



Методологические основы тканевой арт-терапии

Современная арт-терапия использует все более широкий спектр форм и материалов для работы. Так с 2012 года активно развиваются такие направления:

- речевая креативность;
- комиксы как арт-решения;
- WOX-терапия (терапия воском) и другие.

Наряду с этими направлениями активно развивалась и тканевая терапия. В данном издании я не преследую цель подчеркнуть оригинальность и уникальность данного направления, а хочу раскрыть суть тканевой терапии на опыте терапевтической работы с тканью, через создание кукол в куклотерапии, создание картин из ткани в фольклорных направлениях арт-терапии и многих других. Описанный нами опыт отличается структурностью, простотой и доступностью использования в достаточно широком диапазоне категорий клиентов.

Основная идея тканевой арт-терапии:

- активация воображения и творческого мышления клиента;
- отражение и осознание внутренних процессов психического пространства личности с помощью выкладывания разнообразных тканевых картин и создания личного норматива с помощью развивающих вопросов;
- расширение эстетического опыта;
- самовыражения и активация внутреннего диалога клиента со своей творческой частью.

Данный подход к тканевой терапии был разработан на основе гуманистической психологии, которая рассматривает человека как целостность. Тканевая терапия с помощью своего терапевтического потенциала позволяет проявить этот целостный подход в тесной взаимосвязи с телесными импульсами, эмоциями и мыслями клиентов.

Многообразие подходов методологии современной арт-терапии, таких как психодинамический (З. Фрейд, К.-Г. Юнг, М. Наумбург, Э Крамер), гуманистический (А.Г. Маслоу, А.Эренцвейг, С.Л. Братченко и др.), трансперсональный (С. Грофф, Ш. Макнифф, Д. Кембэл), мультикультуральный (Л. Турнер-Шиклер, Д. Юрт, Н. Хеуш), феноменологический (М. Бетенски, Э. Келиш), интегративный (П. Уайтекер, Г. Хульбут) и другие дают возможность для исследования различных практик творческой деятельности с разных сторон.

В данной книге основными подходами в понимании тканевой терапии как направления арт-терапии для нас будут психодинамический и феноменологический подходы. Нам очень созвучна идея К. Г. Юнга о том, что творчество как таковое является очень важным инструментом для реализации исцеляющих возможностей психики. Выражая свои внутренние конфликты в визуальных образах, человек получает к ним доступ, имеет возможность повысить уровень своей осознанности, в следствие чего он сможет прийти к пониманию наиболее экологичной последовательности собственных действий. Также одной из ключевых идея данной книги является идея феноменологического подхода о том, что в арт-терапевтическом процессе человек самостоятельно способен приходить к пониманию способов разрешения проблемных ситуаций в собственной жизни. Создавая тканевую картину как некий визуальный феномен, автор работы способен наделять её неким субъективным смыслом, который автор связывает со своим внутренним чувственный и поведенческим опытом. Подобное наблюдение собственного творческого продукта как феномена помогает автору наладить внутренние коммуникации и прийти к состоянию внутренней интеграции личности. Образы, которые участники арт-терапевтических сессий создают из своих тканевых картин позволяют им выражать чувства, а также позволяют проживать разного рода эмоциональные реакции, которые помогают экологичному протекания психологических изменений.

В тканевой арт-терапии мы активно используем повествование как творческое отреагирование на тканевую картину. Важное значение в каждой технике занимает развивающие вопросы, основной задачей которых является переход бессознательного материала, поднятого в момент создания и взаимодействия с работой, в осознаваемые клиентом отношения, мысли, чувства, вытесненные потребности и т.д. Развивающие вопросы дают возможность осуществить глубокий анализ творческой работы клиента в максимально экологическом для клиента контексте, опираясь на его собственную активность, на его творческое начало. Если использовать язык метафоры то развивающие вопросы – это опознавательные знаки на пути следования корабля, при этом скорость, глубину погружения и маршрут клиент (корабль) выбирает самостоятельно.

Значительную роль в тканевой арт-терапии имеет возможность изменения системы значения визуальных образов и, как следствие «переписывание», «трансформация» личной истории клиента его чувств и отношений к людям и событиям.

Все способы и формы работы, которые описаны в этой книге могут применяться как в терапии, так и в социальной работе. На данный момент тканевая арт-терапия скорее является экспериментально-исследовательским направлением, чем обоснованным методологическим направлением арт-терапии. И при этом, следует отметить, что на данный момент тканевая терапия показывает настолько потрясающие результаты в терапевтических сессиях с клиентами, что очень велика вероятность стремительного роста методологических разработок в русле этого направления.

Требования к материалам в тканевой арт-терапии

Среди материалов в данном методе можно выделить основные и вспомогательные материалы. К основным материалам относятся ткани.

Требования к тканям. Ткани для терапевтической работы должны размещаться в специально отведенном пространстве арт-кабинета. Они могут размещаться на специально натянутых веревках, лежать в коробках, висеть на тремпеле (плечиках) и т. д.

Ткани должны быть:

- Разного размера (от 10 на 10 см и до 2 м на 2 м)
- Разной фактуры
- Разной цветовой гаммы
- Разной геометрической формы