

Теоретични източници на арттерапията извън психо-динамичния подход

За пълноценния анализ на теоретичните основи на арттерапията възниква необходимостта от разглеждането и на други теоретични подходи, извън общата психо-динамична парадигма. Към тези теории могат да бъдат отнесени: семейният системен подход, теорията на игровата психотерапия, клиент-центрираният подход, клиничният подход, холистичното направление и синергетичният подход.

Семеен системен подход

Теорията на системната семейна психотерапия се основава на разбирането, че семейството представлява *жива*, отворена система. Теорията се стреми да отчете не само структурно-функционалните особености на семейството, но и разнообразните външни влияния, които то *допуска и позволява*. Системният семеен подход предполага признаване на това, че проблемите на отделния човек са свързани с нарушения в социалната, а в определени случаи – и в семейната система. Затова оказването на помощ на конкретния човек изисква въздействие върху всички членове на семейната система¹.

Така погледнато, усилията на терапевта трябва да бъдат насочени към оказване на такъв вид помощ, който да съдейства за ново разбиране на проблемите на семейството от страна на всички негови членове. При възникнали проблеми е необходима адекватна оценка на ситуацията, както и преформатиране на поведенческите реакции на всеки член от семейството. Наред с това стремежът на терапевта е да разкрие вътрешния потенциал на общността като цяло, благодарение на който неговите членове могат да променят своите отношения.

Пример за използването на представите за семейната терапия, приложени към арттерапевтичната практика, могат да бъдат разработките на Хелен Лангартен и Лоис Кери. Характеризирайки своя метод на работа със семействата, Лангартен отбелязва, че той се основава на съчетаването на два подхода – динамично ориентираната арттерапия (от концепцията на М. Наумбърг) и собствените аналитични разработки. Тя отбелязва, че този модел включва диагностичен и психо-терапевтичен аспект.

¹ Фримен, Д. *Техники семейной терапии*. Санкт Петербург, Питер, 2001, с. 27.

В първия етап от работата се прилага директивният подход, позволяващ активизиране на взаимодействието между членовете на семейството и определяне на характерните за това семейство модели на комуникация. Това се постига чрез анализа на два аспекта на художествената работа: динамика и съдържание. Дори в течение на една сесия терапевтът може да установи способността за реакция на участниците в терапевтичния процес, която характеризира семейната система като цяло. Психотерапевтичният аспект на метода дава възможност за осъзнаване от членовете на семейството на характерните за тях патерни на взаимодействие и тяхната последвала промяна.

Лангартен подробно анализира различните видове дисфункционални патерни на вътрешно семейното общуване, които могат да бъдат разкрити на основата на анализа на рисунките – псевдозависимост, парентификация, семейно разслояване, семейни аберации, триангулация, формиране на недиференцирана его-маса и сливане, както и процеси на отчуждаване.

Изброявайки различните задачи на семейната арттерапия, Лангартен отбелязва, че те са свързани с целта на лечението и освен споменатите по-горе дисфункционални поведенчески патерни, могат да включват разкриване на неосъзнатите от членовете на семейството преживявания и преодоляване на характерните за тях защитни механизми².

Публикациите на Кери са посветени на използването на пясъчната терапия при работата със семейства. В качеството на теоретична база на своя подход Кери, както и Лангартен, използват техниките на семейната психотерапия, като в случая Кери ги съчетава с идеите, характерни за юнгианската пясъчна терапия. Следва да се отбележи, че Кери прилага интерактивния вариант на пясъчната терапия, което не е характерно за класическия вариант на пясъчната терапия, разработен от Д. Калф³.

Теория на игровата психотерапия

В практиката на арттерапията при определени условия се налага прилагането на елементи, заимствани от игровата групова психотерапия. Основите на теорията на

² Лангартен, Х. „Семейная арт-терапия”. *Игровая семейная психотерапия*, Санкт-Петербург, Питер, 2001.

³ Кери, Л. „Семейная песочная психотерапия”. *Игровая семейная психотерапия*, Санкт-Петербург, Питер, 2001.

игровата терапия са положени от М. Клайн, Л. Лоуенфелд, Ж. Пиаже, А. Фройд и редица други класици на психо-динамичната парадигма. Клайн, например, възприема играта като процес, който е свързан със символното отражение на безсъзнателните процеси чрез свободното асоцииране, протичащи на определено ниво от психическото развитие на детето. В съответствие с това разбиране на природата на игровата дейност основен акцент в психо-терапевтичната работа се поставя върху интерпретацията на символното съдържание на играта и изясняване на процеса на преноса.

За разлика от представителите на психо-динамичната парадигма, хуманистичното направление в игровата психотерапия обръща внимание не толкова на отражението в игровата практика на детето на предишни травми, колкото на придобиването на опит в контекста *тук и сега*. Задачата на терапевта според тези изследователи е да се създаде благоприятна среда за изразяване на чувствата на детето. В игровата психотерапия е инкорпориран механизмът на играта като естествена форма на самоизразяване на детето.

Съвременният етап от развитието на теорията на игровата психотерапия се характеризира с опити за интеграция на някои от положенията на бихейвиористичната теория и теорията на обектните отношения. Представите на игровата психотерапия в последно време започват да навлизат и в някои форми на арттерапията (при възрастните). В частност се разглежда въпросът за взаимодействието на играта и арттерапията. При използването на игровия подход създаването на визуални образи от клиентите е значително по-свободно, като в определена степен се избягва страхът от *неправилното* изпълнение на рисунката.

Приложението на игрите в детската арттерапия остава приоритетно.

Клиент-центриран подход

Независимо от широкото използване от съвременните арттерапевти на общите принципи на хуманистичния подход и заимстването на някои от характерните за него похвати при работа с групи, липсват сериозни опити за теоретично обосноваване на арттерапията на основата на този подход.

Изключение е книгата на Лизъл Силвърстоун *Арттерапия: лично-центриран подход*⁴. Основната идея е прилагането на 10-те принципа на К. Роджърс към условията в

⁴ Silverstone, L. *Art Therapy: The Person-Centered Way*. London, Jessica Kingsley Publishers, 1997.

арттерапевтичните групи. Принципите, които според Силвърстоун могат да намерят приложение в арттерапията, са следните:

1) Всеки индивид съществува в постоянно променящия се свят на опита, чийто център е той самият. Затова в изображенията, създавани от членовете на арттерапевтичната група, основният акцент трябва да бъде отразяване на собственото място в сюжета, който се визуализира.

2) Личността реагира на обкръжението така, както ѝ е дадено от опита и нейното възприятие. Тя приема ситуацията като истинска реалност. Именно поради това създадените творби могат да бъдат източник на адекватна психо-терапевтична информация.

3) Психиката реагира като организирано цяло на дадено *феноменално поле*. Приемайки този принцип, може да се очаква, че чрез изобразителната продукция член на групата ще реагира както на личните си проблеми, така и на атмосферата, която се създава в арттерапевтичната група.

4) Личността има тенденция и стремеж да актуализира (отключва), да съхранява и да укрепва в себе си рефлексивно натрупания опит. Следвайки този принцип, може да се очаква, че чрез изразяване на своите чувства и моделиране на отношенията в групата нейните членове ще възпроизведат онези схеми на поведение, които имат максимална степен на социална ефективност.

5) Поведението представлява целенасочен опит на организма да задоволи своите потребности в *полето* на своето възприятие. При изразяване на своите отношения (в това число и негативни) чрез изобразителните техники личността получава възможност да използва ефективните техники за преодоляване на възникналите психологически проблеми.

6) Емоцията е фоновият израз на поведение. Хроматичността на емоциите се определя или от изходните, или от крайните аспекти на поведението. Интензитетът на емоциите се променя от значимостта, в рамките на индивидуалното възприятие, на поведението към съхранение на психиката на индивида.

7) Най-добрата опорна точка при разбирането на поведението на индивида е нивото на компетентност на самия индивид.

8) Частта от общото поле на възприятие постепенно се обособява във вид на самостоятелност. Създаването на образите при арттерапията дава възможност за обособяване на такова поле на възприятието, а работата в условията на групата са допълнителен стимул за развитие на самостоятелността.

9) В резултат на взаимодействието със средата, и по-специално, в резултат на еволюционното взаимодействие с другите, се формира структура на самоопределеността. Тази самоопределеност се проявява като организиран, подвижен и последователен модел на възприятие на характеристиките на Аза, както и ценностната система, която може да се приложи към това понятие.

10) Ценностите, прилагани по отношение на преживяванията, и ценностите, явяващи се част от структурата на самостоятелността, в едни случаи са непосредствено възприемани от индивида, а в други – интроецирани или заимствани от други.

Тъй като основна задача на използването на горепосочения модел за работа според Силвърстоун е развитието на фасилитационни навици и формиране на самодирективност, основно внимание се отделя на вътрешно личностната динамика на участниците в групата.

Клиничен подход

Клиничният подход е един от най-ранните подходи в арттерапията. На използването на формите на изобразителното изкуство в клиничните процедури се спрях по-подробно в първия раздел на настоящия труд. Тук следва да се отбележи, че включването на арттерапията не е достояние единствено на историята на психотерапията. В съвременните условия клиничният подход има ново значение: с напредването на изследванията на невропсихологията се откриват нови алтернативи за арттерапията.

Сериозен интерес във връзка с клиничния метод пораждаат работите на Бурно⁵. Той разработва метода на терапията с творческо самоизразяване на практическа основа. Терапията на творческото самоизразяване представлява клиничен подход, различен от психоаналитичното направление, ориентиран към помощ на лица, страдащи от депресивни разстройства от различен тип.

В основата му стоят следните две идеи:

⁵ Бурно, М. Е. *Терапия творческим самовыражением*. Москва, Академический проект, 2001.

- първата се изразява в това, че човекът, страдащ от психопатологично поведение, *може* да разбере особеностите на своя характер, своето разстройство, както и своите настроения;

- втората идея е производна на първата и се състои в това, че пациентът, разбирайки своето състояние, може да го подобри чрез практикуване на творческа дейност. Съгласно тази идея на терапията всеки вид творчество има лечебни свойства.

Терапията, изградена по метода на Бурно, се адаптира на основата на анализа на всеки характер, а не на екзистенциалното единство на човешката личност. Така човек, страдащ от хронична депресия, може да разбере особеностите на своето състояние, като база за това разбиране е характерологичният анализ и *метаморфозите* на различни известни личности: писатели, поети, художници и музиканти. В терапията на Бурно най-често се дават примери именно с характерологичните особености на художниците, тъй като относително лесно се илюстрират с изобразителното им наследство. През втория етап от терапията пациентът изпълнява определена творческа дейност, която най-често е свързана със създаване на изобразителна продукция.

Очевидно е, че терапията на Бурно е много близка до тематичните арттерапевтични сесии. Основното различие се състои в начините на интерпретация на продуктите от творческата дейност. Ако при арттерапевтичната практика продуктът е форма на терапевтичната дейност, то при терапията на Бурно е основна цел на терапията. В практиката на арттерапията произведенията на участниците в групата са източник на допълнителна информация за терапевта, докато при терапията на Бурно самата изобразителна продукция няма особено значение – по-важното е, че тя съществува⁶.

С основание може да се твърди, че терапията с творческо самоизразяване е един от основните методи в клиничните групи. Някои от вариантите имат много общи черти с краткосрочната групова арттерапия.

Холистични теории

Холистичните теории поставят основите на следните методи в съвременната групова арттерапия:

⁶ Стюарт, В. *Работа с образими и символами в психологическом консултировании*. Москва, Класс, 1998.

- групови арттерапевтични методи, използващи елементи на духовни практики и древни системи за лечение;
- форми на арттерапия, които предполагат включването на елементи от танц-двигателната терапия, драматично-ролевата и музикалната експресия;
- използването на феминистки, наративни и други, свързани с постмодернистките представи, както и използването на нови социологически и културно-логически теории.

Въпреки че тези подходи са отнесени към различни категории, съчетаването им много често се среща в практиката. Независимо от голямото разнообразие, за всички тях е характерна интегративната насоченост, тоест, стремеж да се постигне по-тясно взаимодействие между мисленето, емоциите, интуицията и духовния опит. На групово ниво това се проявява в по-активното и цялостно взаимодействие между участниците в средата, което се осъществява с използването на различни канали за комуникация и начини за творческо самоизразяване.

Като ярък пример за холистичен подход в арттерапията могат да послужат работите на Шон МакНиф. Практикуваният от него метод се характеризира, от една страна, с използването на елементи от духовните практики, а от друга – със стремеж да се съчетаят различни форми на творческо самоизразяване при запазване на водещата роля на визуалната експресия. Определено подходът на МакНиф включва основни положения от аналитичната психология на Юнг въпреки рядкото ѝ прилагане в груповата психотерапия. В известна степен МакНиф може да бъде причислен към постюнгианците, тъй като неговите възгледи напомнят тези на Дж. Хилман. Както и Хилман, МакНиф поставя основен акцент върху вътрешните възможности на психиката, която и двамата свързват с понятието *душа, вдъхновение* и др.

МакНиф разглежда *лекуващото творчество* като процес, включващ различни стадии на събирането на образа и личностната рефлексия. Според него въпреки приноса на психотерапевтите и другите хора, включени в процеса, действайки в качеството на *проводници и свидетели*, лечебното въздействие е свързано, на първо място, със самото изобразително творчество⁷.

⁷ МакНифф, Ш. „Творчество в рамках привъчного: расширение возможностей психологических исследований с помощью искусства”. *Исцеляющее искусство: журнал арт-терапии*. 2002, Т. 5, № 2, с. 8–25.

За разлика от традиционните техники за интерпретация на визуалните образи, МакНиф използва нови техники, представляващи модели на пряко взаимодействие – чрез телесна и музикална експресия, художествени описания, съчиняване на диалози, инсталации и др. Според него интерпретацията е начин за навлизане в света на образите и отговор на тяхната вътрешна природа.

Друг пример на холистична теория и иновационна практика може да бъде теорията на Памела Уайтакър⁸. В нея подходът за водене на арттерапия се съчетава, от една страна, с постмодернистките представи, а от друга – с теорията на танц-двигателната и телесно ориентираната терапия. Необходимостта от прилагането на най-новите идеи в изкуството и теориите на танц-двигателната и телесно ориентираната терапия при работата с арттерапевтичните групи Уайтакър обяснява с очевидно недостатъчното внимание на съвременните арттерапевти към телесните и двигателните аспекти на изобразителното творчество и вътрешно груповата комуникация, както и с несъответствието на традиционните теории на личността с постмодернисткото разбиране на субективността. Тя също така посочва като причина за използването на тези методи размиването на границите между различните науки и дисциплини, което създава условия за асимилация на онези теории, които никога преди не са се прилагали в арттерапията.

Една от особеностите на използвания от Уайтъкър модел на работа с арттерапевтичните групи е прилагането на стратегията за построяване на партньорски отношения между участниците. Това е един от постмодернистките, плуралистични модели, освободен от формирането на *нормативна* система на отношения, отговарящ на съвременното понятие за субективност.

Прилагането на танц-двигателната терапия в практиката на груповата арттерапия мотивира Уайтъкър да обърне внимание на използваните от участниците в групата спонтанни или свързани с груповите обсъждания определения, които отразяват техния телесен и двигателен опит. Според мнението ѝ теорията на танц-двигателната терапия и постмодернистките представи откриват нова перспектива за изучаването на арттерапевтичния процес и значението на художествените образи. Тази перспектива е свързана с използването на многобройните системи на психологическа и физическа

⁸ Уайтекер, П. „Движение, импровизация и телесные ощущения в арт-терапии”. *Исцеляющее искусство: журнал арт-терапии*. 2002, Т. 5, № 1, с. 37–56.

референция (както на клиента, така и на психотерапевта). *Разклащайки* границите на различните дисциплини, постмодернизмът не се опитва да *определя* субективността, а разкрива многобройни гледни точки за нея. Това се проявява в междудисциплинарния характер на художественото творчество, в стремежа на художниците да асамблират различни форми и материали за нова визия на личните и социалните теми.

Включването на многообразието на форми на творческа работа и използвани материали в арттерапевтичната практика обогатява нейните възможности. Представите на танц-двигателната терапия са предизвикателство за обичайните *езици* на интерпретация и теоретичните представи в арттерапията. Разглеждането на тялото като *резервоар*, в който се събират потребности, емоции и експресивни изкази, позволява то да бъде използвано в качеството на инструмент за локализация и делокализация на идентичностите и изследване на различни видове репрезентации. Това се прави не толкова за определянето на Аза или за постигането на конкретни психотерапевтични цели, колкото за изживяване на сложната последователност на различни събития, *отпечатани* в динамични визуални и телесни образи. *Хетерогенността* на експресията, освободена от необходимостта да създава някакъв конкретен и единствен образ, повишава възприемчивостта към скритите аспекти на символичния език, т.е. на аспектите, свързани с тялото и неговите жестове.

Завършвайки този анализ, ще дам кратко определение на наративните теории, които също се основават на постмодернистките представи в груповата арттерапия. Те са разработени от Шърли Рили⁹ и Майкъл Барби¹⁰. Посочените теории се филтрират от скептицизма към *обективно знание*, от доминантната предопределеност на социално-културната среда и силно рефлектиращия ефект върху живота на хората, както и върху това по какъв начин те, благодарение на използването на езика, разбират своя опит и интерпретират различни събития. Както посочва Рили, теорията на социалния конструктивизъм представлява *отворена система* от възгледи. Ако не се вземат под внимание влиянията на външната, социална среда върху *конструирането* на реалността, не могат адекватно да бъдат решени онези приложни въпроси, свързани с расовата, културната, гендерната и социално-икономическата принадлежност на клиентите. Между

⁹ Riley, S. *Contemporary Art Therapy with Adolescents*. London, Jessica Kingsley Publishers, 1999.

¹⁰ Barbee, M. A. „Visual-Narrative Approach to Understanding Transsexual Identity”. *Art Therapy Journal of the American Art Therapy Association*, 2002, Vol.19, #2, p. 53–62.

подхода на наративната теория в арттерапията и класическите теории съществуват определени разлики. Някои от тях са:

- диалогичността и равенството на позициите на участниците в групата и психотерапевта, предполагащи доверие към онези начини за решаване на проблемите, които използва клиентът, както и към неговия субективен опит;
- отказ от патологизиращия поглед върху участниците в групата и тяхната изобразителна продукция, както и предоставяне на възможност участниците сами да водят груповите процеси;
- изследователска позиция на психотерапевта и участниците в групата по отношение на тяхната изобразителна продукция;
- гъвкавост на психотерапевта и използваните от него в процеса на диалога с участниците в групата мобилни стратегии за интерпретация на образите в зависимост от контекста на обсъжданията.

Литература

- Бурно, М. Е. *Терапия творческим самовыражением*. Москва, Академический проект, 2001.
- Кэри, Л. „Семейная песочная психотерапия”. *Игровая семейная психотерапия*, Санкт-Петербург, Питер, 2001.
- Лангартен, Х. „Семейная арт-терапия”. *Игровая семейная психотерапия*, Санкт-Петербург, Питер, 2001.
- МакНифф, Ш. „Творчество в рамках привычного: расширение возможностей психологических исследований с помощью искусства”. *Исцеляющее искусство: журнал арт-терапии*, 2002, Т. 5, № 2, с. 8–25.
- Стюарт, В. *Работа с образами и символами в психологическом консультировании*. Москва, Класс, 1998.
- Уайтекер, П. „Движение, импровизация и телесные ощущения в арт-терапии. *Исцеляющее искусство: журнал арт-терапии*, 2002, Т. 5, № 1, с. 37–56.
- Фримен, Д. *Техники семейной терапии*. Санкт Петербург, Питер, 2001, с. 27
- Barbee, M. A. „Visual-Narrative Approach to Understanding Transsexual Identity”. *Art Therapy Journal of the American Art Therapy Association*, 2002, Vol. 19, #2, p. 53–62.
- Silverstone, L. *Art Therapy: The Person-Centered Way*. London, Jessica Kingsley Publishers, 1997.
- Riley, S. *Contemporary Art Therapy with Adolescents*. London, Jessica Kingsley Publishers, 1999.