

УДК 159.9

Вачков И.В., д. психол. н., профессор, профессор кафедры дифференциальной психологии МГППУ, президент Сообщества сказкотерапевтов, г. Москва, Россия

СКАЗКОТЕРАПИЯ И АРТ-ТЕРАПИЯ КАК МЕТОДЫ ПОМОЩИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ: ГРАНИЦЫ И ОРИЕНТИРЫ ОБЩЕГО ЛАНДШАФТА

Анализируются позиции, существующие в психологии в вопросе о соотношении арт-терапии и сказкотерапии, и констатируется недостаточная разработанность их теоретических основ. Опираясь на идеи Ф.Е. Василюка о необходимости развития психотехнического подхода, автор предполагает, что сказкотерапия обладает чертами психотехнической системы. В статье указаны возможные подходы к пониманию объекта, методов и сущности сказкотерапии как особого научно-практического направления, примененного при оказании психологической помощи в экстремальных ситуациях.

Ключевые слова: сказкотерапия, арт-терапия, практическая психология и психотерапия, психотехнический подход, сказочная метафора, методологические основания.

Аналізуються позиції, що існують у психології в питанні про співвідношення арт-терапії та казкотерапії, і констатується недостатня розробленість їх теоретичних основ. Спираючись на ідеї Ф.Е. Василюка про необхідність розвитку психотехнічного підходу, автор припускає, що казкотерапія має риси психотехнічних систем. У статті вказано можливі підходи до розуміння об'єкта, методів і сутності казкотерапії як особливого науково-практичного спрямування, застосовного при наданні психологічної допомоги в екстремальних ситуаціях.

Ключові слова: казкотерапія, арт-терапія, практична психологія та психотерапія, психотехнічний підхід, казкова метафора, методологічні підстави.

Постановка проблемы. В деятельности специалистов в области экстремальной и кризисной психологии давно и активно используются сказкотерапевтические и арт-терапевтические методы помощи жертвам катастроф, причем не только детям, но и взрослым. Имеются публикации, в которых описывается опыт применения сказкотерапии и арт-терапии непосредственно в очагах экстремальной ситуации (см., например, статью Н.В. Онищенко (2013)).

Однако методологического осмысления этих направлений психологической помощи до сих пор не произошло. Соотношение арт-терапии и сказкотерапии не только как сфер деятельности специалистов-практиков в области экстремальной и кризисной психологии, но и как научных психологических понятий в настоящее время остается неясным. Является ли сказкотерапия одним из видов психотерапии искусством? Каковы ее границы с арт-терапией? Или нужно говорить не о границах, а областях пересечения? Можно ли утверждать, что сказкотерапии автономна от арт-терапии и выступает самостоятельным направлением? У специалистов существуют различные точки зрения на эти вопросы. Ситуация усугубляется появлением немалого количества популярных психологических книг, еще более запутывающих читателей неадекватным использованием обоих понятий.

Нынешнее положение вещей является следствием хорошо знакомого специалистам парадокса, когда практическое применение метода намного опережает осмысление результатов деятельности и развитие научных оснований возникшего направления.

Не претендуя на исчерпывающее раскрытие содержания понятия сказкотерапии и разработку ее методологической базы (это дело будущего), рискну в этой статье наметить границы сказкотерапевтической территории, указав на некоторые аспекты возможного понимания ее сущности и отношения к арт-терапевтическому направлению.

Анализ последних исследований и публикаций. Если оставить в стороне наивные представления об этом методе, сложившиеся в обыденном сознании непсихологов, можно выделить несколько оформившихся к настоящему времени подходов относительно сущности и видов арт-терапии. Остановлюсь только на нескольких наиболее популярных позициях.

Первую позицию отстаивает один из самых известных специалистов-арт-терапевтов А.И. Копытин. Согласно его точке зрения, разделяемой соавтором работы, арт-терапию следует рассматривать как *«совокупность психологических методов воздействия, применяемых в контексте изобразительной деятельности клиента и психотерапевтических отношений и используемых с целью лечения, психокоррекции, психопрофилактики, реабилитации и тренинга лиц с различными физическими недостатками, эмоциональными и психическими расстройствами, а также представителей групп риска»* (Копытин А.И., Свистовская Е.Е., 2007, С.12) (курсив авторов).

При этом А.И. Копытин полагает, что арт-терапия выступает в качестве одной из частных форм психотерапии искусством наряду с такими формами как драматерапия, музыкотерапия и танцевдвигательная терапия.

Вторая позиция сформулирована президентом Восточно-европейской Ассоциации Арт-терапии В.Н. Никитиным (2012). Для него понятия психотерапии искусством и арт-терапии являются синонимичными. Предлагая онто-синергетический подход в арт-терапии, он выделяет такие основные направления арт-терапевтической деятельности как:

- терапия визуально-пластическими художественными средствами;
- драматерапия;
- музыкальная терапия (терапия музыкой и голосовая терапия);
- танцевально-двигательная терапия;
- сказкотерапия.

Здесь мы видим расхождения во взглядах с предыдущим автором в понимании сущности арт-терапии и встречаем сказкотерапию в ряду ее видов.

Третья позиция зафиксирована в ряде работ другого известного специалиста в этой области Л.Д. Лебедевой (2006). Согласно ее точке зрения, можно построить следующую иерархию направлений на основе искусства и творческой деятельности:

Тип: терапия искусством.

Класс: терапия творчеством (креативная терапия).

Подкласс: экспрессивная терапия.

Семейства: терапия творческим самовыражением; музыкальная терапия; игровая терапия; драма-терапия; сказкотерапия; библиотерапия; танцевальная терапия; телесно-двигательная терапия; арт-терапия.

Таким образом, получается, по Лебедевой, что самая крупная таксономическая единица (тип) в этой иерархии-терапия искусством. Она связывает все научные и прикладные направления, имеющие общее основание: использование в «лечебных целях» различных форм художественной деятельности субъекта, продуктов его творчества или прославленных шедевров. Тогда сказкотерапия оказывается одной из составляющих терапии искусством.

Как указывает Л.Д. Лебедева, в терапевтическом мире, основанном на гуманистических принципах, за невербальной и/или метафорической экспрессией зарезервирован термин «экспрессивная терапия» (от англ. -выражающий, выразительный). Это комплекс разнообразных форм творческого (художественного) самовыражения с применением движения, рисования, живописи, скульптуры, музыки, письма, вокализации, импровизации, -в условиях, обеспечивающих поддержку человека с целью стимулирования его личностного роста, развития и исцеления. С этой позиции сказкотерапию можно считать, наряду с другими направлениями, видом экспрессивной терапии.

Л.Д. Лебедева полагает, что следует выделять такие виды арт-терапии: изотерапия (рисуночная терапия); визуальная (терапия образами); медитативное рисование; мультимедийная (интегративная).

Изложение основного материала. Думается, что каждая из описанных позиций может быть подвергнута конструктивной критике. Пафос данной статьи заключается в обосновании возможности рассмотрения сказкотерапии как особого психологического направления, имеющего свою специфику, свой предмет, свою логику развития и свои особые методы и средства. Имеются серьезные аргументы в пользу того, чтобы увидеть в сказкотерапии один из способов реализации психотехнического подхода в психологии и оценить ее перспективы на этом пути как очень многообещающие.

В чем сходство и различия между сказкотерапией и арт-терапией?

Что касается позиции, сформулированной Л.Д. Лебедевой (2006), то она, по-видимому, сводит эффекты сказкотерапии к результатам творческого самовыражения, происходящего при создании своей собственной или при восприятии уже готовой сказки. Безусловно, эти эффекты играют немаловажную роль в сказкотерапевтической работе, но существуют не только они: взаимодействие со сказочными персонажами и образами запускает, с одной стороны, активные интеллектуальные процессы и рефлекссию, а с другой, – бессознательную перестройку привычных паттернов. То есть при анализе сказкотерапии мы вынуждены выходить за рамки механизмов терапии искусством, поскольку сказочные образы характеризуются не только и не столько эстетическими признаками, сколько архетипическим содержанием и связью с сакральными аспектами социальной жизни. Иными словами, в узком смысле слова сказкотерапия может быть рассмотрена как один из вариантов экспрессивной терапии, а в широком смысле она выступает как самостоятельное направление наряду с терапией искусством и другими мощными школами.

Следует заметить, что А.И. Копытин и его коллега Е.Е. Свистовская полагают, что экстернализация проблемы заключается в природе арт-терапии

(А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская, 2007). Скажем, клиент создает изобразительный продукт, перенося на него свои переживания и проблемы. Подобное вынесение вовне того, что ранее находилось внутри у клиента, как раз и определяет лечебно-коррекционный потенциал арт-терапии и отличает ее от других методов и приемов. Важно указать, что вместо рисунков может быть использован готовый текстовый материал, например, сказки – как народные, так и авторские, а также мифы, притчи, придания. На основании этого материала происходят создание рисунков и затем уже сочинение своих историй на базе готового материала.

В этом случае мы наблюдаем пересечение некоторых приемов и арт-терапии, и сказкотерапии. У арт-терапии, как показывает анализ, есть общие принципы со сказкотерапией, например, следование за инициативой клиента, признание возможности различной интерпретации его повествования и изобразительного материала.

А.И. Копытин предлагает следующие принципы онтогенетически-ориентированной системной арт-терапии:

- принцип субъектности;
- принцип активности;
- партнерство в терапевтических отношениях;
- опора на наглядно-чувственный характер деятельности;
- постоянная обратная связь;
- единство и взаимодополнение вербальной и невербальной экспрессии;
- взаимопроникновение лечебных, профилактических, развивающих, обучающих элементов;
- сочетание группового характера коррекционного процесса с индивидуализацией его задач;
- интегративность;
- системность;
- ориентация на саморазвитие;
- признание регрессивных психологических реакций.

Даже беглый взгляд на сущность указанных принципов позволяет утверждать, что практически все они могут быть отнесены и к сказкотерапии. Однако есть у сказкотерапии и свои отличительные признаки.

СКАЗКОТЕРАПИЯ СЕГОДНЯ: ОПРЕДЕЛЕНИЕ ГРАНИЦ И СОДЕРЖАНИЯ

Так что же представляет собой современная сказкотерапия как самостоятельное направление? В настоящее время это пока еще только психологическая практика, имеющая слабо разработанную научную основу (это, кстати, можно сказать об очень многих психологических и психотерапевтических направлениях).

На серьезный разрыв между психологической наукой и психологической практикой еще пятнадцать лет указал Ф.Е. Василюк, заявив, что они живут параллельной жизнью как две субличности диссоциированной личности. Он назвал подобное положение схизисом (Ф.Е. Василюк, 1996). За эти годы ситуация не слишком сильно изменилась, и по-прежнему актуальными являются его слова о необходимости реализации психотехнического подхода. Ф.Е. Василюк

утверждает, что психотехника есть общепсихологическая методология, не навязанная извне, а генетически «заложенная» в отечественной психологии. По мнению Ф.Е. Василюка, сущность психотехнического подхода состоит в том, что он «вводит психологическую практику внутрь психологической науки, а науку – внутрь практики» (Ф.Е. Василюк, 1992, с.39), а важнейшие методологические черты психотехнической системы можно определить так:

- прагматические и этические ценности включены в ткань теории;
- ее «пользователем» является психолог-практик;
- объектом такой теории становятся не психика и сознание, а работа с сознанием;
- предмет и метод психотехнической теории находятся в таком соотношении, что практический метод воздействия является в то же время оптимальным эмпирическим методом исследования этого предмета.

Опираясь на идеи Ф.Е. Василюка, М.А. Степанова доказывает, что концепция П.Я. Гальперина имеет несомненный психотехнический характер, и делает общий вывод о значении теории П.Я. Гальперина для практики образования (М.А. Степанова, 2010). Разработка им психотехнического подхода, по мнению М.А. Степановой, определяет возможность его активного применения в образовательной практике педагогами-психологами, поскольку его теория именно им адресована и выдерживает испытание практикой (далеко не обо всех психологических теориях это можно сказать).

Выстраивание теории сказкотерапии, происходящее в наши дни, позволяет выдвинуть предположение о возможном психотехническом характере и этого направления. Мы полагаем, что сказкотерапия может стать одним из способов реализации психотехнического подхода, поскольку общие тенденции ее развития свидетельствуют о проявлении соответствия ее основным признакам психотехнической системы.

Что касается первых двух методологических черт из названных Ф.Е. Василюком, то, в силу очевидности их приложимости к сказкотерапии, на них останавливаться не будем.

Одним из самых сложных вопросов является вопрос о предмете сказкотерапии. Если рассматривать сказкотерапию с точки зрения того, что она изучает и на что она воздействует, то вроде бы в качестве предмета следует выделить сказочные образы. При этом понятие «сказочные образы» может иметь два значения: во-первых, как нечто условно «объективное», внешнее по отношению к психике, имеющееся в сказочных текстах и обладающее достаточно устойчивыми характеристиками; во-вторых, субъективное психологическое образование, специфичное для каждого человека, связанное с его индивидуальным восприятием сказки и изменчивое. Однако такое «раздвоение» объекта приводит к разделению и самой сказкотерапии на две ветви: на психологию сказки, в которой, по аналогии с психологией искусства, предпринимается «объективное» изучение сказочного жанра, его происхождения, его психосемантики и психолингвистики, особенностей восприятия, а также символики образов, и на практическую сказкотерапию, где акцент делается на разработке методов оказания психологической помощи с опорой на сказку.

В этом случае, по-видимому, следует говорить о двух уровнях анализа объекта сказкотерапии и, соответственно, о двух методологических уровнях психотехнической теории.

Второй вариант анализа объекта сказкотерапии может быть связан с подходом к пониманию практической психологии в целом. В настоящее время практическая психология может рассматриваться не только как сфера приложения психологических знаний, не только как психологическая практика и способ проверки умозрительных психологических моделей, но и как новая активно развивающаяся отрасль психологической науки, имеющая свой предмет изучения и разработки. В качестве такового выступают принципы, методы и формы психологической помощи, психологической поддержки, психологического содействия и психологического сопровождения развития человека (И.В. Вачков, И.Б. Гриншпун, Н.С. Пряжников, 2007). Думается, что с ориентацией на эту позицию в первом приближении объект сказкотерапии можно определить как принципы, методы и формы психологической работы, опирающиеся на сказочную метафору. При этом необходимо особо подчеркнуть, что важнейшим инструментом, психологическим средством сказкотерапии является сказочная метафора. Этот факт также составляет особенность сказкотерапии как отдельного научно-практического направления.

Анализируя последнюю черту психотехнической системы, выделенную Ф.Е. Василюком, и соотнося ее со сказкотерапией, следует заметить, что в последней очень четко проявляется единство практического метода воздействия и оптимального эмпирического метода исследования предмета. Как у К.-Г.Юнга теория выступала скорее инструментом анализа, чем формализованной системой, так и в сказкотерапии работа с клиентской сказкой, например, оказывается процессом, в котором слиты, переплетены и практически не отделимы друг от друга оказание психологической помощи и изучение психологом отраженных в сказочных образах сущностных субъектных свойств нуждающегося в помощи человека.

Выводы. Сказки – и народные, и авторские (художественные), и созданные «под проблему» сказкотерапевтом, и написанные самим клиентом – в сказкотерапии решают две важнейшие задачи. Первую можно метафорически назвать «задачей зеркала»: сказка может помочь клиенту (ребенку или взрослому) увидеть самого себя, встретиться с собой, а значит, развить самосознание и дать возможность гармонизировать свое личностное пространство. Вторая задача может быть названа «задачей кристалла»: сказка позволяет по-новому увидеть других людей и мир вокруг себя, и, следовательно, построить новые более конструктивные отношения с людьми и миром. Решая «задачу зеркала» и «задачу кристалла», то есть развивая самосознание человека и раскрывая его потенциалы в отношениях с окружающим, сказка формирует его способность стать творцом собственного внутреннего мира и мира внешнего. А именно эта способность определяет человеческую субъектность. Следовательно, важнейшей целью сказкотерапии можно считать развитие субъектности.

В рамках такого понимания сказкотерапии могут быть применены самые разнообразные методы психологического и психотерапевтического использования сказок, в частности, при оказании помощи людям в экстремальных си-

туаціях. Все вищесказанное позволяет дать следующее рабочее определение: *сказкотерапия – это такое научно-практическое психологическое направление, которое, используя метафорические ресурсы сказки (и близких ей жанров), позволяет людям развить самосознание и построить особые уровни взаимодействия друг с другом, что создает условия для становления их субъектности* (И.В. Вачков, 2011).

Таким образом, можно предположить, что в своем дальнейшем развитии, обретая все большую теоретическую оформленность, сказкотерапия станет подлинной психотехнической системой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Василюк Ф. Е. Методологический смысл психологического схизиса / Ф. Е. Василюк // Вопросы психологии. – 1996. – № 6. – С. 25–40.
2. Василюк Ф. Е. От психологической практики к психотехнической теории / Ф. Е. Василюк // Московский психотерапевтический журнал. – 1992. – № 1. – С. 15–32.
3. Вачков И. В. Введение в сказкотерапию / Вачков И. В. – М. : Генезис. 2011.
4. Вачков И. В. Введение в профессию «психолог» / Вачков И. В., Гришпун И. Б., Пряжников Н. С. – М. : МОДЭК. 2007.
5. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии / А. И. Копытин, Е. Е. Свистовская. – Санкт-Петербург. : Речь. 2007.
6. Лебедева Л. Д. Теоретические основы арт-терапии / Л. Д. Лебедева // Школьный психолог. – 2006. – № 3. – С. 4–8.
7. Никитин В. Н. Онтосинергетический подход в арт-терапии / В. Н. Никитин // Терапия искусством. Учебное пособие по арт-терапии / под науч. ред. В. Н. Никитина, Н. Бояджиевой, Л. Д. Лебедевой, И. В. Вачкова. – Университетско издательство «Св. Климент Охридски», София, 2012.
8. Онищенко Н. В. Ребенок в очаге чрезвычайной ситуации: оценка состояния и психологическая помощь / Н. В. Онищенко // Вестник Московского городского педагогического университета. – 2013. – № 1. – С. 45–52.
9. Степанова М. А. От Л.С. Выготского к П.Я. Гальперину : психотехнический подход в психологии образования / М. А. Степанова // Вопросы психологии. – 2010. – № 4. – С. 14–27.

УДК: 159.99

Вдовиченко О.В., к. психол. н., доцент, ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ РИСКОВАННОГО ДЕЙСТВИЯ

У даній роботі особливу увагу приділено визначенню форм ризику, а також розробці робочого варіанту психологічної моделі ризикованої дії, яка дозволяє показати психологічний зміст ризику, привнести суб'єктивність і передати відмінність від інших наукових знань, в яких він (ризик) також виступає предметом дослідження.