

HOMO LUDENS

Jacek Bomba: Czy powinienem czuć się zaskoczony, że interesuje Cię zabawa, a właściwie wartość zabawy dla zdrowia psychicznego?

Wanda Szaszkiwicz: Absolutnie nie! Bardziej zaskakujące jest to, że dopiero teraz o tym rozmawiamy, bo przecież zabawa towarzyszy nam od dzieciństwa, a na starość umiła życie. Może po prostu czyni je znośnym i dlatego jest jeszcze bardziej potrzebna. Oczywiście jej forma się zmienia, ale na przykład w snach nadal możemy fikać koziołki, mimo słabszej formy. Jest też niedoceniana i dlatego chciałam o niej porozmawiać.

J.B.: To może zacznijmy od powodów niedoceniania zabawy, bo trudno stwierdzić, że nie uważa się zabawy za podstawowy wyraz aktywności dziecka. Psychologia rozwojowa traktuje ją za bazowy sposób poznawania świata przez dziecko. Dostrzega w niebawieniu się i braku przyjemności w zabawie objawy poważnych zaburzeń rozwoju.

Anhedonia była wpieryw opisywana jak objaw schizofrenii dziecięcej, a potem — depresji u dzieci. Johan Huizinga¹ wysunął koncepcję, że bawienie się jest niezbywalną cechą człowieczeństwa. Więc dlaczego jest niedoceniana? Czy kultura, w której żyjemy, postrzega ją jako zdrożność? Może to wynik kontrolowania dostępu do przyjemności przez tych, którzy sprawują władzę?

W.Sz.: Rzeczywiście, zabawa była opisywana przez uczonych jako ważny element życia pełniący poważne funkcje. Oprócz Johana Huizingi, który w książce „Homo ludens” wykląda, że zabawa ma moc tworzenia kultury i to zarówno wysokiej, jak i niskiej, o funkcji zabawy bardzo interesująco i afirmująco pisali Donald Winnicott i Zygmunt Freud, także socjologowie: James E. Combs czy Jean Baudrillard, a u nas m.in. Anna Brzezińska. Z drugiej strony pamiętam słowa starej harcerskiej piosenki: „Prześcąńcie się już bawić i czas swój marnotrawić, niech każdy z was się szczerze do pracy swej zabierze”, które były wyrazem społecznego nacisku na wartość pracy i zajęć „pożytecznych”. Niby teraz lepiej rozumiemy sens zabawy, ale wydaje mi się — nie wiem, czy się zgodzisz — że ludzie mniej i inaczej się bawią niż dawniej, w czasach naszego dzieciństwa, a nawet młodości. I znowu powraca nakaz z tej piosenki skierowany zarówno do dzieci, które obowiązują coraz więcej dodatkowych zajęć, jak również do ich rodziców, pracujących w kilku firmach równocześnie. Może to, co mówię brzmi jak dziaderskie narzekanie w stylu „nasze czasy były lepsze”, ale często młodzi narzekają, że w dzisiejszych czasach nie mają szans na zabawę.

J.B.: Sądzisz zatem, że zmiany zachodzą w czasie, a ich kierunek cię niepokoi. Widzisz w tym wpływ kultury przedkładającej pracę nad zabawę. Ale i rozwój technologii wypierającej zabawy towarzyskie biernym gapieniem się w ekran?

¹⁾ Johan Huizinga 1872–1945 — holenderski historyk i językoznawca; specjalizował się w historii i teorii kultury

W.Sz.: Wszelkie zmiany, w tym również te dotyczące sposobów zabawy, zachodzą w czasie, ale zależą od zjawisk i procesów społecznych specyficznych dla tego czasu. Przykładem może być to, jak w Polsce w czasach ponurej komuny rozwinęły się formy świetnej, kabaretowej rozrywki. Oglądaliśmy w telewizji Kabaret Starszych Panów oraz Olgi Lipińskiej „Właśnie leci kabarecik”, chodziliśmy do Piwnicy pod Baranami, a także sami tworzyliśmy teksty zabawnych fraszek i piosenek rozładowujących napięcie i beznadziejność tych czasów. Ten cienki, pełen aluzji humor pozwalał przetrwać ponure czasy, dawał namiastkę wolności. Co do technologii, rzeczywiście paradoksalnie staje się tak, że jej rozwój, zamiast podnosić poziom rozrywki, obniża ją i czyni nas biernymi odbiorcami niezbyt mądrych filmików. Rzeczywiście, bardzo mnie to niepokoi, bo dotyczy nawet bardziej osób dorosłych niż dzieci. Wydaje mi się, że dzieci obronią dobrą zabawę we wszystkich jej przejawach, o ile nie za wcześnie dostaną do rąk urządzenia elektroniczne, które odbiorą im inwencję związaną z innymi formami zabawy. Pamiętam swoje dzieci, które po szkole wraz z grupą na osiedlu wymyślały różne gry i zabawy, głównie ruchowe. Obserwowałam to towarzystwo i muszę powiedzieć, że teraz oni wszyscy wykazują się dobrymi kompetencjami społecznymi, a więzi między nimi przetrwały do dziś, gdy mają już własne dzieci. Wszystkie te dzieciaki miały dużo swobody i bujną wyobraźnię w podejmowanych akcjach. Kopały piłkę i bawiły się w chowanego, ale też urządzały teatr na osiedlu czy rewię własnych piosenek pod naszymi oknami. Z czasem, już w pracy, spotykałam dzieci, które nie potrafiły się bawić. Ich terapia polegała między innymi na zabawie z nimi. Przez wiele lat pracowałam w psychiatrycznym oddziale młodzieżowym. Jakie masz myśli na ten temat. Czego nie powinno się zaniedbać w kwestii zabawy w wychowaniu dzieci, a także w ich terapii? Co jest najważniejsze w zabawie z dziećmi i młodzieżą?

J.B.: Dzieci, adolescenti i dorośli mają przecież indywidualne cechy. Najważniejsze, niezależnie od etapu rozwoju — bo jestem zwolennikiem tezy Erica Eriksona o rozwoju przez całe życie — jest dostrzeganie indywidualności dziecka i dostosowanie postępowania do niej. Podobnie jak ty sądzę, że ważna jest wolność, której granice są wyznaczone przez osiągnięte kompetencje. Maria Orwid wyrażała to aforyzmem: „tyle wolności, ile odpowiedzialności dziecko potrafi udźwignąć, plus odrobina”. Zabawa powinna być bezpieczna. Już nie wypuszcza się rączkujących dzieci na obejście, na którym mogą bezpiecznie bawić się z kurami, bo nie ma takich bezpiecznych obejść. Teraz dla maluchów ważniejsza jest bliskość i pomieszczenie zagrożeń, bo cywilizacja przynosi ich coraz więcej, od samochodów w obejściu poczynając. Dzieci bawią się w grupie dopiero w wieku przedszkolnym, a podejmują zabawy tematyczne w wieku szkolnym.

Te nabywane w rozwoju kompetencje należy też uwzględniać w psychoterapii. Każdy pacjent Anny Freud, a leczyła małe dzieci, miał w jej gabinecie swoje pudełko z zabawkami. Adolescent zaś chętniej weźmie udział w zabawie — ćwiczeniu umiejętności społecznych lub psychodramie.

Zwróciłaś uwagę na zmiany rodzaju rozrywki w Polsce od drugiej połowy ubiegłego wieku. Piotr Skrzynecki, Jeremi Przybora, Jerzy Wasowski i Olga Lipińska tworzyli wysublimowaną rozrywkę skierowaną do inteligencji. Twórcy Piwnicy — wiemy to z osobistego doświadczenia — sami się przy tym bawili. Takich twórców było więcej. Nadal są. Ale dominuje rozrywka masowa w nowym wydaniu. Koncerty rozrywkowe dla tłumu widzów. Nie ma na nich miejsca na indywidualne przeżycie. To tak, jakby przeważała

regresja do czwartego roku życia, kiedy przyjemność płynie z doświadczenia obecności innych. Przypomina mi się pytanie o znaczenie, jaką odgrywa kontrola nad dostępem do przyjemności sprawowana przez panujących. Mówi się, że Rzymem rządzą cesarze za pomocą chleba i igrzysk. Jaki sens ma promowanie kreatywnej zabawy wobec wygody zajęcia dziecka bajką w tablecie i zalewu igrzysk dla dorosłych?

W.Sz.: W dzisiejszych czasach konsumpcji właśnie promowanie kreatywnej zabawy ma duży sens, bo tak się dzieje, że zabawa traci swoją dawną cechę indywidualnej swobody, tylko jest konsumentowi podsuwana w gotowej postaci. Dowiadujemy się co więcej, że człowiek ma prawo do zabawy, tak jak do odpoczynku i urlopu, ale przecież samodzielne korzystanie z zabawy jest czymś innym niż narzucony jej sposób. Przeczytałam w artykule Joanny M. Byrskiej, pt. „Zabawa jako wartość”², że według Baudrillarda³ dzisiejsze społeczeństwo wymaga porad ekspertów we wszystkich obszarach życia. Doradzają oni, jak się bawić, układając tematy i schematy dobrej zabawy oraz podając jej miejsce i czas. Zabawa spontaniczna, nieprzygotowana przez specjalistów nie ma odpowiedniej wartości w tym świecie. Z drugiej strony Combs⁴ zauważa, że żyjemy w świecie nadmiaru dóbr. Człowiek ma z nich korzystać najlepiej szybko, ze śmiechem wydając zarobione pieniądze i bawiąc się bez opamiętania. Ale w co się bawić? Od tego są eksperci i albo oni, albo reklamy, nam to podpowiedzą. Jak widać socjologowie kultury nie mają złudzeń, że zabawa ma dla świata konsumpcji dużą wartość, a im bardziej masowa i głośniejsza, tym atrakcyjniejsza dla mas, czyli taka jaka właśnie ma szansę na przetrwanie. A my się tu martwimy! A poważnie mówiąc, właśnie z tego powodu się martwimy, że zabawa przestaje być frajdą niosącą radość, przyjemność, osvajanie lęków i dającą poczucie przynależności, lecz staje się wyznacznikiem statusu społecznego. I to jest moja odpowiedź na Twoje ostatnie pytanie o sens promowania kreatywnej zabawy w sytuacji, gdy ludzie wybierają aktywności mniej wartościowe. Jak temu zaradzić? Czy w ogóle jest to możliwe?

J.B.: Nie potrafię odpowiedzieć na tak postawione pytanie. Zawsze warto podejmować działania, nawet kiedy cele wydają się nieosiągalne. Warto przy tym pamiętać, że prócz cesarzy są jeszcze religie, które w zabawie dostrzegają zagrożenie dla ducha.

W.Sz.: Przyjmę to jednak jako optymistyczną odpowiedź, skoro uważasz, że zawsze warto działać, nawet wtedy, gdy cel wydaje się nieosiągalny. Rozumiem, że chodzi o działanie w słusznej sprawie, czyli tej, o której rozmawiamy: żeby ludzie nie ztratili zdolności do kreatywnej, rozwijającej zabawy. Wydaje się, że pomimo wielu zagrożeń nie ztratili. Nawet gdy chodzi o różne religie, jak pisze Huizinga w „Homo ludens”, w ich prapoczątkach (nazywa to okresem archaicznej sakralności ludycznej) ofiary i misteria odbywały się „pod postacią najczystszej zabawy”. Z tego w naszej kulturze zostały jasełka. Autor cytuje także Platona, który, zastanawiając się, jak można żyć najlepiej, odpowiedział „bawiąc się i weseląc, to jest składając ofiary bogom i wielbiąc ich śpiewem i tańcem”. Z czasem, jak wiemy, religia chrześcijańska określiła dokładnie, jak wolno się bawić, aby to było Bogu miłe. W Biblii jest wiele wskazówek, które, przetłumaczone przez duchownych

² Joanna Mysona Byrska: „Zabawa jako wartość? Kultura i Wartości”, 2018; (1): 53–67.

³ Jean Baudrillard, francuski socjolog i filozof kultury, był radykalnym krytykiem konsumpcjonizmu i globalizacji kultury.

⁴ James E. Combs, amerykański politolog, autor książki „Świat zabaw. Narodziny nowego wieku ludycznego”.

na język praktyki, w dużej mierze ograniczyły swobodną, kreatywną zabawę. Gdyż ich zdaniem zabawa i rozrywka to dary Boga dane po to, abyśmy mogli zbliżyć się tylko do niego. Poskutkowało to niestety oddalaniem się ludzi myślących inaczej od tych, którzy uznają powyższe zasady. W czasach współczesnych z kolei poskutkowało to wśród osób wierzących falą poczucia winy, która jak tsunami dokonała zniszczeń w postaci różnych objawów jak lęki i inne. W samym Kościele jednak powoli dochodzi na przykład do złagodzenia praktykowania postu piątkowego, podczas którego nie wolno było uczestniczyć w zabawach, czyli także w niektórych spotkaniach towarzyskich. A są one jak wiadomo miejscem zabawy i swawoli, których ludzie bardzo potrzebują. W uzasadnionych przypadkach Kościół zgadza się na to uczestnictwo. Teraz zastanawiam się, dlaczego — a było to dawno temu — w naszym domu wybraliśmy na dzień spotkań towarzyskich czwartek, nie piątek. Powód racjonalny był taki, żeby mieć wolny weekend na wypady rodzinne. Ale może podświadomie nie chcieliśmy naruszać tabu? Mam nadzieję, że dzisiejsze pokolenie uwalnia się z tej opresji.

J.B.: Wiele religii dostrzega wartość radości w czczeniu bóstwa. Oznaczałoby to, łącznie z różnicami w podejściu filozofów do zabawy, że hipoteza o zaniku umiejętności zabawy u współczesnych nam jest słabiutka. Co więcej, chyba sfalsyfikowana, skoro zawsze byli ci, którzy dostrzegali wartość zabawy, i tacy, którzy widzieli w niej zło. Sprawę komplikuje wspomniany tekst piosenki harcerskiej o marnotrawieniu czasu w zabawie. A przecież harcerstwo było i jest zabawą! Zresztą wakacje *all inclusive* w tropikach albo kolacja w trzygwiazdkowej restauracji, to też zabawa, prawda? Ale o ile harcerstwo jest zabawą przygotowującą do dorosłości, która przecież następuje nieuchronnie, to kolacja w *Tour d'Argent* nie przygotowuje do bycia bogaczem.

Gdzie jest granica zabawy, której nie wspierałabyś?

W.Sz.: Rzeczywiście trudno zweryfikować hipotezę o zanikaniu w dzisiejszych czasach umiejętności zabawy, tak bardzo złożone jest to zagadnienie. Zgodzę się, że lepiej skupić się na Twoim pytaniu o to, jakich zabaw, rozrywek nie popieramy i dlaczego. Gdzie są granice akceptacji? Być może będą ich dwa rodzaje — te uniwersalne, podtrzymujące wartości kulturowe i te subiektywne, wynikające z naszych własnych upodobań. Do tych pierwszych zaliczyłabym zapewnienie bezpieczeństwa innym i sobie samemu nawet w sytuacji, gdy nas ponosi i zachowujemy się regresywnie, wtedy, gdy tego potrzebujemy. Pamiętam, że gdy w Norwegii chłopcy z radości po zdanej maturze wrzucili stary samochód do fiordu, ich rodzice tłumaczyli, że trzeba im wybaczyć tę erupcję szczęścia, bo po weekendzie już wszystko się zmieni, pójdą do pracy, będą dorośli! Dotyczy to też kontroli ilości alkoholu na imprezach „z okazji”, a tym bardziej narkotyków, których użycie dla rozrywki świadczy właśnie o braku umiejętności zabawy. Użycie agresji „dla rozrywki” też uchodzi za naganne, ale wiemy dobrze, że się zdarza. Do tej wylizanki zaliczam też złośliwości słowne, których autorzy uważają, że są one przejawem ich inteligencji. Nie znoszę też wulgaryzmów, które mają śmieszyć.

Inną ważną cechą dobrej zabawy powinien być taki jej poziom, który sprawia, że nie ogłupia ludzi. Ale ten wymóg już jest trudniejszy do zdefiniowania i przenosi nas w obszar estetyki, dobrego smaku, wrażliwości na piękno i bardziej indywidualnych wyborów. Uważam jednak, że rozwijanie powyższych cech w dzieciństwie i młodości jest niezbędne, żeby człowiek mógł w przyszłości dobrze i mądrze się bawić. Zaczyna się

od opowiadania dowcipów: Teraz są to częściej dowcipy rysunkowe lub filmiki. Sztuką jest, żeby te tak zwane głupie kawały były równocześnie śmieszne, a więc pełniły funkcję rozrywki, a więc nie były takie głupie! Wtedy możemy powiedzieć, że są dobre. A jako takie są potrzebne.

J.B.: Uściślmy zatem, o co bardziej chodzi w zabawie: o rozrywkę czy kreatywność. Żeby było miło i wesoło czy żeby powstało coś, czego wcześniej nie było, bo o to chodzi w kreatywności?

W.Sz.: Oczywiście o obie sprawy. Trudno mi je rozdzielić. Dobra zabawa powinna być kreatywna. Z drugiej strony ludzi często bawią sytuacje, w których — jak piszesz — jest miło i wesoło, ale niewiele z tego zostaje poza odreagowaniem i odpoczynkiem. Myślę, że ratunkiem tutaj może być sztuka. Istnieje nawet program edukacyjny „Zabawa sztuką”, adresowany do środowisk szkolnych, kładący nacisk na aspekt twórczy zabawy. Ponoć cieszy się on dużą popularnością: ma już czwartą edycję. Terapia sztuką, zwana arteterapią, jest z powodzeniem stosowana w terapii, a także nauczana na studiach i kursach. Obejmuje różne dziedziny, jak plastyczną, teatralną, muzyczną, literacką. Z pewnością na jej temat masz różne przemyślenia, którymi się możesz podzielić?

J.B.: Nigdy nie łączyłem zabawy z twórczością artystyczną, co nie znaczy, że twórcza praca artysty albo psychoterapeuty nie może być źródłem przyjemności. Trapi mnie, że twoje zdanie „dobra zabawa powinna być kreatywna” wydaje mi się nieuzasadnione. Dzieci świetnie się bawią, skacząc po chodnikach i przestrzegając zasad gry w klasy. A kreatywność królowej zmieniającej co chwilę zasady gry w krokieta nikomu nie dawała przyjemności. O co więc chodzi z tą kreatywnością? O „badanie granic sztuki” czy tworzenie, czy o umowność, bo wszystko jest na niby. Dzisiaj jesteś królową, a jutro policjantem. Co nie przeszkodzi ci pójść rano do szkoły.

W.Sz.: Wcale nie uważam działań królowej z „Alicji w krainie czarów” za kreatywne. Pamiętasz, że nakazała, aby ławnicy najpierw ogłosili wyrok, a potem się nad nim zastanowili? Czytając tę książkę angielskiego duchownego, ponoć kontrowersyjnej postaci, możemy zastanowić się nad sensem działań różnych królewskich autorytetów. Kreatywne będzie, jak będziemy potrafili być krytyczni. I jak nawet z tego, co jest na niby wydobędziemy sens. Może i tak jest, że dobra zabawa nie zawsze jest kreatywna, ale lepiej, żeby taka była, bo wtedy prowadzi do nowych rozwiązań, odkryć. Osoby, które ją wymyślają lub w niej uczestniczą, nieważne, czy są to dzieci czy dorośli, stają się twórcze, myślą nieszablonowo, są bardziej niezależne. Dlatego uważam, że aby zabawa miała walor⁵ rozwoju, powinna być twórcza. Z kolei wśród kilku zasad ułatwiających twórcze myślenie, a więc i rozwój człowieka, Edward Nęcka wymienia też zabawę.

J.B.: Wspominaliśmy o tym, jak zabawy sprzyjają rozwojowi dzieci, ale mniej mówiliśmy o wykorzystywaniu zabawy w psychoterapii.

W. Sz.: Istotnie, a jest to jeden z ważniejszych wątków, które warto poruszyć. Tak jak wspominałeś, zabawa w różnych fazach życia człowieka odgrywa odmienną rolę. Jej funkcja terapeutyczna sprowadza się przede wszystkim do uwolnienia się od dręczących dziecko, ale też dorosłego, napięć, emocji, blokad, a z drugiej strony nauczania się róż-

⁵⁾ Lew Siemionowicz Wygotski (1896–1934), rosyjski psycholog i pedagog, twórca teorii rozwoju wyższych funkcji psychicznych u dzieci

nych sposobów wyrażania swoich uczuć i rozwiązywania osobistych problemów. To jest ta funkcja korekcyjna, którą wykorzystują terapeuci dzieci. Ważne jest, aby oni też umieli się bawić! Właśnie w zabawie, a więc w sytuacji „na niby”, dziecko ma okazję do zrealizowania rzeczy niemożliwych w codziennym życiu. Dzieje się to w sytuacji bezpiecznej, dziecko może się uwolnić od zalegających w nim emocji, np. ukrywanego lęku, tłumionej złości i nie jest za to karane. Stosowanie zabawy w terapii jest niezwykle korzystne wobec dzieci doznających przemocy. Zabawa ma też funkcję projekcyjną, dzięki której dorosły może lepiej poznać dziecko, jego problemy, co stymuluje rozwój dziecka. Ilustruje to myśl L.S. Wygotskiego „Dziecko nie bawi się dlatego, że jest dzieckiem, ale bawi się dlatego, by stać się dorosłym”. Obserwowałam bawiące się dzieci zarówno własne, jak również te uczestniczące w terapii. Tym, co zmieniało się z czasem, gdy dorastały, było to, że ich zabawa stawała się coraz bardziej intencjonalna, świadomie kierowana przez dzieci, potem młodzież. Była z czasem mniej impulsywna czy spontaniczna, za to coraz bardziej refleksyjna, a także uznająca zewnętrzne reguły czy role. Myślę jednak, że te cechy pierwotnej dziecięcej zabawy, jak jej bezinteresowność, bezproduktywność, silne, niekiedy pełne napięcia zaangażowanie emocjonalne, nigdy nie powinny zniknąć. Wtedy będzie mieć ona właściwości terapeutyczne, korektywne. Nawet dla osób dorosłych. Przypominam sobie różne towarzyskie sytuacje, które dzięki dobrej zabawie bardzo umilały życie, zbliżały ludzi.

J.B.: Czy dobrze rozumiem, że na pierwszym miejscu stawiasz kataraktyczny efekt zabawy w psychoterapii, na drugim odsłonięcie treści zakrytych, dopiero dalej opracowanie problemu?

W.Sz.: Uważam, że są one równie ważne, chociaż wiemy, że może zaistnieć tylko pierwszy element, nie dojdzie do drugiego, a co dopiero do trzeciego: opracowania problemu. A chyba dopiero dzięki tej trzeciej fazie może dojść do tego, o czym pisał Winnicott w kontekście zabawy czy działalności artystycznej, a mianowicie do wzmocnienia integracji osobowości. Jak widać zabawa może pełnić ważną rolę w psychoterapii, podobnie jak ważne ma znaczenie w życiu człowieka. Kiedyś interesowałam się problemem wypalenia zawodowego psychoterapeutów i rozmawiając z nimi, zauważyłam, że te osoby, które się lubią bawić, mają poczucie humoru, mniej się skarżą na zmęczenie pracą. Z pewnością są inne czynniki chroniące przed wypaleniem, ale umiejętne korzystanie z zabawy ma duże znaczenie.

J.B.: Przez wypalenie rozumiesz zaburzenie psychiczne występujące u ludzi pracujących w stałym obciążeniu emocjonalnym stanowiącym przewlekły stres? Kiedy reformowaliśmy program nauczania psychologii lekarskiej przywiązywaliśmy wagę do dbania o zapobieganie patologicznym następstwom stresu pracy lekarza. Chyba ucząc psychoterapii nie dbamy o to wystarczająco. Tak zwana praca własna i terapia treningowa może nie wystarczą. Trzeba by uczyć przyszłych psychoterapeutów twórczej zabawy, żeby zapobiegali negatywnym następstwom tej trudnej pracy?

W.Sz.: Właśnie o to chodzi! Pamiętam studentów I roku medycyny, którzy mieli psychologiczne zajęcia adaptacyjne, a byli bardzo zestresowani wszystkimi zajęciami, gdyż niezaliczenie ich groziło usunięciem z uczelni. Trudno było jakoś opanować czy opracować ten stres, żeby im pomóc. Niechętnie angażowali się w scenki, podczas których mieli ćwiczyć pierwszy kontakt z pacjentem. Byli skupieni na sobie. Wspierali się jak mogli w omawianiu sytuacji stresowych, ale właściwie oczekiwali, żeby zdjąć z nich

to napięcie i pozytywnie nastawić do zajęć. Pamiętam zajęcia, podczas których opowiadaliśmy dowcipy. Przyszli medycy mieli wyobrazić sobie swoich prowadzących zajęcia w różnych śmiesznych sytuacjach, na przykład groźnego i surowego profesora w stroju Adama. Oczywiście poza odreagowaniem, miało to funkcję pracy własnej z autorytetem. Ale śmiechu było co niemiara! Dlatego, gdy pytasz, czy powinniśmy uczyć przyszłych lekarzy czy psychoterapeutów twórczej zabawy, chciałabym odpowiedzieć: tak! Tylko jak to zrobić?

J.B.: Masz więc nowe zadanie. Zacznij od warsztatu na sympozjum.

W.Sz.: O nie! Nie zbywaj mnie proszę takim lakonicznym zaleceniem. Porozmawiamy może jeszcze o samych zabawach, ich rodzajach, ich treści. O tym, które z nich są twórcze, które pomagają w życiu zarówno pacjentom, jak ich terapeutom. Wzbogacają je i ułatwiają wiele spraw, pomagają przetrwać sytuacje kryzysowe. Czy mógłbyś powiedzieć, jakie zabawy tobie służyły i w czym się przydawały? Najlepiej zacznij od dzieciństwa.

J.B.: Wolałbym, żebyś nie oddaliła mojej sugestii jak Iga Świątek piłki. Nawet nie wiem, jak się nazywa takie odbicie. Nie chcę wspominać ani dzieciństwa, ani dramatów życiowych. Wolałbym rozmawiać o tym, co sprawia nam trudność w angażowaniu się w słuszne sprawy.

W.Sz.: Dowiedziałam się, że taka piłka, której nie możesz odebrać, nazywa się smecz. Oboje posyłamy sobie takie piłki, nie podejmując wątku drugiego gracza. Jednak, ponieważ nie gramy, tylko rozmawiamy, możemy wrócić do pominiętego wątku, czyli na przykład twojej propozycji uczenia młodych terapeutów zabawy. Czy jest ono trudne? Wymagałoby pomysłu, a nawet programu, jak je realizować. I przekonania ludzi, że zabawa jest ważną umiejętnością czy nastawieniem do życia, na którym warto się skupić. Myślę tu o wszystkich: tych, co uczą, a także tych, którzy są nauczani. Taki warsztat na sympozjum byłby kroplą w morzu potrzeb. Nie wiem też, czy potrafiłabym go poprowadzić. W niektórych nurtach psychoterapii są elementy zabawy, jak na przykład w warsztacie kreatywnego działania prowadzonym kiedyś przez Wojtkę Eichelbergera. Ale mnie chyba chodzi bardziej o zmianę w mentalności ludzi niosących pomoc, żeby nie zaniebdywali zabawy w terapii oraz żeby dbali pod tym względem o swoich pacjentów, którzy ją odsunęli. Może jednak to jest trudne zadanie i dlatego unikamy angażowania się w przekazanie tej umiejętności młodszym kolegom. Zawsze dobry jest własny przykład i dlatego pytałam cię, jak się bawiłaś. Również dlatego, że reprezentujesz środowisko, które ma opinię takiego, które w trudnych czasach umiało się dobrze bawić. Pamiętam imprezy kliniczne, podczas których działy się rzeczy, które inni, młodzi, też wspominają jako fantastyczne, niepowtarzalne! Dzisiaj nie ma takich spotkań. Powiesz może, że są inne, równie atrakcyjne dla kolegów z pracy. To czemu oni narzekają, że duch wspólnej zabawy gdzieś odleciał? Może trochę tu chodzi o brak wspólnoty mającej mniejszą wartość w dzisiejszym świecie?

J.B.: Od lat staram się zainteresować profesjonalistów zdrowia psychicznego bajkami, legendami i mitami, wskazując wiele możliwości ich interpretowania. Publikuję anegdoty z życia Katedry Psychiatrii, a wszystko ubarwiam zachętą do przyjemności w gotowaniu i jedzeniu.

W.Sz.: Rzeczywiście w tej kwestii trudno ci coś zarzucić. Z przyjemnością poznajemy twoje mniej lub bardziej poważne zabawy słowne oraz inne utwory, nie mówiąc o zajądaniu się daniami twojego pomysłu. Bardziej mi chodziło o to, abyś mi pomógł odkryć — co

zresztą dzieje się w tej rozmowie — dlaczego jednym ludziom łatwiej jest się bawić, a innym dużo trudniej. A po drugie, co zrobić, aby tę różnicę chociaż trochę wyrównać „w górę”. Zawsze mnie to nurtowało i może dlatego cię tak gnębię w tej rozmowie. Staram się sobie przypomnieć sytuacje ze swojego życia, które mnie zachęcały do zabawy, na przykład zakładania kabaretu w szkole. Wyobrażam też sobie ciebie w harcerstwie, które z pewnością przyczyniło się do zdobycia różnych sprawności, potem rozwijanych. Właśnie chodzi mi o dotarcie do momentu powstania potrzeby zabawy już w wieku szkolnym i utrzymania się jej później, gdyż z pewnością mieliśmy z tego korzyści. I do tej pory mamy — na przykład ty z pisaniami, ja z czytania limeryków.

J.B.: W ostatnich latach w psychiatrii z upodobaniem używa się terminu neuroróżnorodność, który niby znaczy, że ludzie mają cechy odmienne i różnią się jedno od drugiego. Ale przedrostek neuro — wskazuje, że ta różnorodność ludzi wiąże się z odmiennociami ich mózgow. Nie wynika z tego terminu jednoznacznie, czy różnice grupują się w typy, czy typy stworzyła nauka, żeby łatwiej poruszać się w tej różnorodności. W spektrum różnic są i te odnoszące się do zabawy, poczucia humoru, potrzeby tworzenia, no i lenistwa. A psychologia dostarczyła koncepcji dysfunkcji układu motywacji i idei prokrastynacji. Wydaje mi się, że nie istnieje jeden sposób promowania zabawy w wychowaniu dzieci, prewencji zaburzeń psychicznych i ich leczeniu. Warto jednak dbać o jej pozycję, żeby władza i merkantylizm nie zepchnęły jej na margines.

W.Sz.: Czyli, podsumowując naszą rozmowę, powinniśmy podkreślić dbałość o wartościową zabawę jako element prewencji zaburzeń psychicznych. Nadajemy temu zagadnieniu poważne znaczenie i możemy, a nawet powinniśmy, je upowszechniać. Mam nadzieję, że trochę się nam to udało w naszej rozmowie. Czy chciałbyś jeszcze coś do niej dodać, co by mogło wzmocnić nasz przekaz?

J.B.: Udało ci się zakwestionować zasadność napomnienia o marnotrawieniu czasu w zabawie. Zabawa nie jest stratą czasu, a praca, do której zachęcają słowa piosenki, nie polega tylko na produkowaniu rzeczy. Mit Syzyfa to opowieść o pracy żmudnej, bez przyjemności i bez widomego efektu, a wykonywanej za karę. Wplecenie w pracę elementów zabawy nadaje jej inny wymiar, wymiar wolności. Nie swawoli, tylko wolności.

W.Sz.: Właśnie! Bardzo dziękuję Ci za rozmowę, bo była ona prawdziwą dla mnie przyjemnością.

J.B.: Ja też dziękuję. Jak widać fikanie koziołków to nie jedyny sposób bawienia się.