

Narracyjne gry fabularne jako droga do nieświadomości

Aleksandra Busse-Brandyk, Dorota Chmielewska-Łuczak

Uniwersytet Wrocławski

Badacze narracyjnych gier fabularnych wielokrotnie analizowali ich potencjalną przydatność w procesie edukacji, nabywaniu i podnoszeniu poziomu kompetencji interpersonalnych oraz podkreślali istotną rolę tych gier w podtrzymywaniu i ożywieniu procesu kulturotwórczego¹. Specyfika gier, zwłaszcza tych o charakterze narracyjnym, dotyczy również silnego oddziaływania w nieświadomej sferze *psyche*, a także ciekawie przeplatających się na polu gry relacji między obszarem świadomości i nieświadomości.

Zgodnie z rozumieniem paradygmatu psychoanalitycznego to właśnie nieświadomość stanowi główną determinantę naszego życia zarówno psychicznego, jak i społecznego. Właściwy przepływ informacji pomiędzy tą częścią *psyche* a świadomością jest koniecznym warunkiem rozwoju². Narracyjne gry fabularne ze względu na swoją charakterystykę wydają się metodą pomocniczą, która może wspierać proces uświadamiania treści nieświadomych. Należy wszakże podkreślić, że w związku z możliwością aktywizacji tych ostatnich narracyjne gry fabularne (poza wspieraniem rozwoju psychicznego) mogą również stwarzać pewne zagrożenia. Zanim jednak przejdziemy do szczegółowego omówienia powyższych zagadnień, przyjrzyjmy się dokładnie pojęciu nieświadomości.

¹J. Szeja, *Między baśnią a dramą. Narracyjne gry fabularne i konteksty kulturowe*, w: *Kultura Popularna*, nr 1, red. W. Godzic i in., Kraków 2002; W. Zagórska, *Uczestnictwo młodych dorosłych w rzeczywistości wykreowanej kulturowo*, Universitas, Kraków 2004; D. Grzybkowska-Lewicka, *Aspekt remityzacyjny w grach RPG (cz. 1)*, w: „ALBO albo. Problemy psychologii i kultury”, nr 3, Warszawa 2001.

²C.S. Hall, G. Lindsey, *Teorie osobowości*, tłum. J. Radzicki. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 2001.

1. Nieświadomość

Przełomu w psychologii dokonał niewątpliwie Z. Freud³. Twierdził on, że przytłaczającą większość życia psychicznego determinuje nieświadomość. Przedmiotem dyskusji stała się przynależność do tej sfery określonych aspektów *psyche*. Teoria Freuda była wielokrotnie rewidowana, natomiast jego koncepcja samej nieświadomości stała się przedmiotem zainteresowania C.G. Junga, E. Fromma i H. Murraya⁴.

1.1. Koncepcja nieświadomości Zygmunta Freuda

Freud zaobserwował, że w życiu zdecydowanej większości jego pacjentów istnieją doświadczenia, których istnieniu oni sami zaprzeczali⁵. Odkrycie to stało się genezą Freudowskiego ujęcia nieświadomości i podwaliną teorii stłumienia⁶. Teoria ta w swej ostatecznej postaci wyróżniała trzy instancje (procesy), których aspekt lub cechę stanowiła nieświadomość:

- Id – „wrodzone, dziedziczne wyposażenie psychiczne z popędami włącznie”⁷. Najbardziej pierwotna, całkowicie nieświadoma część *psyche*, niebiorąca pod uwagę rzeczywistych możliwości zaspokojenia pragnień ani też dostępności obiektów umożliwiających to zaspokojenie. Jest matrycą pozostałych instancji osobowości, które z Id biorą początek i czerpią energię;
- Ego – wykonawcza instancja osobowości, weryfikująca możliwości rzeczywistego zaspokojenia wymagań pozostałych aspektów psychiki. Dysponuje ono także energią *psyche* i rozwiązuje konflikty pozostałych instancji. Zawiera elementy świadome, przedświadome i nieświadome⁸. Jego nieświadomą częścią są strategie obrony przed naciskami Id i Superego;
- Superego – instancja powstająca wskutek identyfikacji z rodzicem tej samej płci, zawiera uwewnętrznione normy moralne, zakazy i nakazy przekazywane dziec-

³ Z. Freud, *Psychopatologia życia codziennego. Marzenia senne*, tłum. W. Szewczuk, PWN, Warszawa 2003.

⁴ C.G. Jung, *Wspomnienia, sny, myśli*, tłum. R. Reszke, L. Kolankiewicz, Wydawnictwo Wrota, Warszawa, 1993; E. Fromm, *Rewizja psychoanalizy*, tłum. R. Saciuk, PWN, Warszawa 1998; H.A. Murray, *What should psychologists do about psychoanalysis?*, „Journal of Abnormal and Social Psychology”, nr 35, 1940, s. 150–175.

⁵ Nie potrafili ich sobie przypomnieć, nie mieli w związku z nimi żadnych skojarzeń, próba koncentracji na nich generowała silny opór.

⁶ Z. Freud, *Psychopatologia życia codziennego...*, op. cit.

⁷ Por. Z. Freud, *Poza zasadą przyjemności*, tłum. J. Prokopiuk, Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 1976.

⁸ Świadomość – bieżące spostrzeżenia i myśli znajdujące się w polu uwagi; przedświadomość – wspomnienia, myśli, spostrzeżenia i uczucia, które nie znajdują się w polu uwagi, ale łatwo mogą zostać włączone w świadomy obszar *psyche*; nieświadomość – stłumione myśli, wspomnienia, uczucia i popędy, których próba przywrócenia do świadomości generuje bardzo silny opór (zob. Z. Freud, *Psychopatologia życia codziennego*, op. cit.).

ku⁹. Ma charakter częściowo nieświadomy. „Id jest całkowicie amoralne, Ego stara się być moralne, Superego może być przesadnie moralne i wtedy staje się okrutne jak Id”¹⁰.

Nieświadomość posługuje się specyficznym językiem, który wymaga rozszyfrowania, jeśli ma być zrozumiany. Dzieje się tak dlatego, że próba przeniknięcia jej treści do świadomości wzbudza negatywne emocje i bardzo silny opór. Im więcej treści zostanie stłumionych, tym większy potencjał energetyczny zablokowany zostanie w nieświadomości – i tym więcej energii, kosztem świadomości, zużywać będą mechanizmy obronne. Może to prowadzić do zakłócenia funkcjonowania Ego lub do jego całkowitego rozpadu¹¹. Dlatego kluczową rolę odgrywa rzeczywista integracja ze świadomą częścią Ego treści nieświadomych¹².

1.2. Koncepcja nieświadomości C.G. Junga

Jung podobnie jak Freud twierdził, że „Świadomość (...) unosi się jak mała wysepka na niezmiernym oceanie psyche”; postulował także pierwotny charakter nieświadomości¹³. Inaczej traktował jednak relację obu sfer *psyche*. Uznawał ją nie za swoisty konflikt interesów, ale za komplementarność. Nieświadomość w jego ujęciu odróżnia od freudowskiej także celowy, twórczy charakter oraz niejednorodność tej sfery. Jung wyróżnił bowiem:

- Nieświadomość indywidualną – składają się na nią treści nazywane przez Freuda przedświadomymi oraz treści wyparte¹⁴.
- Nieświadomość zbiorową – to „odziedziczona możliwość funkcjonowania psychicznego, w ogóle mianowicie odziedziczona struktura mózgową”¹⁵. Składają się na nią typowe dla ludzkości reakcje, np. lęk przed ciemnością, walka z przemocą, ustosunkowanie do miłości czy nienawiści. Jest to odziedziczony wzorzec reakcji i uwrażliwienie na określone zjawiska. Podstawowym konstruktem tej sfery jest *archetyp* – ujawniające się w snach, wizjach, fantazjach, sztuce, motywach ogólnoludzkiej historii i mitologii odbicie instynktu rozumianego jako psychicz-

⁹ Składa się z ja idealnego (obrazu siebie, jakim chce i powinno się być) i sumienia (systemu norm wyznaczającego niedopuszczalne zachowania, myśli i uczucia).

¹⁰ Z. Freud. *Poza zasadą przyjemności*, op. cit., s.138.

¹¹ Ma to miejsce np. w psychozach.

¹² Por. C.G Jung, *Wspomnienia, sny, myśli*, op. cit., s. 15.

¹³ C.G. Jung, *Wspomnienia, sny, myśli*, op. cit., s. 151.

¹⁴ Sfera ta kształtuje się w toku życia jednostki, a charakterystycznym dla niej konstruktem jest *kompleks*, stanowiący grupę autonomicznych, oderwanych od świadomości treści psychicznych (Jung, 1993a).

¹⁵ J. Jacobi *Psychologia C.G. Junga*, tłum. S. Łypacewicz, Wydawnictwo Wodnika, Warszawa 1997, s. 18.

na konieczność. Archetypy „determinują życie psychiczne, mają w nim dominującą funkcję”¹⁶. Kontakt archetypów z nieświadomością umożliwiony jest przez ich związek z kompleksami nieświadomości indywidualnej¹⁷. Archetypy mają swoje źródło w wielopokoleniowych doświadczeniach ludzkości oraz obserwacjach przez nią poczynionych i składają się na treść zbiorowej nieświadomości.

Istnieje wiele różnych archetypów, jednak w myśl teorii Junga ich liczba jest ograniczona możliwościami podstawowych, typowych, uniwersalnych i ponadkulturowych doświadczeń i przeżyć – tych, które nagromadziły się w ludzkiej *psyche* od czasów najdawniejszych wykraczających nawet poza historię gatunku ludzkiego. Jung w opisie archetypów i nieświadomości zbiorowej duży nacisk kładł na to „pierwotne doświadczenie”, które jest poprzez nie przekazywane i reprezentowane. Bardzo istotny jest właśnie fakt, że archetypy są takie same dla całej ludzkości, mają filogenetyczny charakter – jak wielokrotnie podkreślał Jung¹⁸. Znaleźć je można we wszystkich religiach, mitologiach, baśniach, bajkach, w wytworach szeroko pojętej sztuki, ujawniają się również w marzeniach sennych, fantazjach i wizjach¹⁹.

Jung zakładał, że psychiczny rozwój człowieka dokonuje się dzięki integracji treści nieświadomych. Cel rozwoju stanowi dążenie do jednoczenia nieświadomego i świadomego oraz indywidualnego i zbiorowego aspektu *psyche*. Rozwój ten nazwał Jung indywiduacją²⁰. Jej początkiem jest wyłonienie się z pierwotnej nieświadomości Ego oraz nieświadomości indywidualnej. Obie instancje dzięki wzorcom i energii archetypowej konsolidują się, a następnie integrują aspekty nieświadomości zbiorowej wyłonione z uniwersalnych doświadczeń ludzkiej filogenezy. Te niezbędne dla samourzeczywistnienia pełni osobowości archetypy to:

- Cień – „suma wszystkich dyspozycji psychicznych, zarówno osobniczych jak zbiorowych, które – jako że są nie do pogodzenia ze świadomie obraną formą życia – nie mogą być przeżywane, toteż łączą się w nieświadomości, tworząc względnie autonomiczną osobowość cząstkową o tendencjach przeciwstawnych do dominujących w osobowości świadomej. Cień zachowuje się kompensacyjnie w stosunku do świadomości, przeto jego działanie może równie dobrze mieć charakter negatywny, jak pozytywny [...] owa stłumiona, ukryta, najczęściej ma-

¹⁶Ibidem, s. 61.

¹⁷Mają formę statyczną (np. archetyp Słońca) lub dynamiczną (np. różnicowanie się procesów psychicznych), wymiar indywidualny lub zbiorowy oraz biegun pozytywny lub negatywny, za: Jung 1993a.

¹⁸J. Jacobi, *Psychologia C.G. Junga*, op. cit.

¹⁹A. Busse-Brandyk, Narracyjna odmiana gier fabularnych jako forma wspierająca proces rozwoju osoby w paradygmacie psychoanalitycznym, niepublikowana praca magisterska, Wrocław 2006.

²⁰C.G. Jung, *Archetypy i symbole*, Tłum. J. Prokopiuk, Czytelnik, Warszawa 1993, s. 418.

łowartościowa i obciążona winą osobowość, której ostatnie krańce sięgają aż do królestwa naszych zwierzęcych przodków i która tym samym obejmuje cały historyczny aspekt osobowości [...].

Jak dotąd byliśmy zdania, że ludzki cień jest źródłem wszelkiego zła, to teraz, po bliższym badaniu, możemy odkryć, że człowiek nieświadomy (właśnie cień) składa się nie tylko z tendencji moralnie godnych odrzucenia, lecz wskazuje także szereg dobrych właściwości, a mianowicie normalne instynkty, celowe reakcje, zgodne z rzeczywistością spostrzeżenia, twórcze impulsy itp.²¹. Jest to archetyp odziedziczony w toku procesu ewolucji po niższych gatunkach. Uosabia zwierzęcą stronę ludzkiej natury. Obejmuje pojęcie śmierci, grzechu, piekła, złych mocy, kataklizmów itp. W świadomości odpowiada za nieprzyjemne, społecznie nieakceptowane zachowania, uczucia, myśli i działania jednostki, dlatego jest skrywany pod maską Persony lub wypierany do nieświadomości indywidualnej. Ten pierwotny archetyp, reprezentujący gwałtowne i żywotne odzwierzęce instynkty, wywiera znaczny wpływ na osobowość jednostki, dodając jej dynamiczności. Zbiorowy aspekt Cienia rzadko przechodzi do procesów świadomych – inaczej niż jego aspekt indywidualny. Ten ostatni wyraża się w kompleksach, a gdy nie jest uświadomiony: w wypartych pragnieniach.

- Animus i Anima – „Ponieważ anima jest archetypem pojawiającym się w psychice mężczyzny, przeto można przypuszczać, że musi ona mieć swój odpowiednik w psychice kobiety, albowiem podobnie jak w psychice mężczyzny znajduje się kompensujący pierwiastek kobiety, tak i w psychice kobiety zawiera się kompensujący pierwiastek męski”²². Archetypy te funkcjonują jako zbiorowe wyobrażenia o osobie przeciwnej płci, generują obraz partnera idealnego. Anima ze swojej pozytywnej strony staje się uosobieniem ideału piękna i dobra²³. Negatywny aspekt Animy symbolizuje uwodzicielska kurtyzana. Animus pozytywny jawi się pod postacią symboli pozytywnej ekspansji²⁴, zaś negatywny jest symbolizowany przez postacie kojarzone z agresją, tyranią, zaborczością.
- Wielka Matka – Odzwierciedlenie Wielkiej Matki stanowi natura, zarówno w swych pozytywnych aspektach rozwoju, życia, łagodności, płodności, jak i w przejawach negatywnych, np. kataklizmach czy niszczącej mocy żywiołów. Archetyp ten symbolizuje pełnię życia, sił przyrody, przez co jest dwubiegunowy, tak jak dwubiegunowa jest Natura: opiekuńcza, życiodajna, lecz także tajemnicza, niosąca zagładę – i wcale nie traci majestatu. Burza, lawina, tornado mogą nieść zniszczenie i śmierć, lecz jednocześnie jest w nich piękno. Wielka Matka

²¹ C.G. Jung, *Wspomnienia, sny, myśli...*, op. cit. s. 486–487.

²² C. G. Jung, *Archetypy i symbole*, s.75–76.

²³ Opiekunką, czułą kochanką, rozumiejącą partnerką.

²⁴ Postacie bohaterów, zwycięzców, idoli, orła.

jawi się w swym pozytywnym aspekcie jako święta, królowa, zaś w negatywnym pod postaciami czarownicy, diablicy. Często symbolizowana jest przez dwuznaczne obrazy znachorki, szamanki, bogini, które w zależności od kontekstu symbolizować mogą zarówno jasną, jak i ciemną stronę archetypu. Archetyp Wielkiej Matki w swym pozytywnym aspekcie jest więc „matką dobrą”, której cechami są mądrość, współczucie, troskliwość, opiekuńczość; w negatywnym zaś staje się „niedobłą matką”, niosąc wraz z sobą lęk, zniszczenie, mroczne tajemnice, nieuchronność przemijania. Wielka Matka symbolizuje cykl narodzin, śmierci i ponownego odrodzenia.

- Stary Mędrzec – symbolizuje mądrość kultury i duchowość, pełni funkcję przewodnika, nauczyciela. Podobnie jak Wielka Matka jest silnie spolaryzowany²⁵; „Obie postacie, Starego Mędrca i Wielkiej Matki (...) działają fascynująco, a człowiek, który się z nimi zetknie, bez oporu wpada w rodzaj samochwalstwa i megalomanii, jeśli nie potrafi ich doprowadzić do świadomości, rozróżnić, i dzięki temu uniknąć niebezpieczeństwa utożsamienia się z ich zwodniczym obrazem”²⁶.
- Jaźń – „To jest właśnie Jaźń, całkowitość osobowości, która – jeśli wszystko idzie dobrze – pozostaje harmonijna”²⁷. Symbolizuje całość, zjednoczenie wszystkich przeciwstawnych elementów *psyche*²⁸. W swym pozytywnym aspekcie oznacza Całość, harmonię, kosmiczny ład. Jej negatywny biegun reprezentuje pustkę i nieogarniony chaos.

Proces integracji przebiega różnie u obu płci. Zarówno kobiety, jak i mężczyźni na początku konfrontują się z treściami Cienia. Potem kluczowym zadaniem kobiety jest zintegrowanie treści Animusa i Wielkiej Matki, mężczyzny zaś – Animy i Starego Mędrca. Treści archetypu Jaźni w pełni integrowane są bardzo rzadko. Zazwyczaj ten ostatni archetyp jest jedynie nieosiągalnym kierunkiem na drodze ku Pełni²⁹. Na przebieg procesu indywidualizacji kluczowy wpływ mają doświadczenia indywidualne, a także możliwość uczestniczenia w przestrzeni symbolicznej w wymienionych poniżej formach w obecności wspierających osób, które pomogą zrozumieć treści nieświadome, zaakceptować jako własne i zintegrować.

²⁵ Król, czarodziej, mędrzec, jasnowidz, szaman czy guru mogą być obdarzeni mądrością, rozwagą. Mogą być dobrzy, doświadczeni i wyrozumiali, ale mogą również być postaciami nietolerancyjnymi, bezwzględnymi, skąpymi, krytykującymi wszystko malkontentami dążącymi za wszelką cenę do kontroli i władzy (za: Z.W. Dudek, *Na początku była nieświadomość. Psychologia dziecka według Junga*, Eneteia, Warszawa 1997).

²⁶ J. Jacobi, *Psychologia C.G. Junga*. op. cit.

²⁷ C. G. Jung, *Wspomnienia, sny, myśli*, s. 234.

²⁸ Pojawia się w obrazach mandali, czworoboków, kół, dziecka, raj, czwórki czy wyobrażeń krainy szczęścia.

²⁹ C.G. Jung, *Archetypy i symbole...*, op. cit.

1.3. Przejawy nieświadomości

Proces integracji obu sfer *psyche* jest bardzo skomplikowany ze względu na różnicę pomiędzy werbalno-logicznym językiem świadomości a symboliczno-emocjonalnym językiem sfery nieświadomej. Kolejne trudności stwarza rozbieżność krótkofalowych celów obu sfer *psyche*, oddziaływania świata zewnętrznego oraz mechanizmy obronne. Komunikacja pomiędzy nieświadomością a świadomością zachodzi zatem w sposób pośredni (marzenia senne, czynności pomyłkowe, dzieła sztuki, zjawiska kultury, ideały, dowcip, folklor, przysłowia, powiedzenia, mity, baśnie, fantazja, zabawy symboliczne)³⁰.

2. Narracyjne gry fabularne a nieświadomość

Zasadniczą cechą narracyjnych gier fabularnych jest ich ludyczny charakter. Jednak to właśnie dzięki niemu, a także z racji swego symbolicznego charakteru RPG mogą również oddziaływać na proces indywiduacji podmiotu (sfera ludyczna jest ściśle powiązana z treściami symbolicznymi³¹). Wpływ ten może mieć zarówno aspekt rozwojowy, jak i destrukcyjny. Zmienne determinujące rodzaj konsekwencji tych oddziaływań to poziom wglądu i zaangażowania uczestników, a przede wszystkim empatia, otwartość mistrza gry na działania graczy oraz jego wiedza o możliwościach aktywizacji nieświadomości.

2.1. Narracyjne gry fabularne a przejawy nieświadomości

Analizując wymienione powyżej przejawy nieświadomości, łatwo zauważyć, że narracyjne gry fabularne zawierają je wszystkie. Warto też podkreślić, że w odróżnieniu od owych przejawów, w narracyjnych grach fabularnych podmiot jest w znacznym stopniu czynnym twórcą zarówno samej przestrzeni symbolicznej, stosowanych w niej symboli, jak też jej dynamiki, przy jednoczesnej silnej i ukierunkowanej aktywności społecznej.

Sytuacje występujące w NGF, podobnie jak w marzeniu sennym, mają charakter symboliczny i wieloznaczny, dochodzi często do kumulacji znaczeń. Sam motyw snu jako źródła istotnych informacji dla graczy bywa często wykorzystywany przez mistrza gry. Twórczy i interaktywny charakter narracyjnej gry pozwala zrozumieć charakterystyczną dla marzenia sennego dynamikę i symbole, a przez to umożliwić podmiotowi wgląd w siebie i refleksję.

Tworząc swoich bohaterów, gracze niejednokrotnie przypisują im określone przyzwyczajenia. O ile bowiem zachowania symptomatyczne uczestników gry (np. przejęzyczenia, jękanie, nawyki) mogą być dla nich samych zagrażające, o tyle mistrz gry, który

³⁰Z. Freud, *Poza zasadą przyjemności...*, op. cit.

³¹C.G. Jung, *Archetypy i symbole...*, op. cit.

wspiera i ułatwia refleksję nad odgrywaną postacią, może ułatwić graczowi analizę zachowań bohatera, ustosunkowanie się do nich oraz integrację znaczenia tego, co robi postać i jaka ona jest, z treściami ego. Należy jednak pamiętać, że represyjny mistrz gry, pragnący zdominować, a czasem nawet upokorzyć graczy, może wygenerować w bohaterach określone zachowania czy symptomy, które poprzez mechanizm projekcji³², a następnie introjekcję³³ przeniesionych na postać treści lub identyfikację³⁴ z nimi, mogą zostać zintegrowane przez Ego gracza.

Należy również pamiętać, że tworząc swojego bohatera, gracz osadza go w szerszym kontekście kulturowym danego świata. Jeżeli mistrz gry zapewni mu optymalny poziom autonomii, gracz może uczynić to w sposób twórczy i aktywny, co umożliwi odkrycie własnych nieświadomych oczekiwań wobec kultury, pozwala na ekspresję treści Super-ego związanych z religią, hierarchią wartości i oczekiwaniami społeczeństwa oraz ujawnienie nieświadomego ustosunkowania Ego do tych treści. Jeżeli wszakże mistrz gry jest represyjny i uniemożliwia realizację bohaterów w kontekście kulturowym stworzonego świata, może doprowadzić do wzmocnienia mechanizmów obrony Ego graczy.

W swojej istocie narracyjne gry fabularne stanowią połączenie szeroko pojętej sztuki, baśni, mitów, zabawy symbolicznej i elementów fantazji. Mistrz gry, tworząc przestrzeń symboliczną, podobnie jak artysta ma możliwość aktywnej ekspresji swoich nieświadomych pragnień, celów i lęków, a poprzez strukturę stworzonego świata – także organizacji własnej nieświadomości. Jednak dzięki aktywnemu współuczestnictwu graczy otrzymuje informację zwrotną co do swojej twórczości. Gracze z kolei mogą kreatywnie wpływać na przestrzeń symboliczną, z którą się stykają, co daje możliwość wzbogacanie jej własną symboliką. Ludyczny i zarazem symboliczny charakter RPG umożliwia dorosłym korzystanie z dobrodziejstw zabawy symbolicznej, zarezerwowanej społecznie dla dzieci – swobodną, bezpieczną dla Ego ekspresję treści nieświadomych i ich przepracowanie, wypróbowanie nowych postaw i zachowań. Z kolei aktywny kontakt z symboliką mitologiczną i baśniową pozwala na zetknięcie z treściami archetypowymi, zarówno w wymiarze osobowym (indywidualny mit bohatera), jak i zbiorowym (udział bohaterów w tworzeniu mitologii świata)³⁵. W odróżnieniu od klasycznego ujawniania się treści

³² Projekcja – ważna, wyżej rozwinięta obronna struktura psychiczna polega na przypisywaniu światu zewnętrznemu niemożliwych do zaakceptowania impulsów lub myśli wpływających z głębi. Obiektami projekcji mogą być inne osoby lub przedmioty. W efekcie stosowania tego mechanizmu obronnego jednostka widzi swoje własne pragnienia, popędy, myśli, czy zainteresowania tak jakby należały one do kogoś innego, a własne doświadczenia psychiczne postrzega w zafałszowany sposób jako wspólne dla społeczeństwa w dziedzinie rzeczywistości.

³³ Introjekcja – określana również jako zwrócenie się przeciwko sobie. W wyniku zastosowania przez ego tego mechanizmu obronnego obiekt z danego środowiska razem ze swoimi właściwościami staje się częścią wewnętrznych struktur jednostki używającej tej obrony.

³⁴ Identyfikacja – mechanizm obronny, który ma wiele postaci najogólniej rzecz ujmując ego stosując identyfikację przyswaja sobie, przejmuje cechy osoby, która pod wieloma względami jest wzorem psychologicznego funkcjonowania. Identyfikacja jest mechanizmem obronnym kluczowym dla rozwoju superego.

³⁵ J. Campbell, *Bohater o tysiącu twarzy*, tłum. A. Jankowski, Zysk i S-ka, Poznań 1997.

nieświadomych narracyjne gry fabularne umożliwiają swoisty dobór treści ulegających ekspresji. Całkowicie nieświadomy pozostaje jedynie proces aktywizacji sfery nieświadomej. Ludyczny charakter gry, w odróżnieniu od klasycznego procesu analizy treści nieświadomych, zapewnia bezpieczeństwo Ego, dzięki czemu stosowane przez tę instancję mechanizmy obronne są dojrzałe i w niewielkim stopniu zniekształcają rzeczywistość.

2.2. Narracyjne gry fabularne a proces indywidualizacji

W ciągu swojego wieloletniego uczestnictwa w narracyjnych grach fabularnych zaobserwowaliśmy, że sam schemat przygody – bez względu na rodzaj kreowanej rzeczywistości, w której toczy się gra – odzwierciedla w przytłaczającej większości przebieg procesu indywidualizacji³⁶. Bohater, który nie może się pogodzić z istniejącą rzeczywistością, wyrusza na wyprawę, spotyka pewną osobę (może to być kobieta lub tajemnicza, skryta postać), a ta uświadamia mu istniejące zagrożenie. Następnie dochodzi do pierwszego spotkania z Cieniem. Po tej konfrontacji gracz spotyka najczęściej reprezentację Wielkiej Matki lub Starego Mędrca, która udziela mu wsparcia i dalszych wskazówek, ale informuje jednocześnie, że do ostatecznego starcia jeszcze nie doszło. To właśnie wynik tej walki nieodwracalnie wpływa na losy świata gry i wpisuje bohaterów w jego Historię.

Powyższy zarys jest oczywiście bardzo schematyczny. Zdarza się na przykład, że to bohaterowie reprezentują treści Cienia. Wtedy schemat jest niejako odwrócony – gracze walczą z symbolami reprezentującymi Ego, co może prowadzić do destrukcji świata gry lub zintegrować z nim postać, zmieniając świat i nadając mu aspekt witalności i żywotności. Postacie graczy, tak jak i bohaterów niezależnych, są bardzo często personifikacjami archetypów. Klasyczne tego przykłady stanowią:

- Łotr – postać personifikująca archetyp Cienia, preferowana głównie przez dojrzałych graczy. Może mieć bardzo szeroki wymiar: od prostego złodziejzaka, który po prostu chce przetrwać przygodę; przez łowcę nagród czy płatnego zabójcę; aż po bezwzględne spiskowca, który dla osiągnięcia własnych celów będzie gotów poświęcić wszystko, co z moralnego punktu widzenia inni uznaliby za bezcenne. Ta kategoria postaci pozwala graczom uciec na chwilę od zakazów i norm społecznych, a jednocześnie przy dojrzałym mistrzu gry staje się podstawą do konfrontacji z nieakceptowanymi treściami Cienia. Gracz odkrywa, jak bliskie są mu niektóre cechy postaci, widzi, że są jego częścią, dzięki czemu może je sobie uświadomić i zintegrować je z ego. Łotr jak żadna inna postać pokazuje konse-

³⁶ Por. D. Chmielewska-Łuczak, C. Matkowski, *Archetypiczna podróż bohatera w grach fabularnych*, w: A. Surdyk, J. Szeja (red.), *Kulturowotwórcza funkcja gier. Gra jako medium, tekst i rytuał*, tom II, Wyd. Naukowe UAM, Poznań 2007.

- kwencje fascynacji Cieniem i poddania się jego wpływowi. Odmianami postaci, które reprezentują archetyp Cienia mogą być też wampiry czy demony³⁷. Odgrywanie bohatera negatywnego, przekraczającego zasady, naruszającego wartości to również okazja do eksperymentów tożsamościowych, „przymierzania” negatywnej tożsamości, dookreślenia ram własnego systemu wartości. Czasem młody człowiek ustala własne granice, sprawdzając, jak sam czuje się przy ich przekraczaniu³⁸. Co więcej, taka gra może utwierdzić gracza w systemie wartości, który postać łamie w grze („nie chce być tak naprawdę w życiu taki, jak ta postać”);
- Wojownik – personifikacja Animusa. Młodzi gracze (bez względu na płeć) w okresie adolescencji bardzo często wybierają tego typu postacie. Początkowo jest to najczęściej prymitywny barbarzyńca, który przy umiejętnym prowadzeniu kampanii siłą i bezmyślną agresją zaczyna zastępować taktyką i twórczą ekspansją. Ta kategoria postaci pozwala młodym ludziom skontaktować się z archetypem Animusa, jego pozytywnymi i negatywnymi aspektami, i w miarę rozwoju bohatera odkrywać treści tego archetypu w sobie i integrować je. Innymi reprezentacjami tego archetypu mogą być rycerz, samuraj, paladyn, walczący mnich, zwiadowca itp.³⁹.
 - Kapłanka⁴⁰ – reprezentuje treści archetypu Wielkiej Matki. Innymi jego reprezentacjami mogą być uzdrowicielki, szamanki, wróżbitki, wizjonerki. Postacie te pozwalają uczestniczkom gry odkryć w sobie mistyczną moc obdarzania życiem, jedności z naturą i głęboką moc intuicji, a jednocześnie zmuszają do zmierzenia się z nieopanowaną emocjonalnością i potęgą tkwiącej wewnątrz destrukcyjności. Tego typu bohaterki są najczęściej wybierane przez starsze, bardziej doświadczone graczki⁴¹.
 - Mag – personifikacja Starego Mędrca. Stosunkowo często wybierana kategoria postaci, zarówno przez początkujących, jak i dojrzałych graczy. Osoby odgrywające takie role mierzą się z charakterystyczną dla danego świata wiedzą tajemną, kontaktując się przy tym z treściami archetypu Starego Mędrca. Kontakt ten może przebiegać na wielu poziomach rozwoju, od prostej kompensacji – postać będzie uczyła się jak największej liczby zaklęć, czarów, aby zdobyć potęgę i szacunek innych – do głębokiej kompensacji i próby ingerencji w rządzące światem zasady, by doprowadzić je do doskonałości.

³⁷ A. Busse-Brandyk, *Narracyjna odmiana gier fabularnych jako forma wspierająca proces rozwoju osoby w paradygmacie psychoanalitycznym*, niepublikowana praca magisterska, Wrocław 2006.

³⁸ E. Erikson, 1968, za: C.S. Hall, G. Lindsey, *Teorie osobowości*, op. cit., s. 96.

³⁹ A. Busse-Brandyk, op. cit.

⁴⁰ Postać Kapłana ze względu na sposób odgrywania i zadania stawiane postaci przez graczy reprezentuje archetyp Starego Mędrca.

⁴¹ A. Busse-Brandyk, *ibidem*.

Z treściami archetypu Jaźni najgłębiej kontaktują się prowadzący, aktywnie tworząc wtórną rzeczywistość gry, prawa nią rządzące, istoty, które opiekują się nią lub jej zagrażają.

Podsumowanie

Zazwyczaj zarówno mistrz gry jak i gracze nie zdają sobie sprawy z głębi płaszczyzny, z którą się stykają. Może to nieść zarówno pozytywne, jak i negatywne konsekwencje. Z jednej strony tak głęboki, a jednocześnie bezpieczny i interaktywny kontakt z treściami archetypowymi może prowadzić do uświadomienia sobie tych treści i ich integracji. Z drugiej jednak strony istnieje zagrożenie zawładnięcia podmiotu przez treści archetypowe i inflacji Ego⁴². Jest ono szczególnie intensywne przy treściach Cienia – archetypu o najsilniejszym ładunku energetycznym. Całkowita identyfikacja z jego treściami daje poczucie wielkiej wolności i mocy, uaktywnia negatywne bieguny innych archetypów; łatwo wtedy zapomnieć o niezbędnej dla poprawnej indywidualacji pokorze i konieczności pewnego typu kontroli nad tą ciemną częścią siebie. Skutki takiej identyfikacji i jej przeniesienie na świat zewnętrzny mogą być katastrofalne.

Jednakże restrykcyjna i odrzucająca postawa wobec treści Cienia może uniemożliwić graczom zasymilowanie własnej spontaniczności, naturalności, mądrości i siły płynącej z instynktów. Warto, aby mistrz gry, wprowadzając w fabułę treści tego archetypu lub pozwalając graczom je uosabiać, zastanowił się, jakie on sam ma do nich ustosunkowanie, czy gracze i ich bohaterowie są gotowi na spotkanie z tymi treściami oraz co mogą z niego wynieść. Powinien także, choćby w minimalnym stopniu, spróbować przewidzieć samoocenę graczy, ich zaangażowanie w grę i stopień identyfikacji z jej rzeczywistością. Wtedy istnieje duże prawdopodobieństwo, że gra będzie wspierała rozwój uczestników lub nawet pełniła funkcję terapeutyczną. Umożliwiający działanie, pełen wyzwań, ale uporządkowany świat o stabilnych zasadach zapewnia graczom poczucie bezpieczeństwa, które łatwo może zostać przeniesione na kontakt z rzeczywistością zewnętrzną, a nade wszystko ze światem własnej nieświadomości. Z kolei nieprzewidywalny, uniemożliwiający działanie świat gry może generować poczucie osaczenia, osamotnienia i lęku, które mogą ulec analogicznej projekcji⁴³.

Innym zagrożeniem, które mogą implikować narracyjne gry fabularne, jest ujawnienie się tendencji eskapistycznych. Sam kontakt z treściami archetypowymi, niosący silne emocje, poczucie głębi i ważności, może powodować chęć wycofania się z rzeczywistości i pozostania w świecie symbolicznym. Z naszych obserwacji wynika, że zjawisko to

⁴²Inflacja Ego to chwilowy, nieadekwatny przerosł poczucia własnej wartości spowodowany krótkotrwałym napływem dużej ilości energii z nieświadomości – C.G. Jung, *Wspomnienia, sny, myśli...*, op. cit.

⁴³Należy podkreślić, że powyższe twierdzenia mają wyłącznie status hipotezy. Brak jest dotąd prowadzonych w nurcie psychoanalizy lub psychologii analitycznej badań, które mogłyby je empirycznie zweryfikować.

dotyczy sporej liczby graczy⁴⁴. Ma ono jednak charakter przejściowy, a jego efektem jest dużo częściej regeneracja i wzmożona aktywność w świecie zewnętrznym niż długo-trwałe wycofanie. Fabuła odzwierciedlająca proces indywidualizacji, oparta na działaniach bohaterów, wzmacnia wewnętrzne przekonanie ego o możliwościach własnego rozwoju i pozwala odkryć jego ścieżki. Z kolei scenariusz nastawiony na złamanie postaci może prowadzić do utrwalonego poczucia bezsensu i braku własnej wartości.

Innym istotnym czynnikiem jest nastawienie mistrza gry. Empatyczny, otwarty na graczy, refleksyjny prowadzący, skoncentrowany na tym, by wszyscy uczestnicy wynieśli coś z koordynowanej przez niego zabawy – może, mimo czysto ludycznego charakteru gry, wspierać rozwój graczy lub nawet pełnić wobec nich funkcję terapeutyczną. Z kolei osoba prowadząca sesję w celu wyładowania swojej nieświadomej agresji, projektowania lęku lub kompensacji obniżonego poczucia kontroli może generować wyżej wymienione zagrożenia. Już samo obcowanie z treściami nieświadomymi może uruchamiać mechanizmy obronne. Brak wsparcia grupy i niekorzystna postawa mistrza gry mogą nasilać ich działanie. Jedną z często stosowanych form ochrony przed takimi zagrożeniami stanowi dystans do odgrywanej postaci, nieangażowanie się emocjonalnie, niewchodzenie w rolę⁴⁵.

Literatura

- Busse-Brandyk A., 2006, *Narracyjna odmiana gier fabularnych jako forma wspierająca proces rozwoju osoby w paradigmatyce psychoanalitycznym*, niepublikowana praca magisterska, Wrocław.
- Campbell J., 1997, *Bohater o tysiącu twarzy*, tłum. A. Jankowski, Żysk i S-ka, Poznań.
- Chmielewska-Łuczak D., Matkowski C., 2007, *Archetypiczna podróż bohatera w grach fabularnych*, w: Surdyk A., Szeja J. (red.), *Kulturotwórcza funkcja gier. Gra jako medium, tekst i rytuał*. Tom II, Wyd. Naukowe UAM, Poznań.
- Chmielewska-Łuczak D., Matkowski C., 2008, *Kilka uwag o NIEwchodzeniu w rolę*, „Homo Communicativus”, nr 3(5), Wyd. UAM, Poznań.
- Dudek Z.W., 1997, *Na początku była nieświadomość. Psychologia dziecka według Junga*, Eneteia, Warszawa.
- Erikson E., 1968, *Identity: youth and crisis*, Norton, New York.
- Freud Z., 1976, *Poza zasadą przyjemności*, tłum. J. Prokopiuk, PWN, Warszawa.
- Freud Z., 2003, *Psychopatologia życia codziennego. Marzenia senne*, tłum. W. Szewczuk, PWN, Warszawa.
- Fromm E., 1998, *Rewizja psychoanalizy*, tłum. R. Saciuk, PWN, Warszawa.
- Grzybkowska-Lewicka D., 2001, *Aspekt remityzacyjny w grach RPG* (cz. 1), „ALBO albo. Problemy psychologii i kultury”, nr 3, Warszawa.
- Hall C.S., Lindsey G., 2001, *Teorie osobowości*, tłum. J. Radzicki, PWN, Warszawa.

⁴⁴ Ponownie zaakcentować trzeba hipotetyczny charakter tego stwierdzenia.

⁴⁵ D. Chmielewska-Łuczak, C. Matkowski, *Kilka uwag o NIEwchodzeniu w rolę*, „Homo Communicativus”, nr 3(5), Poznań 2008, <<http://hc.amu.edu.pl/numery/5/chmiellumatk.pdf>>.

- Jacobi J., 1993, *Psychologia C. G. Junga. Wprowadzenie do całości dzieła*, tłum. S. Łopacewicz, Wydawnictwo Wodnika, Warszawa.
- Jung C.G., 1993a, *Archetypy i symbole*, tłum. J. Prokopiuk, Czytelnik, Warszawa.
- Jung C.G., 1993b, *Wspomnienia, sny, myśli*, tłum. R. Reszke, L. Kolankiewicz, Wydawnictwo Wrota, Warszawa.
- Murray H.A., 1940, *What should psychologists do about psychoanalysis?*, "Journal of Abnormal and Social Psychology", nr 35, s. 150–175.
- Szeja J., 2002, Między baśnią a dramą. Narracyjne gry fabularne i konteksty kulturowe, w: *Kultura Popularna 1.*, Godzic W. i in. (red.), Kraków.
- Zagórska W., 2004, *Uczestnictwo młodych dorosłych w rzeczywistości wykreowanej kulturowo*, Universitas, Kraków.

mgr Aleksandra Busse-Brandyk – Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski, Wrocław
Arvenka@interia.pl

dr Dorota Chmielewska-Łuczak – Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski, Wrocław
duszka-66@tlen.pl

* * *

Narracyjne gry fabularne jako droga do nieświadomości

Streszczenie

Artykuł ma na celu prezentację oddziaływań narracyjnej odmiany gier fabularnych na nieświadomą część psyche i jej relacje ze świadomością. W myśl koncepcji Carla Gustawa Junga to właśnie te dwa aspekty są kluczowymi elementami warunkującymi rozwój psychiczny człowieka, w psychologii analitycznej nazywany procesem indywiduacji. Chcąc unaocznic potencjalny wpływ NGF na ten proces, przybliżamy teorie nieświadomości Zygmunta Freuda i Carla Gustawa Junga oraz charakteryzujemy przebieg procesu indywiduacji, a następnie omawiamy sposób, w jaki narracyjne gry fabularne mogą – korzystnie lub destrukcyjnie – wpłynąć na niego poprzez aktywizację treści nieświadomych.

Narrative Role-Playing Games as a way to the subconscious

Summary

The purpose of the article is to present the effect of narrative RPGs on the subconscious part of the psyche and on its relationship with consciousness. In accordance with Carl Gustav Jung's theory these two aspects are pivotal elements governing the development of a person's psyche, which in analytical psychology is called the individuation process. In order to demonstrate the potential influence of narrative RPGs on this matter we will first describe Sigmund Freud's and Carl Gustav Jung's theories of the subconscious, then we will describe the progress of the individuation process and then we will finally discuss the way RPGs can – in an advantageous or destructive way – influence that process through activating elements of the subconscious.