



Formy audiowizualne w arteterapii. Wprowadzenie w problematykę Audiovisual Forms in Art Therapy. An Introduction to the Issues

ABSTRACT

RESEARCH OBJECTIVE: The aim of this article is to introduce the issue of using audiovisual forms in art therapy and to define their potential therapeutic value within the context of contemporary practices.

THE RESEARCH PROBLEM AND METHODS: The central research problem concerns the ways and extent to which audiovisual forms can support the therapeutic process. The study employs a literature review as well as a comparative analysis of existing theoretical approaches and therapeutic practices involving media.

THE PROCESS OF ARGUMENTATION: The article examines the historical and theoretical background of integrating audiovisual forms into art therapy. It then classifies the primary types of application: film therapy, creative film expression, and experimental audiovisual forms. Furthermore, it discusses the therapeutic potential of these modalities, along with limitations related to their use – such as legal, ethical, and technological barriers.

RESEARCH RESULTS: The analysis reveals that audiovisual forms can effectively support the therapeutic process, particularly when working with individuals who have limited communication abilities or who are experiencing intense emotional states. Their multimedia nature enables complex, multisensory expression and fosters the integration of personal narratives.

CONCLUSIONS, RECOMMENDATIONS AND APPLICABLE VALUE OF RESEARCH: This article presents preliminary reflections on the topic. The author advocates for the expansion of media competencies among art therapists. The issues discussed herein highlight the need for further research into the effectiveness and safety of incorporating audiovisual forms into therapeutic practice.

→ **KEYWORDS:** **ART THERAPY, COMMUNICATION, AUDIOVISUAL FORMS,
 FILM THERAPY, EXPERIMENTAL AUDIOVISUAL FORMS**

STRESZCZENIE

CEL NAUKOWY: Celem artykułu jest wprowadzenie do problematyki zastosowania form audiowizualnych w arteterapii oraz określenie ich potencjalnej wartości terapeutycznej w kontekście współczesnych praktyk.

PROBLEM I METODY BADAWCZE: Główny problem badawczy dotyczy sposobów i zakresu, w jakim formy audiowizualne mogą wspierać proces terapeutyczny. Zastosowano metodę analizy literatury przedmiotu oraz analizę porównawczą istniejących podejść teoretycznych i praktyk terapeutycznych z wykorzystaniem mediów.

PROCES WYWODU: W toku wywodu przeanalizowano tło historyczne i teoretyczne integracji form audiowizualnych z arteterapią, a następnie sklasyfikowano podstawowe typy zastosowań: filmoterapię, twórczą ekspresję filmową oraz eksperymentalne formy audiowizualne. Omówiono także potencjał terapeutyczny wymienionych form oraz ograniczenia wynikające z ich stosowania, takie jak kwestie prawne, etyczne, a także bariery technologiczne.

WYNIKI ANALIZY NAUKOWEJ: Wyniki analizy wykazały, że formy audiowizualne mogą skutecznie wspierać proces terapeutyczny, szczególnie w pracy z osobami o ograniczonych możliwościach komunikacyjnych lub doświadczającymi trudnych emocji. Ich multimedialny charakter pozwala na złożoną, wielozmysłową ekspresję i sprzyja integracji osobistej narracji.

WNIOSKI, REKOMENDACJE I APLIKACYJNE ZNACZENIE WPŁYWU BADAŃ: Tekst jest zbiorem uwag wstępnych dotyczących poruszanego w temacie zagadnienia. Autor tekstu postuluje konieczność poszerzenia zakresu kompetencji medialnych wśród arteterapeutów. Omawiana w artykule problematyka wymaga dalszych badań nad skutecznością i bezpieczeństwem stosowania form audiowizualnych w terapii.

→ **SŁOWA KLUCZOWE:** ARTETERAPIA, KOMUNIKACJA, FORMY AUDIOWIZUALNE, FILMOTERAPIA, EKSPERYMENTALNE FORMY AUDIOWIZUALNE

Wstęp

W ostatnich dekadach zakres arteterapii znacznie się poszerzył, obejmując różnorodne formy ekspresji artystycznej wykraczające poza tradycyjne sztuki plastyczne, muzykę czy teatr. Jednym z obszarów, które mają szansę na dynamiczny rozwój w najbliższej przyszłości, jest wykorzystanie form audiowizualnych jako narzędzi oddziaływania. Niniejszy artykuł stanowi wprowadzenie w teoretyczne i praktyczne aspekty wykorzystywania tego typu metod w kontekście terapeutycznym.

Współczesna arteterapia rozwija się w intensywnie zmieniającym się świecie w kontekście kulturowym i technologicznym, w którym obraz, dźwięk i narracja audiowizualna odgrywają coraz większą rolę w codziennej komunikacji i wyrażaniu emocji. Nowe

media łączą w sobie różnorodne kanały percepcyjne i oferują uczestnikom¹ odmienne od tradycyjnych form terapii sztuką możliwości ekspresji.

Celem niniejszego artykułu jest przedstawienie potencjału zastosowania poszczególnych form audiowizualnych w arteterapii oraz wprowadzenie w główne aspekty teoretyczne i praktyczne tego podejścia. Podejmowany temat wpisuje się w rosnące zainteresowanie wykorzystaniem multimediów w psychoterapii, pedagogice oraz działaniach arteterapeutycznych, a jednocześnie wskazuje na potrzebę wypracowania solidnych ram metodologicznych dla tej praktyki. Wciąż bowiem brakuje ugruntowanej wiedzy na temat skuteczności i ograniczeń tego typu działań, a dostępne badania mają charakter rozproszony i często nieporównywalny.

W artykule skoncentrowano się na trzech głównych typach wykorzystania form audiowizualnych w kontekście terapeutycznym: filmoterapii, twórczej ekspresji filmowej oraz eksperymentalnych formach audiowizualnych. Każdy z tych wariantów niesie odrębny potencjał terapeutyczny, ale i specyficzne wyzwania natury technicznej, emocjonalnej i etycznej.

Zamiarem autora artykułu jest również podkreślenie znaczenia kompetencji medialnych terapeuty – coraz istotniejszego obszaru wiedzy i umiejętności niezbędnego do bezpiecznego i skutecznego stosowania narzędzi audiowizualnych w praktyce terapeutycznej i rozwojowej.

Komunikacja przez sztukę w nowych czasach

Współczesne społeczeństwo funkcjonuje w przestrzeni kulturowej zdominowanej przez przekazy audiowizualne. Ruchomy obraz, dźwięk i dynamiczna narracja multimedialna stały się podstawowym językiem komunikacji masowej, kształtując sposób, w jaki ludzie postrzegają rzeczywistość, budują tożsamość i nawiązują relacje społeczne. Film, telewizja, Internet, platformy streamingowe czy media społecznościowe nie tylko dostarczają treści, ale wpływają na struktury myślenia, emocjonalności i codzienne interakcje. W tym kontekście komunikacja staje się coraz bardziej złożona, wielokanałowa i immersyjna.

Audiowizualność jako dominujący sposób przekazu charakteryzuje się silnym oddziaływaniem na sferę emocjonalną i intelektualną. Przekaz wizualny jest natychmiastowy, intuicyjny i często bardziej sugestywny niż język werbalny. Dźwięk (zarówno muzyka, jak i efekty akustyczne) wzmacnia ten przekaz, tworząc doświadczenia o wysokim stopniu myślowego i emocjonalnego zaangażowania. W rezultacie odbiorca nie tylko rozumie komunikat, ale również go przeżywa.

¹ W artykule zastosowano ogólne określenie „uczestnika” w odniesieniu do osób biorących udział w arteterapii. Ze względu na charakter działań, takich jak terapeutyczne, diagnostyczne, profilaktyczne, rewalidacyjne, resocjalizacyjne i inne, można mówić także o uczestnictwie pacjentów lub klientów.

Ekspansja mediów elektronicznych przeobraziła środowisko sztuki. Jak zauważa Lew Manovich, metamedialność stała się nową strategią i praktyką awangardową wyrażającą się obecnie poprzez nowe techniki dostępu do mediów i tworzenia, manipulowania formami (Manovich, 2001). Autor przyznaje, że nowe media odgrywają olbrzymią rolę w sztuce współczesnej, ale dostrzega ich znaczenie właściwie tylko w jednym obszarze. Chodzi o zupełnie nowe sposoby i techniki komunikacyjne. Słusznie stwierdza Piotr Zawojski, pisząc, że:

[...] jeśli nawet dzisiejsza awangarda w porównaniu do starej nie jest tak odkrywczą w zakresie form wypowiedzi, to przecież właśnie cybersztuka proponuje nowatorskie tropy związane nie tylko z technikami i modelami komunikacyjnymi, ale też przekształceniem ról artysty i odbiorcy (2018, s. 143).

Cybersztuka staje się dla odbiorcy formą partycypacji, a dzieło sztuki przestaje być tylko obrazem. Staje się multisensorycznym zdarzeniem, w którym łączą się w sposób płynny transgeniczna wizualność, taktylność i audialność.

Widz sztuki wirtualnej pozostaje zarówno na zewnątrz zdarzenia artystycznego, jak i wchodzi w głąb tego zdarzenia, stając się jego częścią. Tym samym powstaje nowy model komunikacji z dziełem, który odrzuca rozdział odbiorcy i dzieła na rzecz umiejscowienia widza wewnątrz obrazu. Akt komunikacji jest zarazem aktem immersji, zanurzenia użytkownika w przestrzeni dźwiękowej i obrazowej oraz taktylnie wyczulonej. Odbieranie przekazu sztuki jest poczuciem obecności tegoż dzieła, doświadczania go, przenikania się z nim (Regiewicz, 2012, s. 319).

Nową sytuację odbiorczą można scharakteryzować jako percepcję totalną, integrującą multisensoryczne doznania: wizualne, akustyczne i sensoryczne.

Dzieło sztuki w dobie nowych mediów może więc być odbierane za pomocą kilku zmysłów równocześnie. Można je oglądać, słuchać, a także poddawać działaniu odbiorcy.

Jednocześnie każde dzieło może zostać sprowadzone do dyskursu metaartystycznego, które dla odbiorcy będzie podstawą do komunikacji z samą strukturą dzieła. Sztuka interaktywna zmienia zatem charakter aktu komunikacyjnego, który każe uobecniać dzieło nie w momencie działań artystycznych twórcy – jako jego rezultat – ale jako interakcję odbiorczą (Regiewicz, 2012, s. 319).

Warto zaznaczyć, że w kontekście arteterapii komunikacja poprzez sztukę zyskuje dodatkowy wymiar. Twórczość staje się nie tylko sposobem wyrażania siebie, ale także ścieżką do wglądu w siebie, przetworzenia trudnych doświadczeń i nawiązania relacji z innymi w sposób pozawerbalny. Umożliwia komunikowanie treści, które są zbyt bolesne, zbyt złożone lub zbyt wczesne, by mogły zostać ujęte w słowa. Tym samym sztuka staje się językiem alternatywnym – bardziej intuicyjnym, afektywnym i wieloznacznym, a przez to niezwykle przydatnym w pracy z osobami doświadczającymi trudności emocjonalnych czy rozwojowych.

Współczesne społeczeństwo medialne wytwarza nowe formy ekspresji tożsamości i relacji międzyludzkich. Przekazy wizualne, takie jak selfie, vlogi, krótkie filmy na Tik-Toku czy Instagramie, stają się środkiem do autoekspresji, autoprezentacji oraz budowania relacji społecznych. Jednocześnie jednak generują nowe problemy. Są nimi: powierzchowność przekazu, nadmiar bodźców, zniekształcenie obrazu rzeczywistości czy presja kultury wizerunku. W kontekście terapeutycznym konieczne staje się rozumienie tych mechanizmów, a także ich potencjalnego wpływu na dobrostan psychiczny jednostek – zwłaszcza dzieci, młodzieży i osób szczególnie podatnych na przekazy medialne.

Wykorzystanie poszczególnych form audiowizualnych w arteterapii

Arteterapia stosowana jako forma komunikacji pozawerbalnej może stanowić odpowiedź na wyzwania wynikające z życia w społeczeństwie nasyconym obrazami i dźwiękami. Włączenie mediów audiowizualnych do procesu terapeutycznego pozwala na twórcze przepracowanie treści kulturowych, zinternalizowanych przekazów medialnych i osobistych narracji. Jednocześnie stwarza przestrzeń do rozwijania krytycznego myślenia, refleksji oraz umiejętności świadomego odbioru i tworzenia treści audiowizualnych, co staje się współcześnie niezbędną kompetencją społeczną i terapeutyczną.

Wymienione niżej formy audiowizualne stanowią autorską propozycję wykorzystania ich w ramach arteterapii.

Filmoterapia – wykorzystanie gotowych obrazów filmowych

Należy wziąć pod uwagę fakt, że:

[...] w Polsce rozwijają się dwa nurty arteterapii. Jeden z nich jest ukierunkowany edukacyjnie i osadzony w naukach humanistycznych, jego założenia formułowane są na gruncie sztuki i pedagogiki. Drugi nurt, rozwijający się w medycynie, jest związany z wykorzystaniem sztuki w pracy z pacjentami dotkniętymi chorobami somatycznymi, psychicznymi i innymi problemami mającymi źródło w głębokich warstwach psychiki (Józefowski, 2012, s. 11).

Taki sposób pojmowania arteterapii odzwierciedla się również w różnych sposobach rozumienia filmoterapii. Różnorodność ta wynika także w dużej mierze z braku jednej uniwersalnej metody filmoterapeutycznej. Sztuka filmowa pozwala na zastosowanie jej w ramach diagnozy problemu, profilaktyki, wychowania i edukacji (Skorupa i in., 2018a, 2018b), rewalidacji, resocjalizacji (Kozubek, 2016) czy też rekreacji. Poprzez oglądanie i omówienie właściwie dobranych utworów audiowizualnych dostarczane jest wsparcie psychiczne, które pozwala uczestnikowi na lepsze radzenie sobie z problemami lub chorobą.

Wbrew powszechnej opinii problematyka terapii za pomocą sztuki filmowej nie została podjęta wraz z publikacją polskiego artykułu Marka Haltofa (1985) oraz zagranicznego autorstwa Lindy Berg-Cross, Pameli Jennings i Rhoda Barucha (1990). Pierwszą

prawdopodobnie publikacją o zastosowaniu filmów w terapii jest praca Jacoba Levy'ego Moreno z 1944 roku, zatytułowana *Psychodrama and Therapeutic Motion Pictures* (Moreno, 1944).

Filmoterapia wykorzystuje sztukę filmową jako narzędzie oddziaływania na uczestnika działań terapeutycznych. W tym celu stara się posiłkować wszelkimi walorami i wartościami prezentowanymi przez konkretne dzieła audiowizualne. Odbiorca filmu wykonuje poznawczą pracę nad opowiadaniem filmowym, jego bohaterami, rekonstruuje brakujące informacje oraz angażuje się emocjonalnie w oglądane obrazy, przez co doświadczać może różnorodnych mechanizmów wpływu (Mytnik-Daniluk, 2019). Opowiadanie filmowe i jego narracyjna forma zachęcają odbiorców do intelektualnej pracy nad oglądanym dziełem oraz generowania u widza zróżnicowanych pod względem jakości i intensywności emocji (Pisarek i Francuz, 2007). W literaturze poświęconej odbiorowi sztuki filmowej oraz filmoterapii odnaleźć można wiele potencjalnych mechanizmów wpływu filmu na widza. Michał Brol (2014) wymienia zjawiska identyfikacji i projekcji, które opisywali między innymi Hugo Münsterberg i Edgar Morin. Innymi dobrze opisanymi mechanizmami są asymilacja przedstawiona przez Noëla Carrolla (1990) i internalizacja z interioryzacją (Tyburska, 2002). Martyna Harland i Bartosz Szymczyk (2018) dodają, że filmy wpływają na większy wgląd w siebie, a także uczą sposobów radzenia sobie z problemami przez modelowanie.

Bardzo ważne jest, aby po recepcji filmu przeprowadzić z uczestnikiem filmoterapii dyskusję (Mekhakyán i in., 2018). Osoba ta powinna odnieść obejrzone dzieło do swoich doświadczeń życiowych i osobistych problemów. Należy omówić film, biorąc pod uwagę jego komponenty mające znaczenie w procesie terapeutycznym (np. sylwetki bohaterów i relacje między nimi, muzykę filmową i kolorystykę filmu) oraz wszelkie doznania i myśli uczestnika powstałe w trakcie obcowania z dziełem. Terapeuta czy też inny podmiot posługujący się w swoich działaniach filmoterapią nie powinien wywierać nadmiernego wpływu na osobę prowadzoną. Rozmowa powinna przebiegać w sposób zapewniający poszanowanie dla odmiennej oceny i rozumienia filmu przez uczestnika, ale też tak, aby spełnione zostały założone wcześniej cele. Terapeuta zobowiązany jest do pomocy w zwróceniu uwagi na znaczące elementy w procesach percepcji i przyjęciu wartościowych treści, odkryciu oraz konstruktywnym wykorzystaniu napływających myśli i emocji, a także do wspierania uczestnika w czasie trwania filmoterapii.

Warto podkreślić, że w literaturze przedmiotu poświęconej filmoterapii dominuje przekonanie o możliwości wykorzystania filmów będących dziełami skończonymi, czyli formalnie zamkniętymi, spójnymi pod względem narracyjnym, o jasno określonej strukturze. Dzięki temu film jest postrzegany jako optymalne narzędzie do pracy terapeutycznej. Pozwala na identyfikację z bohaterami, analizę procesów emocjonalnych oraz interpretację symboliki w ramach ograniczonego czasowo spotkania lub sesji. Tymczasem znacznie rzadziej rozpatruje się możliwość wykorzystania w procesach terapeutycznych innych form audiowizualnych, takich jak seriale czy wideoklipy, mimo że korzystają one z tego samego medium. Serial różni się od filmu przede wszystkim strukturą narracyjną. Oparty jest na epizodyczności, często rozciąga opowieść w czasie, umożliwiając

stopniowy rozwój postaci i wątków (a nawet zmianę głównych bohaterów w kolejnych sezonach serialu). Sprzyjać to może długofalowemu procesowi terapeutycznemu, ale jednocześnie utrudniać przeprowadzenie pełnej analizy w ramach jednych zajęć czy nawet cyklu spotkań. Wideoklip natomiast charakteryzuje się wysokim poziomem kondensacji znaczeń i emocji, a jego forma oparta jest często na poetyce skrótu, symbolu i ekspresji muzyczno-wizualnej, co czyni go bardziej impresyjnym niż narracyjnym. Mimo że zarówno serial, jak i wideoklip mogą oddziaływać terapeutycznie, ich potencjał w tym kontekście pozostaje w dużej mierze niezbadany i niedoceniony, co wskazuje na potrzebę poszerzenia pola badań nad audiowizualnością w arteterapii.

Twórcza ekspresja filmowa – aktywne tworzenie własnych filmów

Twórcza ekspresja filmowa, rozumiana jako proces aktywnego tworzenia własnych materiałów audiowizualnych², posiada ogromny potencjał w praktykach terapeutycznych i edukacyjnych. W odróżnieniu od biernej filmoterapii, która opiera się na odbiorze gotowego dzieła filmowego, zajęcia wykorzystujące twórczą ekspresję polegają na realizacji własnych materiałów filmowych, np. krótkometrażowych filmów, etiud, dokumentów, wideo-artów czy audiowizualnych esejów. W ramach zajęć grupowych (choć możliwy jest również indywidualny sposób realizacji) uczestnicy angażowani są w wieloetapowy proces, obejmujący planowanie, pisanie scenariusza, reżyserowanie, nagrywanie, montaż oraz prezentację własnych historii. Taka metoda oddziaływania nie tylko pobudza wyobraźnię, ale również aktywizuje kompetencje komunikacyjne, społeczne i emocjonalne.

Możliwe są różne formy realizacji ekspresji filmowej: od prostych nagrań realizowanych telefonem, przez krótkie etiudy fabularne i dokumentalne, aż po dłuższe formy audiowizualne. Niezależnie od technicznego poziomu wykonania wartość terapeutyczna polega na samym akcie tworzenia, to jest możliwości przekształcenia doświadczeń wewnętrznych w widzialny komunikat audiowizualny. Proces ten sprzyja również auto-refleksji i dystansowi wobec trudnych emocji, ponieważ przenosi je w bezpieczną przestrzeń narracji filmowej (Chmielnicka-Plaskota i Florczykiewicz, 2020).

Tworzenie filmu daje możliwość ekspresji przeżyć i myśli, które często trudno jest wyrazić w formie werbalnej. Poszczególne komponenty sztuki filmowej tworzą przestrzeń, w której uczestnik może zbudować symboliczną opowieść o sobie, swoich emocjach i doświadczeniach (Mytnik-Daniluk, 2019). Istotne jest również to, że proces filmowy wymaga współpracy, dzielenia się zadaniami i podejmowania decyzji, dzięki czemu staje się narzędziem wspierającym rozwój umiejętności interpersonalnych i poczucia sprawczości. Włączenie elementów twórczości filmowej do programów terapeutycznych i rozwojowych otwiera nowe perspektywy pracy z osobami w różnym wieku i z różnymi

² Ten rodzaj wykorzystania filmu w terapii bywa nazywany w literaturze filmoterapią czynną (zob. Konieczna, 2003).

potrzebami. W dobie dominacji mediów wizualnych oraz łatwej dostępności technologii aktywne tworzenie filmów może stanowić nie tylko formę ekspresji, ale także ważny kanał komunikacji, integracji i budowania tożsamości w środowisku społecznym.

Metoda twórczej kreacji pozwala nie tylko opisywać oraz interpretować własne myśli, postrzeganą rzeczywistość czy wyrażać siebie w kreatywny i oryginalny sposób. Daje również możliwość na odkrycie i rozwijanie swoich potencjałów oraz talentów. Warto dodać, że obie formy filmoterapii: wykorzystująca gotowe dzieła filmowe do oglądania i analizy, a także tworzenie własnych filmów mogą uzupełniać się i być stosowane łącznie w zależności od celów terapeutycznych i potrzeb uczestników.

Eksperymentalne formy audiowizualne – wykorzystanie obrazu, dźwięku i innych mediów

Eksperymentalne formy audiowizualne stanowią niezwykle interesujący obszar potencjalnych zastosowań w arteterapii. W przeciwieństwie do klasycznych filmów fabularnych, o ugruntowanej pozycji w filmoterapii, formy eksperymentalne (np. *video-art*, *found footage*, abstrakcyjne animacje, instalacje multimedialne) nie pojawiają się w opracowaniach naukowych jako narzędzia terapeutyczne. Tymczasem właśnie ich otwarta, często nienarracyjna struktura oraz nacisk na subiektywność doznań stanowią o ich unikatowej wartości w kontekście terapii sztuką.

Eksperymentalność w ujęciu audiowizualnym opiera się na łamaniu konwencji klasycznego montażu, dekonstrukcji narracji i poszukiwaniu nowych relacji między obrazem, dźwiękiem a odbiorcą. Obraz staje się nie tylko medium do „opowiadania”, ale także do „odczuwania” i „doświadczenia”. Dźwięk zaś, zwłaszcza w formach takich jak pejzaże dźwiękowe (*soundscapes*), nagrania terenowe (*field recordings*) czy elementy muzyki eksperymentalnej, pełni funkcję emocjonalnego katalizatora. W praktyce arteterapeutycznej może to oznaczać pracę z formami otwartymi, w których uczestnik tworzy złożone, często abstrakcyjne kompozycje dźwiękowo-wizualne jako ekspresję swoich myśli i emocji. Daje to dużą wolność interpretacyjną i pozwala osobom z trudnościami w komunikacji werbalnej na swobodniejsze wyrażanie siebie.

Choć eksperymentalne podejścia są powszechnie obecne w świecie sztuki współczesnej, ich zastosowanie w arteterapii dopiero czeka na pełniejsze opracowanie. To przestrzeń, która wymaga dalszych badań i eksploracji potencjału wspomnianych form w procesie terapeutycznym zarówno na poziomie teoretycznym, jak i praktycznym.

Ograniczenia w stosowaniu form audiowizualnych w arteterapii

Zastosowanie form audiowizualnych w działaniach arteterapeutycznych wiąże się z pewnymi ograniczeniami i uwarunkowaniami. Odnoszą się one do czynników osobowych, a także pozaosobowych. Pierwsze z nich wynikają z wszelkich aspektów określających

oraz charakteryzujących odbiorcę i twórcę dzieła w filmoterapii, jak również terapeutę, natomiast kolejne koncentrują się głównie na materialnych warunkach i okolicznościach projekcji filmu.

Do czynników osobowych obejmujących uczestników zajęć można zaliczyć między innymi: poziom rozwoju emocjonalnego i poznawczego, kompetencje kulturowe i medialne, zdolności percepcyjne, wrażliwość na bodźce audiowizualne, doświadczenia życiowe czy poziom gotowości do pracy terapeutycznej. Równie ważne są cechy samego terapeuty, takie jak: jego merytoryczne przygotowanie, świadomość oddziaływania środków audiowizualnych na odbiorcę, umiejętność prowadzenia procesu arteterapii oraz adekwatnego doboru materiałów audiowizualnych.

Czynniki pozaosobowe dotyczą głównie kontekstu, w jakim odbywa się projekcja materiałów audiowizualnych lub działania twórcze. Wymagają one odpowiednich warunków technicznych (dostęp do sprzętu rejestrującego materiał audiowizualny oraz umożliwiającego dalszą pracę nad nim, przestrzeń umożliwiająca skupienie), a także czasu i organizacji. Kluczowe znaczenie ma także dostępność odpowiednich materiałów filmowych, uwzględniających potrzeby i możliwości danej grupy lub indywidualnego uczestnika. Nie bez znaczenia pozostają kwestie prawne (licencje, prawa autorskie³) czy etyczne – szczególnie przy pracy z materiałami o silnym ładunku emocjonalnym. Wszystkie te elementy muszą zostać starannie przeanalizowane, aby arteterapia z wykorzystaniem form audiowizualnych była skuteczna, bezpieczna i dostosowana do indywidualnych potrzeb uczestników.

Wyniki analizy naukowej – kierunki dalszych badań

Z uwagi na dynamiczny rozwój technologii i rosnącą obecność w życiu codziennym audiowizualnych form komunikacji wskazane jest pogłębienie interdyscyplinarnych badań nad ich zastosowaniem w arteterapii. Przede wszystkim potrzeba empirycznych analiz skuteczności poszczególnych form audiowizualnych w różnych kontekstach terapeutycznych. Wymaga to opracowania i ujednolicenia narzędzi metodologicznych umożliwiających porównywanie wyników badań i ich replikację. Istotne jest również zbadanie potencjału mniej eksplorowanych form audiowizualnych (takich jak wideoklipy, vlogi, filmy eksperymentalne czy formy interaktywne), które mogą odpowiadać na potrzeby młodszych pokoleń, wychowanych w kulturze cyfrowej. Autor tekstu zauważa także poważne braki w programach nauczania arteterapii w Polsce w kontekście wykorzystania form audiowizualnych w terapii zarówno w ramach kursów kwalifikacyjnych, studiów podyplomowych, jak i studiów akademickich I i II stopnia. Z pewnością przygotowanie

³ Film stanowi rodzaj sztuki, którego gotowe dzieła są chronione przez ustanowione w danym kraju przepisy prawne. W Polsce reguluje je Ustawa z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 1994 r., nr 24, poz. 83). Wykorzystywane podczas filmoterapii utwory wizualne i audiowizualne, niebędące efektem twórczych działań osoby korzystającej z tego rodzaju terapii, są przedmiotem prawa autorskiego.

specjalistycznych programów kształcenia dla terapeutów w zakresie kompetencji medialnych zaowocowałoby szerszym zainteresowaniem zbadania oraz wykorzystania form audiowizualnych w arteterapii.

Wnioski

Włączenie form audiowizualnych do praktyki arteterapeutycznej otwiera nowe możliwości wspierania procesów rozwojowych i leczniczych. Kontakt z dziełem filmowym czy twórczość audiowizualna stanowią nie tylko narzędzia wyrazu, lecz także narzędzia pogłębiania refleksji, doświadczania różnorodnych mechanizmów wpływu i generowania emocji. Ich multisensoryczny, immersyjny charakter sprzyja pełniejszemu przeżywaniu emocji i może wspomagać osoby z trudnościami w komunikacji werbalnej podczas procesu terapeutycznego. Jednak potencjał ten wymaga odpowiedzialnego i świadomego wykorzystania zarówno w kontekście etycznym, jak i metodycznym. Zastosowanie nowych mediów w arteterapii wiąże się z koniecznością stworzenia nowoczesnych ram działania, uwzględniających zmiany kulturowe i technologiczne. Artykuł potwierdza, że formy audiowizualne mogą skutecznie wzbogacić praktyki terapeutyczne pod warunkiem odpowiedniego przygotowania specjalistów i dalszego rozwijania wiedzy w tym obszarze.

BIBLIOGRAFIA

- Berg-Cross, L., Jennings, P. i Baruch, R. (1990). Cinematherapy. Theory and application. *Psychotherapy in Private Practice*, 8(1), 135–156. https://doi.org/10.1300/J294v08n01_15
- Brol, M. (2014). Psychologia i film. W: M. Brol i A. Skorupa (red.), *Psychologiczna praca z filmem* (s. 13–41). Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Carroll, N. (1990). *The philosophy of horror: Or, paradoxes of the heart*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203361894>
- Chmielnicka-Plaskota, A. i Florczykiewicz, J. (2020). Nowe media w arteterapii. *Szkoła Specjalna*, 81(1), 54–66. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0013.9510>
- Haltorf, J.M. (1985). Kinoterapia – przeżyjmy katastrofę. *Kino*, 9, 24–26.
- Harland, M. i Szymczyk, B. (2018). Filmoterapia – czyli rozwojowy i terapeutyczny wpływ filmu na emocje. W: A. Skorupa, M. Brol i P. Paczyńska-Jasińska (red.), *Na tropach psychologii w filmie. Część 2: Film w terapii i rozwoju* (s. 91–109). Difin.
- Józefowski, E. (2012). *Arteterapia w sztuce i edukacji*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza.
- Konieczna, E. (2003). *Arteterapia w teorii i praktyce*. Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Kozubek, M. (2016). *Filmoterapia. Teoria i praktyka*. Słowo/Obraz Terytoria.
- Manovich, L. (2001). *The language of new media*. The MIT Press.
- Mekhakyan, A., Szulc, A. i Imielski, W. (2018). Film jako narzędzie psychoterapeutyczne. Wybrane problemy filmoterapii. *Psychiatria*, 15(3), 127–134.
- Moreno, J.L. (1944). Psychodrama and therapeutic motion pictures. *Sociometry*, 7(2), s. 230–244. <https://doi.org/10.2307/2785414>

- Mytnik-Daniluk, J. (2019). Film therapy – the creative use of film art in practice. *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis. Studia de Cultura*, 11(4), 47–62. <https://doi.org/10.24917/20837275.11.4.4>
- Pisarek, J. i Francuz, P. (2007). Poznawcze i emocjonalne zaangażowanie widza w film fabularny w zależności od typu bohatera. W: P. Francuz (red.). *Psychologiczne aspekty komunikacji audiowizualnej* (s. 165–188). Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II.
- Regiewicz, A. (2012). Audiowizualność wobec nowych mediów. W: A. Regiewicz i J. Warońska (red.), *Widowskowość i audiowizualność w dobie ponowoczesności* (s. 19–34). Wydawnictwo Akademii im. Jana Długosza.
- Skorupa, A., Brol, M. i Paczyńska-Jasińska, P. (red.). (2018a). *Na tropach psychologii w filmie. Część 1: Film w edukacji i profilaktyce*. Difin.
- Skorupa, A., Brol, M. i Paczyńska-Jasińska, P. (red.). (2018b). *Na tropach psychologii w filmie. Część 2: Film w terapii i rozwoju*. Difin.
- Tyburska, A. (2002). *Film w odbiorze nieletnich sprawców czynów karalnych*. Wydawnictwo Wyższej Szkoły Policji.
- Ustawa z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 1994 r., nr 24, poz. 83).
- Zawojski, P. (2018). *Cyberkultura. Syntopia sztuki, nauki i technologii*. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.

Copyright and License



This article is published under the terms of the Creative Commons Attribution – NoDerivs (CC BY- ND 4.0) License
<http://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/>

Source of funding

Lack of funding sources.

Disclosure statement

No potential conflict of interest was reported by the author(s).
