



Nadesłano: 13.05.2020
Zaakceptowano: 22.07.2020

Sugerowane cytowanie: Bury M. (2020). *Praca z ciałem dziecka w instalacji performatywnej „Ciało” Izabeli Chlewińskiej*, „Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce”, vol. 15, nr 3(57), s. 21-34. DOI: 10.35765/eetp.2020.1557.02

Marta Bury
ORCID: 0000-0002-9440-7156
Uniwersytet Rzeszowski

Praca z ciałem dziecka w instalacji performatywnej „Ciało” Izabeli Chlewińskiej

SŁOWA KLUCZE

świadomość
ciała, dziecko,
zaburzenia ze
spektrum autyzmu,
samorozwój,
przepływ

ABSTRAKT

Zaprezentowane w artykule przemyślenia dotyczą problemu cielesności jako narzędzia inkluzji. Instalacja performatywna „Ciało” Izabeli Chlewińskiej jest przykładem sztuki przybliżającej znaczenie pracy nad pogłębieniem świadomości ciała. W tekście poruszone są aspekty pracy z ciałem, dążące do włączania dziecka w świat doznań sensorycznych, świat mu bliski i potrzebny. Świat zmysłów i ruchu, który jest warunkiem prawidłowego rozwoju. Dotyczy to również pracy z cielesnością dzieci ze spektrum autyzmu. Za pomocą swobodnej ekspresji, działań pobudzających kreatywność, dzieci podczas wystawy pozostają w satysfakcjonującym „przepływie”, czyli zgodności działań z ich indywidualnymi wewnętrznymi potrzebami.

Wprowadzenie

Inkluzja jako zjawisko społeczne jest przedmiotem badań subdyscypliny pedagogicznej zwanej pedagogiką inkluzyjną i pojmowana jest jako „wychowanie do różnorodności bez uprzedzeń” (Sipowicz, Pietras 2017). Jest to poszukiwanie możliwości edukacji wszystkich razem z poszanowaniem różnorodności, bez względu na to, czy

dziecko jest pełnosprawne czy niepełnosprawne. Obserwując procesy inkluzji, należy zastanowić się nad wagą cielesności dziecka w kontekście tego zjawiska. Warto rozważyć, czy praca nad świadomością ciała może wpłynąć na lepsze włączanie się dzieci w życie społeczne. Ciało dziecka jest jego narzędziem poznawczym, dlatego dostrzec można potrzebę przekierowania uwagi dziecka nie tylko na ulepszanie sprawności ciała i jego funkcjonalności, ale także uświadamiania relacji zachodzących między stanem ciała a emocjami i kondycją psychiczną, ponieważ „zjawiska umysłowe mogą być w pełni rozumiane jedynie wtedy, gdy rozpatrujemy je w kontekście organizmu wchodzącego w interakcję ze środowiskiem” (Damasio 2011: 15).

Instalacja performatywna „Ciało” jest idealną okazją, aby zwrócić uwagę na wewnętrzne odczucia cielesne, na propriocepcję, na czucie głębokie, poprzez zainicjowanie „podróży w głąb siebie”. Zwraca uwagę na to, co robisz ze swoim ciałem, jak siedzisz, jak leżysz, czy jesteś rozluźniony, czy napięty i jak się z tym czujesz. Pokazuje co zrobić ze swoim ciałem, aby się rozluźnić, uspokoić, zrelaksować. Jest to wiedza, jaką każdy człowiek od dziecka powinien zgłębiać. Jak „korzystać” z ciała, aby dawało nam przyjemność, było zdrowe, sprawne, a tym samym przygotowane na spotkanie z innymi osobami oraz ze światem, w poczuciu harmonii. Takie „mądre” ciało włącza nas w satysfakcjonujące życie społeczne. Przekierowuje uwagę z powierzchownego traktowania ciała, niewolnika konsumpcjonizmu i narzucanych wzorców piękna, którym jest podporządkowywane już od wczesnego dzieciństwa. Tego typu traktowanie ciała najczęściej skutkuje poczuciem wykluczenia, izolowania się dziecka od grup rówieśniczych, ucieczką w rzeczywistość wirtualną, co w końcu może prowadzić do zaburzeń i chorób, tak częstych w społeczeństwie światowego ryzyka (Beck 2012). Choroby takie jak depresja, bulimia, anoreksja i wiele innych związane są z brakiem akceptacji własnego ciała. Wszyscy jesteśmy świadomi i mamy doświadczenia z dzieciństwa, jak destrukcyjne mogą być wzorce piękna narzucone przez społeczeństwo dla samooceny dzieci i młodzieży. Istnieje więc potrzeba tworzenia, propagowania takich metod pracy z ciałem, które uświadamiają piękno każdego ciała i przekierowują naszą uwagę do wewnątrz, ponieważ, jak pisze Lisa Barrett, „normą jest zróżnicowanie” (Barret 2018: 61).

Według Wiliama Jamesa „ciało jest okiem cyklonu, ośrodkiem koordynacji, stałym miejscem napięć w szeregu doświadczeń. Wszystko krąży wokół niego i jest odczuwane z jego punktu widzenia” (James 1976: 86, za: Shusterman 2010). W związku z tym, że dla człowieka najważniejsze jest przetrwanie, „nasze umysły muszą (...) okazać głębokie zainteresowanie ciałami, z którymi są połączone (...) A zatem moje ciało i wszystko, co służy jego potrzebom, jest pierwotnym, instynktownie determinowanym przedmiotem moich egoistycznych zainteresowań. Inne przedmioty mogą stać się interesujące wtórnie” (James 1983: 308, za: Shusterman 2010). Nie możemy wykluczać z naszego życia cielesności jako mniej istotnej, pospolitej, przeznaczonej

do realizacji niższych, fizjologicznych potrzeb. Warto zrozumieć, że wszystkie ludzkie potrzeby – nie tylko fizjologiczne, ale również emocjonalne, psychiczne, estetyczne i duchowe – zaspokajane są poprzez ciało. Jak pisał Maurice Merlau-Ponty, to poprzez ciało doświadczamy i jesteśmy w świecie (Merlau-Ponty 2001: 120). Zrozumienie, że mamy ucieleśnione umysły (Shusterman 2010), co zostało stwierdzone naukowo w latach 90. XX wieku odkryciem neuronów lustrzanych (Gallese, Goldman 1998: 493–501), powoduje włączenie ciała, czyli świadomość znaczenia, roli ciała w doświadczaniu świata, w procesach poznawczych, poprzez skierowanie na nie uwagi. Od utożsamienia się z ciałem, uważanym za zbędne w życiu duchowym i intelektualnym, zależy dalszy samorozwój człowieka na drodze do samopoznania. Włączenie ciała jako podmiotu poznania jest istotne szczególnie u dzieci, gdzie rozwój ruchowy dziecka „to z jednej strony droga poznania i eksploracji przestrzeni, a z drugiej wyrażania siebie” (Krasoń 2005: 161). Wydaje się ważne, aby pielęgnować intuicyjną wiedzę małego dziecka o ważności poznania cielesnego, o słuchaniu własnego ciała, komunikującego, jakie ma potrzeby. Istotne jest, aby uświadamiać dziecku ważność empatii poprzez uczenie je rozumienia komunikatów pozawerbalnych.

„Ciało. Głos. Intuicja” – metoda pracy z ciałem Izabeli Chlewińskiej

Praktyka „Ciało. Głos. Intuicja” według tancerki i choreografki Izabeli Chlewińskiej

(...) wycisza, daje energię, pozytywnie nastawia, tworzy wspólnotę, buduje szacunek do swojego ciała i ciała innych. Jest terenem samoobserwacji i doprowadza do zgodności pracy ciała, umysłu i emocji. Jest to praktyka ruchowa, u podstaw której leży ciało, głos, który się z niego wydobywa i intuicja, która jest źródłem myśli, przeczucie i obserwacji. W skład praktyki wchodzi pięć różnych, ale połączonych ze sobą technik pracy z ciałem: *Praktykowanie Niczego* (pozbywanie się napięć, które prowadzi do poczucia integralności ciała, świadomości jego obszaru, bycia w zgodzie z ciałem, lub poczucie jedności ciała, głębokiego relaksu. To technika związana z anatomią ciała, wyobraźnią i medytacją) *Wydźwignięcie ciała* (wydobywanie brzmienia na poziomie niemowlęcia czy zwierzęcia daje spory dystans do siebie, rozgrzewa ciało od środka, budzi do intuicyjnego myślenia, jest obszarem samoobserwacji. To technika związana z dźwiękiem, oddechem i koncentracją) *Praktyka wielkiego docisku* (dialogowanie z partnerem w uścisku ćwiczy uważność, empatię, wyzwala radość pracy z własnym ciałem, dostarcza wzruszenia, czułości, uczy opiekuńczości i oddania. Prowadzi do zespolenia z drugim człowiekiem. To technika związana z fizycznością i przepływem energetycznym) *Techniki przyjemności* (poszukiwanie przyjemności w ruchu to antydepresyjna podróż i powrót do dzieciństwa. Jest działaniem w grupie i pełnej zależności. Wyzwała poczucie przyjemności, momentami euforię, wdzięczność, odpowiedzialność. To technika związana z improwizacją ruchową, uważnością i koncentracją) *Workowanie ciała* (odseparowanie się od zewnętrznych bodźców i indywidualna przestrzeń dla siebie.

Prowadzi do stanu intelektualnego bez myślenia, medytacyjny spokój, poczucie harmonii, bezpieczeństwa, samoakceptację. To technika związana z fizycznością i medytacją). Praca powiązana z obiektami sensorycznymi (stymulacja czucia głębokiego oraz zmysłu równowagi. Rozwija świadomość ciała, poprawia pracę układu nerwowego, wspomaga pracę układu kostno-mięśniowego. Ponadto wycisza, przywraca równowagę psychofizyczną. To zestaw ćwiczeń z użyciem obiektów obciążeniowych)¹.

W dużej mierze „Ciało. Głos. Intuicja” opiera się na pracy z dotykiem, który „jest jednym z najważniejszych zmysłów z punktu widzenia wczesnego rozwoju fizycznego i psychicznego dziecka (...) Rezultaty badań z obszaru psychoneuroimmunologii ujawniają, że stymulacja skóry jest znaczącym elementem wpływającym na psychiczny i fizjologiczny rozwój organizmu. Stymulowanie skóry w dzieciństwie kształtuje wzrost i różnicowanie komórek oraz dojrzewanie ośrodkowego układu nerwowego” (Panconesi, Hautmann 1996). Praca z dotykiem u dziecka jest ważna, ponieważ „uczucie bycia »trzymanym« przez matkę, zarówno fizycznie, jak i w sensie emocjonalnym jest uwewnętrzniane i dziecko rozwija w sobie funkcję opieki nad samym sobą (kojenia w sytuacji stresu, neutralizacji natężenia emocji itp.), którą z czasem może zachowywać także pod nieobecność matki” (Schier 2009: 39–42).

Instalacja performatywna „Ciało”

Instalacja performatywna „Ciało” jest kontynuacją badań nad autorską metodą pracy z ciałem „Ciało. Głos. Intuicja” opracowaną przez Chlewińską, natomiast obiekty sensoryczne autorstwa Tomasza Bergmanna, znajdujące się w „Ciele”, powstają z inspiracji ich synem Miłoszem i jego potrzebami. Instalacja performatywna „Ciało” Chlewińskiej jest kolejną propozycją pracy z ciałem dziecka, obok już istniejących metod terapeutycznych, jak metoda stymulacji bazalnej będąca konceptem pedagogicznym stworzonym przez Andreea Frölicha (1998), „Senso Paka” Joanny Serwińskiej (<https://terapiaspecjalna.pl/arttykul/senso-paka-budowanie-relacji-przez-stymulacje-polisensoryczna>), snoezelen – metoda pracy w specjalnie przygotowanych Salach Doświadczenia Świata opracowana przez Ada Verhula i Jana Hulsegge (<http://www.isna-mse.org/assets/konferencja-snoezelen.pdf>). Instalacja Chlewińskiej pochodzi i realizuje się na polu sztuki.

Cielesność dziecka to temat instalacji performatywnej „Ciało”, która jest częścią wystawy zbiorowej tworzonej dla dzieci i przy współudziale dzieci pod wspólnym

¹ Wszystkie cytowane wypowiedzi Izabeli Chlewińskiej pochodzą z rozmowy autorki artykułu z Performatką, przeprowadzonej 6 maja 2020 r.

tytułem „Co dwie sztuki to nie jedna” w Narodowej Galerii Sztuki Zachęta w Warszawie. Jak możemy przeczytać z materiałów organizatora,

(...) pokazywane prace pozwolą przyjrzeć się tematom ważnym zarówno dla młodych twórców, jak i odbiorców sztuki. Dzieci artystów, włączone w proces powstawania dzieła sztuki współczesnej, zaproszą rówieśników do twórczego i aktywnego zwiedzania wystawy. A czas spędzony w galerii będzie również okazją do budowania i wspierania relacji między dziećmi i rodzicami. Wystawa w Zachęcie stworzy nowe pole komunikacji i doświadczania sztuki. Izabela Chlewińska z Tomaszem Bergmannem i pięcioletnim Miłosem koncentrują się na porozumieniu poprzez ruch i dotyk. Tworzą rodzinną instalację performatywną Ciało poświęconą bliskości, obserwacji i wspólnej medytacji. Zabierają nas w świat doświadczania ciała, ruchu i zmysłów za sprawą obiektów sensorycznych opracowanych ze szczególnym uwzględnieniem najmłodszych widzów (0-3 lata)” (por. <http://warszawska-kulturalna.pl/dwie-sztuki-jedna-wystawa-zachecie> [dostęp: 3.05.2020]).

Jak mówi performerka, Instalacja to specjalnie zaprojektowana przestrzeń, w której wchodzimy w bezpośredni cielesny kontakt z obiektami sensorycznymi oraz performerami. Obiekty sensoryczne, zaprojektowane przez Tomasza Bergmanna – odwołują się do czucia ciała na poziomie układu nerwowego, jego cech fizycznych, takich jak ciężar czy kształt, oraz emocji, jakie wywołuje, np. przyjemność, poczucie bezpieczeństwa czy sprawczość.

Instalacja performatywna „Ciało” pośrednio porusza problem wykluczenia i inkluzji. Można dostrzec ten aspekt wystawy na kilku poziomach, przede wszystkim na poziomie idei „Ciała”, gdzie celem jest przybliżenie odbiorcy jego własnej cielesności. Wydaje się, że instalacja ta może wpływać na włączenie ciała jako podmiotu konstituowania się naszej tożsamości – inaczej niż pokazuje to zachodnia kultura, która od wieków wykluczała cielesność jako drogę poznania o mniejszej wartości niż poznanie duchowe i intelektualne – poprzez skierowanie na nie uwagi. Ważne, że zbliżenie się do własnego ciała ma się odbywać w sposób niewykluczający, tzn. powielający model patrzenia na ciało we współczesnej kulturze, oceniający i wartościujący. To propozycja spojrzenia na ciało pozwalająca wszystkim odwiedzającym czuć się z nim dobrze bez względu na wiek, wygląd, płeć, sprawność.

Równolegle Instalacja „Ciało” na poziomie odbioru sztuki umożliwi kontakt tańczących performerów, którzy są „żywą” częścią wystawy, z odbiorcami: dorosłymi i dziećmi. Między tańczącymi a zwiedzającymi nie ma żadnych barier, funkcjonują w tej samej przestrzeni na tych samych prawach. Swobodnie i naturalnie poruszający się tancerze nie narzucają się widzom ze swoją obecnością, raczej mają nadzieję, że poruszając się w taki swobodny sposób, nie zostaną wykluczeni, ale zaakceptowani przez grupę odbiorców. Dążeniem performerów jest to, aby stać się bodźcem dla

odwiedzających dorosłych i dzieci do swobodnego zachowania na terenie wystawy, do pozwolenia sobie przez widzów na zabawę obiektami sensorycznymi, leżenie, taniec. Instalacja performatywna przypominająca wnętrze ciała, to rodzinny projekt, jak mówi Chlewińska: przestrzeń, w której można odpocząć i kreować (...) wyregulować system nerwowy tak, aby funkcjonować w spokoju. W instalacji można doświadczać ciała poprzez obiekt, który przypomina powięź. Jest to tunel sensoryczny stworzony ze specjalnego elastycznego materiału, w który można wejść i zawiązać obydwie końce, tworząc dla siebie przestrzeń wyizolowanego, intymnego doświadczenia. Jak pisał Andreas Fröhlich, „wycofanie, możliwość pozytywnego odcięcia się od zamętu życia społecznego jest podstawowym elementem naszej kultury życia codziennego” (Fröhlich 1998: 153).

Innym sposobem doświadczenia ciała w instalacji jest *Praktyka wielkiego docisku*, która zajmuje się czuciem głębokim, przedśionkiem, układem proprioceptywnym. Polega na szukaniu kontaktu cielesnego i dociskaniu do siebie ciała drugiej osoby. Według twórczyni metody Ciało. Głos. Intuicja (skrót: C.G.I). „Bliskość dwojga ludzi można zainicjować pracą dociskową z obiektem, który niejako zastępuje człowieka, jest preparacją do bliskości, narzędziem treningu bezpośredniej fizycznej relacji z drugą osobą. Dzięki pracy z obiektem możemy rozpoznać osobiste preferencje dotyku (jego siłę, ciężar czy czas trwania w kontakcie), a także granice (przestrzeń osobistą i wspólną)” (frag. rozmowy z I. Chlewińską). W instalacji *wielki docisk* praktykują performerzy, a obiekty sensoryczne pośrednio pomagają w tej pracy. W ten sposób performerzy są w akcji razem z odwiedzającymi i zachęcają ich do głębokiej procesowej przygody – pracy z ciałem (por. https://www.rdc.pl/podcast/niedzielny-porannek-instalacja-cialo-na-wystawie-co-dwie-sztuki-to-nie-jedna/?fbclid=IwAR3zWJ81DMr7jD6D1tTOt8LSskVB0D_sXyglhc02cKSOWM1xEUNQprukRhk [dostęp: 1.05.2020]).

Wydaje się, że przestrzeń wystawy sprzyja inkluzji. Wyciemnione wnętrze wyostrza zmysły słuchu i dotyku. Wzrok, będący zmysłem dystansu, jest wyciszony. Uczestnicy słyszą delikatną relaksacyjną muzykę, imitującą odgłosy z wnętrza ciała, co daje poczucie bezpieczeństwa i relaksu. Dźwięki te wywołują nastrój medytacyjny, relaksujący. Wypełnienie przestrzeni obiektami sensorycznymi, miękkimi i przyjemnymi w dotyku, otwiera na doznania. Dziecko biorące udział w tym działaniu wpuszcza całym ciałem wrażenia pochodzące z zewnątrz słuchając, dotykając, ruszając się i patrząc. W ten sposób przestrzeń i bodźce zewnętrzne z wystawy włączają ciało na odbiór wrażeń, na obecność innych odwiedzających, na wspólne doświadczenie ciała. Dla Chlewińskiej ważne było, żeby w tej samej przestrzeni mogli funkcjonować zarówno ci, którzy dynamicznie eksplorowali swoje ciało w dzikim hałasie, jak i ci, którzy usypiali, relaksowali się, odpoczywali. To wskazuje na fakt, że ciało niczym kontener mieści w sobie różnorodne i często przeciwstawne potrzeby, które nie muszą się wykluczać.

Chlewińska w przestrzeni instalacji opisuje między innymi szyszynkę – gruczoł dokrewny, który zajmuje się organizacją rytmu dobowego wydzielając naprzemiennie serotoninę (tzw. hormon szczęścia) oraz melatoninę (hormon snu). Zachowania ludzi wewnątrz „Ciała” wskazywały na podobną naprzemiennność aktywności odbiorców. O potrzebie świadomej regulacji rytmu aktywności i odpoczynku pisał Fröhlich: „chodzi o to, aby wyznaczone dłuższe okresy odpoczynku dawały szansę na prawdziwy odpoczynek i relaks, a czas aktywności” nie oznacza pobudzenia, hałasu i stresu, ale intensywność, koncentrację i uwagę” (Fröhlich 1998: 147).

Według Rudolfa Labana, tancerza i pedagoga, „dzielenie przestrzeni nie musi być zagrażające, a wręcz przeciwnie – może stać się źródłem współprzeżywania (empatii). Przestrzeń można dzielić z kilkoma osobami. To wymaga nauczania się nawiązywania kontaktu początkowo z jednym partnerem, potem z większą grupą, a wreszcie nauczania się współdziałania z innymi” (Bogdanowicz, Kisiel, Przasnyska 1992: 39). Jak mówi Chlewińska, do poszukiwania bliskości nieoceniona wydaje się funkcja obserwacyjna odbiorcy. Dzięki współdzieleniu przestrzeni i doznań na poziomie ciała – możemy obserwować zachowania ciał innych ludzi. Dokonujemy intuicyjnie wyboru, czy podążamy za tym, co się wydarza poprzez naśladownictwo, czy wybieramy coś dokładnie przeciwstawnego, ponieważ nie podzielamy czyjegoś wyboru. Dodatkowo zachodzi proces łączenia się w niewielkie społeczności, np. matki i ojcowie podążając za wyborami (zarówno własnymi, ale przede wszystkim swoich dzieci), tworzą większe grupy z wybranymi rodzinami. Dzięki doświadczeniu współdzielenia przestrzeni i doświadczeń możemy obserwować różne typy relacji, w szczególności negocjację, bliskość i dystans. W ten sposób sztuka, której zasadą jest bezpośrednio uczestnictwo, a tematem ciało, staje się „możliwością zbliżenia”. Znajdujący się wewnątrz Instalacji „Ciało” odwiedzający dorośli i dzieci realizują tu potrzebę bliskości z własnym ciałem, potrzebę bliskości rodziców z dzieckiem, potrzebę bliskości dzieci z rodzicami, potrzebę doświadczenia wspólnotowego. Objawia się tu prawda, że doświadczanie cielesne łączy nas jako ludzi. Odbiorcy wystawy, poszukując narzędzia inkluzji, wydają się je znajdować – być może jest to własne ciało.

Dzieci kinestetyczne w świecie schematów ruchowych a swobodna ekspresja

Poczucie wykluczenia wiąże się nie tylko z odrzuceniem jednostki przez grupę, ale też z odrzuceniem przez jednostkę części własnych potrzeb, na rzecz akceptacji otoczenia. Jak zauważają psychologowie i pedagodzy, dzieje się tak szczególnie w przypadku dzieci kreatywnych, ponieważ trudno pogodzić pielęgnowanie kreatywności z socjalizacją. Jednostki twórcze mają problemy w kontaktach interpersonalnych, są

odrzuć i nierozumiane, lub same się izolują (Krasoń 2005: 71). Podczas instalacji performatywnej „Ciało” matka chłopca bawiącego się obiektami sensorycznymi podeszła do tańczącej performerki, by podziękować, że dzięki niej syn ośmielił się i zaczął tańczyć. Opowiedziała, że jak był mały, uwielbiał tańczyć, ale odkąd poszedł do szkoły, już nie chce tego robić, ponieważ się wstydzi. Matce było żal, że syn pod naporem otoczenia rezygnuje z czegoś, co sprawiało mu radość. Podczas instalacji „Ciało” zdarzyło się niejednokrotnie, że bodziec w postaci tańczących performerów uruchamiał dzieci, które poznają świat szczególnie poprzez kanał kinestetyczny. Kinestetyk to dziecko ruchliwe, które postrzega świat zmysłem dotyku. Dlatego w czasie procesów poznawczych to właśnie bodźce docierające tym kanałem są przez nie lepiej przyswajalne. Dziecko kinestetyczne musi wszystkiego dotknąć, spróbować, ciągle się ruszać; aby zrozumieć, musi poczuć w jakiś sposób całym swoim ciałem. Ruchowa wystawa skupiająca się na cielesności była dla tych dzieci prawdziwym świętem i przyjemnością. Obcowanie ze sztuką angażującą cielesność odbiorcy, a wręcz opartą na jego cielesnym doświadczeniu, budowało poczucie tożsamości i przynależności tych dzieci. W zauważalny sposób wchodziły w relację z performerami powtarzając ich ruch lub zachęcając do wspólnego działania. Często też rozwijały własne pomysły ruchowe, intuicyjnie szukając akceptacji. Atmosfera przyzwolenia na ruchową eksplorację przestrzeni, improwizację, naturalną ekspresję objawiała się u dzieci chęcią działania, otwartością, zaufaniem do performerów i widocznym poczuciem satysfakcji z podejmowanych działań. Widoczne było, że dzieci szczególnie potrzebujące wyrażać się poprzez ruch poczuły się włączone w grupę tancerzy. Poczuły się odważne i łatwiej wyrażały swoje potrzeby ruchowe mając wsparcie performerów, budujących poczucie akceptacji wobec działań podejmowanych przez dzieci. Tancerze i dzieci o twórczych zdolnościach ruchowych naturalnie tworzyli rozumiejącą się pozawerbalnie grupę. Jak wiadomo, grupa może pełnić wiele ważnych funkcji, przede wszystkim zaspokajać potrzeby psychiczne, takie jak potrzeba akceptacji, uznania, poczucia przynależności i bezpieczeństwa (Krasoń 2005: 73). Właśnie takie potrzeby instalacja performatywna „Ciało” zaspokajała także względem dzieci wyrażających się poprzez ruch, poznających świat poprzez kanał kinestetyczny. Dzieci twórcze są szczególnie narażone na wykluczenie, ponieważ zachodzi u nich konflikt pomiędzy wartościami dotyczącymi własnej indywidualności a wartościami związanymi z konformizmem. Twórcze dzieci częściej przejawiają niezależność, impulsywność, introwersję, intuicyjność (Krasoń 2005: 73). Instalacja performatywna „Ciało” pozwala takim dzieciom poczuć się sobą, umocnić się w wyrażaniu i akceptowaniu swoich potrzeb. Wydaje się, że funkcjonowanie w obszarze sztuki dla dzieci, wydarzeń, które pomagają im poprzez czynne uczestnictwo odnajdywać własną tożsamość, jest bardzo potrzebne. Może się okazać, że wizyta w Instalacji „Ciało” będzie dla dziecka ważnym momentem w życiu lub nawet stanie się momentem zrozumienia własnych potrzeb.

Instalacja performatywna „Ciało” jako źródło doświadczania własnej cielesności przez dzieci z zaburzeniami należącymi do spektrum autyzmu

W związku z wystawą, jako dodatkowe wydarzenie w Galerii Narodowej Zachęta odbyły się także warsztaty Izabeli Chlewińskiej z dziećmi z zaburzeniami ze spektrum autyzmu i ich rodzicami. Definicja zaburzeń ze spektrum autyzmu pochodzi z klasyfikacji zdrowia psychicznego Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. W DSM-5 wyróżnione są trzy kryteria. Osoba, u której zdiagnozują się zaburzenia ze spektrum autyzmu, musi przejawiać co najmniej 6 cech wymienionych w punktach (w tym co najmniej dwie w punkcie 1 i po jednej z punktu 2):

1. Klinicznie znaczące, stałe nieprawidłowości w obrębie komunikacji społecznej i interakcji (wyraźne deficyty w komunikacji werbalnej i niewerbalnej wykorzystywanej w interakcjach społecznych, brak wzajemności społecznej, nieumiejętność rozwijania i utrzymywania relacji z rówieśnikami właściwej dla poziomu rozwoju);
2. Ograniczone, powtarzalne wzorce zachowań, zainteresowań i aktywności, objawiające się poprzez co najmniej dwa z poniższych objawów: stereotypowe zachowania motoryczne lub werbalne lub nietypowe zachowania sensoryczne, nadmierne przywiązanie do rutyny i zrytualizowanych wzorców zachowania, ograniczone zainteresowania. Objawy muszą wystąpić we wczesnym dzieciństwie (ale mogą nie manifestować się w pełni, dopóki oczekiwania społeczne nie przekroczą ograniczonych możliwości dziecka) (American Psychiatric Association 2013).

Dzieci z zaburzeniami należącymi do spektrum autyzmu często ze względu na swoje dysfunkcje są wykluczone z życia kulturalnego, z uczestnictwa w wystawach, spektaklach teatralnych. Tym samym utrudnia to próbę integracji z rówieśnikami oraz naukę współżycia społecznego. Instalacja performatywna „Ciało” została tak przygotowana, aby każdy mógł się nią cieszyć bez względu na to, czy jest, czy nie jest w pełni sprawny. Możliwość uczestniczenia w niej pozwala dzieciom z zaburzeniami należącymi do spektrum autyzmu poszerzać doświadczenia, integrować się, jest okazją do nauki komunikacji i usprawniania ciała przez ruch i relaksację. Spokojna, prawie medytacyjna przestrzeń może w odpowiedzi na potrzebę konkretnego dziecka stać się placem zabaw i przygód sensorycznych lub harmonijnego wypoczynku. Wszystkie obiekty są tu łatwo dostępne i bezpieczne, dostosowane do potrzeb dzieci. Bezpieczna przestrzeń, wyciszony sposób zachowania sprzyjają swobodnemu działaniu dzieci. Narzędziami inkluzji tej instalacji są ćwiczenia autorstwa Chlewińskiej. Zasadą jest, że ćwiczenia mają niedyrektywny charakter, wydaje się więc, że ta wystawa idealnie

odpowiada na potrzeby dzieci z zaburzeniami należącymi do spektrum autyzmu. Ważne było, aby całkowicie zaakceptować dzieci, stworzyć im ciepłą atmosferę, dać poczucie swobody w realizowaniu i wyrażaniu potrzeb, podążać za potrzebami dziecka, być empatycznym.

Obecnie wśród wielu metod terapii dzieci z zaburzeniami należącymi do spektrum autyzmu jako pomagającą w łagodzeniu objawów choroby stosuje się terapię Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne. „ (...) do podstawowych zadań tej metody zaliczyć należy: kształtowanie poczucia tożsamości, rozwój obrazu siebie, rozwój umiejętności nawiązywania kontaktu, kształtowanie auto-orientacji i orientacji przestrzennej, usprawnianie ruchowe w zakresie możliwym do osiągnięcia przez dziecko, kształtowanie koordynacji wzrokowo-ruchowej, dostarczanie radosnych przeżyć związanych z aktywnością ruchową dziecka, rozwijanie pewności siebie i odwagi” (Szeler 2007: 29). Wygląda na to, że warsztaty w instalacji performatywnej „Ciało” były propozycją dążącą do podobnych celów.

Jednym z ćwiczeń sensorycznych należących do metody pracy nad świadomością ciała, „Ciało. Głos. Intuicja” było *praktykowanie docisku*. Dzieci kładły się na plecach w różnych częściach przestrzeni, a rodzice dociskali ich ciała obiektami sensorycznymi o różnym ciężarze. Były pytane przez rodziców, jak mocnego docisku potrzebują. W takim unieruchomieniu dzieci się relaksowały. Część z nich pozwalała na masaż swojego ciała specjalnymi przedmiotami, a część sama się bawiła obiektami przenosząc je, formując w różne kształty, ugniatając. Dzieci tak jak dorośli kładły się na obiektach, manipulowały nimi, turlały je, chodziły na czworaka, itp. Ze względu na to, że obiekty sensoryczne miały różne kształty i kolory, pobudzały wyobraźnię dzieci inspirując je do tworzenia dziupli, domków, itp. Wszystkie działania sprawiały dzieciom dużo radości. Obiekty sensoryczne oddane przez autorów instalacji performatywnej do dyspozycji odbiorców wystawy dzieci przyjmowały z ciekawością, używając ich na wiele wymyślonych przez siebie sposobów. Wszystkie te obiekty pomagają osiągnąć stan spokoju, pomagają w dążeniu do wewnętrznej harmonii.

Innym narzędziem włączania dzieci w świat doświadczania ciała było ćwiczenie polegające na wchodzeniu do tunelu sensorycznego, pobudzającego delikatnie obszar całej skóry – *workowanie ciała*. Dziecko można było wyciszać przez kołysanie go w worku, ciągnięcie, huśtanie, przyciskanie. Jak mówi Chlewińska, działając dociskowo, masując na skórę dają poczucie łagodnego pobudzenia, obecności, przytulenia, zaopiekowania, to z kolei zaspokajają szereg potrzeb emocjonalnych. Bliskość, czułość są związane z dotykiem, a jego rola w prawidłowym rozwoju emocjonalnym, intelektualnym i motorycznym dziecka jest ogromna. Dzięki zabawie z „dotykem” obiektów sensorycznych, dziecko może „odkryć i poznać pewne aspekty swojej natury cielesnej lub też przeżyć nowe dla siebie doświadczenie” (Kepner 1991: 95), co poszerza jego świadomość siebie. W instalacji dzieci mogły używać specjalnie zaprojektowanych

przez Tomasza Bergmanna obiektów: Rolling bag, Human bag, Living bag, Hollow bag, tuneli sensorycznych Intimate bag (<https://intibag.eu/pl/obiekty-sensoryczne/> [dostęp: 1.05.2020])².

Ważne jest również to, że Instalacja performatywna „Ciało” była okazją dla rodzin z dziećmi z zaburzeniami należącymi do spektrum autyzmu do integracji w atmosferze relaksu i przyjemności. Praca z cielesnością dziecka dawała okazję rodzicom do tego, aby zwrócili uwagę również na własne potrzeby. Wystawa ta to propozycja uważnego bycia ze sobą i tworzenia wspólnego sposobu relaksu i odpoczynku. Jest też rodzajem niszy, o której pisał Fröhlich, czyli miejsca, gdzie dzieci potrzebujące specjalnej uwagi mogą bezpiecznie wspólnie działać (Fröhlich 1998: 155).

Podsumowanie

Problem wykluczenia dotyka każdego w różnych okresach życia, a w mniejszym lub większym stopniu dotyczy obszaru cielesności. Ponieważ w dzisiejszych czasach człowiek żyje w społeczeństwie ponowoczesnym, w społeczeństwie ryzyka: ekologicznego, ekonomicznego, zaniku wartości, chorób cywilizacyjnych takich jak depresja i autoagresja, potrzebuje powrotu do „siebie”. Powrócić do siebie to: rozumieć, co się dzieje z moim ciałem, skąd się biorą moje emocje, jak być zdrowym i szczęśliwym, jak stawać się sobą. Ciało zintegrowane, czyli świadome i funkcjonujące w „przepływie”,

² Rolling bag – „Wyobraź sobie, że wypełniona naturalną gryczaną łuską, otoczona miękkim materiałem Secondskin® pufa Rolling bag przelewa się po twoim ciele. Masaż obciążeniowy gryczaną pufą to również doznania słuchowe i zapachowe. Przelewająca się po ciele gryczana łuska wydaje dźwięk przesypującego się piasku”, Human bag – „Wyobraź sobie, że leżysz na wypełnionym naturalną gryczaną łuską, otoczonym miękkim materiałem Secondskin® Human bag. Możesz go ścisnąć oburącz, a nawet położyć go na sobie i poczuć jego mocny docisk. Dzięki temu obiektowi możemy się głęboko zrelaksować, rozluźnić dolną partię kręgosłupa czy obszar miednicy. Mniejszy Human bag dobrze się sprawdzi w zabawach, które zużyją nadmiar energii. Dodatkowo dostarczy wielu bodźców sensorycznych, zwłaszcza w obszarze dotyku, równowagi czy koordynacji ruchowo-wzrokowej”, Living bag – „Wyobraź sobie, że wypełniona naturalną gryczaną łuską, otoczona miękkim materiałem Secondskin®, pufa Living bag zapamiętuje kształt Twojego ciała. Wystarczy się o nią oprzeć, aby zrozumieć, dlaczego jest wyjątkowa. Pufa wspomaga czucie głębokie ciała, masuje mięśnie i amortyzuje stawy. Świetnie się sprawdzi podczas zabaw z dziećmi na podłodze”, Hollow Bag to „transparentny obiekt, w którym każdy mały człowiek może się schować. Oferuje wrażenia dotykowe, słuchowe, wycisza i rozwija koordynację wzrokowo-ruchową. Za pomocą specjalnego suwaka, dziecko może samo decydować o poziomie docisku. Piękny obiekt, niebanalny design dziecięcego pokoju”, Intimate bag – „Wyobraź sobie, że wchodzisz do osobistej przestrzeni i odcinasz się od zewnętrznych bodźców. Miękki termoaktywny materiał Secondskin® dociska całe Twoje ciało, a Ty zaczynasz się wyciszać. Dorośli ludzie przebywający w workach są zrelaksowani, dobrze się ze sobą czują i pozytywnie odnoszą się do innych ludzi. Dzieci – wyciszają się, wchodzą w stan pełnego zadowolenia, chętnie się w nich chowają, aby się uspokoić”. Intibag 2019, <https://intibag.eu/pl/obiekty-sensoryczne/> [dostęp: 1.05.2020]

daje poczucie satysfakcji i spełnienia (Csikszentmihalyi 1996)³. Budowanie programów, metod, strategii pracy z ciałem dążących do inkluzji na różnych poziomach życia społecznego jest wyjątkowo cenne. Idea metody pracy nad świadomością ciała „Ciało. Głos. Intuicja”, której ideę rozwija Chlewińska podczas swojej instalacji performatywnej, pomaga poznać swoje ciało, pomaga zrozumieć, co ciało nam komunikuje, uwrażliwia na komunikaty cielesne innych, uczy bycia w grupie w szacunku i tolerancji, a przede wszystkim we wrażliwości na człowieka, na siebie i innych. W świetle nowych zdobyczy naukowych, takich jak teoria konstruowanej emocji Lisy Barrett, praca metodą „Ciało. Głos. Intuicja”, może być drogą budowania nowej jakości relacji międzyludzkich, oraz zdrowszej, harmonijnej relacji ze sobą. Według rewolucyjnej dla rozumienia pojęcia człowieczeństwa teorii, człowiek sam jest twórcą swoich emocji. Buduje je w oparciu o własne przeszłe doświadczenia, ale może zmieniać je, zmieniając otoczenie, w którym żyje. Według teorii konstruowanej emocji sami możemy decydować o tym, jakie mamy życie, jakie emocje najczęściej są w nim obecne (Barrett 2018: 68). Propagowanie pracy metodą „Ciało. Głos. Intuicja” wydaje się być istotne, ponieważ praca z ciałem metodą C.G.I. może stać się pomocna przy zmienianiu własnych wzorców zachowań wobec innych ludzi. Może zmienić postrzeganie rzeczywistości społecznej, może pomagać osobom agresywnym, wycofanym, sfrustrowanym, depresyjnym, a zatem często wykluczonym, powrócić do społeczeństwa w poczuciu komfortu.

Obecny stan relacji międzyludzkich na całym świecie domaga się uwagi i zmiany. Ludzie potrzebują tolerancji, miłości, poszanowania inności. Każdy człowiek jest bowiem tym „innym”, każdy potrzebuje akceptacji. Praca metodą „Ciało. Głos. Intuicja” wydaje się dawać wgląd w istotę człowieczeństwa, mówi: poznawajmy siebie, żeby lepiej poznać innych, bo jesteśmy jednością, zależni jeden od drugiego. Omawiana metoda, podobnie jak inne metody świadomej pracy z ciałem, szuka również nowego języka mówienia o ciele w życiu codziennym, ale także szuka nowego, głębszego języka sztuki. Sztuka powinna bowiem docierać do najgłębszych, nienazwanych ludzkich emocji, gdyż to buduje ludzką tożsamość. Włączanie ciała do codzienności, do życia społecznego w sposób niewykluczający powinno być zatem celem współczesnej pedagogiki wychowania i edukacji poprzez kulturę i sztukę.

³ Przepływ to doświadczenie optymalne, kiedy informacja docierająca do świadomości jest zgodna z celami, a energia psychiczna może płynąć bez przeszkód. Przepływ wspomaga integrację jaźni oraz wpływa na jej rozwój.

Bibliografia

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*. Washington.
- Barrett L. (2018).. *Jak powstają emocje*, przeł. A. Jarosz, Warszawa: Wydawnictwo CeDeWu.
- Bogdanowicz M., Kisiel B., Przasnyska M. (1992). *Metoda Weroniki Sherborne w terapii i wspomaganiu rozwoju dziecka*, Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Csikszentmihalyi M. (1996). *Psychologia optymalnego doświadczenia*, przeł. M. Wajda, Warszawa: Wydawnictwo Studio EMKA.
- Gallese V., Goldman A. (1998). *Mirror Neurons and the Simulation Theory of Mind-Reading*, „Trends in Cognitive Science”, 2(12), s. 493-501.
- Danielewicz D., Pisula E. (2003). *Terapia i edukacja osób z autyzmem*, Warszawa: Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej.
- Damasio A. (2011). *Błąd Kartezjusza, emocje rozum i ludzki mózg*, przeł. M. Karpiński, Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Fröhlich A. (1998). *Stymulacja od podstaw*, tłum. Z. Białek, L. Czarkowska, A. Firkowska-Mankiewicz. Warszawa: WSiP.
- James W. (1976). *“The Experience of Activity” Essays in Radical Empiricism*. Cambridge MA: Harvard University Press.
- James W. (1983). *The Principles of Psychology*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kepner J. (1991). *Ciało w procesie psychoterapii Gestalt*, przeł. E. Knoll, Warszawa: Wydawnictwo Pusty Obłok.
- Krasoń K. (2005). *Wymiary ekspresji dziecięcej*, [w:] Jakubiec S., *Problemy społeczne dzieci twórczych*. Katowice: Centrum Ekspresji Dziecięcej przy Bibliotece Śląskiej, s. 71-82.
- Merleau-Ponty M. (2001). *Fenomenologia percepcji*, przeł. M. Kowalska, J. Migasiński, Warszawa: Fundacja Aletheia.
- Panconesi E., Hautmann G. (1996). *Psychophysiology of stress in dermatology. The psychobiologic pattern of psychosomatics*. „Psychodermatology”, 14, s. 399-421.
- Schier K. (2009). *Piękne brzydactwo*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Shusterman R. (2010). *Świadomość ciała*, tłum. W. Małecki, S. Stankiewicz, Kraków: TAIWPN UNIVERSITAS.
- Sipowicz K., Pietras T. (2017). *Wprowadzenie do pedagogiki inkluzyjnej (włączającej)*, Wrocław: Wydawnictwo Continuo.
- Szeler K. (2007). *Wybrane metody terapii osób dotkniętych autyzmem w świetle literatury*. „Paedagogia Christiana”, vol. 20, nr 2, s. 113-127.

Netografia

- Intibag (2019), <https://intibag.eu/pl/obiekty-sensoryczne/> [dostęp: 1.05.2020].
- Audycja radiowa Niedzielny poranek w Radio Dla Ciebie (16.02.2020) https://www.rdc.pl/podcast/niedzielny-poranek-instalacja-cialo-na-wystawie-co-dwie-sztuki-to-nie-jedna/?fbclid=IwAR3zWJ81DMr7jD6D1tTOt8LSskVB0D_sYyglhc02cKSOW-M1xEUNQprukRhk [dostęp: 1.05.2020]

<http://warszawska-kulturalna.pl/dwie-sztuki-jedna-wystawa-zachecie> [dostęp: 3.05.2020])
Serwińska J. (2018) „*Senso Paka*” *budowanie relacji przez stymulację polisensoryczną*, nr 4,
<https://terapiaspecjalna.pl/artukul/senso-paka-budowanie-relacji-przez-stymulacje-poli-sensoryczna> [dostęp: 10.06.2020].

Informacje dotyczące instalacji

Instalacja performatywna: „Ciało”

Autorzy wystawy: Iza Chlewińska, Tomasz Bergmann i Miłosz

Obiekty sensoryczne, scenografia: Tomasz Bergmann

Performerzy: Izabela Chlewińska, Aneta Jankowska, Aleksandra Muszyńska-Bożek,

Katarzyna Sitarz, Marta Bury, Krystian Łysoń

Muzyka: Marcin Lenarczyk

ADRES DO KORESPONDENCJI

Marta Bury

Uniwersytet Rzeszowski

e-mail: burym@op.pl