Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

Kultura i Wartości
ISSN 2299-7806
Nr 37 (2024)

http://dx.doi.org/10.17951/kw.2024.37.111-133

Zastosowanie technologii VR w badaniach nad migrantkami i migrantami

Volha Saroka
https://orcid.org/0009-0009-9074-6693

W ostatnich latach kwestia migracji nabiera coraz większego znaczenia. Migracja, dobrowolna lub przymusowa, może mieć pozytywny lub negatywny wpływ na dobrostan jednostki. Jednym z narzędzi, które pomagają w adaptacji do nowej sytuacji może być wirtualna rzeczywistość (VR). Artykuł prezentuje pilotażowe badanie nad migrantkami i migrantami, w którym została użyta technologia VR w połączeniu z arteterapią. W serii czterech spotkań zastosowano fenomenologiczne podejście do przeprowadzania arteterapii. Do analizy wyników stosowano interpretacyjną analizę fenomenologiczną. Wyniki wskazują, że przestrzeń wirtualna ma duży potencjał do tego, aby tworzyć środowisko samopoznania, ale również może być dobrym polem badań nad poznaniem ucieleśnionym.

Słowa kluczowe: technologia VR, migracja, rzeczywistość wirtualna, dom, arteterapia, ucieleśnione poznanie

---

VOLHA SAROKA, mgr, Szkoła Doktorska Nauk Humanistycznych i Sztuki Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej; adres do korespondencji: 20–038, Lublin, ul. Weteranów 18; e-mail: soroka.olga.mih@gmail.com

Autorka dziękuje prof. Piotrowi Konderakowi za sugestie merytoryczne oraz wsparcie w trakcie przygotowywania pracy magisterskiej, na podstawie której powstał niniejszy artykuł. Podziękowanie jest również skierowane do uczestników badania, którzy zgodzili się podzielić swoimi osobistymi historiami.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

Według danych Międzynarodowej Organizacji ds. Migracji (IOM), w 2020 r. na świecie było około 281 milionów międzynarodowych migrantów, co stanowi 3,6% światowej populacji[1]. Interesujące jest to, że nie ma powszechnie akceptowanej definicji pojęcia opisującego osobę z doświadczeniem zmiany fizycznego miejsca zamieszkania. Czy migracja naprawdę oznacza tylko zmianę miejsca zamieszkania, czy wiąże się z czymś więcej? Jakie znaczenie osoba przypisuje staremu i nowemu domowi w kontekście doświadczenia przymusowej migracji? W artykule próbuję znaleźć odpowiedzi na te pytania.

Badanie polegało na przeprowadzeniu interwencji psychologicznej z wykorzystywaniem metod arteterapii i zostało zaprojektowano tak, aby jego uczestnicy mogli w sposób symboliczny powrócić do opuszczonego miejsca zamieszkania. Miało to służyć pogłębieniu rozumienia siebie w nowym domu i w nowej sytuacji. Aby zrealizować ten cel, wykorzystywano program OpenBrush, który umożliwia tworzenie obrazów w wirtualnej przestrzeni oraz interakcje z nimi. Drugim celem badania była ocena, jak doświadczenie w VR wpłynie na osobę badaną i co zmieni w jej postrzeganiu własnej sytuacji.

Artykuł został podzielony na pięć części. W części pierwszej pokazuję relacje między migracją, pojęciem psychologicznego domu i tożsamością. W drugiej części uzasadniam wykorzystywanie technologii wirtualnej rzeczywistości oraz metody arteterapii w badaniu doświadczenia migracji. Następna część poświęcona jest koncepcji poznania ucieleśnionego w arteterapii VR. W czwartej części przedstawiam opis przebiegu badania. Natomiast w ostatniej części artykułu przedstawiam wyniki i wnioski z przeprowadzonych spotkań oraz próbuję zinterpretować doświadczenie arteterapii w VR z perspektywy koncepcji poznania ucieleśnionego.

Wirtualna rzeczywistość i metoda arteterapii są mediatorami oraz narzędziami umożliwiającymi interakcję z własnym doświadczeniem. Wirtualna przestrzeń staje się w procesie rysowania i dyskusji nie tylko pojemnikiem emocji i znaczeń związanych z tymi koncepcjami, ale także miejscem, w którym uczestnicy mogą wypełnić je nową treścią. Samo w sobie, doświadczenie interakcji z osobistą historią poprzez arteterapię w wirtualnej przestrzeni dostarcza, po pierwsze,

[1] „About Migration", International Organization for Migration, https://www.iom.int/about-migration (dostęp: 6.02.2024).

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

przestrzeni do znalezienia swojego unikalnego znaczenia przeżytego w przeszłości doświadczenia , po drugie zaś – daje możliwość poszukiwania nowych form interakcji z tym doświadczeniem w teraźniejszości. To jest główna teza artykułu.

Migracja i pojęcie domu

Powody opuszczenia miejsca zamieszkania mogą być różne – od przyczyn ekonomicznych, społecznych, politycznych lub klimatycznych, po ludzkie pragnienie zmiany tego, co znane, próbę znalezienia czegoś nowego. Możemy również mówić o różnych motywacjach do migracji. Może być to to decyzja dobrowolna lub wymuszona. Według niektórych poglądów, granica między tymi rodzajami migracji jest płynna[2]. Łatwiej uchwycić ją w normatywnych przepisach prawa niż w realnym doświadczeniu osób migrujących.

Nowe miejsce wymaga adaptacji do wszystkiego, co nowe: języka, kultury czy nowych norm obyczajowych. Proces ten nazywany jest akulturacją. Akulturacja jest procesem wdrażania jednostki do kultury innej niż ta, którą ona nabyła przez wychowanie (socjalizację)[3]. Według Johna W. Berry'ego[4], jednego z czołowych badaczy tego fenomenu, istnieją cztery strategii akulturacji:

1) asymilacja: człowiek jest zorientowany na zapoznanie się i późniejszą identyfikację z nową kulturą, na przyswojenie nowych wartości i stopniowe zastępowanie poprzednich;
2) separacja: w tej strategii osoba izoluje się od społeczności przyjmującej, woli kontaktować się tylko z ludźmi i kulturą, którą zna, nie widząc potrzeby zmiany;

[2] Oliver Bakewell, „Unsettling the Boundaries Between Forced and Voluntary Migration", w: *Handbook on the Governance and Politics of Migration*, red. Emma Carmel, Katharina Lenner, Regine Paul (Cheltenham: Edward Elgar Publishing, 2021), 124–136, https://doi.org/10.4337/9781788117234.00017

[3] Piotr Sztompka, *Socjologia. Analiza społeczeństwa* (Kraków: Wydawnictwo Znak, 2012), 190.

[4] David Lackland Sam i John Widdup Berry, *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology* (Cambridge: Cambridge University Press, 2006), 60, https://doi.org/10.1017/CBO9780511489891

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

3) marginalizacja: osoba nie identyfikuje się z własną kulturą, ale też nie wykazuje zainteresowania nową;
4) integracja: osoba zachowuje swoją przynależność etniczną, ale jednocześnie zanurzyła się w poznawanie nowego środowiska; rezultatem jest zachowanie własnego kodu kulturowego, w połączeniu z zainteresowaniem miejscem, w którym obecnie mieszka.

Opisany model bierze pod uwagę obie strony migracji – samego migranta i miejsce przyjmujące; porównuje chęć identyfikacji z kulturą miejsca pochodzenia ze stopniem, w jakim dana osoba woli zanurzyć się w kulturze przyjmującej. Jak widzimy, kwestia tożsamości jest tutaj kluczowa. Jeżeli nieco zmodyfikować rysunek opublikowany w *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*[5], wymienione strategie można przedstawić następująco: rysunek 1. Pytanie, które były dodane do modelu, podkreślają ścisły związek akulturacji i tożsamości.



Rys. 1. Strategie grup etniczno-kulturowych[6] (modyfikacja własna).

Aby głębiej pojąć proces akulturacji, trzeba dobrze zrozumieć pojęcie domu. Jest ono bowiem ściśle związane z pojęciem tożsamości. Doświadczenie migracji i związany z nim proces akulturacji łączą się ze znaczącą zmianą poczucia identyfikacji i przynależności. Jak wynika z modelu akulturacji, migracja wiąże się z ponownym określeniem tożsamości. Jednocześnie migranci mogą również napotkać

[5] Zob. tamże, 35.
[6] Zob. tamże, 36.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

wyzwania związane z utrzymaniem poczucia ciągłości z własną przeszłą tożsamością i pochodzeniem kulturowym, próbując zrównoważyć swoje powiązania z poprzednim i nowym otoczeniem.

Dom można definiować z różnych perspektyw (antropologicznej, psychologicznej, filozoficznej i in.), ponieważ jest to zjawisko wielowymiarowe. Autorzy artykułu *Dom psychologiczny* piszą, że psychologiczny dom to próba lepszego zrozumienia, w jaki sposób poczucie tożsamości jednostki jest powiązane z otoczeniem fizycznym[7]. Według tych autorów, musimy wpływać na nasze otoczenie (np. dom, akademik, biuro, samochód) w taki sposób, by odzwierciedlało ono naszą osobowość i nasze poczucie siebie. Twierdzą również, że psychologicznym sednem domu jest modyfikacja przestrzeni fizycznej w celu lepszego odzwierciedlenia naszej tożsamości[8].

Przyjmując perspektywę fenomenologiczną, Michael Jackson wskazuje, że dom „jest zawsze przeżywany jako relacja, napięcie [...] jak każde słowo, którego używamy, aby objąć określone pole doświadczenia, [dom] zawsze rodzi swoje własne zaprzeczenie […] [może] wywoływać poczucie bezpieczeństwa w jednym kontekście i wydawać się ograniczającym w innym”[9].

Aviezer Tucker sugeruje również, że dom może być wyrazem podmiotowości danej osoby w świecie. Alternatywnie stwierdza, że może to być po prostu przestrzeń, w której ludzie czują się swobodnie i są w stanie wyrazić i spełnić swoją unikalną tożsamość[10].

Tim Ingold argumentuje, że „ludzie są twórcami domu (*homemakers*)”:

> tworzymy nasze domy. Niekoniecznie poprzez ich konstruowanie, choć niektórzy to robią. Budujemy intymną powłokę naszego życia poprzez organizację i wyposażenie przestrzeni, w której żyjemy. To, jak funkcjonujemy jako osoby, jest powiązane z tym, jak czujemy się w domu. Potrzebujemy czasu, aby nasze mieszkanie

[7] Sandra T. Sigmon, Stacy Whitcomb-Smith, Charles Richard Snyder, „Psychological Home”, w: *Psychological Sense of Community Research. Applications, and Implications,* red. Adrian Fisher, Christopher Sonn i Brian Bishop (Boston, MA: Springer, 2002), 25–41, https://doi.org/10.1007/978-1-4615-0719-2

[8] Zob. tamże, 28.

[9] Michael Jackson, *At Home in the World* (Sydney: Duke University Press, 1995).

[10] Aviezer Tucker, „In Search of Home”, *Journal of Applied Philosophy* 11, nr 2 (1994): 181–187, https://doi.org/10.1111/j.1468-5930.1994.tb00107.x

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

> stało się domem. […] Nasze miejsce zamieszkania to miejsce, w którym żyjemy, ale nasz dom to sposób, w jaki żyjemy[11].

Każda osoba ma unikalną definicję tego, co oznacza dla niej dom i jak się w nim czuje. W potocznym doświadczeniu często na dom zwraca się szczególną uwagę, gdy został on opuszczony, utracony lub z jakiegoś powodu stał się niedostępny.

Koncepcja domu jest ściśle związana z procesem adaptacji i akulturacji oraz z tożsamością. Dlatego przedstawione w niniejszym artykule spotkania arteterapeutyczne zostały zaprojektowane tak, by wykorzystać symboliczne odtworzenie domu. Akulturacja jest procesem złożonym i dynamicznym, dlatego badani zostali poproszeni o przedstawienie zarówno poprzedniego, jak i obecnego domu w przestrzeni wirtualnej. Wykorzystywanie technologii wirtualnej rzeczywistości daje użytkownikom szansę wejścia w interakcję z nowym rodzajem przestrzeni, która nie jest dla nich dostępna w świecie fizycznym.

Rzeczywistość wirtualna i arteterapia

Wirtualna rzeczywistość (VR) to generowana komputerowo symulacja trójwymiarowego środowiska, którego można doświadczyć za pomocą hełmu (*head-mounted display*) lub innego urządzenia[12]. W badaniach wykorzystano koncepcję wirtualnej rzeczywistości zaproponowaną przez Davida Chalmersa[13]. Wyróżnia on trzy charakterystyki VR: immersja, interaktywność i generowana komputerowo przestrzeń. Immersyjność oznacza, że doświadczamy środowiska jako świata wokół nas, z nami obecnymi w jego centrum. Interaktywność oznacza, że istnieje dwukierunkowa interakcja między użytkownikiem a środowiskiem oraz między obiektami w środowisku, które użytkownik może wykorzystywać do własnych celów. W ten sposób zarówno użytkownicy wpływają na środowisko, jak i środowisko na samych użytkowników. Generowana komputerowo przestrzeń

[11] Tim Ingold, „Building, dwelling, living: how animals and people make themselves at home in the world", w: *The Perception of the Environment: Essays on Livelihood, Dwelling and Skill* (1 ed.) (London: Routledge, 1995), 172–188.

[12] Np. Google Cardboard – kartonowy uchwyt na smartfona, który mieści się na głowie.

[13] David John Chalmers, *Reality+: Virtual Worlds and the Problems of Philosophy* (New York: W. W. Norton & Company, 2022), 6.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

oznacza, że środowisko i sygnały wysyłane do naszych systemów sensorycznych mają źródło w impulsach wysyłanych przez urządzenia elektroniczne.

Przestrzeń wirtualna staje się, według Chalmersa, autentyczną (*genuine*) rzeczywistością wtedy, gdy wystąpi zjawisko immersyjności percepcyjnej[14]. Percepcyjna immersyjność to stan, w którym postrzegamy świat jako otaczający nas i trójwymiarowy. Dla porównania, można przywołać przykład immersji psychologicznej, kiedy cała nasza uwaga znajduje się w stanie pewnego rodzaju płynności (*flow*)[15]. Świat filmu czy gry komputerowej nas nie otacza, a my patrzymy na niego zewnątrz. Wirtualną rzeczywistość postrzegamy jakby od wewnątrz. Potencjał technologii VR polega na tym, że właśnie możemy myśleć o wirtualnym świecie jako autentycznej rzeczywistości, rozumiejąc, że doświadczenia przeżywane w wirtualnym świecie nabierają osobistego znaczenia, a ich konsekwencje są odczuwane przez daną osobę w świecie fizycznym. Otwiera to przed badaczami szeroki zakres możliwości, pozwalając im realizować warianty niedostępne w świecie fizycznym. Na przykład, osoby badane mogą nie tylko obserwować narysowany obiekt, ale również wchodzić z nim w interakcje w trójwymiarowej przestrzeni.

Innym aspektem doświadczenia wirtualnego, które wytwarza nowe możliwości dla interwencji psychologicznej, jest poczucie przebywania w wirtualnym ciele lub nawet w ciele innej osoby. VR stwarza również możliwość odwiedzania miejsca, które już nie istnieje lub nawet nie może istnieć w rzeczywistości. Z tych powodów technologia VR jest obecnie aktywnie wykorzystywana w edukacji, medycynie, psychoterapii i innych obszarach.

W ostatnich latach wykorzystanie technologii VR w arteterapii jest przedmiotem żywego zainteresowania badaczy z dziedziny psychologii, edukacji i filozofii. Techniczne zalety arteterapii w VR polegają na możliwości trójwymiarowego malowania/rysowania, immersyjnego doświadczenia twórczego oraz dynamicznym skalowaniu obiektów oraz na ucieleśnionej ekspresji[16]. Są też jeszcze inne zalety: specyfika twórczego środowiska VR, w którym wizualne tło można kontrolować i zmieniać; możliwość oglądania dzieła z więcej niż jednego kąta ze względu na wirtualność materiałów, możliwość „wejścia" do wnętrza lub przez

[14] Zob. tamże, 148.

[15] Zob. tamże.

[16] Irit Hacmun i in., „The Principles of Art Therapy in Virtual Reality", *Frontiers in Psychology* 2018, nr 9(2082): 1-7, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02082

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

elementy dzieła; możliwość przyjmowania różnych punktów widzenia – programy pozwalają na przełączanie się między perspektywą pierwszoosobową i trzecioosobową podczas procesu artystycznego i po jego zakończeniu.

Do badania pilotażowego wybrano arteterapię jako metodę psychologicznej interwencji, której celem jest stymulowanie samopoznania poprzez twórczą ekspresję siebie i późniejszą analizę.

Koncepcja poznania ucieleśnionego w arteterapii VR

Koncepcja poznania ucieleśnionego rzuca interesujące światło na zjawiska obserwowane w terapii VR. Jest to takie podejście do badania procesów i czynności poznawczych, w którym zwraca się szczególną uwagę na rolę ciała oraz jego interakcji ze środowiskiem zewnętrznym. Teoretycy ucieleśnionego poznania twierdzą, że poznanie jest konstytuowane zarówno przez procesy neuronalne, jak i pozaneuronalne, realizowane w ciele podmiotu poznającego, ale również w relacji tego podmiotu ze środowiskiem[17]. W przeciwieństwie do dualistycznego podejścia kartezjańskiego, koncepcja poznania ucieleśnionego podkreśla nierozdzielną jedność ciała i umysłu. Filozofia René Descartesa jest symbolicznym początkiem sztywnego rozdzielania ciała i umysłu w intelektualnej historii Europy. Poszukując niepowątpiewalnych fundamentów wiedzy ludzkiej, Kartezjusz doszedł do wniosku, że jedynym sposobem na uniknięcie sceptycznych wątpliwości jest zakotwiczenie wiedzy w subiektywnym doświadczeniu indywidualnego podmiotu. Wiedza o ciałach materialnych, do których zaliczał on również ciało ludzkie, zawsze zagrożona jest błędem. Descartes wyjaśniał, że jedynie wiedza o własnym umyśle może stać się wiedzą pewną. Dlatego, by zdobyć wiedzę pewną, należy sztywno oddzielić domenę wewnętrznych zjawisk mentalnych od zewnętrznych zjawisk materialnych[18]. Stąd wywodzi się dualistyczna koncepcja umysłu i ciała jako dwóch odizolowanych składników człowieka. Dualizm kartezjański podkreśla, że myślenie z konieczności jest niezależne od ciała fizycznego, bowiem

[17] Shaun Gallagher, *Embodied and Enactive Approaches to Cognition* (Cambridge: Cambridge University Press, 2023), 2, https://doi.org/10.1017/9781009209793

[18] Kartezjusz, *Medytacje o pierwszej filozofii*, tłum. Maria Ajdukiewicz i Kazimierz Ajdukiewicz (Kęty: Wydawnictwo Antyk, 2001), 48–57.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

ciałami rządzi deterministyczna przyczynowość, natomiast umysł jest domeną wolności.

W XX wieku poddano szerokiej krytyce kartezjańską koncepcję człowieka. Krytycy Kartezjusza[19] rezygnują z poszukiwania pewności jako głównego wyznacznika wiedzy, zrywają z przekonaniem o niepodważalnym autorytecie subiektywnego doświadczenia i kwestionują substancjalne rozumienie umysłu. Przedstawiciele koncepcji poznania ucieleśnionego podążają w kierunku wyznaczonym przez te krytyki i podkreślają, że człowiek to integralna całość, na którą składa się w równym stopniu wymiar cielesny, jak i umysłowy. Ścisła interakcja między ciałem i środowiskiem ma zasadnicze znaczenie w kształtowaniu zarówno subiektywnego doświadczenia, jak i wiedzy obiektywnej. W praktyce oznacza to, że wiedza i poznanie są nie tylko zależne od budowy ciała, działania układów narządów wewnętrznych, ogólnego stanu somatycznego, ale są również ściśle powiązane z zewnętrznymi narzędziami poznawczymi, wpływa na nie interakcja ze środowiskiem i innymi ludźmi.

Margaret Wilson opisuje sześć wyróżników programu badawczego poznania ucieleśnionego. Procesy poznawcze są usytuowane, czyli w trakcie procesu poznawczego dane, które są uzyskiwane, są na bieżąco uzupełniane i zależne od kontekstu. Poznanie podlega upływowi czasu i na wykonanie konkretnego zadania poznawczego mamy ograniczony czas. Nadmiar informacji jest magazynowany poza mózgiem – przykładem jest stosowanie map czy notatników. Środowisko jest częścią systemu poznawczego, a zmienne warunki środowiskowe wpływają na procesy umysłowe. Procesy poznawcze wspomagają działanie oraz bazują na ciele[20]. Poznanie ucieleśnione jest więc raczej podejściem niż pojedynczą perspektywą. Wspólne jest jednak to, że perspektywa ta podkreśla jedność psychofizyczną i ścisły związek między procesami poznawczymi, środowiskiem, ciałem i działaniem.

Jedną z kluczowych postaci, które wniosły znaczący wkład do sformułowania koncepcji poznania ucieleśnionego, był francuski filozof Maurice Merleau-Ponty. Krytykował on tradycyjny kartezjański dualizm, formułując pogląd, że nie tylko

[19] Martin Heidegger, *Bycie i czas*, tłum. Bogdan Baran (Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2008), 126–144; Gilbert Ryle, *Czym jest umysł?*, tłum. Witold Marciszewski (Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 1970), 41–53.

[20] Margaret Wilson, „Six views of embodied cognition", *Psychonomic Bulletin & Review* 9, nr 4 (2002): 625–636, https://doi.org/10.3758/BF03196322

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

świadomość, ale właśnie ciało człowieka odgrywa ważną rolę w procesach poznawczych. W interpretacji Merleau-Ponty'ego, ucieleśnienie związane jest z ideą, że ciało nie jest tylko obiektem w świecie, ale środkiem, za pomocą którego poznajemy świat[21]. Oznacza to, że postrzeganie świata przez człowieka nie odnosi się tylko do odbierania informacji z otoczenia i jej przetwarzania w naszym mózgu, ale jest ściśle związane z jego cielesnym doświadczeniem. Analizując doświadczenie artystyczne, Merleau-Ponty zauważył, że w malarstwie elementy duchowe i cielesne nie różnią się, lecz mieszają się w jedną całość, a obraz okazuje się zewnętrznym odbiciem wewnętrznego[22]. Jest to szczególnie ważne w kontekście niniejszego artykułu. Tak więc obrazy domu stają się nie tylko obiektami, narysowanymi w trójwymiarowej przestrzeni, ale także ucieleśnieniem i wyrazem wewnętrznych subiektywnych znaczeń, a sam proces wyrażania tych znaczeń jest nieodłączny od cielesnego doświadczenia. Można powiedzieć, że wyrażenie wewnętrznych sensów na zewnątrz staje się możliwe dzięki ciału.

Procedura badawcza

Przeprowadzone badanie było badaniem pilotażowym i nosiło charakter psychologicznej interwencji. Opracowany program arteterapii VR składał się z czterech spotkań na żywo. Każde spotkanie było podzielone na trzy części: 1) wprowadzenie, przeprowadzenie częściowo ustrukturyzowanego wywiadu na temat zaproponowany przez badacza; 2) malowanie w wirtualnej przestrzeni za pomocą programu OpenBrush w goglach VR; 3) wywiad na temat przeżytego wirtualnego doświadczenia i znaczeń nadanych mu przez osobę badaną. Tematem pierwszego spotkania była historia migracji osoby oraz sformułowanie przez nią odpowiedzi na pytanie, co oznacza dla niej bycie migrantem lub migrantką. Tematem drugiego spotkania był poprzedni dom; co znaczą dla badanej osoby, co jest w ogóle wyznacznikiem domu i czego dana osoba nie zdążyła zrobić w po-

[21] Maurice Merleau-Ponty, *Fenomenologia percepcji*, tłum. Małgorzata Kowalska i Jacek Migasiński (Warszawa: Aletheia, 2001), 67–73.

[22] Tenże, *Oko i duh*, tłum. Aleksandr Vasilevich Gustyr (Moskwa: Iskusstvo, 1992), 19.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

przednim domu. Trzecie spotkanie dotyczyło obecnego miejsca zamieszkania, pojawiało się pytanie, czy fizyczna przeprowadzka oznaczała dla osoby znalezienie nowego domu. Czwarta sesja stanowiła podsumowanie całego cyklu spotkań.

Głównymi kryteriami przy rekrutacji uczestników badania był fakt przymusowej migracji oraz brak możliwości powrotu do kraju pochodzenia w czasie przeprowadzania badania. Uczestnicy zostali wybrani spośród studentów Centrum Języka i Kultury Polskiej dla Polonii i Cudzoziemców w Lublinie. Z każdym z nich przeprowadzono rozmowę, w której opisano przebieg badania, cele i reguły. Grupa została zawężona do dwóch osób. Trzeci uczestnik został zrekrutowany przez Internet. Z każdą osobą podpisano umowę, w której nakreślono kluczowe punkty spotkań i omówiono kwestie etyczne (odpowiedzialność obu stron, możliwość przerwania badania, poufność, kwestia przedstawienia wyników bez podawania danych osobowych uczestników).

Do przeprowadzenia sesji arteterapeutycznych wybrano podejście fenomenologiczne[23]. Jest to metoda niedyrektywna, gdzie zadaniem badacza jest zapewnienie przestrzeni do samodzielnego wyrażania myśli, emocji i doświadczeń w formie artystycznej osoby badanej, bez nakładania swoich wartości lub sugestii. To podejście koncentruje się na subiektywnym postrzeganiu jednostki, podkreślającym jej osobiste spostrzeżenia. W fenomenologicznym podejściu do arteterapii badacz lub psycholog zachęca osobę do skupienia się na chwili obecnej i pełnego zaangażowania się w proces. Przy tej metodzie, nie ocenia się techniki, nie ocenia się estetycznie tego, co zostało namalowane; ważne jest raczej to, „jak" sama osoba widzi namalowany obiekt i „jak" przeżywała ona proces tworzenia.

W analizie wyników badania wykorzystano jakościową analizę danych, a mianowicie interpretacyjną analizę fenomenologiczną[24] (IPA). Zalecenia i dobre praktyki stosowane w tej metodzie decydują o niewielkiej liczebności próby (n = 3). Pozwala to na dogłębne zbadanie i jednoczesne opracowanie późniejszej mikroanalizy podobieństw i różnic między przypadkami. IPA jest metodą badaw-

[23] Joseph Guttmann i Dafna Regev, „The Phenomenological Approach to Art Therapy", *Journal of Contemporary Psychotherapy* 34, nr 2 (2004): 153–162, https://doi.org/10.1023/B:JOCP.0000022314.69354.41

[24] Jonathan Alan Smith, Paul Flowers i Michael Larkin. „Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research", *Qualitative Research in Psychology* 6, nr 4 (2009): 346–347, https://doi.org/10.1080/14780880903340091

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

czą, która pokazuje, w jaki sposób ludzie nadają sens swoim głównym doświadczeniom życiowym. Proces analizy uwzględnia interpretację zjawiska zarówno przez uczestnika badania, jak i przez badacza. Metoda fenomenologiczna zakłada, że człowiek jest istotą samointerpretującą się[25]. Jak pisze Ernst Cassirer: „człowiek nie potrafi się już bezpośrednio ustosunkować do rzeczywistości. Nie może jak gdyby stanąć z nią twarzą w twarz. W miarę jak symboliczna działalność człowieka robi postępy, rzeczywistość fizyczna zdaje się cofać. […] Człowiek w pewnym sensie ustawicznie sam z sobą rozmawia"[26]. To oznacza, że człowiek jest aktywnie zaangażowany w interpretacje nie tylko zewnętrznych wydarzeń, przedmiotów i ludzi, których napotyka w swoim życiu, ale nieustannie podejmuje także wysiłek „metapoznawczy", zmierzający do zrozumienia siebie samego.

Wyniki badań – studium trzech przypadków

Przed przedstawieniem wniosków badania i spostrzeżeń dotyczących tematu domu, rzeczywistości wirtualnej i doświadczenia migracyjnego, potrzebny jest krótki opis sytuacji osób badanych. Następnie przedstawione zostanie podsumowanie dla każdego z trzech przypadków.

Kobieta *A*, lat 21, uczy się języka polskiego w celu dalszej rekrutacji na studia. Jest działaczką na rzecz praw człowieka. Opuściła Białoruś ponad rok temu. *A* nazywa dane miejsce domem, gdy mieszka w nim przez dłuższy czas. Kładzie nacisk na stabilność jako kryterium poczucia zadomowienia. Dodatkowymi warunkami poczucia zadomowienia jest dla niej możliwość zaspokojenia potrzeb emocjonalnych, bycie znaną i mile widzianą. Poprzedni dom ma wartość sentymentalną. Czuła się w nim swobodna i szczęśliwa. *A* akceptuje fakt, że obecnie jej dom jest czymś tymczasowym. Dla niej dom nie jest fizycznym miejscem. *A* definiuje dom jako miejsce, gdzie się znajduje, a nie konkretne miejsce na mapie. W obecnym domu *A* zaspokaja własne potrzeby pracy, edukacji, czasu wol-

[25] Charles Taylor, „Self-Interpreting Animals", w: *Human Agency and Language. Philosophical Papers*, (Cambridge: Cambridge University Press, 1985), 45–76. https://doi.org/10.1017/CBO9781139173483.003

[26] Ernst Cassirer, *Esej o człowieku. Wstęp do filozofii kultury*, tłum. Anna Staniewska (Warszawa: Czytelnik, 1977), 80.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

nego i odpoczynku, ale ma poczucie pewnego braku, który ogranicza jej możliwość poczucia się *jak w domu*. Twierdzi, że migracja wpłynęła na jej osobowość, powodując osobistą przemianę. Twierdzi, że doświadczenie migracji przyspieszyło jej dojrzewanie. *A* postrzega rysowanie w technologii VR jako ciekawe i intuicyjne. Przestrzeń wirtualna stała się dla niej miejscem samopoznania. Pozytywny efekt miał wirtualny kontakt z wartościową osobą (mamą). Na pytanie badacza o to, na co nie starczyło czasu przed wyjazdem, *A* odpowiedziała, że na rozmowę z mamą. Następnie *A* narysowała jej sylwetkę w pobliżu domu. Kontynuując temat, badacz zapytał o chęć zrobienia lub powiedzenia jej czegoś, *A* podarowała jej kwiaty. Ten kontakt został odebrany jako głębokie przeżycie i uwolnienie emocjonalne. Według niej, rysowanie w VR zmniejsza samokontrolę i pozwala na bardziej ekspresyjną eksplorację własnych stanów emocjonalnych.

Mężczyzna P, lat 20, uczy się języka polskiego w celu dalszej rekrutacji na studia. Jest aktywistą. Opuścił Białoruś ponad rok temu. *P* wyraźnie oddziela stary dom, w którym przebywają jego rodzice, od nowego domu, w którym przebywa obecnie. Obecność rodziców jest dla niego wyznacznikiem tego, czy dane miejsce może nazywać domem. *P* stwierdza: „Poprzedni dom, to dom gdzie mieszka moja rodzina, nawet mimo tego, że ja tam mógł nawet nie być. Mój obecny dom to tam gdzie ja jestem". Kluczowymi czynnikami dla łagodzenia procesu akulturacji jest dla *P* dostępność przyjaciół, a także podobieństwa zewnętrzne i kulturowe Lublina do poprzedniego miejsca zamieszkania. *P* metaforycznie postrzega nowy dom jako walizkę, podkreślając fakt, że w ostatnim czasie często zmieniał miejsce zamieszkania. Nie jest przywiązany do fizycznej lokalizacji i jest gotów w każdej chwili ją zmienić. Według *P*, doświadczenie w VR nie zmieniło dla niego znaczenia i postrzegania starego i nowego domu. Najbardziej emocjonalnym momentem było rysowanie jego siostry, za którą tęskni i martwi się, że nie będzie mógł być z nią w ważnych momentach jej życia. Rysowanie w VR było dla *P* interesujące, ale też spowodowało frustrację, gdyż nie mógł idealnie narysować tego, co miał na myśli.

Mężczyzna *V*, 36 lat. Jest muzykiem, zajmuje się projektowaniem graficznym. Przyjechał z Białorusi ponad rok temu. *V* postrzega dom jako miejsce, w którym czuje się bezpiecznie i ma prywatność. Obecność najbliższych jest dla niego ważnym elementem poczucia zadomowienia. Przeprowadzenie ze starego domu (Białoruś) do nowego (Polska) jest postrzegane bardziej jako zmiana scenerii niż jako zmiana tożsamości, ponieważ w nowym miejscu zamieszkania nadal

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

wykonuje tę samą pracę oraz jeszcze bardziej umocnił się w wartościach, które wyznawał wcześniej. Dzięki swojej twórczości artystycznej *V* ma poczucie wpływu na otoczenie i przynależności do miasta. Interesujące, że *V* uznaje samo miasto jako dom. Doświadczenie VR było dla *V* intrygujące, gdyż pozwalało na interaktywną eksplorację i manipulację przestrzenną.

Opisane w artykule badanie ilustruje, jak ścisła interakcja zachodzi między ciałem, ruchem i procesami poznawczymi, zapewniającymi wykonywanie zadania. Uczestnicy nie mieli wcześniej określonego planu czy szkicu, co zostanie namalowane. Badacz formułował ogólne zadanie, a osoby swobodnie je interpretowały; rysowały obiekty, wypełniając je własnym znaczeniem. Na przykład, głównym zadaniem drugiego spotkania było narysowanie starego domu, a spotkania trzeciego – nowego. To, co badane osoby chciały przekazać poprzez rysunek, powstawało w trakcie przekazywania. Mężczyzna *V* powiedział, że nie miał wcześniejszego pomysłu na to, co można namalować, ale gdy zaczął eksperymentować, idea zaczęła coraz bardziej nabierać kształtu. Tak powstał obraz nowego domu jako wielopoziomowego parkingu. Nie możemy oddzielić ciała, które maluje obraz w przestrzeni od procesu myślenia o tym, co zostanie narysowane.

Wytworzone obiekty stały się podstawą dla pytań. Gdy osoba zaczęła malować i miała już pewien szkic, badacz zadawał otwarte pytania dotyczące tego, co zostało już namalowane, by zrozumieć, co dany obraz znaczy dla osoby. Te pytania pojawiały się jako reakcje na powstający obraz i nie były wcześniej przygotowane. Na przykład, w odpowiedzi na pytanie, co oznacza wielopoziomowy parking w kontekście nowego miejsca zamieszkania, uczestnik *V* odpowiedział: „w Lublinie widzę sporo możliwości rozwoju – każdy poziom parkingu oznacza nowe możliwości. Również widzę swoje miejsce na tym parkingu i rozumiem, że chcę jeszcze dużo czemu się nauczyć [pisownia oryginalna – V.S.], żeby przemieszczać się pomiędzy piętrami". Uczestnik *V* postrzega nowy dom jako miejsce, w którym może uczyć się nowych rzeczy i podnosić swój poziom profesjonalizmu. To porównanie pomogło mu również ocenić, gdzie jest teraz i jakich umiejętności brakuje, aby uzyskać nowe możliwości pracy. Dla niego, wielopoziomowy parking to metafora rozwoju: dotąd umiejscawiał siebie na pierwszych poziomach parkingu, a przejście na wyższy poziom będzie dla niego oznaczało poziomu umiejętności.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

Interesujące jest, jak interakcja ciała i granicy środowiska wirtualnego wpływają na poziom psychicznego zanurzenia w VR oraz na wykonanie zadania arteterapeutycznego. Pomimo fizycznych ograniczeń przestrzeni, osoba w wirtualnej rzeczywistości nie do końca zdaje sobie z nich sprawę. Wizualnie dostępna jest rozległa wirtualna przestrzeń, w której może pracować, natomiast otoczenie poza hełmem jest niewidoczne. Osoba znajdująca się w tej przestrzeni zapomina o ograniczeniach fizycznej przestrzeni, w której znajduje się jej biologiczne ciało. Jest jakby zanurzona w wirtualnym środowisku, a świat fizyczny jest niewidoczny. Aby bezpiecznie poruszać się w przestrzeni wirtualnej, na początku korzystania z VR, osoba wyznacza granicę – linię, która będzie oznaczać zbliżanie się do fizycznej przeszkody. Dopóki ktoś znajduje się w tych narysowanych samodzielnie granicach, granice te są niewidoczne. Gdy jednak zbliży się na niewielką odległość do wyznaczonej wcześniej granicy lub ją przekracza, wtedy granica świata wirtualnego uwidacznia się jako siatka pionowych i poziomych linii. Użytkownik VR staje twarzą w twarz ze światem fizycznym, a sama przestrzeń wirtualna powoli zanika. Wraz z tym zanika środowisko, które umożliwia wykonywanie zadania arteterapeutycznego. Zanika również poczucie immersji w świecie wirtualnym i to, co już było stworzone. Kiedy granica staje się niewidoczna, wirtualny świat ponownie zyskuje potencjał, aby stworzyć iluzję zanurzenia i pozwolić na kontynuację działania. W przeprowadzonym badaniu, gdy uczestnicy przekraczali granicę między światem wirtualnym a rzeczywistym, proces malowania i analizy obiektu był przerywany i nim badani wrócili do swojego zadania, potrzebny był czas na ponowne zanurzenie się w wirtualnej scenie. Środowisko wirtualne było przestrzenią do wykonywania zadania, któremu towarzyszyły pewne procesy poznawcze i działania. Zmiana środowiska z fizycznego na wirtualne i odwrotnie oznaczała zmianę aktywności.

Warto zwrócić uwagę na znaczenie i funkcje obiektów namalowanych przez badane osoby. Po pierwsze, obiekty te można postrzegać jako metaforę domu. Taka metafora nie jest jedynie bezdusznym, martwym wytworem, ale w procesie tworzenia zyskuje wartość emocjonalną. Na poziom nadawanych znaczeń emocjonalnych wpływa poziom zaangażowania osoby badanej w proces malowania i wykonywanie zadania. Innymi słowy, im bardziej osoba zanurza się w procesie rysowania i nadaje znaczenie emocjonalne temu, co się pojawia w trakcie malowania, tym bardziej ten obiekt będzie ucieleśnieniem emocji i doświadczeń związanych z tym obiektem. Narysowany obiekt nabiera osobistego znaczenia dla

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

uczestnika. Na przykład, kobieta *A*, po tym jak ukończyła rysowanie starego domu, mówiła, że wywołuje on w niej uczucie sentymentu i tęsknoty. Obraz starego domu składał się z rodzinnego domu na wsi, rzeki i lasu, które uwielbiała odwiedzać, oraz łóżek z domu babci. Uczestnik *P* mówił o narysowany nowym domu, metaforą którego stała się walizka, że przypomina ona o częstej zmianie miejsca zamieszkania i związanym z tym zmęczeniu. Jednocześnie mówił, że nie chce używać tej walizki, ale wie, że nadejdzie czas, kiedy będzie to konieczne. Oznacza to, że nie chce ponownie przeprowadzać się w inne miejsce, lecz zdaje sobie sprawę, że prawdopodobnie tak się stanie.

Jedną z kluczowych myśli w koncepcji poznania ucieleśnionego jest to, że poznanie nie polega na prostym odbieraniu informacji ze świata, ale wymaga ciągłej aktywności organizmu[27]. De Jaegher i Di Paolo, patrząc na proces tworzenia sensów mówią, że podmiot poznający jest zaangażowany w ciągłe tworzenie sensów. Co więcej, tworzymy te sensy nie tylko samodzielnie, ale i w interakcji z innymi ludźmi. Proces ten nazywają partycypacyjnym tworzeniem sensu. Oznacza on interaktywną koordynację intencjonalnej aktywności jednostek, która umożliwia nadawanie subiektywnych znaczeń rzeczom, zdarzeniom i czynnościom. W wyniku tego procesu pojawiają się nowe domeny znaczeń, które były bądź niedostępne dla jednostki, bądź jedynie implicytnie obecne, nieuświadamiane[28]. Omawiana interwencja psychologiczna została zaprojektowana w ten sposób, że badani tworzyli swoje rysunki i w trakcie tego omawiali je z osobą prowadzącą interwencję. Badacz, sprawdzając czy dobrze zrozumiał uczestnika, zadaje pytania uzupełniające i prosi o wyjaśnienia. Cały proces opiera się na podejściu oddolnym, w którym kładzie się nacisk na to, by dana osoba odnalazła i opisała swój własny sens, nadawany obiektowi w trakcie rysowania. Przykładem zaczerpniętym z przeprowadzonego badania może być podsumowanie czterech spotkań sformułowane przez uczestnika *V*: „rysowanie w VR jest zdecydowanie inne niż klasyczne na kartce – nigdy wcześniej nie zdarzyło mi się, żebym mógł zmienić swój

[27] Andrzej Dąbrowski, „Ucieleśnione poznanie – założenia, tezy i wyzwania". *Argument: Biannual Philosophical Journal* 11, nr 1 (2021): 13–32, https://doi.org/10.24917/20841043.11.1.1

[28] Hanne De Jaegher i Ezequiel Di Paolo, „Making sense in participation: an inactive approach to social cognition", w: *Enacting Intersubjectivity,* red. Francesca Morganti i in., 33–47 (Amsterdam: IOS Press, 2008).

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

pierwotny pomysł w trakcie tego procesu tak łatwo. Bardzo pomocne było również opisanie tego, co robię. Nie spodziewałem się po sobie, że będę rysował i że będę odkrywał nowe rzeczy i spostrzeżenia w trakcie. To dzięki temu, że rozmawiałem, opisywałem i dalej, w trakcie procesu, podejmowałem decyzję o dodaniu, zmianie lub usunięciu czegoś w malunku… W ciągu czterech spotkań udało mi się przejść od abstrakcyjnego wyobrażenia o tym, czym jest dla mnie dom i rozproszonych wspomnień na ten temat, do bardzo konkretnego zrozumienia tego, co to dla mnie znaczy oraz co i kto jest w nim istotne. Przeżyłem tę drogę od starego do nowego domu jeszcze raz, patrząc na nią w nowy sposób". Inny przykład pochodzi z pierwszej sesji z *A*. Zadaniem było namalowanie jakiegoś uczucia, między innymi poczucia winy. *A* przedstawiła winę jako jezioro, nad którym unosi się mgła. Badacz zapytał, co oznacza mgła. Odpowiedź *A*: „Narysowałam to automatycznie. Prawdopodobnie dlatego, że jak sama myślę o tym uczuciu, odczuwam to jako mgłę, nie mogę uchwycić to – rzadko tego doświadczam i trudno mi to zwizualizować".

Wszyscy uczestnicy badania kojarzyli poczucie domu przede wszystkim z rzeczami niematerialnymi. Materialna strona domu nigdy nie była najważniejsza. W doświadczeniu osób badanych, dom przede wszystkim oznaczał poczucie bezpieczeństwa i stabilności, prywatność oraz poczucie bycia akceptowanym. Mieć dom dla nich znaczy mieć możliwość polegania na sobie, podejmowania autonomicznych decyzji oraz wyznawania tych wartości, które nie są zależne od fizycznego miejsca zamieszkania.

Stary dom był w dużej mierze odbiciem wspomnień z konkretnego okresu życia i wywoływał uczucie nostalgii, sentymentu i tęsknoty. Często był to okres przed opuszczeniem Białorusi. Dla jednego z uczestników stary dom kojarzył się z własną tożsamością i odmiennością „siebie wtedy" od „siebie teraz".

Wszyscy uczestnicy określali nowy dom jako miejsce, w którym obecnie przebywają, nie przywiązując się do konkretnej lokalizacji. Twierdzą, że „dzisiaj to może być Lublin, a później coś innego – i to inne stanie kolejnym nowym domem". Nowemu domowi badani poświęcają niewiele uwagi. Przypisują mu niewielkie znaczenie, zarówno na poziomie psychicznym, gdyż może to w każdej chwili ulec zmianie, jak i fizycznym. Wszyscy uważają, że nie ma sensu w nim nic robić, skoro będą musieli go opuścić w przyszłości. Być może taka postawa wynika z częstych zmian miejsca zamieszkania i świadomości czasowości obecnego miejsca zamieszkania. W czasie badania dwie osoby mieszkały w domu studenckim,

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

trzecia wynajmowała pokój/stancję. Kolejną przyczyną takiej postawy może być fakt, że w trakcie przeprowadzania badania osoby badane nie mogły wrócić do kraju pochodzenia, stwierdzały jednak, że chcą tego w przyszłości. Miejsce fizyczne nie jest kluczowym elementem w ich doświadczaniu nowego domu, ale takimi elementami są podtrzymywanie kontaktu z rodziną, przyjaciółmi, podobieństwo językowe i kulturowe.

Przestrzeń VR stała się dla uczestników badania środkiem autoekspresji, medium samopoznania i refleksji. Wirtualne środowisko zapewniło poczucie bezpieczeństwa, izolacji i prywatności. Dla każdego z uczestników przestrzeń wirtualna stała się czymś innym, w zależności od ich własnego doświadczenia. Dla osoby *A* wirtualne środowisko umożliwiło, w sposób symboliczny, zrobienie tego, co chciała zrobić, ale nie miała na to czasu; stało się też miejscem spotkania z domem, za którym tęskni. Dla osoby *V* wirtualne środowisko stało się przestrzenią zintegrowania doświadczeń migracyjnych w szerszym kontekście. Uczestnik *P* postrzegał tę przestrzeń jako miejsce, które wywołuje irytację z powodu braku pełnej kontroli nad procesem, ponieważ sposób, w jaki wyobrażał sobie narysowany obiekt i sposób, w jaki on wyglądał w przestrzeni trójwymiarowej – różniły się. Trudno mu było przybliżyć to, co narysowane, do pożądanego rezultatu.

Podsumowanie

W artykule przedstawiłam pilotażowe badanie z wykorzystywaniem technologii VR i arteterapii osób w kryzysie uchodźczym. Fenomen przymusowej migracji pokazuje, że ludzie są gotowi fizycznie opuścić swój dom, bez względu na to, jak bardzo są z nim związani, i zbudować nowy, aby tylko zachować swoje wartości. Możemy nawet mówić o tym, że osoba może znaleźć dom dopiero w migracji. Jest to możliwe dlatego, że pojęcie domu, jak pokazano w pierwszej części artykułu oraz w innych badaniach[29], ma dla nas wiele znaczeń. Dom to nie tylko fizyczne miejsce zamieszkania, ale też przestrzeń, która wyznacza krąg elementarnych doświadczeń każdego człowieka i tkwi w samym centrum powszechnie uznawanego

[29] Jerzy Bartmiński, Iwona Bielińska-Gardziel i Beata Żywicka, *Leksykon aksjologiczny Słowian i ich sąsiadów* (Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2015), 16–42.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

systemu wartości[30]. Dom jest dla nas nie tylko miejscem, do którego wracamy, ale też zasobnikiem dla naszych wspomnień i w pewnym sensie tożsamości. Znajdujące się w nim artefakty są obiektami wywołującymi (*evocative objects*), które łączą w sobie myśli, uczucia, chronią nasze historię oraz relacje. Niektóre przedmioty są doświadczane jako część nas samych i stają się częścią naszego wewnętrznego życia[31]. Zaobserwowane zjawiska dodatkowo pozwalają zrozumieć, jak ważny jest dom, zarówno jako symbol rezerwuaru naszej tożsamości, wartości, wspomnień, osobistej historii, jak integralna część naszego umysłu.

Wykorzystując kartezjański model poznania i umysłu trudno byłoby wytłumaczyć, dlaczego ludzie tak mocno związani są z miejscem, w którym żyją, w szczególności z domem rodzinnym. W ujęciu kartezjańskim zarówno ciało, jak i zewnętrzne środowisko są oddzielone od umysłu. Kartezjusz pisze:

> Nie ma przecież żadnego podobieństwa ani żadnego stosunku, przynajmniej zrozumiałego dla mnie stosunku, pomiędzy tym odczuciem żołądkowym i pragnieniem jedzenia ani pomiędzy sposobem odczuwania rzeczy, która sprawia ból, a smutną myślą, jaką ból ten wywołuje. Podobnie też wydawało mi się, że i wszystkiego innego, co sądziłem o przedmiotach mych zmysłów, nauczyłem się z natury – a to dlatego, że stwierdziłem, iż sądy, jakie zwykłem wydawać o tych przedmiotach, ukształtowały się we mnie, zanim w ogóle miałem okazję zważyć i rozpatrzyć jakiekolwiek racje, które miałyby mnie zmusić do ich wydania[32].

W tej wizji umysłu doświadczenie migracji nie byłoby niczym szczególnym, ponieważ umysł jest oddzielony tak samo od ciała, jak i od zewnętrznego środowiska. Myślenie jest oderwane od konkretnych okoliczności, w których się realizuje. Poznanie ucieleśnione dostarcza empirycznego wsparcia tezie, że umysł, ciało i środowisko zewnętrzne są nierozerwalnie wzajemnie powiązane, co pomaga wytłumaczyć, dlaczego migracja jest tak dotkliwym przeżyciem.

Przeprowadzone badanie pokazało nie tylko to, że technologia wirtualnej rzeczywistości w połączeniu z arteterapią może stać się przestrzenią refleksji i sa-

[30] Jerzy Bartmiński, „Dom i świat – opozycja i komplementarność", *Postscriptum Polonistyczne* 2008, nr 1(1): 55–68.

[31] Sherry Turkle, *Evocative Objects. Things We Think With* (Cambridge: MIT Press, 2007), 9, 307.

[32] Kartezjusz, *Medytacje o pierwszej filozofii*, 92.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

mopoznania, ale też uwidoczniło potencjał VR dla badań nad ucieleśnionym poznaniem. Terapia w VR ma tak duży potencjał, ponieważ VR umożliwia głębsze doświadczenie cielesnej interakcji z własnymi wytworami. Przestrzeń VR jest postrzegana przez uczestników jako bezpieczna i prywatna. W kontekście arteterapii, VR okazała się skutecznym narzędziem pracy z osobistymi doświadczeniami i ich znaczeniami; nabyte pozytywne rezultaty mogą być przenoszone do świata fizycznego. Jak twierdzi Chalmers, wirtualna rzeczywistość to autentyczną rzeczywistość, w której przeżywamy wartościowe dla nas doświadczenia. Ale również wynika to z wirtualnego ucieleśnienia i tego, że VR staje się symulacją naszego realnego ucieleśnienia w świecie. Jak pisze Aleksandra Przegalińska:

> co robią za pomocą symulacji, niejako osiąga ten sam ontologiczny status, co prawdziwe życie... Zatarcie różnicy między tym, co realne, a tym, co wirtualne, nie jest już tylko sloganem powtarzanym w prasie popularnej. I nie chodzi tutaj o prostą niemożliwość rozróżnienia między jednym a drugim, lecz o spektrum możliwości, które obie te rzeczywistości dają[33].

Warto podkreślić fakt, że mimo iż badanie miało charakter pilotażowy, to ma potencjał, by je rozwinąć w kontekście badań i analiz dotyczących terapii w VR. Zdecydowanie potrzebny jest szerszy dobór respondentów, na przykład zaproszenie uczestników z różnym stażem emigracyjnym, migrantów nie tylko z kultury podobnej do własnej, ale też kultur odmiennych. Koncepcja poznania ucieleśnionego dostarcza obiecujących narzędzi pojęciowych, by realizować badania nad wirtualną terapią. Niektóre pytania są tym kontekście szczególnie interesujące. Jakie mechanizmy sprawiają, że terapia w wirtualnej rzeczywistości jest tak skuteczną metodą interwencji psychologicznej? Jaką rolę w tym procesie odgrywa ciało oraz jego interakcja z wirtualnym środowiskiem? Z jednej strony ważne jest zrozumienie wyjątkowego potencjału środowiska wirtualnego, jego właściwości, takich jak immersyjność, poczucie obecności, interaktywność, elastyczność w kreowaniu określonych scenariuszy doświadczeń, ale z drugiej strony – ważne jest zrozumienie ograniczeń tego narzędzia. Można mieć nadzieję, że takie ujęcie jesz-

[33] Aleksandra Przegalińska, *Istoty wirtualne. Jak fenomenologia zmieniała sztuczną inteligencję* (Kraków: Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych Universitas, 2016), 224.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

cze bardziej przyczyni się do rozwinięcia dialogu pomiędzy badaczami ucieleśnionego poznania a profesjonalistami pracującymi w dziedzinie zdrowia psychicznego.

Bibliografia

„About Migration", International Organization for Migration, https://www.iom.int/about-migration (dostęp: 6.02.2024).

Bakewell, Oliver. „Unsettling the Boundaries Between Forced and Voluntary Migration". W: *Handbook on the Governance and Politics of Migration*, red. Emma Carmel, Katharina Lenner, Regine Paul, 124–136. Cheltenham: Edward Elgar Publishing, 2021. https://doi.org/10.4337/9781788117234.00017

Bartmiński, Jerzy. „Dom i świat – opozycja i komplementarność". *Postscriptum Polonistyczne* 2008, nr 1(1): 55–68.

Bartmiński, Jerzy, Iwona Bielińska-Gardziel i Beata Żywicka. *Leksykon aksjologiczny Słowian i ich sąsiadów*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2015.

Cassirer, Ernst. *Esej o człowieku. Wstęp do filozofii kultury*. Tłum. Anna Staniewska. Warszawa: Czytelnik, 1977.

Chalmers, David John. *Reality+: Virtual Worlds and the Problems of Philosophy*. New York: W. W. Norton & Company, 2022.

Dąbrowski, Andrzej. „Ucieleśnione poznanie – założenia, tezy i wyzwania". *Argument: Biannual Philosophical Journal* 11, nr 1 (2021): 13–32. https://doi.org/10.24917/20841043.11.1.1

Gallagher, Shaun. *Embodied and Enactive Approaches to Cognition*. Cambridge: Cambridge University Press, 2023. https://doi.org/10.1017/9781009209793

Guttmann, Joseph i Dafna Regev. „The Phenomenological Approach to Art Therapy". *Journal of Contemporary Psychotherapy* 34, nr 2 (2004): 153–62. https://doi.org/10.1023/B:JOCP.0000022314.69354.41

Hacmun, Irit, Dafna Regev i Roy Salomon. „The Principles of Art Therapy in Virtual Reality". *Frontiers in Psychology* 2018, nr 9(2082): 1–7. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02082

Heidegger, Martin. *Bycie i czas*. Tłum. Bogdan Baran. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2008.

Ingold, Tim. „Building, dwelling, living: how animals and people make themselves at home in the world". W: *The Perception of the Environment: Essays on Livelihood, Dwelling and Skill* (1 ed.): 172–188. London: Routledge, 1995.

Jackson, Michael. *At Home in the World*. Sydney: Duke University Press, 1995.

Jaegher, Hanne De i Ezequiel Di Paolo. „Making Sense in Participation: An Enactive Approach to Social Cognition". W: *Enacting Intersubjectivity,* red. Francesca Morganti, Antonella Carassa, Giuseppe Riva, 33–47. Amsterdam: IOS Press, 2008.

Kartezjusz. *Medytacje o pierwszej filozofii*. Tłum. Maria Ajdukiewicz i Kazimierz Ajdukiewicz. Kęty: Wydawnictwo Antyk, 2001.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

Merleau-Ponty, Maurice. *Fenomenologia percepcji*. Tłum. Małgorzata Kowalska i Jacek Migasiński. Warszawa: Aletheia, 2001.

Merleau-Ponty, Maurice. *Oko i duh*. Tłum. Aleksandr Vasilevich Gustyr. Moskwa: Iskusstvo, 1992.

Przegalińska, Aleksandra. *Istoty wirtualne. Jak fenomenologia zmieniała sztuczną inteligencję*. Kraków: Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych Universitas, 2016.

Ryle, Gilbert. *Czym jest umysł?*. Tłum. Witold Marciszewski, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 1970.

Sam, David Lackland i John Widdup Berry. *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press, 2006. https://doi.org/10.1017/CBO9780511489891

Sigmon, Sandra T., Stacy Whitcomb-Smith i Charles Richard Snyder. „Psychological Home". W: *Psychological Sense of Community Research. Applications, and Implications,* red. Adrian Fisher, Christopher Sonn i Brian Bishop, 25–41. Boston, MA: Springer, 2002. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-0719-2

Smith, Jonathan Alan, Paul Flowers i Michael Larkin. „Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research". *Qualitative Research in Psychology* 6*,* nr 4 (2009): 346–47. https://doi.org/10.1080/14780880903340091

Sztompka, Piotr. *Socjologia. Analiza społeczeństwa*. Kraków: Wydawnictwo Znak, 2012.

Taylor, Charles. „Self-Interpreting Animals". W: *Human Agency and Language. Philosophical Papers*, 45–76. Cambridge: Cambridge University Press, 1985. https://doi.org/10.1017/CBO9781139173483.003

Tucker, Aviezer. „In Search of Home". *Journal of Applied Philosophy* 11, nr 2 (1994): 181–87. https://doi.org/10.1111/j.1468-5930.1994.tb00107.x

Turkle, Sherry. *Evocative Objects. Things We Think With*. Cambridge: MIT Press, 2007.

Wilson, Margaret. „Six views of embodied cognition". *Psychonomic Bulletin & Review* 9, nr 4 (2002): 625–36. https://doi.org/10.3758/BF03196322

Summary

Use of VR Technology in Research on Migrants

In recent years, the issue of migration has become increasingly significant. Migration, whether voluntary or forced, can have a positive or a negative impact on an individual's well-being. One of the tools that can aid in adapting to a new situation is virtual reality (VR). This article presents a pilot study on migrants, in which VR technology was used in conjunction with art therapy. A phenomenological approach to conducting art therapy was applied during a series of four sessions. Interpretative phenomenological analysis was used to analyse the results. The findings indicate that virtual space has great potential to create an environment for self-discovery, and it can also be a good field for research on embodied cognition.

Pobrane z czasopisma **http://kulturaiwartosci.journals.umcs.pl**
Data: 31/10/2026 07:07:29

Keywords: VR technology, migration, virtual reality, home, art therapy, embodied cognition

Zusammenfassung

Der Einsatz von VR-Technologie in der Forschung über Migrantinnen und Migranten

In den letzten Jahren hat die Frage der Migration zunehmend an Bedeutung gewonnen. Migration, ob aus freien Stücken oder erzwungen, kann sich positiv oder negativ auf das Wohlbefinden des Einzelnen auswirken. Virtuelle Realität (VR) kann eines der Instrumente sein, die helfen, sich an eine neue Situation anzupassen. In diesem Beitrag wird eine Pilotstudie mit Migrantinnen und Migranten vorgestellt, in der VR-Technologie in Kombination mit Kunsttherapie eingesetzt wurde. Ein phänomenologischer Ansatz zur Durchführung von Kunsttherapie wurde in einer Reihe von vier Treffen verwendet. Zur Analyse der Ergebnisse wurde die interpretative phänomenologische Analyse verwendet. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass der virtuelle Raum ein großes Potenzial hat, eine Umgebung der Selbstfindung zu schaffen, aber auch ein gutes Forschungsfeld für die verkörperte Kognition sein kann.

Schlüsselwörter: VR-Technologie, Migration, virtuelle Realität, Zuhause, Kunsttherapie, verkörperte Kognition

Ins Deutsche übersetzt von Anna Pastuszka

Information about Author:

VOLHA SAROKA, MA, Doctoral School of Humanities and Art, Maria Curie-Sklodowska University; address for correspondence: PL 20–038, Lublin, ul. Weteranów 18; e-mail: soroka.olga.mih@gmail.com