

Psychoterapeutyczne funkcje tatuażu

Psychotherapeutic functions of tattoo

| WSTĘP

Skóra stanowi największy organ ciała pełniący wiele różnorodnych funkcji, nie tylko biologicznych, ale także psychologiczno-psychoterapeutycznych. Stała się ona bowiem pierwszym obszarem kontaktu z drugim człowiekiem, odbiera od niego bodźce, absorbuje pewne płynące z zewnątrz doświadczenia, stanowi swoistą barierę chroniącą wewnątrz przed czynnikami zewnętrznymi.

Skóra jest również swoistym „płótnem”, na które rzutowane są własne fantazje i lęki. Służy do zapisywania, przedstawiania, często nawet obwieszczania rozmaitych komunikatów, przekazywania wiadomości. Można to dostrzec już podczas analizowania funkcji, jaką pełni zostawianie trwałych śladów na skórze w różnych czasach i kulturach. Dokonywano tego za pośrednictwem tatuaży, kolczykowania i skaryfikacji. Wymienione praktyki mają, poza światem Zachodu, wielowiekową tradycję. Ludzie przystrajają skórę za pomocą tuszu i popiołu już ponad 5000 lat. Tradycja znakowania ciała nierazko już wówczas stanowiła symbol odwagi, stworzenia i umocnienia relacji, a także metodę leczenia chorego ciała i psychiki oraz uzyskania nowego statusu. Każdy taki rytuał można podzielić na trzy fazy: oddzielenia się od poprzedniej tożsamości; graniczną, inaczej zwaną przejściową i ostatnią, w której osoba zazwyczaj godzi się ze swoim nowym statusem, potwierdzonym poprzez znaki na ciele umiejscowione w widocznych miejscach.

Autorem pierwszego historycznego opisu tatuażu był James Cook. Początkowych źródeł tej praktyki można się więc dopatrywać na wyspach Pacyfiku.

Następnie pojawiła się ona wśród marynarzy, przez długi czas pozostając domeną mężczyzn z klasy robotniczej. Komercyjny rozwój tatuaży rozpoczął się w drugiej połowie XIX wieku, upowszechniły się one dzięki sztukom cyrkowym. Na początku ubiegłego stulecia pojawiały się w miejscach otoczonych złą sławą i wkrótce zaczęto je jednoznacznie kojarzyć z określonymi grupami – gangami motocyklowymi i ulicznymi oraz przestępcami. W latach 70. i 80. XX wieku, dzięki punk rockowi, stały się krzykiem mody wśród młodych buntowników, a obecnie stanowią często element estetyki. Zaskakująca wydaje się więc ewolucja postrzegania tatuażu od jego korzeni do międzynarodowych pokazów mody. Zachęca ona do przyjrzenia się, czy ta praktyka, rozwijając się w rozmaitych czasach i kulturach, ma podobne funkcje [1-3].

| FUNKCJE TATUAŻU

| **Odrodzenie i odzyskanie „Ja”**

Wykonywanie tatuażu przez długi okres kojarzono z praktykami dewiacyjnymi. Już w 1933 roku psychoanalityk Albert Parry określił tę metodę zdo-bienia ciała jako „tragiczne poronienie narcyzmu”, dowód na homoseksualność, wówczas uznawaną za chorobę, a nawet swoiste źródło masochistycznej przyjemności. W późniejszych badaniach zwracano uwagę na obecność cech antyspołecznego zaburzenia osobowości – niedostosowania społecznego i emocjonalnego, zwiększonej agresji interpersonalnej oraz impulsywności – wśród osób posiadających trwałe rysunek na ciele. Ich metodologia pozostawała jednak wiele do życzenia [1].

Daisy Miriam Skrzypek¹
Ewa Skrzypek²

¹ Zakład Medycyny Sądowej, Warszawski Uniwersytet Medyczny ul. Oczki 1 02-007 Warszawa
M: +48 604 075 560
E: daisy.skrzypek@wum.edu.pl

² Studium Historii Medycyny, Warszawski Uniwersytet Medyczny, ul. Żwirki i Wigury 63 02-091 Warszawa
M: +48 604 075 561
E: ewa.skrzypek@wum.edu.pl

Autor korespondencyjny
Ewa Skrzypek
E: ewa.skrzypek@wum.edu.pl

»» 510

| STRESZCZENIE

Tatuaż stanowi jedną z popularnych możliwości modyfikacji ciała. Współcześnie wiele uwagi poświęca się jego roli estetycznej. Celem pracy było przyjrzenie się jego możliwym znaczeniom psychologicznym i funkcjom psychoterapeutycznym, których przeglądu dokonano w niniejszym artykule.

| ABSTRACT

Tattoo is one of the most popular body modification possibilities. Nowadays, much attention is paid to its aesthetic function. The aim of the study was to review possible psychological and psychotherapeutic implications of the tattoo.

otrzymano / received
18.08.2017

poprawiono / corrected
30.08.2017

zaakceptowano / accepted
04.09.2017

Słowa kluczowe: tatuaż, psychoterapia, skóra

Key words: tattoo, psychotherapy, skin

Biorąc pod uwagę popularność tatuażu, trudno jednak uznać, że każda osoba, zdobiąca w ten sposób swoje ciało, ma jakieś problemy natury psychologicznej. Analizując wykonywanie go z psychoterapeutycznego punktu widzenia, należy więc świadomie unikać pewnej pułapki polegającej na stereotypizacji i patologizowaniu pewnych zachowań oraz skoncentrować się na jego ujęciu rozwojowym. Decydujące wydaje się tu nasilenie tych praktyk oraz ich kontekst. Często ktoś posiadający jeden lub dwa tatuaże postrzegany jest jako podążający za modą, dbający o siebie; inaczej interpretuje się wygląd osoby, której całe ciało pokrywane tatuażami, czasem jest to nawet godne podziwu. Jednak w dalszym ciągu nie świadczy to o objawach zaburzeń natury psychiatrycznej.

Zachowania takie można uznać za próbę poszukiwania duchowego spełnienia na drodze kwestionowania cielesnych ograniczeń, a tym samym często „cywilizowanej współczesności”. Wyraźnie wybrzmiewa tu więc pogląd o negatywnym zachodniego świata na rzecz pozytywnego postrzegania „dzikości”. Zredukowanie zdobienia ciała do kontekstu jego powiązania z obecną kulturą Zachodu zapewne świadczy o konieczności nadania mu nowego znaczenia, w szczególności w odniesieniu do indywidualnych funkcji psychicznych, jakie pełni we współczesnym świecie. Niezwykle często stanowi to wyraz określenia własnej odrębności, poczucia kontroli zarówno nad swoim ciałem, zdefiniowania go na nowo, jako zdolnego „do wszystkiego”, jak i własnym życiem. Komunikat ten silnie rezonuje z postawami obserwowanymi w alternatywnych grupach kobiecych, na przykład lesbijskiej, gdzie członkinie w ten sposób jakoby odzyskują swe ciała, poddane, w ich poczuciu, swoistemu „uciskowi”. Już sama decyzja o wykonaniu tatuażu może stanowić symbol wzmocnienia, buntu lub samostanowienia o sobie – być oznaką inności, oddzielenia się od członków rodziny oraz dominującej grupy społecznej, w której się dorastało. Często więc towarzyszy to okresowi adolescencji, kiedy młoda osoba usiłuje stworzyć odrębną tożsamość i z dumą się nią cieszyć. Niejednokrotnie jednak owe poczucie wolności i autonomii jest złudzeniem. Nie ma bowiem możliwości stworzenia nowego „Ego” jedynie poprzez ozdobienie powierzchni ciała. Niezależnie więc od ilości tatuaży wykonanych przykładowo przez ofiarę molestowania seksualnego, to traumatyczne doświadczenie na zawsze pozostanie częścią jej „Ja”.

W niektórych przypadkach znakowanie ciała nabiera znaczenia psychicznego głównie z powodu samego procesu fizycznej transformacji. Ujmując to psychoterapeutycznie, można posłużyć się symbolem powrotu do porodu bez znieczulenia oraz towarzyszącego mu bólu. Blizny stanowią konkretny dowód zniesionego cierpienia i ozdrowienia, symbol wytrwałości. „Testowanie wytrzymałości swojego ciała” jakoby okazuje się wyrazem stworzenia nowego, istotnego wymiaru swojej osobowości, a to ostatnie jest swoistym zobowiązaniem wobec samego siebie. Pozwala więc na narodziny „prawdziwego Ego” lub powołania do życia ważnych jego obszarów. Dodatkowo podkreślają to opisy przyjemności dbania o gojące się rany, które

można porównać do opieki nad noworodkiem, stawania się dla siebie kochającą matką, troszczącą się o własne „niemowlęce Ja” oraz zyskującą pełną kontrolę nad nowym „zastrzykiem życia”.

Nie bez znaczenia pozostaje więc relacja z tatuażystą, która powinna być oparta na zaufaniu. Osoby zdobiące w ten sposób swoje ciało nierzadko bowiem traktują to, niezależnie od poglądów religijnych, jako przeżycie duchowe – bezgraniczne oddanie się osobie trwale modyfikującej ich tożsamość. Dotyk tatuażysty jest postrzegany natomiast jako troska, co może przywołać na myśl relację z matką, choć tu granica między delikatnością a „przemocą wywieraną na ciele” nierzadko jest cienka. Interesujące jest również to, że często same osoby wykonujące tatuaż mniej lub bardziej świadomie opisują „uczucia macierzyńskie” wobec swoich klientów, na przykład porównując swoją pracę do narodzin dziecka, którego już prawdopodobnie więcej nigdy nie zobaczą [1-4].

I POWŁOKA CIERPIENIA

Znakowanie skóry, mimo obecnej popularności, nieustannie jest nośnikiem pewnych znaczeń, opowiada jakąś niepowtarzalną historię. W wielu przypadkach bardzo istotne jest aktywne uczestnictwo w kreowaniu obrazów na własnej skórze – samodzielne ich wymyślanie, przerabianie projektów już istniejących, negocjowanie z tatuatorem ostatecznej ich formy czy zamawianie u specjalisty zapewniającego wiarygodność na dany rysunek. Gwarantuje to bowiem tak zwaną „unikatowość osobistego znaku tożsamości”, co pozwala na indywidualne utożsamianie się z wybranym wzorem. Dla niektórych osób stanowi to metodę odzyskania własnego „Ja” poprzez „odrodzenie” swojego ciała w momencie wrażenia, że ktoś inny rości sobie do niego prawo. Widoczne jest to na przykład wśród kobiet po mastektomii, próbujących powrócić do dawnego fizycznego i seksualnego obrazu ciała. Wykonane wówczas tatuaże można nazwać swoistą „zbroją psychiczną”. Często wykorzystywane są również obrazy, napisy, symbole znalezione w Internecie; inspiracje dziełami znanych artystów, postaciami mitologicznymi czy z kreskówek; wzory zauważone na ciele innych czy wybrane w katalogach w studiach tatuażu. Dla takich osób istota projektów zdobienia ciała wyraża się przede wszystkim w wyborze danego rysunku i nadawanym mu znaczeniu – jest więc również na swój sposób niepowtarzalna i indywidualna, stanowiąc kreatywną reinterpretację poprzez nadanie im własnego sensu.

Często tatuaż stanowi formę gratyfikacji, „przyjemnego prezentu”, za doznane przykrości, wysiłki czy odniesione sukcesy. Pozwala on wówczas zrobić coś dla siebie, uwolnić własne emocje, czasami w nieczytelnej dla innych wprost postaci. Maskowanie emocji za jego pomocą przybiera natomiast dwie formy: ukrywania negatywnych uczuć, najczęściej poprzez wykonywanie trwałego rysunku na ciele o radosnym wydźwięku lub silnej wewnętrznej podatności na zranienie poprzez „twardzielski” tatuaż, pozornie trzymający innych „na bezpieczną odległość”.

Istnieje również niezwykle wiele narracji, w których zdobie nie ciała jakoby przykrywa doświadczenie przemocy, uprzednio na nim zapisane; stanowi symbol odrzucenia obcego i inwazyjnego obiektu, oswobodzenia. Jest metodą leczenia „zranionego miejsca”, pozostałości bólu własnych doświadczeń. Wykonanie tatuażu w kryzysowym okresie pozwala na poczucie się spójną całością. Ulnik, porównując to do zaburzeń dermatologicznych, wskazuje, iż znakowanie ciała często wskazuje na próbę obrony jego granic, służy zakotwiczeniu „Ego” w ciele [1].

Jak już wspomniano wcześniej, wytworzenie „drugiej skóry” poprzez naniesienie na nią znaków może świadczyć o „pseudoniezależności”, a tym samym zastępczo mieścić wewnątrz jednostki, jej aparat psychiczny, pozwalając na uniknięcie rozpadu własnego „Ja”. „Zdrowa” skóra, należycie pełniąc funkcję ochronną, w znaczeniu psychoterapeutycznym daje poczucie bezpieczeństwa. Gdy jest ona wadliwa lub „nie istnieje”, można ją obrazowo nazwać „powłoką cierpienia”. Zamiast bowiem troskliwie otaczać własne „Ego”, zdaje się je „więzić”.

Moment wykonania tatuażu, w szczególności pierwszego, również rzadko kiedy jest przypadkowy. Na przykład okazuje się nim uświadomienie sobie własnej homoseksualnej orientacji, zmiana miejsca zamieszkania, narodziny dziecka. Znakowanie ciała koresponduje więc często z bardzo osobistymi, wręcz intymnymi obszarami doświadczeń jednostki. Następuje tu „podwójna prywatyzacja” tatuażu w chwili umieszczenia go na ciele danej osoby, czyli uczynienia go osobistą własnością oraz podczas nadawania mu indywidualnych znaczeń [5]. Warto jednak zauważyć, że przekaz wykonanego trwałego rysunku najczęściej jest skierowany do samego siebie, a nie do szerokiej publiczności. Można więc zaryzykować stwierdzenie, że nierzadko okazuje się swoistą metodą psychoterapii. Tatuaz, zarówno jego forma wizualna, jak i opisywany powyżej osobisty przekaz, pozwala na wyrażanie ważnych treści tożsamościowych i wywieranie wpływu na siebie, własne postępowanie, swoją codzienność. Stanowi narzędzie wewnętrznej mobilizacji, motywujące do podjęcia działania, zapanowania nad swoim życiem, wzięcia za nie odpowiedzialności; swoisty „wentyl bezpieczeństwa” dający poczucie ulgi, uwalniający od napięcia [1, 4].

| PRZEMOC WIZUALNA

Tatuaz nierzadko stanowi też widoczny komunikat, że w życiu danej osoby dzieje się coś niepokojącego. Jednostka, pozornie zasłaniając swoje ciało, wyraźnie ujawnia swój ból. Celem znakowania skóry, w przeciwieństwie do korzystania z zabiegów chirurgii plastycznej, będących najczęściej próbą ujednoczenia swojego wyglądu, dopasowania się do obowiązujących kanonów piękna, jest pragnienie bycia postrzeganym jako ktoś inny, jako duma z odwagi bycia sobą. Można więc postawić hipotezę, iż skóra staje się opisywaną na początku barierą chroniącą przed spotkaniem z inną osobą. Koreluje to na przykład z również wspomnianym wcześniej ruchem punkowym, którego istotą było upublicznianie swojego bólu. Wygląd zewnętrzny

punkowców komunikował ich stan wewnętrzny: wściekłość i rozżalenie oraz często wzbudzał poczucie odrazy i zagrożenia.

W przypadku dysmorfofobii tatuaz może więc mieć także podwójną rolę: zarówno odślaniania, jak i zakrywania pewnych części ciała. Tym samym uwidacznia on skalę różnicy pomiędzy własnym „Ego” a zewnętrznym lub nawet wewnętrznym światem jednostki. Oswojenie ciała jest równoznaczne z zapanowaniem nad nim, poskromieniem jego naturalnych procesów oraz kształtowaniem go jakoby na nowo, zgodnie z własnymi wyobrażeniami.

Nasuwa się więc pytanie: z czego wynika potrzeba mnożenia tatuaży i nieustannego poszukiwania nowych inspiracji, wzorów? Osoby posiadające te trwałe rysunki na ciele twierdzą, że, mimo swej pozornej trwałości, jak inne opakowania, nudzą się, dezaktualizują; poza tym nie sposób pomieścić na ciele wszystkiego, co jest do powiedzenia czy pokazania. Próba uchwycenia swojego „Ja”, własnej tożsamości, jest więc ciągłym procesem, a nie jednorazowym aktem.

Widoczne są tu też elementy myślenia magicznego; tatuaze jako „magiczne” obiekty pozwalają na ingerencję w „Ego”, a tym samym zmianę tożsamości. Mają wpływ na kierowanie energią zapisaną w jednostce, w związku z czym mogą chronić przed zarówno wewnętrznymi, jak i zewnętrznymi zagrożeniami [1, 2, 4].

| SWOISTA DEKORACJA

Wiele osób, opowiadając o swoich projektach tatuażu, wskazuje na ich rolę dekoracyjną. Istotna jest więc dbałość o wygląd zewnętrzny, postrzeganie estetyki, a tym samym autoprezentacja, będące konsekwencją współczesnego „kultu ciała”. Trwałe znakowanie ciała to niezwykle wygodna ozdoba, której „nie trzeba zdejmować, jak eleganckiej biżuterii ani nakładać każdego ranka, jak makijażu”. Nosząc ją, można czuć się zarazem komfortowo, jak i „w swojej skórze”. Wzrost poczucia atrakcyjności podnosi samoocenę, umożliwia uporanie się z brakiem akceptacji własnego ciała czy kompleksami. Tatuaze, w zależności od potrzeb, dodają często także męskości lub kobiecości oraz innych cech, społecznie pozytywnie kojarzonych z atrybutami danej płci, na przykład twardości czy delikatności. Są sposobem na pozabawienie się „bezpłciowości”. Rysunek na ciele, o czym już wcześniej wspomniano, jest swoistą formą autokreacji, estetycznej samorealizacji, będącej wstępem do wprowadzenia pomysłów na życie. Tatuowanie może więc stanowić „refleksyjny estetycznie gest”, obiekt doznań poczucia przyjemności czy nawet zachwyty, zwiększać własną wyrazistość.

Ten „estetyczny moment” w wielu przypadkach polega na zatartciu granic między życiem a sztuką, a artystycznym przekształcaniem swojej codzienności. Niejednokrotnie bowiem znakowanie ciała postrzegane jest jako tworzenie autorskiego projektu artystycznego na własnej skórze, porównywanej wówczas do płótna, a nawet „prywatnej galerii”. Tatuaz często stanowi wtedy „dzieło życia”, jedno z najistotniejszych, najbardziej czasochłonnych i pracochłonnych dla danej jednostki [4].

I WOLNOŚĆ DO WYRAŻANIA SIEBIE

Wypowiedzi osób zdobiących swoje ciało: „Tatuuję się, ponieważ chcę”, „Tatuuję się, ponieważ mogę”, „Tatuuję się, ponieważ mam do tego prawo” świadczą o istocie wolności od ograniczeń stanowiących przeszkodę w realizacji swojego „Ja”. Niezwykle ważna jest zatem możliwość przeciwstawienia się nieautentycznemu, opresyjnemu wizerunkowi własnej osoby, stworzonemu przez innych. W tym wypadku znakowanie ciała to negocjowanie prawa do decydowania o własnym życiu i osobistej wolności, swoisty gest wyzwolenia, upodmiotowienia swojej osoby.

Jest to silnie powiązane ze stereotypizacją zjawiska tatuauza, wynikającą z jego wcześniej pokrótce przedstawionej historii. Symboliczne przypisanie się bowiem do grup negatywnie postrzeganych społecznie nonkonformistów, buntowników, outsiderów czy nawet przestępców, może stanowić komunikat informujący jednostkę oraz jej otoczenie o decyzji kształtowania siebie wbrew wszelkim ograniczającym determinacjom, niechęci do bezmyślnego szufladkowania, klasyfikowania oraz mieszcznia się w wyznaczonej przez znaczącą większość „normie”.

Deklaracja osobistej decyzyjności, niezależności i wolności pozwala na realizowanie tej ostatniej, doświadczanie jej, osiągnięcie poprzez samodzielne działania. Widoczne jest więc tu znów poczucie sprawstwa, swoistej kontroli nad sobą i codziennym życiem, której zakres można nieustannie samemu negocjować.

Nie należy jednak zapominać, iż zbyt wyraźne uzewnętrznianie swojej inności może nieść za sobą przykre skutki uboczne, niejednokrotnie wykluczające z istotnych obszarów życia społecznego – czasem przemoc fizyczną, a najczęściej bycie obiektem werbalnych ataków czy stygmatyzacji. Ta ostatnia zaś, nierzadko początkowo pozornie wzmacniająca „Ego”, często zaczyna stanowić źródło negatywnych emocji, na przykład lęku, stanowiąc na nowo ryzyko utraty poczucia bezpieczeństwa i własnej tożsamości [3-5].

I PODSUMOWANIE

Zarówno sama skóra, jak i jej tatuowanie mogą pełnić różnorodne, często nieświadome psychologiczno-psychoterapeutyczne funkcje; zaprzeczać rozłące i utracie; być próbą pozornego oddzielenia się, zakrycia wstydlivego, w czymś mniemaniu, ciała czy zaradzenia niespójności własnego „Ego”. W niektórych przypadkach też mogą stanowić wyraz żalu wobec innej osoby czy próbę desperackiego uzyskania wolności do podejmowania decyzji o sobie samym. Czasem są one również wyrazem zwyczajnego konformistycznego podążania za modą, kierującą się przyjętymi kanonami piękna, do których dopasowywanie się może podnosić poczucie swojej atrakcyjności, a tym samym własnej wartości i samooceny. Błędem byłoby jednak potraktowanie tego jako zamkniętej listy oraz jednoznaczna jej interpretacja.

Granica pomiędzy sukcesem odnalezienia własnej spójnej tożsamości a cierpieniem wynikającym ze stygmatyzacji jest jednak cienka. Ta pierwsza najczęściej gwarantuje odpowiednie poczucie kontroli i niezależności, nierzadko natomiast konsekwencją tej ostatniej jest przemoc nieuchronnie doprowadzająca do punktu wyjścia. Konsekwencją „skutecznej psychoterapii tatuauzem” powinno więc być nie tylko pełne, świadome odrodzenie własnego „Ja”. Nie mniej istotne jest bowiem nabycie umiejętności samodzielnego, właściwego korzystania z niego i obdarowywania samego siebie prawem do wolności, ze świadomością istnienia śladów wcześniejszych doświadczeń. Od tych ostatnich można się zaś jedynie konstruktywnie „odgrodzić”. Są one niewymazywalne, bez względu na ilość trwałych rysunków na ciele.

I LITERATURA

1. A. Lemma: *Pod skórą. Psychoanalityczne studium modyfikacji ciała*, IMAGO, Gdańsk 2014, 200-230.
2. U. Karacaoglan: *Tattoo and taboo: On the meaning of tattoos in the analytic process*, The International Journal of Psychoanalysis, 93, 2012, 5-28.
3. C.R. Sanders, D.A. Vail: *Customizing the Body. The Art and Culture of Tattooing*, Temple University Press, Philadelphia 2008.
4. A. Dziuban: *Gry z tożsamością. Tatuowanie ciała w indywidualizującym się społeczeństwie polskim*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2013.
5. M. Tiggemann, L.A. Hopkins: *Tattoos and piercings: bodily expressions of uniqueness?*, Body Image, 3, 2011, 245-250.