

# TERAPIA Z UŻYCIEM FOTOGRAFII W EDUKACJI NA TEMAT ŚMIERCI, PRACY Z ŻAŁOBĄ ORAZ ZARZĄDZANIU PODTRZYMYWANymi WIĘZIAMI

**Prof. Ines Testoni, Dr. Gianmarco Biancalani, Dr. Sara Pompele**

**Wydział FISPPA, Uniwersytet w Padwie**

**Tłumaczenie: dr Krzysztof Ciepliński,**

**Katedra Psychoterapii i Psychologii Zdrowia**

**Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II**



## STRESZCZENIE

Niniejsza prezentacja poświęcona jest zastosowaniu technik **terapii z użyciem fotografii** (ang. *PhotoTherapy*) w empirycznej **edukacji na temat śmierci** (ang. DeEd, *Death Education*), która koncentruje się na procesie zarządzania **podtrzymywanymi więziami** (ang. CBs, *Continuing Bonds*) ze zmarłą osobą. Według **Weisera**, terapia fotografią jest taką formą interwencji, która — poprzez wykorzystanie medium fotograficznego — umożliwia osobie **dokonanie projekcji (uzewnętrznienie) własnych przeżyć za pomocą obrazów**, aby osiągnąć wyższy stopień samopoznania i móc zgłębić te kwestie, które w przeciwnym razie pozostałyby ukryte. Z tego powodu terapia fotografią może być z powodzeniem wykorzystywana w edukacji na temat śmierci w celu umożliwienia klientom **wyrażenia uczuć związanych ze śmiercią i stratą**. Może ona również pomóc osobom pogrążonym w żałobie **zarządzać nadal istniejącymi odniesieniami bądź więziami z osobą zmarłą** (CBs), umożliwiając im wgląd w ich naturę, zarówno w procesie adekwatnego przeżywania żałoby jak i jej zakłóceń, świadczących o braku przystosowania do nowej sytuacji, co wiąże się brakiem możliwości odzyskania poczucia sensu życia przez klienta.





# KOMPETENCJE, JAKI NABĘDZIESZ W TRAKCIE KURSU

Po zakończeniu tego modułu, uczestnicy będą w stanie:



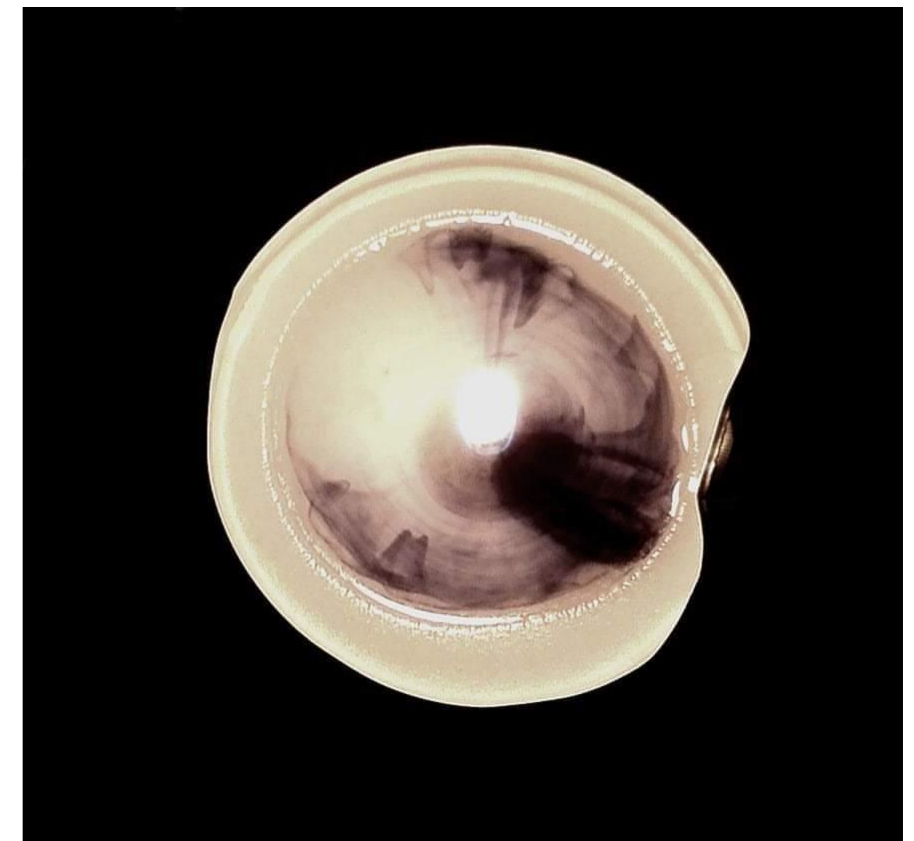
- Zrozumieć i wyjaśnić **podstawowe zasady**, na jakich opiera się terapia fotografią
- Zrozumieć i zastosować **pięć głównych technik terapii fotografią** opisanych przez Judy Weiser
- Wyjaśnić czym jest proces **podtrzymywania więzi** i zrozumieć zasadniczą **różnicę** pomiędzy jego **adaptacyjnymi i nieadaptacyjnymi przejawami**
- **Umieścić terapię fotografią w kontekście edukacji na temat śmierci** w celu wsparcia osoby pogrążonej w żałobie w przepracowaniu straty i umożliwienia jej wglądu w potencjalną obecność i naturę kontynuowanych więzi, pomagając jej tym samym w odnalezieniu adaptacyjnych strategii radzenia sobie z żałobą

## TERAPIA W UŻYCIEM FOTOGRAFII

**Terapia fotografią:** interwencja psychoterapeutyczna z wykorzystaniem zdjęć, która umożliwia pacjentowi osiągnięcie wyższego poziomu samopoznania oraz zgłębienie myśli, pragnień i osobistych spostrzeżeń, które w innym razie pozostałyby w ukryciu.

Użycie fotografii może pomóc osobom w przekroczeniu ich własnych granic poznawczych i emocjonalnych, a także wyzwolić to, co skrywane wewnątrz – nawet w procesie wglądu w najbardziej bolesne kwestie.

Główną rolą **terapeuty** jest **zachęcanie i wspieranie klientów na drodze osobistych odkryć** dokonywanych podczas zgłębiania i wchodzenia w interakcję ze zwykłymi, rodzinnymi zdjęciami, które klienci oglądają, wykonują, zbierają, aktywnie rekonstruują, czy nawet jedynie sobie wyobrażają (Weiser, 2014).





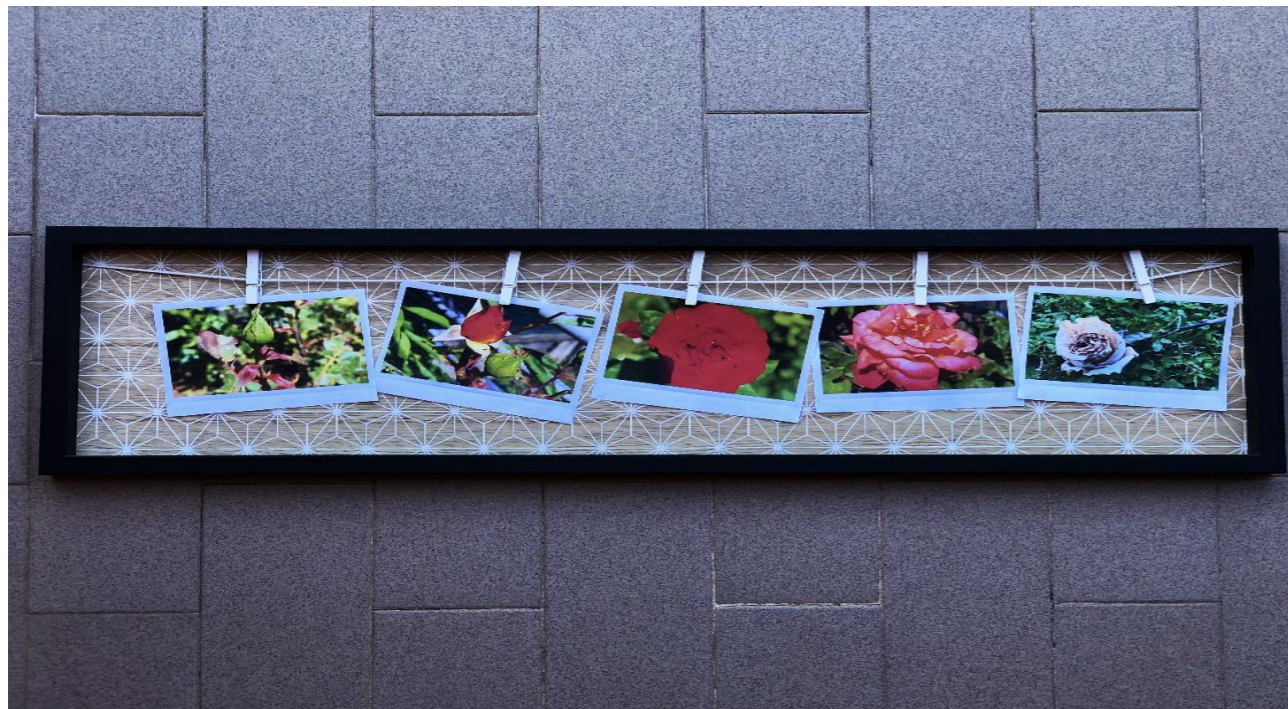
# TERAPIA Z UŻYCIEM FOTOGRAFII

Alternatywne strategie **zglębiania nieświadomości**

**Fotografie** → **wizualne metafory** konkretnych momentów „żywego doświadczenia”:  
werbalizacja i rozpoznawanie uczuć

→ skarbnica wyobraźni i potencjału twórczego.

Zdolność do **przenoszenia** osób **w czasie** i umożliwiania im rozpatrywania **alternatywnych stanów rzeczywistości** – nawet wówczas, gdy nie są one realnie możliwe.



Podejście zorientowane na proces:

W **terapii fotografią** ostatecznie wykonane ujęcie może pełnić istotną funkcję. Niemniej jednak, wybory, jakich klient dokonuje w czasie wykonywania zdjęcia są równie istotne, zatem także i one powinny być wzięte pod uwagę w procesie wspierania pacjenta na drodze do dobrostanu.



## PIĘĆ TECHNIK TERAPII Z UŻYCIEM FOTOGRAFII

**Judy Weiser** (1999, 2010) opracowała **pięć podstawowych technik** odnoszących się do różnych potencjalnych relacji, jakie mogą wytworzyć się pomiędzy osobą a aparatem fotograficznym czy fotografią:

- **Zdjęcia, które zostały zrobione bądź stworzone przez klienta;**
- **Zdjęcia klienta, które zostały zrobione przez inne osoby:** celowo pozowane bądź wykonane zniechęta;
- **Autoportrety:** każdy rodzaj zdjęcia, jakie klient zrobił samemu sobie;
- **Rodzinne albumy ze zdjęciami i inne zbiory foto-biograficzne;**
- **„Foto-Projekcje”:** każda osoba może uzewnętrznić swoje wewnętrzne przeżycia na praktycznie każdym rodzaju fotografii.



Niniejsza prezentacja poświęcona jest ostatnim dwóm technikom, które są najlepiej opracowane i mają najczęstsze zastosowanie w edukacji o śmierci oraz we wspieraniu procesu żałoby.



# ZASTOSOWANIE TECHNIK TERAPII FOTOGRAFIAMI



**Mierzenie się z bolesną tematyką i emocjami:**  
choroba i śmierć widziane z bezpiecznej  
odległości (Weiser, 1999).

Badanie odczucia niepokoju, jak również  
aspektów pozytywnych, procesu  
terapeutycznego ukierunkowanego na  
**dobrostan** (Weiser, 1990).

Techniki te znalazły efektywne zastosowanie w  
różnorodnych sytuacjach terapeutycznych:

- w pracy z osobami zarażonymi wirusem HIV  
(Weiser, 1999)
- na polu psychospołecznym, ułatwiając  
integrację i przeciwstawiając się  
marginalizacji konkretnych grup społecznych  
(Musacchi, 2016).



# ZASTOSOWANIE TECHNIK TERAPII FOTOGRAFIAMI

Skuteczne w pracy z młodymi ludźmi: pomagają **przepracować** kwestie związane z **chorobą i śmiercią** (Testoni et al., 2018), ułatwiają im stawienie czoła przyszłym krytycznym sytuacjom (Bell et al., 2009).

W pracy z poważnie chorymi młodymi ludźmi → pomagają znaleźć sens choroby i poprawić samopoczucie (Jones, 2012; Sawyer et al., 2017; Smith et al., 2013).

W pracy z **osobami śmiertelnie chorymi** → pomagają zmierzyć się z istotnymi kwestiami związanymi z ich życiem

Pomagają klientom **pograżonym w żałobie** w procesie kierowania istniejącymi relacjami i przywiązaniem do osób zmarłych → **przepracowaniu śmierci i przebudowy kontynuowanych więzi z osobą zmarłą**





## PODTRZYMYWANE WIĘZI Z OSOBĄ ZMARŁĄ

**Podtrzymywane czy też kontynuowane więzi** [ang. *Continuing Bonds (CBs)*] to istniejąca subiektywnie relacja z osobą zmarłą jakiej doświadcza pacjent

Zjawisko normalne na wczesnym stadium żałoby ALE: niektórzy badacze sugerują, że **CBs nie należą na ogół do strategii adaptacyjnych** (Field, 2006). CBs dodają osobie pogrążonej w żałobie otuchy ALE mogą prowadzić do wypaczeń w relacjach → nieadaptacyjne CBs (Klass, 2006).

Jako przejaw **zdrowego procesu przeżywania żałoby**: zachowywanie intensywnej, symbolicznej więzi ze zmarłą osobą pomaga osobie pogrążonej w żałobie w adaptacji do straty (Neimeyer, 2001).

**Nieadaptacyjne CBs**: mogą się wiązać z poczuciem doświadczania fizycznej obecności osoby zmarłej (Keen et al., 2013)





## PODTRZYMYWANE WIĘZI (CBs)



dwie przeciwstawne interpretacje  
(Hall, 2014):



CBs jako przejaw  
nieprzepracowanej żałoby

CBs jako metoda ułatwiająca  
poradzenie sobie ze stratą i  
przepracowanie żałoby



Obie interpretacje są zasadniczo słuszne: na wczesnym etapie żałoby jest to reakcja naturalna → poszukiwanie **fizycznej bliskości** (Fuchs, 2018). Na późniejszych etapach: internalizacja zmarłego jako przedłużenia „ja” pacjenta → **bliskość psychologiczna** (Field, 2006; Testoni, 2016).

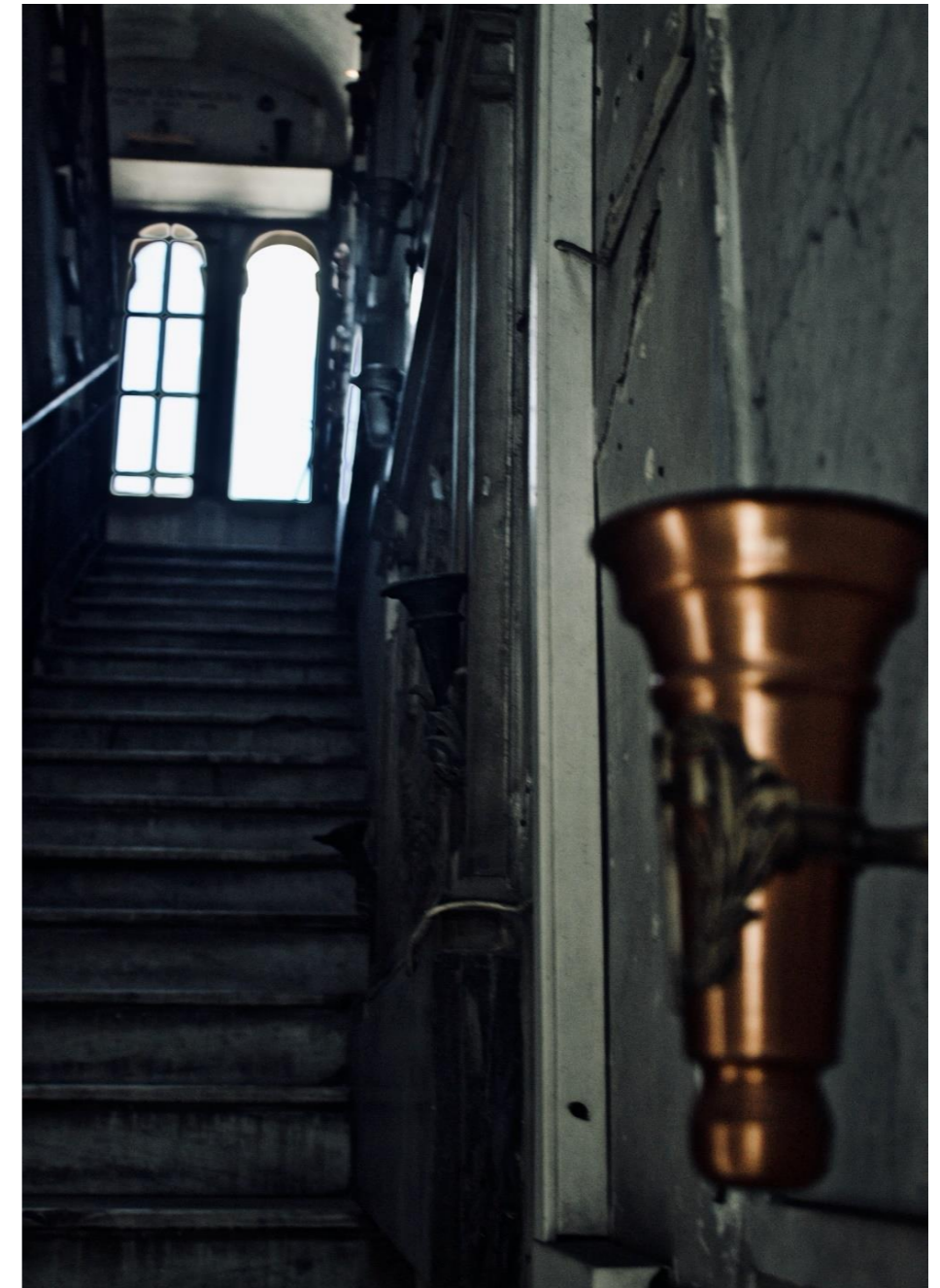
Terapia z użyciem fotografii jako narzędzie terapeutyczne → jeśli CBs stają się patologią, pomocne jest wsparcie pacjenta na drodze ku internalizacji **podtrzymywanych więzi z osobą**



## NIEPATOLOGICZNA FORMY PODTRZYMYWANYCH WIĘZI

**Klass** (2001) opracował **cztery „niepatologiczne” warunki**, sprzyjające internalizacji kontynuowanych więzi z osobą zmarłą:

- 1) „Wyczuwanie obecności” drogiej, zmarłej osoby;
- 2) Rozmawianie z kochaną osobą, która odeszła;
- 3) Postrzeganie zmarłej osoby jako moralnego przewodnika:
  - wzór do naśladowania
  - drogowskaz w konkretnych sytuacjach
  - wykładnia wartości
  - rozwój wspomnień
- 4) Opowiadanie o zmarłej osobie





## RODZINNE ALBUMY ZE ZDJĘCIAMI W EDUKACJI NA TEMAT ŚMIERCI I STRATY

**Fotografie rodzinne** stanowią zapis **stałości i zmiany, ciągłość życia osoby** i jego **istnienie** w czasie. Albumy rodzinne umożliwiają wgląd w całą sieć relacji za pośrednictwem **materiałów foto-biograficznych**.

Są użyteczne w procesie **wspominania przeszłych wydarzeń i doświadczeń**, w sytuacji kiedy potrzebujemy dostępu do uczuć, jakie pacjent żywi wobec swojej rodziny.

Są szczególnie pomocne w procesie **zglobiania więzi** ze zmarłymi członkami rodziny poprzez zbiory foto-biograficzne.

**Ćwiczenie:** Terapeuta prosi pacjentów o znalezienie kilku zdjęć zmarłej osoby w celu prześledzenia jej życia za pomocą stworzonego przez pacjenta albumu. Ćwiczenie umożliwia zbadanie relacji między pacjentem a zmarłą osobą.





# FOTO PROJEKCJE W EDUKACJI O ŚMIERCI I STRACIE



Technika **Foto Projekcji (Photo Projectives)**: znaczenie każdego zdjęcia powstaje w procesie oglądania/przyswajania/planowania.

**Każde** zdjęcie, które wzbudza zainteresowanie w kliencie bądź terapeutę, może zostać potencjalnie wykorzystane w **kontekście terapeutycznym**.

Obrazy → **metafory świata wewnętrznego osoby**.

**Ćwiczenie:** Terapeuta prosi pacjenta o **zinterpretowanie** zdjęć → myśli, uczucia i wspomnienia, jakie pojawiają się w odniesieniu do **zmarłej osoby**.

Ludzie w sposób **spontaniczny** dzielą się swoimi wewnętrznymi znaczeniami, zdjęciami → lustro odzwierciedlające najbardziej znaczące osobiste doświadczenia i emocje pacjenta.

Reakcje pacjenta i skojarzone ze zdjęciem uczucia są bardzo zindywidualizowane i osobiste.

Nie ma złego sposobu postrzegania fotografii.



## PODSUMOWANIE



Terapia z użyciem fotografii to techniki wykorzystujące zdjęcia jako „**otwieracze**” ułatwiające dostęp do uczuć, myśli i wspomnień, które są często niedostępne w terapii prowadzonej jedynie za pośrednictwem metod werbalnych (Weiser, 1999).

Terapeuta ma za zadanie zgłębiać nie tylko niepokój pacjenta, ale także pozytywne strony jego doświadczenia, prowadząc proces terapeutyczny w kierunku dobrostanu (Weiser, 1990).

Zdjęcia osobiste to „**mosty**” do uzyskania dostępu, wglądu oraz do rozmowy o uczuciach i wspomnieniach, a także o innych kwestiach, które zostają przez nie wywołane (Weiser, 2014).

Przydatne w **zglobianiu potencjalnych CBs** pacjenta. **Pomagają w przejściu proces** żałoby stymulując rezyliencję pacjenta oraz przewartościowanie jego wewnętrznego świata po doświadczeniu straty.



## Bibliografia

- Bell, C. J., Skiles, J., Pradhan, K., and Champion, V. L. (2009). End-of-life experiences in adolescents dying with cancer. *Supportive Care Cancer* 18:7, 827-835. doi:10.1007/s00520-009-0716-1
- Field, N. P. (2006). Continuing bonds in adaptation to bereavement: Introduction. *Death Studies*, 30, 709–714.
- Fuchs, T. (2018). Presence in absence. The ambiguous phenomenology of grief. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 17(1), 43–63. <https://doi.org/10.1007/s11097-017-9506-2>
- Hall, C. (2014). Bereavement theory: Recent developments in our understanding of grief and Bereavement. *Bereavement Care*, 33(1), 7–12. <https://doi.org/10.1080/02682621.2014.902610>
- Keen, C., Murray, C., & Payne, S. (2013). Sensing the presence of the deceased: A narrative review. *Mental Health, Religion & Culture*, 16(4), 384–402. <https://doi.org/10.1080/13674676.2012.678987>
- Klass, D. (1993). The inner representation of the dead child and the world views of bereaved parents. *OMEGA: Journal of Death and Dying*, 26(4), 255–272. <https://doi.org/10.2190/GEYM-BQWN-9N98-23Y5>
- Klass, D. (2006). Continuing conversation about continuing bonds. *Death Studies*, 30(9), 843–858. <https://doi.org/10.1080/07481180600886959>
- Klass, D., & Walter, T. (2001). Processes of grieving: How bonds are continued. In M. S. Stroebe, R. O. Hansson, W. Stroebe, & H. Schut (Eds.), *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care* (p. 431–448). American Psychological Association.
- Jones, B. L. (2012). The Challenge of Quality Care for Family Caregivers in Pediatric Cancer Care. *Seminars in Oncology Nursing* 28:4, 213-220. doi:10.1016/j.soncn.2012.09.003
- Musacchi, R. (2016). *FotoTerapia psicocorporea*. Milan: Franco Angeli.
- Neimeyer, R. A. (2001). Meaning reconstruction and the experience of loss. American Psychological Association.
- Neimeyer, R. A., Baldwin, S. A., & Gillies, J. (2006). Continuing bonds and reconstructing meaning: Mitigating complications in bereavement. *Death Studies*, 30(8), 715–738. <https://doi.org/10.1080/07481180600848322>
- Sawyer, S. M., McNeil, R., McCarthy, M., Orme, L., Thompson, K., Drew, S., et al. (2017). Unmet need for healthcare services in adolescents and young adults with cancer and their parent carers. *Supportive Care in Cancer* 25:7, 2229-2239. doi:10.1007/s00520-017-3630-y
- Smith, A. W., Parsons, H. M., Kent, E. E., Bellizzi, K. M., Zebrack, B. J., Keel, G., et al. (2013). Unmet support service needs and health-related quality of life among adolescents and young adults with cancer: the AYA HOPE study. *Frontiers in Oncology* 3:75. doi: 10.3389/fonc.2013.00075
- Testoni, I. (2015). *L'ultima nascita. Psicologia del morire e Death Education*. Torino, Italia: Bollati Boringhieri.
- Testoni, I., Bregoli, J., Pompele, S., & Maccarini, A. (2020). Social Support in Perinatal Grief and Mothers' Continuing Bonds: A Qualitative Study With Italian Mourners. *Affilia*, 0886109920906784.
- Testoni, I. (2020). *Psicologia palliativa: Intorno all'ultimo compito evolutivo*. Torino, Italia: Bollati Boringhieri.
- Testoni, I., Iacona, E., Fusina, S., Floriani, M., Crippa, M., Maccarini, A., & Zamperini, A. (2018). "Before I die I want to ...": An experience of death education among university students of social service and psychology. *Health Psychology Open*, 5(2). doi: 10.1177/2055102918809759
- Testoni, I., Tomassella, E., Pompele, S., Mascarini, M., & Wieser, M. A. (2020). Can Desire and Wellbeing Be Promoted in Adolescents and Young Adults Affected by Cancer? PhotoTherapy as a Mirror that Increases Resilience (under review)
- Walker, J. L. (1991). Photograph as lifeline—Facing mortality. *American journal of psychotherapy*, 45(1), 124-128.
- Weiser, J. (1984). Phototherapy—becoming visually literate about oneself. *Visual literacy: Enhancing human potential*, 392-406.
- Weiser, J. (1999). *Phototherapy Techniques: Exploring the Secrets of Personal Snapshots and Family Albums*. London, England: Routledge.
- Weiser, J. (2004). Phototherapy techniques in counselling and therapy- using ordinary snapshots and photo-interactions to help clients heal their lives. *Canadian Art Therapy Association Journal* 17:2, 23-53. doi:10.1080/08322473.2004.11432263
- Weiser, J. (2010). Using Personal Snapshots and Family Photographs as Therapy Tools: The "Why, What, and How" of Phototherapy Techniques. *PsicoArt- Rivista on line di arte e psicologia* 1:1, 1-31. doi:10.6092/issn.2038-6184/2067
- Weiser, J. (2014). Establishing the framework for using photos in art therapy (and other therapies) practices. *Arteterapia*, 9, 159-190.