

ТЕХНИКИ ЛАНДШАФТНОЙ АРТ-ТЕРАПИИ

А. И. Копытин, Б. Корт

Александр Копытин

**Техники ландшафтной
арт-терапии**

«Когито-Центр»

2013

Копытин А. И.

Техники ландшафтной арт-терапии / А. И. Копытин — «Когито-Центр», 2013

ISBN 978-5-89353-398-9

В книге представлен ряд инновационных методик арт-терапии, связанных с использованием найденных объектов. Эти методики могут применяться в качестве самостоятельного блока практических занятий и как составная часть программ лечебно-реабилитационной, психопрофилактической и развивающей направленности. Авторы показывают сходство данной группы методик с ритуальными практиками и шаманской традицией, а также некоторыми формами искусства модернизма (ассамбляж, реди мейд) и постмодернизма (лэндарт, минимализм и др.). Дается образец построения курса занятий с использованием техник ландшафтной арт-терапии. Описываются отдельные методики. Приводятся примеры работ, созданных во время арт-терапевтических занятий.

ISBN 978-5-89353-398-9

© Копытин А. И., 2013

© Когито-Центр, 2013

Содержание

Введение	6
Глава 1	9
1.1. Исторические истоки ландшафтной арт-терапии (шаманская традиция, традиционные системы целительства, фольклор, ритуальные практики)	9
1.2. Ландшафтная арт-терапия и современное искусство.	11
Использование предметов и ландшафта в искусстве модерна и постмодерна	
Конец ознакомительного фрагмента.	12

**Александр Иванович
Копытин, Беверли Корт
Техники ландшафтной арт-терапии**

© Когито-Центр, 2013

* * *

Введение

В ходе практики арт-терапии клиенты обычно занимаются изобразительной деятельностью в художественной студии или в кабинете. При этом в большинстве случаев используются традиционные материалы и виды художественной деятельности – живопись, графика, лепка, коллажи. В последние годы арт-терапевтами предпринимаются попытки более активно использовать компьютерное творчество, фотографию, видеоарт, песочницу, некоторые техники и формы современного искусства, различные виды работы с предметами (Brooker, 2010).

В настоящем издании представлен новый подход к проведению арт-терапевтических занятий, связанный с выходом клиентов за рамки кабинета, их прогулками на открытом воздухе, поиском и использованием найденных предметов и материалов, созданием из них различных арт-объектов. Мы назвали данный подход *ландшафтной арт-терапией*. На наш взгляд, она имеет следующие отличительные особенности.

- Во-первых, ландшафтная арт-терапия связана с поиском участниками занятий и последующим применением природных или техногенных (также найденных в окружающей среде) предметов в качестве основного материала и средства художественно-творческой деятельности.

- Во-вторых, при использовании ландшафтной арт-терапии, по крайней мере, определенная часть занятия связана с работой в среде, находящейся за пределами арт-терапевтического кабинета. При этом может происходить свободное или организуемое специалистом перемещение клиентов в этой среде, сопровождающееся исследованием ее сенсорных и художественно-эстетических характеристик, активизацией воображения, познавательных и эмоциональных процессов на основе взаимодействия с находящимися в ней объектами.

Данный подход может быть связан с получением следующих эффектов:

- полисенсорной стимуляцией и интеграцией деятельности различных сенсорных систем организма;
- активизацией воображения, творческого мышления и интуиции;
- расширением диапазона художественно-творческих возможностей клиентов, преодолением стереотипных представлений о содержании и направленности художественно-творческого процесса;
- развитием чувства прекрасного, обогащением эстетического опыта;
- совершенствованием навыков саморегуляции путем активного взаимодействия со средой и ее здоровьесберегающими ресурсами;
- развитием коммуникативных навыков (в том числе навыков творческой коммуникации), сплочиванием и системной трансформацией групп и сообществ;
- повышением социальной активности, формированием чувства ответственности за окружающую среду;
- развитием экологического сознания;
- психологической интеграцией – укреплением чувства Я, единства разных аспектов личного опыта, укреплением и реконструкцией биографической и культурно-исторической памяти.

В зависимости от контингента и области практического применения ландшафтной арт-терапии ее эффекты могут дополнительно уточняться. Одним из преимуществ работы с найденными, в том числе старыми, испорченными предметами является возможность преодоления клиентом страха показаться неумелым, придает уверенность в собственных силах, активизирует игровое начало, способствует выходу за рамки ригидных художественно-эстетических установок (Camic, 2010).

Привычная окружающая среда может быть по-новому воспринята человеком, стать источником открытий и ярких впечатлений. Взрослый человек может хотя бы на время увидеть мир глазами ребенка, шамана, поэта или художника, открыть архетипические, мифологические, сказочные значения реальности.

Прогулки под открытым небом развивают в человеке – как ребенке, так и взрослом – дух героизма и приключений, дух креативности, побуждают к сочинению историй. Совместные прогулки группы людей, сопровождающиеся творческой деятельностью, могут способствовать сплочению членов семьи, представителей разных групп населения, восстановлению их связи с природой, той связи, которая часто искажается или утрачивается. Такие прогулки являются способом реанимирования внутренних способностей ведуна или шамана, то есть способностей общаться с «духами земли», «природным космосом», тех способностей, которые имманентно присутствуют во внутренней духовной и физической организации человека.

Прогулки в поисках чего-то интересного – предметов, кадров, впечатлений, идей, фантазий – также могут быть способом развития природной сензитивности, умения чувствовать среду, ее «полевые эффекты», воспринимать ее в качестве своеобразного зеркала, отражающего внутренние свойства человека. Таким образом мы развиваем в себе умение замечать в окружающей среде, прежде всего, то, что резонирует с нашими внутренними процессами, а потому может способствовать самопознанию.

Переживающим стресс людям прогулки на открытом воздухе помогают снять напряжение, ощутить животворное воздействие природной среды, ее целебных энергий. Они могут явиться фактором эмоционального пробуждения и оздоровления апатичных, отгороженных от мира, погруженных в свою защитную «скорлупу» пациентов, которые ранее были неспособны почувствовать красоту и щедрость окружающего мира.

Работая с найденными объектами, можно исследовать темы ущерба и его возмещения, травмы и ее преодоления. Найденные предметы могут обретать новую жизнь, превращаться благодаря творческому акту в нечто новое. Разные формы взаимодействия с найденными предметами, по сути, являются тем, что всегда делали художники, давая новую жизнь материалам, объектам и образам.

Ландшафтная арт-терапия базируется на теории и принципах арт-терапии и может обосновываться с позиций процессуально-ориентированной, трансперсональной, юнгианской и нарративной психотерапии, экопсихологии (Bechtel, Churchman, 2002; Buzzell, Chalaquist, 2009; Chalaquist, 2007; Fisher, 2002; Roszak, Gomes, Kanner, 1995; Rugh, 2001; Winter, 1996) или иных систем психотерапии. В то же время они имеют связь с шаманской традицией, древними практиками целительства, а также с постмодернистскими концепциями (экоэстетика, экофеминизм) и некоторыми формами искусства модернизма (ассамбляж, реди мейд) и постмодернизма (лэндарт, минимализм и др.).

Одной из предпосылок ландшафтной арт-терапии являются представления «экологической» психологии и медицины, представления о тесных, резонансных отношениях организма и психики человека с окружающей средой (Rust, 2008a, b). Ландшафтная арт-терапия как один из аспектов «экологической» психологии и медицины может способствовать распространению новых здоровьесберегающих подходов. Она может помогать специалистам в области психического здоровья, медицинским работникам, педагогам лучше понять комплексные взаимосвязи тела и психики человека с окружающей средой для того, чтобы более активно задействовать ее профилактический потенциал, с одной стороны, и предпринимать шаги по ослаблению разрушительных воздействий некоторых средовых факторов на человека, с другой стороны.

В разные исторические эпохи и в разных культурах люди по-разному воспринимали свою связь с окружающей средой и ее роль в сохранении и восстановлении здоровья. Можно привести немало примеров внимательного и заботливого отношения к природе, учета ее роли в творческом процессе и лечебной практике.

Представленный в настоящем издании подход может помочь художникам и арт-терапевтам по-новому взглянуть на природу творчества. Они, например, могли бы признать, что акт изобразительного творчества является не чем иным, как сложным процессом обмена энергией и информацией между человеком и окружающей средой, сопровождающимся активизацией воображения и интуиции, мыслительных, сенсорных и эмоциональных процессов. Тесная связь творчества и взаимодействия человека с окружающей средой отмечена многими авторами, например, Г. Еомансом и С. Нахмановичем:

«Я работаю так же, как я иду, не зная, что я могу найти... живопись считают ветвью попрошайничества, и она таковой, несомненно, является... способом получения знания об изменениях в нас и в окружающей среде... мостом между духовным и физическим, подсознательным и сознательным» (Yeomans, 2004, с. 56). «Что может спасти нас, так это знание, что истинное творчество подобно созданию коллажа, собиранию композиции из весьма забавных старых предметов, которые мы имеем под рукой, включая коллекцию наших забавных, старых идентичностей» (Nachmanovitch, 1990, с. 137).

Глава 1

Истоки ландшафтной арт-терапии и ее связь с духовной культурой и искусством прошлого и настоящего

1.1. Исторические истоки ландшафтной арт-терапии (шаманская традиция, традиционные системы целительства, фольклор, ритуальные практики)

Древние практики целительства и прогнозирования событий зачастую были основаны на наблюдениях человека за окружающей средой. Часто такие практики были связаны с постановкой человеком различных вопросов, которые он адресовал «тонкому» миру и природному окружению в надежде получить ответы. При этом человек стремился использовать для решения насущных вопросов дополнительные, внелогические механизмы нахождения ответов, расширить «поле» своего сознания и включить в него едва уловимые сигналы, приходящие как изнутри, так и из внешней среды. В этом процессе часто имело место взаимопроникновение реальности и фантазии, обыденного мира и мира мифологического, сказочного.

Природные объекты и материалы издавна применялись в ходе различных ритуалов, связанных с исцелением и психофизической интеграцией, сплачиванием человеческого сообщества, получением и передачей жизненно важной информации. В культуре североамериканских индейцев найденные в природе камни, растительные и животные элементы используются для создания такого важнейшего ритуального инструмента, как «медицинское колесо», и применяются в лечебных целях (Bennett, 1993). Наблюдения за жизнью животных и растений служили основой для многочисленных легенд об особых качествах, которые также могут «переходить» к человеку благодаря использованию тотемной символики и различных оберегов. «Призывая в качестве своего помощника то или иное животное, – пишут Дж. Сэмс и Д. Керсон, – человек пытается установить гармоничные отношения с теми качествами, носителями которых это животное является» (Sams, Carson, 1988, с. 13). Интересно, что знание важной роли тотемных животных в некоторых культурах помогло некоторым психотерапевтам в разработке оригинальных терапевтических приемов. «Личный тотемный столб» – психотерапевтический метод, предложенный трансперсональным психологом Э. Галлегос (Gallegos, 1990). Этот метод связан с изучением образов семи животных «тотемного столба», якобы находящихся внутри самого человека. Эти животные ассоциируются с семью чакрами, расположенными вдоль вертикальной оси человеческого тела.

Многие археологические находки, связанные с разными периодами в развитии человеческой культуры, растительные и животные символы, могут использоваться в качестве посредников для общения с миром природы. Специалист в области арт-терапии и юнгианской песочной терапии Л. Штейнхард (2001) обращает внимание на значительное сходство практики песочной терапии с древними ритуалами, связанными с использованием природных элементов и их символов. Так же, как шаман находит и использует определенные предметы, выступающие в роли «посредников» с природными энергиями, в ходе песочной терапии клиент выбирает из большого набора и использует затем для построения песочных композиций ряд предметов, обеспечивающих связь с внутренними процессами психики.

В качестве иного истока ландшафтной арт-терапии можно рассматривать феномен паломничества или священного, направленного на достижение определенной цели путешествия. Данный феномен представлен во многих мировых культурах. Паломничество обычно совершается как акт перехода человека в качественно новое состояние и предполагает глубокую внутреннюю концентрацию. В то же время паломничество представляется своеобразным творческим актом, позволяющим человеку выразить свои высшие, духовные устремления, реализовать внутренние потенциалы и наблюдать за тем, как окружающий мир на них «откликнется».

Описываемые в данном издании формы арт-терапевтической деятельности могут рассматриваться как вариант паломничества (мини-паломничества), совершая которое, человек может прислушаться к своим сокровенным внутренним переживаниям и потребностям и попытаться последовать за ними, наблюдая за тем, как они «резонируют» с тем, что возникает на его пути. При этом зачастую начинает постигаться *нуминозная* сущность обыденных явлений, поэзия жизни, часто игнорируемые в спешке повседневности. Можно увидеть, например, значительное сходство ландшафтной арт-терапии, реализуемой в форме мини-паломничеств, с празднованием Дня Летнего Солнцестояния у ряда европейских народов, в том числе у славян-язычников. Для этого праздника характерны блуждания по лесу в поисках мистического растения – расцветающего папоротника, согласно поверьям, наделяющего человека особыми качествами.

Предлагаемый подход к арт-терапии чем-то напоминает сакральные, связанные с физическим движением и изменением психического состояния ритуальные танцы, перемещения по лабиринту. Прогулки клиента во время занятий ландшафтной арт-терапией, как и паломничество, представляют собой путешествие в поисках внутренней целостности. Психотерапия в целом может пониматься как такое путешествие-самоисследование, процесс поиска и интеграции разных аспектов его Я, раскрытия и преобразования различных граней его внутреннего опыта. При этом определенные части Я клиента могут находить метафорическое выражение в ненужных, словно «выброшенных» за ненадобностью или отслуживших свой век объектах. Другие же части его Я могут представать в образах наполненных жизнью существ и объектов. В определенный момент, подобно элементам паззла, они могут включаться в «экосистему» психики.

Те предметы, которые человек встречает на своем пути в ходе занятий ландшафтной арт-терапией, часто представляют собой то, от чего человек ранее отказался, отшел от себя. Иногда это то, что было разрушено в нем, отчуждено или «похищено» другими. Иногда это – дары, сокровища, сокровенные части себя, когда-либо оставленные для того, чтобы в решающий момент обрести их заново, постичь их красоту и необходимость.

Являясь метафорами разных частей Я, эти предметы выступают также частью личного или универсального мифа, некоей истории, которую предметы готовы поведать ищущему. «Вслушиваясь» в эти истории, человек может начать процесс создания новой истории своей жизни, совершить акт творческого самовоплощения. В некоторых психотерапевтических подходах, в частности, в процессуально-ориентированной или юнгианской психотерапии заложена мысль о том, что мир является зеркалом нашего внутреннего Я. Всматриваясь в него, мы можем познать себя, свою духовную сущность, то, что на языке аналитической психологии Юнга называется Самостью. Встреча с собой, своей Самостью посредством взаимодействия с окружающей средой часто сопровождается переживанием так называемых *синхронизмов*, когда объекты, существа, феномены окружающего мира вдруг начинают выступать продолжением или отражением внутренних процессов и когда личный нарратив (повествование) начинает встраиваться в архетипическую структуру мифологического нарратива.

1.2. Ландшафтная арт-терапия и современное искусство. Использование предметов и ландшафта в искусстве модерна и постмодерна

Найденные объекты как предмет искусства

Наряду с различными формами духовной практики, методами целительства и предсказания событий ландшафтная арт-терапия имеет тесную связь с современным искусством, в частности, с такими его формами, как коллаж и ассамбляж, реди-мейд, инсталляция, лэнд-арт. Можно также обнаружить значительное сходство ландшафтной арт-терапии с определенными жанрами искусства фотографии и видеоарта.

Первые попытки представить найденные объекты в качестве произведений визуального искусства осуществил Марсель Дюшан. Наиболее скандально известными из его «готовых изделий» стали «Колесо от велосипеда» (1913), «Сушилка для бутылок» (1914), «Фонтан» (1917), представлявший собой обычный писсуар. С одной стороны, выставя напоказ как произведения искусства найденные предметы, он эпатировал завсегдатаев художественных салонов начала века. С другой стороны, он по-своему реализовал традиционный для изобразительного искусства миметический принцип или принцип копирования и творческого преобразования реальности.

Предъявление готовых объектов как произведений искусства с тех пор стало обозначаться термином «реди-мейд». Нечто подобное также характерно для создаваемых модернистами (в особенности футуристами и дадаистами) коллажных композиций, нередко включавших готовые предметы. В дадаизме, например, объемные аппликации на дереве и картоне, представляющие собой композиции из обрывков тряпья, трамвайных билетов, пучков волос, обломков детских игрушек и дамских корсетов, создавали Ганс Арп и Курт Швиттерс. Позднее в зрелом модернизме «открытая» ранними модернистами художественная технология обрела программный статус у Роя Лихтенштейна.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.