



Sztuka leczy!

2024-08-16

Wystawa multimedialna „Kaplica Sykstyńska. Dziedzictwo” na Wesolej stała się wyjątkową okazją do doświadczenia terapeutycznych korzyści płynących z obcowania ze sztuką. Pacjenci i personel Kliniki Psychiatrii Dorosłych, Dzieci i Młodzieży Szpitala Uniwersyteckiego w Krakowie mieli możliwość bezpłatnego zwiedzania tej niezwyklej ekspozycji.

W wydarzeniu wzięło udział 49 osób, w tym 35 pacjentów oraz 14 opiekunów (lekarzy, psychologów i pielęgniarek). Dla wielu z nich była to okazja nie tylko do podziwiania artystycznego kunsztu renesansowych mistrzów, ale również do przeżycia chwili wyciszenia i refleksji.

– Arteterapia, czyli leczenie poprzez kontakt ze sztuką, była stosowana już ponad cztery tysiące lat temu w Mezopotamii, a od XIX wieku jest pełnoprawnym elementem terapii wykorzystywanym we współczesnej medycynie – podsumował Piotr Kochowicz, psycholog i psychoterapeuta z kliniki. – Wiele wyników badań sugeruje, że podziwianie sztuki oraz refleksja nad nią ma pozytywny wpływ na leczenie zaburzeń psychicznych.

Ta forma terapii szczególnie korzystnie wpływa na osoby starsze. Badania prowadzone w tej grupie dowodzą, że zwyczajne oglądanie obrazów zmniejsza stres, poprawia koncentrację, pozytywnie wpływa na jakość życia osób z zaburzeniami poznawczymi, a nawet redukuje ból. Ponadto badania sugerują, że kontakt ze sztuką jak i z naturą pozwala na zmniejszenie dawek leków psychiatrycznych przyjmowanych na stałe oraz doraźnie. Co jest niezwykle cenne w długoterminowej opiece nad pacjentami.

– Wyniki tych badań nie są zaskakujące dla personelu Szpitala Uniwersyteckiego – dodaje Piotr Kochowicz. – Pacjenci naszego oddziału od wielu lat uczestniczą w poza-oddziałowych zajęciach arteterapeutycznych, które realizujemy dzięki hojności różnych gospodarzy.

Pozytywne efekty takich wizyt zazwyczaj są nie do przecenienia. Sami pacjenci relacjonowali, że wizyta w swego rodzaju replice Kaplicy Sykstyńskiej pomogła im się wyciszyć, uspokoić i wprawiła w lepszy nastrój. Co ważne, skłoniła też do wielu refleksji, które do dziś oddziałują i wykorzystywane są w pracy terapeutycznej.

Lekarz psychiatra – Magdalena Zybala-Pawłowska skomentowała – Za takie momenty uwielbiam pracę psychiatry. Pozwalają na uchwycenie tych chwil, dzięki którym można lepiej poznać pacjenta, co sprawia, że leczenie przebiega sprawniej i efektywniej.

Pacjenci kliniki wspominają zwiedzanie jako:

- Niezwykłe doświadczenie. To było przepiękne. Chciałam patrzeć wszędzie na raz! Na pewno pójdę tam ponownie – pani Krystyna, 69 lat.
- Nie chciało mi się tam iść, bo nie lubię tych starych malowideł. Ale technologia, w której to pokazali,



**Magiczny
Kraków**

robiła wrażenie... – pan Adam, 24 lata.

– Mnóstwo ciekawostek, których na żywo się nie dowiedziałam. No i można zobaczyć wszystko z bliska! – pan Krzysztof, 43 lata.

– Komfort oglądania w takim przybliżeniu jest nieoceniony. Na żywo (w Kaplicy Sykstyńskiej w Rzymie) było tłoczno, niewyraźnie, daleko... Tu robiło to wrażenie „na żywo” ale w tej formie cyfrowej chyba było znacznie lepiej. Na pewno wyraźniej. Można było dostrzec szczegóły, których nie widać na żywo – pani Katarzyna, pielęgniarka.

Z inicjatywą tą wyszli organizatorzy projektu, którzy chcą umożliwić doświadczenie tej wyjątkowej formy sztuki każdemu. Wspólne chwile spędzone wśród arcydzieł sztuki miały nieocenioną wartość terapeutyczną, przyczyniając się do poprawy samopoczucia i ogólnego stanu zdrowia pacjentów. Sztuka nie tylko leczy, ale także inspiruje i przynosi ukojenie – to przesłanie, które na długo pozostanie w sercach wszystkich uczestników tej wizyty.

Wystawę zobaczyć można przy ul. Śniadeckich 15.

Więcej informacji: www.kaplica.art.