

**AKADEMIA SZTUK PIĘKNYCH  
im. Władysława Strzemińskiego w Łodzi**

**Twórczość w rozwoju samoświadomości.**

**Kolekcja prac malarskich i fotografii związanych z arteterapią**

mgr Beata Bugaj-Tomaszewska

**Promotor**

dr hab. Aleksandra Gieraga prof. ASP

15.02.2019 r.

<b>Wstęp.....</b>	<b>4</b>
<b>Rozdział I. Twórczość i samoświadomość.....</b>	<b>6</b>
<b>Samoświadomość .....</b>	<b>6</b>
<b>Relacje: twórczość a sztuka i twórczość a emocje.....</b>	<b>7</b>
O pozytywnym działaniu sztuki/twórczości.....	7
Sztuka i twórczość, twórczość czy sztuka? .....	11
<b>Rozdział II. Między autoarteterapią a arteterapią .....</b>	<b>14</b>
<b>Dlaczego maluję? .....</b>	<b>14</b>
<b>Arteterapia .....</b>	<b>17</b>
Czym jest arteterapia, „dla kogo i po co”? .....	17
„Praktyczny wymiar arteterapii” .....	20
<b>Rozdział III. „Zakryte – odkryte...” .....</b>	<b>22</b>
<b>W poszukiwaniu prawdy.....</b>	<b>22</b>
<b>Cykl obrazów <i>Moim przyjaciółom</i> – opis formalny .....</b>	<b>26</b>
Sposoby pracy, środki wyrazu i opis poszczególnych obrazów .....	26
Ekspresja, wielowarstwowość i symbolika bieli .....	27
<b>Rozdział IV. Granice i ograniczenia .....</b>	<b>32</b>
<b>Kolekcja fotografii. Fotografia a malarstwo .....</b>	<b>32</b>
<b>Przekraczanie granic na różnych poziomach.....</b>	<b>34</b>
<b>Poza standardami – zakończenie.....</b>	<b>39</b>
<b>Bibliografia .....</b>	<b>41</b>
<b>Spis ilustracji.....</b>	<b>45</b>
<b>Tłumaczenie na język angielski/ English translation.....</b>	<b>47</b>
<b>Reprodukcje prac.....</b>	<b>93</b>

Załącznik: płyta DVD z reprodukcjami prac i filmem w formacie mp4.

*Panie*  
*Wczoraj byłem kimś innym,*  
*Niż jestem dzisiaj.*  
*Powiedz mi zatem*  
*Który z nas obu*  
*– Ja wczorajszy*  
*Czy ja dzisiejszy*  
*Jest moim prawdziwym*  
*Ja?*  
*A na to Pan odpowiedział:*  
*Jesteś tym kim będziesz jutro.*

Roman Brandstaetter



*Burj Khalifa, Dubai, ZEA, fotografia własna, styczeń 2019*

## Wstęp

Na początku mojej pracy chciałabym udzielić odpowiedzi na pytania natury egzystencjonalnej: Kim jest dla mnie człowiek?; Kim jestem ja sama dla siebie?; W jaki sposób patrzę na drugiego człowieka i na siebie? Jest to istotne z punktu widzenia tematu mojej rozprawy. Zastanawiałam się wiele razy, dlaczego spotykam akurat te konkretne osoby w swoim życiu i odpowiedź przychodziła do mnie zawsze, nawet po dłuższym czasie. Nie ma więc przypadków<sup>1</sup>, każdy człowiek jest kimś wyjątkowym, danym mi we właściwym czasie i miejscu. Życie to zamknięty łańcuch z ogniwami następujących po sobie wydarzeń. Co prawda, to my dokonujemy wyboru, ale szkielet naszego życia jest mocno i na stałe zbudowany. Dobre decyzje prędzej czy później przynoszą owoce, a przez złe wybory prędzej czy później wracamy do przerwane go ogniwa.

Drugi człowiek postawiony mi na drodze życia jest ważny – to stwierdzenie jest dla mnie fundamentalne, gdyż pracuję z ludźmi, proponując formę spotkania lub arteterapię. Towarzystwo uczestnikom moich zajęć w procesie zmiany, poznawanie różnych ludzi, przyglądanie się ich rozwojowi, a także słuchanie ich sprawia mi olbrzymią przyjemność i daje dużo siły. Mogę przyznać, że działa terapeutycznie także na mnie samą, tak jakby była to rotacyjna wymiana energii, zamknięty obieg w naczyniach połączonych.

Problemem badawczym mojej rozprawy jest twórczość, będąca formą komunikacji wizualnej, jako narzędzie służące do wglądu w samego siebie. Zasadnicza teza pracy opiera się na badaniu, w jaki sposób działania twórcze umożliwiają rozwój samoświadomości. Moją pracę podzieliłam na rozdziały i podrozdziały poświęcone po kolei – **samoświadomości, twórczości i arteterapii**. Następnie skupiłam się na genezie moich prac malarskich, będących przedmiotem doktoratu, jak też poświęciłam znaczącą część pracy osobom niepełnosprawnym, które przez wiele lat tworzyły moje najbliższe otoczenie zarówno zawodowe jak i prywatne. Niezwykle ważny był dla mnie proces

---

<sup>1</sup> Pomijając podstawowe czynności życiowe, które wykonujemy automatycznie, terminu używam w kontekście siebie, swojego życia, zdarzeń, swojej świadomości tu i teraz, nie mówiąc o przypadkach w sztuce, por. G. Jasiński, *Ks. Prof. Michał Heller: Całe nasze życie jest utkane z przypadków*, <https://www.rmfm24.pl/nauka/news-ks-prof-michal-heller-cale-nasze-zycie-jest-utkane-z-przypadkow>, nId,2584688 [dostęp: 06.11.2018].



powstawania prac, problem granic i ograniczeń w kontekście siebie, swojej pracy i otoczenia, czemu poświęciłam kilka stron mojej rozprawy.

W mojej pracy podjęłam próbę odpowiedzi na nurtujące mnie pytania: Czy arteterapia jest w dalszym ciągu przestrzenią do eksploracji? Po co ludziom sztuka/twórczość? Czy i jak ważne jest sięganie do samoświadomości? Poniższe rozważania oparłam na własnych doświadczeniach arteterapeutycznych.

# Rozdział I. Twórczość i samoświadomość

## Samoświadomość

Świadomość siebie („ja tu i teraz”) pozwala nam lepiej funkcjonować w życiu. Autorefleksja zwiększa poczucie naszej wartości, przez co jesteśmy pewniejsi siebie i stajemy się bardziej kreatywni. Nawet w biznesie, by zwiększyć wydajność pracy, kładzie się nacisk na samoświadomość pracowników korporacji, stosując różnego rodzaju techniki oraz szkolenia.

Badań nad samoświadomością było już wiele, definicji również. Zgodnie z badaniami Tashy Eurich<sup>2</sup> możemy posłużyć się pewnym rozgraniczeniem samoświadomości – na zewnętrzną i wewnętrzną. „Wewnętrzna wiąże się z naszym postrzeganiem wartości, pasji, świadomością naszych słabych i mocnych stron. Zewnętrzna to świadomość, jak nas postrzegają inni, co pozwala nam być bardziej empatycznymi.”<sup>3</sup>. Odnosząc to stwierdzenie do twórczości i twórcy, mówimy o jego relacji z samym sobą i o tym, jak jest odbierany przez innych, czyli co mówi w swoich pracach i jak czytane są jego dzieła.

Wgląd w samego siebie jest przestrzenią bardzo delikatną, dlatego trzeba uważać, by owa przestrzeń nie stała się dla nas destrukcyjną, by nie zajmować się wyłącznie analizą minionych zdarzeń, zadając tylko pytania, dlaczego tak się stało. Introspekcja może być zdradliwa i spowodować więcej niepokoju i przygnębienia. Ważne, by zdawać sobie sprawę z doświadczanych aktualnie doznań, emocji, potrzeb, myśli, swoich możliwości czy ograniczeń, umieć je nazwać. To może prowadzić do rozpoznania wzorców i mechanizmów działania oraz ich przyczyn, co pozwala niekiedy na uwolnienie się od zaburzonych zachowań, np. przez zrozumienie ich funkcji i znaczenia. Tym w znacznej mierze zajmuje się psychoterapia, mająca wskazać pacjentowi mechanizmy

---

<sup>2</sup> Tasha Eurich – amerykańska psycholog, badaczka, autorka bestsellerów New York Timesa; obroniła doktorat z psychologii przemysłowo organizacyjnej. W swojej pracy używa zasad psychologii, by pomóc jednostkom w rozwoju samoświadomości w celu odnoszenia większych sukcesów; wspiera i pomaga w rozwoju większe firmy i przedsiębiorstwa.

<sup>3</sup> T. Eurich, *Czym jest samoświadomość, jak i dlaczego warto ją rozwijać*, <https://www.hbrp.pl/b/czym-jest-samoswiadomosc-jak-i-dlaczego-warto-ja-rozwijac-badania/P11TmGpJs>, [dostęp: 20.07.2018].

jego działania, by zniwelować w nim niepożądane reakcje, napięcia, stany depresyjne. Zaburzone zachowania czy negatywne emocje wiążą się niekiedy z pozostawianiem ich przyczyn w nieświadomości, na przykład na skutek stosowania mechanizmów obronnych. Zadając sobie dodatkowe pytania – *co i jak? co z tym zrobić teraz? albo jak coś zrobić lepiej?* – możemy się rozwijać.

A jak może pomóc w tym twórczość? – Ponieważ twórczość jest pewnego rodzaju narzędziem służącym do wglądu w samego siebie i ma pozytywny wpływ na człowieka, zarówno twórcę jak i odbiorcę, o czym będzie mowa w dalszej części pracy.

## **Relacje: twórczość a sztuka i twórczość a emocje**

### **O pozytywnym działaniu sztuki/twórczości**

Każdy twórca/artysta zostawia w swoim utworze część siebie – to nie ulega wątpliwości. „Czasem pod farbą dobrze położoną i pod werniksem leży zagrzebane trochę uczucia”<sup>4</sup> – jak pisał Maksymilian Gieryski. Może nie każdy traktuje sztukę/twórczość jako swoisty rodzaj terapii, niemniej powstawanie dzieła zawsze wiąże się z emocjami i sztuka w pewnym sensie zaspokaja potrzeby emocjonalne człowieka.

Według Bohdana Dziemidoka emocjonalistyczne teorie sztuki są aktualne po dziś dzień, czego był pewien, pisząc o pozytywnym oddziaływaniu sztuki wywoływanym przez sztukę w ogóle. Według niego znaczenie sztuki dla równowagi wewnętrznej człowieka jest zachowane, jeśli dzieło wywołuje przynajmniej jeden ze wskazanych skutków.<sup>5</sup> Dzieje się to wtedy, gdy sztuka powoduje w odbiorcy chwilowe zapomnienie, wytchnienie od codzienności, poprawi mu się nastrój i samopoczucie. Kolejny rezultat oddziaływania sztuki to „przyjemny trening władz psychiki, czemu może towarzyszyć przywrócenie równowagi energetycznej organizmu przez wyładowanie nadmiaru sił, które nie znajdowały ujścia”. Dalej – gdy „powoduje wzbogacenie i spotęgowanie całego życia duchowego człowieka (...) i częściowe zrekompensowanie mu braków

---

<sup>4</sup> Por. list M. Gieryskiego do P. Dziekońskiego, Rzym, 1874, w: *Maksymilian i Aleksander Gieryscy. Listy i notatki*, red. J. Starzyński, opr. H. Stępień, Ossolineum, Wrocław 1973, s. 155–156.

<sup>5</sup> Por. B. Dziemidok, *Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, Warszawa 2009.

jego codziennego życia”<sup>6</sup>. Kolejne oddziaływanie polega na „złagodzeniu poczucia niedosytu i niezaspokojenia, przezwycięzenie stanu frustracji, dzięki zastępczemu spełnieniu nie zrealizowanych w życiu pragnień”. Ponadto może przynieść ukojenie i ulgę przez „wyładowanie tego wszystkiego, co zakłóca spokój i harmonię wewnętrzną”<sup>7</sup>. „Rezultatem właściwej sztuki – konfrontowania odbiorców z ostrymi konfliktami i dramatycznymi stronami życia oraz cierpieniami człowieka może być także uświadomienie im, że te udręki i niepowodzenia są nieodłączne od egzystencji oraz uodpornienie ich przeciwko nim (...). Skutkiem tej konfrontacji może być osiągnięcie większego zrozumienia dla innych ludzi, ich trosk i kłopotów, złagodzenie skrajnego egocentryzmu także pojawienie się poczucia wspólnoty i więzi społecznej”<sup>8</sup>. Ta teoria wydaje mi się spójna i zgadzam się z nią. Potwierdza ona stwierdzenie, że sztuka ma pozytywny wpływ na człowieka.

Dla Eugene Veron sztuka nie powinna być rozpatrywana w kategoriach piękna, ale jako zewnętrzna manifestacja emocji, będąc swoistym językiem emocji. Dla Lwa Tołstoja<sup>9</sup> zaś, sztuka ma być dobrem, jest wielką sprawą, gdzie artysta przekazuje innym przeżywane przez siebie uczucia, a odbiorca ma zdolność zarażania się uczuciami twórcy. Przedmiotem sztuki są według niego uczucia ludzkie a wspomniana zaraźliwość emocjonalna wyróżnia sztukę prawdziwą. Można byłoby stwierdzić, że całe życie jest wypełnione utworami artystycznymi, ale była to koncepcja dość radykalna i mało precyzyjna. Prawdą jest jednak, z czym zgadzam się również ja sama, że twórczość ma właściwości zbliżania ludzi, jak też sztuka uszlachetnia ludzkie uczucia i wewnętrznie doskonali człowieka.

Przyglądając się jednak statystykom, zastanawiałam się czy ludziom obecnie potrzebna jest sztuka/twórczość? Widocznych dysproporcji między liczbą osób odwiedzających galerie handlowe a galerie sztuki nie trzeba wyjaśniać, zapisywać w tabelkach i liczyć

---

<sup>6</sup> *Tamże*, s. 222–223.

<sup>7</sup> *Tamże*, s. 223.

<sup>8</sup> Por. B. Dziemidok, *Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, Warszawa 2009.

<sup>9</sup> L. Tołstoj wspomniany przez B. Dziemidoka w książce *Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, przytoczony jest przeze mnie jako twórca bardzo radykalnej koncepcji rozumienia sztuki w kontekście emocjonalistycznych teorii sztuki.

w procentach. Jest to stan faktyczny.<sup>10</sup> Nie prowadzi się badań nad liczbą osób spędzających wolne chwile w galeriach handlowych, ale różnice byłyby porażające. Pomijając dostępność dotyczącą powyższych miejsc, potrzeba konsumpcyjna jest niekiedy silniejsza niż potrzeba estetyczna w kontakcie z dziełem sztuki. Mamy dużo pięknych, aktywnie działających galerii, które zapełniają się ludźmi tylko w noc muzeów lub na wernisażach. Czyżby nie była nam potrzebna sztuka?

Grupa kanadyjskich lekarzy na przykład przepisuje pacjentom wizyty w muzeum. Zdaniem pomysłodawców sztuka ma korzystny wpływ na człowieka, może być lekiem, ale nie takim samym dla każdego, nie ma jednej recepty na zdrowie bo każdy z nas jest inny i potrzebuje innego bodźca. Każdy ma inną wrażliwość, ale również potrzebuje osoby, która będzie dla niego przewodnikiem, a nie pozostawi samej sobie w muzeum wśród dzieł sztuki, których nie rozumie.<sup>11</sup>

Zapytałam kiedyś osoby niezwiązane bezpośrednio z uprawianiem twórczości artystycznej, czym jest dla nich sztuka:

- „Dzięki sztuce mogę zobaczyć, jak inne osoby postrzegają rzeczywistość; lubię patrzeć na obrazy, ale potrzebuję kogoś, kto mi je wytłumaczy, jeśli je zrozumiem, wtedy łatwiej mi jest *poczuć* obraz” – informatyk
- „Zawsze gdy oglądam obrazy, kontempluję je, czuję się wspaniale i odczuwam ogromną inspirację do tworzenia, przychodzą mi nowe pomysły do głowy” – architekt, programistka

Zapytałam również kilku osób niepełnosprawnych, z którymi pracowałam wiele lat, dlaczego ważna jest dla nich osobiście twórczość/sztuka, wiedząc już, że oglądanie jej w galeriach ma dla nich duże znaczenie.

Otrzymałam takie oto odpowiedzi:

- „Sztuka (twórczość) to fajna forma wyrażania się, kiedy brakuje słów i możesz

---

<sup>10</sup> Więcej szczegółów w: *Raport o stanie miasta. Stan na dzień 31 grudnia 2016*, Urząd Miasta Łodzi, [http://uml.lodz.pl/files/public/uploads/Raport\\_za\\_2016\\_rok.pdf](http://uml.lodz.pl/files/public/uploads/Raport_za_2016_rok.pdf), s. 82, [dostęp: 12.10.2017].

<sup>11</sup> Na podstawie: I. Kwaśny, *Siła spokoju- audycja, Sztuka na receptę*, wywiad z K. Krasoń i J. Jastrząb, 13.11.2018, [https://www.radio.katowice.pl/zobacz,39927,Sztuka-na-recepte.html#.XDp\\_nl\\_VKi70](https://www.radio.katowice.pl/zobacz,39927,Sztuka-na-recepte.html#.XDp_nl_VKi70) [dostęp: 10.01.2019].

to ubrać w kolory i kształty.”

- „Malowanie to moje hobby, chciałbym poprzez nie móc pomagać innym.”
- „Poprzez malowanie ćwiczę (...), mogę nabyte przez siebie umiejętności przekazać innym.”<sup>12</sup>

Badanie Uniwersytetu Drexel wykazało, że tworzenie sztuki może znacząco zmniejszyć hormony wydzielane przez organizm w czasie stresu.

„To było bardzo relaksujące” – napisał jeden z uczestników badania. „Po około pięciu minutach czułem się mniej niespokojny. Moja mentalna obsesja na punkcie terminów czy rzeczy, które miałem zrobić znacznie się obniżyła. To doświadczenia pozwoliło mi spojrzeć na świat z innej perspektywy.”

„To było zaskakujące, a równocześnie wcale nie było” – powiedziała Girija Kaimal, EdD, adiunkt w dziedzinie terapii sztuką. „Nie było to zaskakujące, ponieważ to jest kluczowy wyznacznik w terapii sztuką: każdy jest kreatywny i może być ekspresyjny w sztukach wizualnych podczas pracy we wspierającym otoczeniu. To powiedziawszy, spodziewałam się, że być może efekty będą silniejsze dla osób z wcześniejszym doświadczeniem artystycznym... ale tak nie było”<sup>13</sup>.

A co na to pytanie opowiedzieli moi podopieczni?

- „[sztuka] mnie relaksuje, nie lubię się spieszyć, lubię malować powoli, wtedy sprawia mi to przyjemność.”
- „Poprzez sztukę/twórczość można wiele powiedzieć, czego nie można wyrazić

---

<sup>12</sup> B. Bugaj-Tomaszewska, *Marzenia są po to, by nie tracić nadziei... Praca arteterapeutyczna z osobami z niepełnosprawnością ruchową i intelektualną w Międzynarodowym Stowarzyszeniu Pomocy Słyszę Serce w Łodzi*, w: *Laboratorium marzeń. Praktyczny wymiar arteterapii. VII Międzynarodowa Konferencja Szkoleniowo-Naukowa z cyklu „Psychiatria i Sztuka”*, red. Cwalina T., Stano B., Wyd. Stowarzyszenie Psychiatria i Sztuka im. dr Andrzeja Kowala, Kraków, 2016, s. 176–177.

<sup>13</sup> Drexel University, *Kortyzol – hormon związany ze stresem obniża się znacząco po zaledwie 45 minutach tworzenia sztuki/ Stress-related hormone cortisol lowers significantly after just 45 minutes of art creation*, 2016, [https://www.psypost.org/2016/06/skill-level-making-art-reduces-stress-hormone-cortisol-43362?utm\\_sq=fwcr45bh3z&utm\\_source=facebook&utm\\_medium=social&utm\\_campaign=heather\\_jo\\_flores&utm\\_content=hjf\\_curated](https://www.psypost.org/2016/06/skill-level-making-art-reduces-stress-hormone-cortisol-43362?utm_sq=fwcr45bh3z&utm_source=facebook&utm_medium=social&utm_campaign=heather_jo_flores&utm_content=hjf_curated) [dostęp: 10.01.2019] wersja polska <http://dobrewiadomosci.net.pl/28149-kortyzol-hormon-zwiazany-ze-stresem-obniza-sie-znaczaco-po-zaledwie-45-minutach-tworzenia-sztuki/> [dostęp: 10.01.2019]

słowami (...), malowanie uspokaja, a przy moim temperamencie jest potrzebne, żebym nikogo nie pogryzła... Lubię kombinacje z kolorami, to daje mi dużą przyjemność i satysfakcję (...) uspokaja mnie też robienie ikon.”

- „Jak człowiek jest załamany, to maluje i to może mu poprawić nastrój, mnie osobiście malowanie poprawia samopoczucie (...) chciałbym, żeby było dużo osób, które lubią obrazy.”<sup>14</sup>

Dla mnie malarstwo jest czymś wyczekiwany w zamyśleniu codziennych czynności, a jak już zamknę drzwi pracowni za sobą, to znikam na długo. Wracam, jak po przebiegnięciu wielu kilometrów, zmęczona, ale zrelaksowana wewnętrznie. Proces twórczy nie jest jedynie wyabstrahowaną formą czy czymś odrealnionym, ale także wysiłkiem intelektualnym i fizycznym, który również wpływa na poczucie spełnienia i wewnętrzną harmonię. Widząc własny proces twórczy i jego dobroczynny wpływ na całego człowieka, utwierdziłam się w przekonaniu, że chcę zajmować się arteterapią.

### **Sztuka i twórczość, twórczość czy sztuka?**

*Jedyna godna rzecz na świecie: twórczość. A szczyt twórczości to tworzenie siebie.*

Leopold Staff

„Rytm twórczości jest nieprzerwany, wymaga totalnego, bez reszty permanentnego zaangażowania myśli, woli i wyobraźni”<sup>15</sup> - jak pisał Tadeusz Kantor.

Maria Lassnig przyglądając się swojej twórczości mówiła – „malując, niezależnie od tego jak bardzo skupimy się na obrazie, musimy pamiętać, że istnieje jeszcze świat zewnętrzny i on też na nas wpływa (...), świata wewnętrznego i zewnętrznego nie da się całkowicie rozdzielić”.<sup>16</sup>

---

<sup>14</sup> B. Bugaj-Tomaszewska, *Marzenia są po to, by nie tracić nadziei...*, s.176,177.

<sup>15</sup> T. Kantor, [http://cytaty.o.pl/author/tadeusz-kantor/?fbclid=IwAR0OKu\\_9xKKalCaKT3mg1AvzsWCB0MtotZ7-T27eLR48p0OoP03nMpoZFys](http://cytaty.o.pl/author/tadeusz-kantor/?fbclid=IwAR0OKu_9xKKalCaKT3mg1AvzsWCB0MtotZ7-T27eLR48p0OoP03nMpoZFys).

<sup>16</sup> M. Lassnig, J. Heiser, *Inside Out*, „Frieze”, listopad- grudzień 2006, s.124, w: publikacji wydanej przy okazji wystawy *Maria Lassnig* w Zachęcie – Narodowej Galerii Sztuki, pod red. Kasi Redzisz i Lauren Barnes, wydanej przez Tate Liverpool, Londyn 2016, s. 4.

Teresa Pągowska uważała, że sztuka „mówi o sprawach osobistych a każdy artysta maluje tak naprawdę siebie. Obraz tworzy się w niej, zanim weźmie pędzel do ręki, „obraz we mnie istnieje – mówiła - najpierw jest powód, wyobraźnia widzi i nadaje kształt przeżyciu (...).<sup>17</sup>

Powyższe cytaty i szereg innych wypowiedzi artystów, które mogłabym przytoczyć nie dają jasno jednoznacznej definicji sztuki i twórczości. Czym one się różnią i dlaczego ważne dla mnie jest pewne rozgraniczenie i uporządkowanie pojęć? Potrzebuję pewnego wyjaśnienia i wytłumaczenia już na początku rozprawy, że wybór słowa ‘twórczość’ w tytule nie jest przypadkowy.

Stosunek twórczości i sztuki jest dynamiczny i ciągle się zmienia, w zależności od tego, jak się rozumie twórczość, ale i jak się rozumie sztukę. „Sztuka i twórczość nie są synonimami, twórczość jest pojęciem szerszym obejmującym nie tylko produkcję artystyczną.”<sup>18</sup>

Nie ma jednego rozumienia twórczości, można ją rozpatrywać w różnych aspektach: „jako wytwór podjętego działania, osobę twórcy, proces psychiczny i warunki towarzyszące procesowi tworzenia (...)”.<sup>19</sup>

Moje rozważania zaś dotyczą twórczości w dwojakim znaczeniu. Zgadzam się z Władysławem Tatarkiewiczem, który pisze, iż twórczość „oznacza i proces w umyśle twórcy, ale też wytwór tego procesu”<sup>20</sup>. Używając pojęcia ‘twórczość’ do swoich działań mówię o tym, że nie tyle ważny jest dla mnie efekt końcowy, obrazy, co cała droga, która mnie poprowadziła do namalowania tych prac, moje intencje, cel, to, co wydarzyło się dookoła.

---

<sup>17</sup> E. Dzikowska, *Artyści mówią. Wywiady z mistrzami malarstwa – Teresa Pągowska*, audiobook, Warszawa 2011.

<sup>18</sup> Por. W. Stróżewski, *Dialektyka twórczości*, Kraków, 1983, s. 12.

<sup>19</sup> W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2014, s. 15.

<sup>20</sup> W. Tatarkiewicz, *Dzieje sześciu pojęć*, Warszawa 1988, s. 296.



Twórczość więc jest pojęciem adekwatnym w kontekście podejmowania tematu arteterapii i autoarteterapii. W mojej pracy mówię o człowieku, jego rozwoju w więc wszelka działalność artystyczna bądź nie artystyczna będą stanowiły środki pomocne w rozwoju, nie najważniejsze będzie tworzenie dzieła a stwarzanie siebie<sup>21</sup>.

---

<sup>21</sup> Por. W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce...*

## Rozdział II. Między autoarteterapią a arteterapią

### Dlaczego maluję?

Malarstwo było i jest dla mnie pewną formą terapii, silną potrzebą, ciągłym zmaganiem się ze sobą i pytaniem, ale też odszukiwaniem odpowiedzi na pytanie, w którym miejscu znajduję się teraz.

Po 2011 roku zamalowałam wcześniejsze obrazy z lat 2008-10 na których namalowałam siebie w dość trudnym czasie. Nie wyrzuciłam ich tylko schowałam w pracowni a pod koniec 2015 roku odkryłam je na nowo, wyciągnęłam i przyjrzałam się im ponownie. Zaczęłam je układać na podłodze i zbudowałam z nich kompozycję. Ustawiając je obok siebie, miałam poczucie, że rozliczam się niejako z pewnego etapu mojego życia. Obrazy pod warstwą farby kryły szczegóły poprzednich przedstawień czytelnych już tylko dla mnie. Wyjęcie ich z zakamarków pracowni po długim czasie spowodowało we mnie pewne oczyszczenie, ale też poczucie, że to, co było, nie zdematerializowało się, lecz wciąż istnieje i domaga się niejako mojej reakcji, ustosunkowania się. A ja jestem gotowa, by je pokazać, czy też przyznać się do nich i iść do przodu, nie zapominając o tym, co było i traktując miniony czas jako doświadczenie przydatne w życiu. *Obrazy zamalowane* pozwoliły mi osadzić się w danym momencie życiowym, były w pewnym sensie autoarteterapią. Podążając za słowami Jerzego Nowosielskiego „[współczesnym malarzom] potrzebne są obrazy dobre i złe”<sup>22</sup> – takie przemalowane, zamalowane, niestaranne, na nowo odkryte, potraktowałam jako część mojego dorobku artystycznego i punkt wyjścia do koncepcji mojego doktoratu.

---

<sup>22</sup> Z. Podgórzec, *Rozmowy z Jerzym Nowosielskim, Wokół ikony – Mój Chrystus – Mój Judasz*, Kraków 2009, s. 433.



Beata Bugaj-Tomaszewska, *Obrazy zamalowane*, kompozycja z obrazów, olej na płótnie, w całości ok. 175 x 200 cm, 2015

Pomimo traktowania malarstwa jako formy autoarteterapii nie tworzę do przysłowiowej szuflady gdyż istotne jest dla mnie wejście w relację z odbiorcą.

Wystawy są dla mnie w pewnym sensie możliwością konfrontacji, ciągle ważną, ale nie najważniejszą, z uwagi na fakt, że skoro ja czerpię wiele z mojego malarstwa, być może inni znajdą w interakcji/dialogu z moimi pracami odpowiedzi na nurtujące ich pytania. Idąc tropem Dziemidoka, Tołstoja czy Verona, chciałabym podobnie, by moje obrazy wniosły coś w życie osób, które je oglądają. Jak mówił Tadeusz Brzozowski: „malując nawet dla 2-3 osób, poczułem się wolnym człowiekiem, maluję dla ludzi, jeśli nawet jednemu umożliwi przeżycie wzruszenia, przekaże pewne treści, to mogę wtedy malować...”<sup>23</sup>. Chciałabym – podążając za słowami pani prof. Romany Hałat – „(...) w takiej mierze, w jakiej maluję dla siebie, malować dla innych”<sup>24</sup>.

Na przykład na jednej z ostatnich wystaw<sup>25</sup> w wyborze prac posłużyłam się następującym kluczem. Spośród obrazów powstałych między 2016 a 2018 rokiem,

---

<sup>23</sup> E. Dzikowska, *Artyści mówią. Wywiady z mistrzami malarstwa – Tadeusz Brzozowski*, audiobook, Warszawa 2011.

<sup>24</sup> Wypowiedź prof. Romany Hałat, Pracownia Malarstwa, Wydział Edukacji Wizualnej, ASP w Łodzi, 1997–2002.

<sup>25</sup> Mowa o mojej indywidualnej wystawie w Galerii ELart w Łodzi, w marcu 2018 roku pod tytułem – *Czekając na...Obrazy wryte i namalowane*.

wybrałam te, które były związane z czekaniem, z odczuciem, które towarzyszyło mi w trakcie tworzenia wspomnianych prac. Pochodziły z różnych cykli, chodziło mi bowiem bardziej o pokazanie różnych form czekania. Wystawę opatrzyłam komentarzem: „Każda z prac wybranych na wystawę jest związana z czekaniem, ale w różnych sytuacjach (...). W sytuacjach, kiedy już wszystko zostało zrobione, co było możliwe, jedyne, co pozostaje, to przeczekać, obserwować, trwać. Nazywam ten stan – stanem bezkontroli, czekania na to, co się ma wydarzyć, na **Tocoś**, ze związanymi rękoma, biernie patrząc na to, co się wokół dzieje... żeby choć to, co się wydarzy było warte tego czekania... Być może wystawa poświęcona czekaniu będzie próbą oswojenia się z tym stanem, przynajmniej tego bym od moich prac oczekiwała i od tej wystawy”<sup>26</sup>.

Chcąc wejść w interakcję w odbiorcami, dałam im pisemną możliwość anonimowego udzielenia odpowiedzi na pytania dotyczące wystawy i prac. Pozwoliło mi to uzyskać informacje na temat tego, jakie były oczekiwania gości, a także co im dało przyjscie na wystawę i z jakimi emocjami się spotkali.

#### Przykładowe wypowiedzi

- „Dzień dobry, wystawa podobała mi się i nie podobała...”;
- „Już nie czekaj – idź naprzód”; „*Czekając na...* wywarł wrażenie. Prace spełniły oczekiwania tzn. gratuluję wystawy. Prace przejmujące i pełne wrażliwości. *Powrót do przestrzeni III* – bardzo subtelny, delikatny, świadczy o dużej wrażliwości autorki... Idź dalej...”;
- „(...) wystawa jest bardzo adekwatna odnośnie tytułu i całości. Miło patrzeć na różnorodność czekania w oczach artysty” [osoba bliska];
- „(...) nie miałam żadnych oczekiwań (...) wystawa mi się podobała. Po drugie zainteresowała mnie tematyka. Sama jestem w okresie poszukiwania, oczekiwania... Jeden z obrazów wywołał we mnie bardzo mocną emocję smutku. Ponadto bardzo podobała mi się technika, w jakiej były wykonane niektóre z prac. Dziękuję (...) za podzielenie się z nami częścią swojej duszy, duszy artystki...”;

---

<sup>26</sup> Fragment tekstu z folderu do wystawy *Czekając na...* – *obrazy wyryte i namalowane*, Galeria ELart, Łódź 2018.

- „można rozpoznać chronologię powstania prac. Wystawa nie tylko spełniła moje oczekiwania acz nawet przerosła. Jestem bardzo ciekawa kolejnych... Twórz dalej...” [osoba bliska];
- „Dzięki tym pracom znalazłam miejsce, w którym znajduje się teraz (wybór pracy *Naprzód*), czekanie jest dla mnie bierne a ja lubię działać.”<sup>27</sup>

Wystawa dała mi potwierdzenie w trakcie pisania rozprawy doktorskiej, że istotny dla mnie jest proces, nie tylko wytwór procesu twórczego, nie tylko moja autoarteterapia, ale moje intencje i odbiorca, któremu powierzam moje obrazy. Ważna jest relacja jaka poprzez obrazy tworzy/nawiązuje się z widzem. Jak pisała Joanna Sosnowska, nie zawsze świat wewnętrzny twórcy jest w całości widoczny w jego pracach dla odbiorców, a czasem i dla niego samego pewne rzeczy pozostają zakryte dopóki ktoś-widz mu ich nie wskaże.<sup>28</sup>

## Arteterapia

### Czym jest arteterapia, „dla kogo i po co”?

Brytyjskie Towarzystwo Arteterapii BAAT definiuje ją tak: „Arteterapia jest formą psychoterapii, która wykorzystuje media artystyczne jako podstawowy sposób komunikacji. Stosuje środki wyrazu artystycznego w celu autoekspresji i refleksji w obecności (...) arteterapeuty. Klient (...) nie musi posiadać doświadczeń lub umiejętności artystycznych. Nie jest głównym celem arteterapeuty ocena estetyczna czy diagnostyczna wytworu klienta (...) a umożliwienie klientowi osiągnięcia efektu zmian oraz wzrost poziomu ogólnego funkcjonowania.”<sup>29</sup> Arteterapeuci oferują sposoby, „dzięki którym łatwiejsza jest eksploracja osobowości klienta i jego relacji z innymi ludźmi” – czytamy w Statucie ECArTE<sup>30</sup> (Europejskiego Konsorcjum Edukacji Arteterapii). Arteterapia „może być pomocna także dla osób niechorych, amatorów

<sup>27</sup> Fragmenty wpisów z książki pamiątkowej z wystawy *Czekając na... – obrazy wryte i namalowane*, Galeria ELart, Łódź 2018.

<sup>28</sup> Por. J. Sosnowska, *Ukryte w obrazach*, Instytut Sztuki Polskiej Akademii nauk, Warszawa 2012, s. 121.

<sup>29</sup> Na podstawie Statutu BAAT z 2014 roku (w:) W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2014, s. 13.

<sup>30</sup> Na podstawie Statutu ECArTE z 2013 roku (w:) W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce...*, s. 13.

i uznanych artystów, jako swoisty proces pogłębionej introspekcji i refleksji poznawczej”<sup>31</sup>.

Każdy arteterapeuta zajmuje się konkretną dziedziną. Dla mnie najbliższa jest twórczość wizualna, dlatego też zajmuję się tylko tą przestrzenią. Idąc za słowami Danuty Kaniowskiej-Górniak – znanej arteterapeutki od tańca i muzyki – dlatego wybrałam arteterapię, bo „jestem dobrym przykładem dobrych efektów oddziaływania arteterapii na siebie”<sup>32</sup>. W swojej pracy z osobami niepełnosprawnymi ruchowo i intelektualnie widziałam, jak twórczość zmienia ludzi, jak dla nich jest ważna i jak wpływa na poziom ich samoakceptacji. Na Kursie Arteterapii<sup>33</sup> doświadczyłam, że twórczość jest doskonałym narzędziem służącym do wglądu w samego siebie, przechodząc również własną autoarteterapię. Bazujemy na swoich zasobach, spotykamy się z własnymi ograniczeniami i je pokonujemy. Namalowane przeze mnie obrazy niejednokrotnie mnie zaskoczyły, pozwoliły mi dostrzec takie cząstki w sobie, o których nie wiedziałam.

W arteterapii, jeśli nie jest podczas leczenia możliwy całkowity powrót do zdrowia – np. w przypadku mojej pracy z osobami niepełnosprawnymi – ważne jest, by zajęcia miały wpływ na lepsze funkcjonowanie pacjentów/uczestników warsztatów z ograniczeniami, jakie posiadają.

Starłam się, aby moje zajęcia dawały radość, odwracały uwagę od codziennych zmagania, skupiania się na własnych ograniczeniach, a najlepiej gdyby dzięki zajęciom zostały pokonane pewne ograniczenia. Zanim poprowadzi się warsztaty, ważne jest nawiązać kontakt z uczestnikami i poznać ich potrzeby.

Zgadzam się z opinią Danuty Kaniowskiej-Górniak, że praca arteterapeutyczna

---

<sup>31</sup> Na podstawie definicji arteterapii podanej przez Towarzystwo Przyjaciół Twórek (w:) W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce...*, s. 12.

<sup>32</sup> K. Klajs, *Poniedziałki z Psychoterapią, Arteterapia – po co i dla kogo*, (wywiad przepr. D. Kaniowska-Górniak), Fundacja Polski Instytut Ericksonowski, <http://www.p-i-e.pl/arteterapia-po-co-i-dla-kogo/>, [dostęp: 2.08.2018].

<sup>33</sup> Mowa o Podyplomowym Kursie Arteterapii w Polskim Instytucie Ericksonowskim w Łodzi, ukończonym przeze mnie w 2015 roku.

„ubogaca, szczególnie poprzez towarzyszenie ludziom/pacjentom, uczestnikom zajęć w procesie zmiany, poznając różnych ludzi i słuchając ich”<sup>34</sup>.

Arteterapię w Polsce rozumie się na różne sposoby. Niektórzy myślą ją z zajęciami w domach kultury, z warsztatami twórczymi, rozwijającymi kreatywność, ale bez oddziaływania terapeutycznego. Natomiast w medycynie psychiatry „spłycają rolę aktywności plastycznej do malowania i rysowania, celem diagnozy”<sup>35</sup>.

Na jednej z konferencji<sup>36</sup> w której brałam udział jako prelegent, swój referat poświęciłam opisowi leczniczej/terapeutycznej strony twórczości. Mówiłam o tym, że widoczne efekty prowadzonych przeze mnie zajęć, utwierdzają mnie w przekonaniu, iż twórczość jest narzędziem, dzięki któremu można pomóc innym spojrzeć w głąb siebie i wspomagać proces rozwoju. Mówiłam wtedy o tym, że nie wszystko powinno się prezentować na wystawach. Widziałam wiele prac, wykonanych podczas sesji arteterapeutycznych, ciekawych plastycznie, ale niektóre z nich bardziej mnie zaniepokoiły, niż zachwyciły – były bardziej sygnałem do terapii niż obiektem do prezentowania na wystawach. Wspomniane powyżej spłylenie twórczości w medycynie jest wyraźne w nazywaniu artystą każdego, kto tworzy i ma własne wizje, nawet te podyktowane przez chorobę. Ponadto powszechne jest też pewne szufladkowanie, jeśli chodzi o prace plastyczne, dotyczy to formy, użycia tekstu, powtarzalności i zwielokrotnienia motywów, używanych w pracach na przykład osób chorych psychicznie. Czasami powtarzalność, użycie oczu czy innych części ciała są celowym zabiegiem artysty nieświadczącym o chorobie. Wydaje mi się, że w środowisku psychiatrów diagnozy na podstawie obrazów nie zawsze są celne. Co by było gdyby *Obrazy liczone* Romana Opałki interpretowano pod wspomnianym powyżej kątem? Wiele obrazów interpretuje się w kontekście objawów chorobowych i odwrotnie – wiele

---

<sup>34</sup> K. Klajs, *dz.cyt.*

<sup>35</sup> E. Józefowski, J. Florczykiewicz, *Warsztat twórczy jako okazja rozwoju podmiotowego w przestrzeni sztuki, badania nad edukacyjnym wymiarem kreacji wizualnej*, Drukarnia JAKS, Wrocław 2015, s. 35.

<sup>36</sup> Mowa o Konferencji Naukowej – *Analiza dyskursu artystycznego* – Podlesice, 25-27.04.2016, Uniwersytet Łódzki, Katedra Dziennikarstwa i Komunikacji Społecznej.

prac powstałych podczas terapii nazywa się sztuką.<sup>37</sup> Prace Edmunda Monsiela<sup>38</sup> odkryto po jego śmierci i zdiagnozowano u niego na ich podstawie schizofrenię<sup>39</sup>. Podobno to rzadki przypadek, że choroba psychiczna wyzwoliła talent i stała się inspiracją. Rysunki Monsiela są obecnie prezentowane w galeriach, choć nie zgadzam się z wnikliwą analizą jego prac już po śmierci, nie mając możliwości rozmowy z autorem.

Z tych przemyśleń i pewnej niezgody na nadużywanie słów sztuka i artysta, jak też z potrzeby uporządkowania definicji arteterapii, a także moich intencji, ukształtował się temat mojej pracy. Często arteterapię używa się zamiennie z terminem terapia przez twórczość, by podkreślić, że chodzi o proces twórczy, a nie o sztukę<sup>40</sup>.

Dlatego też w tytule rozprawy użyłam słowa 'twórczość' a nie sztuka. Jak pisał Andrzej Osęka, należy wyrobić sobie na sprawy sztuki własne poglądy, „nie – podjęte na zawsze, nie – bronione uparcie dla samej tylko zasady, lecz jednak takie, za które my sami bylibyśmy odpowiedzialni (...) w zgodzie z naszą osobowością, będące sprawą naszego świadomego wyboru”<sup>41</sup>. W mojej rozprawie zawiera się mój stosunek do sztuki, twórczości i arteterapii.

### **„Praktyczny wymiar arteterapii”<sup>42</sup>**

Na zajęciach prowadzonych przeze mnie z osobami niepełnosprawnymi często

---

<sup>37</sup> Na podstawie referatu z konferencji opublikowanym w: B. Bugaj-Tomaszewska, *Kiedy sztuka jest twórczością a twórczość (nie jest) sztuką*, w: *Dyskurs Artystyczny* (z serii *Nauka o komunikowaniu*) pod red. Grażyny Habrajskiej, Wydawnictwo Primum Verbum, Łódź 2018, s. 229–241.

<sup>38</sup> E. Monsiel – polski artysta-samouk, autor kilkuset rysunków i szkiców opatrzonych inskrypcjami o treści religijno-posłanniczej, tworzonych w trakcie trwania choroby psychicznej, jego rysunki zaliczają się do nurtu sztuki naiwnej, art brut; źródło: [https://pl.wikipedia.org/wiki/Edmund\\_Monsiel](https://pl.wikipedia.org/wiki/Edmund_Monsiel) [dostęp: 26.01.19]

<sup>39</sup> Na podstawie informacji zebranych podczas Międzynarodowej Konferencji Naukowej *Znaki i symbole w arteterapii*, Kraków 2015, w której wzięłam udział jako słuchacz.

<sup>40</sup> Por. W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2014.

<sup>41</sup> A. Osęka, *Spojrzenie na sztukę*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1987, s. 18.

<sup>42</sup> Nazwa podtytułu zaczerpnięta z tytułu konferencji naukowej *Laboratorium marzeń. Praktyczny wymiar arteterapii*, Kraków 2016.



stosowałam technikę *collage'u*, która była najlepsza z powodu ograniczonych możliwości manualnych moich uczestników. Powstałe kompozycje głównie z tekstów wyciętych z gazet, proste, prawdziwe w przekazie, zawierały odpowiedzi na kluczowe życiowe zagadnienia.

Zrobiłam wówczas i swoją pracę w podobnej konwencji. Myślałam wtedy o namalowaniu kilku obrazów nawiązujących do mojego *collage'u* z tytułami zaczerpniętymi częściowo z nagłówków gazet. Użyte nagłówki z artykułów, hasła, pochodziły głównie z popularnych pism, które miałam w zasięgu ręki. To oczywiste, że czasopisma te obfitują w pseudopsychologizujące pozytywne hasła, kreują tylko jeden model piękna, kanon, do którego należy się zastosować. Wiele też można było spotkać wspaniałych rad i recept na to, jak być szczęśliwym, ale nie w znaczeniu bycia sobą, akceptacji, ale zachęty do zmiany siebie jako konieczności. To nie tylko dotyczy czasopism, ale tego, co widzimy wszędzie, w sieci. Na przykład Facebook staje się wyznacznikiem 'bycia' w sensie 'istnienia'. Pod natłokiem różnych pojawiających się naokoło komunikatów trzeba ćwiczyć asertywność, by siebie nie zatracić.

W pracy *Autoportret* posłużyłam się scenariuszem z moich arteterapeutycznych zajęć.



Beata Bugaj-Tomaszewska, *Autoportret*, technika własna na płycie MDF,  
120 x 100 cm, 2017

### Rozdział III. „Zakryte – odkryte...”<sup>43</sup>

#### W poszukiwaniu prawdy

Na genezę prac doktorskich złożyło się kilka czynników, konkretnych doświadczeń i moja praca zawodowa. Zaczęło się od zainteresowania człowiekiem. Od lat interesował mnie konkretny człowiek, nawet szukając formy ogólnej do jego zapisu na obrazie, traktując twarz jako pewien znak, starałam się, żeby był rozpoznawalny. Przez wiele lat fascynował mnie model z pracowni – pan Jan, którego malowałam w trakcie studiów i po nich. Wiele moich obrazów powstało wówczas z czytelnym w odbiorze zarysem jego sylwetki.



Beata Bugaj-Tomaszewska, *Bez tytułu* (Pan Jan),  
olej, kredka na kartonie, 140 x 200 cm, 2001

---

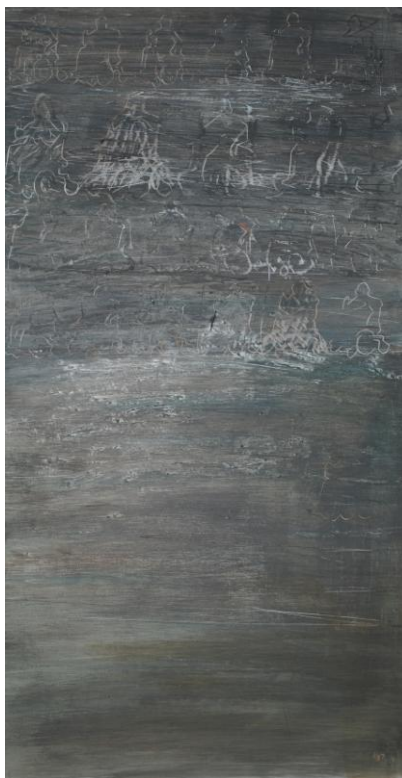
<sup>43</sup> Tytuł zaczerpnięty z moich obrazów powstałych w latach 2015–16, cykl *Zakryte, Odkryte*.



Beata Bugaj-Tomaszewska, *Ecce Homo (Pan Jan)*,  
olej na płótnie 120 x 220 cm, 2002

Potem były *Obrazy zamalowane* wspomniane na początku rozprawy i praca z osobami niepełnosprawnymi – autoarteterapia i arteterapia. Znacząca była dla mnie wystawa *Mniejszość XXI* w Muzeum Fabryki w Łodzi.

W 2016 roku zaproponowano mi udział w tejże wystawie podczas której miałam przybliżyć swoimi pracami środowisko osób niepełnosprawnych, mówiąc o nich jako o mniejszości. Ta wystawa była pierwszym krokiem w kierunku znalezienia wspólnego mianownika między pracą zawodową a twórczością własną. Prezentowałam na niej dwie prace. Pierwszą z nich był obraz przedstawiający uczestnika moich zajęć – Tomka, poruszającego się na wózku inwalidzkim, który był również obecny na wernisażu. Jego udział był utrudniony z uwagi na bariery architektoniczne. Do głównej sali prowadziły kręte schody. Cała uwaga podczas wernisażu była skupiona na „przetransportowywaniu” Tomka po schodach do sali wystawowej, on też wspomniany w trakcie otwarcia wystawy z imienia, nie był już anonimowym gościem. Wystawa nabrała dla mnie i dla Tomka innego znaczenia, terapeutyczne dla mnie było poczucie satysfakcji, że ktoś poczuł się dobrze dzięki udziałowi w wystawie, jak też znalezieniu się na obrazie. Pozostali goście wernisażu mogli doznać **namacalnego doświadczenia barier**, jakie na co dzień pokonują osoby niepełnosprawne, w tym niepełnosprawne ruchowo.



Beata Bugaj-Tomaszewska, *Tomek*, technika własna  
na płycie mdf, 133 x 70 cm, 2016



Fragment wystawy *Mniejszość XXI* w Muzeum Fabryki w Łodzi, 2016  
(w tle obraz Beaty Bugaj-Tomaszewskiej – *Tomek*)

Doświadczenie wystawy *Mniejszość* jak też czas spędzony z moimi podopiecznymi, lata pracy, wspólnych rozmów skłoniły mnie do poszukiwań czegoś, co byłoby dla nich dobrym prezentem ode mnie. Postanowiłam dedykować im obrazy. Początkowo

chciałam, żeby odbyło się to w formie niespodzianki, żeby ich zdziwienie i zaskoczenie było wyraźne i mocne. Jednakże z powodu wejścia w życie dyrektyw unijnych, dotyczących ochrony danych osobowych i udostępniania wizerunku, musiałam poinformować bohaterów prac o obrazach, jak też poprosić ich o podpisanie potrzebnej zgody. Obrazy zadedykowałam osobom, które znam już długo i które stanowili krąg moich przyjaciół.

Wiele razy wybierałam się z moimi podopiecznymi, osobami niepełnosprawnymi, na wystawy do kilku łódzkich galerii, między innymi Galerii Atlas Sztuki. We wrześniu, w momencie kiedy nie było tam żadnej wystawy, zaplanowałam sesję zdjęciową z udziałem trzech podopiecznych w pustej przestrzeni – white cube.

Fotografie wykonane właśnie w tej galerii miały być pokazaniem ich w białej, czystej i nieograniczonej przestrzeni. Ponadto galeria ta, jako jedna z niewielu była przyjazna dla osób niepełnosprawnych. Dodatkowym atutem zdjęć w Atlasie Sztuki było pokazanie osób niepełnosprawnych w prestiżowym miejscu, szkoda, że nieistniejącym już obecnie. Powstałe później na kanwie fotografii obrazy-portrety to prace, które stały się przedmiotem mojego doktoratu, opisane w dalszej części rozprawy.

**Cykl obrazów i cykl fotografii** to zasadnicze części składowe mojego doktoratu.

**Prace malarskie** są swoistym upominkiem dla konkretnych osób, moich przyjaciół. Chciałam, żeby to nie były tylko portrety, które przedstawiają ich wizerunek, ale które mówiłyby o nich więcej jako o ludziach, z pasjami, zainteresowaniami, z którymi wiąże mnie jakaś relacja. Zbierałam więc od nich informacje z prac plastycznych, które stanowiły odpowiedzi na zadane wcześniej proste, ale ważne pytania.

**Cykl fotografii** natomiast wprowadzam w przestrzeń publiczną, adresując je do ogółu. Wiąże się to z moim zainteresowaniem dostępnością przestrzeni, co też rozwinęłam w kolejnym rozdziale. Ciekawy był i jest dla mnie fakt, że supermarkety, galerie handlowe są dostosowane i dostępne dla osób z różnymi dysfunkcjami, inne miejsca jak szkoły, uczelnie, ośrodki kultury czy muzea pomimo widocznych zmian na lepsze, wciąż pozostawiają wiele do życzenia w tym zakresie, przynajmniej w Polsce.

## **Cykl obrazów *Moim przyjaciółom* – opis formalny**

### **Sposoby pracy, środki wyrazu i opis poszczególnych obrazów**

Powstała kolekcja liczy dziewięć obrazów, z których trzy zdecydowałam się połączyć w tryptyk. Cały cykl nosi tytuł *Moim przyjaciółom* a poszczególne obrazy są ponumerowane w kolejności ich powstawania, od *Nr 1* do *Nr 9*. Wszystkie wykonane są na tym samym podłożu, o tej samej wysokości – ok. 171,5 cm. Do wykonania prac użyłam płyt mdf, które dały mi możliwość zastosowania różnych narzędzi. Prace przedstawiają cztery osoby, z którymi wiele lat pracowałam jako terapeuta.

Obrazy składają się z warstw, które zawierają w nieograniczonej bieli fragmenty collage'u, które dla mnie moi byli podopieczni kiedyś wykonali. Warstwowość wyraża szukanie prawdy, zgromadzenie, a jednocześnie ukrycie na płaszczyźnie płyty szczegółów przedstawionych osób, dotyczących relacji, spotkania z nimi, podobnie jak miało to miejsce w obrazach wcześniejszych.

Na zniszczonej powierzchni płyty wyryłam rylcem fragmenty prac portretowanych osób, które powstały na moich zajęciach; są to prace na temat „co lubię” i „kim jestem”, by w obrazach zawrzeć prawdę o tych osobach; to, co mówią o sobie; co ja mówię o nich; o tym, co robią; co piszą; co mi kiedyś podarowali – np. mój portret. Jednym słowem – zanim płytę pokryje kolejna warstwa bieli, jest na niej całe bogactwo treści związanych z bohaterami prac.

Po kolejnej białej warstwie, kiedy wiele elementów jest niewidocznych z daleka, pojawia się rysunek postaci. Są to konkretne osoby – Dominik, Sylwia i Ada, widoczni na białym tle. Fragmenty perspektywy linearnej, szczegółów pomieszczenia wyrytych rylcem lub wyciętych skalpelem, porządkują otoczenie. Dzięki temu postaci nie lewitują na obrazie, są osadzone w konkretnej przestrzeni, choć białej. Czwarta portretowana przez mnie osoba pojawiła się nieco później na jednym obrazie.



## **Ekspresja, wielowarstwowość i symbolika bieli**

Ekspresja, wielowarstwowość to ważne cechy moich prac jak też proces ich powstawania był dla mnie istotny. Obrazy zbudowane na płytach mdf były najpierw niszczone (ryte, wiercone, starte, wypalane) różnymi narzędziami, a zniszczoną powierzchnię pokryła biała farba, na której pojawił się rysunek postaci.



Pracownia. Początek pracy nad kolekcją doktorską, 2017.

Warstwowość prac niesie ze sobą pewne znaczenie podobnie jak w *Obrazach zamalowanych*, opisanych na początku rozprawy. Biel ma znaczenie symboliczne. Zgadając się z ogólnie przyjętą symboliką, kolor ten oznacza początek, kojarzy się z prawdomównością, dobrem i prostotą, ale i z wolnością. Oznacza rozpoczęcie nowego rozdziału w życiu bez obciążenia przeszłością, jednocześnie nie zapominając o niej (nawiązując wciąż do *Obrazów zamalowanych*). W *Obrazach zamalowanych* biel kryje wiele treści na powierzchni płócien, mówiących o moich ograniczeniach i niedoskonałościach. Tutaj pokazuję portretowane osoby w bieli, **pokazując je w przestrzeni nieograniczonej, wolnej, bez barier**. Nakładam poszczególne warstwy bieli i przykrywam wypalone teksty, by nie wszystko było czytelne. Oczyszczam tło dla postaci i niejako uwalniam je od tego, co ogranicza.

Prace uporządkowane są chronologicznie, według kolejności ich powstawania.

W obrazie – *Nr 1* (il. 1 i 2) namalowana postać pojawia się na białym tle, na którym wyłania się mało czytelny napis. Wypalone teksty są pisane ręcznie przez portretowaną osobę i przeniesione na płytę. Stanowią odpowiedzi na pytania: „Jaki jestem?” i „Co lubię?”. Ma się wrażenie, że słowa ciągną się za bohaterem pracy, doczepione do jego wózka.

W kolejnym obrazie – *Nr 2* (il. 3 i 4) wyryte fragmenty prac plastycznych, *collage* o marzeniach, o tym, co ważne – kluczowe słowa znalazły się w tle, zamalowane kilkoma warstwami bieli. Elementy architektury/perspektywy linearnej, za pomocą wyrytych dłutem i skalpelem linii – fragmentów przestrzeni galerii Atlas Sztuki, budują przestrzeń. Trzy postacie umieszczone są na jednej poziomej linii oddalone od siebie.

W obrazie *Nr 3* (il. 5 i 6) znalazły się wypalone teksty mojego autorstwa, o tym, czym jest dla mnie malarstwo – fragmenty z mojego szkicownika. Na dalszym planie jest wypalona, lekko zaznaczona postać mojej osoby. Elementy architektury/perspektywy linearnej, znów zostały zaznaczone za pomocą wyrytych dłutem linii – fragmentów przestrzeni galerii Atlas Sztuki – jest to już wyraźnie wspólny mianownik moich prac. W tym wypadku celowy realizm i uproszczenia postaci posłużyły czytelności przekazu/obrazu, gdyż przedstawione osoby muszą być rozpoznawalne. Obie postacie ustawione tyłem do widza, są prawie w naturalnych rozmiarach, by urealnić przedstawienie, aby miało się wrażenie, że się stoi za bohaterami prac i bierze udział w całej sytuacji.

W obrazie *Nr 4* (il. 7 i 8) postać Dominika jest umieszczona w bieli tła, które ma wyraźną fakturę. Praca będzie dołączona do dwóch kolejnych, tworząc tryptyk.

W obrazie *Nr 5* (il. 9 i 10) w sposób świadomy nawiązuję do prac Chucka Close’a, którego wielkie płótna wypełnione twarzami hipnotyzowały widza i wciągały do środka, nabierały dwuznaczności w miarę przybliżania się do nich. Namalowana twarz Sylwii poprzez użytą skalę przypomina portrety Close’a, jest czytelna z pewnej odległości, a z bliska zaskakuje ilością treści zawartej w tle. Są to na pierwszych warstwach fragmenty pisma autorki, jej podpisu, prac, które powstały na moich



zajęciach, ważne słowa – ‘dzieci, szczęście, miłość’. Portretowana osoba jest przykładem dla innych, osoby z motywacją, z chęcią do działania pomimo ograniczeń ruchowych i sprawnej tylko jednej ręki.

W obrazie *Nr 6* (il. 11, 12 i 13) na pierwszych warstwach zniszczonej szlifierką i papierem ściernym powierzchni płyty, można odczytać poszczególne słowa/teksty, fragmenty prac i rysunków. Na warstwach bieli pojawia się uproszczony rysunek postaci. Postać jest ponad naturalnej wielkości, a jej powtórzenia i zmiana skali mają sugerować ruch. W rzeczywistości Dominik porusza się samodzielnie może w bardzo wolnym tempie, ale ma satysfakcję, że potrafi to wykonać bez niczyjej pomocy.

Cała praca *Nr 7* (il. 14 i 15) składa się z warstw tekstu i żłobień powstałych po szlifierce. Tekstami są fragmenty krótkich listów, które napisałam portretowanym osobom, odchodząc z pracy. Były w nich podziękowania, wspomnienie pozytywnych momentów z lat pracy, jak też przypomnienie im, w czym są dobrzy. Wśród tekstu są też fragmenty ich prac. Ekspresji tła towarzyszy bardziej dopracowany rysunek postaci i kwadraty w różnych odcieniach szarości, w perspektywie zbieżnej, dając wrażenie większej przestrzenności.

Portret *Nr 8* (il. 16, 17 i 18) powstał na podstawie zdjęcia wykonanego w innej galerii. W tle są wypalone fragmenty pracy- *Tam gdzie jest przyjaźń i akceptacja tam jest miejsce moje* – to tekst o potrzebach i rzeczach najważniejszych.<sup>44</sup>

Z daleka patrząc na obraz *Nr 9* (il. 19, 20 i 21) widać dużą płaszczyznę ciepłej bieli na pierwszym planie, ale w miarę zbliżania się do obrazu pojawiają się żłobienia, widoczne stają się faktury powstałe z różnych narzędzi, po czym pojawiają się fragmenty tekstu z prac wykonanych przez bohaterów w trakcie moich zajęć. Ada, Dominik i Sylwia są przedstawieni razem, połączeni znajomością od kilku lat.

---

<sup>44</sup> B. Bugaj-Tomaszewska, *Marzenia są po to, by nie tracić nadziei... Praca arteterapeutyczna z osobami z niepełnosprawnością ruchową i intelektualną w Międzynarodowym Stowarzyszeniu Pomocy Słyszę Serce w Łodzi*, w: *Laboratorium marzeń. Praktyczny wymiar arteterapii. VII Międzynarodowa Konferencja Szkoleniowo-Naukowa z cyklu „Psychiatria i Sztuka”*, red. Cwalina T., Stano B., Kraków 2016, s. 176.

Obraz ten, jak i poprzednie dwa z kwadratami (Nr 7) i z postacią Dominika (Nr 4), razem tworzą pewną całość. Będę je zatem prezentować razem jako *Tryptyk* (il. 22). Wspomniane trzy obrazy – to opowieść o trzech bohaterach, od lewej realistyczny portret Dominika, potem schematycznie, z gestu namalowane trzy postacie, a na koniec – Ada i Dominik. Na każdym z trzech obrazów mamy inną skalę postaci i widok z innej perspektywy.

Portretowane przeze mnie osoby, widocznie niepełnosprawne, prawnie, z orzeczeniami, są wewnątrz wolne, namalowane w przestrzeni, która ich nie ogranicza. Są takie osoby, które pozornie sprawne, są niepełnosprawne wewnątrz, nie są wolne, mają w sobie ograniczenia niewidoczne dla osób z zewnątrz. Budują schody i przeszkody w swoim umyśle. Moje obrazy to opowieść o ludziach, których tak naprawdę nic nie ogranicza wewnątrz, nie szukają sławy, pieniędzy, chcą być zauważone, mają naturalne potrzeby społeczne bycia z ludźmi, w różnych miejscach, chcą być potraktowani normalnie, nie przez pryzmat swojego wózka inwalidzkiego czy orzeczenia z niezdolnością do podjęcia pracy.

W kontekście moich prac i wybranego tematu portretowane osoby są dla mnie przejrzyste, niewymyślone, prawdziwe, takie, jakie *de facto* są. Są one poza estetyką *sensu stricto*, **poza kategoriami piękna i brzydoty**.

Patrząc na same obrazy, zamalowane na nich teksty, fragmenty prac, są niewidoczne od razu. Z pewnej odległości widzimy tylko biele tła i postacie w odcieniach czerni. Im bliżej, tym pojawia się więcej treści, odkrywamy kolejne fragmenty, znaki, słowa, jak w relacji potrzebny jest czas, żeby kogoś poznać. Moi odbiorcy – Ada, Dominik, Sylwia i Beata dla których są obrazy – będą mogli je oglądać długo, wczytując się i odkrywając kolejne warstwy. Będą mieli możliwość poznawać obraz jak chcą, czy patrząc z daleka, czy przeczytać poszczególne fragmenty i je dotknąć.

Obrazy malowałam bez konsultacji z portretowanymi osobami, to ja podejmowałam decyzje jak mają wyglądać portrety (decyzje dotyczące formy i treści), co umieszczę w tle, jakiej skali użyję, więc interesujący będzie odbiór prac. Moje obrazy będzie można i czytać fragmentarycznie, ale i też w kontekście całości, trochę jak za pomocą koła hermeneutycznego, nie można zrozumieć całości bez zrozumienia szczegółu,

szczegół nie może być zrozumiany bez odwołania się do całości. Skuteczna interpretacja będzie polegała na ruchu kolistym – od całości do szczegółu i od szczegółu do całości. Proces rozumienia prac może być w ten sposób niezakończony i względny, co rusz można będzie dostrzec nowe sensy.<sup>45</sup>

---

<sup>45</sup> Por. [https://pl.wikipedia.org/wiki/Ko%C5%82o\\_hermeneutyczne](https://pl.wikipedia.org/wiki/Ko%C5%82o_hermeneutyczne) [dostęp: 26.01.19]

## Rozdział IV. Granice i ograniczenia<sup>46</sup>

### Kolekcja fotografii. Fotografia a malarstwo

Jak wspomniałam już w mojej rozprawie, na początku powstały fotografie, wykonane w 2016 roku w galerii Atlas Sztuki w Łodzi. Przedstawiają Dominika, Adę i Sylwię, osoby niepełnosprawne, w białej przestrzeni. Kolekcja fotografii liczy 6 prac o wysokości około 60 cm każda, w czerni i bieli (il. 23–28).

Wszystkie fotografie będą zaprezentowane wraz z obrazami. Kilka z nich powieję i umieszczę w tym samym czasie w przestrzeni z utrudnionym dostępem dla osób niepełnosprawnych, w budynku ASP, gdzie osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich nie mogą samodzielnie dotrzeć, a ja ‘zaniosę’ je tam na zdjęciach. Wyjście poza przestrzeń galerii to nie tylko wprowadzenie w przestrzeń publiczną tematu dostosowania architektury dla osób niepełnosprawnych, choć uniwersalne projektowanie jest w obrębie moich obecnych zainteresowań.

Uniwersalne projektowanie ma na celu poprawę jakości życia i daje możliwość rozwoju dla społeczeństwa. „To właśnie zadowolenie, satysfakcja i dobre samopoczucie wszystkich mieszkańców jest dziś wyznacznikiem dobrze funkcjonującego miasta i znaczącym bodźcem do jego dalszego rozwoju”<sup>47</sup> stąd istotna jest współpraca miasta z mieszkańcami. Projektanci – jak wspominał Victor Papanek – powinni pamiętać, że „projekt [ma] być odzwierciedleniem czasu i okoliczności, które złożyły się na jego powstanie i korespondować z ogólnym porządkiem społeczno-gospodarczym, w którym ma funkcjonować”<sup>48</sup>. Dizajnerzy nie tylko powinni badać potrzeby mieszkańców, konsultować się z nimi w poszczególnych fazach projektowania, ale sprawdzać swoje projekty w czasie i modyfikować je by były coraz lepsze i służyły wszystkim mieszkańcom.

---

<sup>46</sup> Tytuł rozdziału nawiązujący do tematu realizowanego w 2017 roku w ramach praktyk ze studentami ASP w pracowni malarstwa – *Człowiek. Granice i ograniczenia*.

<sup>47</sup> M. Misiewicz, *Miasto przyjazne niepełnosprawnym?*, <https://www.pfron.org.pl/download/5/505/06-MartaMisiewicz.pdf> [dostęp: 9.06.2016].

<sup>48</sup> V. Papanek, *Dizajn dla realnego świata*, Łódź 2012, s. 35.

Znoszenie barier architektonicznych dla osób niepełnosprawnych, starszych (co może dotyczyć i nas w przyszłości) ma duże znaczenie, nie tylko umożliwiając im poruszanie się po mieście, ale dając dzięki temu możliwość zaistnienia, uczestnictwa z życiem społecznym, samorealizacji, rozwoju, powodując zwiększenie społecznego zrozumienia i akceptacji tych osób. Ciekawy jest fakt, że supermarkety, galerie handlowe są dostosowane i dostępne dla osób z różnymi dysfunkcjami, inne miejsca jak szkoły, uczelnie, ośrodki kultury czy muzea pomimo widocznych zmian na lepsze, wciąż pozostawiają wiele do życzenia w tym zakresie, przynajmniej w Polsce.

Zainteresowanie równoległe z arteterapią problematyką dostępności przestrzeni miejskich dla osób z dysfunkcjami wzroku, słuchu czy ruchu rozwinęłam, pracując w projekcie monitoringowym<sup>49</sup>. Dzięki temu łatwiej mi było odnaleźć w budynku ASP miejsca, do których zaniosę wspomniane powyżej zdjęcia.



Przykładowe miejsce prezentowania fotografii, 4 piętro, wewnątrz budynku Wydziału Sztuk Wizualnych, fotografia własna, 2017.

<sup>49</sup> Mowa o projekcie badawczym *Monitoring działań jednostek administracji rządowej pod kątem realizacji praw osób z niepełnosprawnościami*, na zlecenie Ministerstwa Pracy, Rodziny i Polityki Społecznej w którym pracowałam w 2017 i 2018 roku.

W kontekście mojej twórczości pojawia się pytanie po co obrazy, skoro są fotografie?  
Od fotografii wszystko się zaczęło...

Pełnią rolę edukacyjną, informacyjną, można je kopiować. Fotografie, jak też obrazy powstałe na ich podstawie, prezentuje razem, a niektóre ze zdjęć powielam wprowadzając w przestrzeń publiczną, poza galerię, w korytarze, ciągi komunikacyjne, schody. Fotografie mogłyby być wizualnym głosem w debacie nt. dostępności przestrzeni publicznych, ale ja nie mam na celu pouczanie innych a nadaję swojemu działaniu w ten sposób wymiar ludzki. Fotografie nie są adresowane do wybranych konkretnych osób jak obrazy. Powieszone w różnych miejscach w przestrzeni ASP będą mogły dotrzeć do wszystkich.

Proces powstawania obrazów był istotny. W obrazach operuję innymi środkami. Znacząca jest w nich wielowarstwowość, której nie ma na zdjęciach. W fotografiach biel, która otacza postaci jest przenikająca i nieskończona, nie ma początku i końca, nie ma detali - schodów, przeszkód, barier, wychodzi ona niejako ze zdjęć. Zdjęcia nie są oprawione w ramy, by uwypuklić charakter nieskończoności bieli i jej symbolikę, jako przestrzeń bez barier.

## **Przekraczanie granic na różnych poziomach**

Formaty prac malarskich, które wchodziły w skład kolekcji doktorskiej, okazały się granicznymi, największymi z możliwych do zmieszczenia w mojej dość ciasnej przestrzeni pracowni, biorąc też pod uwagę czwarte piętro, wysokość drzwi i wagę prac (il. 29).

Przy transporcie płyt musiałam korzystać z pomocy innych osób, jak też przy przenoszeniu ich w samej pracowni z miejsca na miejsce. Problem pojawił się również podczas wykonywania dokumentacji zdjęciowej obrazów, ponieważ ich transport do studia fotograficznego czy nawet na zewnątrz budynku nie był możliwy. Czułam się wtedy jak portretowane osoby, czekające na pomoc przy każdej napotkanej barierze architektonicznej. O odwiedzeniu mnie w pracowni przez bohaterów prac również nie było nawet mowy, dlatego zobaczą swoje portrety na samej wystawie w ramach obrony

doktoratu. W pełni świadomie chciałam doświadczyć takiej sytuacji, kiedy muszę prosić o pomoc innych, poddając się zewnętrznym ograniczeniom.

Interesuje mnie przekraczanie granic nie tylko u siebie, ale i u innych. Zastanawiałam się, czy można zbadać ograniczenia człowieka, żeby mu pomóc je pokonać albo zniwelować bariery, które przeszkadzają człowiekowi żyć w pełni?

Przeprowadzono wiele badań nt. osób niepełnosprawnych i niejednokrotnie pochyłano się nad tym problemem, by jak najlepiej odpowiedzieć na potrzeby, a tym samym udzielić im skutecznej pomocy. Oczywiście, z czym się zgodzę, potrzeby zależą od rodzaju i stopnia niepełnosprawności. Wyraźna jest potrzeba finansowa, potrzeby z obszaru mieszkalnictwa i samodzielnego życia, związane z dostępnością urzędów i usług. Szczególnie dla osób z dysfunkcją ruchu i wzroku silną potrzebą będzie likwidacja barier w przestrzeni publicznej. Niwelowanie barier architektonicznych w pewnym stopniu rozwiąże wiele problemów, ale nie wszystkie. Wspaniale, że żyjemy w czasach w których osoba na wózku bez problemu dostanie się na szczyt najwyższego wieżowca świata, ale musi mieć taką potrzebę i chęć. W Galerii Zachęta każda osoba z niepełnosprawnością obejrzy wystawy, jeśli tylko zapragnie kontaktu ze sztuką. W Łodzi na stronie internetowej Muzeum Sztuki prace Władysława Strzemińskiego są obecnie w wersjach opisowych dedykowanych osobom ze spektrum autyzmu, niesłyszącym, niedosłyszącym, niewidomym i niedowidzącym.<sup>50</sup> Działania nakierowane na włączenia, integrację osób niepełnosprawnych ze społeczeństwem również są ważne, jak też kształtowanie dobrego postrzegania ON (osób niepełnosprawnych) bez stereotypów i uprzedzeń. Jak każdy człowiek i osoba niepełnosprawna ma potrzebę bycia docenionym, zauważonym, zrozumianym ze swoimi potrzebami i możliwościami, chciałyby mieć większe poczucie własnej wartości i poczuć się potrzebnym w społeczeństwie. Niezwykle ważna jest samoocena osób

---

<sup>50</sup> W. Strzemiński, *Kompozycja unistyczna 10*, zasoby Muzeum Sztuki w Łodzi, <https://zasoby.msl.org.pl/arts/view/229>, dostęp: 17.07.2018], w ramach projektu *Awangarda dostępna* zrealizowanego przez Muzeum Sztuki w Łodzi w ramach programu Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego „Kultura dostępna”.

niepełnosprawnych. Osoby z jakimikolwiek deficytami, innym wyglądem, zachowaniem mają trudności z akceptacją własnej sytuacji i siebie <sup>51</sup>.

Dzięki integracji z innymi może nastąpić polepszenie umiejętności interpersonalnych. Niezwykle ważna jest potrzeba rozwoju własnej osoby, nabywanie umiejętności samodzielnego tworzenia, rozbudzanie kreatywności, gdzie twórczość stanowi pomoc dla osób mających trudności z wyrażaniem swoich myśli i uczuć drogą werbalną.

Przełamanie barier architektonicznych, mentalnych i psychicznych może umożliwić osobom niepełnosprawnym uczestnictwo w życiu społecznym i kulturalnym swojego miasta. Najłatwiej zbadać stan budynków, dostępność architektoniczną, dostęp do informacji i usług, a następnie napisać raport o tym, co powinno być zrobione, myśląc o osobach niepełnosprawnych jako o zamkniętej pewnej grupie społecznej. Organizacja WHO (Światowa Organizacja Zdrowia) stosuje interesującą definicję niepełnosprawności, używa terminu *disability* jako zbiorczego określenia dla różnego rodzaju upośledzeń i ograniczeń w aktywności i partycypacji jednostki w różnych aspektach życia. Dla WHO niepełnosprawność jest terminem szerokim – dotyczącym sytuacji czasowego lub stałego ograniczenia sprawności w funkcjonowaniu. W tym rozumieniu prawie każdy człowiek w pewnym momencie swojego życia będzie niepełnosprawny – chwilowo lub na stałe.<sup>52</sup>

Problem granic i ograniczeń człowieka przewija się nie tylko przez całą moją pracę doktorską, ale w różnych aspektach mojego życia. Moja praca zawodowa z osobami niepełnosprawnymi, a później dziećmi z rodzin dysfunkcyjnych to też praca z ludźmi w jakimś stopniu ograniczonymi czy przez niepełnosprawność czy przez środowisko. Towarzystwo im w procesie zmiany, wychodzenia ponad własne ograniczenia była i jest dla mnie wspierającym doświadczeniem. W procesie powstawania moich prac doktorskich świadomie poddałam się ograniczeniom, jakie dała mi przestrzeń pracowni i moja słabość fizyczna. Pomimo trudności nie zrezygnowałam z malowania zaplanowanych wcześniej obrazów.

---

<sup>51</sup> Por. M. Sochańska-Kawiecka, *Badania potrzeb ON, raport końcowy*, <https://www.pfron.org.pl/institucje/badania-i-analazy-naukowe/raport-koncowy-z-badania-potrzeb-osob-niepelnosprawnych/>, [dostęp: 20.07.2018].

<sup>52</sup> Por. *World Report on Disability*, 2011, <http://www.who.int/disabilities/en/>, [dostęp: 20.07.2018].



Fascynuje mnie obserwacja w życiu twórczego przekraczania granic. Niepełnosprawność Władysława Strzemińskiego nie przeszkodziła mu w tworzeniu, wręcz odwrotnie – nie przyznawał się do niej, wręcz ją ukrywał, żeby nikt nie uważał, że sobie nie radzi i nie jest w pełni sprawny. Był on człowiekiem, używając nazewnictwa naszych czasów, ze znaczną niepełnosprawnością (brak ręki, nogi i wzroku w jednym oku), „obarczonym biografią, w której mieszczą się niemal wszystkie nieszczęścia pierwszej połowy XX wieku, ale też niezwykle trudnym w relacjach i potwornie samotnym”<sup>53</sup>. Strzemiński nie walczył z własnymi ograniczeniami, które dawało mu ciało, w pewien sposób nawet je ignorował. Jego córka Nika postawiła nawet tak śmiałą tezę, że to paradoksalnie wypadek uczynił Strzemińskiego artystą. Pisała: „W ojcu musiał tkwić potężny talent artystyczny, który nagle eksplodował. Może zostałby zaprzepaszczony, gdyby nie nieszczęśliwy wypadek i kalectwo. Przecież trudno sobie wyobrazić, by w Korpusie Kadetów, Szkole Inżynieryjnej, twierdzy Osowiec, a tym bardziej na froncie miał czas i możliwości zajęcia się sztuką.”<sup>54</sup>

Chuck Close zaś po wypadku był przykuty do wózka inwalidzkiego. Malarstwo pozwalało artyście przetrwać trudny czas rehabilitacji, było jego osobistą walką. Przed wypadkiem był przyzwyczajony do stosowania ograniczeń w swoim malarstwie. Po wypadku niepełnosprawność narzuciła mu inne ograniczenia, z którymi się mierzył. Znalazł nowe środki wyrazu dostosowane do swoich możliwości ruchowych. Close myślał pozytywnie, nie poddawał się i nigdy nie rezygnował z malarstwa. Zdeterminowany, znosił długie godziny fizykoterapii, odzyskując większą sprawność rąk i ramion. Zawsze uważał, że kto chce malować, znajdzie sposób, by to robić. Twierdził, że sztuka to jedyna rzecz, która dawała mu poczucie tożsamości, była czymś więcej, autoarteterapią, sposobem na siebie i sposobem na życie.

---

<sup>53</sup> M. Różański, *Artysta ponad miarę swoich czasów*, <http://www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/445263;jsessionid=0BD9DFFBA7CCEE875DD4440FDF203F1>, [dostęp: 24.09.2018].

<sup>54</sup> [http://magazyn.o.pl/2018/szlak-bojowy-podporucznika-wladyslaw-strzeminski/?fbclid=IwAR1s1d\\_KcnpNcQflaEA2aZmTebbOHgD3Hrou4XTZnf63G51JZ\\_zPfZBs3o#](http://magazyn.o.pl/2018/szlak-bojowy-podporucznika-wladyslaw-strzeminski/?fbclid=IwAR1s1d_KcnpNcQflaEA2aZmTebbOHgD3Hrou4XTZnf63G51JZ_zPfZBs3o#/) [dostęp: 26.01.19]

Radosna kolorystyka i optymistyczna tematyka malarstwa Zygmunta Waliszewskiego była uznawana przez najbliższe otoczenie za lekarstwo na dotkliwość jego życia.<sup>55</sup> Malarz na skutek choroby Buergera stracił obie nogi i poruszał się na wózku inwalidzkim. Perspektywa utraty sprawności rąk dawała mu wiele siły i motywacji by malować dalej i więcej. Według żony malarza – „prawie wszyscy piszący o nim podkreślali jego hart ducha i męstwo, z jakim znosił swoją tragedię i cierpienie a także wpływ, jaki to wywarło na jego malarstwo.”<sup>56</sup> Śmiało można byłoby powiedzieć, że „urodził się dla malarstwa i dla malarstwa mógł żyć.”<sup>57</sup>

Twórczość może pomóc w przekraczaniu tych granic/ograniczeń, których nie da się zbadać, określić w kontekście danej grupy społecznej, można je nazwać ograniczeniami wewnętrznymi.

Ograniczenia zewnętrzne nie zawsze występują z ograniczeniami wewnętrznymi. Osoby ograniczone wewnątrznie mogą nie stykać się z barierami zewnętrznymi i odwrotnie osoby ograniczone zewnątrznie są pozbawione ograniczeń wewnętrznych. Doktorat w całości jest ukłonem z mojej strony w kierunku osób, które w pewnym czasie tworzyły moje najbliższe otoczenie i pokazaniem, że czasem człowiek sam ogranicza się wewnątrznie, pomimo że ograniczeń namacalnych wokół niego jako takich nie ma. Ograniczenia wewnętrzne nie pozwalają podejmować właściwych decyzji i postępować w zgodzie ze sobą. By przyjrzeć się temu, co ogranicza, ważne jest, wspomniane już na początku rozprawy, sięgnięcie do samoświadomości i spojrzenie w głąb siebie. Twórczość jest jednym z narzędzi, które w tym może pomóc, wspomagając nasz rozwój.

---

<sup>55</sup> Por. J. Sosnowska, *Ukryte w obrazach*, Instytut Sztuki Polskiej Akademii Nauk, Warszawa 2012, s.135.

<sup>56</sup> Waliszewska W., *O Zygmuncie Waliszewskim. Wspomnienia i listy*, 1972, s. 26.

<sup>57</sup> *Tamże*, s. 24.

## Poza standardami – zakończenie

Moja praca potwierdza tezę, że twórczość jest narzędziem służącym do wglądu w samego siebie. Pomaga w rozwoju samoświadomości, czego doświadczyłam, będąc terapeutą dla innych i siebie samej. Namalowałam obrazy dla osób, z którymi prowadziłam zajęcia, żeby im **pokazać, że są ważni**. Dla mnie samej potrzebne to było, by zobaczyć, doświadczyć barier, swoich ograniczeń, żeby się spełnić, dopełnić i zakończyć pewien etap w życiu. Zestawiłam malarstwo z fotografią, żeby wskazać zasadniczą różnicę w sposobie przekazu pewnych treści pomimo podobnej tematyki. Obrazy zaadresowałam do konkretnych osób, wybrane fotografie wprowadziłam w przestrzeń publiczną. Dlaczego niepełnosprawni? Często osoby z jakimś deficytem czy wzroku czy słuchu mają wyostrzone inne zmysły. Bohaterowie moich prac nie są narażeni na olbrzymią ilość bodźców z zewnątrz. Ich świat jest w jakimś stopniu okrojony, więc bardziej odczuwają każde wydarzenie, spotkanie a także wystawę.

W mojej pracy zastanawiałam się nad potrzebą twórczości, czy człowieka współczesnego można nasycić sztuką, widząc, jak potrzeby konsumpcyjne są silne i patrząc na wypełnione galerie handlowe. Arteterapia moim zdaniem jest w dalszym ciągu przestrzenią do odkrywania, gdyż świat i ludzie przechodzą nieustanne zmiany. Z perspektywy medycyny i psychologii, jak też z punktu widzenia estetyki można mówić otwarcie o pozytywnym wpływie twórczości na człowieka, niezależnie czy ktoś zajmuje się nią zawodowo czy amatorsko. Należy wprowadzić odbiorcę w język obrazu, zainteresować nią, wyjaśnić. Bohaterowie moich obrazów przychodząc na moją wystawę: wyjdą z domu, zobaczą siebie na obrazach, zobaczą ich inni.

W mojej pracy doktorskiej poprzez fotografie ‘zanoszę’ bohaterów w inne ‘niezdobyte’ przez nich miejsca. Pokazuję ich w miejscach niedostępnych dla nich z powodu barier architektonicznych.

Dokonuje się swoista **wymiana**. Daje swoim odbiorcom obrazy, a w zamian za to odczuwam poczucie spełnienia. To, co niewypowiedziane, to, co zadziało się przez lata mojej pracy jako terapeuty, umieściłam w bieli obrazów, zakryłam poszczególnymi

warstwami farby. Zapiski, słowa wypalone na powierzchni płyty przetrwają, zakryte bielą nie dla wszystkich będą czytelne. Jednocześnie bielą pokazałam nieograniczoność i świat bez barier.

W mojej twórczości przenika się **autoarteterapia z arteterapią**. Jestem nie tylko terapeutą dla innych, ale dla siebie samej również. Jest to też tak, jak w teorii lustra, mówiąc o innych (malując innych), mówimy o sobie. Człowiek, którego spotykamy na swojej drodze, jest jak lustro, które odbija nasze ciemne strony, czyli lęki, to, czego w sobie nie akceptujemy, do czego się przed sobą nie przyznajemy i tak jak ‘jungowski’<sup>58</sup> cień chodzi za nami całe życie.

Mój doktorat jest poszukiwaniem możliwości zrozumienia świata i siebie. W całym procesie mojej pracy, na którego końcu pojawia się obraz, dzieje się bardzo wiele, co daje dużą wartość dodaną, a może i najważniejszą dla mnie. Czy proces twórczy, który opisuję jest dla mnie też swego rodzaju spowiedzią? – w jakimś stopniu tak. A czy rezultat tego procesu odzwierciedleniem własnych niepokojów, tęsknot, obsesji czy ideałów?<sup>59</sup>

Moja rozprawa to też praca o wolności, ograniczeniach i granicach człowieka, o ich przezwyciężaniu, o zdobywaniu pewności siebie, szukaniu przyjaźni i ważnych wartości. Dość szerokie odniesienie się do niepełnosprawnych i niepełnosprawności w mojej pracy to też nie tylko wspomniana powyżej dyskusja o ograniczeniach i wolności, ale także bunt przeciwko ogólnemu traktowaniu człowieka przyporządkowanego do pewnej grupy społecznej o określonych potrzebach.

W mojej pracy najważniejszy jest **człowiek**, ale malując go tu i teraz nie jest najważniejszy ten wczorajszy i dzisiejszy – jak pisał w swoim wierszu Roman Brandstaetter [cytowany na początku pracy] – ale jaki będzie jutro<sup>60</sup>, czyli jego potencjał i możliwość ciągłego rozwoju.

---

<sup>58</sup> Por. G. Jung, *Teoria lustra*, w: <http://www.nowapsychologia.com/o-co-chodzi-w-teorii-lustra/> [dostęp: 26.01.19].

<sup>59</sup> Por. A. Osęka, *Spojrzenie na sztukę*, s. 190.

<sup>60</sup> Por. R. Brandstaetter, *Z rozmów z Bogiem* (parafraza wiersza japońskiego poety Sasaki Nabutsuma), w: *Księga modlitw dawnych i nowych*, „W drodze”, Poznań 1987, s. 99–100.

## Bibliografia

1. *Alison Lapper*, [https://en.wikipedia.org/wiki/Alison\\_Lapper](https://en.wikipedia.org/wiki/Alison_Lapper), [dostęp: 04.03.2016].
2. *Chuck Close – American Painter and Photographer* <http://www.theartstory.org/artist-close-chuck.htm>, [dostęp: 20.12.2015].
3. *Chuck Close – portrait*, [http://www.artyfactory.com/art\\_appreciation/portraits/chuck\\_close.html](http://www.artyfactory.com/art_appreciation/portraits/chuck_close.html) [dostęp: 05.01.2016].
4. *Chuck Close*, <https://www.artsy.net/artist/chuck-close>, [dostęp: 20.12.2015].
5. De Saint- Exupery A., *Mały Książe*, Wydawnictwo Greg, Kraków 2017.
6. Dolnośląskie Centrum Psychoterapii, *Zastosowanie arteterapii w pracy z klientem pomocy społecznej*, materiały szkoleniowe, projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej, 2012.
7. *Dyskurs artystyczny*, z serii *Nauka o komunikowaniu*, red. Grażyna Habrajska, Wydawnictwo Primum Verbum, [e-book], Łódź 2018.
8. Dziemidok B., *Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009.
9. Dzikowska E., *Artyści mówią, Wywiady z mistrzami malarstwa – Tadeusz Brzozowski*, Wydawnictwo Rosikon Press, [audiobook], Warszawa 2011.
10. Eurich T., *Czym jest samoświadomość, jak i dlaczego warto ją rozwijać* [badania], Harvard Business Review Polska, ICAN Institute, <https://www.hbrp.pl/b/czym-jest-samoswiadomosc-jak-i-dlaczego-warto-ja-rozwijac-badania/P11TmGpJs>, [dostęp: 04.04.2018].
11. Eurich T., *Czym jest samoświadomość, jak i dlaczego warto ją rozwijać*, <https://www.hbrp.pl/b/czym-jest-samoswiadomosc-jak-i-dlaczego-warto-ja-rozwijac-badania/P11TmGpJs>, [dostęp: 20.07.2018].
12. Handford O., Karolak W., *COLLAGE w twórczym rozwoju i arteterapii*, Warszawa 2011.
13. Józefowski E., *Arteterapia – praktyka oddziaływań terapeutycznych przez kreację plastyczną*, Wyd. Nauk. UAM, Poznań 2011.
14. Józefowski E., Florczykiewicz J., *Warsztat twórczy jako okazja rozwoju podmiotowego w przestrzeni sztuki, badania nad edukacyjnym wymiarem kreacji wizualnej*, Drukarnia JAKS, Wrocław 2015.

15. Juszczak W., *Wędrówka do źródeł*, Wydawnictwo Słowo/Obraz Terytoria, Gdańsk 2009.
16. Kapsh M., *Kurator słuchający miejsca – spotkanie z Agnieszką Tarasiuk*, <http://asfartinpractice.blogspot.com/2013/01/kurator-suchajacy-miejsca-spotkanie-z.html>, [dostęp: 31.05.2016].
17. Karolak W., *ARTETERAPIE. Terapie za pomocą sztuk wizualnych*, APS, Warszawa 2010.
18. Klajns K., *Poniedziałki z Psychoterapią, Arteterapia – po co i dla kogo*, (wywiad przepr. D. Kaniowska-Górniak), Fundacja Polski Instytut Ericksonowski, <http://www.p-i-e.pl/arteterapia-po-co-i-dla-kogo/>, [dostęp: 2.08.2018].
19. Kowalczyk I., *Ciało i władza. Polska sztuka krytyczna lat 90*, Wydawnictwo Sic!, Warszawa 2002.
20. Kowalczyk I., *Marc Quinn*, <http://strasznaszuka.blox.pl/2006/08/Marc-Quinn.html>, [dostęp: 04.03.2016].
21. *Laboratorium marzeń. Praktyczny wymiar arteterapii. VII Międzynarodowa Konferencja Szkoleniowo-Naukowa z cyklu „Psychiatria i Sztuka”*, red. Cwalina T., Stano B., Wyd. Stowarzyszenie Psychiatria i Sztuka im. dr Andrzeja Kowala, Kraków 2016.
22. Legrix D., *Taka się urodziłam*, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1976.
23. Leśnikowski D., *Zakrycie, przesunięcie, znikanie*, (o wystawie G. Sztabińskiego w Galerii Amcor), <http://www.galeriaamcor.pl/wystawy/sztabinski-1/wystawa.html>, [dostęp: 02.02.2016].
24. *Maksymilian i Aleksander Gierymscy. Listy i notatki*, red. J. Starzyński, opr.H.Stepień, Ossolineum, Wrocław 1973.
25. Małecka M., *Panorama Gerharda Richtera. Czy malarstwo umarło?* <http://kulturaliberalna.pl/2012/10/02/malecka-panorama-gerharda-richtera-czy-malarstwo-umarlo/>, [dostęp: 14.01.2016].
26. *Maria Lassnig*, red. Kasia Redzisz i Lauren Barnes, Tate Liverpool, 2016.
27. Misiewicz M., *Miasto przyjazne niepełnosprawnym?*, <https://www.pfron.org.pl/download/5/505/06-MartaMisiewicz.pdf> [dostęp: 09.06.2016].
28. Osęka A., *Spojrzenie na sztukę*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1987.
29. Osęka A., *Mitologie artysty*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1978.
30. Papanek V., *Dizajn dla realnego świata*, Wydawnictwo Recto Verso, Łódź 2012.

31. *Pasjonaci, kreatorzy, twórcy, ludzie niepełnosprawni jako artyści, sportowcy, animatorzy mediów*, red. E. Zakrzewska-Manterys, J. Niedbalski, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2016.
32. Pawlik J., *Artystka cielesna*, rozmowę przepr. M. Nowicka, <http://cojestgrane24.wyborcza.pl/cjg24/1,13,19920950,147830,Joanna-Pawlik--Artystka-cielesna--wywiad-.html>, [dostęp: 07.11.2016].
33. Podgórzec Z., *Rozmowy z Jerzym Nowosielskim, Wokół ikony – Mój Chrystus – Mój Judasz*, Wydawnictwo Znak, Kraków 2009.
34. Różański M., *Artysta ponad miarę swoich czasów*, <http://www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/445263;jsessionid=0BD9DFFBA7CCEE875DD4440FDF203F1A>, [dostęp: 24.09.2018].
35. Sochańska-Kawiecka M., *Badania potrzeb ON, raport końcowy*, <https://www.pfron.org.pl/institucje/badania-i-analazy-naukowe/raport-koncowy-z-badania-potrzeb-osob-niepelnosprawnych/>, [dostęp: 20.07.2018].
36. Sosnowska Joanna M., *Ukryte w obrazach*, Instytut Sztuki Polskiej Akademii Nauk, Warszawa 2012.
37. Stróżewski W., *Dialektyka twórczości*, Polskie Wydawnictwo Muzyczne, Kraków 1983.
38. Stróżewski W., *W kręgu wartości*, Wydawnictwo Znak, Kraków 1992.
39. Stróżewski W., *Wokół piękna, szkice z estetyki*, Universitas, Kraków 2002.
40. Sylvester D., *Rozmowy z Francisem Baconem. Brutalność faktu*, Zysk i S-ka Wydawnictwo, Poznań, 1997.
41. Tatarkiewicz W., *Dzieje sześciu pojęć*, PWN, Warszawa 1988.
42. Turowski A., *Monika Sosnowska, Marek Szczęsny, Karolina Wiktor w wyborze Andrzeja Turowskiego / La déchirure (Rozdarcie / Tear)*, katalog z wystawy, Atlas Sztuki, Łódź 2016, [http://www.atlassztuki.pl/pdf/katalog\\_82.pdf](http://www.atlassztuki.pl/pdf/katalog_82.pdf), [dostęp: 02.01.2017].
43. Urząd Miasta Łodzi, *Raport o stanie miasta*, stan na dzień 31 grudnia 2016, [http://uml.lodz.pl/files/public/uploads/Raport\\_za\\_2016\\_rok.pdf](http://uml.lodz.pl/files/public/uploads/Raport_za_2016_rok.pdf), [dostęp: 12.10.2017].
44. VI Międzynarodowa Konferencja Szkoleniowo-Naukowa *Znaki i Symbole w arteterapii*, Wydział Sztuki Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków 2015, materiały pokonferencyjne.
45. Wallis M., *Przeżycie i wartość*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1968.

46. Wasilewski M., *Flaming w szpitalu klinicznym*, „Czas Kultury”, nr 141, (6/2007), s.65–66, <http://www.czaskultury.pl/?mod=archiwumtekst&id=9872>, [dostęp: 18.01.2016].
47. Zeller U. „*Gerhard Richter — Przegląd*” — *wyjątkowy autorski wybór stanowiący przekrój przez twórczość artysty*, <http://www.bwa.katowice.pl/p/114/>



## Spis ilustracji

### Wykorzystane w tekście:

Bugaj-Tomaszewska B., *Burj Khalifa*, Dubai, ZEA, fotografia cyfrowa, 2019.

Bugaj-Tomaszewska B., *Obrazy zamalowane*, kompozycja obrazów, olej na płótnie, w całości ok. 175 x 200 cm, 2015.

Bugaj-Tomaszewska B., *Tomek*, technika własna na płycie mdf, 133 x 70 cm, 2016.

Bugaj-Tomaszewska B., *Tomek*, technika własna na płycie mdf, obraz na wystawie *Mniejszość XXI*, Muzeum Fabryki, luty 2016.

Bugaj-Tomaszewska B., *Bez tytułu (Pan Jan)*, olej i kredka na papierze, 140 x 200 cm, 2001.

Bugaj-Tomaszewska B., *Ecce Homo (Pan Jan)*, olej na płótnie, 120 x 220 cm, 2002.

Bugaj-Tomaszewska B., *Autoportret*, technika własna na płycie mdf, 120 x 100 cm, 2017.

Bugaj-Tomaszewska B., *Pracownia. Początek pracy nad kolekcją doktorską*, fotografia cyfrowa, 2017.

### Reprodukcje prac:

#### Cykl obrazów *Moim przyjaciółom*

1. *Nr 1*, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 250 cm, 2017.
2. *Nr 1*, technika własna na płycie mdf, detal.
3. *Nr 2*, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 222 cm, 2017.
4. *Nr 2*, technika własna na płycie mdf, detal.
5. *Nr 3*, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 228 cm, 2018.
6. *Nr 3*, technika własna na płycie mdf, detal pierwszy.
7. *Nr 3*, technika własna na płycie mdf, detal drugi.
8. *Nr 4*, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 113 cm, 2018.
9. *Nr 4* technika własna na płycie mdf, detal.

10. *Nr 5, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 184 cm, 2018.*
11. *Nr 5, technika własna na płycie mdf, detal.*
12. *Nr 6, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 240 cm, 2018.*
13. *Nr 6, technika własna na płycie mdf, detal pierwszy.*
14. *Nr 6, technika własna na płycie mdf, detal drugi.*
15. *Nr 7, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 112 cm, 2018.*
16. *Nr 7, technika własna na płycie mdf, detal.*
17. *Nr 8, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 170 cm, 2018.*
18. *Nr 8, technika własna na płycie mdf, detal.*
19. *Nr 9, technika własna na płycie mdf, 171,5 x 96 cm, 2018.*
20. *Nr 9, technika własna na płycie mdf, detal pierwszy.*
21. *Nr 9, technika własna na płycie mdf, detal drugi.*
22. *Tryptyk (Nr 4,7,9)*

### **Cykl fotografii**

23. *Fotografia nr 1, druk cyfrowy, 59 x 61 cm, 2016.*
24. *Fotografia nr 2, druk cyfrowy, 50 x 60 cm, 2016.*
25. *Fotografia nr 3, druk cyfrowy, 60 x 80 cm, 2016.*
26. *Fotografia nr 4, druk cyfrowy, 60 x 78 cm, 2016.*
27. *Fotografia nr 5, druk cyfrowy, 59 x 79 cm, 2016.*
28. *Fotografia nr 6, druk cyfrowy, 60 x 87 cm, 2016.*

### **Dokumentacja fotograficzna**

29. *Zdjęcie z pracowni. (zestaw wszystkich prac malarskich wchodzących w skład doktoratu), 2018.*

**Tłumaczenie na język angielski**

**Elżbieta Leśnikowska**

**English translation by Elżbieta Leśnikowska**

**The Strzemiński ACADEMY OF FINE ARTS  
in Lodz**

**Creation in the development of self-awareness**

**A collection of paintings and photographs associated with art therapy**

Beata Bugaj-Tomaszewska, MA

**Promoter**

dr hab. Aleksandra Gieraga prof. ASP

15<sup>th</sup> February 2019

<b>Introduction.....</b>	<b>51</b>
<b>Chapter I. Creation and self-awareness.....</b>	<b>53</b>
<b>Self-awareness .....</b>	<b>53</b>
<b>Relations: creation vs. art and creation vs. emotions .....</b>	<b>54</b>
On the positive impact of art / creation.....	54
Art and creation, creation or art? .....	58
<b>Chapter II. Self-art therapy vs. art therapy .....</b>	<b>60</b>
<b>Why do I paint?.....</b>	<b>60</b>
<b>Art therapy .....</b>	<b>63</b>
What is art therapy, "who is it for and what for"? .....	63
<b>Chapter III. "Covered - uncovered..." .....</b>	<b>68</b>
<b>In search of the truth .....</b>	<b>68</b>
<b>The cycle of paintings <i>To My Friends</i> – a formal description .....</b>	<b>72</b>
Methods of work, means of expression and a description of particular paintings..	72
Expression, multilayering and symbolism of the white.....	73
<b>Chapter IV. Boundaries and limitations .....</b>	<b>78</b>
<b>A collection of photographs. Photography vs. painting.....</b>	<b>78</b>
<b>Crossing boundaries on various levels .....</b>	<b>80</b>
<b>Beyond standards – conclusion.....</b>	<b>85</b>
<b>Bibliography .....</b>	<b>87</b>
<b>Table of figures .....</b>	<b>91</b>

Enclosure: a DVD with reproductions of works and a movie in mp4 format.

*Lord*  
*Yesterday I was someone else*  
*Than I am today.*  
*Tell me then*  
*Which one of us*  
*– I of yesterday*  
*or I of today*  
*is the real*  
*I?*  
*And the Lord answered:*  
*You are what you will be tomorrow.*  
Roman Brandstaetter



*Burj Khalifa, Dubai, ZEA, original photograph, January 2019*

## Introduction

At the beginning of my paper, I would like to answer some existential questions: Who is a human being for me?; Who am I for myself?; How do I look at other people and at myself? It is crucial from the point of view of the subject of my dissertation. I frequently wondered why I met these specific people in my life and the answer always came to me, even after a long time. There are no random incidents<sup>1</sup>, each person is someone unique, given to me at the right time and in the right place. Life is a closed chain with sequences of successive events. It is true that we make a choice, but the skeleton of our life has been firmly and permanently built. Sooner or later good decisions bear fruit, and making wrong choices sooner or later we return to the broken link.

Another person whose path crosses mine is important - this statement is fundamental to me, because I work with people, offering a form of meeting or art therapy. Accompanying the participants of my classes in the process of change, meeting different people, watching their development, and listening to them gives me enormous pleasure and a lot of strength. I can admit that it also acts therapeutically on myself, as if it were a rotational energy exchange, a closed circuit in connected vessels.

The research issue of my dissertation is creation, which is a form of visual communication, a tool which provides an insight into our self. The basic presumption of my work is based on the study of how creative activities enable the development of self-awareness. I divided my dissertation into chapters and sub-chapters devoted to **self-awareness, creation and art therapy**. Then I focused on the genesis of my painting works, which are the subject of my doctorate, as well as I devoted a significant part of the work to disabled people, who for many years have been my immediate environment, both professional and private. What was extremely important to me was the process of creating works, the problem of boundaries and limitations in the context of myself, my work and the environment, the issue which is discussed on a few pages of my dissertation.

---

<sup>1</sup> Apart from basic life activities that we do automatically, I use the term in the context of myself, my life, events, my awareness here and now, let alone cases concerning art, cf. G. Jasiński, *Ks. Prof. Michał Heller: Cale nasze życie jest utkane z przypadków*, <https://www.rm24.pl/nauka/news-ks-prof-michal-heller-cale-nasze-zycie-jest-utkane-z-przypadk,Id,2584688> [access: 06.11.2018].

In my work, I made an attempt to answer questions that bother me: Is art therapy still a space for exploration? Why do people need art / creation? Is it important to consider self-awareness? How important is it? I based the following considerations on my own art therapeutic experience.



# Chapter I. Creation and self-awareness

## Self-awareness

Self-awareness ("me here and now") allows us to function better in life. Self-reflection increases our self-esteem, which makes us more confident and more creative. Even in business, to increase work efficiency, it is important to place emphasis on the corporate employees' self-awareness, using various types of techniques and methods of training.

There has already been a lot of research done into self-awareness, and many definitions have been formulated too. According to studies conducted by Tasha Eurich<sup>2</sup>, we can use a certain distinction of self-awareness – the external and internal self-awareness. "The internal self-awareness is associated with our perception of values, passions, awareness of our strengths and weaknesses. The external one is the awareness of how others perceive us, which allows us to be more empathetic."<sup>3</sup>. Referring this statement to creation and the creator, we talk about his / her relationship with themselves and about how they are perceived by others, that means what they say in their works and how their works are understood.

The insight into one's own self is a very sensitive space, therefore one must be careful not to make this space destructive for us, not to deal only with the analysis of past events, asking only questions why something happened. The introspection can be tricky and cause more anxiety and depression. It is important to be aware of the currently experienced emotions, needs, thoughts, one's abilities or limitations, to be able to name them. This can lead to the recognition of patterns and mechanisms of action and their causes, which sometimes allows people to escape from dysfunctional behaviours, e.g. by understanding their function and meaning. This is largely what psychotherapy deals with, which is to show the patient the mechanisms in which his organism functions in order to overcome undesirable reactions, tensions, and depressive states. Dysfunctional

---

<sup>2</sup> Tasha Eurich – an American psychologist, researcher, the author of the New York Times' best-sellers; she earned her PhD degree in industrial and organizational psychology. In her work she uses the principles of psychology to help individuals develop self-awareness in order to achieve greater success; she supports and helps in the development of larger companies and enterprises.

<sup>3</sup> T. Eurich, *Czym jest samoświadomość, jak i dlaczego warto ją rozwijać*, <https://www.hbrp.pl/b/czym-jest-samoswiadomosc-jak-i-dlaczego-warto-ja-rozwijac-badania/P11TmGpJs>, [dostęp: 20.07.2018].

behaviours or negative emotions are sometimes a result of being unaware of what causes them, for example due to the use of defense mechanisms. Asking yourself additional questions – *what's up? what to do with it now? or how to do something better?* – we can develop ourselves.

And how can creation help here? – Creation is a kind of tool to have an insight into one's self and has a positive effect on the man, both the creator and the recipient, which will be discussed further on.

## **Relations: creation vs. art and creation vs. emotions**

### **On the positive impact of art / creation**

Each creator / artist leaves a part of themselves in their work – it is beyond doubt. "Sometimes a hint of a feeling is hidden under well-applied paint and varnish"<sup>4</sup> – wrote Maksymilian Gierymski. Perhaps not everyone treats art / creation as a kind of therapy; nevertheless, the creation of a work of art is always connected with emotions and art in a sense satisfies the emotional needs of a human being.

According to Bohdan Dziemidok, the emotionalist theories of art are still valid today, which he was sure of when was writing about the positive influence exerted by art in general. In his opinion, the significance of art for the internal balance of a human being is preserved if the work of art evokes at least one of the indicated effects.<sup>5</sup> This happens when art causes temporary solace, escape from everyday life, when it improves the mood and well-being of the recipient. Another result of the impact of art is "pleasant training of the forces of the psyche, which may be accompanied by the restoration of the energy balance of the organism by blowing off excessive energy that was accumulated for long". Next – when "it enriches and intensifies the entire spiritual life of man (...) and partially compensates the deficiencies of their everyday life"<sup>6</sup>. The next impact consists in "easing the feeling of insufficiency and dissatisfaction, overcoming the state

---

<sup>4</sup> Cf. a letter written by M. Gierymski to P. Dziekoński, Rome, 1874, in: *Maksymilian i Aleksander Gierymscy. Listy i notatki*, ed. J. Starzyński, H. Stepień, Ossolineum, Wrocław 1973, p. 155–156.

<sup>5</sup> Cf. B. Dziemidok, *Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, Warszawa 2009.

<sup>6</sup> *Ibidem*. pp. 222–223.

of frustration, thanks to the substitutionary fulfilment of unsatisfied desires". Moreover, it can bring relief and have a soothing effect by "letting off all that disturbs peace and inner harmony"<sup>7</sup>. "The result of the proper art – confronting viewers with bitter conflicts and dramatic sides of life and human suffering – can also lie in making them realise that these torments and failures are an inevitable element of existence and immunize them against these adversities (...). The consequence of this confrontation may be the development of a better understanding of other people, their worries and troubles, easing extreme egocentrism, as well as the emergence of a sense of community and social bonds."<sup>8</sup>. This theory seems to me coherent and I agree with it. It confirms the statement that art has a positive impact on people.

For Eugene Veron, art should not be considered in terms of beauty, but as an external manifestation of emotions, being a unique language of emotions. Whereas for Lev Tolstoy<sup>9</sup> art is to be good, it is something great, it is where the artist passes on to others feelings he experiences, and the recipient has the ability to be infected by the creator's feelings. According to him, art is based on human feelings and the aforementioned emotional infection characterises real art. One could say that all life is filled with artistic works, but it would be a quite radical and imprecise concept. However, it is true, which I also agree with, that creation has the property of bringing people together, and art dignifies human feelings and it internally strengthens people.

However, looking at the statistics, I wondered if people currently need art / creation? It is unnecessary to explain, write down in charts and calculate in a percentage the visible disproportions between the number of people visiting shopping malls and the number of visitors to art galleries. It is a state of fact.<sup>10</sup> There are no studies on the number of people spending free time in shopping malls, but the result would be overwhelming.

---

<sup>7</sup> *Ibidem*, p. 223.

<sup>8</sup> Cf. B. Dziemidok, *Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, Warszawa 2009.

<sup>9</sup> L. Tolstoy mentioned by B. Dziemidok in the book *Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, is quoted as the creator of a very radical concept of understanding art in the context of emotionalist theories of art.

<sup>10</sup> More details in: *Raport o stanie miasta. Stan na dzień 31 grudnia 2016*, Urząd Miasta Łodzi, [http://uml.lodz.pl/files/public/uploads/Raport\\_za\\_2016\\_rok.pdf](http://uml.lodz.pl/files/public/uploads/Raport_za_2016_rok.pdf), p. 82, [access: 12.10.2017].

Apart from the availability of the above mentioned places, the need for consumption is sometimes stronger than the aesthetic need to have contact with a work of art. We have a lot of beautiful, active galleries that fill up with people only on the Long Night of Museums or at vernissages. Is it possible that we do not need art?

For example, a group of Canadian doctors prescribe patients a visit to a museum. According to the originators, art has a beneficial influence on people, it can be a cure, but not the same for everyone, there is not one prescription for everybody because each of us is different and needs a different stimulus. Everyone has their own sensitivity, but they are also likely to need a person who will be a guide for them, and will not leave them in the museum among works of art that they do not understand.<sup>11</sup>

I once asked people who are not directly involved in the practice of artistic creation, what art is for them:

- "Thanks to art, I can see how other people perceive reality; I like looking at paintings, but I need someone to explain them to me, if I understand them, then it is easier for me to *feel* the painting" – IT specialist
- "Whenever I look at paintings, I contemplate them, I feel wonderful and it is a great inspiration for me to create, new ideas come to my mind" – an architect, programmer

I also asked a few disabled people with whom I had been working for many years, why creation / art was significant to them, knowing that watching it in galleries was of great importance to them.

The answers were as follows:

- "Art (creation) is a super form of self-expression when you are lost for words and you can something in colours and shapes."
- "Painting is my hobby, I would like to use it to help others."
- "I use painting to practise (...), I can pass the skills I have acquired on to others."<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Based on: I. Kwaśny, *Sila spokoju- audycja, Sztuka na receptę*, and interview with K. Krasoń and J. Jastrząb, 13.11.2018, [https://www.radio.katowice.pl/zobacz,39927,Sztuka-na-recepte.html#.XDp\\_nlVKi70](https://www.radio.katowice.pl/zobacz,39927,Sztuka-na-recepte.html#.XDp_nlVKi70) [access: 10.01.2019].

<sup>12</sup> B. Bugaj-Tomaszewska, *Marzenia są po to, by nie tracić nadziei... Praca arteterapeutyczna*

The study conducted by Drexel University has shown that creating art can significantly reduce the hormones released by the organism during stress.

"It was very relaxing" – wrote one of the participants of the study. "After about five minutes I felt less anxious. My mental obsession with terms or things I had to do decreased significantly. This experience allowed me to look at the world from a different perspective."

"It simultaneously was and wasn't surprising" – said Girija Kaimal, EdD, adjunct professor in the field of art therapy. "This was not surprising, because it is a key determinant in art therapy: everyone is creative and can be expressive in visual arts while working in a supportive environment. Having said that, I expected that perhaps the effects will be stronger for people with previous artistic experience... but that was not the case."<sup>13</sup>.

And what answer did the participants of my therapy meetings give to this question?

– "[Art] relaxes me, I do not like to hurry, I like painting slowly, then I enjoy it."

– "Through art / creation you can say a lot, things that cannot be expressed in words (...), painting has a soothing effect, and with my temper I need it not to bite anyone... I like combinations of colours, it gives me great pleasure and satisfaction (...) making icons also calms me down."

– "If you are depressed, you paint and it can improve your mood, personally I think painting makes me feel better (...) I wish there were a lot of people who like paintings."<sup>14</sup>

---

*z osobami z niepełnosprawnością ruchową i intelektualną w Międzynarodowym Stowarzyszeniu Pomocy Słyszę Serce w Łodzi, in: Laboratorium marzeń. Praktyczny wymiar arteterapii. VII Międzynarodowa Konferencja Szkoleniowo-Naukowa z cyklu „Psychiatria i Sztuka”, ed. Cwalina T., Stano B., Wyd. Stowarzyszenie Psychiatria i Sztuka im. dr Andrzeja Kowala, Kraków, 2016, pp. 176–177.*

<sup>13</sup> Drexel University, *Kortyzol – hormon związany ze stresem obniża się znacząco po zaledwie 45 minutach tworzenia sztuki/ Stress-related hormone cortisol lowers significantly after just 45 minutes of art creation*, 2016, [https://www.psypost.org/2016/06/skill-level-making-art-reduces-stress-hormone-cortisol-43362?utm\\_sq=fwcr45bh3z&utm\\_source=facebook&utm\\_medium=social&utm\\_campaign=heather\\_jo\\_flores&utm\\_content=hjf\\_curated](https://www.psypost.org/2016/06/skill-level-making-art-reduces-stress-hormone-cortisol-43362?utm_sq=fwcr45bh3z&utm_source=facebook&utm_medium=social&utm_campaign=heather_jo_flores&utm_content=hjf_curated) [access: 10.01.2019] Polish version <http://dobrewiadomosci.net.pl/28149-kortyzol-hormon-zwiazany-ze-stresem-obniza-sie-znaczaco-po-zaledwie-45-minutach-tworzenia-sztuki/> [access: 10.01.2019]

<sup>14</sup> B. Bugaj-Tomaszewska, *Marzenia są po to, by nie tracić nadziei...*, p.176-177.

For me, painting is something awaited in the bustle of everyday activities, and when I close the door of my studio, I disappear for a long time. I come back, like after running for many kilometers, tired but relaxed. The creative process is not just an abstracted form or something unreal, but also an intellectual and physical effort that affects a sense of fulfilment and inner harmony. Observing my own creative process and its beneficial influence on people generally, I confirmed my own belief that I wanted to deal with art therapy.

### **Art and creation, creation or art?**

*The only thing credible in the world: creation. And the acme of creation is to create oneself.*

Leopold Staff

"The rhythm of creation is uninterrupted, requires a total, permanent, involvement of thoughts, will and imagination"<sup>15</sup> – wrote Tadeusz Kantor.

Looking at her creation, Maria Lassnig said: "while painting, regardless of how much we focus on the picture, we must remember that there is still the external world and it also affects us... the inner and external world cannot be completely separated".<sup>16</sup>

Teresa Pałowska believed that art "talks about personal matters and every artist actually paints himself / herself". The painting is created in her, before she takes a brush into her hand, "the painting exists in me – she said – first there is a cause, the imagination sees and gives shape to the experience (...)".<sup>17</sup>

The quotations mentioned above and a number of artists's opinions that I would be able to cite do not give a clear definition of art and creation. What is the difference between

---

<sup>15</sup> T. Kantor, [http://cytaty.o.pl/author/tadeusz-kantor/?fbclid=IwAR0OKu\\_9xKKalCaKT3mg1AvzsWCB0MtotZ7-T27eLR48p0OoP03nMpoZFys](http://cytaty.o.pl/author/tadeusz-kantor/?fbclid=IwAR0OKu_9xKKalCaKT3mg1AvzsWCB0MtotZ7-T27eLR48p0OoP03nMpoZFys).

<sup>16</sup> M. Lassnig, J. Heiser, *Inside Out*, „Frieze”, listopad- grudzień 2006, p.124, in: the publication released on the occasion of the exhibition *Maria Lassnig* at Zachęta – the National Art Gallery, ed. Kasia Redzisz and Lauren Barnes, published by Tate Liverpool, London 2016, p. 4.

<sup>17</sup> E. Dzikowska, *Artyści mówią. Wywiady z mistrzami malarstwa – Teresa Pałowska*, audiobook, Warszawa 2011.

them and why is it important for me to distinguish and clarify the concepts? Just at the beginning of my dissertation I need some clarification and explanation that the choice of the word 'creation' in the title is not accidental.

The relation of creation and art is dynamic and it constantly changes, depending on how one understands creation and how art is understood. "Art and creation are not synonyms, creation is a more extensive notion covering not only artistic production"<sup>18</sup>.

There is nothing like one way of understanding creation, it can be considered in various aspects: "as an outcome of an action taken, the creator, the mental process and the conditions accompanying the process of creation (...)".<sup>19</sup>

My reflections concern creation in two ways. I agree with Władysław Tatarkiewicz who writes that creation "means both the process in the mind of the creator, but also the product of this process"<sup>20</sup>. Using the term 'creation' referring to my actions, I say that it is not so much about the final effect, the paintings, but more about the whole way that led me to creating these works, my intentions, my goal, what happened all around it.

Thus, creation is an adequate concept in the context of art therapy and self-art therapy. In my work I talk about people, their development, so all kind of artistic or non-artistic activity will be an auxiliary means in the development, creating oneself rather than creation of a work of art will be the most important<sup>21</sup>.

---

<sup>18</sup> Cf. W. Stróżewski, *Dialektyka twórczości*, Kraków, 1983, p. 12.

<sup>19</sup> W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2014, p. 15.

<sup>20</sup> W. Tatarkiewicz, *Dzieje sześciu pojęć*, Warszawa 1988, p. 296.

<sup>21</sup> Cf. W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce...*

## Chapter II. Self-art therapy vs. art therapy

### Why do I paint?

As for me, painting has always been a form of therapy, a strong need, a constant struggle with myself and a question, but also an attempt to find an answer to the question where I am now.

After 2011 I painted over the earlier paintings from 2008-2010 on which I had painted myself at a rather difficult time for me. I did not throw them away but I hid them in the studio and at the end of 2015 I discovered them anew, I took them out and looked at them again. I started laying them on the floor and arranged them into a composition. Juxtaposing them next to each other, I had a feeling that I was settling a certain stage of my life. Under the layer of paint the paintings concealed the details of previous representations which only I could take in. Taking them out from the recesses of my studio after a long time was a kind of catharsis for me, but also the feeling that what had been there, had not dematerialized, but it still existed and demanded my reaction, taking a stance. And I am ready to show them, or to admit they are mine and move forward, not forgetting about the past and treating it as an experience useful in my life. *Paintings Painted Over* allowed me to settle in a given moment of my life, in a sense they were like self-therapy. Following Jerzy Nowosielski's words, "[contemporary painters] need good and bad paintings"<sup>22</sup> – I treated those works repainted, painted over, discovered anew as part of my artistic oeuvre and a starting point for the concept of my doctoral project.

---

<sup>22</sup> Z. Podgórzec, *Rozmowy z Jerzym Nowosielskim, Wokół ikony – Mój Chrystus – Mój Judasz*, Kraków 2009, p. 433.





Beata Bugaj-Tomaszewska, *Paintings Painted Over*, a composition of paintings, oil on canvas, about 175 x 200 cm, 2015

Despite the fact that I treat painting as a form of self-art therapy, I do not keep them out of sight because establishing contact with the viewer is essential for me.

In my view, exhibitions are in a sense the opportunity of confrontation (still important though not crucial), due to the fact that since I derive a lot from my painting, perhaps others will also use the interaction with my works to find answers to questions which prey on their mind. Following Dziemidok, Tolstoy or Veron, I would similarly like my paintings to contribute to the lives of those who look at them. As Tadeusz Brzozowski said: "painting even for 2-3 people, I felt like a free man, I paint for people, even if only one person has a chance to experience emotions, get a message, then I can paint..."<sup>23</sup>. Quoting Professor Romana Hałat – I wish I could "(...) paint for others to a similar extent as I paint for myself"<sup>24</sup>.

---

<sup>23</sup> E. Dzikowska, *Artyści mówią. Wywiady z mistrzami malarstwa – Tadeusz Brzozowski*, audiobook, Warszawa 2011.

<sup>24</sup> Prof. Romana Hałat's quotation, the Painting Studio, The Department of Visual Education, ASP in Łódź, 1997–2002.

For example, at one of my recent exhibitions<sup>25</sup> I used the following key to choose works. Out of all the paintings created between 2016 and 2018, I chose the ones that were associated with waiting, with the feeling that accompanied me when I was creating these works. They came from different cycles, because I wanted to show different forms of waiting. I commented on the exhibition in the following way: "Each work selected for the exhibition is related to waiting, but in different situations (...). In situations when everything has been done, the only possible thing to be done is to wait, to watch, and persevere. I call this state – a state out of control, waiting for what is going to happen, for *Thatsomething*, with tied hands, passively looking at what is going on around... if only something that happens was worth waiting... Perhaps the exhibition devoted to waiting will be an attempt to come to terms with this state, at least that is what I would expect from my works and from this exhibition"<sup>26</sup>.

In order to interact with the viewers, I provided them with an opportunity to answer questions about the exhibition and works anonymously in a written form. It allowed me to get information about what the visitors' expectations were and what they derived from coming to the exhibition and what emotions they experienced.

Here are the examples of some statements:

- "Good afternoon, I liked and didn't like the exhibition...";
- "Don't wait any longer – go ahead"; "*Waiting for...* made an impression on me. The works met the expectations, i.e. congratulations on the exhibition. Works are stunning and full of sensitivity. *Return to Space III* - very subtle, delicate, proves the author's great sensitivity... Go on ...";
- "(...) the exhibition is very relevant, regarding the title and the whole. It's nice to look at diverse forms of waiting in the eyes of the artist" [a close person];
- "(...) I did not have any expectations (...) I liked the exhibition. Secondly, I was interested in the subject. I am also in the period of searching, waiting... One of the paintings evoked a very strong emotion of sorrow in me. In addition, I really liked the

---

<sup>25</sup> I refer to my individual exhibition at Elart Gallery in Łódź held in March 2018 entitled – *Czekając na... Obrazy wyrzyte i namalowane (Waiting for... Pictures Engraved and Painted)*.

<sup>26</sup> A fragment of the text for the folder to the exhibition *Czekając na... – obrazy wyrzyte i namalowane (Waiting For... – Pictures Engraved and Painted)*, Galeria ELart, Łódź 2018.

technique in which some of the works were made. Thank you (...) for sharing with us part of your soul, the artist's soul... ";

– "One can recognize the chronology of the creation of works. Not only did the exhibition meet my expectations, but it even exceeded them. I am very curious about the succeeding ones... Create more..." [a close person];

– "Thanks to this work I found the place where I am now (the choice of work *Forward*), for me waiting is passive, I like being active."<sup>27</sup>

When I was writing the doctoral dissertation, the exhibition confirmed that the process was important to me, not only the outcome of the creative process, not only my self- art therapy, but my intentions and the recipient to whom I entrust my paintings. What is significant is the relationship which is established with the viewer through paintings. As Joanna Sosnowska wrote, the internal world of the creator is not always visible for the recipients, and sometimes some things remain hidden even for the artist until someone - the viewer does not reveal them to the creator.<sup>28</sup>

## **Art therapy**

### **What is art therapy, "who is it for and what for"?**

The British Association of Art Therapy BAAT defines it as follows: "Art therapy is a form of psychotherapy that uses artistic media as a basic way of communication. It uses means of artistic expression for self-expression and reflection in the presence of (...) an art therapist. The client (...) does not have to have any artistic experience or skills. The aesthetic or diagnostic evaluation of the client's creation is not the main goal of the art therapist (...) the objective is to enable the client to achieve the effect of changes and to increase the level of overall functioning."<sup>29</sup> Art therapists offer ways that "make it easier to explore the client's personality and their relations with other people," we can

---

<sup>27</sup> Fragments of entries in the book for the visitors to the exhibition *Czekając na... – obrazy wyrte i namalowane (Waiting For... – Pictures Engraved and Painted)*, Galeria ELart, Łódź 2018.

<sup>28</sup> Cf. J. Sosnowska, *Ukryte w obrazach*, Instytut Sztuki Polskiej Akademii nauk, Warszawa 2012, p. 121.

<sup>29</sup> Based on the Statute of BAAT of 2014 (in:) W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2014, p. 13.

read in the ECArTE Statute<sup>30</sup> (European Consortium of Art Therapy Education). Art therapy "can also be helpful for healthy people, amateurs and recognized artists, as a unique process of profound introspection and cognitive reflection"<sup>31</sup>.

Every art therapist deals with a specific field. I find the visual creation most interesting, that is why I only deal with this area. Quoting Danuta Kaniowska-Górniak – a well-known dance and music art therapist – I chose art therapy because "I am a good example of good effects of art therapy on myself"<sup>32</sup>. In my work with people with physical and intellectual disabilities, I saw how art creation was changing people, how important it was to them and how it affected the level of their self-acceptance. During the Art Therapy Course<sup>33</sup> my experience was that art creation is a perfect tool to have an insight into oneself, undergoing one's own self-art therapy too. We rely on our resources, we observe our own limitations and overcome them. Pictures I painted often came as a surprise, they allowed me to see such particles in me which I was not aware of.

In art therapy, even if a complete recovery is not possible – e.g. in the case of my work with disabled people – it is important that the classes should have an impact on the improvement of the patients' functioning with deficiencies they have.

I tried to make my classes give joy, distract attention from everyday struggles, from one's own limitations, and it would be an ideal situation if certain inhibitions were overcome during the meetings. Before the workshops start, it is important to establish contact with the participants and get to know their needs.

I agree with the opinion of Danuta Kaniowska-Górniak that art therapeutical work

---

<sup>30</sup> Based on the Statute of ECArTE of 2013 (in:) W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce...*, p. 13.

<sup>31</sup> Based on the definition of art therapy given by the Society of Friends of Tworki (in:) W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce...*, p. 12.

<sup>32</sup> K. Klajs, *Poniedziałki z Psychoterapią, Arteterapia – po co i dla kogo*, (an interview conducted by D. Kaniowska-Górniak), Fundacja Polski Instytut Ericksonowski, <http://www.p-i-e.pl/arteterapia-po-co-i-dla-kogo/>, [access: 2.08.2018].

<sup>33</sup> It refers to the Postgraduate Course of Art Therapy in the Polish Erickson Institute in Łódź, which I completed in 2015.

"enriches us, especially because you accompany people / patients, the participants of the workshop in the process of change, getting to know different people and listening to them"<sup>34</sup>.

Art therapy in Poland is understood in various ways. Some confuse it with extracurricular activities in culture centers, with creative workshops, developing creativity, but without any therapeutic impact. Whereas in medicine, psychiatrists "oversimplify the role of artistic activity to painting and drawing in order to make a diagnosis"<sup>35</sup>.

During one of the confrontations<sup>36</sup>, which I took part in as a speaker, I devoted my paper to the description of the healing / therapeutic aspect of art creation. I said that the visible effects of my classes confirmed my conviction that art creation is a tool thanks to which one can help others look deeply into themselves and enhance the process of development. I said that not everything should be presented at exhibitions. I saw a lot of artistically interesting works created during art therapy sessions, but some of them more disturbed than delighted me – they were more a signal for therapy than an object to be presented at exhibitions. The aforementioned oversimplification of art creation in medicine is clear in naming the artist everyone who creates and has their own visions, even those dictated by the disease. In addition, there is also some stereotypes when it comes to works of art. It concerns the form, use of text, repeatability and multiplication of motifs used, for example, by mentally ill people. Sometimes the repetition, e.g. the use of eyes or other parts of the body, is the artist's deliberate action that does not prove any disease. It seems to me that in the environment of psychiatrists, diagnoses based on paintings are not always accurate. What would have happened if *Counted Paintings* by Roman Opalka had been interpreted that way? There are many paintings which are interpreted in the context of disease symptoms and vice versa – many works created

---

<sup>34</sup> K. Klajs, *op.cit.*

<sup>35</sup> E. Józefowski, J. Florczykiewicz, *Warsztat twórczy jako okazja rozwoju podmiotowego w przestrzeni sztuki, badania nad edukacyjnym wymiarem kreacji wizualnej*, Drukarnia JAKS, Wrocław 2015, p. 35.

<sup>36</sup> I refer to the Scientific Conference – *An analysis of artistic discourse* – Podlesice, 25-27.04.2016, The University of Lodz, The Institute of Journalism and Social Communication.

during therapy are defined as art.<sup>37</sup> Edmund Monsiel's artwork<sup>38</sup> was discovered after his death and it was the ground for the diagnosis of schizophrenia<sup>39</sup>. It is arguably a rarity that mental illness released a talent and became an inspiration. Monsiel's drawings are currently presented in galleries, although I do not agree with the profound posthumous analysis of his works, without having an opportunity to talk to the author.

The subject of my thesis originated from these reflections and some kind of disapproval of the overuse of the words art and artist, as well as from the need to sort out the definition of art therapy and also my intentions. It is quite common that the term art therapy is used interchangeably with the term therapy through creation, to emphasize that it is a creative process, not art that matters<sup>40</sup>.

Thus, I used the word "creation", not art in the title of the dissertation. As Andrzej Oseka wrote, it is necessary to formulate one's own views on the issue of art, "not – taken over forever, not – stubbornly defended, but still those which we ourselves would be responsible for (...) in accordance with our personality, being the matter of our conscious choice"<sup>41</sup>. My dissertation presents my attitude towards art, creation and art therapy.

### **"Practical dimension of art therapy"<sup>42</sup>**

During the classes I conducted with disabled people, I often used the *collage* technique, which was the best because of the limited manual abilities of the participants. The

---

<sup>37</sup> Based on the paper from the conference published in: B. Bugaj-Tomaszewska, *Kiedy sztuka jest twórczością a twórczość (nie jest) sztuką*, in: *Dyskurs Artystyczny* (z serii *Nauka o komunikowaniu*) ed. Grażyna Habrajska, Wydawnictwo Primum Verbum, Łódź 2018, pp. 229–241.

<sup>38</sup> E. Monsiel – Polish self-taught artist, author of several hundred drawings and sketches with religious and missionary inscriptions, created in the course of mental illness, his drawings belong to the trend of naive art, art brut; source: [https://pl.wikipedia.org/wiki/Edmund\\_Monsiel](https://pl.wikipedia.org/wiki/Edmund_Monsiel) [access: 26.01.19]

<sup>39</sup> Based on the information gathered during the International Scientific Conference *Znaki i symbole w arteterapii* (*Signs and symbols in art therapy*), Kraków 2015, which I participated in as a hearer.

<sup>40</sup> Cf. W. Karolak, *Arteterapie. Język wizualny w terapiach twórczości i sztuce*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2014.

<sup>41</sup> A. Oseka, *Spojrzenie na sztukę*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1987, p. 18.

<sup>42</sup> The subtitle originates from the title of the scientific conference *Laboratorium marzeń. Praktyczny wymiar arteterapii* (*Laboratory of Dreams. Practical dimension of art therapy*), Kraków 2016.

resulting compositions, created mainly from texts cut out from newspapers, simple, true in the message they conveyed, contained answers to key life issues.

At that time I also made my work in a similar convention. I thought about painting several pictures referring to my *collage* with titles derived partly from headlines. The headlines from articles and slogans came mostly from popular magazines that I had at hand. It is obvious that these magazines are rife with pseudopsychologizing positive clichés, they create only one model of beauty, the canon to which everyone should adapt. There were also many great tips and recipes on how to be happy, but not in the sense of being yourself, accepting oneself, but rather in the form of encouragement to necessarily change oneself. This is not only about magazines, but about what we see everywhere on the web. For example, Facebook becomes the determinant of "being" in the sense of "existence". Due to the overload of various messages appearing around us, we have to practice assertiveness not to be lost.

In the work *Self-portrait* I used the plan of my art therapeutic classes.



Beata Bugaj-Tomaszewska, *Self-portrait*, author's original technique on MDF,  
120 x 100 cm, 2017

### Chapter III. "Covered - uncovered..."<sup>43</sup>

#### In search of the truth

Several factors, specific experiences and my professional work contributed to the genesis of my doctoral artwork. It started with the interest in man. For years I was interested in a specific person, even looking for a general form to record him as an image, treating the face as a certain sign, I tried to make him recognizable. For many years I was fascinated by the model from the studio – Jan, whom I painted during and after my studies. Many of my paintings were then created with a clear outline of his figure.



Beata Bugaj-Tomaszewska, *Untitled (Jan)*,  
oil, crayon on cardboard, 140 x 200 cm, 2001

---

<sup>43</sup> The title comes from my paintings created in 2015–16, the cycle *Covered, Uncovered*.

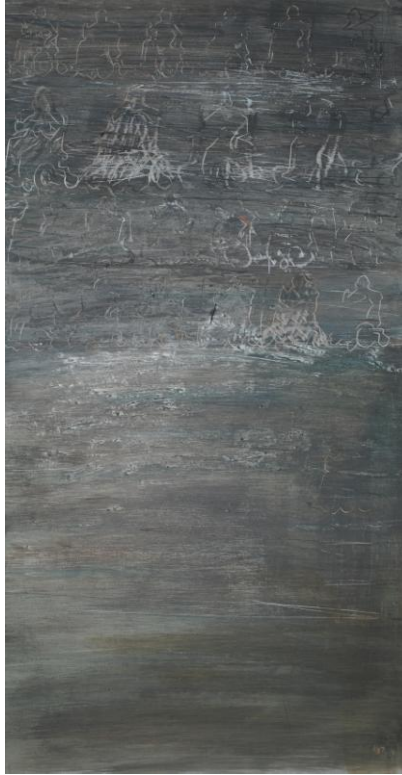




Beata Bugaj-Tomaszewska, *Ecce Homo* (Jan),  
oil on canvas 120 x 220 cm, 2002

Then there were *Paintings Painted Over* mentioned at the beginning of the dissertation and my work with disabled people – self-art therapy and art therapy. What was significant for me was the exhibition *Minority XXI* in the Museum of the Factory in Lodz.

In 2016 I was offered to participate in the exhibition during which I was to present the disabled people's environment, talking about them as a minority. This exhibition was the first step towards finding a common denominator between my professional work and my personal art creation. I presented two works during this exhibition. The first of them was a painting depicting a participant in my classes – Tomek, moving around in a wheelchair, who was also present at the vernissage. His participation was even more difficult due to architectural barriers, a winding staircase leading to the main exhibition venue. The whole attention during the vernissage was focused on "transporting" Tomek up the stairs to the exhibition hall; he was also no longer an anonymous visitor when mentioned during the opening of the exhibition by name. The exhibition took on a different meaning for me and for Tomek. The feeling of satisfaction that someone felt good because of the participation in the exhibition, as well as due to the fact that he was depicted in the painting was therapeutic for me. The other visitors to the vernissage could experience **a tangible experience of the barriers** that disabled people face every day, including those who are physically disabled.



Beata Bugaj-Tomaszewska, *Tomek*, original technique on MDF, 133 x 70 cm, 2016



Fragment of the exhibition *Minority XXI* in the Museum of the Factory in Lodz, 2016  
(in the background the painting by Beata Bugaj-Tomaszewska – *Tomek*)

The experience of the exhibition *Minority* as well as the time spent with my pupils, years of work and conversations made me look for something that would be a good present I could give them. I decided to dedicate them my paintings. At the beginning

I wanted it to be a kind of a surprise, so that their amazement was clear and strong. However, due to the fact that the EU directives regarding the protection of personal data and sharing of someone's personal image came into force, I had to inform the heroes of my works about the paintings, as well as ask them to sign the necessary consent. I dedicated the paintings to people whom I had known for a long time and who belonged to the circle of my friends.

Many times I went with the disabled participants of my classes to exhibitions in several galleries in Lodz, including the Gallery Atlas Sztuki. In September, when there was no exhibition there, I planned a photo session with three of my pupils in an empty space – white cube.

Photographs taken in this gallery were to show them in a white, clean and unlimited space. In addition, this gallery was one of the few that was friendly to people with disabilities. Another advantage of the photos taken in the Gallery Atlas Sztuki was to show the disabled in a prestigious place, that unfortunately does not exist anymore. The paintings-portraits created later, based on these photos, are works that became the subject of my doctorate, described in the further part of my work.

**The cycle of paintings and the cycle of photographs** constitute the fundamental elements of my doctorate.

**Painting works** are a kind of gift for specific people, my friends. I wanted them to be not only portraits that depict their image, but I wanted them to say more about them as people who have passions, interests, who I am related to in some way. So I collected information from them from the artworks, which were the answers to some simple but important questions asked before.

**The cycle of photographs**, however, was introduced into the public space, was addressed to the public. It is related to my interest in the accessibility of space, which I developed in the following chapter. What was interesting for me was the fact that supermarkets, shopping malls are adapted and accessible to people with various disabilities, other places like schools, universities, cultural centers or museums, despite visible changes for the better, still leave much to be desired in this regard, at least in Poland.

## **The cycle of paintings *To My Friends* – a formal description**

### **Methods of work, means of expression and a description of particular paintings**

The created collection consists of nine paintings, three of which I decided to combine in a triptych. The whole cycle is entitled *To My Friends* and the individual paintings are numbered in the order they were created, from *No. 1* to *No. 9*. They are all made on the same substrate, with the same height – approx. 171.5 cm. I used MDF boards, which gave me the opportunity to use different tools. The works present four people with whom I have worked as a therapist for many years.

The paintings consist of layers that contain, in unlimited white, collage fragments, which my former pupils made for me once. Layers express the search for the truth, a gathering, and at the same time, the fact of hiding on the plane of the MDF board the details of the presented people concerning our relationship, meeting with them, similarly to what happened in the previous paintings.

On the damaged surface of the board I have engraved fragments of works of portrayed people which were created during my classes; these are works on "what I like" and "who I am" to include the truth about these people in the pictures; what they say about themselves; what I say about them; what they do; what they write; what they gave me once – for example, my portrait. In a nutshell – before the board is covered with another layer of white, there is a lot of information related to the heroes of my works.

After another white layer, when many elements are invisible from a distance, some outlines of figures appear. They are specific persons – Dominik, Sylwia and Ada, visible in the white background. Fragments of a linear perspective, details of a room engraved with a stylus or cut out with a scalpel order the surroundings. Thanks to this, the figures do not levitate in the picture, they are embedded in a specific space, even though it is white. The fourth person portrayed by me appeared a bit later in one painting.

## Expression, multilayering and symbolism of the white

Both expression, multilayering and the process of creation were important features of my works. Paintings made on MDF boards were first damaged (engraved, drilled, rubbed, burnt) with various tools, and the damaged surface was covered with white paint on which a drawing of the figure appeared.



The studio. The beginning of my work on the doctoral collection, 2017.

The layers convey some meaning like in *Paintings Painted Over* described at the beginning of the dissertation. The white has a symbolic meaning. According to the generally accepted symbolism, this colour means the beginning, is associated with truthfulness, goodness and simplicity, but also with freedom. It means turning over a new leaf without the burden of the past, at the same time not forgetting about it (still referring to *Paintings Painted Over*). In *Paintings Painted Over*, the white conceals a lot of content on the canvas surface, concerning my inhibitions and imperfections. Here I show the portrayed people in white, **showing them in the unlimited, free space, without barriers**. I apply separate layers of white and cover the burned-out texts so that not everything is legible. I clean the background for the characters and somehow free it from what limits them.

The works are ordered chronologically, according to the sequence in which they were created.

In the painting – *No. 1* (fig. 1 and 2) the painted figure appears against the white background in which a hardly legible inscription emerges. Burnt out texts are handwritten by a portrayed person and transferred onto the board. They are the answer to questions: "What am I like?" and "What do I like?". We have an impression that the words follow the hero of the work, attached to their wheelchair.

In the next painting – *No. 2* (fig. 3 and 4) there are engraved fragments of artworks, a *collage* about dreams, about what is important – key words are in the background, covered with several layers of white. Elements of architecture / linear perspective build the space by means of lines engraved by a chisel and scalpel – fragments of the space of the Gallery Atlas Sztuki. Three figures are placed on one horizontal line, away from one another.

In the painting *No. 3* (fig. 5 and 6) there are my texts burnt out, concerning what painting is for me – fragments of my sketch book. In the background there is my figure, burnt out, slightly marked. Elements of architecture / linear perspective were again marked with lines engraved with a chisel – fragments of the space of the Gallery Atlas Sztuki – it is clearly the common denominator of my works. In this case, the intentional realism and simplification of the figures served the readability of the message / image, because the presented people must be recognizable. Both figures, set back to the viewer, are almost life-sized to make the representation real, to have an impression that someone stands behind the heroes of the works and takes part in the whole situation.

In the painting *No. 4* (fig. 7 and 8) Dominik's silhouette is placed in the white background with clear texture. The work will make a triptych with two others.

In the painting *No. 5* (fig. 9 and 10) I intentionally refer to the works by Chuck Close, whose large canvases filled with faces hypnotized the viewers and pulled them inside; the closer you approached them, the more ambiguous they became. Sylvia's face which I painted, because of the used scale, resembles Close's portraits, it is clear from a distance, and surprises with the amount of content contained in the background when

one gets closer. In the first layers, these are fragments of the author's writing, her signature, the works that were created in my classes, important words – "children, happiness, love". The portrayed person sets an example for others, a person with motivation, with the will to act despite mobility impairments and only one hand that functions properly.

In the painting *No. 6* (fig. 11, 12 and 13) in the first layers of the surface of the board destroyed by a grinder and sandpaper, individual words / texts, fragments of works and drawings can be read out. A simplified outline of a figure appears in the layers of white. The figure is bigger than life-sized, and its repetitions and the change of scale are supposed to suggest movement. In fact, Dominik moves alone at a very slow pace, but has the satisfaction that he can do it without anyone's help.

The whole work *No. 7* (fig. 14 and 15) consists of the layers of text and grooves left by a grinder. The texts are fragments of short letters that I wrote to portrayed people, resigning from the job. They were thank you letters, a memory of positive moments from the years of work, as well as a reminder of what they are good at. Among the texts there are also fragments of their works. The expression of the background is accompanied by a more elaborate drawing of a figure and squares in different shades of grey, in a linear perspective, giving the impression of greater spatiality.

The portrait titled *No. 8* (fig. 16, 17 and 18) was based on a photo taken in another gallery. In the background there are burnt out fragments of the work – *Where there is friendship and acceptance, there is my place* – it is a text about the need and things that matter.<sup>44</sup>

Looking from a distance at the painting *No. 9* (fig. 19, 20 and 21) one can see a large surface of warm white in the foreground, but as you approach the painting, carvings appear, textures left by various tools become visible, and then there are fragments of a text from works created by the participants of my classes. Ada, Dominik and Sylwia

---

<sup>44</sup> B. Bugaj-Tomaszewska, *Marzenia są po to, by nie tracić nadziei... Praca arteterapeutyczna z osobami z niepełnosprawnością ruchową i intelektualną w Międzynarodowym Stowarzyszeniu Pomocy Słyszę Serce w Łodzi, in: Laboratorium marzeń. Praktyczny wymiar arteterapii. VII Międzynarodowa Konferencja Szkoleniowo-Naukowa z cyklu „Psychiatria i Sztuka”, ed. Cwalina T., Stano B., Kraków 2016, p. 176.*

are presented together, having known one another for several years.

This painting, like the previous two with squares (*No. 7*) and with the figure of Dominik (*No. 4*), together form a certain whole. Thus I will present them together as *Triptych* (fig. 22). These three paintings mentioned here tell a story about three characters, from the left a realistic portrait of Dominik, then schematically, gesture-painted three figures, and finally – Ada and Dominik. In each of the three paintings we have a different scale of the figures and a view from a different perspective.

The people portrayed by me, apparently disabled, from a legal point of view with certificates of disability, are free inside, painted in the space that does not limit them. There are such people who are seemingly fit, yet suffer from inner disability, they are not free, have limitations invisible to people outside. They build stairs and obstacles in their mind. My paintings tell a story about people who actually have no inherent limitations, they do not look for fame, money, they want to be noticed, have the natural social need to be with people, in different places, they want to be treated normally, not from the perspective of their wheelchair or the certificate of incapacity for work.

In the context of my works and the selected subject matter, the portrayed people are transparent to me, non-fictitious, real, *de facto* they are themselves. They are beyond the aesthetics *sensu stricto*, **beyond the categories of beauty and ugliness.**

Looking at the paintings, the texts and fragments of works which were painted over are not visible right away. From a distance we can see only whites of the background and figures in the shades of black. The closer we are, the more content is revealed, we discover successive fragments, signs, words, similarly to the way we need time to build the relationship, to get to know someone. My recipients – Ada, Dominik, Sylwia and Beata who the paintings are dedicated to – will be able to watch them for a long time, reading them closely and discovering the succeeding layers. They will have the opportunity to get to know the painting the way they want, to look at it from a distance or to read individual fragments and touch them.

I painted the pictures without consulting them with the portrayed people, I made decisions on what the portraits should look like (decisions regarding the form and



content), what I would put in the background, what scale I would use, so the reception of works will be interesting. My paintings can be read fragmentarily, but also in the context of the whole, a bit like using a hermeneutic circle, one cannot understand the whole without understanding the detail, the detail cannot be understood without referring to the whole. The effective interpretation will consist in the circular motion – from the whole to the detail and from the detail to the whole. The process of understanding the works can therefore be not completed and relative, we can see new meanings every now and then.<sup>45</sup>

---

<sup>45</sup> Cf. [https://pl.wikipedia.org/wiki/Ko%C5%82o\\_hermeneutyczne](https://pl.wikipedia.org/wiki/Ko%C5%82o_hermeneutyczne) [access: 26.01.19]

## Chapter IV. Boundaries and limitations<sup>46</sup>

### A collection of photographs. Photography vs. painting

As I already mentioned in my dissertation, at the beginning there were photographs taken in 2016 in the Gallery Atlas Sztuki in Lodz. They feature Dominik, Ada and Sylwia, people with disabilities, in white space. The collection of photographs consists of six works, each 60 cm high, in black and white (fig. 23-28).

All photographs will be presented along with the paintings. I will copy several of them and put them in the same place in the space with difficult access for the disabled, in the building of the Academy of Fine Arts, where people in wheelchairs cannot get on their own, and I will "take" them there in the photos. Going outside the gallery is not only about introducing the theme of adapting to the public space the architecture designed for disabled people, though the universal design is within the range of my current interests.

The universal design aims to improve the quality of life and provides the society with the opportunity of development. "It is content, satisfaction and well-being of all inhabitants that is today the determinant of a well-functioning city and a significant stimulus for its further development"<sup>47</sup> so the cooperation of the city with its residents is crucial. As Victor Papanek states – designers should remember that "the project [is to] be a reflection of the time and circumstances that contributed to its creation and correspond with the general social-economic order in which it is supposed to function"<sup>48</sup>. Not only should designers examine the needs of residents, consult with them in the particular stages of design, but they should also check their projects in time and modify them to be better and better for all residents.

---

<sup>46</sup> The title of the chapter refers to the theme realised in 2017 as part of practice with students of ASP in the painting studio – *Człowiek. Granice i ograniczenia (Man. Boundaries and limitations)*.

<sup>47</sup> M. Misiewicz, *Miasto przyjazne niepełnosprawnym?*, <https://www.pfron.org.pl/download/5/505/06-MartaMisiewicz.pdf> [access: 9.06.2016].

<sup>48</sup> V. Papanek, *Dizajn dla realnego świata*, Łódź 2012, p. 35.

The removal of architectural barriers for the disabled, the elderly (which may also relate to us in the future) is of great importance, not only allowing them to move around the city, but giving them the opportunity to exist, to participate in social life, to achieve self-fulfillment, development, increasing social understanding and acceptance of these people. What is interesting is the fact that supermarkets, shopping malls are adapted and accessible to people with various disabilities, other places like schools, universities, cultural centers or museums, despite visible changes for the better, still leave much to be desired in this respect, at least in Poland.

Parallel to art therapy, I developed the interest in the issues of access to urban spaces for people with vision, hearing or mobility impairment, working on my monitoring project<sup>49</sup>. Thanks to this, it was easier for me to find places in the ASP building, to which I will carry the aforementioned photographs.



An example of a place presented in the photo, the 4<sup>th</sup> floor of the building of the Faculty of Visual Arts, the author's original photo, 2017.

---

<sup>49</sup> I refer to the research project *Monitoring działań jednostek administracji rządowej pod kątem realizacji praw osób z niepełnosprawnościami (Monitoring of activities of the entities of the governmental administration with respect to the execution of the rights of people with disabilities)*, commissioned by the Ministry of Labour, Family and Social Policy in which I worked in 2017 and 2018.

In the context of my creation, the question arises as to why to create paintings if there are photographs? Everything began with photography...

They play an educational and informative role, they can be copied. I present photographs together with paintings created on their basis, and I reproduce some photographs, introducing them into the public space, beyond the gallery, into corridors, passageways, and stairs. Photographs could be a visual voice in the debate about the accessibility of public spaces, but I do not aim to teach others. In this way I rather endow my action with human dimension. Unlike paintings, photographs are not addressed to any individual people. Hung in various places in the space of the Academy of Fine Arts, they are likely to be available to everyone.

The process of creating paintings was important. I use other means of expression in my paintings. The multi-layering that is not present in the photos is significant here. In photographs, the white that surrounds the figures is permeating and infinite, there is no beginning and no end, no details – stairs, obstacles, barriers, it somehow comes out from the photos. The photographs are not mounted in frames to emphasize the character of infinity of the white and its symbolism as a space without barriers.

### **Crossing boundaries on various levels**

The formats of the painting works that are part of the doctoral collection have proved to be ultimate, the largest possible to fit in my rather confined space of the studio, also taking into account the 4th floor, the door height and the weight of the works (fig. 29).

When transporting boards, I had to use other people's help, as well as when I moved them in the studio from place to place. The problem also appeared when I began working on the photo documentation of paintings, because their transport to the photo studio or even outside the building was not possible. At that time I felt like portrayed people, waiting for help with every architectural barrier they encountered. It was not even possible for my heroes to visit me in the studio, so they will see their portraits at the exhibition as part of the defense of the doctoral dissertation and project.

I intentionally wanted to experience such a situation when I have to ask others for help, subjected to external limitations.

I am interested in crossing boundaries myself, but I also want others to do it. I wondered if it was possible to examine the limitations of a human being in order to help them to eliminate and overcome the barriers that prevent people from living life to the fullest?

A lot of research has been carried out concerning disabled people and the problem how to satisfy their needs and provide them with effective help has often been considered. Of course I agree that the needs depend on the type and degree of disability. There is a clear financial need, a high demand for flats to start independent living, related to the availability of facilities and services. There is a strong need for elimination of barriers in public space, especially for people with motion and sight dysfunction. The elimination of architectural barriers will solve many problems to some extent, but not all of them. It is great that we live at the time when a person on a wheelchair can easily get to the top of the highest skyscraper in the world, but they must have such a need and desire. In Zachęta Gallery, every disabled person will be able to see exhibitions if they want to have contact with art. In Lodz, Władysław Strzemiński's works on the website of the Museum of Art are currently in descriptive versions dedicated to people with autism, the deaf, hearing impaired, blind and visually impaired.<sup>50</sup> Activities aimed at inclusion, integration of disabled people with the society are also important, as well as shaping a good perception of people with disabilities without stereotypes and prejudices. Like everybody, a disabled person has the need to be appreciated, noticed, understood with their needs and abilities, would like to have more self-esteem and feel needed in society. The self-esteem of disabled people is extremely important. People with any deficiencies, different appearance, behaviour have difficulty in accepting their own situation and themselves<sup>51</sup>.

---

<sup>50</sup> W. Strzemiński, *Kompozycja unistyczna 10*, resources of the Museum of Art in Lodz, <https://zasoby.msl.org.pl/arts/view/229>, access: 17.07.2018], within the project *Awangarda dostępna (Avant-garde accessible)* carried out by the Museum of Art as part of the programme of the Ministry of Culture and National Heritage "Accessible culture".

<sup>51</sup> Cf. M. Sochańska-Kawiecka, *Badania potrzeb ON, raport końcowy*, <https://www.pfron.org.pl/institucje/badania-i-analizy-naukowe/raport-koncowy-z-badania-potrzeb-osob-niepelnospawnych/>, [access: 20.07.2018]

Interpersonal skills can be improved thanks to integration with others. The need to develop one's own person, acquiring the skills of independent creation, awakening creativity, where creation is to help people who have difficulty in expressing their thoughts and feelings verbally are extremely important.

Overcoming architectural, mental and psychic barriers can enable disabled people to participate in the social and cultural life of their city. The easiest way is to examine the condition of buildings, architectural accessibility, access to information and services, and then write a report about what should be done, regarding disabled people as being closed to a certain social group. WHO (World Health Organization) uses an interesting definition of disability, uses the term *disability* as a collective term for various types of impairments and limitations in the activity and participation of the individual in various aspects of life. For WHO, disability is a broad term – concerning a temporary situation or permanent limitation of efficiency in functioning. In this sense, almost every human being will be disabled at some point in their life – temporarily or permanently.<sup>52</sup>

The problem of the boundaries and limitations of a man is present not only in my entire doctoral dissertation, but in various aspects of my life. My professional work with people with disabilities, and later with children from dysfunctional families, means also working with people limited to some extent by disability or by the environment. Accompanying them in the process of change, going beyond their own limitations has been a great experience for me. In the process of creating my works for the doctoral project, I purposefully subjected myself to the limitations that the studio space gave me and my physical weakness. Despite the difficulties, I did not give up my work on the previously planned paintings.

It is fascinating to observe in life when someone creatively crosses the boundaries. Władysław Strzemiński's disability did not prevent him from creating, quite the opposite – he did not admit it, he even hid it, so that nobody could think he was not doing well and was not fully functional. Using the contemporary term, he was a man with a significant disability (he lost an arm, a leg and vision in one eye), "burdened with

---

<sup>52</sup> Cf. *World Report on Disability*, 2011, <http://www.who.int/disabilities/en/>, [access: 20.07.2018].

biography, which holds almost all the misfortunes of the first half of the 20th century, but also extremely difficult in relationships and terribly lonely"<sup>53</sup>. Strzemiński did not fight the limitations of his body, in some way he even ignored them. His daughter Nika even made such a daring hypothesis that it was paradoxically the accident that made Strzemiński an artist. She wrote: "There must have been a powerful artistic talent in my father, which suddenly exploded. But for the accident and disability, it might have been wasted. It is hard to imagine that in the Cadet Corps, the Engineering School, the fortress of Osowiec, and even more so on the front line, he had time and opportunities to deal with art."<sup>54</sup>

Chuck Close was confined to a wheelchair after an accident. Painting allowed the artist to survive the difficult time of rehabilitation, it was his personal struggle. Before the accident he was used to introducing restrictions in his painting. After the accident, disability imposed other limitations which he had to face. He found new means of expression adapted to his motion abilities. Close thought positively, did not surrender and never gave up painting. Determined, he endured long hours of physical therapy, regaining greater efficiency of hands and arms. He always thought that whoever wants to paint will find a way to do it. He claimed that art was the only thing that gave him a sense of identity, was something more, self-art therapy, a way to handle his problems and a style of life.

Joyful colour scheme and optimistic painting motifs of Zygmunt Waliszewski were considered a remedy for the severity of his life by people close to him.<sup>55</sup> As a result of Buerger's illness, the painter lost both legs and moved in a wheelchair. The prospect of losing the efficiency of his hands gave him a lot of strength and motivation to paint further and more. According to the painter's wife – "almost everyone who wrote about him stressed his fortitude and bravery, with which he endured his tragedy and suffering

---

<sup>53</sup> M. Różański, *Artysta ponad miarę swoich czasów*, <http://www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/445263;jsessionid=0BD9DFFBA7CCEE875DD4440FDF203F1>, [access: 24.09.2018].

<sup>54</sup> [http://magazyn.o.pl/2018/szlak-bojowy-podporucznika-wladyslaw-strzeminski/?fbclid=IwAR1s1d\\_KcnpNcQflaEA2aZmTebbOHgD3Hrou4XTZnf63G51JZ\\_zPfZBs3o#](http://magazyn.o.pl/2018/szlak-bojowy-podporucznika-wladyslaw-strzeminski/?fbclid=IwAR1s1d_KcnpNcQflaEA2aZmTebbOHgD3Hrou4XTZnf63G51JZ_zPfZBs3o#/) [access: 26.01.19]

<sup>55</sup> Cf. J. Sosnowska, *Ukryte w obrazach*, Instytut Sztuki Polskiej Akademii Nauk, Warszawa 2012, p.135.

as well as the impact it had on his painting."<sup>56</sup> It could be said that "he was born to paint and could live for painting"<sup>57</sup>

Art creation can help overcome those boundaries / limitations that cannot be examined, defined in the context of a given social group, they can be called inner limitations.

External restrictions do not always occur with internal limitations. People internally impaired may not experience any external barriers, and vice versa, people who are externally limited are not subjected to internal limitations. The doctorate project is entirely devoted to people who at some time were in the circle of people surrounding me and it shows that sometimes a person internally limits himself / herself, despite the fact that there are no actual tangible limitations around them. Internal limitations do not allow you to make the right decisions and act in harmony with yourself. In order to look at the reason for limitations, it is important to use self-awareness mentioned at the beginning of the dissertation and to look deeply into yourself. Creation is one of the tools that can help, supporting our development.

---

<sup>56</sup> Waliszewska W., *O Zygmuncie Waliszewskim. Wspomnienia i listy*, 1972, p. 26.

<sup>57</sup> *Ibidem*, p. 24.



## **Beyond standards – conclusion**

My work confirms the hypothesis that creation is a tool to have an insight into oneself. It helps in the development of self-awareness, which I experienced, being a therapist for others and for myself. I painted pictures for people with whom I conducted classes to **show them they are important**. It was necessary for me to personally see, to experience barriers, my own limitations, to achieve fulfilment, to complete a certain stage in my life. I combined painting with photography to indicate the fundamental difference in the way some message is conveyed, despite similar themes. I addressed the paintings to specific people, I introduced selected photographs to the public space. Why have I chosen the disabled? It often happens that people with deficiencies, sight or hearing impairment have other keen senses. The heroes of my works are not exposed to a huge amount of external stimuli. Their world is more narrow in a way, so they are more excited about every event, meeting, also an exhibition.

In my work, I considered the need for creation. Is it possible to sate a modern man with art, seeing how strong the consumption needs are and looking at the shopping malls that are full of people. In my opinion, art therapy is still a space for discovering, because the world and people undergo constant changes. From the perspective of medicine and psychology, as well as from the point of view of aesthetics, the positive impact of creation on a human being is obvious, regardless of whether someone deals with it professionally or as an amateur. The recipient should learn the ropes of the language of images, get interested in it, have some explanations. Coming to my exhibition, the heroes of my paintings: will leave home, will see themselves in paintings, will be seen by others.

In my doctoral project, I 'bring' my heroes to other 'unconquered' places, using photographs. I show them in places inaccessible to them because of architectural barriers.

There is a kind of exchange. I give paintings to my viewers, and in return I achieve a sense of fulfillment. I have put in the white of the paintings what is unexpressed, what has happened over the years of my work as a therapist. I have covered it with particular

layers of paint. Notes, words burned on the surface of the board will survive; covered with the white paint, they will not be readable for everyone. At the same time, I used white to show the unlimitedness and the world without barriers.

In my creation **self-art therapy and art therapy** permeate each other. I am not only a therapist for others, but for myself as well. It is like in the theory of the mirror – talking about others (painting others), we talk about ourselves. The man whose path crosses ours is like a mirror that reflects our dark side, or fears, what we do not accept in ourselves, what we do not admit to ourselves and like 'Jungian'<sup>58</sup> shadow follows us around all our life.

My doctorate is a search for the opportunity to understand the world and myself. In the whole process of my work, at the end of which a painting appears, a lot happens, which gives a lot of added value, and perhaps it is most important for me. Is the creative process I am describing a kind of confession to me? – to some extent, yes. And is the result of this process a reflection of my own anxieties, longings, obsessions or ideals?<sup>59</sup>

My dissertation is also a work about human freedom, limitations and boundaries, about overcoming them, about gaining self-confidence, looking for friendship and important values. A fairly broad reference to the disabled and disability in my work is also not only the discussion on limitations and freedom mentioned above, but also a rebellion against the general treatment of a person assigned to a certain social group with specific needs.

In my work, **a human being** is most important, but when I paint someone here and now, the most important is not what they were like yesterday and what they are like today – as Roman Brandstaetter wrote in his poem [quoted at the beginning] – but what they will be like tomorrow<sup>60</sup>, that means their potential and the possibility of continuous development.

---

<sup>58</sup> Cf. G. Jung, *Teoria lustra*, in: <http://www.nowapsychologia.com/o-co-chodzi-w-teorii-lustra/> [access: 26.01.19]

<sup>59</sup> Cf. A. Osęka, *Spojrzenie na sztukę*, p. 190.

<sup>60</sup> Cf. R. Brandstaetter, *Z rozmów z Bogiem* (a paraphrase of a poem written by a Japanese poet Sasaka Nabutsun), in: *Księga modlitw dawnych i nowych*, „W drodze”, Poznań 1987, p. 99–100.

## Bibliography

1. *Alison Lapper*, [https://en.wikipedia.org/wiki/Alison\\_Lapper](https://en.wikipedia.org/wiki/Alison_Lapper), [access: 04.03.2016].
2. *Chuck Close – American Painter and Photographer* <http://www.theartstory.org/artist-close-chuck.htm>, [access: 20.12.2015].
3. *Chuck Close – portrait*, [http://www.artyfactory.com/art\\_appreciation/portraits/chuck\\_close.html](http://www.artyfactory.com/art_appreciation/portraits/chuck_close.html) [access: 05.01.2016].
4. *Chuck Close*, <https://www.artsy.net/artist/chuck-close>, [access: 20.12.2015].
5. De Saint- Exupery A., *Mały Książę*, Wydawnictwo Greg, Kraków 2017.
6. Dolnośląskie Centrum Psychoterapii, *Zastosowanie arteterapii w pracy z klientem pomocy społecznej*, materiały szkoleniowe, projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej, 2012.
7. *Dyskurs artystyczny*, z serii *Nauka o komunikowaniu*, red. Grażyna Habrajska, Wydawnictwo Primum Verbum, [e-book], Łódź 2018.
8. Dziemidok B., *Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009.
9. Dzikowska E., *Artyści mówią*, *Wywiady z mistrzami malarstwa – Tadeusz Brzozowski*, Wydawnictwo Rosikon Press, [audiobook], Warszawa 2011.
10. Eurich T., *Czym jest samoświadomość, jak i dlaczego warto ją rozwijać* [research], Harvard Business Review Polska, ICAN Institute, <https://www.hbrp.pl/b/czym-jest-samoswiadomosc-jak-i-dlaczego-warto-ja-rozwijac-badania/P11TmGpJs>, [access: 04.04.2018].
11. Eurich T., *Czym jest samoświadomość, jak i dlaczego warto ją rozwijać*, <https://www.hbrp.pl/b/czym-jest-samoswiadomosc-jak-i-dlaczego-warto-ja-rozwijac-badania/P11TmGpJs>, [access: 20.07.2018].
12. Handford O., Karolak W., *COLLAGE w twórczym rozwoju i arteterapii*, Warszawa 2011.
13. Józefowski E., *Arteterapia – praktyka oddziaływań terapeutycznych przez kreację plastyczną*, Wyd. Nauk. UAM, Poznań 2011.
14. Józefowski E., Florczykiewicz J., *Warsztat twórczy jako okazja rozwoju podmiotowego w przestrzeni sztuki, badania nad edukacyjnym wymiarem kreacji wizualnej*, Drukarnia JAKS, Wrocław 2015.
15. Juszcak W., *Wędrówka do źródeł*, Wydawnictwo Słowo/Obraz Terytoria, Gdańsk 2009.

16. Kapsh M., *Kurator słuchający miejsca – spotkanie z Agnieszką Tarasiuk*, <http://asfartinpractice.blogspot.com/2013/01/kurator-suchajacy-miejsca-spotkanie-z.html>, [access: 31.05.2016].
17. Karolak W., *ARTETERAPIE. Terapie za pomocą sztuk wizualnych*, APS, Warszawa 2010.
18. Klajs K., *Poniedziałki z Psychoterapią, Arteterapia – po co i dla kogo*, (wywiad przepr. D. Kaniowska-Górniak), Fundacja Polski Instytut Ericksonowski, <http://www.p-i-e.pl/arteterapia-po-co-i-dla-kogo/>, [access: 2.08.2018].
19. Kowalczyk I., *Ciało i władza. Polska sztuka krytyczna lat 90*, Wydawnictwo Sic!, Warszawa 2002.
20. Kowalczyk I., *Marc Quinn*, <http://strasznasztuka.blox.pl/2006/08/Marc-Quinn.html>, [access: 04.03.2016].
21. *Laboratorium marzeń. Praktyczny wymiar arteterapii. VII Międzynarodowa Konferencja Szkoleniowo-Naukowa z cyklu „Psychiatria i Sztuka”*, red. Cwalina T., Stano B., Wyd. Stowarzyszenie Psychiatria i Sztuka im. dr Andrzeja Kowala, Kraków 2016.
22. Legrix D., *Taka się urodziłam*, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1976.
23. Leśnikowski D., *Zakrycie, przesunięcie, znikanie*, (o wystawie G. Sztabińskiego w Galerii Amcor), <http://www.galeriaamcor.pl/wystawy/sztabinski-1/wystawa.html>, [access: 02.02.2016].
24. *Maksymilian i Aleksander Gierymscy. Listy i notatki*, red. J. Starzyński, opr.H.Stepień, Ossolineum, Wrocław 1973.
25. Małecka M., *Panorama Gerharda Richtera. Czy malarstwo umarło?* <http://kulturaliberalna.pl/2012/10/02/malecka-panorama-gerharda-richtera-czy-malarstwo-umarlo/>, [access: 14.01.2016].
26. *Maria Lassnig*, red. Kasia Redzisz i Lauren Barnes, Tate Liverpool, 2016.
27. Misiewicz M., *Miasto przyjazne niepełnosprawnym?*, <https://www.pfron.org.pl/download/5/505/06-MartaMisiewicz.pdf> [access: 09.06.2016].
28. Oseka A., *Spojrzenie na sztukę*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1987.
29. Oseka A., *Mitologie artysty*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1978.
30. Papanek V., *Dizajn dla realnego świata*, Wydawnictwo Recto Verso, Łódź 2012.
31. *Pasjonaci, kreatorzy, twórcy, ludzie niepełnosprawni jako artyści, sportowcy, animatorzy mediów*, red. E. Zakrzewska-Manterys, J. Niedbalski, Wydawnictwo

Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2016.

32. Pawlik J., *Artystka cielesna*, rozmowę przepr. M. Nowicka, <http://cojestgrane24.wyborcza.pl/cjg24/1,13,19920950,147830,Joanna-Pawlik--Artystka-cielesna--wywiad-.html>, [access: 07.11.2016].

33. Podgórzec Z., *Rozmowy z Jerzym Nowosielskim, Wokół ikony – Mój Chrystus – Mój Judasz*, Wydawnictwo Znak, Kraków 2009.

34. Różański M., *Artysta ponad miarę swoich czasów*, <http://www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/445263;jsessionid=0BD9DFFBA7CCEE875DD4440FDF203F1A>, [access: 24.09.2018].

35. Sochańska-Kawiecka M., *Badania potrzeb ON, raport końcowy*, <https://www.pfron.org.pl/institucje/badania-i-analzy-naukowe/raport-koncowy-z-badania-potrzeb-osob-niepelnosprawnych/>, [access: 20.07.2018].

36. Sosnowska Joanna M., *Ukryte w obrazach*, Instytut Sztuki Polskiej Akademii Nauk, Warszawa 2012.

37. Stróżewski W., *Dialektyka twórczości*, Polskie Wydawnictwo Muzyczne, Kraków 1983.

38. Stróżewski W., *W kręgu wartości*, Wydawnictwo Znak, Kraków 1992.

39. Stróżewski W., *Wokół piękna, szkice z estetyki*, Universitas, Kraków 2002.

40. Sylvester D., *Rozmowy z Francisem Baconem. Brutalność faktu*, Zysk i S-ka Wydawnictwo, Poznań, 1997.

41. Tatarkiewicz W., *Dzieje sześciu pojęć*, PWN, Warszawa 1988.

42. Turowski A., *Monika Sosnowska, Marek Szczęsny, Karolina Wiktor w wyborze Andrzeja Turowskiego / La déchirure (Rozdarcie / Tear)*, katalog z wystawy, Atlas Sztuki, Łódź 2016, [http://www.atlassztuki.pl/pdf/katalog\\_82.pdf](http://www.atlassztuki.pl/pdf/katalog_82.pdf), [access: 02.01.2017].

43. Urząd Miasta Łodzi, *Raport o stanie miasta*, stan na dzień 31 grudnia 2016, [http://uml.lodz.pl/files/public/uploads/Raport\\_za\\_2016\\_rok.pdf](http://uml.lodz.pl/files/public/uploads/Raport_za_2016_rok.pdf), [access: 12.10.2017].

44. VI Międzynarodowa Konferencja Szkoleniowo-Naukowa *Znaki i Symbole w arteterapii*, Wydział Sztuki Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków 2015, materiały pokonferencyjne.

45. Wallis M., *Przeżycie i wartość*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1968.

46. Wasilewski M., *Flaming w szpitalu klinicznym*, „Czas Kultury”, nr 141, (6/2007), s.65–66, <http://www.czaskultury.pl/?mod=archiwumtekst&id=9872>, [access: 18.01.2016].
47. Zeller U. „*Gerhard Richter — Przegląd*” — *wyjątkowy autorski wybór stanowiący przekrój przez twórczość artysty*, <http://www.bwa.katowice.pl/p/114/>

## Table of figures

### Works used in the text:

Bugaj-Tomaszewska B., *Burj Khalifa*, Dubai, ZEA, digital photography, 2019.

Bugaj-Tomaszewska B., *Paintings Painted Over*, a composition of paintings, oil on canvas, approx. 175 x 200 cm, 2015.

Bugaj-Tomaszewska B., *Tomek*, original technique in MDF, 133 x 70 cm, 2016.

Bugaj-Tomaszewska B., *Tomek*, original technique in MDF, the painting at the exhibition *Minority XXI*, Muzeum Fabryki, February 2016.

Bugaj-Tomaszewska B., *Untitled (Jan)*, oil and crayon on paper, 140 x 200 cm, 2001.

Bugaj-Tomaszewska B., *Ecce Homo (Jan)*, oil on canvas, 120 x 220 cm, 2002.

Bugaj-Tomaszewska B., *Self-portrait*, original technique in MDF, 120 x 100 cm, 2017.

Bugaj-Tomaszewska B., *Studio. The beginning of work on a doctoral collection*. digital photography, 2017.

### Reproductions of works:

#### The cycle of paintings *To My Friends*.

1. *No. 1*, original technique in MDF, 171,5 x 250 cm, 2017.
2. *No. 1*, original technique in MDF, detail.
3. *No. 2*, original technique in MDF, 171,5 x 222 cm, 2017.
4. *No. 2*, original technique in MDF, detail.
5. *No. 3*, original technique in MDF, 171,5 x 228 cm, 2018.
6. *No. 3*, original technique in MDF, detail 1.
7. *No. 3*, original technique in MDF, detail 2.
8. *No. 4*, original technique in MDF, 171,5 x 113 cm, 2018.
9. *No. 4* original technique in MDF, detail.
10. *No. 5*, original technique in MDF, 171,5 x 184 cm, 2018.
11. *No. 5*, original technique in MDF, detail.

- 12. *No. 6, original technique in MDF, 171,5 x 240 cm, 2018.*
- 13. *No. 6, original technique in MDF, detail 1.*
- 14. *No. 6, original technique in MDF, detail 2.*
- 15. *No. 7, original technique in MDF, 171,5 x 112 cm, 2018.*
- 16. *No. 7, original technique in MDF, detail.*
- 17. *No. 8, original technique in MDF, 171,5 x 170 cm, 2018.*
- 18. *No. 8, original technique in MDF, detail.*
- 19. *No. 9, original technique in MDF, 171,5 x 96 cm, 2018.*
- 20. *No. 9, original technique in MDF, detail 1.*
- 21. *No. 9, original technique in MDF, detail 2.*
- 22. *Triptych (No. 4,7,9)*

### **The cycle of photographs**

- 23. *Photograph no. 1, digital printing, 59 x 61 cm, 2016*
- 24. *Photograph no. 2, digital printing, 50 x 60 cm, 2016*
- 25. *Photograph no. 3, digital printing, 60 x 80 cm, 2016*
- 26. *Photograph no. 4, digital printing, 60 x 78 cm, 2016*
- 27. *Photograph no. 5, digital printing, 59 x 79 cm, 2016*
- 28. *Photograph no. 6, digital printing, 60 x 87 cm, 2016*

### **Photographic documentation of art works**

- 29. *Photograph from Studio. (a collection of all paintings contributing to the doctorate project), 2018*



**Reprodukcje prac**

**Reproductions of works**

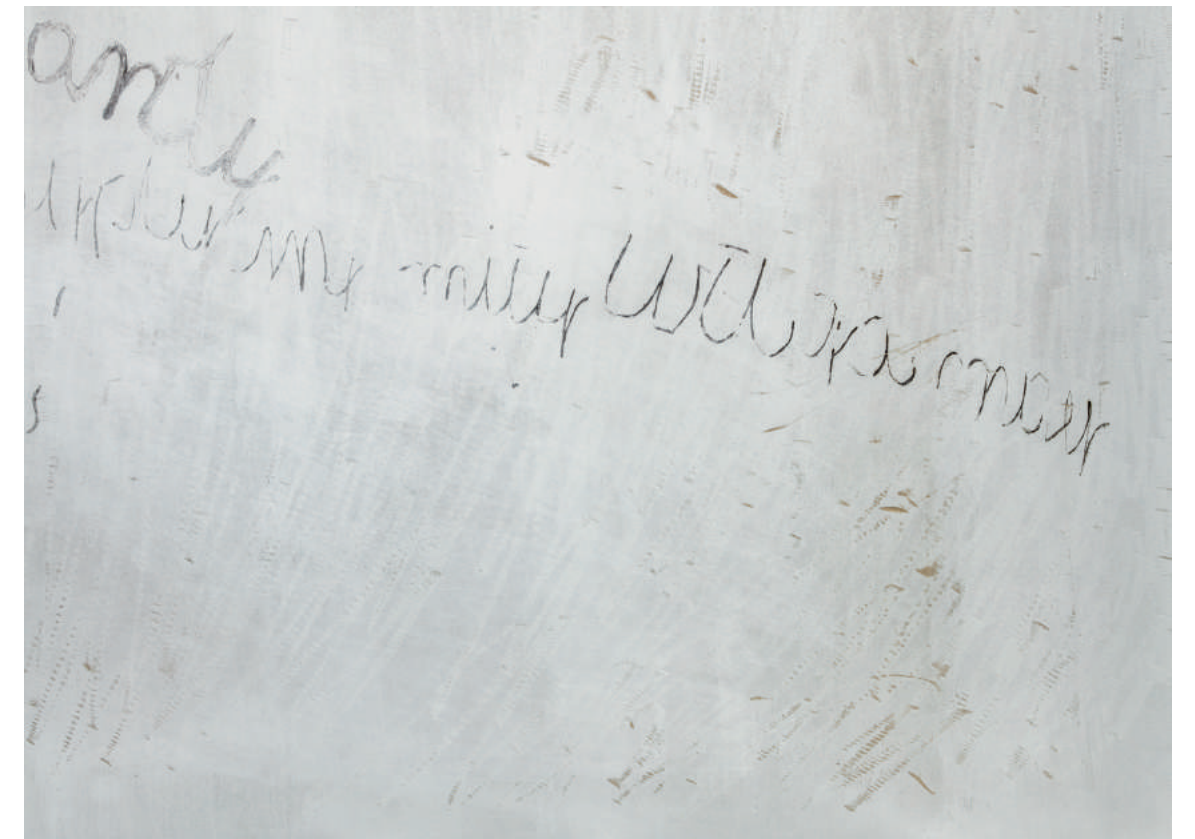


**Cykl obrazów**  
*„Moim przyjaciółom”*





**Nr 1,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 250 cm,  
2017



**Nr 1,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal





**Nr 2,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 222 cm,  
2017

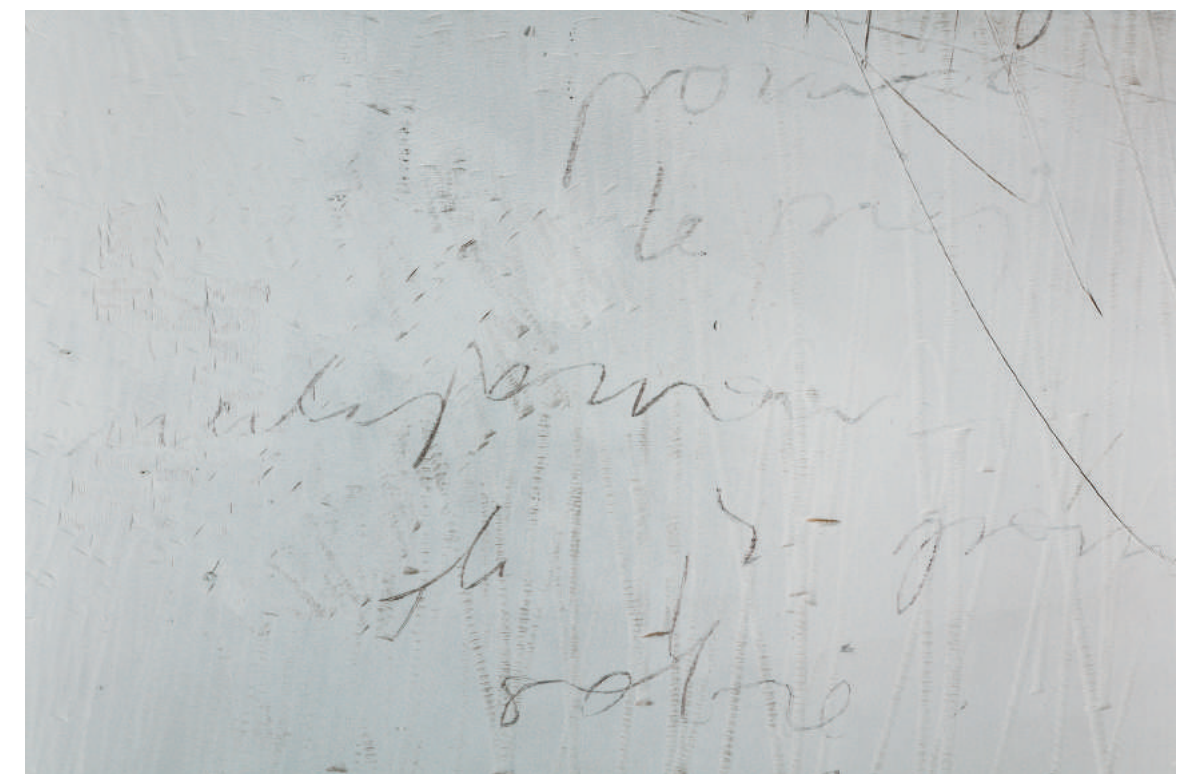


**Nr 2,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal





**Nr 3,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 228 cm,  
2018



**Nr 3,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal





**Nr 4,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 113 cm,  
2018



**Nr 4,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal





**Nr 5,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 184 cm,  
2018

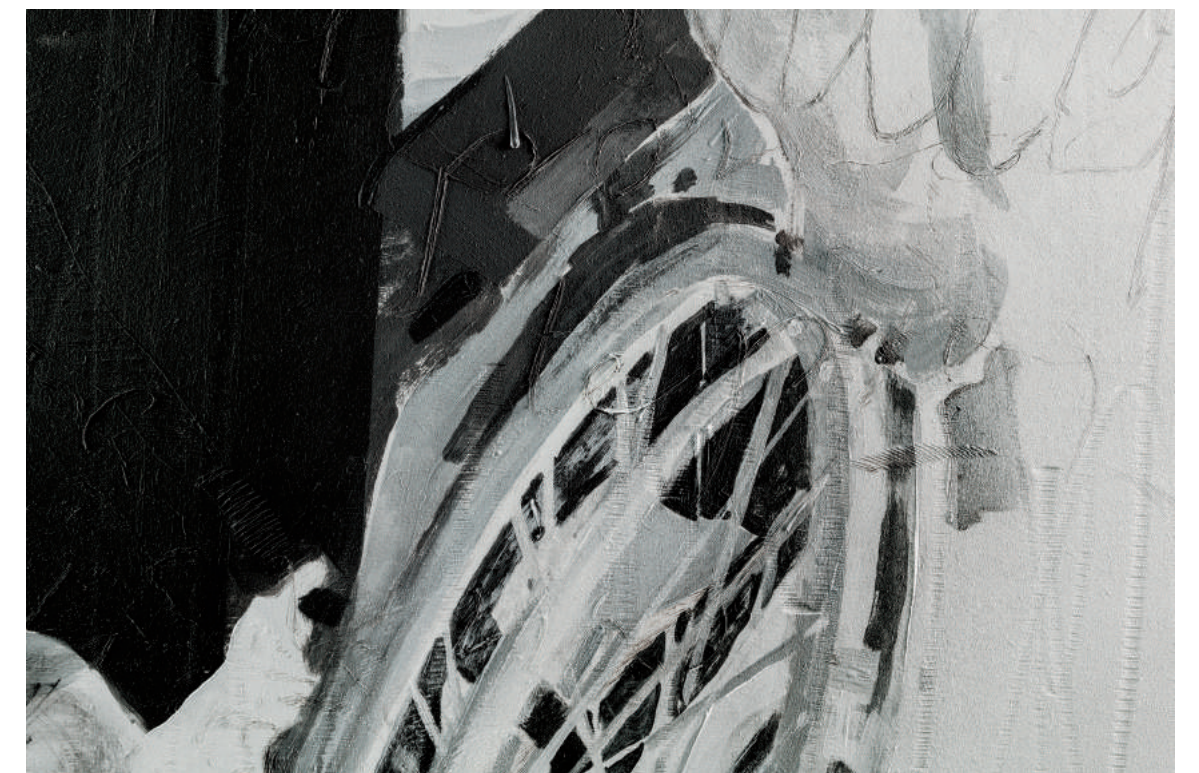


**Nr 5,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal





**Nr 6,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 240 cm,  
2018

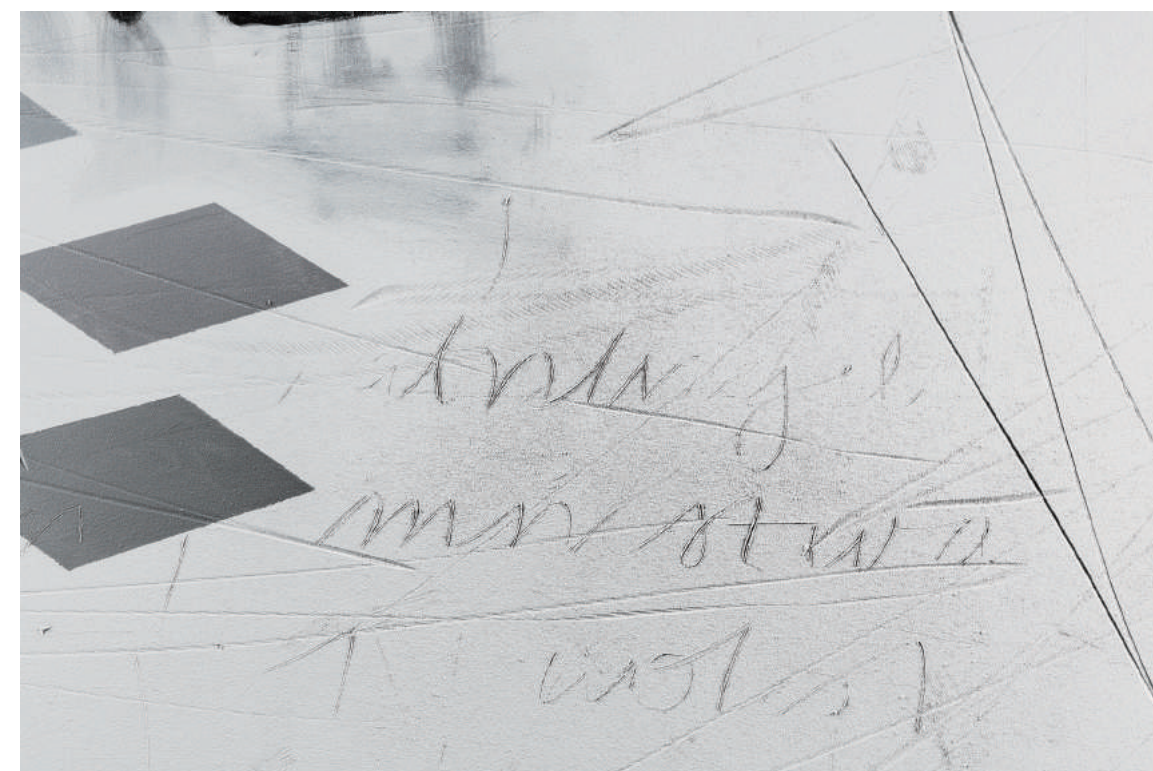


**Nr 6,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal





**Nr 7,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 112 cm,  
2018



**Nr 7,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal



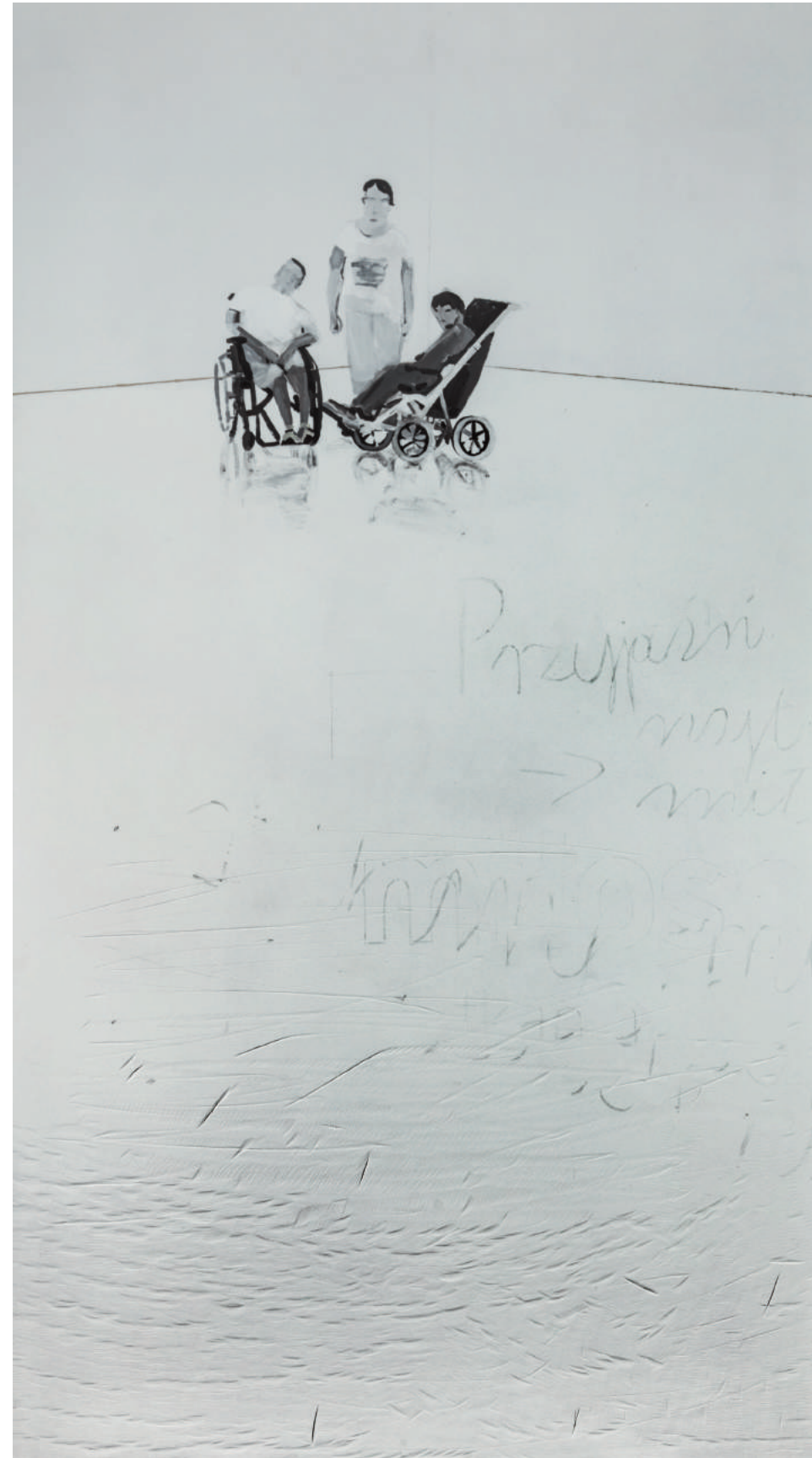


**Nr 8,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 170 cm,  
2018

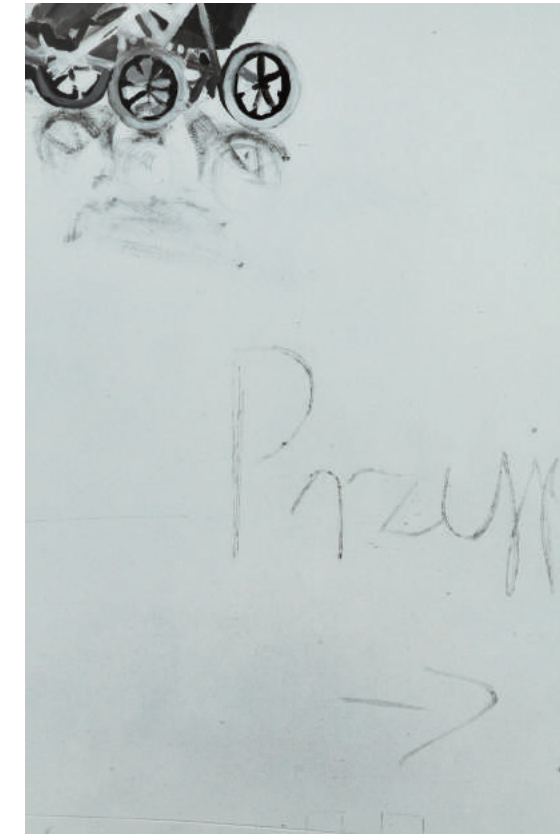


**Nr 8,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal



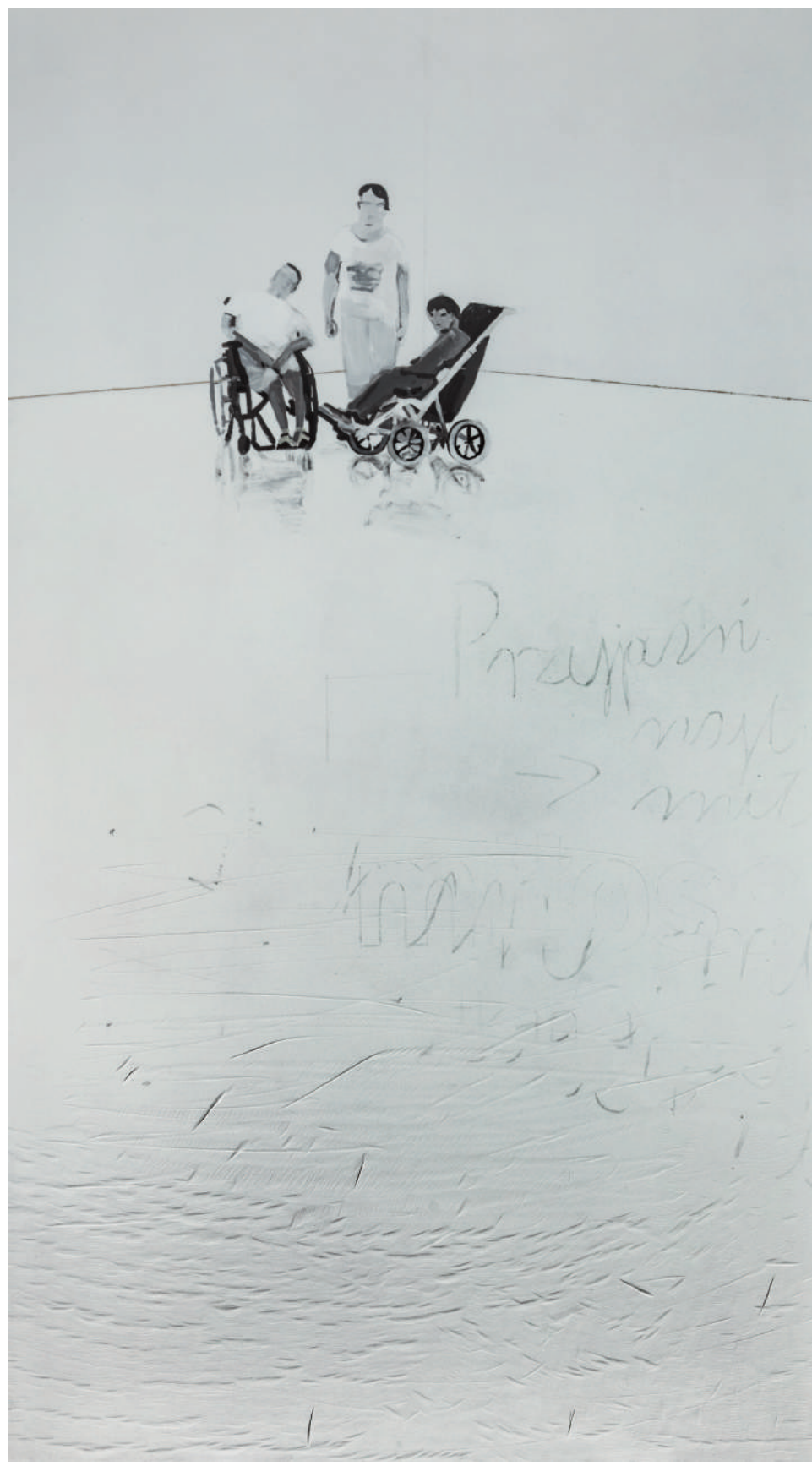


**Nr 9,**  
technika własna na płycie mdf,  
171,5 x 96 cm,  
2017



**Nr 9,**  
technika własna na płycie mdf,  
detal





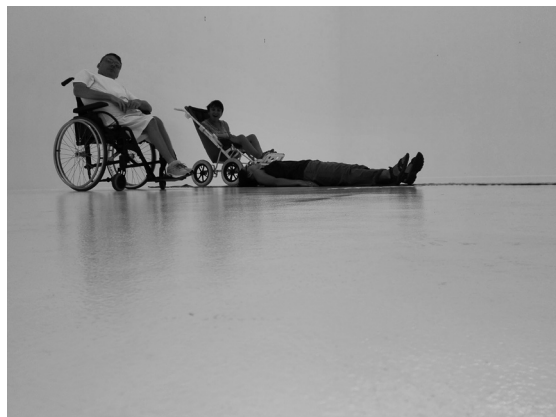
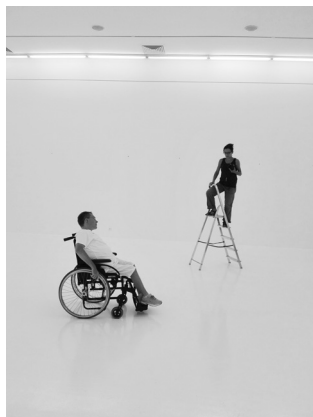
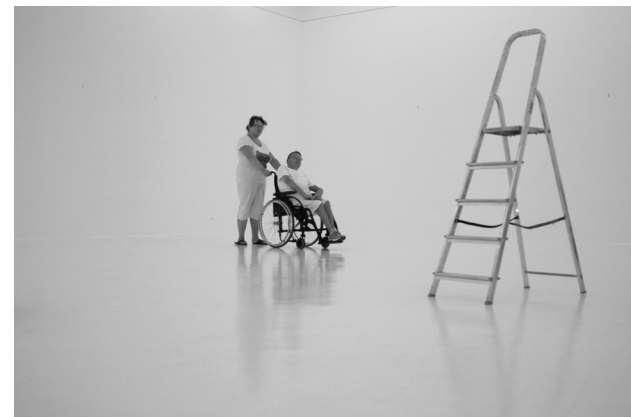
*Tryptyk,*  
technika własna na płycie MDF,  
2018  
(Nr 4,7,9)





Zdjęcie z pracowni





**Fotografie**  
Galeria Atlas Sztuki, 2016



**Fotografia nr 1,**  
druk cyfrowy,  
59 x 61cm,  
2016



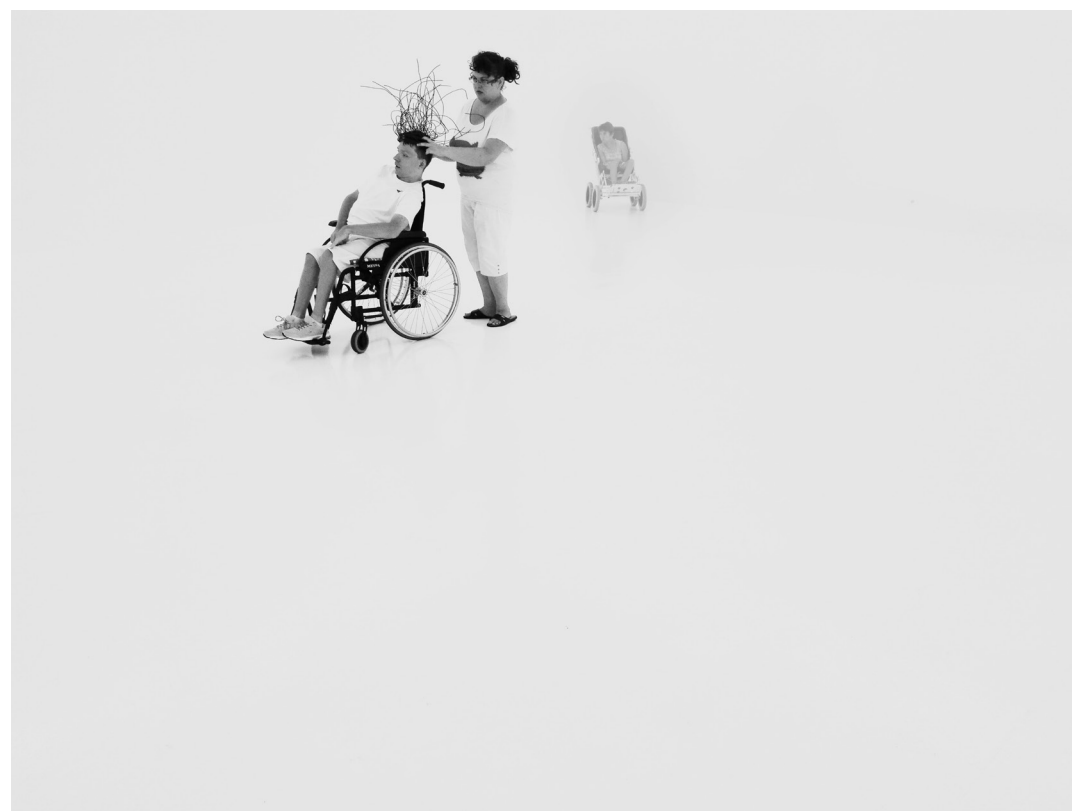
**Fotografia nr 2,**  
druk cyfrowy,  
50 x 60 cm,  
2016



**Fotografia nr 3,**  
druk cyfrowy,  
60 x 80 cm,  
2016



**Fotografia nr 4,**  
druk cyfrowy,  
60 x 78 cm,  
2016



**Fotografia nr 5,**  
druk cyfrowy,  
59 x 79 cm,  
2016



**Fotografia nr 6,**  
druk cyfrowy,  
60 x 87 cm,  
2016