

Katarzyna Miłek

Państwowa Akademia Nauk Stosowanych w Głogowie

 <https://orcid.org/0000-0003-4603-4604>e-mail: katarzynamilek@op.pl**Jakub Jagiełło**

Państwowa Akademia Nauk Stosowanych w Głogowie

 <https://orcid.org/0009-0004-5360-4833>e-mail: jakub.jagiello@poczta.onet.pl

Fotografia w pracy terapeuty i nauczyciela

https://doi.org/10.25312/kiw.28_kmjj

Streszczenie: Artykuł stanowi przybliżenie tematu dotyczącego wykorzystania technik związanych z fotografią. Rozwijające się współczesne technologie pozwalają na coraz łatwiejsze wykorzystanie fotografii jako medium w różnych dziedzinach życia społecznego. W świecie dominującego obrazu staje się ona narzędziem wspomagającym działalność terapeutyczną oraz pedagogiczną. Rozwijając tożsamość, znajduje zastosowanie w praktyce edukacyjnej zarówno w szkole, jak i w ramach edukacji permanentnej. Artykuł przedstawia wachlarz zalet i zastosowań fotografoterapii w edukacji dzieci, młodzieży i osób starszych. Jest ona sposobem oddziaływania w zakresie rozwoju i jego wspomagania oraz w kontekście zaspokajania potrzeb ludzi w różnym wieku, w odmiennym stanie psychofizycznym. Ze względu na bezpośrednie oddziaływanie na poczucie sprawczości, a także z uwagi na rozbudzanie samoświadomości i wzmacnianie tożsamości okazuje się niezwykle wartościowym narzędziem w aspekcie edukacji i interwencji terapeutycznej.

Słowa kluczowe: fotografia, terapeuta, nauczyciel, rozwój, samoświadomość

Nota autorska

Katarzyna Miłek – doktor nauk społecznych w zakresie pedagogiki, adiunkt w Państwowej Akademii Nauk Stosowanych w Głogowie, dziekan w Akademii Nauk Stosowanych we Wrocławiu. Specjalizuje się w pedagogice przedszkolnej i wczesnoszkolnej, arteterapii oraz edukacji dzieci ze specjalnymi potrzebami. Dyrektorka Przedszkola Niepublicznego „Bursztynowy Zamek” w Kaliszu. Autorka licznych publikacji naukowych z zakresu twórczości dziecięcej i terapii przez sztukę. Prowadziła zajęcia dydaktyczne w ramach programu Erasmus+ m.in. w Turcji i Egipcie. Łączy działalność naukową z praktyką pe-

dagogiczną, skupiając się na wspieraniu rozwoju emocjonalnego i poznawczego małych dzieci poprzez zabawę i twórczość.

Jakub Jagiełło – magister pedagogiki – Terapia pedagogiczna z elementami socjoterapii. Pracuje jako starszy referent administracyjny w Państwowej Akademii Nauk Stosowanych w Głogowie. Poeta, autor książek.

Wstęp

Tradycyjna fotografia, oparta ma materiałach światłoczułych, jest ściśle związana z technologią rejestracji obrazu. Rozwijające się współczesne technologie pozwalają na coraz łatwiejsze jej wykorzystanie jako medium w różnych dziedzinach życia. Obecnie nie trzeba mieć niezwykle drogiego, profesjonalnego, wymagającego skomplikowanej obsługi sprzętu, aby wykonać kilka fotografii na minutę, bez konieczności specjalnego pozowania, poszukiwania otoczenia, oświetlenia. Bez szczególnych umiejętności i przygotowania można zarejestrować chwilę, obiekt, wydarzenie, czynności, zabytki, człowieka – niemal wszystko. Powszechność i łatwość w zastosowaniu nie umniejsza rangi wartości estetycznych, artystycznych, jakie niesie ze sobą fotografia. Jest ona także specyficznym wglądem w to, co nie zawsze da się zauważyć na żywo, co unikalne i niecodzienne, co stanowi interpretację z dowolnego punktu widzenia, nieskończoną różnorodność postrzegania. Proponowane zastosowanie fotografii w terapii i pedagogice łączy możliwości oddziaływania zarówno poznawczego, jak i emocjonalnego na rozwój i funkcjonowanie jednostki. Zaprezentowana analiza stosowania technik fotografii w terapii i pedagogice ma na celu prezentację interesującej formy pracy z uczniem, seniorem czy osobami z niepełnosprawnościami. Artykuł przyjmuje formę przeglądu literatury. Jego celem jest przedstawienie teoretycznego spojrzenia na kwestię zastosowania fotografii w interwencji terapeutycznej oraz edukacji w świetle literatury przedmiotu.

Fotografia w terapii

Judy Weiser podjęła się umiejscowienia fotografii w aktywności terapeutycznej. Poszukując rozwiązań w obszarach podejmowania interwencji w funkcjonowaniu psychofizycznym osób w celu poprawy ich dobrostanu, ujęła terapię za pomocą fotografii jako dokonywanie projekcji odczuć i przeżyć z użyciem obrazów. Uzewnętrznienie tych odczuć podejmowane jest w celu ich odkrycia, ujawnienia sobie i światu, umożliwienia włączenia ich w sens życia. Może to stanowić fundament konieczny do powiązania wartości pacjenta, których nie daje się zwerbalizować. Ujawnienie ich za pomocą sztuki pozwala na akt uświadomienia osobistego znaczenia wartości, odzyskania sensu życia¹.

¹ J. Weiser, *Establishing the Framework for using photos in Art Therapy (and other Therapies) practices*, „Arteterapia” 2014, nr 9, s. 160–161.

Jedną z form wykorzystania fotografii w terapii jest fotografoterapia, która wykorzystuje różne techniki oparte na zastosowaniu osobistych zdjęć, albumów rodzinnych, fotografii wykonywanych przez inne osoby. Polega na fotoprojektacji, skupieniu uwagi pacjenta na emocjach, odczuciach, wspomnieniach, skojarzeniach wywołanych przez zdjęcia. Fotografia terapeutyczna wykorzystuje akty artystycznych ujęć fotograficznych w celu samopoznania i przeżycia pacjenta, jego ekspresji twórczej i pogłębienia samoświadomości autora zdjęć, bez zaangażowania się terapeuty. Literatura wskazuje także fotoarteterapię, która wykorzystuje techniki fotograficzne z akcentem na aktywność artystyczną związaną z wykonywaniem zdjęć².

Judy Weiser opracowała także techniki polegające na uwzględnieniu relacji, jaką można ustalić między pacjentem a aparatem fotograficznym czy też fotografią w formie: zdjęć wykonanych przez pacjenta, zdjęć wykonanych przez obserwatora znieznacka lub pozowanych, albumów rodzinnych ze zdjęciami, autoportretów zdjęciowych wykonanych przez pacjenta, fotoprojektów z uwzględnieniem przeżyć i potrzeb duchowych pacjenta³. Wykorzystywane zdjęcia są narzędziem służącym do diagnozy stanu niepokoju pacjenta⁴, okazują się pomocne w określeniu bolesnych tematów, pozwalają na zdystansowanie się do ich źródła, przykrych sytuacji budzących nagromadzenie silnych emocji⁵. Fotografie mogą zostać użyte jako wyzwalacz najbardziej skrytych pragnień, bolesnych spraw. W gestii osoby prowadzącej terapię jest wspieranie osobistych rekonstrukcji, prezentacji, przekraczania granic emocjonalnych oraz poznawczych. Doświadczenia z fotografią przyczyniają się do uaktywnienia potencjału twórczego, mogą stać się formą transformacji człowieka w inny stan rzeczywistości przy udziale eksplozji wyobraźni.

Fotografia, czasem zwana zamiennie fototerapią, znajduje obecnie zastosowanie w wielu przypadkach poszukiwania rozwiązań w trudnych stanach zagubienia, żałoby, izolacji społecznej, zagrożenia śmiercią, chorobą. Judy Weiser nazwała terapię z użyciem fotografii „otwieraczem”, który odsłania myśli, przeżycia, wspomnienia. Technika fotoprojektacji polega na przyswajaniu zdjęć budzących interpretacje, skojarzeniowe znaczenie, osobiste doświadczenia pacjenta. Stają się one zindywidualizowane, powiązane niezwykle osobiście, niepodlegające ocenie. Według autorki jest to wyjątkowa technika angażująca pokłady nieuświadomionych dążeń, uczuć, myśli, przekonań, reakcji⁶.

² Tamże, s. 170.

³ Tamże, s. 167.

⁴ Na użytek niniejszych refleksji użyto terminu pacjent w stosunku do osób korzystających z terapii, przyjmując, że są jej poddawane osoby wymagające poprawy zdrowia, samopoczucia, funkcjonowania psychofizycznego.

⁵ J. Weiser, *Phototherapy techniques in counselling and therapy – using ordinary snapshots and photo-interactions to help clients heal their lives*, „Canadian Art Therapy Association Journal” 2004, nr 17(2), s. 30.

⁶ J. Weiser, *PhotoTherapy Techniques: Exploring the Secrets of Personal Snapshots and Family Albums*, PhotoTherapy Centre Press, Vancouver 1999, s. 57.

Fotografia autoformatywna jest jedną z technik stosowanych w celu wspomagania rozwoju tożsamości. Opiera się na wykorzystaniu zdjęć wykonanych samodzielnie przez pacjenta lub wybranych przez niego z różnych źródeł, następnie użytych w kontekście terapii⁷. Wyróżnia się odmianę ekspresyjną i refleksyjną tej techniki. Obie pozwalają na: kształtowanie i doskonalenie komunikacji progresywnej, rozróżnianie i poznawanie różnic kulturowych, pokoleniowych, politycznych, płciowych, rasowych, rozpoznanie rzeczywistości i jej oceny, wykrywanie motywacji, identyfikowania emocji i informacji. Odmiany te wzbudzają ekspresję i kreatywność pacjenta, pomagają w identyfikowaniu jego potrzeb, które z kolei zostały ukształtowane poprzez doświadczenia życiowe. Służą one analizie podejmowanych decyzji, poznawaniu, precyzowaniu wartości i ich sensu. Przyczyniają się do wzmacniania samooceny oraz poznawania punktu widzenia innych⁸.

Fototerapia wykorzystująca portret jako narzędzie służące do poprawy dobrostanu i funkcjonowania stanowi kolejną metodę w kontekście terapii. Portret jest zdjęciem wykonanym przez inną osobę, dotyczy w tym przypadku głównie zdjęć wykonanych spontanicznie, z wykluczeniem pozowania, doboru stroju, scenerii. Ten sposób wykorzystania fotografii służy wspieraniu ekspresji, swobody w wyrażaniu swojej relacji. Jest narzędziem poznania siebie z perspektywy innych ludzi i ich wyobrażeń o osobie portretowanej. Pacjent odkrywa tajniki i znaczenia przedmiotów towarzyszących na co dzień jego życiu. Technika ta pomaga w zdobyciu informacji na temat emocjonalnych relacji w otoczeniu, odzwierciedlenia zachodzących zmian, także w wyglądzie zewnętrznym, związanych ze zdrowiem, chorobą, niepełnosprawnością⁹.

Technika autoportretu opiera się na wykorzystaniu fotografii wykonanej w dowolnym stylu, a dotyczącej postrzegania własnej tożsamości. Może odnosić się do realnego przedstawienia własnego wizerunku oraz prezentacji-metofory, która odzwierciedla symbolicznie postrzeganie własnej tożsamości, swojego „ja”. Technika ta pozwala na zrozumienie samego siebie, eksplorację własnego wnętrza, przez co wpływa na wzrost poczucia wartości, samoświadomości, pewności siebie. Jej zaletą jest pogłębienie zrozumienia swoich potrzeb, siebie, rozpoznania słabych i silnych stron, ogarnięcia możliwości osobistego rozwoju, samoakceptacji, poczucia własnej godności, poszukiwania celów, motywacji, nazywania i ilustrowania własnych emocji.

Kolejną techniką wykorzystującą sztukię fotografii jest album rodzinny i fotografie biograficzne. Łączy się ona z gromadzeniem w różnorodny sposób zdjęć rodzinnych i z ich analizą w celu poznania narracji tworzenia się, rozrastania rodziny i budowania własnej tożsamości. Służy zgłębieniu informacji na temat powstawania relacji w rodzinie, podsumowaniu własnego życia, wywołaniu wspomnień w celu po-

⁷ A. Czajkowska, *Fototerapia. Fotografia w pracy nauczyciela, pedagoga i terapeuty*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2019, s. 70.

⁸ J. Weiser, *PhotoTherapy...*, dz. cyt., s. 274.

⁹ A. Czajkowska, *Fototerapia...*, dz. cyt., s. 77.

lepszania pamięci i ich analizy. Stanowi także fundament do analizy własnych reakcji na różnorodne wydarzenia¹⁰.

Fotografoterapia jest zazwyczaj utożsamiana z efektem końcowym, czyli wykonaną fotografią i czynnościami związanymi z procesem robienia zdjęć, oglądania, segregowania, werbalizowania odczuć łączących się z ich prezentacją. Bywają też inne funkcje fotografii odgrywające ważne role we wspomaganiu rozwoju. Dorota Raniszewska uznała, że fotografie prezentują stan umysłu, materializują doświadczenie, nastrój, subiektywne aspekty uwiecznionej chwili, intuicję i zaangażowanie poznawcze człowieka wykonującego zdjęcie¹¹. Konik twierdzi, że ważne jest archiwalne, historyczne przedstawienie obrazu w jego wiernym odbiciu rzeczywistości przy jednoczesnym uwypukleniu artyzmu. Wykonane zdjęcie łączy się z nadaniem pewnych znaczeń zarówno przez wykonawcę, jak i przez odbiorcę¹². Zawsze wiąże się ono z przeszłością, a dodatkowo niesie ze sobą świadectwa autentyczności¹³. Ponadto jest aktem wywołującym pewne przeżycia w sferze poznawczej i emocjonalnej człowieka oglądającego fotografię. W celu rozpoczęcia związanej z nią aktywności terapeutycznej, a także diagnostycznej oglądający zdjęcie podejmuje czynności odnoszące się do projekcji własnych doświadczeń, emocji, myśli, ocen¹⁴.

Fotografia spełnia funkcję eksploracyjną w stosunku do podświadomości pacjenta, pomaga zrozumieć jego emocje i myśli. Wyłania się z tego funkcja diagnostyczna, która może się okazać pomocna dla terapeuty pragnącego rozpoznać stan pacjenta. Techniki zaproponowane przez J. Weiser umożliwiają konfrontację wielu znaczeń, kontekstów, myśli pacjenta, komunikację z nim. Prowadzą do uświadomienia takiej osobie, że jej perspektywa spostrzegania otoczenia, zewnętrznego świata nie jest jedyną słuszną drogą, a wielość znaczeń fotografii pozwala na zmianę myślenia i postępowania.

Fotografia zastosowana w stosunku do osób starszych, niepełnosprawnych intelektualnie pozwala na wspomaganie procesów umysłowych, zwłaszcza koncentracji uwagi, rozbudzania wyobraźni, pielęgnowania procesów pamięciowych. Wpływa rozwijająco na wspomaganie koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz motoryki małej, a także pobudza kreatywność. Wśród oczekiwanych efektów fototerapii i zastosowania fotografii we wspomaganiu funkcjonowania notuje się pobudzanie funkcji sensorycznych, a także rozbudzenie pozytywnego myślenia. Pozwala na odreagowanie negatywnych emocji, wzbudza pożądane uczucia. Pacjenci mają możliwość

¹⁰ J. Weiser, *PhotoTherapy...*, dz. cyt., s. 312.

¹¹ D. Raniszewska, *Fotografia w coachingu i rozwoju osobistym*, „Coaching Review” 2017, nr 1, s. 143.

¹² R. Konik, *Fotografia jako próba odrealnienia przedmiotu przedstawienia*, „Dyskurs. Pismo Naukowo-Artystyczne Akademii Sztuk Pięknych we Wrocławiu” 2013, nr 15, s. 131.

¹³ P.J. Fereński, *Obecność nieobecności. Przyczynek do badań nad muzeami fotografii*, „Dyskurs. Pismo Naukowo-Artystyczne Akademii Sztuk Pięknych we Wrocławiu” 2013, nr 15, s. 233.

¹⁴ S. Tobis, M. Cyłkowska-Nowak, *Wykorzystanie fotografii w terapii osób starszych*, „Nowiny Lekarskie” 2012, nr 81, s. 65–66.

uzewnętrznienia skrytych problemów. Ich kreatywne działanie wyzwala aktywność, dzięki której można poznać potrzeby danej osoby, jej opinie, myśli, najbardziej skryte problemy. Dzięki terapii można zastąpić stereotypię pożądanymi zachowaniami¹⁵.

Fotografia w pracy nauczyciela

Właściwości fotografii są określone przez funkcje, jakie pełni ona w pedagogice. Rola komunikacji wspomaganej fotografią jest bezsprzeczna. Narzędzie to pozwala na prezentację, wyzbycie się nieśmiałości, szczególnie w obszarze komunikacji indywidualnej. W aspekcie grupowym podkreśla znaczenie integracji społecznej. Może też umożliwiać sformułowanie wypowiedzi osobom ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w przypadku ograniczeń poznawczych, komunikacyjnych, fizycznych bądź specjalnych potrzeb emocjonalnych. Pełni istotne znaczenie w dialogu poprzez ekspozycję zdjęć. W ramach funkcji poznawczej fotografia wspomaga proces pamięci, przypominania, aktywnego wspominania; pozwala łatwiej skupiać uwagę¹⁶. W kontekście wspomagania procesu tworzenia własnej wartości, samooceny, tożsamości odgrywa rolę osobowotwórczą. Uczestniczy w procesie tworzenia wizerunku, poczuć siebie i własnej przeszłości.

Fotografia użyta w procesie edukacyjnym zwiększa szanse na wyrażanie opinii, przedstawianie swojego punktu widzenia. Jest to technika wyzwalamą kreatywność, która przekłada się na różne kombinacje związane z komunikacją. Ponadto stanowi intrygujący sposób poszukiwań wiedzy, okazji, tematów. Jan Paško poruszył temat czynnej fotografii i jej zastosowania w obserwacji przyrody. Dzięki tej technice uczniowie mają możliwość obserwowania obiektów przyrody ożywionej i nieożywionej w jej naturalnym środowisku. Cyfrowy zapis statyczny i dynamiczny daje możliwość zarejestrowania dokumentalnego wielu obiektów, które z biegiem lat nabywają znaczenia archiwalno-historycznego¹⁷. Fotografia może być także wykorzystana do organizowania konkursów indywidualnie uaktywniających uczniów, ich rodziny bądź grupy. Stanowi to niejednokrotnie o angażowaniu się w coraz głębsze poszukiwania edukacyjne form, środków wyrazu, przynosząc pozytywne zmiany w życiu uczniów i ich najbliższego otoczenia¹⁸.

Należy podkreślić realistyczną wartość obrazów stosowanych w nauczaniu na lekcjach geografii i historii. Ten środek dydaktyczny pełni funkcje poznawczo-informa-

¹⁵ S. Tobis, S. Kropińska, M. Cyłkowska-Nowak, *Arteterapia jako forma terapii zajęciowej w aktywizacji osób starszych*, „Geriatría” 2011, nr 5, s. 196.

¹⁶ L. Berman, *Beyond the Smile: The therapeutic Use of the Photographs*, Fontana, London 1993, s. 146.

¹⁷ J.R. Paško, *O możliwości wykorzystania fotografii w edukacji przyrodniczej*, „Edukacja Biologiczna i Środowiskowa” 2021, nr 1, s. 117–118.

¹⁸ C. Craig, *Exploring the Self through Photography: Activities for Use In Group Work*, Jessica Kingsley Publishers, London 2009, s. 189.

cyjne, ilustracyjne i wychowawcze. Z tego względu zaakcentowanie roli fotografii jako pracy z obrazem wymaga szczególnego przygotowania metodycznego. Fotografie są środkiem obrazowym, który pozwala zaprezentować określony fragment rzeczywistości ujęty w skali czasowej, przestrzennej, daje obraz określonego miejsca. Mogą być uznane za obiekt do obserwacji, rozbudzać uczucia, wyzwać skojarzenia, skłaniać do refleksji, ocen kultury, rozwijać spostrzegawczość¹⁹. Są nie tylko uzupełnieniem treści nauczania, ale pełnią określone funkcje w procesie kształcenia z różnorodnych dziedzin²⁰.

Fotografia pozwala na opisywanie, czyli prezentowanie przedmiotu albo obiektu. Jest dodatkiem do tekstu zamieszczonego w podręczniku. Nie pogłębia znaczenia, struktury, wartości artystycznej, może dawać wrażenie interpretacji, twórczego opisu. Dla podkreślenia przekazu dydaktycznego niejednokrotnie prezentuje artystyczne formy ekspresji. Wykorzystana w procesie edukacyjnym wspomaga uwrażliwianie ucznia na estetyczne doznania, co oddziałuje na skuteczniejsze zapamiętywanie i spostrzeganie²¹.

Przetwarzanie informacji pochodzących z fotografii zamieszczonej w podręczniku szkolnym wywołuje emocje i przeżycia, które stają się źródłem konfrontacji z innymi uczniami, a także z nauczycielem. Rozbudzone emocje przyczyniają się do efektywnego zaangażowania się w zdobywanie wiedzy, co ułatwia nauczycielowi wspomaganie procesu kształcenia²².

Danuta Piróg do niezastąpionych zalet fotografii w cyklu dydaktycznym zaliczyła funkcję, jaką pełni ten rodzaj sztuki w dokumentowaniu zjawisk, procesów, zapisywaniu informacji zdobytych drogą obserwacji. Autorka podkreśliła rolę fotografii w ułatwianiu warunków do dyskusji, a tym samym do rozwijania kompetencji społecznych. Zauważała także aspekty estetyczne, kompozycyjne i techniczne. Zaznaczyła, że w związku z zastosowaniem techniki fotografii istnieje konieczność dostosowania sali lekcyjnej i jej wyposażenia. Może to rodzić pewne trudności z użyciem treści ograniczonych podstawą programową. Jednakże wykorzystanie fotografii w procesie edukacyjnym jako pomostu pomiędzy światem zewnętrznym a rzeczywistością szkolną przeważa jakością w intensyfikowaniu oddziaływań na ucznia²³.

Zajęcia z elementami fotografoterapii można wykorzystać w celu integracji klasy oraz kształtowania samoświadomości uczniów. W ramach zaproponowanych

¹⁹ M. Bieniek, *Dydaktyka historii. Wybrane zagadnienia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn 2007, s. 34–35.

²⁰ A. Suchoński, *Środki dydaktyczne w nauczaniu–uczeniu się historii*, [w:] J. Maternicki, Cz. Majorek, A. Suchoński (red.), *Dydaktyka historii*, Państwowe Wydawnictwa Naukowe, Warszawa 1994, s. 93.

²¹ D. Piróg, T. Padło, *Wykorzystanie fotografii we współczesnym kształceniu geograficznym: dydaktyczne założenia i praktyczne rozwiązania*, „Studia Geographica” 2020, nr 14, s. 46.

²² K. Napierała-Rydz, *Fotografia w edukacji. Wykorzystanie fotografii w nauczaniu historii*, Wydawnictwo Libron, Kraków 2016, s. 55.

²³ D. Piróg, T. Padło, *Wykorzystanie fotografii...*, dz. cyt., s. 46–47.

tematów, np. „Ja i mój świat”, młodzi ludzie mogą wykonywać fotografie miejsc, rzeczy, osób, które są dla nich ważne. Następnie omawiają, dlaczego wybrali taki właśnie obiekt do swoich prac. Prezentacja swoich wyborów przede wszystkim rozwija świadomość własnych potrzeb, wartości i emocji. Pozwala na budowanie więzi z rówieśnikami w klasie, grupie. Umożliwia także wyrażanie siebie, wzmacnia samoocenę i samoświadomość. Takie zajęcia rozwijają kompetencje komunikacyjne, ponieważ młodzi ludzie uczą się wyrażać swoje myśli oraz słuchać innych.

Proces edukacji odnosi się obecnie do działań pedagogicznych w wielu obszarach wiekowych. Edukacja gerontologiczna zajmuje się procesami nauki i kształcenia ludzi starzejących się. Warunki do realizacji takiego procesu wymagają niestandardowych metod i technik oddziaływania. Technika fotografii sprzyja zastosowaniu alternatywnej metody, jaką spełniają w tym względzie wykonywanie i analiza zdjęć. Ponadto może służyć narracji biograficznej, pomaga w nawiązywaniu rozmowy, komentowaniu, wyjaśnianiu, a zarazem wywołuje ekspresję pokładów sztuki tkwiących w każdym człowieku²⁴.

Przy stosowaniu technik fotografii w pracy edukacyjnej z ludźmi starzejącymi się należy stosować określone zasady. Zasada wpływu osobistego dyktuje faworyzowanie zdjęć wywierających silny wpływ emocjonalny. Postępowanie z tym rodzajem sztuki powinno zawsze uwzględniać walory artystyczne i techniczne zdjęć. W trakcie pracy z ludźmi o szczególnej wrażliwości nie można stronić od okazywania gestów przyjaźni w formie faworyzowania konkretnych obrazów, obdarzania uwagą niezależnie od ich jakości. Zasada wsparcia społecznego zachęca do wyrażania uznania w ramach aprobaty społecznej, szczególnie dla osób początkujących w danej technice. Nawiązywanie dialogu dzięki fotografii wymaga faworyzowania zdjęć określonej osoby oczekującej na formę odwdziżenia się za uznanie. Dewiza sprawiania miłych rzeczy innym powinna być stosowana na zajęciach z fototerapii, aby wspomóc funkcjonowanie wykonawcy zdjęć²⁵.

Terapia przez fotografię znajduje zastosowanie w procesie edukacyjnym dorosłych, szczególnie na płaszczyźnie związanej z rozwojem emocjonalnym, społecznym oraz osobistym. Przede wszystkim jest ona interwencją w kompetencje dotyczące samoświadomości i emocji. Praktyczne zajęcia z analizy zdjęć osobistych lub wykonanych przez siebie portretów ułatwiają zrozumienie własnych doświadczeń, uczuć, kształtują tożsamość człowieka na kolejnych etapach dorosłego życia. Zajęcia prowadzone w grupie, wspólna praca nad fotografiami, ich wywołaniem, prezentacją, tworzenie fotohistorii, przyczyniają się do podwyższania kompetencji komunikacyjnych. W pewnych przypadkach fotografie ułatwiają przetwarzanie trudnych doświadczeń, bolesnych emocji i pozwalają mówić o samym sobie.

²⁴ A. Czajkowska, *Fototerapia...*, dz. cyt., s. 103–104.

²⁵ Tamże, s. 105–106.

Obecne czasy wymagają nawet od dojrzałych ludzi poszerzania spektrum wartości, kształtowania postaw wolnych od stereotypów i uprzedzeń. Fotografoterapia może być punktem wyjścia do dyskusji o różnorodności i odmiennych punktach widzenia. Może także poprzez swoje praktyczne zastosowanie pozwolić ludziom, którzy czują się wykluczeni, odzyskać właściwą samoocenę i poczucie sprawczości. Z tego względu znajduje różnorodne zastosowania w pracy z seniorami, bezrobotnymi, migrantami, osobami niepełnosprawnymi. Na takich zajęciach można wykorzystać pomysł na wykonanie portretu, który ma ukazywać stan tożsamości i emocji. Następnie spotkania powinny przebiegać w małych grupach dyskusyjnych, gdzie wykonawcy fotografii opowiedzą, co czuli, gdy wykonywali portrety, jak postrzegają siebie, co odczuwają o nich rozmawiając. Pozwoli to na zwiększenie refleksyjności i samoświadomości. Słuchanie i próba rozumienia innych wpłynie na umiejętności empatyczne, pozwoli kształtować poczucie własnej wartości i emocjonalności. Mogą to również być zajęcia doskonalące kompetencje komunikacyjne przy wykorzystaniu narzędzia do introspekcji. Takie ćwiczenia z użyciem fotografoterapii stanowią wsparcie w procesie uczenia się osób dorosłych.

Fotografia jest techniką, która uaktywnia wiele obszarów – zarówno rozwojowych, jak i psychospołecznego funkcjonowania. Stanowi o mobilizacji sfer poznawczej, emocjonalnej i komunikacyjnej, pozwala na stały dopływ informacji do ludzi starszych, zapewnia im trwałą więź z rzeczywistością i światem zewnętrznym. W pracy edukacyjnej na takim etapie zacierają się granice pomiędzy edukacją a działaniem terapeutycznym; takie zajęcia, rozwijając wiele obszarów, oddziałują na poprawę dobrostanu i zdrowia, a stanowiąc formę terapii, wpływają na pacjenta za pomocą obrazów i kształtują jego tożsamość osobową.

Analiza literatury dotycząca zastosowania technik fotografii w terapii i pedagogice skłania do refleksji, że jest to metoda służąca rozwojowi człowieka. Najnowocześniejszy trend w pedagogice i psychologii podkreśla edukację przez całe życie oraz rozwój na każdym jego etapie. Z pewnością opisane techniki wzbogacają jakość funkcjonowania pacjenta, oddziałują na jego ucznia na każdym etapie rozwojowym. Procesy poznawcze oraz emocjonalne, zmiany osobowościowe, jakie wywołuje praca z fotografią, na różnorodne sposoby dają możliwość modyfikacji postaw, zachowania, przezwyciężania traumy, uczą konstruktywnego podejścia do przyszłości, kontroli nad sobą, wpływania na własne życie²⁶. Fotografia w przypadku wielu ludzi, szczególnie seniorów, pozwala na zastosowanie nowoczesnej techniki w życiu. Budzi to poczucie sprawstwa, co staje się przyczyną lepszego samopoczucia, budzenia się odwagi w nawiązywaniu relacji społecznych. Jest to niewątpliwie walor polegający na uczestnictwie w postępie cywilizacyjnym, a więc korzystaniu z nowej wiedzy, nowych umiejętności, które pozwalają nie czuć osamotnienia i wyobcowania.

²⁶ R. Bartel, *Arteterapia i rozwój osobisty. Teoretyczne i praktyczne aspekty terapii przez sztukę*, t. 2, Wydawnictwo Uniwersytetu Artystycznego w Poznaniu, Poznań 2017, s. 235.

Analiza literatury nasuwa propozycje badań, które mogą się przyczynić do pogłębienia wiedzy o fotografii w terapii i edukacji. Ważnym tematem wymagającym zgłębienia jest wpływ zastosowania terapii na rozwój tożsamości, kompetencji emocjonalnych i kształtowanie samooceny. Pedagodzy i terapeuci powinni mieć podstawy badawcze do wprowadzania ćwiczeń fotograficznych w budowaniu motywacji i poczucia sprawczości. Narzędzie, jakim jest terapia fotografią, pozwala na indywidualne podejście do każdego procesu edukacji i terapii, ukazując osobiste preferencje, styl uczenia się oraz potrzeby.

Bibliografia

- Bartel R., *Arteterapia i rozwój osobisty. Teoretyczne i praktyczne aspekty terapii przez sztukę*, t. 2, Wydawnictwo Uniwersytetu Artystycznego w Poznaniu, Poznań 2017.
- Berman L., *Beyond the Smile: The therapeutic Use of the Photographs*, Fontana, London 1993.
- Bieniek M., *Dydaktyka historii. Wybrane zagadnienia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn 2007.
- Craig C., *Exploring the Self through Photography: Activities for Use in Group Work*, Jessica Kingsley Publishers, London 2009.
- Czajkowska A., *Fototerapia. Fotografia w pracy nauczyciela, pedagoga i terapeuty*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2019.
- Fereński P.J., *Obecność nieobecności. Przyczynek do badań nad muzeami fotografii*, „Dyskurs. Pismo Naukowo-Artystyczne Akademii Sztuk Pięknych we Wrocławiu” 2013, nr 15.
- Konik R., *Fotografia jako próba odrealnienia przedmiotu przedstawienia*, „Dyskurs. Pismo Naukowo-Artystyczne Akademii Sztuk Pięknych we Wrocławiu” 2013, nr 15.
- Napierała-Rydz K., *Fotografia w edukacji. Wykorzystanie fotografii w nauczaniu historii*, Wydawnictwo Libron, Kraków 2016.
- Paśko J.R., *O możliwości wykorzystania fotografii w edukacji przyrodniczej*, „Edukacja Biologiczna i Środowiskowa” 2021, nr 1, s. 115–127.
- Piróg D., Padło T., *Wykorzystanie fotografii we współczesnym kształceniu geograficznym: dydaktyczne założenia i praktyczne rozwiązania*, „Studia Geographica” 2020, nr 14, s. 42–56.
- Raniszewska D., *Fotografia w coachingu i rozwoju osobistym*, „Coaching Review” 2017, nr 1, s. 142–165.
- Suchoński A., *Środki dydaktyczne w nauczaniu-uczeniu się historii*, [w:] J. Maternicki, Cz. Majorek, A. Suchoński (red.), *Dydaktyka historii*, Państwowe Wydawnictwa Naukowe, Warszawa 1994.

- Tobis S., Cyłkowska-Nowak M., *Wykorzystanie fotografii w terapii osób starszych*, „Nowiny Lekarskie” 2012, nr 81, s. 65–69.
- Tobis S., Kropińska S., Cyłkowska-Nowak M., *Arteterapia jako forma terapii zajęciowej w aktywizacji osób starszych*, „Geriatrics” 2011, nr 5, s. 194–198.
- Weiser J., *Establishing the Framework for using photos in Art Therapy (and other Therapies) practices*, „Arteterapia” 2014, nr 9, s. 159–190.
- Weiser J., *Phototherapy techniques in counselling and therapy – using ordinary snapshots and photo-interactions to help clients heal their lives*, „Canadian Art Therapy Association Journal” 2004, nr 17(2), s. 23–53.
- Weiser J., *PhotoTherapy Techniques: Exploring the Secrets of Personal Snapshots and Family Albums*, PhotoTherapy Centre Press, Vancouver 1999.

Photography in the work of a therapist and teacher

Abstract: This article is an introduction to the topic of using techniques related to photography. Developing modern technologies allow for the increasingly easy use of photography as a medium in various areas of social life. In the world of the dominant image, it becomes a tool supporting therapeutic and pedagogical activities. Being a tool for developing identity, it is used in educational practice, both at school and as part of permanent education. The article presents a range of advantages and applications of photography therapy in the education of children, adolescents and the elderly. It is a way of influencing in the field of development and its support, as well as in the context of meeting the needs of people of different ages, in different psychophysical states. Due to its direct impact on the sense of agency, awakening self-awareness and strengthening identity, it is an extremely valuable tool in terms of education and therapeutic intervention.

Keywords: photography, therapist, teacher, development, self-awareness

About the Authors

Katarzyna Miłek – Doctor of Social Sciences in the field of pedagogy, assistant professor at the Millennium University of Gniezno. She specializes in preschool and early school pedagogy, art therapy and education of children with special needs. Headmistress of the “Amber Castle” Non-Public Kindergarten in Kalisz. Author of numerous academic publications in the field of children’s creativity and therapy through art. She conducted classes under the Erasmus+ program, m.in. in Turkey and Egypt. She combines scholarly activity with pedagogical practice, focusing on supporting the emotional and cognitive development of young children through play and creativity.

Jakub Jagiełło – MA, Master of Pedagogy – Pedagogical therapy with elements of soci-otherapy. He works as a senior administrative clerk (Accessibility Office) at the Polish Academy of Applied Sciences in Głogów. Poet, author of books.