

FILMOTERAPIA W RESOCJALIZACJI – możliwości oddziaływań resocjalizacyjnych wobec osób nieprzystosowanych społecznie poprzez terapię przez film.

Ceniona angielska arteterapeuta A.Gilroy analizując wyniki badań przeprowadzanych na przestępcach uczestniczących w różnego rodzaju programach arteterapeutycznych, zaznacza konieczność ewidencjonowania i standaryzowania takich badań, a także stałego ich kontynuowania. Wydaje się to być szczególnie ważnym postulatem w odniesieniu do polskiej praktyki arteterapeutycznej w zakładach karnych i oddziaływaniach resocjalizacyjnych. Opisuując część badań podkreślała, że przede wszystkim „arteterapeuci badali, czy pomiędzy arteterapią a systemem więziennictwa istnieje napięcie twórcze, czy też konflikt, którego celem jest karanie, ograniczanie, kontrolowanie i redukowanie ryzyka. Pomimo tego, że nie badano bezpośrednio zastosowania różnych podejść arteterapeutycznych do różnego rodzaju układów i potrzeb, to jednak skupiono się na tym jak można dotrzeć do sytuacji powodującej przestępstwo”¹. Wobec przestępców z problemami psychiatrycznymi, leczonych w szpitalach poprzez działania arteterapeutyczne dociera się do ich zachowań i uczuć w celu powściągnięcia tych ostatnich, poprawy komunikacji, zwiększenia możliwości wglądu w problem. W konsekwencji dąży się do zmiany kryminogennych zachowań i obniżenia prawdopodobieństwa powrotu do życia przestępczego². Warto zaznaczyć, że arteterapia w Anglii - czy na świecie - znana i stosowana jest już od dawna, a intensyfikację tego typu działań w wielu różnych dziedzinach (np. w medycynie, edukacji, resocjalizacji, psychiatrii) obserwowano po II wojnie światowej, kiedy niejako przeżywała swój renesans. W Polsce pomimo wielu publikacji³ i programów wprowadzających techniki arteterapeutyczne do placówek resocjalizacyjnych⁴, jest to wciąż rodzaj terapii traktowany z dystansem. Andrea Gilroy uspokaja, że to naturalny etap, przez który również angielscy arteterapeuci musieli przejść. Odpowiedzią na tą sytuację jest propagowanie technik arteterapeutycznych i zachęcanie terapeutów do badania swych podopiecznych i ewidencjonowania uzyskanych wyników, a także ich publikację – aby uwiarygodnić osiągnięte rezultaty na gruncie resocjalizacyjnym. Przede wszystkim chodzi tu o badania eksperymentalne, narracyjne, opisowe, prowadzone równoległe z badaniami podłużnymi – co zdaniem autorki bardzo wzmocniłoby ten dział pracy arteterapeutycznej⁵.

Pisząc o możliwości wykorzystania techniki filmoterapii (jednej z technik arteterapeutycznych) w pracy resocjalizacyjnej, a w szczególności w zakładach karnych – brałam pod uwagę ograniczenia, jakie w tego typu placówkach występują. Ograniczenia te to

1 A. Gilroy, Arteterapia – badania i praktyka, wyd. AHE, Łódź 2009, s. 190.

2 Tamże, s.190.

3 M.in. Konopczyński M., Metody twórczej resocjalizacji, wyd. PWN, Warszawa 2006.

4 M.in. Teatr „Po drodze...” działający w Zakładzie Karnym w Kłodzku.

5 A. Gilroy, Arteterapia..., dz. cyt., s. 192.

przede wszystkim utrudniony dostęp do sprzętu DVD i/lub wideo czy rzutników multimedialnych, problemy lokalowe a także przepisy prawne regulujące publiczne odtwarzanie filmów (czyli „użytek inny niż domowy”, choć jak niedawno stwierdził żartobliwie jeden z moich studentów pracujący jako wychowawca penitencjarny – można próbować wyjaśniać takim instytucjom jak m.in. ZAiKS, że dla skazanych zakład karny w danym momencie jest domem... więc nie ma tu przeszkód natury prawnej dla bezpłatnej emisji filmów). Aktualnie emitowanie filmów w zakładach karnych łączy się z koniecznością płacenia tzw. tantiemu - opłaty z tytułu praw autorskich. Opłaty tego typu w Polsce pobiera ZaiKS. Zwolnione z tego typu opłat są m.in. posługi duszpasterskie i działalność edukacyjna (niedochodowa)⁶. Jednak o tym, czy filmoterapia w danym zakładzie karnym może być uznana za działalność edukacyjną i tym samym być zwolniona z konieczności płacenia tantiemów – może lokalnie zdecydować ZaiKS. Oczywiście jakiegokolwiek opłaty ponoszone przez zakłady karne są dla nich dodatkowym obciążeniem i mogą być powodem zaniechania sesji filmoterapeutycznych – ze stratą dla osadzonych. Dlatego warto starać się o obniżenie tej opłaty lub całkowite odstąpienie od niej ZaiKSu. W tym celu należy złożyć pisemny wniosek do Dyrekcji Okręgowej ZaiKSu – odpowiedniej dla danego zakładu karnego, w którym opisane zostaną cele filmoterapii, podane tytuły filmów, a także w kilku zdaniach opisany przebieg zajęć filmoterapeutycznych (m.in. częstotliwość np.1 raz w tygodniu, ilość osób uczestniczących, osoba prowadząca). Ponieważ jest to specyficzna sytuacja – nie ma gotowych standardów postępowania, ale można to potraktować jako atut – szansa na odstąpienie od pobierania opłaty przez ZaiKS jest duża.

Filmoterapia, czyli terapia poprzez film, jako jedna z technik arteterapeutycznych, bazuje na założeniu, że „film zaliczany jest do dziedzin szeroko rozumianej sztuki, zatem - podobnie jak dzieła innych dziedzin sztuki – posiada właściwości terapeutyczne”⁷. S. Lowry uważa, że „oglądanie filmu polega na rozumieniu i współprzeżywaniu, na wchodzeniu w rolę i identyfikowanie się”⁸, co wyjaśnia w sposób praktyczny mechanizmy, jakie zachodzą pomiędzy widzem i filmem, odpowiedzialne za terapeutyczny wpływ filmów. Film jest dziełem bardzo złożonym, a przez to wielu arteterapeutów uważa, że siła jego oddziaływania jest zwielokrotniona. W filmie obserwujemy tzw. zalew bodźców, ponieważ wyodrębnić nim możemy: obraz, muzykę, dźwięk, kolor, ruch, kompozycję, ważne są również takie komponenty jak bohaterowie (pozytywni i negatywni), akcja, fabuła, struktura filmu, sposób narracji, przekazywane emocje, język (sposób komunikacji bohaterów), struktury socjalne i interakcje między bohaterami⁹, subiektywne spojrzenie przekazywane przez twórców filmu, efekty specjalne dające wrażenie nierealności, bajkowości, magii. Jeśli przeprowadzamy terapię przy użyciu muzyki (muzykoterapię), to w filmie muzykę mamy połączoną m.in. z obrazem i kolorem, kompozycją, postaciami itp. Czyli film bez muzyki działa słabiej na

⁶ Por. USTAWA O PRAWIE AUTORSKIM I PRAWACH POKREWNYCH. z dnia 4 lutego 1994 r. (Dz. U. 1994 r. Nr 24 poz. 83, z późniejszymi zmianami), Art. 31.

⁷ B. Szczupał, Filmoterapia jako jedna z metod pracy z dziećmi, /w:/ Krasoń K., Mazepa – Domagała B. /red./, W kręgu sztuki i ekspresji dziecka. Rozważania inspirujące, wyd. GWSP, Mysłowice – Katowice 2006, s. 365.

⁸ Por. J. Ostaszewski, Rozumienie opowiadania filmowego, wyd. UJ, Kraków 1999, s. 41 i następane.

⁹ Por. E. Schrotter – Gottingen, Filmen sehen - heist filmem erleben. Einführung in medienpädagogische Ansätze im Krankenhaus, Jahrbuch Freizeit 1998, s. 130.

odbiorcę niż film pięknie udźwiękowiony z dobrze dopasowaną linią muzyczną, podobnie jak pojedynczy obraz, na który patrzymy oddziaływują na nas słabiej niż cała sekwencja obrazów. Gdyby dodać do niego ruch, utworzyć z sekwencji obrazów historię, film – będzie to dzieło oddziałujące na nas silniej niż pojedynczy obraz. Oglądając horror czy thriller bez dźwięku – nie będzie on dla nas tak straszny (może nawet wyda się groteskowy), z kolei słuchając samej ścieżki dźwiękowej z tego filmu – nasz organizm może reagować na wytwarzany przez muzykę nastrój grozy, ale dopiero w połączeniu z obrazem oddziaływanie będzie najsilniejsze.

Działania terapeutyczne i lecznicze poprzez odpowiednio dobrany film polegają na wykorzystywaniu takich walorów terapeutycznych (również resocjalizacyjnych) jak:

- **możliwości wywoływania reakcji psychosomatycznych**, takich jak m.in. wzrost ciśnienia krwi, wzmożone pocenie się, podwyższone napięcie mięśni, przyspieszenie akcji serca, redukcje bólu, wydzielanie hormonów i inne¹⁰ (co istotne - zmiany te wywoływane bez użycia medykamentów są pozbawione ryzyka skutków ubocznych);
- **możliwość wpływu na sferę wolicjonalno - normatywną** – czyli możliwość zmiany funkcjonowania jednostki i jej osobowości poprzez uruchomienie procesu internalizacji norm przejmowanych od bohatera filmu¹¹ lub ich odrzucenie, w wyniku przeżycia ich negatywnych konsekwencji w czasie seansu filmowego;
- **możliwość modyfikacji sfery behawioralnej** – o której pisała już S. Masgutowa¹², osiąganie zmian zachowania i poznania, poprzez przejmowanie wzorców zachowań zaobserwowanych u bohaterów filmowych (np. zaniechanie zachowań agresywnych ze względu na ich negatywne skutki przeżywane przez bohatera filmu);
- **oddziaływanie na sferę emocjonalną** widza, poprzez wywołanie katharsis¹³ (coraz częściej określanego jako psychokatharsis), widz uczestnicząc niejako w filmie i przeżywając zawarte w nim emocje, a następnie ich kumulację (co doprowadza do swoistego wybuchu i uzewnętrznienia nagromadzonych emocji) doznaje swego rodzaju oczyszczenia (rozładowania napięcia emocjonalnego, odprężenia psychofizycznego), które znane już było w starożytności i łączone z oglądaniem tragedii greckich;
- **zmiany w sferze poznawczo - intelektualnej** są możliwe m.in. dzięki walorom edukacyjnym filmów wykorzystywanych w terapii, widz śledząc fabułę zapoznaje się również z różnego rodzaju informacjami „dodatkowymi”, jak np. miejsce akcji (miasto, kraj), czas akcji (tło historyczne), tło kulturowe itp., poszerzając tym samym swoją wiedzę, a czasem na bazie filmu rozwijane są zainteresowania (część arteterapeutów w tym celu wykorzystuje filmy przyrodnicze, historyczne, popularno - naukowe itp.)

10 E.J. Konieczna, Arteterapia w teorii i praktyce, wyd. Impuls, Kraków 2004, s. 141.

11 Tamże, s. 142.

12 S. Masgutowa, Psychoterapia przez sztukę, „Forum Psychologiczne” 1997 nr 1, t. II, s. 69 i 71.

13 Por. W. Szulc, Kulturoterapia – wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno – oświatowej w lecznictwie, wyd. Wydawnictwo Naukowe AM, Poznań 1994, s. 20.

Fenomen filmu polega m.in. na tym, że lubimy podglądać innych, utożsamiamy się z nimi, przenosimy na siebie ich emocje, zachowania, gusty, sposób porozumiewania się, naśladować ich. Filmy przejęły rolę bazarza, dzięki nim wymarła tradycja rodzinnego opowiadania fantastycznych historii, a obecnie pomału wymiera piękny zwyczaj opowiadania dzieciom bajek na dobranoc – bo przecież jest bajka w TV. Ponadto lubimy się bać – potrzebujemy tego, mamy to w genach? Nie jest to myśl odkrywczą, bo jak już wspomniano – starożytni pasjami oglądali tragedie, przeżywając je i doznając katharsis. Język filmu (obraz, muzyka, dźwięk i kolor) łatwiej trafiają do odbiorcy, poruszając bezpośrednio jego sferę emocjonalną. Oglądając film o miłości sami czujemy się zakochani, szczęśliwi, oglądając filmy pełne agresji – sami stajemy się agresywni, a oglądają ludzką tragedię, strach przed nieszczęściem, kataklizmem – sami przeżywamy strach i lęk, chcemy uciekać, czujemy się bezsilni. Ale film się kończy i wracamy do rzeczywistości... W zależności od oglądanego filmu – czujemy się odprężeni lub „naładowani emocjami” (szczególnie w przypadku filmów pełnych agresji i brutalnych scen).

Siła oddziaływania filmu może mieć także związek z neuronami lustrzanymi, odpowiadającymi za reakcje, jakie zachodzą pomiędzy obserwowaniem ruchów, zachowań innych ludzi (aktorów), a ich przetwarzaniem w naszym mózgu (neurony lustrzane) a następnie odwzorowywaniem w postaci mikronapięć w naszych mięśniach lub/i odtwarzaniem tych ruchów w rzeczywistości (zachowywanie się i poruszanie się tak jak bohater filmu). Umiejętność naśladowania jest tak ważna, ponieważ na niej opierają się oddziaływania edukacyjne, dzięki niemu uczymy się języka lub innych umiejętności, socjalizujemy się i wrastamy w naszą kulturę¹⁴. Lustrzane neurony pozwalają nam zrozumieć obserwowane czynności poprzez mapowanie ich we własnym mózgu w obszarach aktywowanych podczas wykonywania podobnych czynności. Na tym jednak nie koniec. Rośnie liczba dowodów wskazujących, że te lustrzane właściwości przypuszczalnie stanowią mózgową podstawę bardziej złożonych procesów poznania społecznego. Chodzi tu o rozumienie intencji innych osób czy zdolność „wchodzenia w czyjąś skórę”, aby np. lepiej zrozumieć jego argumenty podczas dyskusji¹⁵ lub podjąć decyzję o naśladowaniu ich zachowań, przejmowania ich sądów czy hierarchii wartości – tak jak to ma miejsce podczas filmoterapii. Terapeuta dąży do wprowadzania w miarę możliwości trwałych zmian w obrębie osobowości podopiecznych. Dlatego stosowanie filmoterapii w oddziaływaniach resocjalizacyjnych wydaje się tak ważne i obiecujące. Najczęściej osobowość jednostki nieprzystosowanej społecznie, wykołejonej czy zdemoralizowanej jest niewykształcona w sposób poprawny, dlatego wprowadzanie zmian jest tym trudniejsze - trzeba wyrównywać dysproporcje (braki, blokady) i modyfikować jednocześnie. Filmoterapia jest propozycją oddziaływania terapeutycznego spełniającą wszystkie oczekiwania czy wymagania niezbędne w pracy resocjalizacyjnej.

Ze względu na ograniczoną postać niniejszego artykułu zainteresowanych odsyłam do innych pozycji bibliograficznych z zakresu arteterapii i filmoterapii. Opis budowy sesji

14 M. Turner, Neurony lustrzane i roboty kontra autyzm, „Charaktery” 2008 nr 9, s. 10.

15 Tamże, s. 11.

terapeutycznej można znaleźć m.in. u W. Sikorskiego¹⁶, funkcje filmoterapii opisała m.in. E. J. Konieczna¹⁷, model postępowania w filmoterapii cytuje za innymi autorami B. Szczupał¹⁸. Bogatą propozycję filmów stosowanych do filmoterapii, jak również filmy muzyczno – taneczne można znaleźć m.in. w internecie¹⁹. W niniejszym artykule zamieszczam opis kilku proponowanych przeze mnie filmów, a także przykłady ćwiczeń z zakresu filmoterapii.

Poniższe zestawienie (tabela nr 1) stanowi propozycję i jest zaledwie wycinkiem możliwości zastosowania konkretnych filmów w procesie terapii poprzez film (filmoterapii). Obok tytułu filmu, osoby reżysera, roku produkcji i gatunku każdego filmu, zamieszczono również zestawienie problemów, jakie każdy z filmów porusza, co powinno ułatwić dopasowanie konkretnego filmu do grupy terapeutycznej (lub indywidualnego podopiecznego) i problemu, z jakim planuje się pracować. Dodatkowo zamieszczono również propozycje ćwiczeń – zadań, jakie można wykorzystać podczas sesji filmoterapii, aby zintensyfikować proces terapeutyczny rozpoczęty podczas emisji filmu. Zadania te również są jedynie propozycją, należy pamiętać, że każda grupa terapeutyczna wymaga indywidualnego podejścia i specyficznego potraktowania każdego problemu. Osoba przeprowadzająca sesje filmoterapeutyczne powinna umieć decydować, jaka forma zadań - ćwiczeń będzie najlepsza dla podopiecznych. Koniecznym jest, aby osoba prowadząca zajęcia z filmoterapii najpierw sama zobaczyła film, który planuje zaprezentować podopiecznym.

PROPOZYCJE ĆWICZEŃ DO WYBRANYCH FILMÓW

FILM „Teak the Lead” - „Wytańczyć marzenia”.

Zadanie nr 1. Jesteś „za” czy „przeciw”?

Po projekcji filmu uczestnicy dzielą się na 2 grupy. Do grupy „ZA” przechodzą osoby, które uważają, że taniec może odmienić nasze życie. Do grupy „PRZECIW” przechodzą osoby, które uważają, że taniec nie ma żadnej mocy sprawczej, co ma się stać w naszym życiu to i tak się stanie. Obydwie grupy przygotowują listę argumentów, popierających ich wcześniej przyjęte stanowisko (burza mózgów). Można spisać argumenty pojawiające się w filmie i własne. Podczas dyskusji grupy starają się nawzajem przekonać siebie do własnych argumentów – nie krytykując argumentów opozycji, ale przedstawiając własne zdanie. Uczestnicy mają możliwość zmiany grupy, jeśli poczują, że argumenty opozycji ich bardziej przekonują. Wygrywa to stanowisko, które zdołało zjednać sobie więcej zwolenników. Dyskusja kończy się – kiedy kończą się argumenty. Prowadzący stara się tak moderować dyskusję, aby wszyscy mieli możliwość zabrania głosu, a także aby uczestnicy odwołali się do wszystkich przykładów pojawiających się w filmie. Można ćwiczenie przeprowadzić przed

16 W. Sikorski, Werbalne i niewerbalne oddziaływania w psychoterapii, wyd. Engram, Warszawa 2009.

17 E. Konieczna, Arteterapia..., dz. cyt., s. 142.

18 B. Szczupał, Filmoterapia..., dz. cyt., s. 368.

¹⁹ Zainteresowanych zapraszam na www.arteterapia.opole.pl

projekcją filmu, a następnie po filmie podsumować dyskusję (czy ktoś pod wpływem filmu zmienił zdanie?).

Zadanie nr 2. Co by było gdyby...?

Uczestnicy przez chwilę zastanawiają się, co by było, gdyby w ich szkole (gdy byli nastolatkami) pojawił się nauczyciel tańca towarzyskiego? Czy ich życie mogłoby wyglądać dziś inaczej? Jeśli tak/nie to dlaczego?

FILM „American history” - „Więzień nienawiści”.

Zadanie nr 1. Nazista czy skinhead – czym się różnią?

Dlaczego Derek został skinheadem? W którym momencie życia dokonał złego wyboru? Czy mógł być skinheadem i inaczej pokierować swym życiem? Czy nazizm, ideologia skinhead i podkultura więzienna mają cechy wspólne?

FILM „Prestiż” – „Prestige” i „Iluzjonist” - „Iluzjonista”.

Zadanie nr 1. Co by było gdyby...?

Gdybyś miał umiejętność tworzenia iluzji – co chciałbyś najbardziej „wyczarować” i dlaczego? Czy można iluzję wykorzystywać do czynienia dobra i zła? Co ty byś wybrał?

Zadanie nr 2. Granica iluzji i realnego życia. Dobro i zło...(Prestiż).

W którym miejscu twoim zdaniem – obaj iluzjoniści przekroczyli granicę zabawy iluzją i zaczęli bawić się własnym życiem? Gdzie popełnili błąd? A może nie popełnili błędu?

FILM „The Fountain” – „Źródło”.

Zadanie nr 1. Sens życia, tajemnica śmierci.

„Drzewo życia”, „Źródło życia”, „Woda żywa”, Nieśmiertelność zawsze intrygowała ludzkość. Czy śmierć to początek czy koniec naszego życia, czy umierając całkiem odchodzimy? A może wtedy dopiero wybucha „Supernova” i powstaje nowa galaktyka? Dlaczego boimy się śmierci? Czy jest życie po śmierci? Czy nasza dusza może podróżować?

FILM „Hero” – „Bohater”.

Zadanie nr 1. Jak to się skończy?

W połowie filmu prowadzący przerywa projekcję i dzieli uczestników na 2-3 grupy. Zadaniem każdej grupy jest wymyślenie własnego zakończenia filmu. Można zasugerować podział na role i odegranie scenki zakończenia filmu. Grupy w formie konkursu mogą wyłonić najlepszą propozycję zakończenia. Następnie prowadzący kontynuuje projekcję filmu. Po filmie uczestnicy dyskutują i porównują własne propozycje zakończenia filmu i faktyczny koniec filmu.

FILM „Seven (7) pounds” – „Siedem dusz”.

Zadanie nr 1. Zbrodnia i odkupienie winy.

Czym jest zadośćuczynienie? Czy zadośćuczynienie jest ważne, czy może odkupić naszą winę? Czy w ten sposób można uzyskać uczucie wewnętrznego spokoju i uzyskania przebaczenia? Czy uratowanie komuś życia może być zadośćuczynieniem za pozbawienie kogoś życia? Czy gdybyś był w takiej samej sytuacji - też rozdałbyś swoje ciało? Czy takie postępowanie może być zadośćuczynieniem?

ZAKOŃCZENIE

Filmoterapia daje wiele możliwości przeprowadzania ciekawych i efektywnych sesji terapeutycznych, czy po prostu spotkań grupowych o charakterze edukacyjnym i kulturalno - oświatowym. Jej walory kulturotwórcze, edukacyjne, resocjalizacyjne i socjalizacyjne, wychowawcze a także ludyczne – powinny zachęcać do coraz częstszego wykorzystywania tej techniki arteterapeutycznej w różnego rodzaju placówkach resocjalizacyjnych, a zwłaszcza w zakładach karnych. Osadzeni stale oglądają filmy, więc wprowadzenie filmoterapii nie powinno stanowić takiego problemu, wystarczy to „zwykłe oglądanie filmów” przygotować - zaproponować specjalnie dobrane filmy i poszerzyć je o ćwiczenia związane z danym filmem, oczywiście nie zapominając o strukturze takich spotkań.

Zapraszam na moje autorskie szkolenia Akademia Choreoterapii i Arteterapii we Wrocławiu i w Sopocie!

Anna Glińska – Lachowicz, www.taniecserca.pl