

## ЭСТЕТИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ В МЕТОДАХ АРТ-ТЕРАПИИ

**В статье осуществляется эстетическое исследование творческого акта как основы терапии. Автором рассматривается изменение статуса эстетических принципов в контексте арт-терапии, исследуются понятия художественного продукта и художественного произведения. В статье представлено описание психофизиологических аспектов творчества. Через анализ методов арт-терапии автор приходит к пониманию процесса творческого самовыражения человека.**

**Ключевые слова:** эстетический принцип, арт-терапия, художественный продукт, художественное произведение, творческий акт, пластичность мозга, творчество, искусство.

Арт-терапия, одно из современных направлений в психотерапии, сейчас находится на стадии формирования как профессиональная практика. Поэтому методологические и терминологические вопросы арт-терапии находятся на стадии разработки.

Поскольку эстетическое представлено нам на дологическом уровне, эстетико-философский анализ нуждается во введении понятийного аппарата. Французский философ М. Дюфрен в рамках разработки феноменологической эстетики считал восприятие эстетического контактом с творческими силами, «в процессе такого контакта природа раскрывается как рождающая человека, что составляет цель его собственного развития» [1, с. 87]. Эстетическое переходит из области «а priori» на когнитивный уровень через понятие эстетического принципа. Мышление нуждается в структуре, а возможность осознания происходит через упорядочивание. Поэтому эстетический принцип, являясь структурообразующим элементом эстетического опыта, дает возможность его понять.

Художественное произведение появляется в результате синтеза творческой экспрессии и художественной формы, при этом творческий акт первичен, а структура вторична. Но именно она является связующим звеном между реципиентом и творчеством художника. Это отношение подчиненности определяет изменения эстетических критериев. Поэтому эстетический принцип – это не однажды заданная константа, он изменяется вместе с искусством, каждая эпоха предлагает свой вариант понимания эстетического. В античном мире мимесис, являясь главным эстетическим принципом, определял каноны красоты и гармонии. Важнейшей категорией эстетики для Г.В.Ф. Гегеля является не мимесис, а идеал, прекрасное. Для философии эстетики как науки переход от классической эпохи к

постмодернизму – это сложный шаг, разработка нового понимания предшествующих законов дала возможность выйти на качественно новый уровень осмысления искусства. Г.Г. Гадамер в отличие от Гегеля сосредотачивается на герменевтической трактовке мимесиса. В работе «Актуальность прекрасного» автор проводит различие между античным пониманием категории мимесиса как подражания и искусством пантомимы. Для Гадамера мимесис – это определенная форма порядка. Поэтому, анализируя потерю предметности в искусстве, автор указывает на отсутствие проблемы: «Не важно, работает ли художник или скульптор в предметной или не предметной манере. Важно одно, встречает ли нас в них упорядочивающая духовная энергия» [2, с. 241].

Для эстетического анализа арт-терапии лучше всего пользоваться герменевтическим подходом Гадамера. В данном случае эстетический принцип понимается как некий организующий элемент, положенный в основу порядка. Но прежде чем выявлять эстетические принципы, важно определить, что именно в психотерапевтической методике арт-терапии может являться предметом эстетического анализа.

Искусство выражает творческий акт через знаковую систему художественного языка, который в свою очередь основан на эстетических принципах. Творчество, являясь ядром искусства, просвечивает через формы художественного языка. Для реципиента «язык предшествует поэтическому творчеству, и этим, как кажется, отмечено не только любое поэтическое творение, но и всякое творение вообще» [2, с. 144].

Поэтому в искусстве эстетический анализ направлен на само проявление искусства – художественное произведение. В арт-терапии как такового художественного произведения нет, поскольку пациент в большинстве случаев яв-

ляется непрофессионалом. С другой стороны, арт-терапия в отличие от искусства не ставит своей задачей создание шедевров культуры, здесь будет уместнее говорить о продуктах художественного творчества.

Но терапия творчеством, так же как искусство, использует эстетические принципы, через них в арт-терапии происходит упорядочивание творческого процесса. Поскольку цель данного лечения во включении человека в творческий акт, следование эстетическим принципам остается на втором плане. Этот аспект в корне отличает арт-терапию от любого искусства, в том числе маргинального (как формы непрофессионального искусства). Использование различных художественных материалов в процессе арт-терапевтической практики проходит под присмотром специалиста – арт-терапевта, обладающего «достаточным знанием природы художественного творчества и в тоже время способного понимать психологическое содержание изобразительной продукции клиента и выступать в качестве посредника в «диалоге» клиента со своей изобразительной продукцией» [3, с. 6]. В данном случае специалист помогает через состояние творческой экспрессии выявить глубинные внутренние переживания. Методы арт-терапии направлены на активацию творческого начала, в отличие от искусства (греч. τέχνη – искусство, мастерство, умение, ремесло), которое направленно на искусную материализацию творческого акта.

Для эстетико-философского анализа важно, что методы арт-терапии позволили увидеть за художественным произведением само творчество. Более того, сделали его самоценным, отодвинув художественную форму на периферию. Анализ арт-терапевтического процесса открывает для эстетики как науки возможность изучения творческого акта самого по себе. Именно в арт-терапии творчество проявляется как цель, достижение которой и приводит к терапевтическому эффекту. И поэтому вся методика направлена на активизацию творческого начала в человеке, а не на создание художественного языка, способного передавать внутренние состояния.

Феномен творчества для эстетики как науки, занимающейся изучением искусства, всегда находился за ширмой ценности художественного произведения как неотъемлемой части творческого акта. И только на примере методов арттерапии, в которых творчество явля-

ется самоценным фактом, приносящим излечение, возможно изучение того, что является первопричиной любого искусства и культуры.

Обратимся к анализу арт-терапевтических методов, в статье А.И. Копытина и Е.Е. Свистовской «Арт-терапевтические методы, используемые в работе с детьми и подростками: обзор современных публикаций» предложено детализированное определение арт-терапии как междисциплинарного подхода, основанного на психологии, медицине, педагогике и культурологии [4]. Впервые термин арттерапия (Art Therapy) был предложен врачом А. Хиллом (1945 год); терапевт М. Наумбург (1966 год) в рамках инсайт-ориентированной арт-терапии также использовала этот термин для определения «форм клинической практики, в рамках которых психологическое «сопровождение» клиентов с эмоциональными, психическими и физическими нарушениями осуществлялось в ходе их занятий изобразительным творчеством с целью их лечения и реабилитации» [4].

Авторы статьи указывают на неточное понимание арт-терапии как «психотерапии выразительными искусствами» или «психотерапии искусством» (expressive arts therapies) [4]. Более точно было бы определять арт-терапию «как одну из форм психотерапевтической практики, основанную на использовании пациентами визуальных, пластических средств самовыражения в контексте психотерапевтических отношений» [4].

Это важный аспект, в том смысле, что творческий акт позволяет выделить проблему внутренних негативных состояний в область видимого образа, но не менее важна и последующая работа, основанная на понимании происходящего и самостоятельном поиске осознанного выхода. Именно на этом этапе реализуются психотерапевтические отношения. Психотерапевт М.Е. Бурно, исследуя терапию творческим самовыражением, отмечал, что арт-терапия, как выполняющая лечебно-адаптационные функции, может служить дополнением к техникам психотерапии [5].

Методологическая база арт-терапии связана с различными практиками, использующими творчество, искусство или воображение человека. Например, существует взаимосвязь теоретических идей К.Г. Юнга и предложенного им метода активного воображения с арт-терапевтическим процессом.

Целью метода активного воображения, изложенного автором в книге «Тавистокские лекции», является возможность связи между сознанием человека и бессознательным [6].

Используя данный метод, пациент получает возможность нестандартного решения своей проблемы, а наука – возможность анализировать психический материал, выведенный из потенциального состояния непроявленного бессознательного во вполне конкретные образы.

Методологическая общность активного воображения и арт-терапии проявлена, во-первых, в использовании творческого начала человека для достижения терапевтических целей, а во-вторых, – в подходе к пациенту. В отличие от гипноза активное воображение, так же как и арт-терапия, не директивный метод. Воображение – процесс «течения» образов, не терпит прямых команд или направленного давления извне, так же как и в арт-терапии необходимо избегать властного голоса и любых действий, ориентированных на подавление воли человека.

В современной психотерапии существует еще одно направление, методологически близкое к арт-терапии, – символдрама. Основателем и теоретиком символдрамы является Ханс-Карл Лейнер – профессор, доктор медицинских наук. Метод символдрамы – это использование в терапевтических целях кататимного (от гр. *katathymios*; где «ката» – «соответствующий», «зависящий» и «тимос» – «душа») переживания образов. Понятие «кататимный» ввел в немецкоязычную психиатрическую литературу Г.В. Майер в 1912 году для обозначения зависимости от эмоций и аффектов [7, с. 8].

Переживание образов носит эмоциональный, чувственный и пралогический характер, в этом сходство символдрамы с арт-терапией. Включение в творческий процесс в арт-терапевтической практике происходит за счет работы арт-терапевта, направленной на высвобождение внутреннего творческого потенциала пациента. Поскольку раскрытие творческого акта происходит через эмоциональное включение, арт-терапевтом организуется определенная художественная среда, способствующая этому.

И все же арт-терапия – это отдельное направление психотерапии. Например, А.И. Копытин в своих исследованиях отмечает, что несмотря на тесную связь лечебной практики арт-терапии с психотерапией искусством (*expressive*

*arts therapies*), последняя является метагруппой по отношению к арт-терапии: «В настоящее время психотерапия искусством представлена четырьмя основными направлениями – арт-терапией, драма-терапией, музыкотерапией и танцевально-двигательной терапией; в некоторых странах они признаны в качестве самостоятельных профессий» [8, с. 25-26].

В этом случае классификация произведена по принципам, положенным в основу методов арт-терапии. Поэтому в целом арт-терапия представлена как методика, основанная на использовании различных изобразительных материалов и средств, допустимо применение любых «форм творческого самовыражения» [8, с. 27]. Например, А.И. Копытин выделяет фототерапию как одну из форм арт-терапии [8, с. 26].

Фотография – это особое изобразительное средство, во-первых, оно относится к сравнительно новым достижениям техники, а во-вторых, использование фотоаппарата дает возможность четкого фиксирования образа. В данном случае максимальное приближение к объектам видимой реальности дает человеку особое ощущение уверенности, появляется возможность уйти от текучести образа, возможности его ускользания. А.И. Копытин объясняет этот процесс следующим образом: «Благодаря этим свойствам фотография может помогать человеку «укорениться» в реальности и принять ее как источник внутренней стабильности и опоры» [8, с. 31].

В социальной жизни люди традиционно используют фотографию для фиксации значимых событий. «Институциональная фотография» [8, с. 31] служит организующим элементом, используется для создания ощущения порядка и устойчивости. Процесс социализации – это процесс становления человека, и фотографии – как вехи на этом пути.

Форма творческого самовыражения стала основой для классификации арт-терапии не случайно. В процессе лечения очень важны физические и художественные качества выбранного материала. От его свойств зависят психические реакции пациента, сам процесс творчества иногда носит неосознанный характер, и человек совершает действия импульсивно. Если при этом наличествуют реакции гнева или агрессии, то неустойчивость материала может служить активатором негативных эмоций [8, с. 31]. Это нарушает общий процесс, поэтому матери-

ал нужно подбирать осознанно, соответственно сложившейся ситуации и состоянию пациента.

Арт-терапию можно классифицировать не только по выбранному изобразительному материалу, но и по способу комбинирования изобразительных техник.

Примером может служить техника интермодальной арт-терапии (Intermodal Arts Therapy), разработанная в одной из клиник на юго-западе США, специализирующейся на лечении пациентов с аддикциями и посттравматическими расстройствами [9, с. 173].

В основе этой методики лежит использование трех форм художественной деятельности. Лепка из глины используется для идентификации травматичного опыта, этот пластичный и одновременно устойчивый материал позволяет выявить подавляемые скрытые конфликты. Трансформирование в образную форму происходит через рисование восковыми мелками. Следующий этап – это вербальное описание образов, создание текстов, в данном случае целью является достижение связи внутреннего состояния со способностью пациента его осмыслить. Четвертая стадия – осознание перенесенных переживаний и групповое обсуждение, цель которого – наладить коммуникативные связи и развить новые формы взаимодействия [9, с. 176-186].

Для психотерапии данный метод представляет интерес как возможность выявления внутренних подавляемых состояний с целью последующей их коррекции. Для эстетико-философского анализа важна возможность выявления подавленных состояний именно через творческий акт.

Творчество – это внутреннее состояние человека, его реализация происходит через головной мозг. Существует важная особенность в нейрофизиологическом строении мозга, Карл Прибрам в работе «Языки мозга» показал, что «одной из важных особенностей состояний мозга является их пластичность. В модификации мозговых состояний выражается самое основное свойство нервной системы, ее способность образовывать временные связи» [10, с. 41].

Основой пластичности мозга является регенерация, например, в процессе восстановления происходит регенерация утерянных функций или реорганизация имеющихся, также в процессе роста мозга генерирование недостающих эле-

ментов происходит согласно принципам гармонии, существующим в системе [11, с. 26].

Функции мозга, позволяющие осуществляться процессу познания, также связаны с эффектом пластичности. Пластичность нейронной сети отвечает не только за устойчивость памяти человека, но и «воображение, узнавание, припоминание предполагают использование некоторых или всех основных форм пластичности нервной ткани» [10, с. 56].

Человеческая речь связана с пластичностью мозга. По сути, пластичность мозга – это форма структурной нестабильности, но в головном мозге существуют механизмы возвращения системы в состояние гомеостаза. Таким образом, структурная нестабильность не разрушает систему, а реорганизует с учетом новых элементов. Так в головном мозге происходят изменения в процессе познания и при восстановлении от полученных травм.

Относительность структурной стабильности мозга и есть его пластичность. Она проявляется при изучении ребенком языка. Слова и лингвистические схемы постепенно занимают свое место, и с каждым новым элементом система перестраивается, изменяются принципы гармонии внутри нее. Понимание ребенком языка еще лишено рефлексорного реагирования, поэтому каждое новое слово – это новое состояние; у ребенка еще нет возможности подогнать получаемый опыт под заданную схему восприятия. И поэтому восприятие ребенком языка представляет собой творческий процесс.

К. Прибрам, описывая возможности создания модели восприятия, указывает на проблему существования неосознаваемых влияний на восприятие человека: «Между рефлексорным действием и сознанием существует, по-видимому, настоящая противоположность. Рефлексорное действие и сознание как бы взаимно исключают друг друга – чем больше рефлекс является рефлексом, тем меньше он осознается» [10, с. 124].

Появление рефлексорных структур в области восприятия возможно только в зрелом возрасте, когда уже получен опыт и на основе него слагаются модели восприятия. Поэтому ребенок воспринимает язык только через творческое начало, а взрослый человек опосредованно логически-ассоциативно.

Как известно, ребенок может выучить любой язык мира в среднем за 2-3 года, взрослому

на это требуется значительно больше времени, и при этом никогда не происходит вживания в язык, то есть он не становится родным. Таким образом, творческий процесс возможен только в отсутствие рефлекторного реагирования, которое снимается в непривычной, новой среде или в процессе осознания полученных состояний.

Согласно Прибраму, состояние рефлекторного реагирования противоположно творческому процессу, поэтому методы арт-терапии, как вскрывающие феномен творческого акта, направлены на выход из такого состояния.

Пример снятия рефлекторного реагирования – это методика интермодальной арт-терапии. В ходе сессии реализуется снятие защитных механизмов психики, которые могли блокировать стрессовые переживания через перевод негативных состояний в область бессознательного. Человека помещают в обстановку, стимулирующую творческую реализацию, новое и необычное для него пространство, таким образом снимается возможность рефлекторного реагирования. Наряду с этим пациенту предлагаются благоприятные психологические условия, создается дружественная атмосфера диалога между арт-терапевтом и больным.

Творчество способно сублимировать чувства и давать выход деструктивным тенденциям. Поэтому арт-терапевтические техники используются для коррекции негативных состояний психики (депрессия, тревожность, агрессия и т. д.). В этом смысле уместно применять понятие катарсиса в прочтении, предложенном З. Фрейдом; австрийский психоаналитик отделил катартический метод лечения от гипноза и использовал его как самостоятельное средство психотерапии [12, с. 8].

Художественное творчество помогает психотерапевту установить с клиентом более тесный контакт и получить доступ к его переживаниям. Для того чтобы понять механизмы психических процессов, важно осознавать полученный опыт. В искусстве когнитивные возможности человека используются для достижения совершенной формы, в арт-терапии анализ применяется для интерпретации и понимания полученного опыта. Например, А.И. Копытин в статье «Арт-терапия: европейская перспектива» отмечает необходимость использования «определенных приемов, помогающих клиенту осознать отраженные в его изобразительной

продукции содержания своего внутреннего мира» [3, с. 6].

Творческий акт помогает человеку вынести подавленные или испытываемые, но не осознаваемые негативные состояния в когнитивную область. Таким образом, методы арт-терапии, как направленные на высвобождение творческого акта и дальнейшее осознание произошедшего, используют творчество как способ привнесения нового в сознание. В этом смысле само физиологическое строение человека способствует данному процессу. Мозг – это пластичная структура, способная принять новое и вернуться в состояние стабильности. Поэтому новое возможно осознать, увидеть в знаках структуры, включить в систему через ее реорганизацию.

К. Прибрам в своем исследовании отмечает возможность творческого мышления быть более вариативным по сравнению с логическим. Разумное мышление, по мнению автора, может быть нерациональным, так как в интуитивном подходе возможно «установление корреляции внутренних образов с основными свойствами задачи» [10, с. 410]. Поэтому именно в сложных случаях творческий подход более результативен, поскольку нужен нестандартный выход из ситуации.

Творческий акт является условием привнесения нового в сознание, но для того чтобы экспрессия вошла в поле когнитивного, ей нужны эстетические принципы.

С одной стороны, в арт-терапии такие принципы носят вторичный характер, позволяя творческому акту стать на первый план. С другой стороны, без эстетического принципа не возникнет продукта творчества, и тогда невозможно зафиксировать образ.

Художник, используя эстетические принципы, реализует творческую экспрессию в художественных произведениях, в этом смысле искусство – это многообразие художественных форм. Творческий акт становится произведением искусства через наличие эстетических принципов. Но эстетические принципы сами по себе, без творческого акта, так же отменяют искусство, являясь тиражом форм.

Арт-терапия как лечебная практика основана на способности творчества быть катализатором и изменять систему через внесение нового в ее структуру. Терапевтично творчество, а не эстетические принципы. Но их значение не менее важно, они являются структурообразую-

щими элементами, благодаря которым внутренние состояния попадают в область когнитивного, осознанного. Для арт-терапевтической практики это существенный момент, именно через понимание причин негативного состояния пациент находит из него осознанный выход. Понимание механизмов, позволяющих находиться в позитивном состоянии приводит к их осознанному использованию. Иначе говоря, человек учится контролировать свою жизнь и осуществлять действия и поступки в позитивном направлении.

К самому творчеству, в отличие от эстетических принципов, не применимы термины когнитивности, поэтому для человека оно предстает как единство. Эстетические принципы вариативны, и человек сам решает, через какие из них будет воплощено его творческое начало. В этом смысле оправдано использование в арт-терапии различных художественных техник.

Для когнитивного восприятия человека художественный продукт проявлен не на уровне творчества, а в поле эстетического принципа, поскольку здесь возможны критические размышления и оценки. Изменение эстетического принципа приводит к появлению различных форм художественного продукта, в современной ситуации поле их вариативности огромно. Например, в постмодернистских традициях вариативность реализации форм находится в диапазоне от интригующего отождествления объектов действительности с художественной формой (алеаторики Джона Кейджа, ready-made Марселя Дюшана) до прекрасно-идеального машинного воплощения формы (использование в искусстве достижений науки и техники:

пуантилизм, теория дополнительных цветов Сера, компьютерная графика, нет-арт).

Нынешний век уже знаменовался многочисленными научными открытиями, например, на уровне физики высоких энергий человечеству уже доступны сверхскорости. Также мы являемся свидетелями глобальных социокультурных явлений, например развитие высоких технологий дало возможность интерактивного общения на больших расстояниях, поэтому новая культурная среда является сложноорганизованной системой мирового уровня. Важно понимать, что в данных условиях происходит возрастание мощности и масштабов каждого действия и возможных его последствий. Поэтому применение вариативности эстетических принципов должно быть соотнесено с пониманием общей ситуации.

Арт-терапия дает особое понимание эстетического принципа как структурообразующего элемента. Поэтому не только для данной методики важен выбор материала и эстетического принципа, но и для искусства в целом. Поскольку творческий акт воплощается в искусство через эстетические принципы, которые зависят от выбора каждого человека.

В этом смысле отношение в арт-терапевтической практике к творческому акту как к силе, наталкивает на мысль о том, что необходимо со всей ответственностью подходить к реализации творческих порывов в действительность. Здесь уместно привести цитату из книги Рудольфа Арнхейма «Искусство и визуальное восприятие»: «Глубочайшая сущность искусства заключается в единстве идеи и ее материального воплощения» [13, с. 136].

#### Список использованной литературы:

1. Эстетика. Словарь [Текст] / под общ. ред. А.А. Беляева – М.: Политиздат, 1989.
2. Гадамер, Г.Г. Актуальность прекрасного [Текст] / Г.Г. Гадамер – М.: Искусство, 1991.
3. Хрестоматия. Арт-терапия [Текст] / под ред. А.И. Копытина – СПб.: Питер, 2001.
4. Копытин, А.И., Свистовская, Е.Е. Арт-терапевтические методы, используемые в работе с детьми и подростками: обзор современных публикаций [Текст] / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2007, №4 – декабрь.
5. Бурно, М. Е. Терапия творческим самовыражением [Текст] / М.Е. Бурно – М.: Медицина, 1989.
6. Юнг, К.Г. Тавистокские лекции. Аналитическая психология [Текст] / К.Г. Юнг – СПб.: Азбука-классика, 2007.
7. Лейнер, Х. Катастимное переживание образов [Текст] / Х. Лейнер; пер. с нем. Я.Л. Обухова – М.: Эйдос, 1996.
8. Копытин, А. И. Тренинг по фототерапии [Текст] / А.И. Копытин – СПб.: Речь, 2003.
9. Арт-терапия в эпоху постмодерна [Текст] / под ред. А.И. Копытина – СПб.: Речь, 2002.
10. Прибрам, К. Языки мозга. Экспериментальные парадоксы и принципы нейропсихологии [Текст] / К. Прибрам – М.: Прогресс, 1975.
11. Харченко, Е.П., Клименко, М.Н. Пластичность мозга [Текст] / Е.П. Харченко, М.Н. Клименко // Журнал «Химия и жизнь». – 2004, №6.
12. Фрейд, З. О клиническом психоанализе. Избранные сочинения [Текст] / З. Фрейд – М.: Медицина, 1991.
13. Арнхейм, Р. Искусство и визуальное восприятие [Текст] / Р. Арнхейм – М.: Прогресс, 1974.
14. Лексикон Нонклассики. Художественно-эстетическая культура XX века [Текст] / под ред. В.В. Бычкова – М.: РОС-СПЭН, 2003
15. Психотерапевтическая энциклопедия [Текст] / под ред. Б.Д. Карвасарского. – СПб.: Питер, 2000.
16. Копытин, А.И. Арт-терапия [Текст] / А.И. Копытин – СПб.: Питер, 2001.