

И.В. Сусанина

Введение  
в **арт**  
-терапию



# Ирина Сусанина

## Введение в арт-терапию

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=180023](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=180023)*

*Сусанина И.В. «Введение в арт-терапию»: Когито-Центр; Москва; 2007*

*ISBN 5-89353-215-5*

### **Аннотация**

Пособие знакомит читателя с бурно развивающимся в настоящее время направлением научной и практической деятельности – арт-терапией. Рассматриваются культурные предпосылки и история становления арт-терапии как метода терапевтической практики, ее возможности и механизмы воздействия. Анализируются основные особенности и этапы арт-терапевтического процесса, описываются различные формы арт-терапии, ее основные техники и направления.

Рекомендуется студентам, обучающимся по специальностям «Социальная работа», «Социально-культурная деятельность».

*В формате a4.pdf сохранен издательский макет книги.*

# Содержание

Предисловие	4
1. Исторические вехи развития арт-терапии	9
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# Ирина Сусанина

## Введение в арт-терапию

### Предисловие

Язык искусства – красок, линий, форм и образов – говорит нам о том, что очень сложно выразить при помощи слов. Арт-терапия – это область, которая использует невербальный язык искусства для развития личности в качестве средства, дающего возможность контактировать с глубинными аспектами нашей духовной жизни, с внутренней реальностью, складывающейся из наших мыслей, чувств, восприятий и жизненного опыта.

Арт-терапия основывается на том, что художественные образы способны помочь нам понять самих себя и через творческое самовыражение сделать свою жизнь более счастливой.

Арт-терапия, как профессиональная деятельность, – сравнительно новая область науки и практики, однако то, что художественная деятельность обладает целительным эффектом, известно еще с древности. На протяжении всей человеческой истории искусство отражало мир человеческих страстей от бесконечной радости до глубочайшей печали, от триумфа до трагических потерь и служило людям как чудодей-

ственное средство психологического и духовного возрождения.

В последние десятилетия художественное творчество как великая целительная сила было открыто и высоко оценено вновь. Многие люди обнаружили, что художественная деятельность помогает им избавиться от стресса, решать проблемы, преодолеть тяжелые переживания, связанные с потерей близких людей, и даже избавиться от боли и других неприятных физических симптомов.

Появление арт-терапии, этой специфической деятельности на пересечении искусства, психологии и психотерапии, стало ответом на общественные тенденции, так или иначе отражающие потребности людей в применении художественной деятельности как целительной силы.

Арт-терапия, как самостоятельная практическая деятельность, стала оформляться в 40-50-х годах прошлого века в Великобритании и США. Постепенно происходило становление арт-терапии и как научной дисциплины, развитие системы подготовки специалистов, приобретение статуса особой профессиональной деятельности.

В России арт-терапия использовалась преимущественно как метод в рамках психиатрии и психотерапии. Однако в последнее десятилетие арт-терапия бурно развивается в самостоятельную дисциплину. Наиболее серьезная работа ведется в Санкт-Петербурге, где создана Арт-терапевтическая ассоциация, работает авторская программа канд. мед. на-

ук А.И. Копытина, включающая базовую информацию по арт-терапии (при Государственном институте практической психологии «Иматон»); проводится ежегодная международная арт-терапевтическая конференция; начиная с 1997 года издается мультидисциплинарный журнал «Исцеляющее искусство». В Институте педагогического мастерства в Санкт-Петербурге ведется последиplomная подготовка арт-терапевтов в очно-заочной форме с выдачей дипломов государственного образца; в Ульяновском педагогическом университете под управлением доктора педагогических наук, профессора Д.М. Лебедевой ведутся научные исследования в направлении развития арт-терапии в сфере образования; в Институте психотерапии и клинической психологии в Москве открыт курс подготовки арт-терапевтов с последующей сертификацией (на базе психологического или медицинского образования).

Арт-терапия как научный метод возникла в условиях западной культуры. Существенные социально-экономические, культуральные, социально-психологические различия, сложившиеся между двумя политическими мирами, объясняют трудности становления профессиональной арт-терапевтической деятельности в России.

Однако перспективы развития арт-терапии в России связаны и с социально-экономическими условиями жизни страны, и с укреплением демократических основ государства и общества, и с дальнейшей интеграцией России в мировое

сообщество, преодолением социально-культурных барьеров, возникших в советскую эпоху.

Особый интерес представляет развитие арт-терапии в контексте социально-культурной деятельности. Подобный опыт уже десятилетиями существует во многих странах мира в форме открытой студийной работы. Деятельность открытых арт-студий направлена, прежде всего, на развитие творческого потенциала самых различных групп населения, а также на оказание им психологической поддержки. В отличие от традиционных студий изобразительного искусства (изостудий), достаточно распространенных в деятельности советских клубов, открытые арт-терапевтические студии ставят перед собой задачу не обучения навыкам изобразительного творчества, а, прежде всего, раскрытия креативных возможностей людей.

В России данная работа лишь начинает развиваться, и, прежде всего, в мегаполисах. Однако существуют примеры студийной работы и в региональных центрах. К ним относятся: работа в направлении данс-терапии, проводимая Г.Д. Виноградовой с группами людей с ограниченными возможностями (на базе Рязанского Дворца Молодежи и выставочного зала Рязанского отделения союза художников России), а также работа в области визуальной арт-терапии, проводимая И.В. Сусаниной с группами бывших участников боевых действий (на базе санатория ветеранов войн в п. Солотча), а также с людьми с ограниченными возможностями, органи-

зованная на базе художественного салона «На Старом Перекрестке».

Деятельность открытых арт-студий пока еще не имеет специальной профессиональной ниши, и существующий опыт является результатом воли и усилий тех, кто нуждается в такой работе, и тех, кто способен оказать такую помощь. Однако со временем эта работа должна стать частью действительности российской жизни, – так, как это произошло в индустриально развитых странах мира. Стартовым моментом, безусловно, является подготовка специалистов в этой области, формирование профессионального статуса арт-терапевта. В мировой образовательной практике арт-терапия является последипломной образовательной ступенью.

Профессиональное образование в области социально-культурной деятельности максимально близко по своей направленности в качестве базового для подготовки арт-терапевтов открытых студий.

Данное учебное пособие предлагается для студентов университета культуры и искусства в качестве ознакомления с основами арт-терапевтической деятельности, как одним из перспективных направлений их дальнейшей специализации.

# 1. Исторические вехи развития арт-терапии

Арт-терапия, как и многие другие терапевтические методы, уходит своими корнями далеко вглубь истории. Предметы древнего искусства, художественные изображения выполняли не только декоративные функции, но и магические. Художественные образы были частью ритуалов, направленных на защиту древних людей от опасных проявлений окружающей среды, нападений диких животных, от всего неизведанного. Кроме того, эти символические образы стали предметом поклонения первобытных людей в качестве «икон», помогавших людям в удачной охоте.

Люди древности верили в магическую силу художественных символов. Так египтяне заворачивали различные символические предметы в мумии в качестве предметов, способствующих их сохранению. Особую роль в древних культурах играли магические маски, игравшие роль защиты людей, носивших их, от опасных влияний.

Во многих современных культурах искусство продолжает использоваться как символическое средство физического и психологического восстановления людей. Индейские племена используют специальные песни и ритуальные танцы для излечения различных недугов. Тибетцы используют песоч-

ные рисунки в форме мандалы – магического круга, на котором они концентрируются в процессе медитации, молитв. Духовная концентрация на мандалах преследует своей целью исцеление, освобождение от страданий.

Шаманы являются провозвестниками современных психиатров и арт-терапевтов. Роль шаманов заключается в том, чтобы извлечь из тела и сознания людей болезненные элементы и излечить их душу посредством использования художественных образов и ритуалов. Символические образы шаманы используют в своей одежде и ритуальных церемониях для того, чтобы создать у людей измененное сознание и принести им исцеление. Это может показаться удивительным, но деятельность шаманов действительно сильно связана с областью арт-терапии, которая использует процесс создания художественных образов как метод исцеления и восстановления.

На протяжении всей истории культуры прослеживается тесная взаимосвязь, смысловое и визуальное сходство символических изображений в различных эпохах и культурах. Очевидным является и общее для всех культур представление о том, что данные изображения обладают целительными свойствами. Примерами таких сходных символов являются концентрические круги, спирали, мозаичные изображения, круги с пересекающимися крестообразно линиями внутри. Данные изображения существуют, они найдены в предметах древней культуры народов стран, географически не имевших

возможностей контактировать.

Таким образом, язык художественных образов является особым, универсальным языком, в символической форме содержащим универсальные человеческие понятия.

Помимо идей, характеризующих происхождение арт-терапии в тесной взаимосвязи с культурными традициями древности, существует и представление о том, что арт-терапия имеет отношение к области психиатрии.

В 1901 году французский психиатр Marcel Reja обратил внимание на сходство в художественных изображениях своих пациентов, а также изображений, которые характерны для детей и художников – примитивистов. Психиатры Е. Krapelin и К. Jaspers заметили, что рисунки пациентов могут помочь в понимании характера психопатологии.

Однако взаимоотношения между психикой и визуальной экспрессией не были раскрыты до момента, пока З. Фрейд не создал свое учение о бессознательном. Фрейд обнаружил, что его пациенты часто способны передать свои сны с помощью изображений, а не слов. Данное наблюдение легло в основу представления о том, что художественное самовыражение может стать ключом к внутреннему миру человеческой психики. Фрейд включил художественные понятия в контекст своего анализа и в дальнейшем использовал произведения литературы и искусства в анализе многих направлений своей теории.

Позднее К. Юнг сформулировал понятие о коллектив-

ном бессознательном, архетипах и архетипических символах. Юнг интересовался искусством и на протяжении всей своей жизни занимался рисованием и живописью. Он пришел к выводу, что эмоционально беспокоящие образы должны быть выведены из области бессознательного, поскольку, оставаясь там, они могут оказывать отрицательное воздействие на поведение личности. Сны, воспоминания, истории и искусство способны вывести данные скрытые образы в план сознания. Особый интерес Юнга вызывали мандалы или «магические круги» как в своих собственных рисунках, так и в рисунках своих пациентов. Юнг обнаружил взаимосвязь между образом и психикой и развил основы понимания смыслов символических образов в процессе изучения архетипов и их универсальных проявлений в изобразительном искусстве.

Идеи Юнга и Фрейда были восприняты психиатрическим сообществом с большим интересом. Понимание того, что визуальные образы являются символическими и способны раскрыть вытесненное содержание сознания, прочно завоевало место в деятельности психотерапевтов и психиатров.

На перевале столетий также возник интерес к художественному творчеству душевнобольных. В 1872–1888 годах были опубликованы работы французских психиатров А. Tardien и P.M. Simon, посвященные данной проблеме. Симон стал первым психиатром, опубликовавшим коллекцию рисунков и живописи душевнобольных. Он находил

ся под влиянием диагностического подхода к толкованию художественных образов и искал взаимосвязь психиатрических симптомов и содержания художественного творчества душевнобольных.

В 1926 году Г. Принсхорн, историк искусства, ставший впоследствии психиатром, начал собирать коллекцию рисунков, живописи и скульптур пациентов психиатрических клиник в Германии, Швейцарии, Италии, Австрии и Голландии. Величина коллекции составила пять тысяч произведений, созданных более чем пятьюстами пациентами различных клиник. Данная коллекция была опубликована, и в дальнейшем художественное творчество душевнобольных получило название «аутсайдерское искусство». В своем исследовании творчества душевнобольных Принсхорн делал акцент не на изучении психопатологии, проецирующейся в художественных образах, а на самом творческом процессе и создаваемых художественных формах. Он пришел к выводу, что человечество обладает фундаментальной потребностью в самовыражении и общении, что подразумевает необходимость каждого человеческого существа играть, украшать, символически преобразовывать идеи в визуальные формы. Принсхорн считал, что творческий процесс создания художественных продуктов является базовым для всех людей, независимо от того, больны они или здоровы, а также, что художественное творчество является способом психологической интеграции.

Приблизительно в то же время швейцарский психиатр В. Моргенталер опубликовал книгу «Искусство А. Волфи». А. Волфи, пациент клиники, страдавший шизофренией и находившийся в психиатрической больнице в течение тридцати лет, создал огромное количество рисунков, ставших известными своей сложностью, многочисленными деталями и цветом. Как и художники, работы которых были представлены в коллекции Принсхорна, А. Волфи не имел художественного образования и работал спонтанно, используя лишь те материалы, которыми он располагал в больнице.

# 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.