małgorzata Gwadera słusznie wnioskuje, że chory na białaczkę Oskar staje się przewodnikiem oraz nauczycielem radości i pełni istnienia. Pokazuje, jak żyć i w konsekwencji – jak umierać¹⁹.

¹⁴ B. Niesporek-Szamburska, *Oswoić ze śmiercią – o jednej z ról literatury dziecięcej* [w:] *Noosfera literacka...*, s. 74.

¹⁵ I. Borecka, *Biblioterapia – nowa szansa książki*, Olsztyn 1992, s. 31.

¹⁶ Więcej na ten temat pisze Magdalena Wiczorkowska. Zob. też: *Oswajanie śmierci w kulturze popularnej na przykładzie fotografii Oliviero Toscaniego oraz książki „Oskar i pani Róża” Erica-Emmanuela Schmitta* [w:] *Problemy współczesnej tanatologii*, red. J. Kolbuszewski, Wrocław 2006.

¹⁷ E. Schmitt, *Oskar i pani Róża*, s. 74.

¹⁸ M. Latoch-Zielińska, Śmierć i cierpienie w literaturze dla dzieci i młodzieży na przykładzie książki Erica-Emmanuela Schmitta „Oskar i pani Róża” [w:] B. Myrdzik, I. Morawska, M. Latoch-Zielińska, *Przestrzenie rzeczywiste i wyobrażone. Metodyczny wielogłos o różnych przestrzeniach*, Lublin 2016, s. 243–244.

¹⁹ M. Gwadera, „Z mroku ku jasności”. *Cierpienie i śmierć we współczesnej literaturze dla dzieci i młodzieży* [w:] *Literatura dla dzieci i młodzieży (po roku 1980)*, red. K. Heska-Kwaśniewicz, Katowice 2008, s. 115.

Uogólniając i poszerzając perspektywę interpretacyjną utworu Schmitta, można powiedzieć, że jest to książka o mądrości i wierze, miłości i uporze, która pozwala spojrzeć z dystansem na sytuacje trudne, w jakich się znaleźliśmy. Pokazuje, jak mimo cierpień i zawirowań życiowych żyć z humorem i dystansem, cieszyć się z drobnych chwil, nie poddawać się, pokonywać strach oraz załamanie.

Czy można zestawić te dwie książki, używając literatury jako programu terapeutycznego? Wydaje się, że więcej je dzieli niż łączy. Przede wszystkim różną są postawy życiowe dziewczynki z zapalkami, niezaradnej i zagubionej, oraz rezolutnego, dojrzałego Oskara. Dostrzegamy krańcowo odmienne zachowania osób z otoczenia głównych bohaterów: w baśni są to obojętni ludzie, nieczuli na krzywdę sieroty, zajęci tylko swoimi sprawami, w drugiej opowieści występują kochający rodzice, życzliwi lekarze szukający za wszelką cenę ratunku dla małego pacjenta, ocalenia przed nieuchronną śmiercią. Na szczególne wyróżnienie zasługuje niezwykła i charyzmatyczna Pani Róża – „była zapaśniczka”, powierniczka i przewodniczka życiowa chłopca. Uświadamia ona chłopcu, że „życie jest kruche, delikatne [...] nie trwa wiecznie”²⁰.

Życie obojga małoletnich bohaterów przerywa śmierć, ale jej przyczyna nie jest taka sama, dziewczynka umiera z braku środków do życia oraz z powodu egoizmu społeczeństwa, które jej nie pomogło, zaś śmierć chłopca to następstwo nieuleczalnej choroby. Jednak płaszczyzna rozważań o śmierci zaproponowana młodemu odbiorcy w przywołanych utworach ma wspólny wymiar transcendentny, a jej sens nadaje Bóg. Śmierć bowiem to nie koniec, ale przejście do innego, lepszego świata. Śmierć – jak zauważa Danuta Jastrzębska-Golonka – jest darem, nagrodą za ból życia doczesnego²¹. Przyglądanie się losom bohaterów pozwala na konfrontację z różnorodnymi prawdami o świecie i relacjach międzyludzkich, a także zrozumienie wewnętrznych przeżyć i dylematów towarzyszących kształtowaniu własnego Ja. Oba teksty można zatem traktować jako swoistego rodzaju literaturę terapeutyczną, źródło refleksji nad samym sobą i rozwoju osobistego. Stanowią one dla młodych czytelników swoistą szkołę filozoficznego myślenia. Stawiają bowiem pytania o sens ludzkiego życia, dążenia i aspiracje, świat wartości, zasady moralne, dzięki którym łatwiej jest przezwyciężyć poczucie zagrożenia śmiercią czy chorobą. Nie pokazują one w sposób konkretny, jak radzić sobie z problemami życiowymi, stanowią raczej pewien uogólniony kontekst. Ich oddziaływanie może stanowić swoistą bazę dla innej formy terapii. Ważnym obszarem pracy z tekstem, odnoszącym się nie tylko do terapeutycznego czytania i posiłkowania się metaforami literackimi, jest koncepcja biblioterapii ekspresyjnej, stworzona przez Katarzynę Krasoń²². Terapeutycznemu czytaniu towarzyszy ekspresja oparta na

²⁰ E. Schmitt, *Oskar i pani Róża*, s. 12.

²¹ D. Jastrzębska-Golonka, *Kraina szczęśliwości czyli wątki religijne w baśniach H.Ch. Andersena* [w:] *Język, szkoła, religia*, red. A. Lewińska, M. Chmiel, Pelplin 2007, s. 170.

²² K. Krasoń, *Wymiary biblioterapii ekspresyjnej – kilka refleksji wprowadzających* [w:] *Ekspresja twórcza dziecka. Konteksty – inspiracje obszary refleksji*, red. K. Krasoń, B. Mazepa-Domagala, Katowice 2004.

działaniach przestrzennych, kinestetycznych, dotykowych, słuchowych. Dlatego warto wzmocnić oddziaływanie książek procesami związanymi z kreacją, które mają miejsce w innych dziedzinach twórczości, m.in. sztukach plastycznych²³.

Sztuka niosąca pomoc dzieciom

Potencjał sztuki, która pomaga dzieciom, dostrzega m.in. Koryna Opala-Wnuk²⁴. W swej pracy odwołuje się do prostych i spontanicznych działań twórczych, takich jak: zabawa z kredkami, farbami, plasteliną, malowanie palcami, wydzieranki z papieru, czy też wymyślanie scenek do odegrania, które pozwalają dziecku wyrazić skomplikowane emocje, jakich nie jest w stanie przekazać słowami.

Terapia poprzez rysunek, kolor, gest nie tylko poprawia koordynację ruchową i zwiększa koncentrację, ale przede wszystkim podnosi wiarę w siebie. Przynosi ulgę dziecku i daje wgląd w jego wnętrze. Warto zaznaczyć, że twórcze malowanie i rysowanie stymuluje rozwój dziecka, zaś barwa jest nośnikiem emocji i bardzo silnie oddziałuje na zmysły. Krystyna Moczia i Joanna Godawa opisują pięć kolorów, które według nich najbardziej nadają się na zajęcia terapeutyczne z dziećmi. Są to: zielony, niebieski, czerwony, żółty i pomarańczowy. Zdaniem badaczek przekaz emocjonalno-kolorystyczny tych barw jest czytelny i jasny w zastosowaniu²⁵. Zabawa kolorem, poprzez odwoływanie się do symboli, jest formą komunikacji z terapeutą, opisywania myśli i emocji, prowokuje dziecko do ukazywania swoich potrzeb i marzeń.

Niezależnie od tego, jaką postać przyjmą rezultaty działania plastycznego w odniesieniu do baśni Andersena, uzasadnione jest zastosowanie czerwieni jako barwy ognia²⁶, która może kontrastować z barwami zimnymi – białą, szarościami kojarzącymi się z zimnem, chłodem uczuć, nieprzyjaznym środowiskiem, brakiem ludzkich więzi, osamotnieniem, a nawet ze śmiercią. Powstające prace mogą odnosić się do symboliki ognia, który wiąże się z domowym ogniskiem i ciepłem, bo ogrzewa nas, dając siłę do realizacji planów i zamierzeń. Takiego ognia pragnęła dziewczynka z baśni Andersena, próbując ogrzać się przy blasku płonących zapalek.

Rola terapeuty jest dynamiczna, związana z projektowaniem aktywności plastycznej, dzięki której najłatwiej, za pomocą kształtów i kolorów, poruszyć

²³ Szerzej na ten temat pisze Maja Stańko-Kaczmarek. Zob. teŹe, *Arteterapia i warsztaty edukacji twórczej*, Warszawa 2013.

²⁴ K. Opala-Wnuk, *Sztuka, która pomaga dzieciom*, Łódź 2012.

²⁵ K. Moczia, J. Godawa, *Malowane słowem, gestem i oddechem...*, czyli koloroterapia na zajęciach terapeutyczno-rewalidacyjnych [w:] *Terapia pedagogiczna...*, s. 100.

²⁶ Koryna Opala-Wnuk przestrzega terapeutów, aby w pracy z dziećmi z ADHD nie używali koloru czerwonego, ponieważ jest on kolorem energetyzującym, co może wywołać u małych pacjentów jeszcze większe pobudzenie. Koloru czerwonego nie wykorzystujemy teŹ w arteterapii u dziećmi z nowotworem, ponieważ wpływa na wzrost komórek, również tych negatywnych. Zob. teŹe, *Sztuka...*, s. 85–86.

wyobraźnię i odkryć sens metafory. Aktywność plastyczna dzieci często wiąże się z silnymi doświadczeniami o charakterze emocjonalnym, może wspierać procesy przywoływania z pamięci ważnych doświadczeń i pobudzać występowanie pozytywnych odczuć. W wyniku oddziaływania terapeutycznego *Dziewczynki z zapalkami* uczniowie mogą utożsamić się z bohaterką i dojść do wniosku, że kiedy „tkwią w zimie” i nie mają słońca ani ognia, nie znajdują siły, aby pokonywać trudności i borykać się z twardą i okrutną rzeczywistością.

Refleksja wywołana baśnią i kreacją plastyczną sprzyja rozumieniu siebie, rozpoznawaniu oraz nazywaniu emocji i zachęca do wytyczenia strategii działania służącej przewyciężaniu problemów. Odzwierciedla to technika terapeutyczna „Słoneczny rysunek bez słońca” polegająca na tworzeniu przez dzieci w parze słonecznego obrazu, w którym nie mogą umiejscowić słońca. „Słońcem” mogą okazać się np. przyjaciele, rodzice, którzy nas wspierają, są życzliwi i pomocni. Dodatkowo występuje tu element integracji, gdyż młodzi artyści mają związane w parach ręce (lewą i prawą), które są wyłączone z pracy, co wymaga współdziałania i wzajemnej konsultacji²⁷.

Znakomitym dopełnieniem ćwiczenia jest drama *Dziewczynka z zapalkami*. Najlepiej wybrać do tej roli osobę, która potrzebuje dowartościowania. Dzięki odpowiedniej charakteryzacji (umorusana twarz, niedbały kostium i nieodzowny rekwizyt – zapalki), wnিকamy w atmosferę baśni. Bohaterka jest „niema”, siedzi skulona na podłodze. Grupa wchodzi w rolę przechodniów i każdy z nich wypowiada jedno pozytywne zdanie w kierunku dziewczynki bądź wykonuje przyjazny gest²⁸. Drama ma głęboki aspekt terapeutyczny. Jak zauważa Koryna Opala-Wnuk, dziecko grające rolę dziewczynki z zapalkami staje się postacią pozytywną, odbiera od grupy pochlebne, budujące informacje na swój temat. To powoduje proces wzrastania osobowości i przyczynia się nie tylko do samoakceptacji, ale też akceptacji tej osoby przez grupę²⁹.

Zdaniem Opali-Wnuk podczas zajęć terapeutycznych ważną jest postać mediatora będącego rodzajem wsparcia emocjonalnego. Taką postacią bliską naszej kulturze wydaje się anioł, który roztacza opiekę i spełnia życzenia, symbolizuje też tęsknotę do wieczności. W analizowanej przeze mnie baśni Andersena okazuje się nim zmarła babcia, która jako wzór religijności zjawia się po śmierci dziewczynki, by przeprowadzić ją do lepszego życia, tam, gdzie będzie szczęśliwa i kochana. Oskar też miał swojego Anioła Stróża – pracującą w szpitalu wolontariuszkę imieniem Róża. To jego przewodniczka, uświadamia, na czym polega sens cierpienia i śmierci. Wyjaśnia chłopcu w prosty sposób, że nikt nie może uniknąć cierpienia. Tłumaczy: „są dwa rodzaje bólu, [...] cierpienie fizyczne i cierpienie duchowe. Cierpienie fizyczne się znosi. Cierpienie duchowe się wybiera”³⁰.

²⁷ Tamże, s. 122.

²⁸ Tamże, s. 173.

²⁹ Tamże.

³⁰ E. Schmitt, *Oskar i pani Róża*, s. 46.

Lektura książki Schmitta uzmysławia uczniom, że ludzie boją się umierać, bo podobnie jak główny bohater odczuwają lęk przed śmiercią, czyli czymś nieznanym. Róża przekonuje Oskara: „Myśl o śmierci nie musi powodować bólu. [...] Wszystko zależy od ciebie”³¹. Wolontariuszka pomaga mu oswoić się z myślą o śmierci, a jednocześnie nawiązać kontakt z Bogiem. Chłopcu udaje się w ciągu kilkunastu dni świadomie przeżyć całe swoje życie. Dzięki temu dostrzega, iż bycie nieuleczalnie chorym może mieć pozytywne strony. Oskar odkrywa wielką tajemnicę, jak cieszyć się z każdego dnia, odnajdując na nowo jego piękno i sens życia. Jest to filozoficzne przesłanie książki Schmitta, które brzmi: „Codziennie patrz na świat, jakbyś oglądał go po raz pierwszy”³².

Ten aspekt refleksji o literaturze, będącej częścią programu terapeutycznego, możemy poszerzyć, wprowadzając kolejne techniki terapeutyczne proponujące połączoną ekspresję za pomocą malarstwa, rysunku oraz dramy. W ten sposób zachęcimy wychowanków do wyrażenia uczuć i poszukiwania pomysłów. Takie ćwiczenia dają dzieciom możliwość wykorzystania różnych sposobów wypowiedzi artystycznej, co wyzwała chęć podzielenia się swoimi troskami i radościami. Za pomocą techniki „Jesteś aniołem mojego życia”³³ młodzi artyści tworzą prace plastyczne przedstawiające postacie anioła, z wykorzystaniem różnych technik, np. anioł malowany na desce, wykonany ze sklejki, z doklejonymi papierowymi skrzydłami. W rozmowie z dziećmi wymieniamy cechy wewnętrzne i zewnętrzne anioła. Taki anioł, któremu można powierzyć wszystkie swoje problemy i tajemnice, pozwala twórcy wydobyć z siebie utajoną traumę, np. nieuleczalnej choroby. Jako modyfikację poprzedniego ćwiczenia warto wprowadzić technikę „Jesteś aniołem swojego życia”. Polega ona na tym, że dziecko maluje na dużym arkuszu skrzydła dla siebie. Dopasowuje je do swojego wzrostu, wtedy łatwiej mu wejść w rolę anioła. Pomocne mogą okazać się pytania: „Gdybyś był aniołem, to jaki byś był, czym byś się zajmował? Jak byś wyglądał?”³⁴ To ćwiczenie, oprócz rozwijania fantazji i kreatywności, pomaga w rozpoznaniu swoich emocji, a także wytyczeniu celów życiowych. Jest wskazane dla dziecka z niską samooceną i zachwianym poczuciem własnej wartości. Kluczowe dla działań są słowa terapeuty, które dodają wychowankowi wiary i pewności siebie: „To przecież ty jesteś aniołem swojego życia”³⁵.

Zaprezentowane techniki pobudzają rozwój świadomości uczestników warsztatów. Przekonanie, że każdy ma swojego anioła (to ludzie bliscy, np. rodzice, przyjaciele) i jednocześnie sam może być aniołem dla innej osoby, pomaga zbudować więzi z innymi, odnaleźć poczucie własnej wartości i sensu życia. Funkcja edukacyjna tego typu działań opiera się na wizualizacji skrywanych podświadomie

³¹ Tamże, s. 47.

³² Tamże, s. 73.

³³ K. Opala-Wnuk, *Sztuka...*, s. 127.

³⁴ Tamże.

³⁵ Tamże.

przez dziecko potrzeb i marzeń, dzięki czemu stają się one dla terapeuty źródłem wiedzy o wychowanku³⁶.

Jak widać na podstawie powyższych rozważań, czytanie odpowiednio dobrej literatury w powiązaniu z ekspresją artystyczną ma znaczący potencjał terapeutyczny i edukacyjny. Działanie literaturoterapii warto wzmocnić sztuką, aby wspomagać rozwój, wspierać w sytuacjach emocjonalnie trudnych oraz wzbogacać życie wewnętrzne uczestników warsztatów edukacji twórczej. Podzielałam stanowisko Adama Stankowskiego, że „najwyraźniejsze walory terapeutyczne zawarte są w oddziaływaniach wychowawczych w kręgu sztuki”³⁷.

Bibliografia podmiotowa

- Andersen H.Ch., *Dziewczynka z zapalkami* [w:] tegoż, *Baśnie*, Warszawa 1980.
Schmitt E., *Oskar i pani Róża*, Kraków 2004.

Bibliografia przedmiotowa

- Bettelheim B., *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, przeł. D. Danek, Warszawa 1986.
Borecka I., *Biblioterapia – nowa szansa książki*, Olsztyn 1992.
Borecka I., *Biblioterapia – teoria i praktyka*. Poradnik, Warszawa 2001.
Brzuchowska Z., „*Królowa Śniegu*” Hansa Christiana Andersena a szansa logoterapii [w:] *Noosfera literacka. Problemy wychowania i terapii poprzez literaturę dla dzieci*, red. A. Ungeheuer-Gołąb, M. Chrobak, Rzeszów 2012.
Estés C.P., *Biegająca z wilkami. Archetyp Dzikiej Kobiety w mitach i legendach*, Poznań 2001.
Gwadera M., „*Z mroku ku jasności*”. *Cierpienie i śmierć we współczesnej literaturze dla dzieci i młodzieży* [w:] *Literatura dla dzieci i młodzieży (po roku 1980)*, red. K. Heska-Kwaśniewicz, Katowice 2008.
Jastrzębska-Golonka D., *Kraina szczęśliwości, czyli wątki religijne w baśniach H.Ch. Andersena* [w:] *Język, szkoła, religia*, red. A. Lewińska, M. Chmiel, Pelplin 2007.
Konieczna E., *Arteterapia w teorii i praktyce*, Kraków 2003.
Krasoń K., *Wymiary biblioterapii ekspresyjnej – kilka refleksji wprowadzających* [w:] *Ekspresja twórcza dziecka. Konteksty – inspiracje obszary refleksji*, red. K. Krasoń, B. Mazepa-Domagala, Katowice 2004.
Latoch-Zielińska M., *Śmierć i cierpienie w literaturze dla dzieci i młodzieży na przykładzie książki Erica-Emmanuela Schmitta „Oskar i pani Róża”* [w:] B. Myrdzik, I. Morawska, M. Latoch-Zielińska, *Przestrzenie rzeczywiste i wyobrażone. Metodyczny wielogłos o różnych przestrzeniach*, Lublin 2016.
Moczia K., Godawa J., *Malowane słowem, gestem i oddechem..., czyli koloroterapia na zajęciach terapeutyczno-rewalidacyjnych* [w:] *Terapia pedagogiczna*, red. A. Sankowski, Katowice 2009.

³⁶ Techniki, które omówiłam w artykule, wykorzystałam na zajęciach z warsztatów edukacji twórczej ze studentami Uniwersytetu Rzeszowskiego II roku I. stopnia filologii polskiej specjalności logopedycznej.

³⁷ A. Stankowski, *Terapia pedagogiczna – wprowadzenie*, „Chowanna” 2009, t. 1, nr 32, s. 27.

- Molicka M., *Biblioterapia i bajkoterapia. Rola literatury w procesie zmiany rozumienia świata społecznego i siebie*, Poznań 2011.
- Ogłóza E., *Wokół opowieści Hansa Christiana Andersena. O radości czytania*, Katowice 2014.
- Opala-Wnuk K., *Sztuka, która pomaga dzieciom*, Łódź 2012.
- Rozmanowska K., *Sytuacja graniczna jako moment doświadczenia w ujęciu Karla Jaspersa*, „*Studia Philosophiae Christianae*” 2012, t. 48, nr 3.
- Stańko-Kaczmarek M., *Arteterapia i warsztaty edukacji twórczej*, Warszawa 2013.
- Świąc E., *Pomysły interpretacyjne a wartości (na przykładzie baśni)* [w:] *Terapia pedagogiczna*, red. A. Sankowski, Katowice 2009.
- Niesporek-Szamburska B., *Oswoić ze śmiercią – o jednej z ról literatury dziecięcej* [w:] *Noosfera literacka. Problemy wychowania i terapii poprzez literaturę dla dzieci*, red. A. Ungeheuer-Gołąb, M. Chrobak, Rzeszów 2012.
- Wieczorkowska M., *Oswajanie śmierci w kulturze popularnej na przykładzie fotografii Oliviero Toscaniego oraz książki „Oskar i pani Róża” Erica-Emmanuela Schmitta* [w:] *Problemy współczesnej tanatologii*, red. J. Kolbuszewski, Wrocław 2006.
- Żebrowska D., *Poznawcze i wychowawcze wartości baśni Hansa Christiana Andersena*, „*Studia Gdańskie*”, t. V: *Wizje i rzeczywistość*, red. E. Baniecka, Gdańsk 2008.

The therapeutic power of the literature and other fields of art discovering the meaning of the life and the death

Abstract

In the article I am taking reflection about the therapeutic value of art. I propose to juxtapose Hans Christian Andersen's fairy tale *The Girl with matches* and Eric Emmanuel Schmitt's book *Oskar and Mrs. Rose* with artistic expression and therapy through drama. I am paying attention to the subject raised by writers of the death being comforting and freeing. Understanding of this message, thanks to the participation in therapeutic classes, helps to discover the meaning of the life and at the same time allows you to overcome the fear of death and become familiar with its inevitability.

Key words: bibliotherapy, art therapy, suffering and the death in the literature, the literature for children and adolescents