УДК 155.9

Белая О.Н.

ОПЫТ ПРАКТИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ВОЗМОЖНЫХ ОСНОВАНИЙ АРТ-ТЕРАПИИ

Статья презентует попытку установить собственные основания арт-терапии и ее эффектов. Гипотезу создания пространственного измерения субъективного смысла в среде терапевтической коммуникации демонстрировано на материалах контролированного вмешательства согласно четко сформулированного протокола и на коротком клиническом примере. Позитивные результаты, которые были достигнуты, свидетельствуют о вероятном подтверждении этой гипотезы.

Ключевые слова: *психотерапия, арт-терапия.*

Стаття презентує спробу встановити власні підгрунтя арт-терапії та її ефектів. Гіпотезу створення просторового виміру суб'єктивного сенсу у середовищі терапевтичної комунікації демонстровано на матеріалах контрольованого втручання згідно чітко визначеного протоколу та на короткому клінічному прикладі. Позитивні результати, яких було досягнуто, свідчать про ймовірне підтвердження цієї гіпотези.

Ключові слова: *психотерапія, арт-терапія.*

The article presents an effort of establishing the proper grounds for art therapy and its effects. The hypothesis of creating a spatial dimension of the subjective meaning within the therapeutic communication is demonstrated with a controlled intervention under the strict protocol provided and with a brief clinical vignette. Positive results obtained suggest some preliminary substantiation of the hypothesis.

Key words: *psychotherapy, art-therapy.*

Арт-терапия с использованием средств визуальных искусств, и, в частности, рисования и живописи, занимает достаточно прочное место в арсенале доступных практическому психологу интервенций. Накоплен достаточный исторический опыт применения различных арт-терапевтических методик, существуют попытки разработать инструменты для формализованной оценки художественной продукции клиента психолога и пациента арт-терапевта.

Едва ли кому-нибудь придет в голову подвергать сомнению практическую эффективность терапевтических арт-интервенций, независимо от используемой в арт-терапевтическом процессе художественной практики или техники. Как справедливо замечает С.А. Тонг [9, с. 52], никто уже не спрашивает: «искусство ли это?», вместо этого спрашивают: «терапевтично ли это?» Хотелось бы присоединиться к так поставленному вопросу.

Безусловный целительный потенциал искусства предполагает некоторую потенциальную терапевтичность, хотя бы потому, что, по меткому замечанию И.Канта, искусство учит мышлению за другого, что, как минимум, способствует размыканию хорошо известной эгоцентричности невротика и преодолению аутичности процессуального больного и социально-когнитивных трудностей дементного пациента. Блестящая терапевтическая работа А.И. Захарова с детскими страхами [2], несмотря на выраженный суггестивный компонент, указывающий на то, что в структуре терапевтического эффекта присутствует, помимо собственно арт-терапевтической работы, еще и некая иная терапевтическая модальность, тем не менее, наглядно демонстрирует эффективность арт-терапии даже для такого сложного возрастного контингента. Портретный метод Назлояна доказал свою эффективность для длительно текущих случаев шизофрении.

Эти успехи арт-терапевтических интервенций сами по себе неудивительны. Хорошо известно, что любой слабоструктурированный кортеж стимулов может служить и диагностическим инструментом, и медиатором терапевтической интерпретации. Не менее хорошо известно также, что любая экстернализация клиентом (пациентом) патогенного содержания, поскольку она не является непосредственным acting-out, является одним из универсальных и эффективных инструментов терапевтического воздействия. Можно было бы согласиться с Л. МакКарли, что, пожалуй, важнейшей проблемой в области арт-терапии остается нехватка подготовленных арт-терапевтов. Представляется, однако, что сравнительная недостаточность, качественная и количественная, корпуса арт-терапевтов, является сама по себе симптомом некоторого другого состояния в области арт-терапии. Это состояние, отмеченное, в частности, в одном из наиболее известных руководств по арт-терапии [6, с. 37], где подходам с отчетливыми методами и техниками отдается предпочтение перед более теоретическими по своей природе подходами, является в некоторой мере наследием – или проявлением – возникшего на сравнительно ранних этапах развития психологии как самостоятельной дисциплины и транслируемого до сих пор, от бихевиористов через гештальт-традицию, страха перед серьезным теоретическим исследованием оснований практических успехов. Атеоретизм приводит, в лучшем случае, к симптомно-ориентированной терапевтической работе, что отразилось, между прочим, в определении возможностей арт-терапии по версии Американской Арт-терапевтической Ассоциации: арт-терапия основана на уверенности в том, что творческий процесс художественного самовыражения помогает людям разрешать конфликты и проблемы, управлять поведением, снижать стресс и повышать самооценку.

Нашей задачей было обнаружить собственный терапевтический потенциал арт-терапевтической интервенции. Для решения этой задачи в качестве теоретического каркаса была использована семиотическая культурная антропология, наиболее адекватно представленная в работах М.М. Бахтина и ее психотерапевтические адаптации, попытка которых делалась, в частности, в работах В.Н. Бородулина и А.К. Васильева [1; 10; 11; 12], и, в несколько ином ключе, в работах финского психиатра и психотерапевта Й. Сейккула [7; 8] и др. [3]. Эта концепция предполагает, что в процессе (терапевтической) коммуникации клиент (пациент) не выражает (тем более, не отражает) некоторое переживание (тем более, внешний мир), но всякий раз впервые и заново создает некоторое смысловое поле, внутри которого и совершается (психотерапевтическая) работа коммуникации. Интересно, что подобного же взгляда во многом придерживается Г. Бенедетти [5], см. также [4] в своих работах, посвященных психотерапии шизофрении.

С этой точки зрения арт-терапевтическая интервенция должна быть рассмотрена как особого рода коммуникация, в процессе которой создается особая смысловая реальность. Успешность арт-терапевтической интервенции будет зависеть от понимания, прежде всего терапевтом, какого именно рода реальность (или «часть», «элемент», «измерение» реальности) создается в визуальных искусствах. Известный художник Ю. Фесенко (частная беседа) высказал мнение о том, что единственным предметом, изображаемым художником, является пространство. Опираясь на это экспертное суждение, можно было бы предположить, что та «часть», «элемент», «измерение» смысловой реальности, которое создается в процессе арт-терапевтической интервенции как ее собственное, только ей принадлежащее достояние, есть пространство как образ, в котором возможна экзистенциальная динамика клиента (пациента).

Для проверки этой гипотезы нами была выбрана в качестве терапевтической мишени тревога, испытываемая ребенком. После работ М. Кляйн, по-видимому, должно было бы быть понятно, что первоначальная тревога лежит в основе всех прочих патологий и проблем, с которыми человек встречается на протяжении жизни. В этом смысле успешность арт-терапевтической интервенции для детей с состоянием выраженной тревоги лишний раз подтвердила бы достаточную эффективность арт-терапии как самостоятельного модуса терапевтического воздействия.

Тревога, испытываемая ребенком, имеет, однако, особенность, делающую ее не просто материалом для более или менее эффективного арт-терапевтического вмешательства, но особенным объектом, сама природа которого позволяет проверить и доказать пространственную, «дименсиональную» природу арт-терапевтического эффекта. Детская тревога связана с особенностью несовершенной социальной перцепции, затрудняющей для ребенка построение надежных и эффективных моделей социальных интеракций. Между тем, уже общим местом стало мыслить социальные интеракции как интеракции, осуществляемые в некотором пространстве. Следовательно, арт-терапия, в случае ее успешности, должна была бы являться терапией выбора для всех состояний, сопровождающихся социальной дезадаптацией, поскольку в их основании находится детская неспособность к адекватному моделированию социальных взаимодействий, к их пространственному осмыслению, что, в свою очередь и приводит к тревоге как наиболее частой жалобе детского возраста.

Для проведения практического исследования релевантности высказанных выше предположений была сформирована группа детей старшего дошкольного возраста (26 человек) с диагностированным с помощью теста тревожности (Р. Тэммл, В. Амен, М. Дорки) высоким уровнем тревожности. С этой группой была проведена серия арт-терапевтических занятий (8 занятий по 30 минут один раз в неделю) по следующему протоколу:

1. Основой занятий было обучение детей технике изображения объемных фигур. Основное внимание уделялось обучению изображения куба и шара.
2. В процессе изображения объемных фигур основной дидактической задачей, имеющей, по нашему мнению, выраженный психотерапевтический потенциал, было соблюдение порядка изображения: от условно невидимых («задних») граней (поверхностей) фигуры к видимым, привычным, передним поверхностям.
3. Понятие перспективы не вводилось.
4. Психолог в процессе занятия ограничивался краткой устной инструкцией и графической наглядной демонстрацией порядка изображения объемной фигуры.
5. Успешность детей оценивалась, но оценки не сообщались и качество рисунков не комментировалось.
6. Групповые процессы минимизировались, групповая дискуссия, выставка и взаимная оценка рисунков детьми не поддерживалась и при необходимости пресекалась.
7. Поскольку дети стремились закончить «обязательную» часть занятий раньше, им давалось разрешение выполнить свободные рисунки. В отношении свободных рисунко в также применялись пункты протокола 5, 6. Свободные рисунки использовались психологом как материал для внутритерапевтической диагностики успешности коррекционного процесса.

Для исключения искажающего влияния на оценку эффективности приведенного протокола фактора времени была сформирована контрольная группа, не имеющая статистически значимых отличий от терапевтической группы.

По завершении арт-терапевтической интервенции была проведена повторная оценка уровня тревожности в обеих группах. Для оценки меры терапевтического эффекта была использована мера d Когена. Полученный терапевтический эффект составил d = 1,07 («большой»).

Внутритерапевтическая диагностика позволила отметить изменение цветовой гаммы свободных рисунков от холодных и темных к насыщенным и ярким теплым цветам, адекватным нормативным возрастным предпочтениям. Характерным было изменение формы от неустойчивой линии к фигурам с элементами объема и сюжетным рисункам с попытками реалистических изображений. Однако особенного внимания заслуживает изменение характера работы кисти от неустойчивого, слабого, прерывистого и разведенного мазка на начальной стадии арт-терапевтического процесса к насыщенному, объемному, сильному мазку в его финале.

В контрольной группе повторное измерение уровня тревожности показало его значимое повышение, что во всяком случае позволяет исключить вклад фактора времени в эффекты, полученные в терапевтической группе.

Проведенное практическое исследование, помимо непосредственного прагматического результата, выразившегося в значимом снижении уровня тревожности, позволяет предположить, что освоение пространственных отношений путем их практического конструирования в арт-терапевтическом процессе действительно обнаруживает сущность арт-терапевтической интервенции в создании смыслового пространства, устраняющего десемантизацию, являющуюся основным патогенным фактором тревоги и ассоциированных с нею расстройств.

Подтверждением этому выводу может служить опыт консультирования клиента (М., 19 лет) с выраженными симптомами социальной фобии. К концу процесса консультирования (12-16 сеанс), включавшего в себя свободный рисунок в качестве одной из базовых техник коррекционной и диагностической работы были отмечены изменения в характере конструирования пространственных отношений в элементах рисунка соответственно степени достигнутого улучшения.

Таким образом, можно считать, что практическое исследование оснований арт-терапии и обнаружение их в конструировании в арт-терапевтическом процессе пространственного измерения смыслового поля личности оказались достаточно успешными. Основываясь на результатах, полученных в процессе практических арт-терапевтических интервенций, можно говорить о целесообразности как дальнейшего и все более широкого применения арт-терапевтических техник во всех случаях психологической и психотерапевтической работы, в которых мишенью является инфантильная социальная тревога или ассоциированные (коморбидные) с ней состояния, так и о необходимости дальнейшего исследования теоретических основ арт-терапевтических практик. Следует, однако, избегать некоторого избыточного оптимизма в отношении скорого успеха в указанном направлении. Некоторым утешением может служить легкая репликация представленных нами результатов с опорой на описанный протокол.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бородулин В.Н., Васильев А.К. Михаил Бахтин и проблема сознания в психиатрии // Бахтинский сборник-II. – М., 1991.
2. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. – Л.: Медицина, 1982.
3. Копьев А.Ф. Диалогический подход в психотерапии и проблемы психологической клиники // Московский психотерапевтический журнал. – 1992. – № 1.
4. Холмогорова А.Б. Психотерапия шизофрении за рубежом // Московский психотерапевтический журнал. – 1993. – № 1.
5. Benedetti G. Psychotherapy of Schizophrenia. – New York University Press, 1987.
6. Malchiodi C.A. Handbook of Art Therapy. – Guilford Press, 2003.
7. Seikkula J. Dialogue Is the Change: Understanding Psychotherapy as a Semiotic Process of Bakhtin, Voloshinov, and Vygotsky // Human Systems: The Journal of Systemic Consultation & Management. Vol.14, issue 2, 2003.
8. Seikkula J, Olson ME. The Open Dialogue Approach to Acute Psychosis: its Poetics and Micropolitics // Fam Process. – 2003. – Fall-42(3).
9. Thong S.A. Redefining the Tools of Art Therapy// Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association, 24(2), 2007.
10. Vasiliev A., Borodulin V. Meta-Theory of Consciousness and Psychiatric Practice. – Analecta Husserliana. – Vol. XLVIII. – Dordrecht, 1996.
11. Vasiliev A., Borodulin V., Popov V. Schizophrenia as a Problem of the Theory of Intersubjectivity. – Analecta Husserliana. – Vol. LII. – Dordrecht, 1998.
12. Vasiliev A., Borodulin V. The Phenomenon of Loneliness and the Meta-Theory of Consciousness. – Analecta Husserliana. – Vol. LX. – Dordrecht, 1998.

Рецензенти: д.пед.н., професор Сисоєва С.О.,
д.пед.н., доцент Гришкова Р.О.

© Белая О.Н., 2009

Стаття надійшла до редакції 15.05.2009 р.