

# Arteterapia w psychiatrii – tożsamość indywidualna a tożsamość grupowa

## Art therapy in psychiatry – individual identity vs. group identity

**Radosława Kompowska-Marek<sup>1, 2</sup>, Aleksandra Chmielnicka-Plaskota<sup>1, 2, 3</sup>,  
Anna Zielińska<sup>1, 2, 4</sup>**

<sup>1</sup>Instytut Edukacji Artystycznej, Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie

<sup>2</sup>Sekcja Arteterapii, Polskie Towarzystwo Psychiatryczne

<sup>3</sup>Mazowieckie Specjalistyczne Centrum Zdrowia im. prof. J. Mazurkiewicza

<sup>4</sup>Wydział Zarządzania Kulturą Wizualną, Akademia Sztuk Pięknych w Warszawie

### STRESZCZENIE

W artykule opisano półroczny cykl grupowych warsztatów arteterapeutycznych. Zastosowano metodę eksperymentu. Działania terapeutyczne w psychiatrycznym zakładzie opiekuńczo-leczniczym skierowano do chorych hospitalizowanych długoterminowo. Badano wpływ programu arteterapeutycznego na wzrost poczucia tożsamości pacjentów. Zwrócono uwagę na dodatkowy aspekt eksperymentu – aktywizację arteterapeutyczną, modyfikowanie funkcji poznawczych. Celem pobocznym programu było wsparcie leczenia farmakologicznego i psychoterapii prowadzonej na terenie oddziału. Aby określić efektywność programu, zastosowano Skalę tożsamości Eugeniusza Józefowskiego.

**Słowa kluczowe:** psychiatria, arteterapia, tożsamość

### ABSTRACT

This article describes a six-month series of group arts therapy workshops implemented as an experiment. The therapeutic activities, at the Psychiatric Care and Treatment Centre, were directed to long-term hospitalized patients. The effect of the arts therapy program on the increase of the patients' sense of identity was studied. An additional aspect of the experiment in the area of cognitive process stimulation and art therapy activation was highlighted. The secondary aim of the program was to support the pharmacological and psychotherapeutic treatment provided on the ward. Eugeniusz Józefowski Identity Scale was used to determine the effectiveness of the program.

**Key words:** psychiatry, art therapy, identity

#### NAJWAŻNIEJSZE

**Arteterapia zwiększa poczucie tożsamości indywidualnej i grupowej.**

#### HIGHLIGHTS

**Art therapy increases the sense of individual and group identity in patients.**



**Radosława Kompowska-  
-Marek,**

psycholog, arteterapeuta,  
doktorantka na Wydziale  
Pedagogiki Akademii  
Pedagogiki Specjalnej  
im. M. Grzegorzewskiej. Jest  
członkiem Sekcji Arteterapii  
Polskiego Towarzystwa  
Psychiatrycznego. Interesuje się  
tkaniną artystyczną, miejskim  
ogrodnictwem i tworzeniem  
animacji poklatkowych.

## WSTĘP

Głównym celem arteterapii w psychiatrii jest poprawa samopoczucia i jakości życia pacjentów. Ujawnienie ukrytych treści następuje w wyniku komunikacji zarówno werbalnej, jak i niewerbalnej. Dialog terapeutyczny umożliwia dotarcie do zasobów kreatywności jednostki. Pozwala interpretować emocje i zachowania chorego. Wpływa na wzmocnienie poczucia tożsamości, zwiększa samoświadomość. Powstaje przestrzeń umożliwiająca jednostce dokonanie zmian. Kluczowe w arteterapii jest stworzenie relacji terapeutycznej, różnej jednak od relacji terapeutycznej występującej w tradycyjnej psychoterapii [1]. W rehabilitacji psychiatrycznej są prowadzone działania arteterapeutyczne polegające na aktywizacji arteterapeutycznej uczestników, rozbudzaniu ich potencjału twórczego i kreatywności [2]. Podczas warsztatów arteterapeutycznych pacjenci gromadzą rozmaite doświadczenia oraz sądy (przekonania) odnoszące się do poczucia tożsamości. Tożsamość można porównać do duchowego, intelektualnego czy emocjonalnego portretu, budowanego w autonomicznym, samodoskonalącym się procesie [3].

Termin *tożsamość* pojawia się jako tło procesów subiektywizacji, humanizacji, indywidualizacji i personalizacji jednostki. Problematyka tożsamości dotyka takich zagadnień jak relacja świata i świadomości osoby, tego, co realne i idealne, materialne i duchowe. Zagadnienia dotyczące tożsamości obejmują sferę psychiczną i społeczną. Na tożsamość składają się czynniki personalne, indywidualne i psychiczne. Odgrywa ona znaczącą rolę w kształtowaniu osobowości i ma wpływ na biografię danej osoby. Pojęcie tożsamości występuje w kontekście dwóch najważniejszych dla człowieka relacji: stosunku do siebie samego i stosunku do innych ludzi, a więc zarazem do kultury i tradycji. Wskazuje ono na szczególny typ związku, jaki łączy podmiot z nim samym – z jednej strony z jego własną psychofizyczną i moralną kondycją (*self identity*), z drugiej zaś – z innymi ludźmi. Tadeusz Paleczny wyróżnia trzy wymiary tożsamości: duchowy – łączący człowieka i sferę *sacrum*, psychiczny – stanowiący konsekwencję wpływu dziedziczności i oddziaływania środowiska oraz społeczny – związany z przynależnością kulturową. Tożsamość to suma jednostkowych, biopsychicznych cech danej osoby oraz tego, co pochodzi ze świata zewnętrznego, środowiska, sygnałów i analizy rzeczywistości na różnych jej płaszczyznach. Tożsamość kulturowa lokuje człowieka w konkretnym miejscu w świecie, nadając mu cechy jednostkowe, porównywalne, relatywne do sytuacji społecznej [3].

Tożsamość umiejscawia człowieka w społeczeństwie, nadając mu sens życia, sytuuje w strukturze relacji interpersonalnych, pełnionych funkcji społecznych. Poszukiwaniami

z zakresu zrozumienia tożsamości człowieka zajmował się również francuski filozof Paul Ricoeur [4]. W swojej koncepcji człowieka określa on trzy typy tożsamości: tożsamość osobową – jaźń, właściwą dla bytu człowieka, tożsamość narracyjną – świadomość własnej postaci, ujawniającą się w opowieści człowieka o sobie samym, i etyczną – odpowiedzialność za swoje poczynania. Kształtowanie tożsamości poprzez odpowiedzialność za własne czyny, a w konsekwencji bycie sobą, stanowi o wierności samemu sobie i swoim wartościom [5].

Założenia badawcze omawianego eksperymentu opracowano na podstawie koncepcji Eugeniusza Józefowskiego, która zakładała pracę nad tożsamością w kierunku rozwoju samoświadomości w obszarze treści „ja” społecznego i „ja” indywidualnego. „Ja” indywidualne dotyczy własnych kompetencji: wyglądu, charakteru, aspiracji i celów życiowych. Natomiast tożsamość społeczna w tej teorii to przekonania jednostki dotyczące postrzegania jej przez innych oraz charakteru pełnionych przez nią funkcji społecznych [6].

## METODOLOGIA BADAŃ

Mając na uwadze wymogi i ograniczenia badania eksperymentalnego, projektem objęto 20 pacjentów hospitalizowanych w województwie mazowieckim. Badanie trwało 21 tygodni. Przeprowadzono 21 warsztatów arteterapeutycznych. Warsztaty odbywały się raz w tygodniu i trwały każdorazowo godzinę. Program realizowano w grupie zamkniętej. Pomiar zmiennych przeprowadzono w grupie eksperymentalnej i kontrolnej po zakończeniu warsztatów. Poddano analizie wpływ cyklu zajęć arteterapeutycznych na poczucie tożsamości. Porównano wyniki badań w obu badanych grupach. W postępowaniu badawczym wykorzystano Skalę tożsamości Eugeniusza Józefowskiego. W prezentowanych badaniach opisano część projektu badawczego pt. *Pedagogiczne aspekty arteterapii w kontekście przemian współczesnej psychiatrii*. Przedstawiono cykl warsztatów odnoszący się do pracy w obszarze tożsamości indywidualnej i społecznej.

## CEL BADAŃ

Przedmiotem przeprowadzonych badań była tożsamość, celem – ukazanie wpływu cyklu warsztatów arteterapeutycznych na intensyfikację jej określonych obszarów. W modelu ilościowym określono wpływ programu arteterapeutycznego na poczucie tożsamości. Przyjęto pytanie badawcze: „Czy i w jakim stopniu udział w warsztatach arteterapeutycznych wpływa na rozwój tożsamości?”. Za zmienną niezależną przyjęto cykl warsztatów, wyznaczono dwie zmienne zależ-

ne: tożsamość indywidualną i społeczną, tworzące system wiedzy o sobie. Przyjmując za Józefowskim tezę o złożonej budowie wymienionych form tożsamości, wyróżniono komponenty podlegające aktywizacji.

## NARZĘDZIE BADAWCZE

Skala tożsamości, której autorem jest Eugeniusz Józefowski, bada znaczenie przypisywane aktywności warsztatowej przez osoby w nich uczestniczące. Składa się z dwóch podskal dotyczących tożsamości indywidualnej i społecznej. Badany udziela odpowiedzi na pytania, korzystając z pięciostopniowej skali. Wyniki interpretuje się poprzez obliczenie średniej każdej z podskal i odnosi się je do trzech poziomów: niskiego, średniego i wysokiego. Tożsamość indywidualna składa się z następujących czynników: autorefleksyjności, uświadomienia osobistych celów i dążeń, zmiany przekonań o „ja”, poszerzenia wiedzy o „ja”, uświadomienia wartości, poznania siebie, określenia źródeł trudności. Na tożsamość społeczną składają się: refleksje dotyczące relacji społecznych, uświadomienie celów i dążeń w sferze społecznej, a także przekonania o społecznym postrzeganiu [6].

## GRUPA BADANA

Badaniem objęto 20 osób przebywających na oddziale psychiatrycznego zakładu opiekuńczo-leczniczego (ZOL). Osoby badane zostały losowo przydzielone do dwóch równolicznych grup: eksperymentalnej i kontrolnej. Wszystkich badanych z grupy eksperymentalnej poddano programowi arteterapeutycznemu. Grupa kontrolna nie uczestniczyła w programie. Wszyscy pacjenci wyrazili dobrowolną zgodę na udział w badaniu. Szczegółowy podział chorych ze względu na płeć, wiek oraz wykształcenie prezentuje tabela 1. Jednostki chorobowe osób uczestniczących w badaniu znajdują się w tabeli 2.

## HIPOTEZY BADAWCZE

W badaniach założono skuteczność metod arteterapii w rehabilitacji psychiatrycznej, a także wpływ przeprowadzonego programu arteterapeutycznego na podwyższenie poczucia tożsamości indywidualnej i społecznej osób badanych.

## PROGRAM ARTETERAPEUTYCZNY

Opracowany program arteterapeutyczny zakładał wykorzystanie technik sztuk wizualnych. W oparciu o przesłanki teoretyczne program przyjął formę arteterapii grupowej. Przewidywane zmiany zarówno dotyczyły wymiaru indywidualnego, jak i miały następować między uczestnikami podczas ich interakcji. Program arteterapeutyczny uwzględniał oddziaływania na płaszczyznach intrapersonalnej, a także interpersonalnej. Tabela 3 przedstawia harmonogram warsztatów arteterapeutycznych dotyczących obszaru tożsamości.

## WYNIKI

Uzyskane wyniki wskazują na istotne zmiany w zakresie badanych zmiennych. Stwierdzono wpływ programu arteterapeutycznego na podwyższenie poczucia tożsamości indywidualnej i społecznej u badanych osób. W przełożeniu na poziomy uzyskane w obu podskalach tożsamości – indywidualnej i społecznej – wyniki utrzymują się na poziomie wysokim. Średnie wartości tożsamości indywidualnej i społecznej dla grupy badawczej zamieszczono w tabeli 4. W przypadku tożsamości indywidualnej średnia wyniosła 22,5, natomiast dla tożsamości społecznej – 10,2.

Arteterapia grupowa. „Autoportret z chorobą”, ceramika.



**Tabela 1.** Dane demograficzne osób biorących udział w programie arteterapeutycznym.

| Liczba badanych osób | Wiek badanych |       |       | Płeć |   | Wykształcenie |          |         |
|----------------------|---------------|-------|-------|------|---|---------------|----------|---------|
|                      | 26–40         | 41–50 | 51–70 | K    | M | podstawowe    | zawodowe | średnie |
| 10                   | 2             | 3     | 5     | 5    | 5 | 2             | 2        | 4       |

**Tabela 2.** Grupa eksperymentalna.

| Jednostka chorobowa | depresja psychotyczna F.20.4 | zaburzenia afektywne dwubiegunowe F.7 31 | schizofrenia paranoidalna F.20 | zaburzenia depresyjne nawracające F.33 |
|---------------------|------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------|
| Liczba osób         | 1                            | 1                                        | 6                              | 2                                      |

**Tabela 3.** Harmonogram warsztatów arteterapeutycznych dotyczących obszaru tożsamości indywidualnej i społecznej.

| Lp. | Moduł 3 h                      | Temat/technika                                                                      | Cele                                                                                                                                                                                                                           | Mechanizmy terapeutycznej zmiany                                                                                                        |
|-----|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Autorefleksyjność              | Ja i moje imię – my i nasze imiona / rysunek, malarstwo                             | autorefleksja, integracja obrazu siebie, aktywizacja arteterapeutyczna, poznanie i doświadczanie siebie w obszarze sztuki                                                                                                      | poszerzenie świadomości, zmiana oceny samego siebie, korektywne doświadczenie emocjonalne, wgląd, <i>katharsis</i> , zrozumienie siebie |
|     |                                | Bordiura – inicjał / rysunek                                                        |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
|     |                                | Moja przyszłość / rzeźba / praca w przestrzeni                                      |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
| 2.  | Uświadomienie osobistych celów | Drzewo napiętniejszych wiadomości / instalacja                                      | rozbudzenie świadomości osobistych pragnień i dążeń, wzbudzanie wewnętrznej samoświadomości, uczenie się poprzez zagłębienie w wewnętrzne silne emocje                                                                         |                                                                                                                                         |
|     |                                | Najlepszy prezent w życiu / malarstwo                                               |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
|     |                                | Przedstaw swoje trzy życzenia / malarstwo                                           |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
| 3.  | Zmiana przekonań o „ja”        | Pozytywny obraz samego siebie – mężczyzna i kobieta jako obiekt sztuki / instalacja | budowanie pozytywnego wizerunku samego siebie, refleksja, wzmacnianie poczucia własnej wartości, budowanie racjonalno-społecznych przekonań o sobie                                                                            |                                                                                                                                         |
|     |                                | Ja i moje ciało / praca z ciałem, paradoks, rzeczywistość – fantazja                |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
|     |                                | Cztery pory roku / malarstwo                                                        |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
| 4.  | Poszerzenie wiedzy o „ja”      | Historia spotkania Adama i Ewy / instalacja                                         | tożsamość indywidualna i społeczna – poszerzenie wiedzy o „ja” i „inni”, budowanie tożsamości postaci i relacji społecznych, intuicja i interpretacja doświadczeń                                                              |                                                                                                                                         |
|     |                                | Nasze miasto / malarstwo                                                            |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
|     |                                | Babie lato / instalacja                                                             |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
| 5.  | Uświadomienie wartości         | W dłoni mamy świat / monotypia                                                      | refleksja na temat niepowtarzalności każdego człowieka oraz własnych potrzeb, celów i wartości na tle grupy społecznej; wzmacnianie poczucia własnej wartości; rozpoznawanie własnych pragnień i dążeń na tle grupy społecznej |                                                                                                                                         |
|     |                                | Bezludna wyspa / malarstwo                                                          |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
|     |                                | Mój anioł / malarstwo                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
| 6.  | Poznanie siebie                | Zajęcia wprowadzające do cyklu arteterapii / rozmowa                                | werbalizacja myśli, wzbudzanie wewnętrznej i zewnętrznej samoświadomości, stymulacja polisensoryczna                                                                                                                           |                                                                                                                                         |
|     |                                | Linia życia / instalacja                                                            |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
|     |                                | Autoportret z chorobą / ceramika                                                    |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
| 7.  | Określenie źródeł trudności    | Spotkanie w Londynie / scenografia, projekcja dramatyczna                           | nabywanie dystansu do urazowych doświadczeń, analiza sposobu myślenia o sobie; rozszerzenie perspektywy dotyczącej możliwości przeżywania i przewyżczania trudności w obrębie choroby                                          |                                                                                                                                         |
|     |                                | Moje bezpieczne miejsce / rysunek, relaksacja                                       |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |
|     |                                | Pranie myśli, doświadczanie siebie w przestrzeni sztuki / malarstwo, instalacja     |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                         |

Opracowanie: Anna Zielińska (na podstawie [8]).

**Tabela 4.** Średnie dla tożsamości indywidualnej i społecznej.

| Tożsamość indywidualna | Tożsamość społeczna | Poziom |
|------------------------|---------------------|--------|
| 25,5                   | 10,2                | wysoki |

Analizie poddano również średnie uzyskane przez pacjentów dla czynników składających się na tożsamość indywidualną (tab. 5). W przypadku wszystkich pytań uzyskano średnie wyniki powyżej 3, co oznacza w każdym analizowanym przypadku poziom wysoki.

niez głębsze samopoznanie „ja” w procesie hospitalizacji, możliwość pełniejszego zobrazowania procesu doświadczania siebie w obszarze choroby [7]. Zaobserwowano także oddziaływanie sztuki w obszarze poznawczym, emocjonalnym i behawioralnym. Rozwój osobowości jest

**Tabela 5.** Średnie dla czynników składających się na tożsamość indywidualną.

| Tożsamość indywidualna         | Średnia | Numer pytania | Poziom |
|--------------------------------|---------|---------------|--------|
| Autorefleksyjność              | 3,7     | 1             | wysoki |
| Uświadomienie osobistych celów | 3,5     | 3             | wysoki |
| Zmiana przekonań o „ja”        | 3,7     | 5             | wysoki |
| Poszerzenie wiedzy o „ja”      | 3,5     | 6             | wysoki |
| Uświadomienie wartości         | 4,0     | 8             | wysoki |
| Poznanie siebie                | 3,8     | 9             | wysoki |
| Określenie źródeł trudności    | 3,3     | 10            | wysoki |

**Tabela 6.** Średnie dla czynników składających się na tożsamość społeczną.

| Tożsamość społeczna                             | Średnia | Numer pytania | Poziom |
|-------------------------------------------------|---------|---------------|--------|
| Refleksje dotyczące relacji społecznych         | 3,4     | 2             | wysoki |
| Uświadomienie celów i dążeń w sferze społecznej | 3,4     | 4             | wysoki |
| Przekonania o postrzeganiu społecznym           | 3,4     | 7             | wysoki |

**Tabela 7.** Przedziały punktowe dla poziomów w podskalach tożsamości (na podstawie [2]).

| Poziomy | Tożsamość indywidualna | Tożsamość społeczna |
|---------|------------------------|---------------------|
| niski   | 7–12                   | 3–5                 |
| średni  | 13–24                  | 6–10                |
| wysoki  | 25–35                  | 11–15               |

Analiza poszczególnych czynników składających się na tożsamość społeczną (tab. 6) również wykazała, że średnie wyniki dla wszystkich składowych tożsamości społecznej są na poziomie wysokim.

związany ze zdrowiem psychicznym człowieka, dlatego też zagadnienia sztuki i zdrowia psychicznego są ważnym aspektem dotyczącym roli arteterapii w psychiatrii.

## PODSUMOWANIE

Program arteterapeutyczny uruchomił mechanizmy zmiany oceny siebie, co pokrywa się z założeniami terapeutycznymi. Otrzymane wyniki wskazują, iż program arteterapeutyczny wpłynął istotnie na zmianę tożsamości indywidualnej i społecznej osób badanych. Wyniki plasują się na poziomie wysokim. Warsztaty pomogły osobom badanym uzyskać wgląd we własne doświadczenia osobowe, w tym w psychopatologię choroby. W grupie osób badanych odnotowano aktywizację i poszerzenie horyzontów dotyczących wielu możliwości przeżywania i radzenia sobie z trudnościami w procesie choroby. Stwierdzono rów-

Arteterapia grupowa. „Moja przyszłość”, praca w przestrzeni.



## PISMIENICTWO

1. Patejuk-Mazurek I. Dialog arteterapeutyczny z pacjentem. In: Łoza B, Chmielnicka-Plaskota A, Rudowski T (ed). *Arteterapia: od teorii do terapii. Podręcznik przedmiotu*. Wydawnictwo APS, Warszawa 2013: 78-81.
2. Nawrot H, Trzaskowski P, Chmielnicka-Plaskota A et al. Świadomość własnego potencjału twórczego u osób z zaburzeniami afektywnymi dwubiegunowymi – studium przypadku. In: Łoza B, Chmielnicka-Plaskota A (ed). *Arteterapia. Vol. 2. Difin, Warszawa 2014: 52-8.*
3. Paleczny T. *Socjologia tożsamości*. Oficyna Wydawnicza AFM, Kraków 2008: 19-20.
4. Ricoeur P. *Filozofia osoby*. Wydawnictwo Naukowe Papieskiej Akademii Teologicznej, Kraków 1992.
5. Ricoeur P. *O sobie samym jako innym*. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2005: 273.
6. Florczykiewicz J, Józefowski E. *Arteterapia w edukacji i resocjalizacji. Wybrane działania arteterapeutyczne i studia empiryczne*. Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego, Siedlce 2011: 181.
7. Zielińska A, Chmielnicka-Plaskota A, Łoza B et al. *Arteterapia w procesie leczenia psychiatrycznego. Autoportret z chorobą*. In: Łoza B, Chmielnicka-Plaskota A (ed). *Arteterapia. Vol. 2. Difin, Warszawa 2014: 104-7.*
8. Zielińska A. *Pedagogiczne aspekty arteterapii w kontekście przemian współczesnej psychiatrii*. Warszawa 2020, niepublikowana praca doktorska.

### **Adres do korespondencji**

Radosława Kompowska-Marek  
Instytut Edukacji Artystycznej,  
Akademia Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej  
02-302 Warszawa, ul. Spiska 16  
tel.: 22 589 36 88; faks: 22 658 11 18  
e-mail: kompowska@wp.pl