

Содержание

Глава 1. Знакомство с художественными материалами.....	15
Глава 2. Знакомство с творческим процессом.....	25
Глава 3. Знакомство с творческим продуктом.....	35
Глава 4. Знакомство с развитием.....	47
Глава 5. Знакомство с динамикой и отклонениями.....	57
Глава 6. Знакомство с терапией.....	65
Глава 7. Знакомство с арт-терапией.....	83
Глава 8. Подготовка сеанса.....	93
Глава 9. Вызов экспрессии.....	107
Глава 10. Фасилитация экспрессии.....	123
Глава 11. Смотреть и учиться у искусства.....	140
Глава 12. Работать артистично.....	157
Глава 13. Знакомство с работой преподавателя.....	174
Глава 14. Знакомство с работой руководителя.....	185
Глава 15. Знакомство с работой консультанта.....	199
Глава 16. Знакомство с научно-исследовательской работой.....	211
Глава 17. Знакомство с теорией.....	223
Глава 18. Разные популяции клиентов.....	239
Глава 19. Разные типы учреждений.....	251
Глава 20. Разные методы лечения.....	265

Вступление

Возможно, слишком самоуверенно полагать, что я смогла описать «искусство терапии искусством», и я с самого начала хочу убедиться в том, что читателям известно о моих сомнениях по поводу названия этой книги. Она не является безоговорочной инструкцией о том, как следует проводить арт-терапию. Я больше всего уверена в том, что терапевты должны найти свой собственный стиль работы, подходящий только для них и отличающийся от стиля работы других специалистов, занимающихся арт-терапией. Тем не менее даже с учетом неизбежных различий в подходе к лечению арт-терапевты должны обладать некоторыми общими знаниями, необходимыми для эффективной арт-терапии с клиентами любого возраста и в любом учреждении. К общим знаниям следует добавить специальные знания, необходимые для работы с конкретными популяциями клиентов в конкретных условиях. Эти знания я и надеюсь предложить в общих чертах вниманию читателя.

Почему я стала писать эту книгу? Я сильно огорчалась всякий раз, когда слышала или читала о работе в области арт-терапии. Слишком часто специалист, одаренный или образованный в одних областях знаний, к сожалению, обделен этими качествами в других. Больше всего меня расстроило мое ощущение — думаю, обоснованное, — того, что человек даже не подозревает о своих недостатках. Может быть, размышляла я, этим людям никогда не объясняли, что для работы в арт-терапии необходимы знания? Я как раз и попыталась объяснить это в своей книге.

Возможно, я заблуждаюсь, потому что есть успешные арт-терапевты, которые эффективно работают не благодаря новым знаниям, а благодаря тому, что они — люди определенного склада. Поэтому я пишу не только о том, что врачу необходимо учиться, но и том, каким он должен быть как личность, признавая, что особая форма, которую принимает такая личность, может меняться от человека к человеку. Честно говоря, я скептически отношусь к тому, что можно научиться некоторым чертам характера, однако признаю, что они часто становятся присущи людям после глубоких изменяющих их переживаний, таких как психотерапия. По меньшей мере, человек способен укреплять, оправдывать и поддерживать такие свои качества, как непредвзятость, гибкость, готовность к творчеству и заботу о других. Я не совсем уверена, что эти черты характера могут передаваться точно так же, как знания. Так или иначе, по-

сколько эти свойства необходимы для успешной работы в арт-терапии, нельзя не упомянуть о них в нашей книге.

Эта книга в известном смысле является попыткой определить, что необходимо делать, чтобы стать хорошим арт-терапевтом, и она, конечно, «списана» с людей — специалистов в области арт-терапии и других областей, — которых я знаю и которыми восхищаюсь. Это психоаналитики, психологи, психиатры, специалисты других видов терапии, преподаватели и художники. Это и самые ранние для меня примеры любви и заботы — отец, мать и бабушка, чьей памяти я с любовью посвящаю эту книгу.

Джудит А.Рубин

Предисловие

Размышляя о том, что составляет искусство арт-терапии, я прихожу к простому выводу, что существует область искусства и область терапии, и обе они чрезвычайно важны. По мере их исследования я обнаружила, что существует еще одна область, которую я назвала областью взаимодействия. В ней главное значение приобретает терапевтическое воскрешение в памяти искусства пациента и его реакция на него. Книга начинается с этих трех главных разделов.

В первом разделе, «Искусство», есть главы, которые знакомят нас с главными компонентами искусства — художественными материалами, творческим процессом и произведением искусства — с точки зрения их формы, содержания и символического языка искусства. Во второй части, «Терапия», говорится о том, что терапевту необходимо иметь следующие знания: о развитии человека и его динамике, а также об условиях его терапевтического изменения и о процессе этого изменения. Кроме общих знаний об арт-терапии терапевт должна иметь специальные знания, а также уметь идентифицировать себя как личность и как специалиста^{1*}. Третья часть книги, «Область взаимодействия», состоит из глав, из которых вы узнаете, как побудить клиента к творчеству и как затем поступить с продуктом его творчества, созданным и участвующим в процессе терапии; этот процесс включает в себя подготовку к сеансу, вызов и фасилитацию экспрессии, а также необходимость смотреть и учиться у искусства.

Кроме «основ» арт-терапии, о которых рассказывается в первых трех разделах, мы включили в эту книгу некоторые дополнения, касающиеся прежде всего тех арт-терапевтов, которые руководят другими в оказании ими прямых услуг клиентам. Четвертый раздел книги, «Дополнительная работа», состоит из глав, дающих представление о том, как преподавать, руководить, консультировать, проводить научно-исследовательскую работу и заниматься теорией в арт-терапии. Несмотря на то что все аспекты арт-терапии, которые рассматривают-

^{1*} Так как подавляющее большинство арт-терапевтов женщины, я, говоря об арт-терапевтах, употребляю по отношению к ним местоимение женского рода. Я прошу прощения у тех мужчин, которые используют искусство в терапии, и надеюсь, что это не вызовет абсурдного «мужского протеста», а, наоборот, мужчины — арт-терапевты еще сильнее будут сопереживать людям, которые порой чувствуют себя изгоями общества. — Прим. автора.

ся в этой книге, могут применяться в любой ситуации, здесь говорится еще и о том, какие специальные знания и, возможно, черты характера помогут арт-терапевтам работать более эффективно в особых условиях. Подробнее об этом говорится в пятом разделе книги («Приложения»), в главах, посвященных работе с различными популяциями клиентов в различных типах лечебных и социальных учреждений; здесь также речь идет о применении различных методов арт-терапии.

Несмотря на то что особые знания в арт-терапии необходимы в любой ситуации, я все же считаю, что материалы, приведенные в этой книге в общих чертах, имеют почти универсальное приложение. «Основы» и даже «добавления», по-видимому, являются действенными обобщениями, которые могут быть интерпретированы во множестве вариантов. Они подходят для работы с разными популяциями клиентов: с детьми, подростками, взрослыми, с людьми, имеющими ограниченные физические или умственные возможности, а также с пожилыми людьми. Эти знания подходят для работы в любых учреждениях: в амбулаториях, больницах, школах, центрах реабилитации и в любых других местах, где может работать арт-терапевт. Что касается методов лечения, они подходят для индивидуальной работы с людьми, а также с семьями и группами. И, наконец, теоретическая направленность знаний об арт-терапии: эти «основы» верны независимо от того, где может находиться арт-терапевт в континууме «искусство как терапия — искусство в терапии»; они верны при любой предпочтительной для специалиста системе взглядов — будь то гештальт-терапия, гуманистическая психотерапия, холистическая психотерапия, бихевиоризм или психоанализ.

Смею надеяться, таким образом, что книга окажется необходимой и полезной для всех, кто применяет искусство в диагностике или лечении. Я верю, что и начинающие, и опытные врачи откроют здесь для себя что-то новое. И хотя книга адресована прежде всего арт-терапевтам, она может быть полезной любому специалисту в области психического здоровья, использующему искусство в своей клинической работе — неважно, кто он: социальный работник, психолог, психиатр, трудотерапевт или организатор досуга. Книга не является пособием типа «как делать», а, наоборот, она посвящена тому, «как думать о том, что вы делаете». Надеюсь, среди нас нет ни одного, кто не получил бы пользы от серьезных размышлений по поводу своей клинической практики. Что касается меня, то благодаря этой книге я получила такую возможность. Я надеюсь, что она поможет читателю обрести подобный стимул — думать об «искусстве терапии искусством» и все более четко действовать в соответствии с этим.