

A művészetterápia előzményei és lehetőségek a különbözőségek áthidalására

Simon Lajos

Semmelweis Egyetem Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinika
Magyar Viselkedés- Kognitív és Sématerápiás Egyesület (VIKOTE)

A művészet szerepe a pszichés betegségek gyógyításában a XX. század második felében vált egyre nyilvánvalóbbá és került be művészetterápia néven az orvostudomány gyógyító kelléktárába. Adrian Hill 1945-ben elsőként használta a „művészetterápia” kifejezést az Art Versus Illness (Művészet vagy Betegség) című könyvében. A pszichiátriai betegséggel élők művei korán széles körű érdeklődést keltettek. A képek eredetisége, stílusa, a szenvedő ember élményvilágának, hallucinációinak, látomásainak, kóros gondolatainak közlése, azoknak különös módjai megragadták a szemlélőket. Már a XIX. században megjelentek az első közlések a pszichiátriai betegséggel élők alkotásainak vizsgálatáról. Két egymástól eltérő, de egymást ki is egészítő megközelítés fejlődött ki. Az egyik irányzat képviselői a mentális betegségek tüneteinek jellegzetes megnyilvánulásait vizsgálták az alkotásokban, ami meg tudta erősíteni a betegek diagnózisait. A betegek alkotásait nem műalkotásnak, hanem izgalmas tünettani jelenségnek tekintették. A másik irányzat képviselői a páciensek alkotásait elsősorban műalkotásnak tekintették és az alkotások elemzését esztétikai és művészeti szempontok szerint végezték. A XIX. század végén és a XX. század első felében nagy gyűjtemények jöttek létre a pszichiátriai intézményekben a betegek művészi alkotásaiból.

Jakab Irén – többek között a pécsi Reuter Camillo gyűjtemény kutatása alapján – először fogalmazta meg, hogy a pszichiátriai betegségek önmagukban nem okoznak alkotói zsenialitást, sőt a kórképek aktív fázisai, illetve a betegség hosszas fennállása rontja az alkotói képességeket, és jelentősen csökkenti az alkotások művészi színvonalát. Hárdi István kutatása az általa kifejlesztett dinamikus rajzvizsgálat módszerrel, kimutatta, hogy a szkizofréniával élő alkotók tehetségének és kreatív készségének jól követhető csökkenése összefügg a betegség fennállásának időtartamával, illetve mentális kóros állapotok csak ritkán vezetnek jobb alkotói teljesítményhez.

A szakemberek a múlt század közepétől a művészetet, mint terápiás eszközt kezdték alkalmazni a kreatív és művészetterápia keretében. A páciensek a különböző művészeti ágakban aktív alkotóként, vagy művészi alkotások befogadójaként vesznek részt a közös munkában. Az aktív formában az önálló alkotói folyamat az elsődleges, az önkifejezés és az alkotás öngyógyító folyamata a fontos és hatékony, ami alkalmanként akár katartikus erejű is lehet. A létrehozott mű esztétikai értékével, önálló életet kezd élni és visszahat az alkotójára is, aki befogadóként éli át azt az élményt, amit az általa készített alkotás vált ki belőle. Befogadóként a művészetterápiában, a művészeti alkotások hatása, kognitív és érzelmi tükröződése szolgál a felismerésnek, az élményszintű változásnak, az önismeret növekedésnek az alapjául. A művészet összekapcsol és hidat épít az eddig ismert és még nem ismert helyzetek, érzések, élmények között. A művészetterápia hídjai átvezethetnek a túloldalra az önkifejezéshez, a spontaneitáshoz, a láthatóvá váláshoz. Eljuttathatjuk a pácienseinket ezeken a hidakon a családhoz, az elfogadáshoz és elvezethetjük őket a stigmák és előítéletek veszthelyébe, ahol már biztonságban érezhetik magukat. A művészetterápia nemcsak a betegeknek segít, hanem összekapcsolja a verbális és nonverbális terápiát, segít áthidalni a gyógyító team beteggel kapcsolatos különböző megközelítéseit is. A túloldalon lévők megértéséhez át kell sétálnunk hozzájuk. A túloldalon mindig mások vannak. A túloldalon mindig mi vagyunk. Aki ezt megérti, képessé válik empátiával, megértéssel, vagy csak szimpla elfogadással a másik oldalra tekinteni, betegek és terapeuták egyaránt. A művészet - legyen bármilyen a megnyilvánulási formája - közvetíteni akar. Közvetíteni akar gondolatokat, érzéseket, szépséget, keménységet, lágytságot, zeneiséget, szerelmet, szimmetrikus és aszimmetrikus formákat a valóságot, de egyben a megfoghatatlanságot is. A művészetterápia segíthet, hogy kialakuljon betegeink számára is egy közös, élhető élettér.

A túloldalon mindig mások vannak. A túloldalon időnként nekünk is ott kell lennünk.