

Foundation and Form

Штейнхардт Ленор

ЮНГИАНСКАЯ ПЕСОЧНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ!

Серия «Практикум по психотерапии»

Перевод с английского и научная редакция
канд. мед. наук А. И. Копытина

Главный редактор
Заведующий психологической редакцией
Зам. зав. психологической редакцией
Ведущий редактор
Редактор
Художник обложки
Корректор
Оригинал-макет подготовила

В. Усманов
А. Зайцев
Н. Мигаловская
А. Борин
И. Линчевский
К. Радзевич
М. Рошаль
Л. Панин

ББК 53.57 УДК 615.851+059.98

Штейнхардт Л.

Ш88 Юнгианская песочная психотерапия. — СПб.: Питер, 2001. — 320 с: ил. — |
(Серия «Практикум по психотерапии»).

ISBN 5-318-00116-5

Книга представляет собой компактный и высокоинформативный обзор истории, теории и практики юнгианского подхода в песочной терапии как составной части терапии через искусство. Тогда как иные подходы в данном * виде арт-терапии фокусируют внимание на значении используемых мини-атюрных объектов, Л. Штейнхард обращается к анализу создаваемых песчаных ? форм, анализируя баланс природных, культурных и рукотворных элементов в творчестве клиентов. Детальное описание и анализ отдельных терапевтических случаев, наглядный иллюстративный материал, захватывающие перспективы нового подхода делают это пособие неоценимым руководством для психотерапевтов, консультантов, социальных работников и представителей других помогающих профессий, вызовут интерес каждого творчески ориентированного читателя.

© 2000 Lenore Steinhardt

© Перевод на русский язык, предисловие. А. И. Копытин, 2001

© Издательский дом «Питер», 2001

Права на издание получены по соглашению с Jessica Kingsley Publishers.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 5-318-00116-5

ISBN I 85302 841 X (англ.)

Лицензия ИД № 01940 от 05.06.2000.

Налоговая льгота - общероссийский классификатор продукции
ОК 005-93, том 2; 95 3000 - книги и брошюры.

Подписано к печати 28.04.2001. Формат 84x108/32-^у62 - "• "• 16,8. Тираж 7000 экз.

Заказ № 252.

ЗАО «Питер Бук». 196105, Санкт-Петербург, ул. Благодатная, 67.

Отпечатано с готовых диапозитивов в ГИПК «Лениздат»
(типография им. Володарского) Министерства РФ по делам печати,
телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

Оглавление

ПРЕДИСЛОВИЕ К РУССКОМУ ИЗДАНИЮ.....	8
БЛАГОДАРНОСТЬ.....	12
ПРЕДИСЛОВИЕ.....	14
ЧЕРЕПАХА.....	16

ЧАСТЬ I ВВЕДЕНИЕ

Глава 1. Песочная терапия и арт-терапия.....	20
Фундамент и форма.....	26
Создание основы и классификация форм.....	33
Факторы, влияющие на создание основы.....	36
Личный опыт автора, связанный с использованием песочницы и изобразительным творчеством.....	38
Краткий обзор содержания книги.....	40

ЧАСТЬ II ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ, ПОСВЯЩЕННОЙ АНАЛИЗУ ПЕСОЧНЫХ ФОРМ

Глава 2. История и описание песочной терапии.....	44
История.....	M
Некоторые аспекты песочной терапии, влияющие на создание песочных форм.....	48
Обсуждение.....	65

ЧАСТЬ III АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС И ЮНГИАНСКАЯ ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ

Глава 3. Арт-терапевтический подход к творческому использованию различных материалов.....	68
--	----

Глава 4.	Арт-терапевтическая специальность.....	72
Глава 5.	Формы художественного творчества, связанные с песочной терапией <i>Рельеф, коллаж, ассамбляж, «найденные объекты» (objettrouve)</i>	80
Глава 6.	Арт-терапевтический кабинет и материалы. . . .	84
	Кабинет.....	84
	Три группы материалов для художественного творчества.....	85
	Критерии классификации материалов.....	88
Глава 7.	Классификация материалов в арт-терапии. . . .	100
	Неструктурированные пластические материалы, используемые в арт-терапии.....	101
	Оформленные материалы, используемые в арт-терапии.....	103
Глава 8.	Песочница в арт-терапевтической работе. . . .	106
	Песочница: метод, материал и движения.....	106
	Песочница, изобразительное искусство и грязь.....	108
	Создание изображений и отпечатков.....	112
Глава 9.	Материалы песочной терапии. . . .	118
	Введение.....	118
	Песок и вода.....	118
	Предметы песочницы.....	122
	Используемый в песочной терапии набор предметов.....	127
Глава 10.	Классификация материалов, используемых в песочной терапии. . . .	131
	Песок и вода.....	131
	Материалы, из которых изготовлены предметы песочной терапии.....	132
Глава 11.	Цвет.....	135
	Синие оттенки: кобальт и лазурь.....	138
	Цвет в качестве составной части живых систем	139
	Цветовая карта для песочной терапии и арт-терапии.....	141

ЧАСТЬ IV СОЗДАНИЕ ФОРМЫ В АРТ-ТЕРАПИИ И ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Глава 12.	Визуальная экспрессия.....	146
-----------	----------------------------	-----

ЧАСТЬ V ОСНОВНЫЕ СПОСОБЫ ИГРЫ С ПЕСКОМ И ВОДОЙ

ВВЕДЕНИЕ.....	168	
Глава 13.	Поверхность песка. Создание горок и отпечатков, лепка и рисование на песке. . . .	169
Глава 14.	Проникновение в толщу песка. Отверстия, тоннели, закапывание и раскапывание предметов. . . .	187
Глава 15.	Использование воды. Капание мокрым песком и выливание воды в песочницу.....	201
Глава 16.	Тактильная коммуникация с песком и ее отсутствие.....	211
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	217	

ЧАСТЬ VI ПРОЦЕСС ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Глава 17.	Ниспровержение коллективного. . . .	221
Глава 18.	Ванда: привнесение воды в центр.....	256
Глава 19.	Ванда: изобилие и божественная защита. . . .	277
Глава 20.	Заключение.....	302
ЛИТЕРАТУРА.....	307	

ПРЕДИСЛОВИЕ К РУССКОМУ ИЗДАНИЮ

Книга Ленор Штейнхардт «Теория и практика юнгианской песочной терапии» является первой изданной на русском языке работой, которая посвящена этому чрезвычайно интересному методу психотерапевтической работы. Разрозненные публикации, появившиеся в печати до настоящего времени, представляли собой лишь отдельные статьи в периодических изданиях или сборниках, либо достаточно поверхностные краткие описания песочной терапии, принадлежащие перу отечественных авторов. Предлагаемая читателям книга написана специалистом с богатым опытом клинической работы, в которой широко применялся метод юнгианской песочной терапии, поэтому ее выход в свет можно считать достаточно знаменательным событием. Жаль, однако, что работы таких ярких представителей юнгианской песочной терапии, как Кальфф, Амманн, Вейнриб, Райс-Минухина и других до сих пор на русский язык не переведены, хотя именно они могли бы стать фундаментом для освоения данного метода отечественными специалистами.

Книга Ленор Штейнхардт в первую очередь посвящена некоторым частным аспектам использования метода юнгианской песочной терапии, а именно всестороннему описанию и анализу разнообразных песочных форм. Несомненной заслугой автора следует признать обращение к достаточно слабо изученным феноменам, связанным с использованием песка и воды в качестве уникальных материалов художественной экспрессии. При написании книги Штейнхардт стремилась синтезировать как представления глубинной психологии (прежде всего, юнгианского анализа), так и личный опыт использования методов арт-терапии. Комбинированное применение песочной терапии и арт-терапии, по ее мнению, дает значительные преимущества в использовании как одного, так и другого подхода. Это вполне логично, если учесть, что и песочная терапия, и арт-терапия

связаны с созданием визуальных образов и базируются на целом ряде общих принципов, к которым, в частности, можно отнести недирективность подходов и признание значимости трехстороннего взаимодействия клиента, психотерапевта и художественного образа.

Вплоть до последнего времени песочная терапия использовалась в арт-терапевтическом процессе сравнительно редко. Еще более редкими были попытки осмысления практики песочной терапии с точки зрения представлений арт-терапевтического подхода. Автор книги связывает это с тем, что исторически оба метода развивались параллельно. Песочная терапия в основном формировалась в русле юнгианского подхода и применялась психоаналитиками, не имеющими какой-либо художественной или арт-терапевтической подготовки. Во многих случаях она употреблялась как дополнительный инструмент вербальной психотерапии, как частная форма метода активного воображения. Основное внимание при этом обращалось на психологическое содержание миниатюр; песочным же формам и материальным свойствам фигур придавалось гораздо меньшее значение.

Подчеркивая своеобразие своего взгляда на использование юнгианской песочной терапии, Ленор Штейнхардт объясняет его наличием художественной подготовки, позволяющей «обратить внимание на связь между особенностями форм и поверхности песка и характером используемых клиентом миниатюрных предметов, а также на соотношение между спонтанно создаваемой формой из песка и готовыми объектами».

Обладая некоторым опытом применения арт-терапевтического подхода, Ленор Штейнхардт обращается к нему при рассмотрении практики песочной терапии. Вместе с тем, очевидно, что автор придерживается направления, представленного достаточно небольшой группой специалистов. К ней относятся, в частности, Шон МакНифф и Джой Шаверьен, которых отличает повышенный интерес к процессу создания визуальных образов с минимальными интерпретациями или вовсе без таковых, а также использование далеко не бесспорных и с трудом поддающихся верификации гипотез, с помощью которых они пытаются объяснить механизмы лечебно-коррекционного

воздействия художественного творчества. Джой Шаверьен, например, для этого привлекает понятие «магических процессов» в арт-терапии, опираясь при этом на столетней давности исследования Дж. Фрэзера и разбавляя эти понятия тезисами, заимствованными из философии Эрнста Кассирера. МакНифф же, в свою очередь, подводит под свои представления об образе как «самодостаточной сущности» метафизические основания.

И то и другое, однако, вряд ли имеет какое-либо отношение к процессу развития арт-терапии как научно-обоснованного метода. Хотя Ленор Штейнхардт и заявляет, что «развитие арт-терапии позволило значительно расширить представления о ее задачах и факторах лечебного воздействия», личный опыт автора свидетельствует о стремлении следовать достаточно ограниченному набору жестких теоретических положений юнгианского анализа, привлекая для интерпретации создаваемых клиентами образов суждения довольно сомнительного качества, вроде взятых из словаря символов Купера. Предлагаемая же ею для использования в песочной терапии и арт-терапии цветовая карта не выдерживает критики и вряд ли может рассматриваться в качестве сколько-нибудь валидного источника информации. Взять хотя бы авторские рассуждения по поводу того, что «предпочтение желтого цвета указывает на ...склонность к теоретизированию и недостаточную способность к воплощению намеченных планов в реальную жизнь» или, например, что оранжевый цвет «указывает на высокую активность и полученные энергии вместе с пищей».

Описывая клинические случаи, Ленор Штейнхардт дает, в основном, собственные интерпретации различных песочных форм и используемых клиентами миниатюр, изредка дополняя их интерпретациями самих клиентов.

Представляя историю Ванды, она ограничивается лишь краткой характеристикой ситуации и фактами ее биографии, не комментируя отношения Ванды с психотерапевтом, ее поведение, спонтанные высказывания, варианты невербальной экспрессии и иные значимые нюансы реального арт-терапевтического процесса.

В то же время следует воздать автору книги должное за кропотливое и достаточно глубокое описание разнообразных пе-

сочных форм, а также за весьма удачную рабочую классификацию используемых в арт-терапии изобразительных материалов, с подробной характеристикой способов работы с ними и их экспрессивных свойств. Книга убедительно доказывает, что включение песочницы в арт-терапевтический процесс таит в себе значительные, до сего дня мало раскрытые возможности, а также то, что использование теоретических и практических достижений активно развивающегося последние несколько десятилетий арт-терапевтического подхода способно коренным образом изменить и сам метод песочной терапии.

*А. И. Копытин,
кандидат медицинских наук,
председатель Арт-терапевтической ассоциации*

БЛАГОДАРНОСТЬ

Образ песчаного пляжа на берегу Атлантического океана сопровождал меня на протяжении всего того времени, что я занималась песочной терапией. В моей душе оставили след многие из тех, с кем я работала. Среди них — учителя и друзья той поры, когда я обучалась в художественной школе *Cooper Union*, а также другие люди, оказавшие на меня большое влияние во время занятий креативной психотерапией. Рина Порат и Берт Мельцер научили меня пользоваться юнгианской песочной терапией, а доктор Нехама Баум и Мэгги Барон помогли лучше понять весь процесс работы. Кэрол Праудфут-Эдгар также сыграла важную роль в моем обучении, я благодарю ее за рассказанный миф, использованный мной в предисловии к книге. Я бы хотела выразить свою благодарность и Марис Ханнанель за те замечания, которые она высказала при чтении приводимых мной клинических описаний. Особую признательность выражаю доктору Джой Шаверьен, которая в значительной мере помогла мне составить проект написания данной книги. Ее неизменная поддержка и чтение рукописи на начальных и завершающих этапах написания книги были чрезвычайно важны и позволили мне более точно сформулировать используемые представления. Я благодарю своего мужа Фреда, который всегда поддерживал идею написания этой книги и оказывал мне всемерную техническую помощь. Выражаю свою признательность всем, кто вместе со мной постигал арт-терапию и песочную терапию и учил меня пониманию фундаментальных законов данных методик. Я чрезвычайно благодарна людям, позволившим мне проиллюстрировать книгу их работами, а также Ванде, чье участие в процессе песочной терапии чрезвычайно обогатило мой труд.

В данной книге используются выдержки из статей, опубликованных в *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association* 12,3(1995) и 15,4(1998). Разрешение на их исполь-

зование получено от американской арт-терапевтической ассоциации. Все права авторов защищены.

Было получено разрешение опубликовать фрагменты следующих статей:

Stienhardt L. (1998) Sand, water and universal form in sandplay and art therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association* 15,4,252-260.

Stienhardt L. (1995) The base and the mark: a primary dialogue in artmaking behavior. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association* 12,3,191-192.

В данной книге с согласия *Elsevier Science* также использованы цитаты из следующих статей:

Stienhardt L. (1994) Creating the autonomous image through puppet theatre and art therapy. *The Arts in Psychotherapy* 21, 3,205-218.

Stienhardt L. (1997) Beyond blue: the implications of blue as the color of the inner surface of the sandtray in sandplay. *The Arts in Psychotherapy* 24,5,455-469.

ПРЕДИСЛОВИЕ

В этой книге описывается использование техники песочной терапии в арт-терапевтическом процессе. Создание художественных образов из различных материалов лежит в основе арт-терапевтической работы. Арт-терапевт предоставляет клиенту широкий набор различных материалов, каждый из которых обладает специфическими качествами, обеспечивающими различные формы визуальной пластической экспрессии. Большинство традиционно используемых материалов являются продуктами промышленного производства, а не естественными природными материалами. Работа с этими материалами предполагает использование определенных инструментов, таких как кисти или стеки, без прямого тактильного контакта с ними.

Выкрашенный изнутри в голубой цвет поднос, песок, вода, миниатюрные фигурки и различные предметы привносят в арт-терапевтический процесс дополнительные уникальные возможности создания образов. Создание изобразительной продукции в песочной терапии начинается с прямого телесного контакта с естественными природными материалами, который представляет собой своеобразный диалог между руками и песком. Собственными руками человек может выровнять поверхность песка или оставить на нем различные отпечатки, собирать его в кучу или делать в нем углубления, создавать из него разные формы, а также комбинировать. Завершающий образ представляет собой определенную песочную форму или текстуру.

Естественные природные предметы и миниатюрные фигурки могут быть также использованы для придания визуальному образу дополнительных свойств и отражая внутренний мир человека. Данный вид творчества очень напоминает то, чем занимаются дети, когда лепят из песка разные формы и дополняют их различными предметами. Создаваемые из песка формы могут изменяться, а предметы используются вновь при постро-

ении новых образов. Простота подобных манипуляций с песком и возможность изобретения новых форм отличают этот процесс от занятий живописью или скульптурой, требующих определенных навыков и предполагающих создание законченных художественных образов. В изобразительном искусстве используемые автором материалы становятся частью конечного продукта и не могут применяться вновь для создания новых произведений.

Таким образом, песочная терапия позволяет клиенту создавать художественные образы, а затем использовать все материалы заново. При этом все эти образы могут быть сохранены на фотографии. Кратковременность существования создаваемых с использованием песка и воды образов и игровой характер самого процесса манипулирования с естественными природными материалами делают песочную терапию средством символической коммуникации, позволяющим человеку передавать свои самые глубокие переживания, что далеко не всегда можно сделать с использованием других изобразительных материалов. Дональд Сандер в своем предисловии к книге Амманна (Ammann, 1991, p. xi) говорит: «В песочной терапии мир детства вновь распахивает перед человеком свои двери, и эти же двери ведут в бессознательное и скрытые в нем тайны».

Тактильный контакт с песком в самом начале работы, возникающий при построении более или менее сложной композиции песочного фундамента, может рассматриваться как процесс оформления внутренних основ психического бытия человека. Создавая свой мир, он нередко начинает с того, что смешивает в определенном соотношении песок и воду, получая при этом пластическую массу, которой можно затем придавать любую форму. Во многих мифах о сотворении мира говорится о том, как животные поднимают из-под воды некую грязь, чтобы создать из нее самые разные формы. Эти формы начинают затем расти, оживать и заселять мир (Sproul, 1979).

Один из таких мифов, принадлежащий североамериканским индейцам племени сиу лакота, рассказала мне Кэрол Праудфут-Эдгар. В нем говорится о черепахе, ныряющей на дно для того, чтобы взять грязь и использовать ее в качестве основы для построения мира. Этот миф — прекрасное введение

кданной книге, поскольку мир в нем создается из грязи. Миф о черепахе — почти метафора тех деструктивных процессов, которые протекают в обществе и приводят к негативным последствиям для культуры и людей, заставляя многих обращаться за психотерапевтической помощью. В процессе психотерапии им предстоит затем восстанавливать утраченную психическую целостность. Этот миф является также прекрасной иллюстрацией к приводимому в конце книги клиническому описанию.

Брэдвей и соавторы (Bradway et al, 1997) обратили внимание на то, что образ черепахи нередко появляется в последней песочной композиции клиентов на завершающем этапе психотерапии. Женщина, работа с которой описана в главе 6, за три года ни разу не использовала образ черепахи; этот образ возник в ее последней песочной композиции именно так, как об этом пишет Брэдвей. Таким образом, данный миф о сотворении мира может являться метафорой того этапа психотерапевтического процесса, когда клиент, уподобляясь черепахе, оставляет обжитой ею берег (психотерапевта) и отправляется в самостоятельное плавание, для того чтобы добыть ил и сотворить из него свой мир (свое «Я»).

ЧЕРЕПАХА

Рассказано Кэрл Праудфут-Эдгар

Помню, как, будучи ребенком, я часто брала в руки черепах, помню и то благоговение, с которым представители моего народа всякий раз рассказывают о Черепахе. Позднее я узнала, что многие индейские племена Соединенных Штатов передают из поколения в поколение миф о Черепахе — Создательнице Северной Америки, особенно той ее части, которая ныне зовется Соединенными Штатами Америки, или Черепашьей Землей. Черепаха символизирует при этом не только Творца своей земли, но и то, что некогда являлось Единым Народом, однако затем распалось на множество осколков. В то же время Черепаха — это символ нашего стремления объединиться вновь, собрав наш народ из разрозненных фрагментов. Эти фрагменты рассеяны ныне по разным частям земли, но они могут соединиться в мозаику — черепаший панцирь. Давным-давно, когда еще не было людей, вся планета была покрыта водой, и на дне лежала грязь. Так было в начале времен, когда

люди жили за пределами Неба. В один прекрасный день со Вселенского Неба в воду упала беременная женщина. Когда она летела, ее отражение в воде наблюдали Мускусная крыса, Выдра и Черепаха. Они думали, что женщина поднимается со дна океана, но птицы знали, что та явилась из Мира, расположенного за Небом. Орел, Гуси и Утки по очереди кружились под женщиной, подставляя ей свои спины и стремясь замедлить ее падение в воду. Они громко кричали, призывая всех животных помочь падающей. Черепаха приказала птицам продолжать поддерживать женщину во время падения, а сама нырнула на дно океана. Она взяла со дна грязь и, подняв ее на поверхность воды, сделала из грязи остров, поместив его на свою спину. Затем она приказала другим также взять со дна грязь.

Когда Черепаха вынырнула на поверхность, все другие водяные существа сделали тоже самое и прилепили взятую ими со дна грязь к острову, сотворенному черепахой. Поддерживаемая птицами, женщина долетела до земли и мягко на нее опустилась. Как только она поднялась на ноги, то сказала, что в честь своего спасения исполнит танец на протяжении всей границы этой волшебной земли. И пока женщина танцевала, Черепаха росла, постепенно превращаясь в большой-большой остров.

От Первой женщины родилась Первая Дочь, а от Первой Дочери — сыновья-близнецы, а от них, в свою очередь, — остальные дети Земли. Все они представляли Единый Народ и вместе с размножившимися животными населяли ту землю, которая выросла из острова грязи, находящегося на спине Великой Черепахи. Это было Время, когда на Земле царил изобилие и все существа жили в гармонии друг с другом. Они просто брали то, что им было нужно, и охотно делились друг с другом всем, что имели.

Никто не знает, почему все изменилось. Одни говорят, что Койот «испортил» людей, и они стали жадными. Другие утверждают, что людей погубило их собственное любопытство. Но все без исключения сходится в том, что, начиная с определенного момента, люди принялись расходиться в разные стороны. Одни из них шли на восток, другие — на запад, третьи — на юг, четвертые — на север. Уходя, они забирали с собой по горсти волшебной земли со спины Великой Черепахи. В конце концов, земля треснула и распалась на множество кусков, а вместе с ней распался и Единый Народ. Люди начали воевать друг с другом и дурно обращаться с животными. Черепаха задрожала и из-за этого заходила ходуном вся Земля. Многие люди попадали в воду и утонули, а те, кто остался в живых, договорились о том, чтобы собраться вместе и вновь жить в гармонии друг с другом Единым Народом.

Жившие на юго-западе говорят, что именно в то время Койот съел Черепаху. Стоило ему это сделать, как все пруды и ручьи пересохли, потому что Черепаха была хранительницей Воды. Животные пришли к Койоту и стали просить его вернуть Черепаху. Койот, подумав, выплюнул Черепаху. Поскольку от нее остались одни лишь куски, животным пришлось ее собирать.

И теперь, глядя на Черепаху, мы знаем, что она сложена из кусков и что нам еще предстоит заново родиться, поднявшись со дна вместе с грязью. Когда-нибудь мы, наконец, соберем воедино все фрагменты нашего Народа и снова станем единым целым.

Часть I

ВВЕДЕНИЕ

ГЛАВА 1

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ И АРТ-ТЕРАПИЯ

В этой книге рассматриваются некоторые возможности использования юнгианской песочной терапии в арт-терапевтической работе, что имеет свои плюсы как для самой песочной терапии, так и для арт-терапевтического процесса. И юнгианская песочная терапия, и арт-терапия связаны с созданием визуальных образов, однако из-за того, что оба метода исторически развивались отдельно, вплоть до последнего времени они редко использовались вместе.

Песочная терапия складывалась на протяжении 70 лет и действовала, главным образом, как дополнительный инструмент психоаналитического процесса. Основным атрибутом песочной терапии является поднос размером 50 x 70 x 7 см, выкрашенный изнутри голубой краской (символизирующей небо и воду) и заполненный затем песком. На расположенных рядом с ящиком полках находится большое количество миниатюрных предметов, которые используют при создании песочной композиции. Клиент может не совершать с песком никаких манипуляций, а может придавать ему ту или иную форму. В отличие от традиционного психоанализа, созданная песочная композиция не интерпретируется (Bradway and McCoard, 1997; Weinrib, 1983). После того как клиент покидает арт-терапевтический кабинет, психотерапевт фотогра-

фирует его работу и ее затем разбирает. Фигурки убирают на прежнее место, а песку придается та же форма, которая была в начале сессии; таким образом, позднее из них вновь можно создавать новую композицию. Несмотря на то что композиция разбирается, клиент интернализирует свою работу. Следовательно, в процессе песочной терапии клиент сохраняет воспоминание о созданном им образе аналогично тому, как это происходит в арт-терапии. Однако в арт-терапевтическом процессе используемые клиентом материалы не используются для создания новых живописных или скульптурных работ. Образы остаются такими, какими их придумал клиент, хотя психотерапевт отслеживает все этапы их создания. Разрушение песочной композиции и возможность многократного использования песка, воды и миниатюрных предметов для создания в ящике заданного формата новых работ, придает созданию песочных композиций ритуальный оттенок. Это творческий акт, происходящий в присутствии психотерапевта и имеющий определенные временные границы. В отличие от песочной терапии, создаваемые из традиционных изобразительных материалов художественные образы, сохраняются в неизменном виде. Данное различие специально обсуждается в последующих главах.

Создание песочных композиций не требует каких-либо особых умений. Они могут быть и очень простыми, и весьма сложными. Так же как и в изобразительном искусстве, при оценке песочных композиций вряд ли возможно использовать какую-либо единую шкалу, позволяющую говорить о том, что одни его формы «лучше» или «хуже» других. Основным критерием оценки качества художественной продукции является ее аутентичность, переданная в единстве формы, цвета и символического содержания и способная вызывать у зрителя эмпатический отклик. Разработанная Юнгом техника «активного воображения» может рассматриваться как основа экспрессивного использования различных изобразительных средств в психотерапевтическом процессе, и как теоретический фундамент для применения песочной терапии в качестве дополнения традиционной психотерапевтической работы.

Сторр (Storr, 1983) отмечает, что Юнг

помогал своим пациентам достичь такого состояния, при котором их способность к критической оценке происходящего существенно снижалась, однако сознательная деятельность сохранялась. После этого им предлагалось наблюдать за появлением у них различных фантазий, не пытаясь оказывать на их течение какое-либо воздействие. Юнг также предлагал пациентам использовать рисунок или живопись для изображения собственных фантазий и обратил внимание на то, что такая техника не только помогала пациенту обнаружить скрытые части «Я», но и понять особенности переживаемого пациентом психологического процесса (Storr, 1983, p. 21).

Вейнриб определяет песочную терапию как «невербальную форму психотерапии, позволяющую установить доступ к глубоким довербальным уровням психики» (Weinrib, 1983, p. 1). Она также добавляет, что «глубоко в бессознательном скрыты самоисцеляющие возможности психики, и они проявляются при определенных условиях», а также, что песочная терапия «обеспечивает творческий регресс, который делает возможным самоисцеление» (Weinrib, 1983, pp. 1-2). Брэдвей рассматривает песочную терапию как «форму активного воображения, хотя используемые в песочной терапии образы конкретны и осязаемы, а отнюдь не иллюзорны и невидимы» (Bradway and McCoard, 1997, p. 7). Она указывает на сходство песочных композиций со сновидением, протекающим в определенных временных границах арт-терапевтической сессии и наблюдаемых как пациентом, так и психотерапевтом.

Понимание песочной терапии углубилось благодаря ее включению в психотерапевтический процесс. Литература, посвященная описанию теории и практики процесса песочной терапии, написана, главным образом, представителями юнгианского анализа, начиная с основательницы юнгианской песочной терапии Доры Кальфф, а отнюдь не психотерапевтами, имевшими подготовку в области изобразительного искусства. Описанные в работах по песочной терапии процессы, как правило, рассматриваются с точки зрения представлений о стадиях психического развития и представлений о символи-

ческом содержании используемых клиентом миниатюрных предметов. Некоторые авторы указывают также на важность тактильного контакта и игры с песком (Ammann, 1991; Bradway and McCoard, 1997). Указывается, что создаваемые с помощью песка и миниатюр композиции могут напоминать внутренние органы человеческого тела (Ammann, 1991; Maggoliash, 1998). Кальфф полагала, что «материальные элементы песочной терапии выступают в качестве метафор человеческого тела» (Weinrib 1983, p. 40).

В то же время, хотя эти авторы пытаются использовать традиционные взгляды на символическое содержание миниатюрных предметов, в современной литературе по песочной терапии символизм самих форм из песка, если не считать изображений холма или пруда, не анализируется. Кроме того, практически не обсуждаются особенности поверхности песка, помещение в его толщу предметов и использование воды. В этой книге основное внимание будет уделено классификации различных песочных форм и поверхностей. Художник или арт-терапевт обратят внимание на связь между особенностями формы и поверхности песка и характером используемых клиентом миниатюрных предметов, а также на соотношение между спонтанно созданной формой из песка и готовыми объектами. Художественная подготовка позволит им также заметить контраст между голубым цветом внутренней поверхности подноса и желтым цветом песка в созданной клиентом композиции. В литературе по песочной терапии не дается каких-либо иных объяснений значения голубого подноса, за исключением того, что он ассоциируется с водой или небом. Именно это заставило автора настоящей книги написать статью о влиянии голубого цвета на процесс создания песочной композиции (Steinhardt, 1997).

Песочная терапия лишь иногда анализируется с привлечением представлений об иных формах визуальной экспрессии, таких как живопись, рисунок и скульптура (Weinrib, 1983). Брэдвей (Bradway and McCoard, 1997) приводит весьма интересное описание визуальных особенностей подноса с песком в ходе песочной терапии, включая его расположение в про-

странстве и высоту над полом, позу психотерапевта, расположение рядом с подносом разнообразных природных материалов, глины, красок и бумаги. То внимание, которое она уделяет тактильному, невербальному опыту, очень напоминает позицию художника или арт-терапевта со стажем. Она сравнивает процесс песочной терапии с использованием музыкальных инструментов, возможности которых человек должен освоить (р. 29). Хотя данное сравнение вполне справедливо, песочная терапия не предполагает создания каких-либо звуков и связана с использованием конкретных материалов и предметов, а также с непосредственной работой руками, что, несомненно, сближает ее с изобразительным искусством и арт-терапией. Какого-либо более обстоятельного анализа песочной терапии с точки зрения художественной или арт-терапевтической практики пока не приводилось, возможно, потому что песочная терапия исторически развивалась в тесной связи с традиционным психоанализом.

Креативно-экспрессивные формы психотерапии, и арт-терапия, в частности, начали развиваться после Первой мировой войны, главным образом, благодаря работе художников в психиатрических и иных медицинских учреждениях. Оформление же арт-терапии в самостоятельное психотерапевтическое направление началось в 1980-е гг. Взамен ее восприятию в качестве вспомогательного метода пришло осознание того что арт-терапия зачастую является основным методом работы. Одновременно с повышением роли юнгианского подхода песочная терапия включалась в арт-терапевтический процесс в качестве дополнительного средства создания визуальных образов.

Арт-терапия связана с созданием визуальных образов с помощью самых различных материалов, часто с минимальными интерпретациями или вовсе без них. Фактически весь арт-терапевтический процесс связан только с созданием визуальных образов либо с совместной игрой клиента и психотерапевта посредством изобразительных материалов. При этом они лишь изредка прибегают к анализу. В случае работы с детьми это особенно справедливо. У взрослых арт-терапевтический

процесс в основном заключается в изобразительной деятельности клиента или создании им песочных композиций при минимальном вербальном контакте между клиентом и психотерапевтом. Иногда вербализация сводится к обмену впечатлениями от созданного изобразительного продукта либо к «озвучиванию» самих визуальных образов. Обсуждение опыта участия в арт-терапевтическом процессе и его осознание происходят на последующих этапах арт-терапии, после завершения длительного процесса создания изобразительной продукции. Таким образом, характерные для песочной терапии отсроченные интерпретации характерны также и для арт-терапии.

Арт-терапевт имеет дело с проявлением творческих возможностей клиента, который создает образы из бесформенных материалов. Каждый последующий образ в какой-то мере связан с разрешением тех проблем, которые отразились в ранее создаваемых образах. Подобный подход придает большое значение созданию визуальных образов и поощряет как можно большее их количество, но отнюдь не вербализацию. Это отличается от методов работы некоторых психоаналитиков, перемежающих сессии, на которых создаются песочные композиции, с сессиями, где они обсуждаются.

Каждый изобразительный материал, будь то масляная пастель, гуашь или глина, имеет свои особые свойства, вызывает определенные ощущения и чувства и предполагает ту или иную степень спонтанности и контроля над ним. Песок и вода, как естественные природные материалы, обладают уникальными свойствами и способностью вызывать образы определенного характера, которыми не обладают другие материалы. В арт-терапевтическом процессе использование песка в качестве основного материала изобразительной работы предполагает «диалог» рук с песком и водой. Проведение частых сессий песочной терапии стимулирует создание клиентом целой серии песочных форм, являющихся основой для расположения миниатюрных фигурок. Песочные композиции как с миниатюрными фигурками, так и без них могут заключать в себе различные трудно вербализуемые содержания.

ФУНДАМЕНТ И ФОРМА

В сущности, основным содержанием этой книги является и суждение связи между двумя элементами песочной композиции — основанием и формой. Употребление клиентом в арт-терапевтическом процессе различных материалов, связанных с тактильной стимуляцией, неизбежно влияет на его отношение к песку. Творческое использование песка становится основным в создании песочных композиций; выбор же и размещение миниатюрных фигурок на плоской поверхности начинает играть меньшую роль. Таким образом, создание песочного фундамента для композиции во многом определяет характер конечного продукта, — как содержащего, так и не содержащего миниатюрные фигурки. Язык изобразительного искусства, на котором базируется арт-терапия, основан на передаче человеком своих чувств и мыслей посредством визуальных образов. Изобразительное искусство позволяет придать чувствам и мыслям конкретную форму, характеризующуюся определенной текстурой, цветом и размером. Из множества определений формы лишь несколько обращены к конкретному характеру изобразительного творчества. Форму можно определить, например, «как внешнюю, видимую характеристику, отражающую такие качества тела, которые не связаны с его составом или цветом; как шаблон для изготовления определенных предметов либо как определенную структуру, условие или внешность» (Funk and Wagnall's Standard Dictionary, 1961).

Придается этому какое-либо значение или нет, песок в песочной терапии является постоянным фундаментом для создания композиции. Некоторые определения слова «фундамент» помогают это лучше понять. Так, фундаментом обычно считается:

то, на чем что-либо строится или чем это что-либо поддерживается; некая структура, на которой возводится здание или устанавливается машина, часть здания расположенная ниже уровня земли; то, что образует основу; некая платформа, на которой покоятся более высокие части сооружения (Funk and Wagnall Standard Dictionary, 1961).

Понятие фундамента также используется применительно к нефизическим объектам. Уитмонт (Whitmont, 1991), рассматривая Самость, цитирует Юнга, который писал:

Психика ребенка в ее предсознательном состоянии является не чем иным, как *tabula rasa*; в ней заложены определенные свойства и, более того, некие специфически человеческие инстинкты, а также некий первоначальный фундамент функций более высокого порядка. Именно на этой достаточно сложной основе возводится «Я» и поддерживается ею на протяжении всей своей жизни. Когда основа перестает функционировать, начинается застой, затем наступает смерть. Существование этой основы имеет принципиальное значение. В сравнении с ней даже внешний мир представляется чем-то вторичным, ибо этот мир в случае, если психика утрачивает способность устанавливать с субъектом контакт и с ним взаимодействовать, теряет для него какое-либо значение (Юнг & 1961, pp. 348-349).

Клиент, руки которого прикасаются к песку, инстинктивно пытается придать определенную форму своим чувствам и мыслям — создать фундамент песочной композиции. Он ощущает удовлетворение, когда под руками возникает некая нужная ему форма, после чего начинает располагать на ней миниатюрные фигурки. Тактильный контакт с песком придает творческому процессу определенность и личностный характер. Без этого контакта творческий процесс не имеет каких-либо границ и носит анонимный характер, словно некая часть внутреннего фундамента человека все еще остается для него невидимой и непризнанной. Пока не создан песочный фундамент, клиент остается в определенной зависимости от психотерапевта; создание же фундамента рассматривается как важный знак принятия им ответственности за себя самого, свидетельства построения некой основы своего дальнейшего развития.

В изобразительном искусстве подобной основой или фундаментом является бумага или такой материал, как глина, из которых можно создать определенную форму, либо сделать на них отпечатки. Фундамент может быть двухмерным или трехмерным. Взаимодействие основы и отпечатка начинается с того момента, когда у человека возникает потребность оставить на поверхности предмета какой-либо след, используя

разные части своего тела. Этими предметами могут быть пищевые продукты, пыль, пар, земля, песок и др. Создание человеком первых следов на поверхности предметов отражает его потребность в удовлетворении своего любопытства. В то же время это является актом утверждения человеком факта собственного существования. Развитие навыков подобного взаимодействия с поверхностью предметов знаменует собой переход к созданию изобразительной продукции. Изобразительное искусство является не чем иным, как созданием на поверхности предметов определенных «следов» или отпечатков, выступающих в качестве метафоры «Я» художника, подобно тому, как жизнь оставляет на поверхности предметов свои собственные «отпечатки». Мы творим чувственно воспринимаемый образ, выступающий в качестве зеркала нашего опыта (Steinhardt, 1995). Мы вольны выбирать любую форму психотерапии, но добровольно отдаем предпочтение песочной терапии или арт-терапии. Некоторые люди, заверит: арт-терапевтический процесс, возможно, ни разу не воспользовались песочницей. Песок может восприниматься человеком как определенная угроза или вызывать отвращение. Негативное отношение к песочнице показано в главе 16. Тем не менее в центре нашего внимания будут те, кто использует песочницу и создает из песка определенную основу и формы. При этом мы будем разделять создание определенного фундамента, поддерживающего выбранные клиентом миниатюрные фигурки, и спонтанное создание им различных, обособленно стоящих форм. Для арт-терапевтов, воспринимающих песок и воду как важные скульптурные материалы, подтверждается важность явлений, наблюдаемых в их практике, но не описанных в современной литературе.

Краткая характеристика юнгианских представлений, имеющих отношение к песочной терапии

В возрасте 83 лет в предисловии к автобиографии Юнг писал: «Все, что находится в бессознательном, стремится проявиться

вовне, и личность также в своем развитии стремится перейти из бессознательного состояния к целостному переживанию самой себя» Jung 1961, p. 17).

На заре своей профессиональной деятельности, работая с больными шизофренией и глубоко изучая при этом мифологию, Юнг предположил существование «мифопорождающего уровня психики, общего для всех людей» (Storr, 1983). Собственные детские и юношеские сновидения показали ему существование коллективного бессознательного, отражающегося в мифологических, а не научных представлениях.

Юнг делал различия между тремя уровнями психической жизни:

сознанием (1), личным бессознательным (2) и коллективным бессознательным (3). Личное бессознательное состоит, в первую очередь, из всего того материала, который стал не осознаваем либо утратил свою яркость и был забыт, либо потому что был вытеснен и, во вторую очередь, из тех впечатлений, которые никогда не были достаточно яркими для того, чтобы достичь сознания, но все же являющихся содержанием психики. Коллективное бессознательное, отражая опыт предков и различные возможности, не имеет индивидуального характера и является общим для всех людей, а возможно, и для всех животных, подлинной основой индивидуальной психики Jung, 1927/1931, pag. 320).

Данные представления Юнга являются важными для понимания эволюционного процесса психики, культурного опыта, а также жизни современного человека и его поведения.

После решительного разрыва с Фрейдом в 1912/13 гг. Юнг смог восстановить свое психическое равновесие благодаря использованию символических игр, создавая на берегу озера «деревни» из камней, земли и воды, подобно тому, как он это делал в детстве Jung, 1962/1995, p. 76). Воплощение в природных материалах спонтанно возникавших образов помогло Юнгу разобраться в своих переживаниях и дало выход его творческой фантазии. В дальнейшем он вновь вступал в диалог с фантастическими персонажами, проявлявшимися в его воображении. Материал бессознательного мог затем найти свое отражение в живописи, рисунке, скульптуре или художественных

описаниях (Edinger, 1968). Юнг назвал этот процесс активным воображением, рассматривая его в качестве инструмента взаимодействия с коллективным бессознательным.

Сторр пишет:

Юнг представлял коллективное бессознательное состоящим из мифологических мотивов или первоначальных образов, которые он назвал «архетипами». Архетипы не являются врожденными представлениями, но выступают в качестве «типичных» форм поведения, которые, становясь осознаваемыми, естественно выражаются в идеях и образах, как и все то, что становится содержанием сознания» (CW8, pag. 435). Архетипы определенным образом организуют образы и представления. Сами по себе они не являются содержанием сознания, но выступают как некие основополагающие темы, на которых формируется многообразие сознательных проявлений. Они кажутся настолько «сверхъестественными», что приобретают глубокое духовное значение (Storr, 1983, p. 16).

Эдингер (Edinger, 1968) писал: «Архетипы воспринимаются и переживаются посредством определенных универсальных, весьма характерных, повторяющихся мифологических мотивов и образов». Он перечисляет четыре основные категории архетипических образов:

- 1) архетип Великой Матери, включающий как сознательные, так и разрушительные качества женского начала;
- 2) архетип Духовного Отца, воплощающего мужские качества, сознание и дух как противоположные материи;
- 3) архетип Трансформации, связанный с темами путешествия, нисхождения в подземелье с целью поиска сокровищ, теми смерти и возрождения, распада и восстановления целостности, а также с образами героя и вундеркинда;
- 4) центральный архетип - Самость - символ полноты и целостности, часто проявляющийся в форму круга в сочетании с четырехчастными фигурами, такими как квадрат или крест, обозначающими объединение противоположностей.

Юнг определяет Самость одновременно и как центр, и как внешние границы психики. Она является главным организующим началом личности и включает в себя коллективное и лич-

ное бессознательное, а также сознание, центром которого выступает «Я».

Юнг объяснял различия в реакциях людей на одни и те же стимулы наличием разных психологических типов. Он ввел понятия «экстраверт» и «интроверт» для того чтобы обозначить различия между тем типом личности, который характеризуется направленностью психической энергии во внешний, объектный мир, и тем, у которого эта энергия направлена вовнутрь. Кроме того, Юнг разделил четыре основных психических функции - мышление, чувства, ощущения и интуицию. Все эти функции присущи каждому человеку, однако обычно у разных людей преобладают разные функции, в то время как другие оказываются развиты более слабо. Так, например, тот, у кого преобладает функция мышления, недостаточно использует чувства, и наоборот. Преобладание какой-либо одной психической функции создает психический дисбаланс. Эдингер (Edinger, 1968) пишет, что «одной из задач юнгианской психотерапии является осознание человеком тех функций, которые развиты у него в меньшей степени, с тем, чтобы достичь психической целостности». Восприятие Юнгом психики как саморегулирующейся системы предполагало понимание того, что осознаваемые человеком доминирующие психические функции будут так или иначе уравниваться неосознаваемыми функциями. Проявления бессознательного могут сопровождаться психическим дисбалансом, причем не только в виде патологических изменений, но и в виде тех или иных феноменов, указывающих на недостаточное взаимодействие между комплиментарными психическими функциями. Юнг писал, что

вытесненные психические содержания должны быть осознаны и вызвать определенный внутренний конфликт, без чего невозможно никакое развитие. Сознательное «Я» обычно доминирует, в то время как «теневого» проявления личности оказываются вытесненными, и также, как высокое стремится уравновесить себя низким, а горячее - холодным, сознание, возможно, даже не отдавая себе в этом отчета, стремится уравновесить себя бессознательным, без которого оно обречено на стагнацию и окостенение. Жизнь всегда является результатом взаимодействия противоположностей yung, 1917, pag. 76).

описаниях (Edinger, 1968). Юнг назвал этот процесс активным воображением, рассматривая его в качестве инструмента взаимодействия с коллективным бессознательным.

Сторр пишет:

Юнг представлял коллективное бессознательное состоящим из мифологических мотивов или первоначальных образов, которые он назвал «архетипами». Архетипы не являются врожденными представлениями, но выступают в качестве «типичных форм поведения, которые, становясь осознаваемыми, естественно выражаются в идеях и образах, как и все то, что становится содержанием сознания» (CW8, pag. 435). Архетипы определенным образом организуют образы и представления. Сами по себе они не являются содержанием сознания, но выступают как некие основополагающие темы, на которых формируется многообразие сознательных проявлений. Они кажутся настолько «сверхъестественными», что приобретают глубокое духовное значение (Storr, 1983, p. 16).

Эдингер (Edinger, 1968) писал: «Архетипы воспринимаются и переживаются посредством определенных универсальных, весьма характерных, повторяющихся мифологических мотивов и образов». Он перечисляет четыре основные категории архетипических образов:

- 1) архетип Великой Матери, включающий как сознательные, так и разрушительные качества женского начала;
- 2) архетип Духовного Отца, воплощающего мужские качества, сознание и дух как противоположные материи;
- 3) архетип Трансформации, связанный с темами путешествия, нисхождения в подземелье с целью поиска сокровищ, темами смерти и возрождения, распада и восстановления целостности, а также с образами героя и вундеркинда;
- 4) центральный архетип - Самость - символ полноты и целостности, часто проявляющийся в форму круга в сочетании с четырехчастными фигурами, такими как квадрат или крест, обозначающими объединение противоположностей.

Юнг определяет Самость одновременно и как центр, и как внешние границы психики. Она является главным организующим началом личности и включает в себя коллективное и лич-

ное бессознательное, а также сознание, центром которого выступает «Я».

Юнг объяснял различия в реакциях людей на одни и те же стимулы наличием разных психологических типов. Он ввел понятия «экстраверт» и «интроверт» для того чтобы обозначить различия между тем типом личности, который характеризуется направленностью психической энергии во внешний, объектный мир, и тем, у которого эта энергия направлена вовнутрь. Кроме того, Юнг разделил четыре основных психических функции - мышление, чувства, ощущения и интуицию. Все эти функции присущи каждому человеку, однако обычно у разных людей преобладают разные функции, в то время как другие оказываются развиты более слабо. Так, например, тот, у кого преобладает функция мышления, недостаточно использует чувства, и наоборот. Преобладание какой-либо одной психической функции создает психический дисбаланс. Эдингер (Edinger, 1968) пишет, что «одной из задач юнгианской психотерапии является осознание человеком тех функций, которые развиты у него в меньшей степени, с тем, чтобы достичь психической целостности». Восприятие Юнгом психики как саморегулирующейся системы предполагало понимание того, что осознаваемые человеком доминирующие психические функции будут так или иначе уравновешиваться неосознаваемыми функциями. Проявления бессознательного могут сопровождаться психическим дисбалансом, причем не только в виде патологических изменений, но и в виде тех или иных феноменов, указывающих на недостаточное взаимодействие между комплиментарными психическими функциями. Юнг писал, что

вытесненные психические содержания должны быть осознаны и вызвать определенный внутренний конфликт, без чего невозможно никакое развитие. Сознательное «Я» обычно доминирует, в то время как «теневые» проявления личности оказываются вытесненными, и также, как высокое стремится уравновесить себя низким, а горячее - холодным, сознание, возможно, даже не отдавая себе в этом отчета, стремится уравновесить себя бессознательным, без которого оно обречено на стагнацию и окостенение. Жизнь всегда является результатом взаимодействия противоположностей G^{un8} 1917, pag. 76).

Юнг обозначил протекающий у взрослых индивидов процесс психического развития понятием индивидуации. Эдinger определяет ее как

«открытие и продолжающийся диалог сознания и бессознательно-го, выражением которого выступает Самость. Она начинается с переживания человеком тех форм опыта, которые бросают вызов его привычному ощущению своего сознательного «Я» и ведут к пониманию им того, что оно является всего лишь частью целостной психики» (Edinger, 1968, p. 10).

Песочная терапия

Песочная терапия предполагает игру с песком и миниатюрными фигурками. Она позволяет активизировать фантазию и выразить возникающие при этом образы средствами художественной экспрессии. В процессе продолжающегося диалога со своим внутренним миром человек получает возможность представить эти образы в конкретной форме. «Форма и содержание образа идентичны, и по мере того как образ обретает форму, происходит прояснение его смысла. На самом деле, образы не нуждаются в какой-либо интерпретации, поскольку их содержание и без того представлено достаточно наглядно» (Jung, 1960, p. 204). Образы способны исцелять за счет того, что они способствуют включению неосознаваемых психических содержаний в сознание и, тем самым, обеспечивая взаимодействие «Я» с источником психической жизни.

Нередко на начальных этапах арт-терапии или песочной терапии клиенты говорят: «Я не знаю, что делать...» Полагая, что от них ожидают создания некоего законченного образа, клиенты испытывают тревогу. Однако, когда удается снять сознательный контроль над изобразительным процессом и дать клиенту возможность реагировать на цвета или материалы более спонтанно, он начинает создавать очень интересные и глубокие по своему содержанию образы. Объединяясь с Самостью — «центральной архетипом единства и целостности, которому подчинено сознательное «Я» (Ammann, 1991, p. 127), личность становится посредником между внутренним и внешним миром. Благодаря этому устанавливается более тесный контакт с бессознательным.

Создание же конкретных форм помогает осмыслить его содержание. Юнг пишет, что

поскольку «Я» выступает лишь в качестве центра сознательной жизни, оно не может обозначать психику в целом и является лишь одним из комплексов. Тем самым, я разделяю сознательное «Я» и Самость, и в то время как «Я» обозначает сознательный аспект психики, Самость обозначает психику в целом. В этом смысле Самость включает в себя сознательное «Я» в качестве одного из своих элементов. Поэтому в фантазиях Самость нередко предстает в качестве высшей или идеальной личности Qung, 1923, p. 540).

Благодаря игре с песком и водой, протекающей в пространстве выкрашенного изнутри в голубой цвет подноса, человек переживает премоурдальный психический опыт.

Миниатюрные же фигурки представляют как элементы естественного природного окружения, так и атрибуты разных культур, религиозные и мифологические персонажи, что способствует актуализации врожденного психического опыта и его осознанию, а также проявлению исцеляющих эффектов, связанных с теми или иными образами. «С точки зрения юнгианского подхода, песочная терапия создает возможность для проявления архетипа ребенка ^ благодаря чему человек может постепенно прийти к его осознанию» (Русе-Menuhin, 1992, p. 4).

СОЗДАНИЕ ОСНОВЫ И КЛАССИФИКАЦИЯ ФОРМ

Клиент может начать свою работу с создания песочной основы, добавляя к ней затем миниатюрные фигурки. Движения человеческих рук придают песку определенные формы, характерные именно для песочной терапии. В то же время клиент, если захочет, может не совершать с песком никаких манипуляций и сразу располагать на нем миниатюрные фигурки. Оставшаяся в неизменном виде песочная поверхность воспринимается клиентом так же, как поверхность стола или пол. В литературе по песочной терапии приводятся, главным образом, такие примеры песочных композиций, когда миниатюры располагаются на песке без каких-либо манипуляций

с ним. Иногда песочные формы имитируют реки, пруды и холмы, однако какое-либо их обсуждение не приводится. Примеры более сложных и эстетически выразительных форм из песка даются в работах Брэдвей и МакКоард (Bradway and McCoard, 1997), Дундас (Dundas, 1993), Кальфф (Kalf, 1980), Марголиаш (Margoliash, 1998), Маркелл (Markell, 1994), Райс-Минухина (Ryse-Menuhin, 1992) и Вейнриб (Weinrib, 1983). Однако наиболее выразительные скульптурные формы из песка приводятся в большинстве клинических описаний в работе Амманн (Ammann, 1991), имеющей архитектурное образование и подготовку в области юнгианского анализа. Амманн отмечает, что ей всегда нравились трехмерные формы. Она позволяет клиенту использовать песочницу так часто, как ему захочется, и гибко включает создание песочных композиций в свою аналитическую работу. Ее подход к использованию песочной терапии отличает большое внимание, уделяемое естественным природным материалам и процессам. Поэтому вполне возможно, что скульптурные песочные образы ее клиентов определенным образом отражают то, что специалист придает большое значение художественным, эстетическим качествам песочных композиций, а также ее стремление использовать песочную терапию не как вспомогательный вид деятельности, включенный в аналитический процесс, но в качестве основного инструмента работы.

Работы с песком можно разделить на три основных типа, объединяющие наиболее распространенные и часто повторяющиеся формы, создаваемые детьми на разных этапах их развития в процессе игр с песком. Первый тип работ относится к совершению определенных манипуляций с песочной поверхностью. Дети заполняют песком формочки, рисуют на песчаной поверхности линии, делают отпечатки, собирают песок в комочки и создают горки. Второй тип работ связан с проникновением в толщу песка, рытьем ямок и тоннелей, а также прятаньем в песок предметов и последующим их извлечением. К третьему типу принадлежат работы, в которых используется вода — дети могут капать ею на песок, контролируя объем, или лить ее в большом количестве. В психотерапии дети и взрослые используют все виды работ. Сочетание разных видов ведет к

созданию более сложных форм. Форма затем определяет содержание работы и отражает определенную стадию психотерапевтического процесса, становясь, таким образом, символом тех проблем, которые проявляются в ходе взаимодействия клиента и психотерапевта. Юнг писал:

символ всегда предполагает, что избранная форма экспрессии является наилучшей из всех возможных способов выражения чего-то непонятного, что, однако, существует, либотого, что потенциально может существовать G^{un} & 1921, CW vol. 6, pag. 814).

Обретая символическое значение, песочные формы утрачивают простоту и однозначность своего содержания. Проведенная на песке линия становится отражением архетипа Пути (Neumann, 1983, p. 8) и символом Гермеса — покровителя путешественников, того, кто «пребывает с нами всегда, когда мы отваживаемся ступить на новую территорию и открываем себя для нового опыта» (Bolen, 1989, p. 171).

Отпечаток ладони на песке символизирует сам факт существования человека, а также его просьбу о помощи и покровительстве со стороны высших сил (Cooper, 1978). Изготовление «пирожков» из песка с использованием формочек может означать рождение нового мира, совершающегося благодаря определенной помощи со стороны (Neumann 1988, p. 10). Холм или гора ассоциируются с грудью, животом или чревом и дающим жизнь женским началом. Они могут быть также символом древнего погребального холма, мирового центра, омфалоса, места соединения земли и неба (Cooper, 1978).

Вырытые в песке углубление или пещера обычно трактуются как чрево или могила, а так же как место, где хранятся сокровища, как духовный проводник или место обитания пророка. Тоннель же символизирует переход из одного состояния в другое, трансформации или рождения (Steinhardt, 1998). Капая жидким песком можно создавать остроконечные шпили, означающие устремленность к духовному началу. Использование обильного количества воды связано с разрушением любых форм, за чем следует возрождение мира в его новом качестве. Десять песочных форм, иллюстрирующих перечисленные категории работ, обсуждаются в V части книги при изложении клинических примеров.

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОЗДАНИЕ ОСНОВЫ

Учитывая значение, которое имеет использование песка в песочной терапии, необходимо рассмотреть различные факторы, влияющие на процесс работы клиента с песком. Во-первых, небольшая глубина подноса ограничивает объем используемого песка и не допускает глубокого проникновения в его толщу, хотя оставляет большие возможности для создания форм разной высоты. На одном из занятий, проводившихся автором, участникам группы было предложено принести с собой собственные подносы для песка. Большинство из принесенных подносов имели большую глубину, но меньшую длину и ширину, чем у стандартной песочницы. Созданные затем участниками формы предполагали более значительное погружение в толщу песка, чем это обычно бывает возможно при использовании стандартной песочницы, когда изображение глубины достигается, главным образом, символическими средствами. Это позволило расширить представление о значении песочной формы с учетом потребностей работающего с песком человека. Голубой цвет, в который окрашена внутренняя поверхность стандартного подноса, является еще одним фактором, влияющим на процесс работы с песком. Влияние этого фактора обсуждается в главе 2.

Отношение самого психотерапевта к песку и его роли в песочной терапии, а также частота ее использования в психотерапевтическом процессе влияют на инструкции психотерапевта по использованию песочницы. В некоторых случаях специалист вначале предлагает клиенту потрогать песок и совершить с ним определенные манипуляции, после чего дают выбрать предметы и расположить их в песочнице. При этом психотерапевт акцентирует внимание клиента на том, что выбор объектов представляет собой наиболее важный момент работы и ничего не говорит о значении собственно работы с песком и о создании из него каких-либо форм.

Другим фактором, влияющим на работу с песком, является уровень подготовки клиента в области визуальных искусств. В связи с подготовкой специалистов по песочной терапии Вейнриб (Weinrib, 1983, p. 12) пишет: «Психотерапевт слушает клиента, наблюдает за его действиями, сопереживает ему и стремится понять его работу, сведя при этом к минимуму вербальные интервенции».

Она добавляет, что психотерапевт

должен провести глубокий личный анализ и обладать достаточной клинической подготовкой, включающей знание архетипической символики. При использовании песочницы он должен иметь опыт пациента, быть знакомым со стадиями психического развития и с тем, как они проявляются в процессе песочной терапии. Он должен проанализировать и сравнить множество фотографий с изображением песочных композиций. Сопровождая клиентов в процессе песочной терапии, он должен хорошо знать и понимать самого себя (Weinrib 1983, p. 29). У

В этом отрывке ничего не говорится о художественной подготовке, необходимой для анализа визуальных достоинств песочной композиции. В то же время подготовка предполагает создание психотерапевтом серии песочных композиций, что позволяет в какой-то мере получить опыт художественного творчества. Многие люди даже не пытаются заниматься рисунком или живописью, будучи убеждены в том, что у них нет художественных способностей. Если бы песочная терапия рассматривалась, прежде всего, как форма художественного творчества, это позволило бы психотерапевту углубить свои представления и опыт, связанные с использованием визуальных образов. В этом случае его клиенты, возможно, стали бы более активно использовать песочные формы. Использование арт-терапевтами юнгианской песочной терапии в качестве авторитетного и теоретически обоснованного психотерапевтического метода позволило им расширить арсенал своих представлений и инструментальных возможностей. Однако несмотря на это, анализ и обоснование использования песочной терапии в арт-терапевтическом процессе еще не проводились.

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ АВТОРА, СВЯЗАННЫЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПЕСОЧНИЦЫ И ИЗОБРАЗИТЕЛЬНЫМ ТВОРЧЕСТВОМ

В детстве я занималась рисованием. Это отвечало моим внутренним потребностям, и я рисовала всегда и везде, где только возможно. Для меня это было игрой. Рисуя, я не преследовала какой-либо цели. В начале 1940-х гг бумага для рисования и краски были недоступной для меня роскошью. Поэтому мои первые рисунки и скульптурные изображения я создавала, используя любые доступные мне материалы или поверхности — такие как снег, пыль, газетные поля, мел, земля и песок. Во время школьных перемен я рисовала мелом на доске. В летнее время, живя на побережье Атлантического океана, я рисовала на песке и строила из него всевозможные сооружения. Я сравнивала свои работы с тем, что создавали другие. Кроме того, я обращала внимание на формы, созданные из камней и песка самой природой — ветром, водой и другими естественными процессами. В дальнейшем, занимаясь изобразительным искусством и керамикой, я зарисовывала увиденное. Увлечшись этими видами творчества, я, однако, никогда не задавалась вопросом, зачем я это делаю. Много лет спустя, преподавая изобразительное искусство и побуждая других заниматься творчеством, я обратила внимание на исцеляющие возможности изобразительного искусства. Я заметила, что при самостоятельной творческой работе у человека изменяется привычное ощущение времени, начинают проявляться потребности и представления, через создание визуальных образов активизируется внутренний творческий потенциал. В 1980 г. я познакомилась с арт-терапией, и мой интерес к изобразительному искусству вышел на новый уровень. Как арт-терапевт я вижу, что визуальный образ выполняет роль моста, соединяющего внешнюю и внутреннюю реальность.

В 1987 г., преподавая арт-терапию, я обратила внимание на то, что в общий курс обучения включено практическое занятие по теме «песочная терапия». Песок и вода на берегу океа-

на были для меня в детстве тем же, чем является для художника его мастерская и холст. Я посетила это занятие, проходившее в гимнастическом зале. Ведущая группы, специалист по танцевдвигательной терапии, предложила всем 60 присутствующим лечь на пол головой к центру, образуя большой круг. Затем она попросила всех расслабиться и глубоко дышать, издавая какие-нибудь звуки до тех пор, пока они не сольются в единую, гармонично звучащую и постепенно затухающую ноту. Вдоль стен зала находились миниатюрные фигурки и песок. После упражнения на релаксацию присутствующим было предложено взять лист бумаги, насыпать на него немного песка и некоторое время поиграть с одной или несколькими wybranными фигурками. Затем мы должны были описать свои ощущения или сочинить историю. Простота и глубина упражнения произвели на меня очень сильное впечатление, и мое раннее увлечение изобразительным искусством постепенно стало моей профессией. Теперь песок и вода — инструменты «ландшафтного искусства» моего детства — дополняют различные изобразительные материалы в моей студии, являясь одним из основных средств психотерапевтической работы. Так первые в моей жизни инструменты изобразительного творчества превратились в обязательный элемент моей арт-терапевтической практики.

Соединение песка, воды, изобразительного искусства и арт-терапии вызывают у меня воспоминания о времени, когда я не разделяла для себя понятия изобразительного творчества и игры. Поэтому я не разделяю и понятия арт-терапии и песочной терапии — они не являются для меня независимыми друг от друга психотерапевтическими методами. Я до сих пор храню воспоминания о песчаном побережье, рядом с которым мне довелось в детстве жить и постоянно наблюдать, что создают из песка люди и сама природа. Длительное время играя на берегу океана с песком и водой, я постепенно пришла к осознанию того, что песок, вода и голубое небо являются некой основополагающей средой для творчества, и в то же время эти составляющие — основа моей профессиональной подготовки в области изобразительного искусства, моей арт-терапевтической работы и использования в ней песочной те-

рапии. Поэтому вопросы, которые я рассматриваю в этой книге, — свидетельство того, насколько важен для меня мой детский опыт игры с песком. Поэтому вполне естественно, что я придаю большое значение созданию в ходе песочной терапии спонтанных форм из песка.

КРАТКИЙ ОБЗОР СОДЕРЖАНИЯ КНИГИ

Во II части книги содержится обзор литературы по песочной терапии, в первую очередь, работ, где обсуждается создание песочной основы. После краткого обзора истории песочной терапии рассматриваются основные принципы практической работы, физические характеристики подноса для песка — его форма, размеры и голубой цвет внутренней поверхности. Кроме того, исследуются различные варианты предъявления песочницы клиенту, общепринятая частота проведения сессий песочной терапии, значимость самого песка, а также требования к подготовке специалистов по песочной терапии.

Часть III посвящена вопросам, связанным с включением песочной терапии в арт-терапевтический процесс. При этом особое внимание уделяется тому, что объединяет эти две формы психотерапевтической работы. Кроме того, кратко рассматривается история арт-терапии (Junge and Asawa, 1994; Waller, 1991) и юнгианское направление в арт-терапии (McNiff, 1986; Robinson, 1984; Schaverien, 1992). Юнгианская песочная терапия нередко рассматривается в литературе как яркий пример техники «активного воображения», позволяющей решать задачи, которые далеко не всегда можно решить, используя живопись или скульптуру, возможно, потому что работа с изобразительными материалами предполагает наличие у клиента определенных художественных навыков. Песочная терапия предполагает использование песка, воды, готовых миниатюрных предметов и созданием из них различных композиций, что может быть без труда выполнено в течение одной сессии. В то же время созданием вполне конкретных визуальных образов она во многом напоминает другие формы художественной экспрессии, такие как рисунок,

скульптурный рельеф, коллаж и конструирование. Поэтому я попытаюсь рассмотреть взаимосвязь между изобразительным искусством и песочной терапией, обращая внимание на то, что в арт-терапевтическом процессе песочница представляет собой уникальный инструмент изобразительного творчества. Я постараюсь провести параллели, с одной стороны, между использованием предметов в песочной терапии и, с другой — в изобразительном искусстве (одним из примеров этого может быть, в частности, кубизм). Теория изобразительного искусства и арт-терапии — важный источник информации и осмысления практики песочной терапии. Также в книге представлены некоторые подходы к классификации изобразительных материалов, основанные на учете их физических свойств, способов работы с ними и образов, которые могут быть из них созданы. Следует учесть, что миниатюрные фигурки и предметы, используемые в песочной терапии, изготавливаются из различных материалов, таких как дерево, камень, металл и пластик. Качества этих материалов нуждаются в определении, поскольку они могут влиять на выбор клиентом тех или иных предметов. И, наконец, мы обсудим цвет и его характеристики.

В VI части книги обсуждаются некоторые проблемы художественной экспрессии, влияющие на создание форм, а также на создание фундамента песочной композиции, обладающего важным психологическим и художественным содержанием. Процесс превращения отпечатков в художественную форму объединяет песочную терапию с изобразительным искусством. Индивидуальное художественное творчество в арт-терапии рассматривается как сложный процесс, связанный с взаимодействием психотерапевтической среды, материалов и индивидуальных психологических особенностей клиента. Созданная форма и ее умозрительное представление являются незаменимыми партнерами в процессе изобразительного творчества. Образные представления играют важную роль также в арт-терапевтическом процессе и имеют свои особенности в песочной терапии. В этой же части книги рассматриваются и «картографирование» песочных композиций, процессы создания индивидуальных и коллективных компози-

ций, влияние групповой работы на характер песочных образов.

В V части описываются различные формы игры с песком и водой, приводятся примеры клинических описаний. При помощи некоторых теоретических представлений раскрываются основные темы, связанные с активным использованием песочных поверхностей, проникновением в толщу песка и применением воды, когда клиент капает жидким песком или размывает уже созданные формы. Все виды песочных форм (предполагающих применение «формочек», создание комков из песка, рисование на его поверхности, создание отпечатков, ям и тоннелей, зарывание в песок различных предметов и их последующее извлечение, капание мокрым песком и размывание водой созданных форм) используются при игре с песком на берегу, а также наблюдаются в песочной терапии, проводимой как с детьми, так и со взрослыми. Символическое значение всех этих форм и видов работы в ходе песочной терапии так же значимо, как и символическое значение объектов. Каждый вид песочных форм и связанных с ними видов работы иллюстрируется примером из клинической практики. Дополнительно обсуждается и иллюстрируется клиническим примером нежелание клиента работать с песком.

Часть VI содержит описание процесса работы клиента в песочной терапии. Основное внимание здесь обращается на использование песка, пространства, материалов, цвета и того, какую роль они играют в исцелении, а также сравниваются образы, создаваемые в изобразительном искусстве и песочной терапии, что помогает лучше понять выбор клиентом живописи, графики, скульптуры или песочницы на разных этапах психотерапевтического процесса, отражающий потребности психики в разных формах визуальной экспрессии.

Часть II

ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ, ПОСВЯЩЕННОЙ АНАЛИЗУ ПЕСОЧНЫХ ФОРМ

ГЛАВА 2

ИСТОРИЯ И ОПИСАНИЕ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

ИСТОРИЯ

История песочной терапии берет начало в 1929 г., когда английский детский психотерапевт Маргарет Ловенфельд (Lowenfeld, 1935; 1979) впервые применила песочницу в игровой психотерапии с детьми. Ловенфельд придавала большое значение тактильному контакту ребенка с песком и водой, дополнявшему проективную игру с различными предметами и куклами. Она заметила, что дети добавляют в песок воду и помещают затем туда миниатюрные игрушки. Так родилась «техника построения мира». В 1935 г. Ловенфельд опубликовала свою книгу «Игра в детстве». Педагогический психолог Руфь Бауэр освоила и начала применять «технику построения мира» (Mitchell and Friedman, 1994). В 1970 г. она опубликовала работу «Техника построения мира Ловенфельд», явившуюся итогом сорокалетнего использования ею этого метода в работе с детьми. Исследования включали и использование песка в ходе детских игр. Другие детские психотерапевты, такие как Мелани Клейн, Анна Фрейд и Дональд Винникотт подчеркивали значение игровой деятельности ребенка в качестве средства невербальной коммуникации. Все они использовали в своей работе миниатюрные игрушки, но не применяли песок (Mitchell and Friedman, 1994).

Юнгианская песочная терапия была разработана швейцарским юнгианским детским психотерапевтом Дорой Кальфф после того, как в 1956 г. Юнг посоветовал ей изучить песочную терапию в Лондоне лично у Ловенфельд (Русе-Menuchin 1992). Кальфф шесть лет обучалась в цюрихском Институте Юнга. Она дополнила технику Ловенфельд юнгианским подходом и своим глубоким знанием восточной философии. Представление Юнга о том, что создание художественных образов является альтернативным методом психотерапии, изложенное им в работе «Трансцендентная функция» (1916/1958, vol. 8 CW, pp. 82-83) позволило значительно расширить психоаналитические взгляды на изобразительное творчество и взаимоотношения автора со своим произведением. Предложенная Юнгом техника «активного воображения» помогла понять, что внутренний мир человека богат и многообразен, хотя человек зачастую этого не осознает, и что, создавая условия для проявления фантазии, можно осознать ранее скрытые или подавленные чувства и представления. Подход Кальфф к песочной терапии основан на данных представлениях. Она стремилась создать для своих клиентов «свободное и защищенное пространство», где те, играя с песочницей, чувствовали себя свободно. Ее взгляды базировались на «высказанной Юнгом основополагающей гипотезе о том, что психике человека присуще стремление к целостности и самоисцелению» (Weinrib, 1983, p. 7). Кальфф отмечала, что ее наблюдения за процессом песочной терапии «подтверждают представление о том, что Самость направляет процесс психического развития начиная с момента рассуждения» (Kalff, 1980, p. 23). Она заметила появление в песочных работах своих клиентов округлых изображений, согласующихся с наблюдениями Юнга и «символизирующих совершенство и совершенное бытие», а также квадратных образов, «появляющихся при достижении психической целостности» (Kalff, 1980, p. 24). Утверждение Кальфф о том, что в процессе песочной терапии отражаются стадии психического развития человека, находит теоретическое обоснование в работах юнгианского аналитика Эрика Ньюманна (Weinrib, 1983). Кальфф также указала на возможность использования песочной терапии в работе со взрослыми и детьми и обратила внимание на то, что песочные

композиции взрослых отражают те же стадии психического развития, что и детские работы (Kalff, 1980). Благодаря работам Доры Кальфф песочная терапия была представлена в качестве составной части аналитического процесса, конкретной формы метода «активного воображения» Юнга (Bradway and McCoard, 1997; Stewart, 1990; Weinrib, 1983).

Юнгианская песочная терапия предполагает использование двух прямоугольных подносов, выкрашенных изнутри в голубой цвет. Один поднос заполняется сухим песком, другой — мокрым. Кальфф слегка изменила размеры подносов (49,5 x 72,5 x 7 см), используемых ранее Ловенфельд, благодаря чему поднос приобрел такие геометрические пропорции, когда диагональ квадрата, образуемого вертикальным размером прямоугольника, стала равняться его горизонтальному размеру (Jackson-Bashinsky, 1995). Кальфф предпочитала располагать подносы не на полу, а отдельно, на уровне стола. Большой набор миниатюрных персонажей и предметов, располагающихся на полках возле подносов, должен был представлять все многообразие природных форм и элементов человеческого окружения. Кроме них, Кальфф использовала также естественные природные материалы: ткань, нить, бумагу и др. Набор используемых Кальфф миниатюрных персонажей и предметов включал символические, этнические и религиозные объекты, отражающие самые разные культуры, обеспечивая тем самым возможность передачи содержания коллективного бессознательного, дополняющих привычные феномены психической жизни.

Наряду с представителями юнгианского анализа, освоившими песочную терапию Кальфф, другие специалисты — психиатры, психологи и социальные работники — все чаще применяют песочницу в качестве вспомогательного инструмента. «Кальффианская» песочная терапия представляла собой хотя и весьма важный, но все же лишь периодически используемый метод, перемежающийся с вербальными интервенциями. Книга Доры Кальфф *Sandspiel* (Kalff, 1966. Перевод на англ. язык - 1971 г.) явилась первой опубликованной работой по юнгианской песочной терапии. Литература по песочной терапии, на-

чина с 1970-х гг. писалась, прежде всего, представителями юнгианского анализа, подчеркивавшими ее способность активизировать диалог между психикой, песком и предметами (Ammann, 1991; Bradway and McCoard, 1997; Bradway et al, 1990; Dundas, 1978; Kalff, 1980; Mitchell and Friedman, 1994; Ryce-Menuchin, 1988, 1992; Weinrib, 1983). В рамках юнгианского подхода песочная терапия рассматривалась, в основном, как средство оценки процесса индивидуализации в соответствии с представлениями Ньютмана о стадиях психического развития (Neumann, 1988). Символическое содержание миниатюрных предметов анализировалось с использованием «техники увеличения», основанной на исследовании психологических, антропологических, этнических, культурных и мифологических ассоциаций с предметами.

Трехсторонний перенос, происходящий между клиентом, психотерапевтом и образом, был учтен специалистами, использующими песочную терапию. Роль же психотерапевта как молчаливого свидетеля — участника психотерапевтического процесса — принципиально отличается от роли аналитика, привыкшего к использованию интерпретаций и непосредственной работе с переносами и контрпереносами. Использующие песочную терапию специалисты находят работу с этой техникой менее напряженной по сравнению с аналитическим процессом (Ammann, 1991; Cunningham, 1997). Брэдвей и МакКоард (Bradway and McCoard, 1997) используют термин «ко-перенос» для обозначения более сложного характера психотерапевтического взаимодействия, возникающего в ходе песочной терапии. Амманн (Ammann, 1994) даже сравнивает его с музыкой, когда пишет о том, что это взаимодействие осуществляется в соответствии с принципом резонанса. Исследовательница рассматривает психотерапевта как своеобразный «инструмент», который должен «звучать» в полную силу. Лишь в этом случае клиент может уловить его звучание и настроиться на соответствующую частоту (p. 58). Трехсторонний перенос также характерен для арт-терапии и обсуждается арт-терапевтами уже достаточно давно (Agell et al., 1981; Kramer, 1971; Schaverien, 1992, 1995). Арт-терапевты, привыкшие выступать в роли молчали-

вых свидетелей, испытывают определенные затруднения в оценке «фундамента и формы», используемых клиентом во время песочной терапии. Слишком пристальное внимание, которое эти специалисты уделяют феноменам переноса и контрпереноса, препятствует их наблюдению за ходом песочной терапии. Суть не в том, чтобы просто наблюдать за действиями клиента, но оценить уровень его образных представлений, возникающих в процессе создания песочных форм.

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОЗДАНИЕ ПЕСОЧНЫХ ФОРМ

Физические свойства подноса для песка

Размеры подноса для песка, его форма и геометрические пропорции

Размеры подносов для песка, используемых Ловенфельд и Кальфф, примерно одинаковы. Ловенфельд пользовалась подносом размером 52 x 75 x 7 см, в то время как Кальфф — размером 49,5 x 72,5 x 7 см. Эти незначительные изменения в размере подноса были сделаны Кальфф для того, чтобы клиент удерживал в поле зрения всю песочную композицию, а не вертел головой при ее осмотре. Правда, и при работе с подносом Ловенфельд у клиента есть возможность для полного обзора композиции. Из-за допущенной при публикации книги Кальфф опечатки (Kalf, 1980) психотерапевты стали создавать подносы неправильного размера, хотя они также имели прямоугольную форму. Томсон отмечает, что тщательная оценка размеров подноса указывает на их тесную связь с «пропорциями хаоса». При этом он цитирует Стюарта (Stewart, 1977, р. 9), рекомендующего пользоваться песочницей размером около 30 x 20 x 3 дюйма (Thompson, 1990). Это равняется 51 x 76 x 7 см, что превышает размеры подноса Кальфф. Райс-Минухин пишет:

Средний размер песочниц, используемых психотерапевтами, по результатам последних исследований, составляет примерно 18 дюймов в ширину, 23 дюйма в длину и 3 дюйма по высоте борта. Я использую ящик несколько большего размера, рассматривая его в ка-

честве теменоса или контейнера; эти размеры являются регулирующим фактором процесса бессознательной экспрессии и защиты клиента от связанных с этим деструктивных проявлений. Такая экспрессия касается глубокого превербального уровня психической деятельности и не предполагает сознательного регулирования глубины регрессивных переживаний (Русе-Menuchin, 1992, р. 5).

Размеры используемого Райс-Минухиной подноса составляют 46 x 58 x 7 см, что намного меньше размеров подноса Кальфф. Вейнриб (Weinrib, 1983) уверенно рекомендует пользоваться подносами размером 28,5 x 19,5 x 3 дюйма, что равняется размерам подноса Кальфф.

Подобные колебания размеров песочниц заставили песочного психотерапевта Джексона-Башински отправиться в Швейцарию, чтобы самой измерить используемые Кальфф песочницы. Она усомнилась в правильности размеров используемой ею самой песочницы, вспомнив, что Дора Кальфф писала о символическом значении «базисных геометрических форм, в особенности если речь идет об их способности отражать развитие психики». Джексона-Башински обнаружила, что истинные размеры подноса составляют 49,5 x 72,5 x 7 см. Она также обратила внимание на то, что при таких размерах песочницы диагональ квадрата размером, соответствующем ширине песочницы, равняется ее длине (Jackson-Bachinsky, 1995).

Вопросы, касающиеся формы песочницы, наряду с ее пропорциями длительное время также являлись предметом споров. Сигнелл (Signell, 1990) пишет: «Находясь на побережье, я иногда рисую на песке круг и собираю в него те предметы, которые нахожу рядом». В сноске она добавляет: «Меня всякий раз притягивает форма круга, являющегося женским контейнером — он для меня более привлекателен, чем традиционный прямоугольник; поэтому, если бы это было возможно, я бы предпочла иметь в своем кабинете круглую песочницу» (Signell, 1990). Вопрос использования подносов иной формы обсуждает Амманн (1991):

Из-за неравенства размеров прямоугольный поднос вызывает психическое напряжение, неусидчивость и желание двигаться, продолжать работу. Квадратное или круглое пространство создает равновесие, ощущение покоя и концентрации на центре. Можно

сравнить аналитический процесс с постоянным поиском некоего центра в лишенном его пространстве... Клиент словно движется к периферии до тех пор, пока наконец не обнаруживает этот центр, свой личный круг в прямоугольном пространстве песочницы (Ammann, 1991, pp. 17-18).

Рассматривая разные варианты пропорций и формы песочницы, можно обратить внимание на несколько важных моментов. Небольшая глубина песочницы (7 см или 3 дюйма) остается неизменной, несмотря на изменения ширины и длины подноса. Основная прямоугольная форма также сохраняется. Альтернативные формы круга и квадрата не использовались сколько-нибудь широко в качестве символического контейнера или теменоса. Как отметила Джексон-Башински, поднос Кальфф характеризуется определенным соотношением ширины и длины, что образует визуальный баланс, не сразу улавливаемый глазом, но, возможно, ощущаемый при восприятии формы подноса и вызывающий ощущение равновесия.

Представляется, что Кальфф и Амманн придают большое значение форме и пропорциям песочницы. Высота борта 7 см не позволяет создавать в песке достаточные углубления, но допускает создание высоких форм. Поэтому небольшая глубина подноса и его голубое, «водное» внутреннее пространство создают впечатление двухмерности. Это вызывает ассоциации с рисунком на бумаге, а не со скульптурным образом. Это может устраивать клиентов, для которых такая глубина песочницы вполне достаточна; других же, стремящихся создавать объемные изображения, она может ограничивать. Как было указано во введении, участники пятидневного практического занятия, проводимого автором книги, приносили свои собственные подносы, и многие из них в сравнении с обычной песочницей имели большую глубину. Благодаря этому участникам занятий удалось создать в песке разные углубления, что отразилось на характере созданных в дальнейшем личных мифов.

Некоторые арт-терапевты используют бумагу разной формы и размера, в частности в форме квадрата, круга, овала либо вытянутого прямоугольника наподобие японского свитка. Предполагается, что различная форма, размер и пропорции

бумажного листа вызывают у клиента различные реакции, начиная от потребности в движении и заканчивая ощущением мира и удовлетворенности. Кроме того, клиент интуитивно выбирает те из них, которые отвечают его внутренним потребностям. Кальфф была убеждена в значимости базисных геометрических форм, таких как квадрат, треугольник и круг. «Мы признаем валидность всех этих символов целостности человеческой психики, поскольку они встречаются повсеместно и всегда, начиная с глубокой древности» (Kalf, 1980). Ее поднос был прямоугольной формы, возможно, потому что эта форма заставляет клиента искать в ней свой собственный центр (Ammann, 1991).

Песок и вода иногда побуждают клиента к проявлениям несимволического поведения, например, к разбрасыванию песка, его высыпанию из подноса или к просьбе дать больше песка, чем может поместиться на подносе с низкими бортами. Потребность в настоящей, а не символической воде вызывает у некоторых клиентов желание поместить в песочницу какой-либо наполненный водой сосуд либо налить воду непосредственно на поднос. Учитывая вышесказанное, вопрос о пропорциях песочницы, ее форме и глубине представляется весьма важным, поскольку данные параметры отражаются на поведении и результатах работы клиента.

Голубой цвет внутренней поверхности подноса

Голубой цвет был выбран для окраски внутренней поверхности подноса основательницей юнгианской песочной терапии Дорой Кальфф. В своей книге Кальфф ничего не пишет про голубой цвет внутренней поверхности песочницы, однако, те, кто у нее учился или читал о ее работе, знали, что она использует именно этот цвет. Митчелл и Фридман пишут, что в песочной терапии Кальфф голубой цвет внутренней поверхности подноса символизирует небо или воду, если разгрести. «После того как клиент трогал песок, Кальфф обычно объясняла ему, что голубой цвет внутренней поверхности подноса призван напоминать о воде. Однако она завершала свои замечания тем, что предлагала клиенту вкладывать во все элементы песочной композиции то значение, которое он считает нужным» (Mitchell and Friedman, 1994, p. 54).

Между прочим, воду и небо всегда можно изобразить, помещая на поднос голубую ткань или бумагу, поэтому голубой цвет его внутренней поверхности должен играть какую-то дополнительную роль. Для того чтобы понять, какую роль играет в песочной терапии голубой цвет, необходимо иметь представление об эффектах воздействия разных цветов на психологическое и физиологическое состояние человека. Голубой цвет обычно ассоциируется с глубиной, высотой и непрерывным дистанцированием (Kandinsky, 1977, p. 38). Глубокий насыщенный небесно-голубой цвет описывается Уокером (Walker, 1991, p. 52) как «цвет, обладающий наибольшим транквилизирующим эффектом». Голубой цвет способствует секреции нейромедиаторов, вызывающих состояние покоя, замедление пульса, понижение температуры тела, сокращение потоотделения и снижение аппетита. Каждая из четырех основных психических функций, по Юнгу, (мышление, чувства, ощущения и интуиция) имеет соответствующее цветовое выражение. Чувства представлены красным цветом, ощущения — зеленым, интуиция — желтым, а мышление — голубым. Эдинггер отмечает, что «мышление связано с рациональной способностью к структурированию и синтезированию дискретной информации путем использования обобщающих понятий» (Edinger, 1968, p. 2). Штейнхардт пишет:

Мы поймем роль голубого цвета, в который окрашена внутренняя поверхность подноса, если не будем ограничиваться его ассоциацией с водой и небом. Голубой цвет, подобно заднику сцены, дает клиенту ощущение перспективы и дистанции или способствует его уходу вглубь (Steinhardt, 1997, p. 458).

Для художника словосочетание «голубой цвет» является слишком общим и неконкретным определением, поскольку существует, по меньшей мере, шесть различных его оттенков, и каждый из них характеризуется неповторимыми свойствами. При использовании песочницы создание песочной формы тесно связано с тем, что ее внутренняя поверхность окрашена в яркий голубой цвет определенного оттенка. Брэдвей описывает первую из используемых ею песочниц как

«квадратный, красный поднос, на котором не было никаких намеков на голубой цвет бортов. Позже я узнала о том, что моя песочница не соответствовала официальным размерам песочницы Доры

Кальфф, и поэтому я сделала прямоугольную песочницу белого цвета известных всем размеров 19,5 x 28,5 x 2,75 дюймов. Дно подноса было выкрашено голубым, а борта оставлены белыми. В дальнейшем, когда я начала использовать песочницу с бортами, выкрашенными изнутри также в голубой цвет, я заметила, что клиенты стали создавать больше трехмерных композиций (Bradway and McCoard, 1997, p. xiii).

Брэдвей так описывает реакции молодого человека на песок и голубой цвет:

Он погрузил свои пальцы в песок, дойдя до голубого дна, и очертил в песке овал, настолько крупный, насколько это позволяли размеры прямоугольного ящика... Все остальное время он заглаживал и утрамбовывал овальный остров, используя при этом то одну, то обе руки, очерчивал одним или несколькими пальцами все новые овалы, отодвигая при этом песок все дальше, так что, в конце концов, вокруг центрального песчаного холма образовалось чистое голубое пространство (Bradway and McCoard, 1997, p. 6).

Вполне вероятно, что если бы песочница не была голубого цвета, контрастирующего с цветом песка, данная форма не проявилась бы столь ярко.

Тем не менее многие иллюстрации, приводимые в книгах по песочной терапии, не отражают голубой цвет внутренней поверхности песочницы, либо это не чистый голубой цвет, либо его оттенок слишком бледный или, напротив, слишком темный. Оттенок голубого цвета должен быть подобран достаточно точно и соответствовать практике песочной терапии, в особенности с учетом того, что разные оттенки голубого цвета столь не похожи и обладают разными качествами. Автор этой книги выкрасила внутреннюю поверхность своей песочницы в лазурно-голубой, достаточно яркий оттенок, который, однако, светлее кобальта, используемого для окраски большинства подносов. Выбор сырого песка часто указывает на готовность клиента вступить в конфронтацию с глубокими переживаниями (Kalf, 1993). Таким образом, более насыщенный оттенок голубого цвета на неосознаваемом уровне ассоциируется с глубиной. Более светлый лазурно-голубой цвет, напротив, больше подходит для работы с сухим песком и не в такой степени, как кобальт, затрагивает глубокие переживания клиента.

Голубой цвет в природе (вода и небо) часто сочетается с песочным. Поэтому восприятие песка без фонового голубого цвета, по-видимому, будет неполным. Присутствие в песочнице кобальта создает естественный и драматический контраст с бледным оттенком песка. Трехмерные формы могут создаваться в результате восприятия клиентом насыщенного голубого цвета и его ассоциации с глубиной, а также в силу контрастного сочетания с ним песочного цвета.

Частота проведения сессий песочной терапии, песок и инструкция

Частота сессий песочной терапии

Как дополнение к анализу песочная терапия представляет собой невербальный метод, используемый с разной периодичностью, который позволяет затронуть превербальный уровень психики. Песочница может применяться как регулярно, так и всего лишь несколько раз на протяжении психотерапевтического процесса. Очевидно, что частота ее использования определяется желанием клиента с ней работать, в то же время отношение самого психотерапевта к песочной терапии играет не последнюю роль. Это можно проиллюстрировать следующим примером. Кальфф пишет:

Песочная терапия является методом, помогающим клиенту прожить и отразить процесс индивидуализации. Я никогда не рассматривала ее в качестве вспомогательного средства, дополняющего вербальный анализ и используемого лишь в определенные моменты психотерапевтического процесса. Применяясь подобным образом, песочная терапия способствует успешной психотерапии, но я не думаю, что в этом случае она сопровождается таким же эффектом, который мне приходилось наблюдать при ее неоднократном и продолжительном использовании в качестве основного инструмента психотерапии (Kalff, 1980, цит. по Bradway et al, 1990, p. ix).

Митчелл и Фридман добавляют: «Кальфф подчеркивала невербальный характер песочной терапии, особенно на начальных этапах работы, но в то же время допускала целесообразность вербального, аналитического подхода на последующих

этапах психотерапии» (Mitchell and Friedman, 1994, p. 59). Кальфф, однако, не иллюстрирует свои слова фотографиями песочных композиций и не объясняет их, ограничиваясь лишь заявлением о том, что песочница является основным инструментом психотерапевтической работы. В то же время помещенные в книгу фотографии (Kalff, 1980) свидетельствуют о создании ее клиентами весьма интересных скульптурных образов. Кальфф обладала разносторонними познаниями в области музыки, визуальных искусств и восточной философии. Все это, по-видимому, влияло на работу ее клиентов.

Юнгианский аналитик и песочный психотерапевт Вейнриб (Weinrib, 1983) представляет песочницу как элемент аналитического процесса и использует ее лишь периодически:

Изображения создаются далеко не при каждой встрече. Иногда между созданием песочных композиций проходят недели, а то и месяцы, поскольку тот образ, который поднимается из глубин психики и конкретизируется в творческом акте, должен сформироваться и выйти наружу в определенное время. Когда клиент не создает композиции, проводится регулярный юнгианский вербальный анализ, включая обсуждение сновидений, работу над типологическими проблемами, проблемами личностных отношений и другими... В песочной терапии процесс рассуждений и размышлений (т. е. понимание) менее значим, чем сам процесс исцеления (Weinrib 1983, p. 23).

Брэдвей пишет:

Я также обнаружила, что вербальный анализ и песочная терапия обычно сочетаются друг с другом, но иногда что-то одно приобретает большее значение, чем другое, а в некоторых случаях эти два вида работы проводятся даже разными психотерапевтами. Часто вербальный анализ начинает играть ведущую роль, и песочница превращается в его дополнение. В других случаях песочница становится ведущим инструментом психотерапии, а вербальный анализ превращается в дополнение к песочной терапии. Именно так использовала свой метод Дора Кальфф. Бывает, что аналитики, которые сами не используют песочницу, направляют своих клиентов ко мне, и я даю им работать с песочницей параллельно с вербальным анализом (Bradway and McCoard, 1997, p. 18).

Брэдвей далее продолжает: «Большинство аналитиков используют песочную терапию главным образом в качестве до-

полнения к вербальному анализу. Некоторые применяют ее параллельно с ним, а иногда и в качестве замены анализу сновидений» (Bradway and McCoard, 1997, p. 27). Райс-Минухин (Ryse-Menuhin, 1992, p. 33) предпочитает «использовать песочную терапию в сочетании с продолжительным и глубоким юнгианским анализом, рассчитанным на много лет».

Амманн (Ammann, 1991) применяет вербальный анализ и песочную терапию одновременно друг с другом, либо их чередует; интенсивность же процесса определяется предпочтениями самого клиента. Амманн ничего не пишет о частоте использования песочницы, однако приводимые ею клинические описания указывают на то, что она достаточно тонко чувствует свет и тень, понимает форму и текстуру, роль временного фактора и сочетание изобразительного творчества с созданием песочных композиций.

Работа с использованием песочницы в качестве элемента вербальной психотерапии осуществляется лишь периодически. Между тем и в этом случае создаваемые клиентом образы сохраняют устойчивость, что проявляется в повторном использовании одних и тех же миниатюр, их одинаковом расположении, а также в создании схожих песочных форм. Подобная устойчивость указывает на то, что психика «порождает» образы определенного круга, обладает собственной памятью и использует определенный, символический язык. Арт-терапевтам известно, что образов никогда не бывает слишком много. Формы и материалы могут меняться, но, по мере того как все новые образы находят воплощение в работах клиента, психические процессы, протекающие на вербальном уровне, приходят к своему разрешению. В арт-терапии песочницей можно пользоваться каждую неделю в течение многих сессий либо применять ее два или три раза подряд, чередуя создание песочных композиций с изобразительной работой с тем, чтобы потом вновь вернуться к песочнице. Иногда она используется всего один или два раза в течение года. Частота использования песочницы или изобразительных техник определяется предпочтениями самого клиента, формируя определенное соотношение того и другого. Таким образом, в арт-терапевтическом процессе применяются два типа творческой экспрессии вместо традиционного сочетания песочницы с вербальным анализом.

Использование песочной терапии в арт-терапевтическом процессе не обсуждается в последних книгах таких авторов, как Митчелл и Фридман (Mitchell and Friedman, 1994) или Брэдвей и МакКоард (Bradway and McCoard, 1997). Вместе с тем появляются публикации, посвященные комбинированному использованию песочной терапии с психодрамой (Toscani, 1998; Winn, 1995), музыкой (Hale, 1988), танцевально-двигательной терапией (Lewis, 1988) и арт-терапией (Case, 1987; Steinhardt, 1995, 1997, 1998).

Начало песочной терапии

Маргарет Ловенфельд, автор «техники построения мира» (Bowyer, 1970), предлагая детям песочницу, использовала четкую инструкцию по созданию песочной композиции. Она говорила детям, что создаваемая работа должна передать то, что они не могли бы выразить словами. Митчелл и Фридман (Mitchell and Friedmann, 1994) характеризуют подход Ловенфельд следующим образом:

Она показывала на песочницу и объясняла, что песок может быть оставлен покрывающим дно песочницы для того, чтобы на него можно было поставить предметы, либо собран в кучи, и что голубой цвет дна подноса может обозначать море, озеро или реку. После этого она показывала ребенку содержимое шкафа с игрушками и просила детей «создать из песка картинку», используя при этом имеющиеся в шкафу предметы, либо обходясь без них (pp. 11-12).

По словам Ловенфельд, «когда начиналась работа, инструкции становились излишними — интерес к творчеству все объясняет» (Lowenfeld, 1979, p. 5). Хотя исследовательница предлагала клиентам выбрать и расположить в песочнице разные предметы, она не забывала сказать о том, что работа с песком сама по себе имеет большое значение.

Брэдвей много лет использует песочную терапию, не применяя каких-либо определенных инструкций, но считает, что они «определяются обстоятельствами». Брэдвей полагает, такой подход похож на тот, который она использовала в работе с клиентами, обучаясь вместе с Дорой Кальфф песочной терапии. Кальфф обычно говорила: «Посмотрите на полки, найдите то, что представляет для вас наибольший интерес, поместите это в

песочницу, а потом, если захотите, добавьте любые другие предметы» (Bradway and McCoard, 1997, p. 52).

Митчелл и Фридман пользуются инструкцией, напоминающей процитированную выше: «После того как психотерапевт показал клиенту песочницу и дал ему возможность поработать с песком (потрогать, совершить иные манипуляции), он предлагает клиенту выбрать среди стоящих на полках предметов те, которые ему наиболее интересны, и расположить их на подносе с песком так, чтобы получилась какая-либо сцена» (Mitchell and Friedman 1994, p. xix). Инструкции Кальфф, Митчелла и Фридмана отводят мало места для предварительных манипуляций с песком, что может заставить клиента оставить песок нетронутым либо воспринять работу с ним, как нечто второстепенное по сравнению с расположением миниатюр. Вейнриб (Weinrib, 1983) предпочитает более свободный подход:

Я не даю никаких инструкций, а просто прошу пациента создать в песочнице то, что он пожелает. Пациент может изобразить пейзаж или создать любую иную композицию или скульптуру, либо просто поиграть с песком. Используя песочницу, пациент имеет возможность выразить любые свои фантазии, вынести наружу и представить в конкретных трехмерных образах параметры своего внутреннего мира (Weinrib 1983, p. 12).

Вейнриб так описывает первый опыт работы с песочницей перенесшего психическое расстройство пациента:

Некоторое время он стоял, рассматривая песочницу, после чего погрузил в песок руки. Он гладил песок, трогал его, засовывал руки в его толщу, словно впервые в жизни открывал для себя этот материал. Казалось, что, погружая в песок руки, он пытается утолить некий голод (Weinrib, 1983, p. 45).

Для Вейнриб работа с песочницей сродни медитации: «Человек стоит перед песочным подносом или перед заставленными фигурками шкафа и ждет, пока в его голове не возникнет какая-либо идея или образ» (p. 69).

Амманн использует аналогичный подход:

Работая с песочницей, клиент выражает все, что на протяжении часа спонтанно появляется у него в голове. Он совершенно свободен и может играть или не играть с песком, вести себя так, как нравится. Аналитик не дает ему никаких инструкций. Если захочет,

клиент использует фигурки, но некоторые взрослые люди предпочитают просто лепить из песка (Ammann, 1991, p. 17).

Амманн так характеризует свой подход: «Очень часто песок как основной элемент техники является столь же важным средством экспрессии, как и фигурки, расположенные на его поверхности» (Ammann, 1991, p. 24). Хотя она больше не дает подробных разъяснений, приводимые ею фотографии показывают, что клиенты хорошо понимают условия работы. В этой книге описываются моменты песочной терапии, связанные с созданием песочного фундамента и экспрессивных форм.

Способы подготовки клиентов к песочной терапии, которые используют Вейнриб, Брэдвей и Амманн, напоминают начало арт-терапевтической работы. Прежде чем пригласить клиента, арт-терапевты нередко готовят кабинет соответствующим образом. Расположенные на видном месте материалы для живописи или графики, бумага на столе, мольберт, глина на деревянной тумбе — все это говорит клиенту об имеющихся у него возможностях. В использовании какой-либо специальной инструкции нет необходимости, исключая те случаи, когда психотерапевт напоминает, что клиент имеет право употребить для своей работы любые материалы, какие пожелает.

Отношение к песку в песочной терапии

Психолог Руфь Бауер, изучавшая «технику построения мира» Ловенфельд, внесла большой вклад в развитие песочной терапии, обратив особое внимание на использование песка. Под влиянием «техники построения мира» такие психологи, как Шарлотта Бюхлер, Гедда Болгар и Лизелотта Фишер, разработали методы диагностики, основанные на использовании определенного набора миниатюр. Они не придавали песку большого значения и обходились без него, используя собственные диагностические методы (Mitchell and Friedman, 1994). Митчелл и Фридман подчеркивают отличие подобного подхода от того, который использовала Бауер в своей работе с 76 клиентами, чей возраст колебался от 2 до 50 лет. Бауер (Bowyer, 1970a) обнаружила, что конструктивное использование песка (вызванное определенными манипуляциями с ним клиента с целью создания некоего творческого продукта) привносит в песочную терапию очень важный элемент, создавая дополнительные экспрес-

сивные возможности и предоставляя психотерапевту важную информацию для анализа, а также придает особую глубину переживаниям клиента в процессе создания им своего Мира. Песок дает возможность для выражения широкой гаммы различных чувств: его можно сыпать, наносить по нему удары, закапывать в него разные предметы и т. д. Создание множества форм, таких как холмы, долины, дороги, реки, волны, борозды и др., позволяет не только интенсифицировать переживания клиента, но и придать интерпретациям особую глубину. В своей поздней работе Бауер (Bowyer, 1959a) также пишет, что конструктивное использование песка указывает на наличие у клиента средних или даже высоких интеллектуальных способностей (а потому характерно для клиентов старше 12 лет) и активное воображение (Bowyer, 1959a, cited in Mitchell and Friedman, 1994, pp. 68-69).

В своих исследованиях Джонс (Jones, 1986) показывает, что «особенности творческой экспрессии детей при использовании песочницы подтверждают идеи Пиаже о стадиях когнитивного развития. Структурное усложнение песочных композиций, создаваемых детьми по мере их взросления, согласуется с предложенной Пиаже моделью». Джонс сообщает об использовании песочницы в разных по возрасту группах детей: «Дети до двух лет сыпали песок как на поднос, так и на пол, а также помещали на поднос и убирали с него фигурки». Дети в возрасте от 2 до 4 лет «главным образом, зарывали в песок фигурки, а затем их оттуда доставали. Благодаря этой простой драматической игре у них появлялось смутное пограничное ощущение». Дети от 5 до 7 лет «использовали песок для создания устойчивых форм и имели более четкое пограничное ощущение». Дети от 8 до 12 лет «создавали из песка некие простые сооружения, хотя работали с ним не очень часто». Подростки же от 13 до 18 лет «использовали песок лишь для изображения земли и воды, и их пограничное ощущение было уже вполне четким» (Mitchell and Friedman 1994, p. 91-93).

Томпсон (Tompson, 1990) цитирует Эйкхоффа (Eickhoff, 1952), писавшего, что

Наиболее интересным и эффективным в психотерапевтическом отношении средством является песочница с ее оснащением. Здесь

имеются и такие пластические материалы, как песок и вода, позволяющие выражать самые сильные чувства, поскольку их можно бросать или брызгать, создавать из влажного песка формы, копать его, формировать гладкую поверхность. На песчаную основу можно затем помещать конкретные символы, так что наблюдатель ясно видит всю ситуацию (Eickhoff 1952, p. 235, cited in Tompson 1990).

Брэдвей констатирует:

Для меня достоинства песочницы заключаются в пластических возможностях песка и воды в сочетании с миниатюрами, а также со свободой делать с ними все что захочется в присутствии не интрузивного, мудрого психотерапевта, которому можно доверять (Bradway and McCoard, 1997 p. 7-9).

Она ссылается на Эдингера (Edinger, 1985, p. 100), который отмечает:

Понятия и абстракции не имеют пластических свойств... Хотя образы сновидений и воображения ими обладают. Они соединяют внешний мир с внутренним... Такими же свойствами обладает и наша душевная «субстанция». Настроения и аффекты сотрясают нас до тех пор, пока не образуют нечто видимое и осязаемое, и тогда мы уже вступаем с ними во взаимодействие как с реальными объектами.

Брэдвей вслед за ним повторяет:

Песочница обладает значительными пластическими возможностями. Эмоции и настроения обретают конкретное воплощение в результате использования песка и воды — как в сочетании с миниатюрами, так и без них... Исцеление происходит благодаря созданию из песка разных форм, добавлению в него воды по каплям или целыми чашками, благодаря расположению объектов, закапыванию их в песок, — благодаря возможности совершить некое действие, независимо от того, носит ли оно разрушительный, или созидательный характер, а также из-за высокой степени доверия ко всему, что происходит во время песочной терапии.

Все приведенные цитаты подчеркивают важность игры с песком и его присутствия на подносе. Работа с песком, отражая стадии психического развития, предполагает значительные экспрессивные возможности. В V части книги приводится классификация различных песочных форм и дается информация об их значении в психотерапевтическом процессе.

Психотерапевт, перенос, контрперенос и резонанс

Вопрос о взаимоотношениях клиента с психотерапевтом, а также о проявлениях переноса и контрпереноса в ходе песочной терапии обсуждается постоянно. Основательница песочной терапии Маргарет Ловенфельд (Lowenfeld, 1935) полагала, что во время игры ребенка с песком, водой и миниатюрами происходит перенос на саму песочницу, а не на психотерапевта. Подобный взгляд радикально отличается от привычных представлений о переносе на психотерапевта, разделяемых такими представителями психоаналитического направления, как Мелани Клейн, Анна Фрейд, Сьюзан Айзеке и Дональд Винникотт (Mitchell and Friedman, 1994). Начиная с Кальффа, в работах представителей юнгианского анализа, использующих песочницу, можно встретить многочисленные рассуждения на тему переноса и контрпереноса. Они, как правило, отражают теоретические взгляды авторов, их подготовку и профессиональный опыт — весь тот инструментарий, привносимый психотерапевтом в невербальную психотерапию, каковой является песочная терапия.

Митчелл и Фридман (Mitchell and Friedman, 1994, p. 79-81), обсуждая различные подходы к анализу переноса в песочной терапии, обращают особое внимание на точку зрения пяти психотерапевтов — Ловенфельд, Кальфф, Вейнриб, Брэдвей и Амманн. Кальфф, сочетая юнгианские представления со своими творческими идеями, пишет, что в ходе песочной терапии имеет место

двухстороннее взаимодействие, при котором психотерапевт не может занимать авторитарную позицию, поскольку он раньше уже прошел лечение, так же как его теперь проходит клиент. В процессе лечения последнего решающую роль играют именно личностные особенности психотерапевта, а отнюдь не его знания (Mitchell and Friedman 1994, p. 79).

Для Кальффа положительный перенос на психотерапевта становится возможен лишь благодаря умению специалиста создать для клиента «свободное защищенное пространство» и выступит важнейшим условием достижения клиентом психической интеграции.

Вейнриб рассматривает песочницу в качестве своеобразного «транзитного объекта», обеспечивающего возможность интернализации клиентом объектных элементов песочной композиции, а не только опыта своего общения с психотерапевтом (Weinrib, 1983, p. 52).

Брэдвей отмечает, что выбор клиентом миниатюр и их расположение в песочной композиции отражает феномен переноса на психотерапевта. Она также пишет о ко-переносе (Bradway and McCoard, 1997, p. 31-34): «Я использую понятие ко-переноса для обозначения чувств, связанных с взаимоотношениями психотерапевта и пациента. В отличие от понятий переноса и контрпереноса, обычно обозначающих последовательные реакции друг на друга пациента и психотерапевта, понятие ко-переноса обозначает одновременно протекающие двусторонние процессы как со стороны психотерапевта, так и пациента». Кроме того, Брэдвей указывает на то, что психотерапевт должен не только пройти личную терапию, но и обладать глубокими знаниями в области архетипической символики, психопатологии, клинического подхода и семейной динамики, дополняющими его умение анализировать проявления переноса и контрпереноса. Будучи специалистом в области вербальной психотерапии, она подчеркивает, как трудно психотерапевту научиться молчать, но лишь наблюдать за действиями клиента, понимать его и ему сопереживать. Подобное сопереживание способствует проявлению самоисцеляющих возможностей пациента. Брэдвей поясняет, каким образом это достигается в процессе песочной терапии. Также автор высказывает предположение, что творческая активность пациента, связанная с созданием визуальных образов в присутствии психотерапевта, является дополнительным психотерапевтическим фактором.

Амманн (Ammann, 1994) метафорически описывает взаимоотношения клиента и психотерапевта в процессе песочной терапии. Она обозначает наложение реакций переноса и контрпереноса друг на друга понятием «резонанс» и сравнивает создание песочной композиции с работой садовода, называя песочницу «садом души». Психотерапевт словно предоставляет клиенту небольшой участок земли, на которой тому предстоит взрастить свой мир, используя собственные руки и свободный

выбор. Психотерапевт является «владельцем-садовником» символического сада, а также инструментом, необходимым для ухода за ним. В интерактивном пространстве между клиентом и психотерапевтом располагается «сад сновидений» — «место, где встречаются и взаимодействуют сознательные и бессознательные элементы психики клиента и психотерапевта» (р. 54). Амманн считает, что в песочной композиции, создаваемой клиентом, отражаются особенности личности психотерапевта. Метафорический образ сада ассоциируется со знанием, естественными процессами роста и развития природного начала. Садовод владеет определенными знаниями и навыками, однако личный опыт работы на земле имеет первоочередное значение. Если соотнести эту метафору с деятельностью психотерапевта, использующего песочницу и имеющего определенную профессиональную подготовку, то можно признать, что личный творческий опыт психотерапевта, касающийся его работы с бесформенным материалом, будет оказывать влияние на его психотерапевтическую деятельность. Амманн (Ammann, 1994) пишет, что

аналитик или психотерапевт включается в процесс исцеления клиента благодаря резонансу. Принцип резонанса очень прост. Если в ваших руках находится скрипка с четырьмя струнами, а рядом на столе — еще одна скрипка с четырьмя струнами, всякий раз, когда вы будете играть на скрипке, струны лежащего на столе инструмента тоже начнут вибрировать. Допустим, вы плохой скрипач, и играете всего на двух струнах. Тогда во время вашей игры будут вибрировать лишь две струны лежащей на столе скрипки. Если вы виртуоз, а в вашем распоряжении необычная скрипка с девятью струнами, то зазвучит не только другая скрипка, но и, возможно, висящая в той же самой комнате на стене лютия или волшебная арфа. Играя на своей скрипке, психотерапевт может «оживить» струны скрипки клиента и дать ей возможность зазвучать вновь (Ammann, 1994, р. 58).

Эта цитата указывает на то, что благодаря действию резонанса знание и опыт психотерапевта способствуют проявлению внутреннего потенциала клиента. Амманн спрашивает: «Разве можно научить кого-то искусству кулинарии, ни разу не пытаясь самому приготовить еду?» (Ammann, 1994, р. 59). Читая ее описания песочных композиций, сразу понимаешь, что у нее за плечами — собственный опыт творческой работы с песочницей.

Хотя Амманн архитектор, она не пишет о том, что специалист, практикующий песочную терапию, должен иметь подготовку в области визуальных искусств или опыт самостоятельной творческой работы. При описании процесса песочной терапии, так же как и Брэдвей, Амманн пользуется музыкальным образом. В то же время работы ее клиентов являются на сегодняшний день наиболее интересными образцами художественных скульптур, когда-либо иллюстрировавшими издания по песочной терапии. В связи с этим у меня возникает вопрос: насколько способен тот или иной специалист заниматься преподаванием песочной терапии, не имея опыта художественного творчества, если учесть, что работа с песочницей представляет собой одну из форм визуального искусства?

Профессиональный арт-терапевт обязан обладать достаточным опытом художественного творчества, знанием материалов и истории искусства, а также стадий психического развития и связанных с ними форм графической экспрессии. Он должен понимать процесс создания визуальных образов и пластических форм, особенности цвета и материалов, а также многие другие вещи, касающиеся художественной практики. Наряду со всем перечисленным арт-терапевты юнгианского направления могут пользоваться техниками работы со сновидениями, активного воображения и амплификации. Взаимоотношения между клиентом, создаваемыми им образами и психотерапевтом составляют основу арт-терапевтического процесса. Все те знания и опыт, которые относятся к сфере художественного творчества, имеют большое значение и для песочной терапии. В то же время нам предстоит более глубоко исследовать взаимосвязи между образами, создаваемыми в процессе песочной терапии, и образами, являющимися продуктом арт-терапевтической работы.

ОБСУЖДЕНИЕ

В этой главе кратко представлена история развития песочной терапии и приведены некоторые доводы в пользу ее применения в арт-терапевтическом процессе. Большая часть работ по юнги-

анской песочной терапии касается ее применения в качестве дополнительного средства при проведении вербальной психотерапии, где она и начала впервые использоваться. Между тем, поскольку песочная терапия связана с созданием визуальных образов, она может быть отнесена к одному из вариантов арт-терапевтической работы. Арт-терапевтический процесс предполагает создание клиентом целой серии художественных образов, и использование песочницы также может рассматриваться, в первую очередь, как разновидность художественной практики. Рисунок, живопись, скульптура, коллаж и песочница обладают специфическими экспрессивными возможностями. Песочница отличается тем, что позволяет создать конкретные трехмерные композиции, которые можно рассматривать в качестве разновидности скульптурного рельефа или коллажа. Сказанное выше и то, что работа с песочницей отличается значительной спонтанностью, обуславливает ее особую притягательность в глазах некоторых клиентов. Используя песочницу в арт-терапии, следует рассматривать ее не как единственно возможный вид художественного творчества, доступный клиенту в ходе вербальной психотерапии, но как один из методов художественного творчества, наряду со множеством других обладающий специфическими возможностями. В современной литературе по песочной терапии создание песочной основы и ее символическое значение, а также включение данной техники в арт-терапевтический процесс пока не обсуждались. Создание песочной формы может рассматриваться как важный показатель принятия клиентом личной ответственности за свои действия и переживания, за которым следует расположение миниатюр, символизирующих разные психические содержания. Миниатюры обозначают потенциал дальнейшего психического роста клиента, однако, как и семена, они дают тем лучшие всходы, чем более плодородной будет почва. Поэтому создание клиентом качественной песочной основы имеет принципиальное значение. Чем отчетливей психотерапевт понимает роль, которую играет создание песочного фундамента, форм и визуальных образов, тем больше получает для себя, используя песочницу, участник арт-терапевтического процесса.

Часть

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС И ЮНГИАНСКАЯ ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ

ГЛАВА 3

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ТВОРЧЕСКОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ РАЗЛИЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ

С момента появления первых форм арт-терапии произошло заметное укрепление ее позиций. В немалой степени это связано с отстаиванием ее основателями тезиса о том, что невербальная творческая деятельность сопровождается лечебными эффектами. Развитие арт-терапии позволило значительно расширить представление о ее задачах и факторах лечебного воздействия. Если в начальный период своего существования арт-терапия выступала лишь в качестве вспомогательного средства, в настоящее время она нередко является ведущим инструментом лечения и располагает специальными средствами диагностики. Активизируются и научные исследования в области арт-терапии. Разнообразные программы подготовки арт-терапевтов существуют сейчас не только в США и Великобритании, но и в Италии, Германии, Голландии, Израиле, некоторых скандинавских и восточноевропейских странах, а также в Южной Африке и Австралии. Во многих других странах при помощи приглашенных иностранных специалистов и местных арт-терапевтов, получивших образование за рубежом, также создаются собственные программы арт-терапевтического образования.

Пионеры арт-терапевтического образования исходят из своего личного опыта использования изобразительного искусства,

опыта преподавания и психологических представлений, а также своеобразия местных культурных традиций. Поэтому специалисты с различной базовой подготовкой, представляющие разные страны, используют отличные друг от друга подходы. В то же время их всех объединяет убеждение в том, что основой арт-терапии является художественное творчество с использованием всевозможных изобразительных материалов. Американская арт-терапевтическая ассоциация дает следующее определение профессии арт-терапевта: «Арт-терапия — это профессия, связанная с использованием различных художественных материалов и созданием образов, с процессом художественного творчества и реагированием пациента/клиента на созданные им продукты творческой деятельности, отражающие особенности его психического развития, способности, личностные характеристики, интересы, проблемы и конфликты» (ААТА, Newsletter, 1998).

Арт-терапевтические подходы варьируются и предполагают как использование исключительно средств визуальной художественной экспрессии (Kramer, 1971), так и комплекс различных модальностей творческого самовыражения (McNiff, 1981; Robbins, 1994). В последнем случае, если это отвечает потребности клиента в аутентичной творческой экспрессии, в арт-терапии используются музыка, движение, поэзия. Песочная терапия, том числе в сочетании с игровой психотерапией (Oaklander, 1978), также применяется некоторыми арт-терапевтами в работе со взрослыми (Gray, 1983) и детьми (Case, 1987). Включение юнгианской песочной терапии в арт-терапевтический процесс способствует более полному использованию ее художественных возможностей.

Применяя песочницу в качестве средства художественного творчества, специалисты привлекают визуальные критерии, применяемые в отношении живописи и скульптуры. Это ничуть не противоречит традиционным взглядам на песочницу как на атрибут проективной игровой техники или составную часть процесса вербальной психотерапии.

Развитие арт-терапевтической профессии неразрывно связано с характерным для XX в. взглядом на изобразительное искусство как на средство выражения чувств и потребностей

человека, а не внешней реальности. Это дает человеку неограниченную свободу выбора материалов и различных видов работы с ними, основанную на использовании цвета, линии и формы. Работающему с песочницей человеку также дается неограниченная свобода выбора, хотя этот выбор осуществляется из определенного набора материалов. Коллаж и предметные композиции — две формы художественной экспрессии, появившиеся в XX в., — связаны с процессом визуального конструирования, во многом напоминающим то, что происходит в ходе создания песочных композиций. Использование такой формы художественной работы, как *objet trouve*, или «найденный предмет», тесно связано с созданием коллажей и предметных композиций. Расположенные на полках предметы, составляющие набор миниатюр для песочной терапии, «отыскиваются» клиентом и располагаются в песочнице аналогично тому, как это делает художник, сочетая различные предметы в коллаже или предметной композиции. Древнее искусство скульптурного рельефа также имеет много общего с песочной терапией. И конечно же, можно провести параллели между арт-терапией, восприятием и созданием произведений художественного творчества с одной стороны и созданием песочных композиций — с другой.

Свойства основных изобразительных материалов были детально изучены арт-терапевтами, что позволило понять, какие реакции они вызывают у человека и какого рода образы позволяют создать (Betensky, 1982; Robbins, 1994). В то же время неограниченная свобода, свойственная современной художественной и арт-терапевтической практике, позволяет называть «материалом для художественного творчества» все, что художник считает нужным использовать. Многообразие применяемых материалов позволяет лучше понять их символическое содержание и то, чем руководствовался человек, их выбирая. В глубоком понимании психотерапевтом символического содержания также нуждаются используемые в песочной терапии материалы — песок, вода, прямоугольный поднос, выкрашенный изнутри в голубой цвет, набор миниатюр. Именно благодаря привлечению арт-терапевтических представлений можно лучше понять содержание и свойства этих

материалов и значение голубого цвета внутренней поверхности подноса. Выбирая из набора миниатюр объекты для последующего включения в песочную композицию, клиент руководствуется не только характеристиками персонажей, их размерами и цветом, но и особенностями материалов, из которых те изготовлены: дерева, стекла, камня, металла или пластика.

Художественные материалы бывают как естественными, так и являются продуктом промышленного производства. Их пластические свойства и степень твердости определяется наличием воды — это один из критериев классификации различных материалов. Другими характеристиками, во многом определяющими выбор клиентом того или иного материала, являются двухмерность или трехмерность, прочность, необходимость использования специальных инструментов, затраты времени на работу с материалом и т. д. Свойства материалов могут быть метафорами, обозначающими различные потребности клиента, такие как потребность в наличии четких границ и в контроле за процессом художественной экспрессии или, напротив, потребность в ослаблении контроля. Разные материалы позволяют выразить всевозможные образы, начиная с фантазий, возникающих в сомнолентном состоянии, и заканчивая образами, которые тесно связаны с телесными ощущениями. Характеристики многих материалов, используемых в арт-терапии и песочной терапии, а также связь между теми и другими обсуждается в других главах этой книги.

Частое использование клиентами голубого цвета внутренней поверхности песочницы в качестве составной части композиции, а также позволяет считать его самостоятельным «материалом». В дополнение к тем визуальным и психологическим эффектам, которые он вызывает, голубой цвет становится элементом песочной композиции и целостной палитры, состоящей из цветов составляющих ее предметов, в том числе цветов сухого и влажного песка. Уточнение психологических и физиологических эффектов восприятия различных цветов видимого спектра завершает обсуждение многочисленных аспектов художественной практики, имеющих отношение к созданию песочных композиций и их анализу с использованием визуальных критериев.

ГЛАВА 4

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

Арт-терапевтическое направление стало складываться в годы Второй мировой войны в Великобритании и США. Этому способствовала работа художников в различных учебных учреждениях. Вуд (Wood, 1997) считает, что особенно активно арт-терапия внедрялась в деятельность больниц и реабилитационных центров в период с конца 1930-х до конца 1950-х гг.: «И психотерапия, и арт-терапия использовались в русле реабилитационного подхода (применявшегося тогда, главным образом, в отношении военнослужащих, пострадавших в годы войны). По словам Вуда, арт-терапия связывает представление об исцеляющих возможностях изобразительного искусства с его способностью быть средством передачи внутренних конфликтов, в особенности «страхов, преследовавших многих людей на рубеже веков. Две мировые войны убедили людей в том, что невинный фасад человеческого существования скрывает весьма серьезные проблемы». Адриан Хилл был художником, проходившим лечение от туберкулеза в английских санаториях в годы Второй мировой войны. Уэллер (Waller, 1984) пишет о нем:

Может быть, так совпало, но некоторые пациенты начали рисовать, отражая в своих работах страшные сцены войны, или использовали свои работы в качестве иллюстраций, когда рассказывали о потрясениях, пережитых ими на войне, о страхе болезни и смерти. Так Адриан Хилл неосознанно для себя стал выступать в роли «арт-терапевта» (Waller, 1984, p. 6).

В данных обстоятельствах Хилл начал свою арт-терапевтическую деятельность, работая с пациентами, с которыми онзнакомился в больницах и санаториях. Позднее он написал несколько книг, предлагая в них использовать изобразительное искусство в качестве средства лечения. Англичане Эдвард Адамсон (Adamson, 1984) и Рита Саймон (Simon, 1992) также были художниками, когда организовали студии для психиатрических пациентов. В те далекие годы арт-терапия использовалась лишь как вспомогательное средство в лечебном процессе. Пациенты могли приходить в студии для занятий изобразительным творчеством, но основное лечение проводили психиатры или психотерапевты.

В США такие художники, как Маргарет Наумберг (Naumberg, 1966) и Элинор Ульман (Ulman, 1965) тоже начали работать с психиатрическими пациентами. А Эдит Крамер (Kramer, 1977) приступила к работе с детьми, находившимися в лечебно-коррекционных учреждениях. Теория арт-терапии развивалась в 1950-1960-е гг. во многом под влиянием медицинских взглядов больниц, на базе которых использовалась эта форма лечения. Наблюдения за тем, какое влияние оказывают занятия изобразительным творчеством на состояние человека, помогая его излечению и развитию, способствовали тому, что арт-терапия стала постепенно рассматриваться в качестве ведущего психотерапевтического метода, а не только как дополнение к другим методам лечения. Это особенно справедливо в отношении лиц с ограниченными вербальными способностями, испытывающими большие затруднения в общении с психотерапевтом. Занятия этих пациентов художественным творчеством в присутствии психотерапевта-«свидетеля» обеспечивали достижение определенных лечебных эффектов притом, что их прямой вербальный контакт с окружающими был вряд ли возможен.

Первые арт-терапевты получили художественную подготовку в те годы, когда взгляды на изобразительное творчество и формы визуальной экспрессии претерпевали глубокие изменения. Отношение общества к изобразительному искусству неоднократно изменялось на протяжении второй половины XIX — первой половины XX в. Изменения в западном искус-

стве выражались в отходе от классических традиций и возникновении таких направлений, как импрессионизм, постимпрессионизм, экспрессионизм, кубизм, дадаизм и абстрактный экспрессионизм.

Художественная свобода, характерная для середины XX в. во многом была тесно связана с представлениями, сформулированными представителями *Bauhaus* — школы изобразительного искусства и дизайна, основанной Вальтером Гропиусом в Веймаре в 1919 г. и закрытой нацистами в 1933 г. (Chilvers, 1996). Среди выдающихся теоретиков нового искусства были Иоханнес Иттен, Пауль Клее и Василий Кандинский. В своем манифесте, названном «Духовное в искусстве», опубликованном в 1911 г., Кандинский назвал внутренние потребности художника основным фактором изобразительного творчества (Kandinsky, 1977). Для Кандинского изобразительное искусство воплощало собой духовное начало и потребности художника; настоящим художником являлся тот, кому удалось достичь высокой достоверности в передаче творческими средствами своих чувств, а отнюдь не точной имитации внешней реальности. Кандинский проводил параллели между цветом, формой, движением, звуком, ощущениями и чувствами. По его мнению, художник может создавать достоверный образ своего состояния, передавая его с помощью абстрактных форм, цвета, размера отдельных изобразительных элементов и их расположения в пространстве. Представления Кандинского позволили лучше понять поведение художника, хотя они не имели какого-либо отношения к процессам создания произведений академического искусства. Его идеи могут также рассматриваться в качестве основы арт-терапевтической практики, связанной с созданием эмоционально достоверной изобразительной продукции.

Необходимо отметить, что по мере возрастающего разделения труда и развития технологии в западном обществе изобразительное творчество стало все в большей степени рассматриваться в качестве профессионального вида деятельности. В настоящее время на Западе им занимаются, в основном, художественно одаренные люди, способные создавать коммерчески привлекательную продукцию, а также художники-при-

кладники, с успехом реализующие свои изделия или получающие гранты. Изначально изобразительное искусство выступало в качестве центрального элемента групповых ритуалов и церковной жизни, но с тех пор в нем произошли глубокие изменения. В то же время, если обратиться к другим культурам, существующим сегодня на нашей планете, мы найдем примеры использования изобразительного искусства в ритуальных практиках, что позволяет выразить религиозные переживания и объединить людей. Подготовка ритуальных предметов требует больших затрат времени, и даже сейчас они изготавливаются вручную. В западной культуре создание произведений живописи или скульптуры также требует значительного времени, терпения и мастерства, трудно оценимых в денежном эквиваленте. Современный искусствовед Эллен Диссанейек написала две книги — «Для чего существует искусство?» (Dissanayake, 1988) и «*Homo aestheticus*: откуда и почему появляется искусство?» (Dissanayake, 1992). В них она утверждает, что способность к художественному творчеству является одной из фундаментальных характеристик человека, таким же нормальным и естественным проявлением, как способность к членораздельной речи, социальному взаимодействию с другими, сексуальным и агрессивным проявлениям и т. д. Диссанейек рассматривает художественное творчество как форму поведения человека, развивавшуюся вместе с его исторической эволюцией и позволившую ему выжить. Искусство, существовавшее на всем протяжении человеческой истории, играет важную роль в любом обществе и тесно связано с ритуалами, необходимыми для выживания группы. Таким образом, создание художественной продукции отвечает психологическим и эмоциональным потребностям человека и оказывает на его психическое состояние определенные эффекты. Диссанейек указывает на потребность человека «придавать особый статус» тем предметам, которые для него наиболее ценны, а также тем видам деятельности, которые наполнены для него глубоким личностным смыслом. Создание художественной продукции связано с обозначением границы между обыденным и экстраординарным. Придание предмету «особого статуса» повышает его значимость и способствует более длительному сохранению в памяти человека. Учи-

тывая, что художественное творчество служит задаче выживания человека, необходимо признать, что современное разделение труда и художественное творчество, ставшее уделом лишь сравнительно небольшой группы одаренных профессионалов, не могут не иметь серьезных последствий для большинства людей.

Те люди, которые не считают себя художниками и лишены особых художественных талантов, не имеют возможности заниматься творчеством, которое позволило бы им передать свои проблемы и переживания. Потребность все же найти некое средство эмоциональной экспрессии заставляет человека посещать концерты популярных певцов или изучать историю искусства, вместо того чтобы самостоятельно заниматься творчеством.

В то же время на художников-профессионалов ложится тяжелое бремя создания высокохудожественных произведений, пользоваться которыми могли бы другие люди; кроме того, создание таких произведений становится основным источником существования художника. Все это иссушает художника, лишает его искусство эмоциональной аутентичности и мешает проявлению естественных творческих потребностей.

Появление и активное развитие арт-терапии на Западе отражает потребность людей в использовании средств невербального самовыражения. Выбор стильных причесок, косметики и модной одежды одна из наиболее распространенных форм визуальной экспрессии, с помощью которой люди выражают свои потребности и переживания, не осознавая при этом причин своего выбора. Арт-терапия позволяет осознать мотивы, лежащие в основе визуальной экспрессии, и предоставляет человеку возможность создавать художественные объекты, придавая им «особый статус».

Теория арт-терапии быстро развивалась в 1970-1980-е гг., тогда же появились многочисленные публикации и стали создаваться различные программы арт-терапевтической подготовки Qunge^{ано} Asawa, 1994; Waller, 1991). Позиции арт-терапии усилились за счет использования представлений глубинной психологии, символизма и юнгианского подхода, без которых трудно понять психологическое содержание художе-

ственных образов (McNiff, 1986; 1989). Американский арт-терапевт МакНифф предположил, что образы являются самодостаточными «сущностями» и, создавая их, человек вступает с ними в диалог и использует в творчестве и в повседневной жизни (McNiff, 1989).

Британский арт-терапевт Джой Шаверьен подчеркивает особые качества визуальных образов и обращает внимание на проявления переноса и контрпереноса, а также на взаимодействие автора со своей работой. Она рассматривает проявления магического мышления, связанные с созданием и использованием художественной продукции, в частности той, которая выступает в качестве талисмана. Шаверьен пишет: «На мои взгляды серьезно повлияли Юнг (Jung & 1972), Хиллман (Hillman, 1979) и Нойманн (Neumann, 1970), признававшие магическое мышление в качестве одной из форм психической деятельности человека. Оно имеет иррациональные основы и включает в себе определенные возможности самоисцеления» (Schaverien, 1987, p. 77).

Шаверьен также указала на существенные различия, существующие между двумя видами визуальных образов. Одни из них она называет «диаграмматическими изображениями», которые обозначают некие представления, но нуждаются в сложном объяснении их содержания. Создавая такие образы, человек пытается сознательно передать свои чувства. В то же время он не стремится вызвать аналогичные чувства у наблюдателя. Такие образы не обладают сколько-нибудь значительной силой воздействия на других людей и не используются в качестве талисманов или «козла отпущения». В отличие от таких образов, «образы во плоти» заключают в себе энергию человеческих переживаний и способны вызвать их у наблюдателя. Они не нуждаются в словесных объяснениях и, по сути, не могут быть рационально истолкованы. Это — «вещь в себе» и для ее описания трудно подобрать какие-либо слова (Schaverien, 1992).

Представления о диаграмматических образах и «образах во плоти» можно использовать применительно к песочной терапии. В некоторых случаях клиент помещает предметы на песок без каких-либо предварительных манипуляций с ним. При этом клиент может объяснить содержание созданного образа

и то, что означают выбранные предметы. В других случаях клиент создает «образы во плоти». Они вызывают нуминозные переживания и создаются совершенно спонтанно. Клиент активно работает руками, вылепливая из песка определенные формы. Затем он может внезапно выбрать несколько миниатюр и расположить их в песочнице. При этом клиент нередко говорит: «Я не знаю, что это означает». Вместо того чтобы объяснить сделанное, клиент предпочтет рассматривать свою композицию.

Если следовать юнгианскому подходу, то песочная терапия является еще одним связующим звеном между арт-терапией и глубинной психологией, и именно это особенно привлекательно для экспрессивных психотерапевтов, все чаще стремящихся использовать песочницу в своей работе (Case, 1987; Lewis, 1988). Грэй (Gray, 1983) указала на многочисленные взаимосвязи между арт-терапией и песочной терапией в своей обстоятельной рецензии на книгу Вейнриб «Образы "Я"»: процесс песочной терапии» (Weinrib, 1983). Будучи юнгианским арт-терапевтом и психоаналитиком, Грэй считает очень важной для арт-терапевтов высказанную автором книги мысль о «первичности анонимных, исцеляющих, символических процессов, протекающих в психике, — тех процессов, которые не имеют определенной направленности, не подлежат интерпретации и не допускают какого-либо вмешательства со стороны психотерапевта». Как арт-терапевт Грэй согласна с

утверждением Вейнриб о том, что психика неизменно стремится к целостности и самоисцелению посредством создания определенной системы символов.

Она добавляет, что

отказ признать способность психики к самоисцелению часто ведет к использованию такой формы арт-терапии, которая предполагает высокую степень директивности и чрезмерное использование «техник» (Gray, 1983, p. 36).

Юнгианский подход к использованию песочной терапии охарактеризован Вейнриб как «длительное сновидение или сеанс активного воображения, которые протекают сами собой» (Weinrib, 1983, p. 14). Видеть сновидение может лишь тот, кто

находится в состоянии сна; художник создает свою работу, переживая состояние творческого подъема. И сновидение, и художественное произведение появляются, словно сами собой. Вера человека в созидательные возможности творческого процесса и его готовность ожидать момента творческого разрешения проблемы подтверждают существование внутренних ресурсов самоисцеления и возможность достижения психикой целостного состояния. Вейнриб и другие юнгианские аналитики используют песочную терапию в сочетании с анализом сновидений и традиционными вербальными приемами, применяемыми в юнгианском анализе. Грэй добавляет, что, как и Вейнриб, применяющая песочницу в сочетании с анализом сновидений, она сама использует песочную терапию, анализ сновидений и арт-терапию, и это позволяет увидеть «поразительную связь между сновидениями и песочными изображениями — одно объясняет другое» (Gray, 1983, p. 38).

ГЛАВА 5

ФОРМЫ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА, СВЯЗАННЫЕ С ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИЕЙ

Рельеф, коллаж, ассамбляж, «найденные объекты»

При создании песочных композиций песочница позволяет использовать три формы художественного творчества: скульптуру, рисунок и отпечатки на песке, а также работу с предметами. Добавление в песок воды позволяет создать весьма пластичный скульптурный материал, который может использоваться для моделирования трехмерных форм. При помощи различных инструментов и рук на песке можно создавать рисунки и отпечатки. Естественные природные объекты и мини-атюры клиент находит на полках и размещает в песочной композиции. Все эти три формы художественного творчества позволяют создать на подносе песочную композицию. При ее создании используются и рельеф, и элементы коллажа или ассамбляжа.

В отличие от скульптуры, которую рассматривают со всех сторон, художественный рельеф представляет собой объемное изображение на определенной плоскости. Степень выпуклости его форм бывает различной — как низкой (барельеф), так и высокой (*altorilievo*, горельеф). В «Британской энциклопедии» (Encyclopaedia Britannica, 1992) дается следующее определение рельефа:

Особенности изображения и композиции на рельефе всегда определяются его связью с основой, на которой создаются разные формы, либо на которую они накладываются. С этой точки зрения рельеф более тесно связан с живописью, чем с отдельно стоящей, объемной скульптурой (vol. 19, p. 101).

Песочная композиция создается на песочной же основе, находящейся на мелком прямоугольном подносе. Скульптурные формы и объекты устремлены вверх, из-за чего все изображение напоминает рельеф, или *rilievo*. Клиент может сознательно оставить песок покрывающим все дно песочницы; в этом случае голубой цвет ее внутренней поверхности не будет виден совсем. Это создает впечатление земной поверхности, поддерживающей стоящие на ней предметы. Освобождение определенных участков подноса от песка позволяет имитировать воду или небо и создавать ощущение глубины и высоты — и то и другое связано с образом бесконечности, ассоциируется с движением по вертикали и нарушает стабильность, напоминающую о земной поверхности.

Рельеф существует с глубокой древности. Большое значение имеет поверхность, на которой создается объемное изображение. Каменные рельефы Месопотамии, рельефы в египетских и греческих храмах, литые металлические рельефы на дверях церкви эпохи Возрождения соответствуют системе значений, характерной для разных культур (Janson, 1974). Хотя объем песка, уместяющегося на подносе, незначителен, он является основой для создания разных форм и расположения объектов, что позволяет создать сложную композицию.

Коллаж и ассамбляж — это художественные техники, предполагающие сочетание естественных и созданных человеком форм и материалов. Коллаж определяется как

композиция, создаваемая из плоских предметов, таких как газета, ткань, фанера и т. д., соединенных друг с другом и прикрепленных к поверхности и нередко сочетающихся с линией и цветом, с целью создания дополнительного художественного эффекта (Funk and Wagnall's Standard Dictionary, 1961).

Некоторые художники считают, что плоские предметы не дают достаточной свободы для творчества и включают в свои

коллажи трехмерные предметы, создавая тем самым ассамбляжи» (Janson, 1974). Термин «ассамбляж» был введен Жаном Дюбюффе в 1953 г. для обозначения комбинированных трехмерных художественных работ. Использовать в творчестве готовые объекты или их фрагменты начали кубисты, прежде всего, Пикассо, Брак и Гри, осваивавшие эту форму визуального творчества с 1907 по 1914 гг. Они включали в свои композиции старые газеты, билеты, части мебели и иных крупных объектов, создавая тем самым определенный парадоксальный эффект, основанный на сочетании привычного содержания этих предметов и содержания, которое они приобретали в качестве элементов художественного образа. Дадаисты, в частности Марсель Дюшан, с 1915 по 1922 г. использовали готовые объекты, подчеркивая при этом, что выбор ими тех или иных объектов носит случайный характер. *Objet trouve*, или «найденный объект», можно определить как

объект, найденный художником и выставленный им для показа без какой-либо художественной работы с ним, либо с минимальными затратами на его художественную обработку. Это может быть природный объект, например, галька, раковина или причудливым образом изогнутая ветка, либо продукт деятельности человека — осколок посуды, фрагмент металлического изделия или механизма (Chilvers, 1996, p. 375).

Природные и промышленные объекты использовались в искусстве первой половины XX в. довольно часто. В 1960-е гг. Роберт Раушенберг стал использовать и более крупные предметы, сочетая их с живописью. Джозеф Корнелл же применял легкие предметы, помещая их в застекленные спереди коробки (Chilvers, 1996). В ходе песочной терапии клиенту дается возможность использовать из огромного количества любые предметы и расположить их на подносе с песком, создавая тем самым своеобразный коллаж или ассамбляж.

Дети и взрослые нередко создают чрезвычайно интересные песочные композиции, в которые вкладывают большой труд, различные песочные формы и сочетают их с миниатюрными предметами. При этом авторы работ глубоко погружаются в процесс творчества, и это напоминает работу художника или процесс создания ритуальных изделий. Включение в песочную

композицию разнообразных объектов порой придает ей сходство с «магическими» изображениями. Использование предметов в качестве «замены» рисунка или его «магических» аналогов, вместо того чтобы рисовать на песке или создавать из него объемное изображение, напоминает использование предметов в работах современных художников. Восприятие находящихся в песочнице предметов было бы неполным без учета физических свойств материалов, из которых они изготовлены, дополняющих психологическое значение самих предметов.

В литературе по песочной терапии используемые клиентом предметы обычно рассматриваются в совокупности с их историческими, биологическими, культурными или символическими значениями. При этом авторы не уделяют никакого внимания обсуждению свойств материалов, из которых эти предметы изготовлены. В ходе песочной терапии можно заметить, что клиент отдает предпочтение предметам, изготовленным из какого-либо конкретного материала, например, из металла, стекла, дерева или керамики, поэтому содержание песочной композиции в этом случае будет во многом определяться свойствами материала, и их необходимо учитывать наряду с характером самих образов, сочетанием цветов в композиции и расположением в ней предметов.

ГЛАВА 6

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ КАБИНЕТ И МАТЕРИАЛЫ

КАБИНЕТ

Наличие в арт-терапевтическом кабинете различных изобразительных средств привлекает многих детей и взрослых. Богатый набор бумаги, красок, пастелей и других материалов позволяет создавать рисунки и живописные работы. Этим можно заниматься на столе, на полу, на мольберте или на стене, развешивая на ней бумагу большого формата и работая стоя, что дает возможность перемещаться всем телом. Можно заниматься лепкой, работая на столе или на полу и используя глину, пластилин или гипс. Место для игры включает песочницу с миниатюрами, игрушки и театр марионеток. В кабинете могут быть также материалы для коллажа и ручной работы, такие как кусочки ткани и шерсти, пуговицы, а также естественные природные объекты и материалы. Это и другое необходимое оснащение — кисти, инструменты для работы с глиной и вырезания, мольберт, доски, оборудование для аудио- и видеозаписи — побуждает детей и взрослых к художественному творчеству (Steinhardt, 1989).

Оборудование арт-терапевтического кабинета и наличие в нем тех или иных материалов в определенной мере определяют вкусы самого арт-терапевта, который может отдавать предпочтение одним материалам и недооценивать другие. Однако, независимо от особенностей оснащения кабинета, находясь в нем, клиент начинает испытывать потребность в созда-

нии художественных образов, используя имеющиеся под рукой материалы (Case, 1987; Rubin, 1984).

ТРИ ГРУППЫ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА

Материалы можно определить как «нечто, из чего состоят разные предметы или из чего они могут быть созданы, вещественная составляющая чего бы то ни было» (Funk and Wagnall's Standard Dictionary, 1961). Материалы, используемые для создания художественной продукции, могут представлять все что угодно и иметь определенный вес, плотность, текучесть, пластические свойства, текстуру, форму и цвет. Арт-терапевты должны понимать свойства различных изобразительных материалов, а также — в каких случаях использование тех или иных материалов наиболее целесообразно, а когда — нежелательно. Приводимые в литературе описания разных материалов обычно кратки. Чаще описываются показания для их применения различными группами клиентов, возможно, потому что свойства материалов представляются арт-терапевтам вполне очевидными и кажется, будто одного названия материала достаточно, чтобы специалист понял, каковы его свойства. Учитывая огромное разнообразие материалов, используемых в художественном творчестве, целесообразно разделить их на три основные группы:

- бесформенные материалы, позволяющие создавать объемные образы;
- материалы, имеющие определенную форму;
- предметы, имеющие определенную форму, которые можно использовать в качестве материалов.

Бесформенные материалы, позволяющие создавать объемные образы

Различные мягкие и твердые бесформенные материалы могут быть использованы для создания из них объемных образов. Осо-

бенности художественной продукции определяются свойствами материала в той мере, в какой он влияет на художественный замысел и сам процесс работы. Мягкие материалы, такие как краски, принадлежности для рисования, глина и смешанный с водой песок, не имеют определенной формы и допускают разные виды игровых манипуляций, а также могут быть использованы для создания художественных объектов, живописных произведений или скульптуры. Твердые материалы, такие как камень, металл и дерево, применяются для создания объемных образов, а также для вырезания на их поверхности различных изображений. Уровень психического развития клиента и его умений в использовании разных материалов определяет особенности создаваемой им художественной продукции. При высоком уровне художественного мастерства и технических умений могут быть созданы скульптуры из металла или камня, сочетающие высокую долговечность со значительной выразительностью, что позволяет изображать человеческое тело, ткань и т. д.

Свойства материалов выступают в качестве метафор, передающих особенности состояния человека и его отношение к этим материалам. Так, например, нанесение на холст или бумагу полупрозрачного или толстого слоя краски, выбор дерева или глины с гладкой или, напротив, шершавой поверхностью будут отражать разные состояния человека. Одна незамужняя женщина 42 лет в ходе арт-терапии употребляла пастель и наносила на бумагу толстый слой акриловой краски. В то же время она не захотела воспользоваться глиной. Глина вызывала у нее чувство отвращения. Женщина заявила, что каждый может сделать с глиной все, что захочет. Для создания скульптуры она не захотела воспользоваться ни одним материалом, однако сказала, что дерево внушает ей уважение, поскольку этот материал обладает значительным сопротивлением и, для того чтобы с ним работать, надо учитывать его твердость.

Материалы, имеющие определенную форму

В отличие от материалов, которые используются для создания коллажей, эти материалы, учитывая их свойства, включаются в изобразительный процесс в неизменном виде. Качества опре-

деленных материалов без каких-либо объяснений могут ассоциироваться с эмоциональными состояниями, обозначая для автора те или иные события. Так, например, прозрачный целлофан, тонкая полупрозрачная туалетная бумага, шелк, остов корсета, песок, гравий или опилки могут быть включены в изобразительную работу в неизменном виде и вызывать у зрителя определенные чувства и ассоциации, связанные с разными качествами этих материалов: ощущение легкости, нежности, грубости и т. д.

Даже песок может рассматриваться в качестве «найденного» объекта, имеющего определенную форму. В этом случае клиент не совершает с ним никаких манипуляций и оставляет его в подносе в неизменном виде. Это может символизировать не реализованные до сих пор возможности, а также неспособность человека ими воспользоваться или отказ от тактильного контакта.

Предметы, имеющие определенную форму и используемые в качестве материалов

В качестве материалов в процессе художественного творчества могут быть использованы естественные или созданные человеком объекты или их части. При этом они в определенной мере сохраняют свое прежнее содержание. Старые пуговицы или детали наручных часов иногда используются при создании композиций из глины либо для того, чтобы создать с их помощью отпечатки, либо для изготовления некоего подобия мозаики. Значение этих предметов в художественной работе определяется их функцией, цветом, особенностями материалов, из которых они изготовлены, дополняющих ассоциации с определенными чувствами и воспоминаниями. Однако, будучи включенными в художественную работу, они сохраняют множество содержаний, определяющееся их прежней функцией, ассоциациями автора и их новой ролью в контексте законченной работы. Используемые в песочной терапии предметы, как правило, отличаются конкретностью содержания, связанного с содержанием всей композиции.

КРИТЕРИИ КЛАССИФИКАЦИИ МАТЕРИАЛОВ

Для классификации материалов, используемых в арт-терапии и песочной терапии, руководствуются конкретными свойствами материалов; тем, каким образом они обычно используются, а также тем, какие чувства и образы они способны вызывать у человека. Ниже приводятся различные критерии, позволяющие понять потенциальные возможности каждого материала. Изобразительные материалы высокого качества дорого стоят, и далеко не всякому специалисту они по карману. Арт-терапевт может встретить скепсис и непонимание, предлагая администрации учреждения сделать закупку двадцати наборов пастели из 45 цветов, 20 наборов пластилина, 100 килограммов глины, 500 листов бумаги различных типов и размеров, качественных кистей, начиная с самых маленьких и заканчивая самыми большими. Для тех, кто не занимается изобразительным творчеством, приобретение любых материалов в дополнение к карандашам и бумаге покажется неоправданным расточительством. Столь же расточительным может показаться и предоставление маленьким детям или детям с эмоциональными нарушениями дорогостоящих материалов для работы, с учетом того, что они скорее всего, не создадут никаких художественных образов, а будут брызгать красками на бумагу или беспорядочно их смешивать. Однако трудно найти какую-либо замену основным качественным материалам, необходимым для занятий художественным творчеством и для того, чтобы создаваемая человеком изобразительная продукция приобретала в его глазах ценность. В то же время в арсенал изобразительных средств могут быть включены многие дешевые или найденные материалы, правда, при том условии, что будет сохранен баланс между долго сохраняющимися, качественными основными и недорогими или найденными материалами.

В песочной терапии песок и вода ничего не стоят, а миниатюры, за исключением некоторых предметов, которые могут быть приобретены или специально изготовлены, могут быть взяты из отслуживших свой срок коллекций игрушек выросших детей. Однако поднос должен быть сделан из дерева и вы-

крашен изнутри в качественный голубой цвет. Конечно же, можно воспользоваться и простым пластиковым контейнером, но синтетический материал, из которого он изготовлен, его слишком тонкие стенки и несоответствие стандартным размерам песочницы могут явиться причиной того, что психотерапевтические возможности такой песочницы будут далеко не такими, как у песочницы, изготовленной в соответствии со всеми требованиями.

Естественные и созданные материалы

Изобразительные материалы в настоящее время гораздо более разнообразны, чем 50 лет назад. Создание химических красителей и сред позволило получить яркие, быстро высыхающие краски типа акриловых или гибридных, растворимых как в воде, так и в масле, а также масляные карандаши, флуоресцентные краски, синтетический уголь и мел, смесь синтетического клея с гуашью, синтетическую глину, либо не требующую обжига, либо которую можно обжигать в домашней печи и т. д. Простота их использования далеко не всегда компенсирует того грубого или невыразительного эффекта, который они производят после высыхания. Так, например, гуашь на акриловой основе достаточно яркая, пока влажная, однако, высыхая, она теряет свою выразительность. Кроме того, после высыхания ее нельзя снова намочить или как-нибудь изменить.

Изображения, выполненные темперными или масляными красками высокого качества, словно «дышат». В целом изобразительные материалы, изготовленные из натуральных ингредиентов, «излучают» больше «жизни», чем искусственные. Пластилин яркий и пластичен, однако через некоторое время после использования теряет свою выразительность, становится ломким и оставляет жирные следы на бумажной или картонной основе. Синтетические уголь и мелки производят слишком грубый эффект, с трудом смешиваются и плохо стираются. Таким образом, простые в использовании синтетические материалы лишены качеств, которыми обладают естественные материалы.

Некоторые естественные материалы, в свое время широко применяемые художниками, не производят на многих людей

никакого впечатления и требуют определенных навыков в работе с ними. В то же время керамическая глина, тесто, сделанное из муки, воды и соли, деревянный уголь, индийская тушь, акварель или темпера, изготовленные из натуральных ингредиентов, масляные краски и печатная тушь из естественных пигментов должны быть в арт-терапевтическом кабинете. Доски для рисования и для работы с глиной следует изготовить из натурального дерева, а не из синтетических материалов. Природное начало должно постоянно присутствовать в арт-терапевтическом кабинете.

Процесс психологического и физического развития протекает успешно, когда человек ведет себя наиболее естественным образом и в полной мере использует свои возможности. Используемое в психологическом тестировании рисование дерева позволяет оценить процесс психического развития личности и ее связь с биологической основой (корнями), структуру «Я» (ствол) и взаимоотношения человека с окружающим миром (ветви) (Hammer, 1980). Образ дерева символизирует связь организма и психики человека с природой и естественными процессами. Использование природных материалов способно пробудить в нас ощущение общности с природой и, благодаря этому, помочь реализовать внутренний потенциал здоровья. Отдавая предпочтение глине, а не пластмассе, температуре, а не акриловым краскам, клиент проявляет природное начало, которое должно быть принято для того, чтобы привести к исцелению.

Во время песочной терапии клиенты пользуются песком и водой. Оба эти материала являются древними естественными средами, с которыми взаимодействовали первые формы земной жизни. Коллекция предметов, используемых в песочной терапии, включает элементы естественного природного окружения, такие как камни, раковины, дерево или кристаллы, а также изготовленные из природных или синтетических материалов миниатюры. Иногда клиенту необходимо сделать выбор между естественным и искусственным материалом, например, решая отдать предпочтение керамической, а не пластмассовой собаке, вырезанной из дерева фигурке музыканта, а не синтетического музыканта из комикса, бронзовой утвари, а не пластиковым чайным чашкам, реалистическому изображению ребенка или льва, а не ребенку и льву — персонажам мультфильма.

Плотные материалы с четкими границами и высокопластичные текучие материалы

В арт-терапевтической работе клиенту предоставляется возможность использовать материалы, предполагающую разную степень контроля над ними. Очень часто клиент настойчиво использует либо плотные, либо жидкие материалы, не пытаясь работать с материалами средней плотности. Те, кто использует преимущественно плотные материалы, стремятся сохранять высокую степень контроля над процессом создания образов; они выбирают бумагу меньшего формата и стремятся к высокой точности изображения. Другие клиенты чувствуют себя более свободно и без труда используют жидкие материалы, так что к концу сессии весь кабинет оказывается забрызганным краской или глиной. Стремление контролировать изобразительный процесс связано с выбором цветных карандашей, пастели или пластилина, которые отличаются значительным сопротивлением и позволяют создавать образы с четкими границами. Содержащие воду текучие материалы, подобные гуаши и акварели, могут вызывать тревогу у таких клиентов. Если они все же их выбирают, то работают на бумаге, используя очень маленькую кисть, делая короткие мазки, и стараются не добавлять в краску слишком много воды, при этом планомерно закрашивая поверхность изображения. Эти клиенты избегают пользоваться глиной, поскольку та содержит воду и высокопластична. Если даже они решают поработать с глиной, то стремятся придать ей определенную форму, используя при этом различные инструменты и линейку. Таким образом, обращение таких клиентов к более жидким материалам сопровождается попытками контролировать процесс изобразительного творчества. При работе с этими людьми следует постепенно вводить менее плотные материалы, позволяя им чувствовать, что они могут контролировать ход работы. В противном случае это вызовет сильную тревогу и растерянность. Психотерапевт должен уважать желание клиента контролировать изобразительный процесс, что отражает его страх перед собственным чувством гнева и конфронтации с хаотичными переживаниями. В некоторых случаях можно использовать технику коллажа,

позволяющую соединить разрозненные фрагменты в целостное изображение и дающую клиенту ощущение контроля над изобразительным процессом путем выбора и комбинирования отдельных элементов композиции.

Противоположное поведение — с низкой степенью контроля над используемым материалом и нечеткими границами образа — проявляется в смешивании цветов в грязную массу, в разбрызгивании или выливании краски или воды, в нанесении краски на тело, разбрасывании глины или песка. Нечеткость границ образов, связанная с хаотичным использованием материалов, иногда отмечается в начале психотерапевтического процесса, до того как между клиентом и психотерапевтом сформировано взаимное доверие, когда клиент исследует границы допустимого поведения и стремится убедиться в том, насколько психотерапевт способен к его безусловному принятию. Хотя это более характерно для детей, нечто подобное происходит и при работе со взрослыми. Как дети, так и взрослые капают краской или пачкают ею окружающие предметы, контролируя свои действия уже после того, когда необходимый уровень в их отношениях с психотерапевтом сформирован. Утрата контроля над изобразительным процессом вызывает образы крови и различных экскретов человеческого тела — мочи, рвотных масс, экскрементов и др.

В арт-терапевтическом процессе иногда бывает трудно провести границу между исследовательскими манипуляциями с материалами и плохим или деструктивным поведением. Клиент переживает чувство вины из-за того, что ему «не удалось сдержать своих чувств» или что у него появилось желание запачкать себя и окружающее пространство. Взрослый испытывает явное замешательство, когда у него появляется непреодолимое желание залить лист бумаги грязной краской, поцарапать его или поскрести по нему ногтями, а также посмотреть, как с него капает краска. Такое поведение связано с переживанием клиентом острой душевной боли, страданием или гневом, для выражения которых он не находит слов. Это может продолжаться в течение нескольких сессий до тех пор, пока клиент не успокоится и у него не появится желание создавать более оформленные образы.

В ходе песочной терапии использование большого количества воды может привести к разрушению ранее созданной композиции, после чего клиент иногда создает новую. Тем самым его работа начинает символизировать смерть и деструкцию. Клиент словно проверяет, насколько психотерапевт готов принять его агрессивность. Психотерапевт может переживать чувства раздражения, наблюдая за тем, как клиент обращается с материалами, и очень важно, чтобы, расставаясь с психотерапевтом в конце сессии, клиент не уходил с ощущением чувства вины и сожаления. Можно ограничить проявления деструктивного поведения, используя подносы, коробки и иные средства, позволяющие клиенту работать в пределах определенного пространства.

Крамер (Kramer, 1971, p. 54) разделяет поведение, связанное с манипулированием материалами и загрязнением окружающего пространства, с одной стороны, и «хаотической разрядкой» посредством использования материалов, принимающих форму необузданного, деструктивного поведения — с другой. Можно представить себе детей, играющих на природе, например на берегу водоема, когда они демонстрируют подобное поведение, получая удовольствие от игры с землей или песком, бросаясь или разрушая то, что строят другие. Для Крамера наиболее интегрированным видом использования материалов является

«оформленная экспрессия», или художественное творчество в полном смысле этого слова, создание символических образов, обеспечивающих самовыражение и коммуникацию (Kramer, 1971, p. 54-55).

Однако критерием «оформленной экспрессии» является не аккуратность в выполнении работы, а способность клиента использовать — с учетом их свойств — широкий набор материалов, начиная с самых плотных и заканчивая жидкими. Такая экспрессия предполагает аутентичный диалог автора с материалами, позволяющий ему передавать свои переживания.

Умения, сила, инструменты и время

Материалы также классифицируются по тому, насколько простым или, напротив, требующим определенного мастерства яв-

ляется их использование. Это тесно связано с переживанием удовлетворения или фрустрации при работе с тем или иным материалом, когда допущенная человеком «ошибка» может быть им исправлена либо нет. Весьма характерным для многих детей и взрослых заблуждением является представление о том, что карандаши — более «безопасный» материал (чем, например, краски), поскольку изображение, сделанное карандашом, можно стереть или исправить, сделав рисунок более совершенным. Использование карандашей не требует особых навыков, но они позволяют создавать лишь четкие и слишком тонкие линии. Карандаши ассоциируются с переходом ребенка из детского сада в первый класс школы, где он в определенной мере расстается со своим прежним «Я», связанным с играми более младшего возраста. Используя карандаши и пытаясь исправить изображение вновь и вновь, ребенок может никогда не закончить свой рисунок. Парадоксально, но использование карандаша для большей «безопасности» вызвано ощущением ответственности за создание «хорошего» рисунка, что часто ведет к переживанию неудовлетворенности и разочарования. Более мягкие, но допускающие значительный контроль над процессом рисования материалы, такие, скажем, как пастель, не требуют мастерства и могут использоваться ребенком и взрослым без большого труда, предоставляя им широкий выбор разнообразных цветов. Переживаемая в ходе работы с пастелью фрустрация обычно связана не с самим материалом, но с тем, что полученный образ не соответствует желаемому. Клиент может смять или разорвать свой рисунок, полагая, что допущенная им «ошибка» слишком серьезна для того, чтобы быть исправленной. Пастель светлых оттенков может быть использована при создании набросков, пока автору не удастся добиться той формы, какую он хотел создать, после чего он может более четко обозначить ее яркими цветами. Исправление допущенных «ошибок», что немаловажно, в этом случае достигается достаточно легко.

Уровень мастерства, необходимого для использования гуаши или акварели, зависит от возраста клиента и уровня требований, предъявляемых им к самому себе. Гуашь и акварель бывает слишком жидкой, капает с кисточки или, вопреки замыслу автора, продолжает «самостоятельно двигаться», вызывая у

него интерес либо, напротив, страх. Готовность клиента принять «ошибки» и отказаться от контроля над процессом изображения приводит к большей спонтанности, креативности и переживанию неожиданных моментов, позволяющих ему создать нечто новое. Тем самым гуашь и акварель способствуют развитию спонтанности. Использование таких материалов, как дерево, камень, гипс и масляные краски, требует наличия специальных инструментов, умений и знания свойств этих материалов, а также больших затрат времени, а иногда и физической силы. Каждый допущенный промах может сопровождаться переживанием фрустрации, поскольку в большинстве случаев ошибки невозможно исправить.

В отличие от дерева, камня и масляных красок, работа с которыми требует большой точности и умений, такие средства, как глина, коллаж или песочница, допускают легкое изменение формы и, в итоге, создание такого образа, который устраивает автора в наибольшей степени. Работа с песочницей позволяет легко создавать новые образы и не требует каких-либо умений. Клиенту достаточно лишь выбирать предметы и располагать их на песке. Сам же песок может быть оставлен без каких-либо изменений либо использован для воплощения образов. В юнгианской песочной терапии клиенту не разрешается изменять песочную композицию и заменять миниатюры после того, как она была создана. Интересным следствием подобной практики является то, что клиент начинает воспринимать ее как возможность проверить границы психотерапевтических отношений и оставляет любые попытки совершенствовать свое мастерство при использовании материалов. Клиент — ребенок или взрослый — может свободно бросать песок, лить в песочницу воду или располагать в ней большое количество предметов. Тем не менее в использовании материалов и выборе предметов всегда есть определенная логика, и даже если песочная композиция имеет хаотичный характер, она рассматривается как законченный образ, фотографируется и затем разбирается психотерапевтом.

Так, например, 48-летняя женщина, занимавшаяся с арт-терапевтом уже три года, приходя в кабинет, обычно стирала «пыль» с дивана и подушек, прежде чем на них сесть. Она гордилась тем, что является образцовой хозяйкой и однажды за-

явила арт-терапевту, что хотя, он и хороший художник, но вряд ли содержит свой дом в такой чистоте и порядке, как она. Ее рисунки, выполненные пастелью, и песочные композиции отличались большой аккуратностью и эстетическими качествами. Как-то женщина спросила арт-терапевта, что произойдет, если она побросает все расположенные на полках миниатюры в песочницу. Она знала, что после ее ухода из кабинета арт-терапевт должен будет разобрать ее работу и поставить все миниатюры на прежнее место. После того как арт-терапевт сказал, что она может делать все что захочет, женщина будто совершенно спонтанно схватила несколько коробок с миниатюрами — детьми, домами, змеями, ящерицами, летучими мышами, мышами, скелетами и т. д. — и высыпала все в песочницу. Затем, расставив грызунов, насекомых и рептилий по углам, она поместила в одном конце песочницы скелет и бросила в поднос мелкие медные изделия и кусочки стекла изумрудного цвета. Она долго рассматривала результат, обратив внимание на то, что часть предметов оказалась завалена другими: «Здесь много того, чего нельзя увидеть — словно это погребенные землей остатки древних цивилизаций... По ребенку ползут насекомые, как будто он — мусор. Печальная картина: дома лежат опрокинутые, а скелет распластался на песке и не может подняться». Она поняла, что еще очень многие предметы остались не использованными и что ее выбор, по-видимому, не случаен. В процессе работы на нее нахлынули воспоминания, связанные с детством, пришедшимся на военные годы, когда ей довелось испытать лишения. По прошествии некоторого времени она впервые стала рисовать на очень большом бумажном листе и в течение последующих двух лет предпочитала работать красками, используя их все более и более искусно. Пройдя курс арт-терапии, она начала серьезно заниматься живописью.

Другой формой прямого взаимодействия клиента с материалами может быть отказ использовать инструменты и переход к работе непосредственно руками. Прямой тактильный контакт с материалами имеет более интимный характер, аналогичный контакту между матерью и ребенком, когда тактильные ощущения играют важную роль как средство коммуникации. Рисую непосредственно руками, как правило, можно создать только

примитивные изображения, к тому же это приведет к их сильному загрязнению. Использование глины и пластилина позволяет совершать самые разные манипуляции. Тактильное взаимодействие с материалами связано с двумя основными феноменами: созданием оформленных визуальных образов и сохраняющимся ощущением материала на поверхности тела. Гуашь и глина при прямом контакте с ними прилипают к коже — это может вызывать неприятные чувства и ощущение загрязнения. Фостер (Foster, 1997, р. 55) описывает, как психотический пациент закричал, испугавшись, что его «ладони трескаются». Другому показалось, будто «грязь проникает ему под кожу».

Дистанцирование от материала достигается применением «промежуточных» материалов или предметов, например, оборачиванием пастели бумажной лентой либо помещением карандашей или маркеров в деревянный или пластиковый футляр. Такие инструменты, как кисть или ножницы, дают ощущение контроля над материалом. Их употребление предполагает определенную координацию движений, но не требует каких-либо особых усилий. Работа с плотными материалами может потребовать использования таких инструментов, как молоток, резец или стамеска и предполагает движения, ассоциирующиеся с проявлением агрессии, а также значительную силу, развитую моторику, точность действий и значительные затраты времени.

Работа с разными материалами связана с различными затратами времени, что определяется не только свойствами самих материалов, но и способностями клиента к концентрации, обладанием теми или иными навыками, умением планировать свои действия, физическим и психическим состоянием, наличием физических недостатков т. д. Обычно арт-терапевтические сессии, в которых участвуют клиенты с нормальной способностью концентрации, рассчитаны на 60 минут, хотя могут продолжаться и по 45 или 50 минут. Создание изобразительного продукта, как правило, не требует больших затрат времени, однако изобразительное творчество как «оформленный экспрессивный акт или искусство в полном смысле этого слова» (Kramer, 1971, р. 54-55) обычно требует достаточного време-

ни и концентрации внимания, а также ухода от контактов с внешним миром. Дополнительное время требуется для завершающего обсуждения. В индивидуальной или групповой работе, особенно при интенсивной художественной деятельности, время летит незаметно. Глубоко погружаясь в творческий процесс, клиент утрачивает привычное его ощущение. Иногда переход от невербальной экспрессии к обсуждению работы с психотерапевтом, требующий возвращения в привычную среду, кажется клиенту слишком резким. Он испытывает потребность в более продолжительных сессиях, и временные ограничения вызывают у него чувства фрустрации и гнева. Таким образом, временной фактор во многом определяет успех психотерапии и требует тщательного учета потребностей клиента.

Двухмерные и трехмерные материалы

Разделение изобразительных материалов на двухмерные и трехмерные позволяет понять особенности их использования клиентами. Рисунок, живопись и коллаж предполагают работу на плоскости. Создаваемые при этом образы являются двухмерными. Однако иногда краска наносится таким толстым слоем, что вызывает ощущение объемности образа. Глина и пластилин являются плотными трехмерными материалами, позволяющими создавать обособленные объемные образы. Можно привести, однако, случаи, когда глина и пластилин размазываются по бумаге и создаваемое при этом изображение напоминает рисунок. Фостер указывает на страх трехмерности, характерный для психотических пациентов, и их нежелание работать с глиной. Она пишет:

Что бы пациент ни делал, ему трудно полностью избавиться от ощущения трехмерности создаваемого образа, наличия в нем переднего плана и того, что может быть за ним скрыто» (Foster, 1997, p. 54).

Она полагает, что глина, будучи трехмерным материалом, воспринимается почти как живое существо и вызывает у человека желание непосредственного физического контакта с ним. Человек погружает в глину пальцы, словно проникая при этом

в тело. Мягкость и пластичность материала ассоциируются с интимностью контакта, телесными ощущениями и независимостью. Это безусловно может вызывать сексуальные переживания, наслаждение, отвращение и страх.

Боязнь трехмерности и интимности влияет на процесс создания песочных композиций. Если человеку неприятен чувственный элемент взаимодействия с песком, он может оставить песок нетронутым, располагая на нем, однако, фигурки. В этом случае песок воспринимается клиентом как двухмерный материал — некое подобие бумаги. Очевидная трехмерность миниатюр и предметов, обладающих устойчивыми формами и четкими пространственными границами, также игнорируется, когда клиент просто кладет их на песок. Шаверьен (Schaverien, 1987; 1992) разделяет «схематичные образы», требующие словесного описания, и «образы во плоти», которые не поддаются словесному описанию, но «говорят сами за себя». «Плоские» песочные композиции можно рассматривать в качестве «схематичных образов», в то время как композиции с оформленным песочным фундаментом, являющимся основной для расположения миниатюр, можно отнести к «образам во плоти».

ГЛАВА 7

КЛАССИФИКАЦИЯ МАТЕРИАЛОВ В АРТ-ТЕРАПИИ

В этой главе представлена классификация материалов, обычно используемых в арт-терапии, которая основана на критериях, описанных в главе 6. Классификация включает две основные группы материалов. Первую составляют основные неструктурированные материалы, не имеющие какой-либо устойчивой формы — как мягкие, пластичные, которые трудно контролировать, так и более сухие, плотные, твердые, которые возможно контролировать (Landgarten, 1987). К первой группе относятся глина, гуашь, акварель, маркеры разной толщины, пастель, мел и уголь, тесто, пластилин, коллаж, цветные карандаши и простой карандаш. Вторую группу составляют материалы, имеющие определенную форму, текстуру и цвет. Свойства данных материалов определяют способы их использования и значение. Эта группа, в свою очередь, включает четыре подгруппы. К первой относится бумага разных типов, предназначенная для художественных работ; ко второй — использованная бумага или ткань, обои, газеты, журналы, фотографии, билеты, шерсть, нить и т. д.; к третьей — определенные предметы или их фрагменты; к четвертой — различные связующие материалы. Качества разных материалов представляют различные психические свойства и типы переживаний. Реакции клиента на материалы могут определяться как этими качествами, так и цветом материала, его размерами, а также ассоциациями с различными событиями жизни человека.

НЕСТРУКТУРИРОВАННЫЕ ПЛАСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В АРТ-ТЕРАПИИ

- Естественные и изготовленные вручную или промышленным способом;
 - двумерные и трехмерные;
 - мягкие, влажные, текучие либо плотные, сухие и допускающие контроль над изобразительным процессом;
 - предполагающие использование инструментов или непосредственную работу руками;
 - различающиеся по степени физических усилий, необходимых для работы с материалом; различающиеся по затратам времени; различающиеся по символическому содержанию; различающиеся по типу образов.
1. **Глина:** естественный материал, трехмерный, пластичный, предполагающий непосредственную работу руками или использование инструментов; требует определенных физических усилий, разных затрат времени, символизирует тело, фекалии, грязь; стимулирует создание конкретных образов, связанных с телом и его органами.
 2. **Гуашь:** продукт промышленного производства; двумерный; пластичный; предполагает использование кистей и других инструментов, а также непосредственную работу руками; требует минимальных усилий и различных затрат времени, активизирует фантазию; смешивается с водой, позволяет закрашивать поверхности и создавать более плотные среды, ассоциирующиеся с кровью и экскрементами.
 3. **Акварель:** продукт промышленного производства, включает естественные и синтетические ингредиенты; двумерный; пластичный; плохо контролируемый; предполагает использование кистей и губки; требует минимальных усилий и различных затрат времени; активизирует фантазию и появление легких, эфемерных образов; ассоциируется с мочой.

4. **Маркеры:** продукт промышленного производства; синтетический; двухмерный; пластичный и контролируемый; материал, являющийся в то же время инструментом; не требует усилий, но может предполагать многочисленные короткие штриховые движения при раскрашивании поверхностей; затраты времени различны; стимулирует создание схематичных, шаблонных образов, активизирует фантазию.
5. **Масляная пастель:** продукт промышленного производства; двухмерный; пластичный и контролируемый; предполагает непосредственную работу руками, различную степень физических усилий и затрат времени; стимулирует появление самых разнообразных образов, начиная с легких и воздушных и заканчивая тяжелыми или связанными с телом.
6. **Пастель и уголь:** натуральный пигмент или обожженное дерево; двухмерные; пластичные и контролируемые; предполагают мягкость и точность движений и непосредственную работу руками для рисования и раскрашивания; не требуют усилий; затраты времени различны; способствуют появлению самых различных образов, включая легкие, фантастические и загадочные.
7. **Пластика (игровое тесто):** синтетический материал; трехмерный; плохо контролируемый; предполагает непосредственную работу руками; не требует усилий; затраты времени различны; может быть разделен на части и снова соединен в общую массу; способствует изображению простых образов.
8. **Пластлин:** синтетический материал; трехмерный; контролируемый; предполагает высокую точность изображения и непосредственную работу руками; может использоваться для создания двухмерных изображений; требует определенных усилий; затраты времени различны; способствует созданию конкретных, иногда схематичных образов; яркие цвета способствуют активизации фантазии; позволяет изображать любые темы.
9. **Коллаж:** сочетает естественные и синтетические материалы; двухмерный и трехмерный; контролируемый; предполагает высокую точность изображения и непосредственную

работу руками, связанную с расположением на плоскости и прикреплением к ней, а также использование инструментов для вырезания и раскрашивания; не требует усилий, но предполагает затраты времени на организацию композиции и исполнение работы; способствует созданию различных образов как интегративного, так и дезинтегративного характера; связан с необходимостью выбора материалов для создания композиции.

10. **Цветные карандаши:** материал, сочетающий естественную деревянную оболочку и пигменты, но изготавливается промышленным способом; двухмерный; контролируемый; предполагает высокую точность изображения; не позволяет достигать ярких красочных эффектов; требует непосредственной работы руками; затраты сил невелики, но предполагают множество движений рукой при раскрашивании; позволяет создавать как аккуратные, точные, конкретные, так и фантастические образы.
11. **Простые карандаши:** материал изготавливается из дерева и графита; двухмерный; контролируемый; твердый, высокоточный, однако может использоваться для растушевки и стираться; предполагает непосредственную работу руками; не требует усилий, но может предполагать множество движений рукой для раскрашивания; позволяет создавать высокоточные, детализированные образы и делать исправления путем стирания; необходимость в высокой точности изображения может ассоциироваться с первым классом школы и переходом от игр более младшего возраста к более взрослым занятиям и необходимостью подчинения авторитетам.

ОФОРМЛЕННЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В АРТ-ТЕРАПИИ

1. **Бумага:** изготовленная промышленным способом бумага может использоваться как двухмерный материал и при этом прикрепляться с помощью клея или скрепок, либо

быть скомкана или свернута, создав при этом трехмерные формы.

- *Белая бумага для рисования*: должна быть плотной; белый цвет в качестве основы для рисования является нейтральным по отношению к большинству других цветов; может иногда восприниматься как метафора света или пустоты; не содержит красителей; все наносимые на нее цвета, смешиваясь, создают более темные оттенки; неиспользованные участки могут восприниматься как своеобразные «мертвые зоны», когда они не интегрированы в общую композицию.
- *Целлофан*: прозрачный, блестящий; создает «экран» или «границу» между наблюдателем и тем, что находится за целлофаном; позволяет передавать легкость, воздушность, загадочность, имеет различные оттенки.
- *Туалетная или оберточная бумага*: нежная, полупрозрачная, легко мнущаяся; позволяет передавать слоистость, легкость, воздушность; имеет различные оттенки.
- *Коричневая бумага*: плотная, теплая, «абсорбирует» разные цвета; служит «средним» цветом, позволяющим создавать на его фоне как более темные, так и более светлые образы.
- *Цветная бумага*: плотная, гибкая; имеет различные оттенки, получаемые путем использования синтетических красителей, которые на свету быстро теряют свою яркость. Хорошо подходит для коллажа и конструирования.

2. Двухмерные подручные материалы и «отходы производства»: эта подгруппа включает любые материалы, пригодные для использования в художественной работе, начиная с личных и заканчивая найденными предметами.

- *Использованные билеты, записи, газеты, журналы, марки, оберточная бумага, обои*: подобные материалы могут затрагивать темы личного и интимного характера.
- *Ткань, шерсть, Шнур, веревка, нитки*: мягкие и пластичные, могут затрагивать темы личного и интимного характера. Выступают в качестве метафор различных качеств

самого художника. Крепятся с помощью клея, скрепок, нити или путем пришивания.

3. Предметы и их детали: в арт-терапевтическом кабинете полезно иметь набор небольших предметов и их деталей. Они могут быть использованы при создании коллажа и ассамбляжа. Все эти предметы имеют определенное содержание, связанное с их прежними функциями, формой, материалами, из которых они изготовлены, следами их изношенности и т. д. Различные наклейки с изображением глаз, звезд и животных также могут составлять части такого набора.

- *Пуговицы, гвозди, спички, зубочистки и т. д.*: все это может также пригодиться для создания коллажей, ассамбляжей и объемных композиций.

4. Связующие материалы: различные используемые клиентом связующие материалы, а также количество способов их использования могут свидетельствовать о характере его отношений с психотерапевтом и другими людьми, степени доверия к ним.

- *Скотч, изолента, скрепки, клей, проволока, цепочки*: предметы и материалы могут скрепляться друг с другом и с поверхностью слабо или сильно. Форма скрепления имеет агрессивный (с использованием металла) или мягкий характер.

ГЛАВА 8

ПЕСОЧНИЦА В АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ

ПЕСОЧНИЦА: МЕТОД, МАТЕРИАЛ И ДВИЖЕНИЯ

Песочная терапия как метод и набор материалов хорошо сочетается с арт-терапией. Она используется для создания визуальных образов и детьми, и взрослыми. Ее можно применять каждую неделю или перемежать с рисунком, живописью, глиняной скульптурой или играми. Рубин (Rubin, 1984) подробно описывает оборудование арт-терапевтического кабинета, его различные зоны, но не упоминает про песочницу. Кейз (Case, 1987), Грэй (Gray, 1983) и Холлидэй (Halliday, 1987) рассматривают песочницу и миниатюры как составную часть арт-терапевтического кабинета, как средство, объединяющее игру и искусство. Кейз пытается определить роль песка и песочницы среди различных материалов художественной работы, описывая тактильные свойства песка и процесс первоначальной игры, протекающей до того момента, когда клиент не начнет создавать песочную композицию. Игра с песком и водой вызывает неповторимые тактильные ощущения, которые невозможно получить, используя иные арт-терапевтические материалы.

Песочница является инструментом непосредственного создания визуальных образов, в контексте юнгианского подхода ее можно рассматривать как частную форму метода активного воображения. Ходоров отмечает, что

метод активного воображения наиболее часто используется клиентом самостоятельно, без аналитика. Однако некоторые его формы, такие как песочная терапия и движение, обычно предполагают присутствие аналитика, выступающего в роли свидетеля (Chodrow, 1997, p. 17).

Клиент может самостоятельно заниматься художественным творчеством на дому и затем показывать свои работы психотерапевту с целью их обсуждения. В арт-терапевтическом процессе создание художественной продукции, так же как и работа с песочницей, обычно занимает часть общего времени сессии и протекает в присутствии психотерапевта. Присутствие психотерапевта позволяет выявить переживаемые клиентом неуверенность и внутренние сомнения, сохраняющиеся иногда вплоть до момента создания конечного продукта. Очень важным в процессе создания клиентом завершенного художественного образа является поддержка психотерапевтом его творческих экспериментов. Арт-терапевт, имея опыт длительной самостоятельной творческой работы, хорошо понимает все те сложные переживания, которые сопровождают процесс создания художественных образов. Клиент ощущает поддержку со стороны психотерапевта в процессе своих творческих поисков, и это отражается на характере создаваемых им образов.

Арт-терапевт склонен воспринимать материалы как неформленные, неорганизованные вещества. Прежде чем предложить клиенту выбрать миниатюры, он наблюдает за его работой с песком, водой и голубым цветом подноса. При выборе клиентом миниатюр арт-терапевт учитывает не только характер фигур и их расположение в композиции, но также цвет и материалы, из которых они изготовлены. Работая с песком, клиент может создавать различные формы и отпечатки или рисовать на нем. Создание форм из песка напоминает работу с глиной. Однако песочница отличается от бумаги или доски

тем, что представляет собой замкнутое, имеющее стенки пространство, в котором находятся песок и вода. Другим отличием является подвижность песка и его способность возвращаться в недифференцированное состояние. Непостоянство формы песка может вызывать у клиента негативные реакции, так же как и некоторые другие его свойства, которые будут описаны позднее. Когда же клиент чувствует себя при работе с песком достаточно комфортно, он интуитивно совершает с ним определенные манипуляции, ведущие к созданию определенной формы. При повторном применении песочницы клиент начинает более активно использовать скульптурные свойства влажного песка. Готовность к переживанию состояния неопределенности, вызванного творчеством, позволяет ему отстраниться от жесткого контроля над изобразительным процессом. При этом его движения принимают более спонтанный характер и порой напоминают своеобразный «танец», в котором партнерами являются песок и руки. Создаваемые из песка формы отражают их движения. Представлявший собой совокупность разрозненных частиц, песок превращается в целостную структуру. Двигаясь по направлению к телу, а затем от него, в стороны, а после этого к центру, руки создают некую форму, символизирующую восхождение ввысь. Клиенты любого возраста играют с песком и открывают при этом для себя одни и те же базисные движения, позволяющие создавать различные формы, отражающие их внутренние потребности. Юнг писал:

Часто бывает необходимо прояснить неясные переживания, придавая им видимую форму. Это можно сделать, используя рисунок, живопись или лепку. Нередко руки сами знают, как решить ту головоломку, которую напрасно пытался решить интеллект (Jung, 1916/1958, CW8, pag. 180).

ПЕСОЧНИЦА, ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО И ГРЯЗЬ

Песок можно использовать для рисования или как материал для создания объемных форм, однако это отнюдь не бумага и

не глина, специально предназначенные для такого рода работ. Он остается первичным природным материалом. Использование песка в психотерапевтическом процессе чем-то напоминает игру с песком на пляже и предполагает как самые простые попытки изобразить нечто, так и создание настолько более сложных форм, насколько это позволяют размеры песочницы и количество материала. Спонтанное создание из песка каких-либо форм нередко навеивает мысли о детских играх с песком, землей, водой и различными предметами, которые можно считать первой формой «ландшафтного искусства», к которому прибегает ребенок.

В недавнем прошлом, когда производимые изобразительные материалы были рассчитаны, в основном, на художников, в своем творчестве дети пользовались всем, что попадалось им под руку. Там, где еще нет водопровода, они до сих пор нередко играют у естественных источников, пользуясь песком и грязью. С развитием цивилизации и утратой человеком связи с природой, обучение и творческие занятия протекают, как правило, в специально отведенных для этого местах, нередко с использованием компьютеров, а не при непосредственном контакте с педагогом. Большинство родителей не любят, когда ребенок пачкается, играя с теми или иными материалами, и внушают ему чувство вины, связанное с загрязнением. В настоящее время изобразительное творчество, рожденное спонтанной игрой ребенка с природными материалами, встречается очень редко. Материалы сегодня хотя и стали более разнообразными, но в то же время все чаще являются искусственными. Несмотря на то что художники придают большое значение использованию дорогостоящих материалов, было бы ошибочно считать, что художественное творчество возможно лишь с использованием приобретенных материалов и специальных техник.

Потребность в грязи в ходе арт-терапии отмечается у многих детей и взрослых, «пленных» культурой. Это выражается в беспорядочном смешивании различных цветов, растворении глины в воде или заливании ею песка. Простота использования песочницы и тот факт, что песок (или земля) и вода являются наиболее естественными материалами, способствуют проявлению творческого начала.

К. Г. Юнг вернулся к играм детства, связанным с изобразительным творчеством, после 40 лет. В сложное для него время, после разрыва с Фрейдом в 1912-13 гг., Юнг вернулся в своих воспоминаниях к тому периоду детства, когда он создавал на берегу озера «города», используя для этого землю и камни. Давая выход своей фантазии и позволяя себе играть, как ребенку, для которого подобная деятельность является средством обретения психического равновесия, он вновь стал ежедневно заниматься тем же самым (Jung, 1961). В «Тавистокских лекциях» Юнг утверждает, что

«активное воображение», как следует из самого обозначения, означает, что образы обладают собственной жизнью и что символические процессы протекают в соответствии со своей собственной логикой — при том условии, конечно, что сознание не будет этому мешать Oung, 1935/1976, vol. 18, pag. 397).

Детские воспоминания и использование Юнгом тех же игр, которыми он увлекался в детстве, подтверждают тот факт, что спонтанные игры помогают восстановить психическое равновесие, а также, что в ходе этих игр человек может использовать естественные материалы. Строя на берегу озера свои города, Юнг использовал землю и камни — естественную среду обитания первых живых существ и наиболее древние материалы, освоенные человеком. Грязь символизирует «землю, оплодотворенную водой, — источник и потенциал плодородия и роста. Она также ассоциируется с первобытным человеком» (Соорег, 1978).

На берегах Мертвого моря в Израиле находится древняя черная грязь, являющаяся продуктом разложения растительных остатков, смешанных с различными минералами, растворенными в очень соленой воде. Считается, что эта грязь обладает высокими целебными свойствами — она стимулирует деятельность внутренних органов и способствует излечению определенных заболеваний. Дети и взрослые проводят целые дни, обмазывая ею все свое тело за исключением глаз, а затем смывают под душем или в море. Многие любят фотографироваться измазанными в этой густой черной грязи. Они наносят ее руками непосредственно на тело, создавая пятна и различные изображения, что связано с проявлением творческого начала и получением положительных эмоций.

На океанских пляжах песок и вода также используются людьми в качестве грязи: они катаются по песку, закапывают в него друг друга, создают из песка различные сооружения. В одних случаях основой для создания изображений является тело, в других — сам песчаный берег. Созданные на нем рисунки или скульптуры вскоре разрушают волны. Во время купания люди смывают и следы нанесенных на их тела изображений. Приливы и ветер ничего не оставляют от созданных на берегу рисунков и сооружений, на следующий день песчаный берег предстает в своем первоначальном виде. Целебные свойства грязей Мертвого моря и разные виды игр с песком и водой, которыми увлекаются люди на пляжах, лишь некоторые примеры нанесения природных материалов на поверхность тела. Можно также считать, что нанесение грязи или песка на тело и игры с грязью, песком и водой в естественном природном окружении, доставляющие многим людям удовольствие, является своеобразным исцеляющим ритуалом. В ходе психотерапии очень важно создать такие условия, при которых клиент мог бы достичь самоисцеления благодаря спонтанным творческим играм с природными материалами и непосредственной манипуляции с ними.

Арт-терапевтам приходится сталкиваться с проявлением у клиента страха перед изобразительной работой, что вызвано двумя основными причинами. В одних случаях страх клиента связан с представлением о том, что художественное творчество — удел лишь ограниченного числа талантливых людей. В других случаях у клиента имеет место страх грязи и беспорядка, ассоциирующихся с «плохим поведением» и экскретам человеческого тела — тем, что противоречит красоте, порядку и высоким нравственным принципам. Оба этих представления препятствуют занятиям человека простейшими видами художественной экспрессии.

Среда арт-терапевтического кабинета способствует преодолению человеком страха перед игрой с изобразительными материалами. Арт-терапевтический кабинет не может, разумеется, заменить естественное природное окружение, где человек испытывает ни с чем не сравнимое ощущение свободы. Однако, находясь в этом окружении, у него отсутствует возможность

общения с арт-терапевтом, выступающим в роли свидетеля изобразительной деятельности клиента и подчеркивающим ее значимость. В ходе арт-терапии ни одно из проявлений творческой инициативы клиента — будь то его попытка создать некое простейшее изображение, объединение нескольких предметов в коллаж или построение песочной композиции — не ускользает от внимания специалиста. Это способствует тому, что вызванные художественным творчеством переживания оставляют в душе клиента более глубокий след. Благодаря общению клиента с психотерапевтом эти переживания стремятся найти свое разрешение и сохраняются как часть общего процесса до следующей сессии, но в то же время отражают и процесс индивидуации. В работе «Трансцендентная функция» Юнг пишет:

«Направление совершенно необходимо для сознательных процессов, но как мы уже заметили, оно сопряжено с неизбежной односторонностью. Поскольку психика является саморегулирующейся системой, такой же как тело, бессознательное будет стремиться восстановить психический баланс, противодействуя сознанию» (Jung, 1916/1958, CW8, par. 159).

СОЗДАНИЕ ИЗОБРАЖЕНИЙ И ОТПЕЧАТКОВ

Создание изображений и отпечатков связано с реализацией человеком своих потребностей в игре и творчестве и начинается уже в первый год жизни. Ребенок начинает замечать, что, совершая определенные движения, он оставляет следы на поверхности предметов. Графический «диалог» детей и взрослых с окружающим миром проявляется в том, что они сознательно пытаются оставлять на снегу или песке свои следы, проводят пальцами по пыльной поверхности мебели или осевшей на стекле влаге. Замечая, что оставляют на поверхности предметов различные следы, дети продолжают создавать их сознательно и утверждают тем самым факт своего существования. Писая на землю, мальчики выводят определенные фигуры. Более глубокие следы создаются с помощью палочки, камня или ножа. На стволах деревьев и скамейках в парках можно найти вырезанные изображения сердец и написанные имена. Граффити

рисуют на каменных или бетонных поверхностях. Создание следов на окружающих предметах является для человека временной или постоянной формой «ландшафтного искусства». Следы на песке, песочные замки и другие сооружения вскоре разрушаются водой и ветром. Созданные во время перемены на грифельной доске изображения и надписи будут стерты перед началом следующего урока. Нам приходится часто сталкиваться с рисунками и надписями на загрязненном стекле автомобиля или на стене, а, отправившись в пустыню, мы можем наткнуться на камни с надписями, оставленными представителями древних цивилизаций. Мы обнаружим рисунки, созданные 25 000 лет назад на стенах пещер; с помощью этих рисунков древний человек, возможно, пытался обозначить свое присутствие на той или иной территории и преемственность жизни. В этих же местах отыщутся и начертанные туристами имена и даты. Мы все оставляем подобные следы на окружающих нас предметах и являемся их зрителями.

Детям интересно создавать такие изображения — это является для них удивительной игрой. Они могут подолгу создавать различные образы на поверхности предметов, постепенно совершенствуя свои изобразительные навыки. Создание визуальных образов становится для детей одним из способов невербальной коммуникации. Винникотт (Winnicott, 1971) указывает на то, что игра для ребенка представляет основное средство познания и взаимодействия с окружающим его миром. Не имея возможности играть, ребенок не может развиваться. Свободная игра способствует формированию и развитию «Я», и ребенок начинает дифференцировать внешнюю и внутреннюю реальность. Таким образом, в процессе формирования идентичности ребенка имеет место свободный выбор им целей игры, что делает ее адекватной потребностям ребенка и задачам его развития.

Нам вряд ли захотелось бы оставлять на поверхности предметов какие-либо следы, если бы мы не стремились создать при этом некий образ. Рисую или создавая какую-либо иную продукцию, мы руководствуемся тем, что представляет для нас наибольший интерес, и это делает создаваемые образы особо значимыми. Мы можем тратить на их создание немало времени и сил,

стремясь подчеркнуть отличие этих образов от других. Аналогичным образом люди, живущие племенами, украшают и готовят себя к различным ритуалам, которые воспринимаются ими как нечто совершенно отличное от обыденных событий. Ритуалы являются особыми совместными действиями целой группы людей, — действиями, которые позволяют им получить некий общий, значимый для всех опыт (Dissanayke, 1992). В арт-терапии образы особого рода создаются в присутствии специалиста или группы психотерапевтов. Демонстрация и обсуждение с психотерапевтом или с группой специалистов этих образов становятся значимым событием, приобретающим особый смысл для всех участников арт-терапевтического процесса.

Создание изображения является взаимодействием между человеком и тем предметом, на поверхности которого оно создается. Художественный продукт, представляющий собой единство основы и нанесенного на нее изображения, превращается в метафору взаимоотношений между нами — как некой «поверхностью» или «основой» — и теми «изображениями», которые «нанесли» на нас сама жизнь. Родители, другие родственники, друзья, учителя, общество и окружающая среда оставляют на нас различные по форме, размеру и цвету изображения. Некоторые из них приятны, ценны или полезны, другие причиняют нам боль. Изобразительное искусство, таким образом, отражает наш жизненный опыт.

Создание изображений и форм при игре с песком и в арт-терапии

Находящийся в естественном природном окружении песок побуждает человека к спонтанной изобразительной деятельности. Каждый ребенок учится наполнять песком формочки и делать «пирожки», оставлять на песке отпечатки своих рук и ног, чертить линии, создавать из песка горки, рыть ямки и тоннели, а также капать мокрым песком, пытаясь построить замки. Ребенок зарывает в песок отдельные предметы или части своего тела, а затем их из песка извлекает. Игры с песком являются общепринятой формой развлечения детей и взрослых, отдыхающих на пляжах. Создание более сложных сооружений

из песка способствует развитию художественных способностей и приносит человеку глубокое удовлетворение, вызванное реализацией им своих творческих потребностей и получением положительной оценки со стороны окружающих. Однако песок всегда возвращается к своему естественному бесформенному состоянию, поэтому жизнь произведений, выполненных из песка, коротка. Либо их разрушают сами создатели, когда уходят домой, либо они остаются еще какое-то время нетронутыми, пока их неизбежно не уничтожат люди или природные процессы. В этой форме игры с песком творчество и разрушение неразрывно связаны.

Сравнивая игры с песком в естественном природном окружении с песочной терапией, протекающей в защищенном пространстве арт-терапевтического кабинета, можно увидеть несколько важных различий. Одно из них заключается в различных мотивах и целях деятельности. Игры с песком на пляже допускают равное право всех людей включиться в них как в один из видов занимательного эксперимента с этим природным материалом и связаны с созданием конкретных форм. Арт-терапевтический кабинет представляет собой защищенное пространство, предназначенное для индивидуальной работы с песочницей и изобразительными материалами, являющимися продуктами промышленного производства. Песчаный пляж не имеет определенных границ и предполагает свободный доступ песку, воде, ракушкам и камням; однако набор материалов ими и ограничивается. Пространство арт-терапевтического кабинета гораздо меньше пляжа, и имеет конкретные размеры; в нем имеется большой выбор материалов, и, кроме того, кабинету выполняет роль теменоса, удерживая переживания и проявления фантазий клиента. Это дает тому неограниченные возможности символической экспрессии, позволяющие создавать всевозможные формы как изобразительного творчества, так сделанные из песка или при помощи любых предметов, которые он может выбрать. Поэтому в условиях арт-терапевтического кабинета его песочная композиция будет отличаться от созданных другими людьми. Потребности в творчестве, таким образом, реализуются путем создания символических образов, отражающих неповторимый внутренний мир клиента.

На пляже человек подобен миниатюрной фигурке. В арт-терапевтическом кабинете или в ходе песочной терапии он больше создаваемых им образов. Клиент воспринимает их с "позиции управляющего этими образами после того, как они найдут свое конкретное воплощение. На пляже игра с песком является одной из форм физической активности, предполагающей использование разных частей тела. Ограниченные размеры арт-терапевтического кабинета, стол для рисования и песочница не дают клиенту возможности использовать иные части тела, кроме рук. Находясь на пляже, человек может играть с песком в одиночестве. Возможно, кто-то лишь время от времени будет обращать внимание на то, что он делает. В арт-терапевтическом процессе психотерапевт постоянно присутствует рядом с клиентом в качестве свидетеля, поддерживая его при создании визуальных образов, сопереживая и наблюдая за всем творческим процессом а не рассматривая исключительно его конечный продукт. Присутствие заинтересованного наблюдателя в лице арт-терапевта подчеркивает важность создаваемых клиентом образов. Значение имеет не только конечный продукт изобразительного творчества клиента, но и опыт его взаимодействия с психотерапевтом, становящийся достоянием внутреннего мира клиента.

Песочница и многочисленные миниатюрные объекты — арена символического представления. Работа с песочницей становится важным этапом психического роста клиента и может начинаться с создания им неких форм, напоминающих те, которые создаются из песка на пляже. В то же время мелкий поднос голубого цвета, символизирующего воду, со сравнительно небольшим количеством песка, не может обеспечить реальной ширины, глубины и высоты, необходимых для создания масштабных работ. Ограничено и количество воды, которое можно использовать при создании песочных композиций. Все эти ограничения заставляют клиента создавать лишь иллюзию реальности, подобно тому, как это делается в живописи или на рельефе. Осознав и приняв эти ограничения, клиент сможет дать волю своему воображению, и тогда создаваемый в песочнице мир выйдет далеко за рамки ее физических размеров — в ней возникнут ширина, глубина и высота с их бесконечными

возможностями. Песочные миры — это страницы продолжающегося мифа, на котором сфокусировано внимание клиента и психотерапевта, и они знают, что этот миф простирается далеко за физические границы песочницы.

Очень часто в процессе психотерапии клиенты используют не только бумагу, краски, глину и песок, но и в определенном смысле самого психотерапевта. Клиент стремится к тому, чтобы психотерапевт испытал те же чувства, что и он. Создавая образы, клиент проделывает нечто подобное и с ними, заставляя эти образы «чувствовать» то, что чувствует сам. Создание клиентом изображений и трехмерных форм в соответствии с его внутренними потребностями отражает разные события его жизни. Для того чтобы их ясно увидеть, понять и решить связанные с ними проблемы, он нуждается в некоем «зеркале». Таким «зеркалом» становятся и психотерапевт, и художественный образ — оба они способствуют как психическому росту клиента, так и лучшему пониманию им собственных переживаний. Благодаря художественному творчеству и созданию песочных композиций клиент видит, что является и основой для создания изображения, и самим изображением. Он убеждается в своей способности стать песком, пылью, глиной или бумагой, на поверхности которых могут быть созданы знакомые или, напротив, совершенно незнакомые и непонятные ему изображения, помогающие понять себя и окружающий мир и двигаться дальше, к достижению психической целостности и здоровья.

ГЛАВА 9

МАТЕРИАЛЫ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

ВВЕДЕНИЕ

В этой главе рассматриваются две группы материалов. К первой группе относятся песок и вода. Они являются естественными природными веществами и присутствуют в любой экологической системе. В песочной терапии материалы первой группы могут использоваться либо отдельно друг от друга, сохраняя при этом свои уникальные свойства, либо вместе, в результате чего они меняют свои свойства и формируют третий материал. Ко второй группе материалов относятся различные предметы, используемые в песочной терапии. Все они обладают определенным содержанием, делятся на разные группы и вызывают у клиента различные реакции.

ПЕСОК И ВОДА

Песок

Песок существует уже миллионы лет, отражая геологическую историю земли. Песчаные пляжи имеются во всех частях мира. Цвет песка определяется характером породы, из которой он образовался в результате ее размывания водой и образования

трещин. Дальнейшее дробление фрагментов породы на более мелкие части и их шлифование происходили в результате воздействия на них воды и ветра. Отдельные песчинки, соединяясь и затвердевая, формируют осадочные породы, которые, в свою очередь, могут вновь подвергаться фрагментации. Нередко песок океанских побережий содержит мельчайшие раковины и фрагменты скелетов морских животных, многие миллионы лет назад подвергшиеся разрушению и шлифовке (Mask and Leistikow, 1996). Они являются свидетельством существования форм жизни, некогда обитавших в воде, которая являлась для них домом.

Песок может быть очень мелким и белым, желтоватым и коричневатым или даже почти серым или красноватым. В песочнице белый песок формирует нейтральный контрастный фон, на котором хорошо видны камни, раковины и миниатюрные фигурки. На фоне более темного песка цвета естественных предметов и миниатюр «скрадываются», и их формы выделяются не столь отчетливо.

Песок является бесформенной массой отдельных гранул, перемещающихся под воздействием внешних сил. При смешивании с водой песок позволяет лепить устойчивые трехмерные формы, создавать поверхности с различной текстурой, выкапывать ямы, зарывать и выкапывать предметы, а также, капая влажным песком, создавать фантастические замки. Песок образует естественную границу между океаном и землей, а в песочной терапии символизирует элемент Земли, материнское начало, устойчивую, непреходящую основу бытия - то, что поддерживает, питает и включает в себя все формы жизни.

Особенности игры с песком определяются его свойствами. Если речь идет об игре с песком на пляже, то в работу может быть вовлечено все тело, которое едва прикрыто одеждой. Человек может лежать на песке, и это тоже своего рода работа с ним. В психотерапевтическом кабинете песочница представляет собой одну из разновидностей невербальной символической игры. При этом с песком контактируют одни лишь руки. Человек не выбирает песок — он уже заполняет поднос, так же как человеческая сущность «заполнена» плотью. Так же как тело, песок можно ошутить, прикасаясь к нему. Песок символизиру-

ет бесформенность, за которой следует этап сотворения форм, что происходит на каждой сессии.

Обычно на подносе находится вполне определенное количество песка. Это является метафорой либо того количества материи, которое имеется во Вселенной, либо той энергии, которой располагает человек. Песок, так же как материя и энергия, может переходить из одного состояния в другое и перемещаться в новое место. В природе под воздействием воды и ветра он может перемещаться на большие расстояния, и в то же время всегда является частью общей земной субстанции.

В процессе психотерапии энергия клиента направляется и перераспределяется более равномерно, что символизирует перемещение клиентом песка из одной части подноса в другую от сессии к сессии. Ровная поверхность песка говорит о равномерном распределении энергии. Любое давление руки на песок вызывает нарушение равновесия и определенное напряжение в композиции: появление более высоко и более низко расположенных участков; скопление песка в одной части и уменьшение его количества в другой; формирование горизонтальных и наклонных плоскостей и т. д. Весь песок может быть сдвинут в одну часть песочницы. Это создает скопление песка, отчетливо выделяющееся на фоне голубого цвета внутренней поверхности подноса: остров в центре, окруженный со всех сторон водой; песчаный участок на одной половине подноса, в то время как другая представлена голубым цветом; песок, обрамляющий голубое пространство в центре песочницы.

Песок может вызывать ассоциации со зном, холодной водой, наготой, похоронами или строительством. Некоторые клиенты избегают пользоваться песком, словно его пластические свойства никак ими не восприняты. Такие клиенты воспринимают песок так же, как стол или пол, в результате чего его пластические и тактильные свойства остаются неиспользованными.

Вода

Без воды нет жизни. Две трети нашей планеты покрыто водой, а человеческое тело на те же две трети состоит из нее. Человек потребляет больше воды, чем иные наземные существа. Чело-

веческий плод развивается в амниотической жидкости. Выражение разнообразных человеческих чувств ассоциируется с различными жидкостями — слюной, слезью, потом, слезами, мочой и кровью. Вода изменяет свою форму под воздействием температуры и гравитации — испаряется, замерзает или течет. Ее различные агрегатные состояния являются метафорами человеческих чувств. В повседневной речи слова, обозначающие свойства воды, нередко используются как метафоры, например: «прозрачный намек», «плыть по течению», «мелко плавает» и т. д. Вода отражает то, что находится вне ее; поддерживает то, что лежит на ее поверхности и позволяет четко видеть то, что находится в ее толще. Клод Моне, французский импрессионист, посвятил последние годы своей жизни изображению водяных лилий, плавающих на поверхности водоемов. Его картины передают тройственное свойство воды — способность отражать, быть прозрачной и поддерживать на поверхности расположенные на ней растения (Wildenstein, 1996).

Вода издает различные звуки, включая капель, приятное журчание, успокаивающий шум ручья или прибоя, могучий грохот прилива и штормовых волн. Не имея возможности течь, вода превращается в болото. Она растворяет различные вещества и изменяет их свойства. Размывая породу, вода превращает ее в песок, перенося и накапливая его затем на берегах рек и океанов. Она очищает и охлаждает, но может проливаться на землю бурными потоками в виде дождя или наводнений. «Любая вода символизирует Великую мать и ассоциируется с рождением, женским началом, вселенским чревом, первичной материей, водами плодородия и обновления, а также с основой жизни» (Соорег, 1978, р. 188).

Райс-Минухин (Ryse-Menuhin, 1992) сравнивает процесс психического развития с течением воды, ссылаясь на перевод 29-й гексаграммы (где речь идет о Водах Бездны) из «Книги перемен» (Wilhelm, 1951, р. 115):

Она течет и течет, заполняя все пространства; она не пытается обойти стороной опасные места или обрывы; ничто не может отнять у нее присущих ей качеств. Во всех обстоятельствах она остается верной себе самой. Так строгое следование истине в сложных ситуациях позволяет сердцем постичь суть происходящего,

а когда суть происходящего постигнута сердцем, линия поведения складывается сама собой.

Кальфф сравнивает изображение клиентом потока, увлекающего за собой камни, с описанием текущей воды в «Книге перемени»: «Вода течет непрерывно и достигает своей цели. Она течет и нигде не накапливается. Она не утрачивает своих свойств даже тогда, когда течет в опасных местах» (Kalff, 1980, p. 79).

Песок и вода

Песок и вода находятся друг с другом в определенных отношениях. Оба этих вещества существуют с незапамятных времен, лишены каких-либо границ и пребывают в постоянном движении. По отдельности они бесконечно перемещаются и текут под воздействием гравитации и атмосферных процессов. Находясь в жидком виде, вода лишена какой-либо определенной формы. Песок является плотной субстанцией и также не имеет формы. Соединяясь, песок и вода могут образовывать устойчивые формы или превращаться в грязь в тех случаях, когда воды больше, чем песка. Аналогичным образом, испытывая сильные чувства, человек утрачивает равновесие. Содержащие воду изобразительные материалы, такие как акварель, гуашь и глина, способствуют выражению чувств, особенно, если используются достаточно свободно. Вода присутствует в песочнице, однако она впитывается в песок, делая его влажным. Иногда, когда клиент хочет воспользоваться очищающими свойствами воды и ощутить ее движение, у него возникает желание использовать ее в чистом виде. В некоторых случаях можно предоставить ему такую возможность, наполнив водой какую-либо емкость.

ПРЕДМЕТЫ ПЕСОЧНИЦЫ

Содержание и характер предмета являются для клиента «психическим материалом». В качестве такого «психического материала» предметы делятся на разные группы, в зависимости от их внешних признаков. Кроме того, при выборе предметов кли-

ент руководствуется материалами, из которых те изготовлены. Ниже перечислены предметы, которые необходимо иметь при проведении песочной терапии. Обычно их набор включает различные исторические и современные фигуры и объекты, отражающие обыденную реальность, религиозные представления и мир фантазии. Естественные природные объекты составляют особую группу. Набор предметов, используемых в песочной терапии, был бы «безжизненным», если бы в него не входили такие предметы, как камни, кости, раковины, ископаемые фрагменты, минералы, дерево, солома, семена, сухие цветы и листья, обработанное водой стекло, перья и т. д. Изготовленные человеком предметы могут быть сделаны из пластмассы, резины, металла, обожженной глины, стекла и других материалов путем литья или штамповки, а также вырезаны вручную из дерева или камня.

Существует качественная разница между предметами, созданными самой природой, без участия человека, и теми, которые являются продуктом его деятельности. Естественные предметы и материалы появились в результате природных процессов, протекавших, возможно, многие миллионы лет, или — такие, как растения — выросли из упавшего в землю зерна, и поэтому символизируют человеческие свойства, которые проявлялись в силу естественных процессов и при наличии соответствующих условий. Возможно, клиент обратился за психотерапевтической помощью в связи с тем, что ему не удалось реализовать свой природный потенциал. Ему хочется добиться этого и достичь гармонии и определенных изменений в своей жизни, используя заложенные в его психике возможности саморегуляции (Jung, 1916/1958, CW, par. 159).

Выбирая песочницу, а не рисунок или живопись, клиент тем самым стремится установить контакт с заложенным в нем природным началом, и напротив, выбирая рисунок или живопись, он хочет сохранить более тесную связь с человеческой культурой. В первом случае человек будет работать преимущественно на внутреннем, первичном уровне, а во втором случае — на внешнем, культурном.

Естественные природные объекты и материалы используются в ходе различных ритуалов, медитации и иных практиках

во многих частях света. В культуре североамериканских индейцев найденные в природе камни и деревья, напоминающие фигуры животных (иногда их специально вырезают из этих материалов), используют в качестве талисманов, при медитации, с целью лечения — для помощи отдельным лицам или племенам в целом (Bennett, 1993). Наблюдения за жизнью животных послужили основой для многочисленных легенд о качествах различных животных и присущем им знании законов жизни. «Призывая в качестве своего помощника то или иное животное, человек пытается установить гармоничные отношения с теми качествами, носителями которых это животное является» (Sams and Carson, 1988, p. 13). Разнообразные тотемные столбы на северо-западе Америки, символизирующие предков, обеспечивают племенам защиту и покровительство и требуют уважительного отношения. «Личный тотемный столб» — психотерапевтический метод, разработанный трансперсональным психологом Галлегос (Gallegos, 1990). Он связан с изучением образов семи животных «тотемного столба», находящихся «внутри нас». Эти животные ассоциируются с семью чакрами, или энергетическими центрами, расположенными вдоль вертикальной оси человеческого организма (Ousley, 1949). Данный метод в определенной степени связан с методом активного воображения Юнга. Найденные археологами в разных частях мира куклы и фигурки животных отражают потребность людей древности использовать эти предметы в качестве посредников при общении с миром природы и определенными аспектами своего внутреннего мира. Эти предметы использовались для игры или в различных ритуалах, «становясь тем самым транзитными объектами между людьми и богами или между людьми и их чувствами» (Steinhardt, 1994, p. 205). Таким образом, становятся понятны привлекательность, которой обладают в наших глазах различные предметы, и то, почему выбираемые клиентом в ходе песочной терапии предметы или фигуры животных обозначают его определенные личные качества. Их выбор также отражает потребность в самовыражении и исцелении, достигаемых благодаря установлению человеком внутренней связи с качествами соответствующего предмета или животного.

Эмоциональная привязанность к предмету

Среди разных форм креативно-экспрессивной терапии арт-терапия является единственной, позволяющей трансформировать внутренние образы в реальные объекты. Изобразительный продукт и песочная композиция создаются в защищенном пространстве психотерапевтических отношений. Изобразительный продукт и песочная композиция остаются в кабинете до конца сессии. Иногда клиент выражает желание взять созданное изображение домой. Очевидно, что он не может забрать с собой песочницу, хотя вполне в состоянии забрать миниатюрный предмет, представляющий для него особую ценность. Для клиента это может представляться значимым по двум причинам: во-первых, предмет является свидетельством развития у клиента способности к созданию художественных образов; во-вторых, он отражает рост самоуважения клиента, доверие к психотерапевту, его поддержку, обеспечивающую психическую устойчивость клиента в процессе творчества.

Забирая предмет домой, клиент, однако, не застрахован от того, что он вызовет критические замечания или, наоборот, полное равнодушие окружающих, либо будет поврежден или утерян. Все это может обесценить опыт, полученный при работе клиента с этим предметом, подорвать его самоуважение и доверие к процессу создания художественного образа, протекавшего в присутствии психотерапевта. Если же клиент уносит с собой не конкретный объект, а его внутренний образ, связанный с процессом создания изобразительного продукта или песочной композиции, то этот образ будет не подвержен внешним влияниям. Ассоциирующийся с ним положительный опыт психотерапевтических отношений станет внутренним достоянием клиента, и он сможет воспользоваться им в различных ситуациях, не связанных с психотерапией. В то же время клиент поначалу не может не видеть разницы между самим объектом и его внутренним образом и заявлять о своем желании иметь конкретный предмет, напоминающий ему о психотерапевтической работе, будь то созданная им миниатюра, текст или рисунок, который он мог бы взять с собой в качестве талисмана.

Изготовление миниатюры

Недорогие миниатюры обычно сделаны из пластмассы. Они не боятся воды, довольно прочны, позволяют передавать мелкие детали и использовать красители. Существуют и недорогие наборы пластмассовых миниатюрных фигурок, изображающих диких или домашних животных, солдат и военную технику, ковбоев и индейцев с вигвамами, кактусами и тотемными столбами. Другие наборы подобных миниатюр могут включать персонажей популярных фильмов или библейских персонажей. Обычно бывает трудно найти изображения девочек и женщин за исключением тех случаев, когда фигурки изображают персонажей мультфильмов. Более дорогие наборы миниатюр, изображающие мебель и персонажи кукольного дома, участников определенных исторических событий или военных действий, обычно изготавливаются из фарфора или металла. Их высокая стоимость и хрупкость мешают их использованию в песочной терапии.

Выбор клиентом той или иной готовой миниатюры отражает его потребность в исцелении и связан с характером и символикой выбранной фигурки. Выбирая пластмассовые или резиновые фигурки, клиент обычно ориентируется не на материал, из которого они изготовлены, а на характер фигурки и сюжет создаваемой сцены. Металлические фигурки обладают различной достоверностью в изображении характера образов. Нередко металлические сувениры продаются в местах, наиболее часто посещаемых туристами. Они изображают исторических деятелей, здания, священных животных либо представляют собой декоративные шкатулки и украшения разного качества. Некоторые из этих изделий связаны с местной традицией и не могут быть приобретены в других частях света. Металлические солдатики или персонажи кукольного дома зачастую имеют высокую стоимость и приобретаются коллекционерами, собирающими определенные сувенирные серии. В то же время используемые в песочной терапии фигурки должны вызывать у клиента живой интерес, который он далеко не всегда в состоянии объяс-

нить. Он может руководствоваться характером фигурки, ее размером или окраской, определенными отдаленными ассоциациями с ней, а также материалом, из которого она изготовлена. Если имеет особое значение материал фигурки, это заметно по ряду признаков. Так, например, клиент может выбрать деревянную фигурку собачки из набора других фигурок собак из пластмассы, дерева, стекла, металла, глины или камня. Иногда различные фигурки, составляющие песочную композицию — людей, инструменты, транспортные средства или животных — изготовлены из одного материала, такого как металл, дерево, стекло или минералы. Во всех этих случаях материал будет иметь для клиента определенное значение.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ В ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ НАБОР ПРЕДМЕТОВ

Основной набор используемых в песочной терапии предметов включает несколько сотен миниатюр. Они подразделяются на несколько категорий, каждая из которых включает ряд подгрупп. Для создания такого набора могут потребоваться годы, хотя само по себе это является интересным занятием. Все предметы должны быть достаточно прочными, чтобы не разрушаться от неумелого обращения и воздействия водой. Особо красивые и хрупкие предметы требуют бережного обращения, и при их использовании детьми следует принять дополнительные меры, для того чтобы не допустить их повреждения. Всегда есть опасность того, что коллекция миниатюр окажется слишком большой и ее размеры не позволят удовлетворить сиюминутные потребности клиента. Так же как и в жизни, невозможность в сложившихся условиях удовлетворить определенные потребности является фактором личностного роста и призвана побуждать клиента к изменению и реализации своего творческого потенциала.

Ниже перечислены основные предметы, используемые в песочной терапии. Они разделены на несколько категорий, связанных с характером живых существ, которые послужили про-

тотипами фигурок. Каждая из этих категорий включает живые существа, обитающие в той или иной среде — на земле, в воде или в воздухе. Хотя понятие «огонь» в этот перечень не входит, клиент может обозначить связь выбранных им предметов с огнем — животных, ведьм, духов, демонов или ритуальных объектов. Психотерапевт может дополнить набор используемых им миниатюр всем, что представляется важным ему и его клиентам.

Типы предметов, используемых в песочной терапии

1. **Люди:** должны быть разного возраста и пола. Необходимо также иметь несколько фигурок младенцев, детей, матерей, отцов, бабушек и дедушек. Должны быть представлены разные профессии и виды спорта; представители первобытных и племенных структур, причем, по возможности, целыми семьями; фантастические персонажи легенд и сказок, включая ведьм и колдунов, боги и богини разных народов, а также ангелы.
2. **Наземные животные:** эта подгруппа должна включать изображения диких животных — млекопитающих, грызунов, земноводных, пресмыкающихся, червей, обитателей джунглей, равнин, пустынь, горных животных (в том числе домашних животных различных видов), доисторических животных — таких как динозавры, животных из мультфильмов.
3. **Летающие животные:** эта группа включает в себя птиц, обитающих на воде и на суше, диких и домашних, птиц — персонажей мультфильмов, доисторических птиц (птеродактиль, археоптерикс), а также насекомых — муравьев, мух, москитов, жуков, кузнечиков, пауков и бабочек.
4. **Водные обитатели:** к этой подгруппе относятся всевозможные виды рыб, включая обитающих в тропических широтах, — акулу и рыбу-меч, дельфинов и китов, а также моржи и морские коттики, осьминоги, крабы, моллюски, морские коньки.
5. **Жилища и дома с мебелью:** эта подгруппа должна быть представлена характерными для разных народов разнообразными домами, — от маленьких и скромных до больших и богато украшенных, а также пещерами, палатками или шатрами, зданиями больниц и тюрем. В набор должна входить мебель для кухонь, ванн, спален, гостиных, а также садовая и больничная мебель.
- !. **Домашняя утварь и продукты:** горшки и сковородки, тарелки, чашки, блюда, ножи, вилки, ложки, а также разные продукты в достаточном количестве.
- . **Деревья и другие растения:** эта подгруппа должна включать разные виды деревьев, по возможности как можно более достоверно передающие их детали, цветы и т. д. (иногда можно использовать и реальные растения).
8. **Объекты небесного пространства:** солнце, луна, звезды, радуга, облака, молния.
9. **Транспортные средства:** эта подгруппа включает разные виды транспорта, предназначенные для перемещения по земле (велосипеды, автомобили, грузовики, танки), воде (лодки, парусные суда, корабли) и воздуху (самолеты, вертолеты, ракеты, парашюты).
10. **Объекты среды обитания человека:** заборы, дорожные знаки и оборудование; мосты, ворота, порталы и т. д.
11. **Объекты особого рода:** маски, орудия труда, вулканы, весы правосудия, маятник, вазы, часы, музыкальные инструменты, пирамиды, яйца, костер, памятники и надгробия, саркофаги, религиозные объекты, зеркала, ларцы, коробки и бутылки, оружие.
12. **Аксессуары:** ткани, фотографии, шерсть, нити, пуговицы, цепочки, гвозди, шурупы, ювелирные изделия, монеты, портфели.
13. **Естественные природные объекты:** кристаллы и минералы, камни, кости, окаменелости, куски металла и дерева, сухие растения, желуди, семена, ракушки, перья, отполированные водой куски стекла, птичьи гнезда.

Расположение предметов

Обычно миниатюрные предметы располагаются на полках: Они могут быть сгруппированы по категориям (люди, животные, дома и т. д.). Некоторые психотерапевты ставят предметы разных категорий вперемешку друг с другом, для того чтобы клиент комбинировал их по своему усмотрению, выбирая и включая их в свою композицию. Когда предметов настолько много, что они не умещаются на полках, можно пользоваться прозрачными пластиковыми емкостями, помещая в них предметы определенного типа. Так, например, в одной емкости могут находиться рыбы, в другой — домашние животные, в третьей — лошади, в четвертой — младенцы, в пятой — деревья и т. д. Это позволяет сэкономить пространство и клиенту поиск нужных ему предметов, а также облегчает уборку. После сессии психотерапевт, разбирая песочную композицию, иногда не имеет времени на то, чтобы очистить все предметы от песка. Проще помыть предметы, находящиеся в пластиковом контейнере, чем всякий раз стирать пыль и песок с полок и стоящих на них сотен предметов.

ГЛАВА 10

КЛАССИФИКАЦИЯ МАТЕРИАЛОВ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Любые предметы или материалы, используемые в песочной терапии, могут быть выбраны клиентом интуитивно. Однако, будучи включенными в песочную композицию, они становятся символами, обозначающими другие предметы и определенные качества. Краткая классификация применяемых в песочной терапии материалов может помочь понять символическое значение, связанное с использованием песка, воды и тех материалов, из которых изготовлены миниатюры.

ПЕСОК И ВОДА

Песок

Песок является естественным природным материалом, существующим миллиарды лет. Он подвижен и легко меняет свою форму; он может быть рассыпан на плоскости или образовать объемные формы; использование песка в песочной терапии не требует каких-либо физических усилий; клиент может работать с песком руками или использовать те или иные инструменты; создание из песка различных форм требует определенных затрат времени и позволяет передавать метафорические образы, ощущение бесконечности, неустойчивости и изменений, равнодушия и целый ряд других.

Вода

Вода также является естественным природным веществом, существующим с незапамятных времен. Она может находиться в жидком, твердом или газообразном состоянии; не имеет постоянной формы; манипуляции с водой в песочной терапии не требуют каких-либо физических усилий; ее невозможно контролировать; вода может выступать в качестве метафоры глубины, покоя, бурного движения, чистоты и т. д.

МАТЕРИАЛЫ, ИЗ КОТОРЫХ ИЗГОТОВЛЕНЫ ПРЕДМЕТЫ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Металл

Во многих культурах металл рассматривается как эмбрион, зарождающийся в земном чреве. Разные металлы ассоциируются с разными планетами и богами. Золото ассоциируется с Солнцем, а серебро — с Луной; свинец — с Сатурном, железо — с Марсом, медь и бронза — с Венерой, ртуть — с Меркурием (Cooper, 1978, p. 105).

Камень

v

Во многих культурах камни символизируют кости Матери-Земли, прочность, бессмертие и вечность. Камни используются при строительстве и сооружении фундаментов. Вертикально стоящие камни являются фаллическими символами. Кроме того, камень может выступать в качестве обозначения центра мира, пуповины, соединяющей землю с небом (Cooper, 1978, p. 160).

Стекло и кристаллы

Кристаллы образуются глубоко под землей под воздействием высокой температуры и давления в течение многих тысяч лет. Красота кристаллов открывается нам, лишь когда их извлекают из земли. Они символизируют исцеляющее воздействие

психотерапии, которое становится возможным вследствие глубокой внутренней работы, когда в психике протекают процессы кристаллизации и в зорам клиента и психотерапевта затем предстают их результаты. Стекло является результатом производственной деятельности человека. Оно отличается чистотой, прозрачностью и прочностью. И кристаллы, и стекло также символизируют чистоту, взаимопонимание и духовный опыт (Cooper, 1978, p. 48).

Минералы

Набор предметов для песочной терапии включает минералы разного цвета и степени обработки — как в натуральном виде, так и отшлифованные. Некоторые кристаллы кварца совсем недороги, но производят сильное впечатление. Минералы символизируют скрытые ценности. Их разрезание и обработка ассоциируется с открытием заключенной в предмете красоты и богатый потенциал природного начала.

Дерево

Во многих культурах дерево рассматривается как *капнма материя*, из которой было создано все. Обработка дерева с использованием различных инструментов символизирует упорядочение хаоса. Дерево ассоциируется с колыбелью, гробом или ложем новобрачных (Cooper, 1978, p. 194). Семена деревьев символизируют рост, развитие, энергию жизни и процесс формирования личности.

Раковины

Раковины всех форм символизируют связь с водой и луной. Форма некоторых раковин ассоциируется с женскими гениталиями. Улитка вылезает из раковины подобно ребенку, появляющемуся на свет из материнской утробы. Жемчуг формируется в теле устриц. Жизнедеятельность моллюсков связана с лунными фазами. В целом раковины рассматриваются как символ сексуальности, плодородия и рождения — физического и

духовного (Eliade, 1991). Среди используемых в песочной терапии предметов должны быть раковины разных форм и размеров.

Кости

Кости символизируют вечность жизни и возможность воскресения. Одновременно они напоминают о смерти и краткости земного существования. В набор используемых в песочной терапии предметов входят настоящие кости, зубы и черепа мелких животных, а также пластиковые кости и миниатюрные скелеты динозавров и людей.

Перья

Перья символизируют истину. Они ассоциируются с небом и ветром, легки и напоминают о полетах к иным мирам. Окраска и принадлежность перьев к разным видам птиц определяют их специфическое содержание, что отражает использование перьев в различных церемониях (Cooper, 1978, p. 65).

Пластмасса

Пластмассами называются

любые типы синтетических или естественных материалов, которым в тот момент, когда они мягкие, может быть придана та или иная форма, после чего они затвердевают. К ним можно отнести многие виды резины, полимеры, производные целлюлозы, казеиновые материалы и протеины (New Webster's Encyclopedic Dictionary of the English Language 1997, p. 509).

Пластмассы могут символизировать разные виды упаковок и продукты промышленного производства, современное общество и характерное для него стремление производить внешний эффект для того, чтобы как можно выгоднее продать тот или иной товар или идею.

ГЛАВА 11

ЦВЕТ

В арт-терапии присутствие или отсутствие тех или иных цветов является важным индикатором состояния клиента и переживаемых им эмоций. Преобладание одних цветов и их различные сочетания могут быть результатом спонтанного выбора, хотя их присутствие в изобразительной работе придает ей специфический оттенок и требует особого анализа и понимания психологического содержания цвета. Цвет может подходить или не подходить для изображения того или иного предмета. Коричневый цвет обычно выбирается для изображения земли или ствола дерева. Попытка же клиента изобразить коричневым цветом небо или голубым — ствол дерева указывает на наличие у него определенных эмоциональных нарушений. В песочной терапии присутствуют всевозможные цвета — различные оттенки сухого и влажного песка, голубой цвет внутренней поверхности подноса, цвета различных предметов. Выбор клиентом тех или иных цветов является одним из факторов эмоциональной экспрессии. В этой главе содержится краткий обзор психологического значения цветов, которое необходимо учитывать, для того чтобы лучше понимать работу клиента.

Присутствие цвета

Органическая жизнь на земле развивалась благодаря адаптации организмов к присутствию или отсутствию солнечного

цвета, к климату и географическому положению. Солнечный свет содержит в себе всю цветовую гамму. Проходя через испарения воды, солнечные лучи преломляются, в результате чего образуется радуга. Она включает в себя последовательность разных цветов. Сначала идет красный цвет, потом оранжевый, за ним — желтый. Эти цвета составляют «теплую» часть спектра. За желтым идет зеленый цвет, затем — голубой, синий и фиолетовый. Они образуют «холодную» часть спектра.

Жизнь, свет и цвет взаимосвязаны. Каждый из шести составляющих радугу цветов по-своему влияет на рост и жизнедеятельность растений и животных. Каждый цвет оказывает также определенное физиологическое и психологическое воздействие на человека, попадая на сетчатку глаз и на кожу, а также воздействуя на слизистую оболочку желудка вместе с употребляемыми продуктами. Свойства каждого цвета можно рассматривать на трех уровнях: универсальном, культурном и личностном. Универсальные свойства связаны с тем, что цвет является частью видимого спектра и воздействует на живые организмы. Культурные факторы, включая место жительства человека и социально-экономические условия его существования, определяют избирательное отношение к цветам. Личностный уровень цветовосприятия включает в себе определенную систему ассоциаций, которую человек формирует с каждым цветом, а также с различной степенью предпочтения разных цветов (Clark, 1975; Ouseley, 1949; Walker, 1991).

Цвет, как и свет, не имеет субстанции. Цвет разных предметов определяется избирательной абсорбцией лучей света различными пигментами. Пигменты — это сухие нерастворимые вещества, способные окрашивать ткани растений и животных, которые могут быть экстрагированы из природных или синтетических веществ для создания различных красителей. Смешивая пигменты с маслом, пластмассой или водой, получают масляные и акриловые краски, либо акварель или гуашь. При уплотнении и очищении пигментов получается пастель. Хотя вещество, с которым смешивается пигмент, также имеет свои свойства, каждый цвет воздействует на нас определенным образом.

Цветовой спектр состоит из шести цветов, следующих в том же порядке, что и в радуге: красный, оранжевый, желтый, зеленый, синий и фиолетовый. Вторичными цветами называются оранжевый, зеленый и фиолетовый. Они возникают в результате смешивания двух первичных цветов. В цветовом спектре расположенные друг против друга цвета называются комплиментарными. Таковыми являются красный и зеленый, оранжевый и синий, желтый и фиолетовый. Во всех комплиментарных парах один цвет является первичным, другой — вторичным. При смешивании комплиментарных цветов возникает комбинация всех трех первичных цветов, поскольку вторичный цвет состоит из двух первичных. Если речь идет о лучах разного цвета, то соединение лучей комплиментарных цветов сопровождается появлением белого света. При соединении трех пигментов первичных цветов образуется коричневый или черный цвет. Когда комплиментарные цвета расположены рядом друг с другом, это вызывает эффект вибрации (Albers, 1963).

Цвета вызывают у различных людей различные реакции. Так, например, красный цвет является цветом драматическим, он стимулирует двигательные реакции и эмоциональную экспрессию. Красные пигменты, так же как киноварь или красный кадмий, могут ассоциироваться с чувствами радости и любви. Более темный оттенок красного цвета ассоциируется с глубокими переживаниями и чувством гнева. Синий цвет оказывает успокаивающий эффект и ассоциируется с эмоциональной отстраненностью. В целом синий цвет символизирует духовные качества и мышление, однако более темные его оттенки синего цвета могут обозначать отстраненность, депрессию или даже смерть.

В зависимости от ассоциаций, вызываемых у человека разными цветами, он отдает предпочтение одним и, наоборот, избегает другие. Когда, в силу неприятных ассоциаций, человек избегает использовать какой-либо цвет, положительные характеристики этого цвета также не проявляются. Аналогичным образом, отдавая предпочтение какому-либо цвету и используя его в своей одежде или в оформлении интерьера, человек не осознает, что этот цвет может также ассоциироваться с определенными психологическими проблемами. Так, напри-

мер, одна женщина носила одежду красного цвета, полагая, что так выражает свою любовь. Однако, используя красный цвет при создании нескольких живописных работ, она осознала, что, общаясь с близкими, испытывает сильные чувства раздражения и гнева, хотя эти чувства до этого никогда не связывались ею с красным цветом. Благодаря работе с чувством гнева она перестала носить одежду красного цвета и стала отдавать предпочтение другим цветам.

СИНИЕ ОПЕНКИ: КОБАЛЬТ И ЛАЗУРЬ Г

В арт-терапии или песочной терапии цвет можно воспринимать как своеобразный материал или «объект». У любого цвета есть различные оттенки и возможность быть представленным различными пигментами. Хотя они похожи друг на друга, но не могут переходить один в другой. Используемая художниками «цветовая карта» включает разные оттенки каждого цвета — как более светлые, так и более темные; как бледные, так и яркие. Для их создания используются различные пигменты, и каждый из этих оттенков вызывает специфические ассоциации. К примеру, разные оттенки синего цвета могут быть представлены лазурью, кобальтом синим, ультрамарином и др. Каждый из них отличается особыми свойствами, интенсивностью и разной степенью присутствия в них зеленого, синего, красного или черного цветов.

В песочной терапии, как уже неоднократно говорилось выше, синей краской выкрашена внутренняя поверхность подноса, это в той или иной степени всегда заметно. Дно подноса обнажается, если песок отодвинуть в сторону; при этом хорошо видно синее поле. Освобождая от песка значительные участки дна подноса, клиент демонстрирует предпочтение синего цвета, так же как он бы его продемонстрировал, выбирая предмет или краску этого цвета. С учетом того, что синий цвет имеет множество оттенков, важно, чтобы внутренняя поверхность подноса была выкрашена в тот, который бы ассоциировался с глубиной. Вода, небо и синий цвет вызывают устойчивые ассо-

циации с бесконечной глубиной, высотой и далью. Использование влажного песка, в котором присутствует определенное количество воды, указывает на то, что работа связана с представлением о глубине. Клиент отдает предпочтение сухому песку в тех случаях, когда представление о глубине для него не актуально. Памятуя о том, что представления о глубине ассоциируются с разными оттенками синего цвета, можно предположить, что лазурь, как более светлый оттенок синего цвета, в меньшей степени связана с глубиной, чем более темный кобальт. Поэтому поднос для сухого песка лучше выкрасить изнутри в лазурный цвет, а поднос для мокрого — в синий кобальт. В этом случае выбранные для раскрашивания подноса оттенки в большей степени соответствуют характеру работы с сухим и мокрым песком.

ЦВЕТ КАК СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ ЖИВЫХ СИСТЕМ I

Поскольку цвет ассоциируется с разными чувствами и поведением, в арт-терапии и психологии он используется как метод диагностики (Luscher, 1969; Ulman, 1965). В изобразительном искусстве цвет всегда используется в качестве символа, особенно когда речь заходит о ритуалах и религиозном искусстве (Clark, 1975; Walker, 1991). В манифесте Кандинского от 1911 г. обозначены принципы современного искусства, в частности, что выбор художником того или иного цвета или формы должен определяться внутренними потребностями творца; это является проявлением аутентичности его творчества. Кандинский также описывает физические и психологические характеристики разных цветов (Kandinsky, 1977).

В древней тибетской и китайской философии цвет рассматривается как один из элементов, включенных в целостную систему жизненных процессов, следование которой позволяет человеку достичь гармонии и жить в соответствии с законом Пяти элементов. Элементы этих двух философских систем слегка отличаются друг от друга, однако для их обо-

значения используются одни и те же пять цветов. Пять элементов китайской системы — это дерево, огонь, земля, металл и вода, которым соответствуют зеленый, красный, желтый, белый и синий цвета. Помимо этого, каждый элемент связан с соответствующим временем года, органом тела, временем суток, стороной света, вкусом, чувством, звуком, запахом, пищевым продуктом и т. д. В то же время из одного элемента может возникнуть другой: из дерева возникает огонь, из огня — земля, из земли — металл; из металла — вода, из воды — дерево. Таким образом, все элементы являются частью целостной динамической системы, ни один из них не является более значимым, чем другие. Цвет в данной системе неотделим от гармонии и здоровья (Connelly, 1979).

Другой системой, в которой цвет связан с представлением о гармонии жизни, является индуистская система энергетических центров человеческого организма или чакр, располагающихся вдоль позвоночного столба. Чакры рассматриваются в качестве «динамических центров жизненной силы и сознания — генераторов праны и мест вхождения космической энергии в систему человеческого организма» (Ouseley, 1949, p. 70). Цвета, обозначающие разные чакры, расположены в том же порядке, в каком они представлены в радуге: в основании позвоночного столба расположена чakra красного цвета; над ней, на уровне селезенки — чakra оранжевого цвета; в области солнечного сплетения — чakra желтого цвета; чakra зеленого цвета находится в области сердца; чakra голубого цвета — посередине горла, чakra синего цвета — между глаз, а чakra фиолетового цвета — в области темени. Каждая из них вбирает в себя жизненную энергию соответствующего цвета, которая затем расходуется по всему телу.

Североамериканские индейцы верят в то, что Полная Радуга состоит из небесной и земной радуг, образующих в своем соединении бесконечный разноцветный круг. Каждому человеку при рождении дается определенный цвет, и на протяжении своей жизни он должен постичь многообразие значений этого цвета, а затем освоить значения других цветов (Rhinehart and Englehorn, 1984, p. 37-43).

Черный, белый и коричневый цвета отличаются от других цветов. Белый фактически означает отсутствие каких бы то ни было цветов и в то же время их единство и баланс. В китайском «Законе Пяти Элементов» белый цвет символизирует металл. Черный означает полное отсутствие света. Черный цвет «Закон Пяти Элементов» связывает с синим цветом, тогда как коричневый с желтым — символом земли. Используемые в качестве пигментов черный, белый и коричневый цвета являются очень важными и в сочетании с другими цветами часто используются клиентами при создании художественных работ. Присутствие черного цвета рядом с другими цветами усиливает их яркость. Соседство красного кадмия с черным цветом указывает на переживаемое клиентом чувство гнева. Близость желтого кадмия с черным свидетельствует о высокой осторожности клиента. Ультрамарин в сочетании с черным указывает на наличие у клиента депрессивного состояния. Приводимые ниже характеристики различных цветов связаны с представлением об их исцеляющих возможностях и с обозначаемыми ими чувствами.

ЦВЕТОВАЯ КАРТА ДЛЯ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ И АРТ-ТЕРАПИИ

Красный

Красный цвет — теплый, стимулирующий, ассоциируется с кровью, жизнью, силой, витальностью, возбуждением, радостью и любовью. В то же время он символизирует чувственную страсть, гнев и насилие. Оказывает стимулирующее воздействие на двигательные функции и процесс принятия решений, а также провоцирует импульсивное поведение.

Оранжевый

Оранжевый цвет сочетает в себе экстравертированность и импульсивность красного цвета с интуитивностью желтого. Если

клиент выбирает оранжевый цвет, это указывает на его социальность и склонность к легкому, но несколько поверхностному, установлению контактов с окружающими. Этот цвет также указывает на высокую активность и получение энергии вместе с пищей, поскольку существует множество продуктов именно оранжевого цвета. Избыточное количество оранжевого цвета может служить свидетельством неусидчивости и нервозности.

Желтый

Золотой желтый цвет символизирует солнечного бога, мудрость, понимание, интуицию и радость. Желтый цвет занимает срединное положение в спектре, он соединяет теплые и холодные цвета. Он может быть представлен лимонным желтым цветом или теплым золотым желтым. Данный цвет ассоциируется с процессом принятия решений и различными аксессуарами. Предпочтение желтого цвета указывает на склонность клиента к теоретизированию и недостаточную способность к воплощению намеченных планов в реальную жизнь. Кроме того, желтый цвет ассоциируется с деструктивными тенденциями, ненавистью, обманом, трусостью и предрассудками.

Зеленый

Зеленый цвет тесно связан с растительной жизнью, ростом, устойчивостью, надежностью и прямолинейностью. Он обозначает умиротворение, покой, статику и исцеление. Предпочитающие зеленый цвет лица противятся изменениям и не склонны к фантазиям. Желто-зеленый цвет может ассоциироваться с началом новой жизни, активностью, ростом, регенерацией и радостью.

Некоторые оттенки зеленого могут обозначать зависть, лень, эгоизм и депрессию.

Синий

Синий цвет ассоциируется с бесконечной далью или глубиной. Это цвет, обозначающий небо, истину, надежность, гармонию,

покой и надежду. Он оказывает успокаивающее действие, однако в слишком больших количествах может вызывать депрессию. Темно-синий цвет также ассоциируется с неподвижностью, холодом и смертью.

Фиолетовый

Фиолетовый цвет ассоциируется с царственностью, духовностью, вдохновением, загадочностью, мистикой, и магией. В то же время он обозначает самообольщение и снобизм. Темно-фиолетовый цвет также указывает на уход от реальности в мир фантазии.

Белый

Белый цвет символизирует единство и гармонию всех цветов, невинность, веру и истину. Флаг белого цвета означает признание своего поражения. Кандинский связывает белый цвет с молчанием и многообразием возможностей. Он также считает, что белый цвет способен нейтрализовать все другие цвета (Kandinsky, 1977, p. 39).

Черный

Черный цвет символизирует пустоту, отсутствие света и цвета. Он ассоциируется с силой, загадочностью и тьмой, из которой появилась жизнь, а также обозначает скорбь, печаль, зло, колдовство, бездуховность и ад. Кандинский рассматривает черный цвет как символ полной тишины, отсутствия возможностей и обездвиженности (Kandinsky, 1977, p. 39); в то же время черный цвет способен подчеркивать яркость других цветов.

Коричневый

Коричневый цвет ассоциируется с землей, ростом, поддержкой жизни и плодородием Матери-природы — с той почвой, из ко-

торой произошла жизнь. В возрасте четырех-пяти лет дети изображают землю как горизонтальную линию в нижней части бумажного листа, на которой они располагают растения, людей и дома. Отсутствие такой линии указывает на дефицит поддержки и неуверенность ребенка в своих силах. Кроме того, коричневый цвет ассоциируется с экскрементами и ощущением собственной загрязненности, могилой и смертью, а также со стремлением подчиниться воле группы и отказом от индивидуальности.

Часть IV

СОЗДАНИЕ ФОРМЫ ВАРТ-ТЕРАПИИ И ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

ГЛАВА 12

ВИЗУАЛЬНАЯ ЭКСПРЕССИЯ

ГРАФИЧЕСКИЕ ОБРАЗЫ: ИХ «РАЗУМ», «ТЕЛО» И «ДУХ»

Арт-терапия и песочная терапия являются частными видами экспрессивной терапии, связанными творческим диалогом между автором и изобразительным материалом, благодаря чему образы обретают внешнюю, визуальную форму. Диалог с визуальным образом возникает при его движении и озвучивании. МакНифф (McNiff, 1993, р. 3-9) предполагает, что образы являются автономными сущностями, стремящимися себя проявить и рассказать о себе: «Для того чтобы участвовать в воображаемом диалоге, необходимо воспринимать образ как одухотворенное существо, способное оказывать поддержку и выступать в роли проводника». МакНифф считает, что образы нуждаются в таком же уважении, как и люди, и что к ним надо относиться, как к гостям, и проявлять такую же степень внимания. Исследователь полагает, что человек не воспринимает созданные им визуальные образы в качестве проводников до тех пор, пока не поймет, что они не причинят ему никакого вреда, но, напротив, способны помочь определить источник страданий.

Некоторые образы подобны актерам, ожидающим выхода на сцену, для того чтобы продемонстрировать себя и сыграть свою роль. Человеку иногда бывает чрезвычайно сложно пред-

ставить себе некоторые содержания собственной психической жизни — пройдут многие годы, прежде чем они обретут определенную форму. Когда это, наконец, происходит, образы далеко не сразу воспринимаются как воплощение переживаний человека или события его жизни. В то же время каждый имеет определенный ресурс возможностей, связанных с созданием визуальных образов, который позволяет выбирать нужные линии, цвета, формы и их расположение в пространстве. Этот ресурс можно назвать «разумом» образов. «Телом» же образов является конкретная форма визуальной экспрессии и различные материалы, с помощью которых они создаются. Особенности визуальной экспрессии человека становятся более наглядными, если он создает целую Серию художественных работ. «Духом» образов, в свою очередь, считается то, что определяет содержание визуального образа и наполняет его дыханием жизни.

Можно говорить о том, что различные психические состояния выражаются различными движениями. Все они характеризуются определенной визуальной формой. Райн (Rhyme, 1990) говорит: характерный для гештальт-психологии принцип изоформизма позволяет понять, что визуальный образ отражает состояние человека. Она пишет, что изоморфизм

означает сходство или идентичность формы двух предметов при сохранении различий в их содержании и материалах, из которых они созданы... Представление об изоформизме используется в гештальт-психологии как способ преодоления дихотомии разума и тела. Форма и структура переживаний соответствуют (или являются изоморфными) форме и структуре физиологических процессов (Rhyme, 1990, р. 3).

Простейшей формой графической экспрессии является рисование линий. Линия начинается с определенной точки в пространстве и имеет определенную конфигурацию. Линии могут быть прямыми или извилистыми. Каждый тип линий соответствующей конфигурацией вызывает у зрителя ассоциации с покоем или напряжением. Прямые линии могут образовывать различные угловатые формы — треугольники, квадраты, прямоугольники и другие геометрические фигуры. В ходе арт-терапевтических занятий автор этой книги просила

присутствующих создавать быстрые спонтанные зарисовки, символизирующие определенные понятия. Понятия «безопасность» и «ответственность» часто изображаются в виде синих, зеленых или коричневых квадратов. «Смерть» нередко изображается в виде плоского, черного символа. Когда линия разомкнута, она символизирует для многих людей серьезность, решительность и скорость движения; когда же она замкнута и образует некую угловатую форму, то символизирует неподвижность. Диагональные, меняющие свою направленность зигзаги обозначают напряжение и нервозность. Волнистые линии связываются с более медленным, спокойным спонтанным движением и выражают игривость, любопытство и легкомыслие. В то же время более плотный клубок волнистых линий ассоциируется с растерянностью и отсутствием порядка. Извилистая линия также может вернуться к своему началу, образовав форму круга.

Многие люди в виде круга изображают понятие «жизнь», в то время как понятие «творчество» — в виде множества разноцветных волнообразных линий, расходящихся из некоего центра внизу листа.

Горизонтальные линии делят пространство на верхнюю и нижнюю части, нередко ассоциирующиеся с небом и землей, мужским и женским началом. Их «весомость» зависит от соотношения верхней и нижней частей, а также от их окраски и структуры. Верхняя и нижняя части могут соединяться вертикальными линиями, символизирующими связь земли и неба. Эти линии делят поле изображения на правую и левую части, причем части получаются равными или неравными. Многие люди изображают «время» как определенную отметку, расположенную на горизонтальной линии. При этом левая часть линии ассоциируется с прошлым, правая — с настоящим и будущим.

Диагональные линии нередко соединяют противоположности — верхнюю и нижнюю, правую и левую части. Если они проводятся в прямоугольнике, то отражают взаимодействие его противоположных и наиболее далеко расположенных друг от друга точек, а также тенденцию к их объединению в центре. Все это будет более подробно обсуждаться в дальнейшем,

когда речь пойдет о делении пространства песочницы на разные части.

Кандинский (Kandinsky, 1977; 1979) проводил параллели между разными формами, движениями, цветами, звуками, запахами и чувствами. Его психологический анализ элементов визуального творчества может рассматриваться как попытка создания некоего «словаря» изобразительного искусства, позволяющего понять содержание художественной экспрессии. Арт-терапевт пытается понять различные линии, формы, цвета, размеры и расположение в пространстве элементов изображения, их взаимодействие друг с другом и то, с какими чувствами они могут быть связаны.

Художественная форма сама по себе несет в себе определенное содержание, хотя автор мог намереваться выразить в рисунке нечто совершенно иное. Так, например, круг рассматривается в качестве фигуры, в которой центр равноудален от любой точки окружности. Радиус круга всегда в шесть раз короче самой окружности. В нумерологии число шесть символизирует гармоничное соединение частей в целое. Это число изображают в виде сочетания двух треугольников, формирующих шестиконечную звезду и символизирующих единство противоположностей (Wood, 1981). Окружность отделяет внешнее пространство круга от внутреннего. Райс-Минухин (Ryse-Menuhin, 1988, p. 69) пишет: «С точки зрения юнгианского подхода круг представляет собой некое ограниченное волшебное пространство, защищенное извне или изнутри».

Рисунки детей от полутора до трех лет отражают постепенный переход от хаотичных каракулей к созданию циркулярных форм (мандал). Изображение кругов можно рассматривать как первую попытку нарисовать фигуру человека, когда к кругу добавляют в виде лучей руки и ноги. Круг также является отражением целостности «Я». Райс-Минухин пишет, что

Самость обычно представлена центром, вокруг которого находятся иные элементы и окружность. Таким образом, мандала является наиболее убедительным символом Самости, известным в юнгианской психологии (Ryse-Menuhin, 1988, p. 67).

Сочетание круга с отходящими от него линиями может изображать человеческую фигуру, цветок, летающее существо

или солнце, обычно изображаемое в одном из верхних углов или в центре верхней части листа. Изображение солнца является одним из наиболее универсальных циркулярных символов. Во всех культурах оно рассматривается как источник жизни. Дети рисуют солнце с расходящимся от него множеством лучей. Варианты изображения солнца зависят от того, дополняется ли круг прямыми или извилистыми линиями, а также тем, какие при этом используются цвета, каковы размеры и расположение отдельных элементов.

Солнце как символ тепла и света также обозначает родителей. Его свет ассоциируется с просветлением, знанием и законами бытия. Рисуя солнце, ребенок нередко проецирует его изображение на собственных родителей и свои отношения с ними; поэтому его рисунок зачастую — свидетельство того, достаточно ли получает ребенок тепла, любви и поддержки, или нет.

Купер (Cooper, 1978) утверждает, что при изображении солнца прямые лучи символизируют свет, а волнообразные — тепло. Таким образом, помимо содержания рисунка, заложенного в него сознательным стремлением автора, используемые при создании рисунка формы, движения и цвета отражают неосознаваемые психические содержания.

ЧЕТЫРЕ СПОСОБА ПЕРЕДАЧИ БЕСКОНЕЧНОСТИ

Используемый в песочной терапии поднос представляет собой прямоугольный ящик с четкими границами и определенного размера. Он состоит из поддерживающей основы и четырех бортов. Открытый сверху, поднос позволяет человеку получить доступ ко всему, что в нем находится. Множество используемых в песочной терапии миниатюр также имеют определенные размеры и границы. Выбирая их, человек размещает их на подносе с песком. Иначе говоря, и поднос, и предметы имеют определенную форму и размеры.

В отличие от них, песок, вода, голубой цвет внутренней поверхности подноса и воображение самого клиента не имеют каких-либо четких «границ». Каждый из этих элементов по-своему «бесконечен». Первые три — песок, вода и голубой цвет — по-

мимо того, что символизируют бесконечность, являются древнейшими элементами естественного природного окружения. Голубой цвет, будучи частью спектра, существует так же давно, как и сам свет. Вода появилась позже, еще позднее появился песок. Вода, песок и свет издревле существуют на нашей планете. Каждый из элементов этой триады под воздействием природных факторов двигается, течет и перемещается, преодолевая большие расстояния. Используя эти три составляющие в песочной терапии, мы физически вступаем во взаимодействие с тремя первичными элементами природного окружения, существовавшими еще до появления жизни на земле. Для того чтобы создать некую композицию и в начале процесса песочной терапии расположить затем на ней миниатюры, мы, работая с песком, водой и голубым цветом, фактически воспроизводим эволюционный процесс, выраженный в создании первых живых форм, а затем и социальных систем.

Воображение клиента — четвертый «бесконечный» элемент песочной терапии — не имеет границ и тесно связано с огромным потенциалом индивидуального и коллективного бессознательного. При отсутствии четких границ психотерапевтической работы проявления бессознательного представляют для клиента опасность. В песочной терапии бессознательное находит «конкретную форму своего выражения» и благодаря этому утрачивает «свой угрожающий аспект» (Winrib, 1983, p. 47).

ФОРМА, ИЗМЕРЕНИЕ И ИЛЛЮЗИЯ В ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОМ ТВОРЧЕСТВЕ И ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Любой визуальный образ имеет некую основу. Сама по себе основа придает образу определенную форму и рассматривается в качестве фундамента. Понятие «фундамент» определяется как «основа или основополагающий элемент чего бы то ни было; естественное или искусственно создаваемое основание, на котором возводится все остальное; нижняя часть здания, стены или чего-либо еще» (New Webster's Encyclopedic Dictionary of the English Language, 1997). Песок насыпается в песочницу небольшим рав-

номерным слоем и, таким образом, может быть признан трехмерным материалом. Он является фундаментом для создания песочных композиций. Когда клиент не совершает с песком никаких манипуляций, тот представляет собой нейтральный естественный материал, такой же незаметный, как и земля, по которой мы ходим. Такой песок выступает в качестве архетипического символа хорошей матери — кормящей, поддерживающей и условно принимающей своих детей. Отказ клиента работать с песком можно расценить как свидетельство его неспособности отвечать за свои поступки и проявлять самостоятельность, а также как стремление переложить ответственность за свои действия на других. Оставленный нетронутым, песок отражает «тревогу, связанную с песочной терапией, возможно, с утратой привычного ощущения границ "Я"» (Shaia, 1991).

Прежде чем перейти к выбору миниатюр, клиенты работают с основными материалами — песком, водой и голубым цветом. В начале курса песочной терапии клиент стремится потрогать песок и воду. Любое перемещение песка — слабое или более значительное — вызывает его неравномерное распределение на подносе и появление высоко и низко расположенных участков, а также зон с разным характером поверхности. Иногда манипуляции с песком можно рассматривать в качестве своеобразного «знакомства» песка и рук, не имеющего какой-либо иной цели. Манипулируя с песком, клиент ощущает его структуру и даже отдельные песчинки. Предположительно песок является самостоятельной сущностью, поэтому в процессе манипуляций он определенным образом воспринимает движения рук и их энергию и вступает с ними в некий диалог. Взаимодействие рук с песком приводит к появлению определенных форм, отражающих психическое и физическое состояние клиента.

Форма определяется как «внешняя, видимая конфигурация тела, такая его характеристика, которая отлична от его материала и цвета; структура предмета, определяемая ее составом и видом» (Funk and Wagnall's Standard Dictionary, 1961). Данное определение относится как к естественным, природным формам, так и к формам, созданным человеком. Экспрессивная форма, создаваемая в процессе художественного творчества, определяется структурой и взаимоотношениями составляющих ее основ-

ных элементов. В поэтическом творчестве такими элементами являются слова, в живописи — линии, формы и цвета, в скульптуре — массы вещества. Если в произведении есть связующее начало, образ будет представлять единое целое. Если же связующее начало отсутствует, произведение представляет собой набор разрозненных элементов. Слово «измерение» энциклопедический словарь Вебстера определяет как «свойство пространства, протяженность в определенном направлении, размер по длине, ширине и толщине» (New Webster's Encyclopedic Dictionary of the English Language, 1997). Попросту говоря, изображенные на бумаге пятна и линии определенным образом друг с другом связаны. Создание изображений на поверхности камня, песка, земли или дерева определяется свойствами самой основы, однако не приводит к ее качественному изменению. Трехмерные объекты и материалы подобно человеческому телу могут рассматриваться со всех сторон.

Большинство видов изобразительного творчества связано с работой, базирующейся на двухмерной основе, — именно так создаются рисунки, живописные произведения, гравюры. Хотя бумага и холст плоские, сочетая линии, цвет и свет, можно имитировать объем и глубину пространства. Открытие в XV в. флорентийским архитектором и скульптором Филлипо Брунеллески закона перспективы основывалось на использовании определенных технических приемов. Они заключались в том, что, используя для изображения переднего плана более темные оттенки, а для изображения удаленных планов — более светлые, можно добиться имитации глубины пространства. Техника *чиароскуро*, заключающаяся в использовании контрастных светлых и темных оттенков, была усовершенствована Караваджо и Рембрандтом в XVII веке при изображении трехмерных форм.

В конце XIX в. Сезанн для изображения глубины пространства использовал теплые и холодные оттенки. Теплые оттенки всегда воспринимались как более близко расположенные к наблюдателю, чем холодные. Школа живописи под названием *trompe-l'oeil* (что по-французски означает «обман зрения») основана на использовании изобразительных приемов, позволяющих создавать эффект реального присутствия изображенных предме-

тов. Длительное время художники Западной Европы считали изображение иллюзорной глубины пространства обязательным в живописи, однако их взгляды стали меняться после знакомства в середине XIX в. с «плоскими» японскими изображениями. Плоские поверхности, характерные для абстрактной живописи начала XX в., подчеркивали важность психологической «глубины» работы, а не то, насколько художнику удалось создать имитацию трехмерности (Chilvers, 1996).

Слово «измерение» иногда используется как метафорическое обозначение степени возможности и важности того или иного явления. Так, прилагательное «одномерный» может обозначать примитивность оценок; а слово «плоский» — поверхностный юмор. Содержательность формы в изобразительном искусстве определяется степенью взаимосвязи ее отдельных элементов. В арт-терапии понятие «образ во плоти», предложенное Шаверьен (Schaverien, 1992), предполагает, что содержательность образа определяется тем, насколько сильный эмоциональный отклик он вызывает у зрителя, независимо от того, является ли он двух- или трехмерным. В песочной терапии даже весьма осторожные попытки клиента оставить на поверхности песка отпечатки приводят к созданию весьма экспрессивных, структурированных и содержательных образов, хотя они и остаются двухмерными. Создание из песка схематичных образов, например проведение границ между воображаемыми водой и сушей, вместо того чтобы попытаться изобразить их более правдоподобно, также рассматривается как создание двухмерных образов, однако они не содержат экспрессивной окрашенности. Если клиент кладет фигурки на песок, вместо того чтобы их ставить, создавая композицию подобно тому, как это происходит при рисовании, это также можно рассматривать как пример создания схематичного — так называемого «драматического» — образа, а не «образа во плоти».

Промежуточное положение между двухмерными и трехмерными образами занимает рельеф. Будучи более плоским, чем скульптура, рельеф соединяет в себе признаки скульптуры и рисунка. Он включает фундамент или основу, на которой создаются объемные образы разной степени выпуклости, сохраняющие связь с основой. Использование рисунка и попытка

изобразить на рельефе перспективу усиливают ощущение высоты и глубины и превращают рельеф в нечто промежуточное между иллюзорной и реальной формой.

Создание песочной композиции является творческим процессом, напоминающим создание рельефа или ассамбляжа. В то же время использование песка, воды и голубого цвета внутренней поверхности подноса сближает песочную терапию с созданием композиций из песка отдыхающими на пляже. Соответственно, создаваемые при этом формы могут напоминать те, что воздвигаются на пляже. Песок чем-то напоминает глину. Являясь трехмерным материалом, смешиваемым с водой, он легко меняет свою форму. Высыхая и затвердевая, глиняный образ ее сохраняет. Мягкость, пластичность песка, непостоянство его формы, с одной стороны, и четкие границы подноса — с другой, служат разным задачам. Песочная композиция, хотя и является весьма содержательной, конкретной и глубоко затрагивающей эмоциональную сферу клиента, существует непродолжительное время. Создаваемые в ходе песочной терапии композиции ждет примерно та же участь, что и работы, которые создаются на пляже. Спустя короткое время они разрушатся, приняв свою естественную плоскую форму, хотя их создатели не наблюдают за процессом разрушения и «возвращением к естественной форме». Во всех же других видах художественного творчества графический или скульптурный образ сохраняет свою форму и его можно увидеть вновь. Правда, песочные композиции можно фотографировать, но это всего лишь фотография, а не реальный предмет. В любом случае, их фотографии не демонстрируются клиенту до конца всего процесса, который может длиться несколько лет. Если песочная композиция была создана в результате спонтанных действий клиента, и он почувствовал, что это — «то, что нужно», скорей всего, она сохранится в его памяти даже после разрушения. Она становится содержанием психики клиента, формируя новую систему после ее отделения от внешнего песочного «мира».

В процессе работы с песочницей воображение клиента выходит за рамки реальных границ подноса и миниатюрных фигурок. Определенным образом обработанный клиентом песок, принявший вид фундамента с расположенными на нем предметами,

обладает сверхъестественными свойствами. Может возникать ощущение того, что песочная композиция обладает гораздо большей длиной, глубиной и высотой, чем имеет на самом деле. Песочная композиция задает пространству определенные границы и становится центром внимания клиента и психотерапевта.

Некоторые люди в ходе песочной терапии ощущают, что их тело связано с нижней, песочной частью композиции. Размытость нижней границы композиции ведет к тому, что клиент ощущает свое тело как бы включенным в нее. Слияние тела и композиции расширяет ее пространство и вызывает ощущение того, что центр композиции расположен ниже реального физического центра. Другой часто возникающей в процессе песочной терапии иллюзией является то, что песок и вода, которую символизирует голубой цвет, воспринимаются клиентом уходящими в бесконечную глубину, далеко за нижние границы песочницы. Путешествие мифологического героя в подземный мир заканчивается нахождением сокровищ либо его встречей со смертью и последующей трансформацией и обретением божественного покровительства. Использование миниатюр также может быть связано с возникновением иллюзий. Они выступают в качестве метафор значимых для клиента потребностей и переживаний. Кроме того, миниатюры задают им определенные границы и отделяют от окружающего пространства. Может показаться, что содержание миниатюр достаточно «прозрачно», однако при использовании техники «амплификации» обнаруживается новая система ассоциаций и значений. Кроме того, расположение миниатюр дает дополнительную важную информацию об их содержании.

Приведенные примеры иллюзий, возникающих в ходе песочной терапии, отличаются от связанных с созданием ощущения перспективы, света и тени, что, например, характерно для рисования рельефных образов. Для клиентов, которые боятся проникновения в толщу трехмерных материалов, таких как глина и песок, и тактильного контакта с ними, создание иллюзорных трехмерных образов является вполне приемлемой формой психотерапевтической работы.

В процессе творческой деятельности по созданию конкретных образов, отражающих фантазию клиента, вода, песок и го-

лубой цвет выступают в качестве своеобразных партнеров. Воображение отражает способность психики создавать ментальные образы без какого-либо соотнесения их с реальностью. Иллюзии ведут к глубокому разочарованию, когда человек обнаруживает, что мечты и фантазии не могут быть реализованы на практике. Однако, если клиент видит свою работу по прошествии некоторого времени, песочная терапия приводит к не менее глубокому разочарованию. Когда он дистанцируется от созданных образов и утрачивает спонтанность, эти образы часто теряют свой магический оттенок. Это ведет к утрате целостности интроецированных образов и их девальвации. Поэтому песочные композиции остаются в кабинете непродолжительное время, после чего разрушаются. Клиент и психотерапевт наблюдают за процессом их создания и запечатлевают их в своей памяти. Это ограничивает роль песочных композиций и делает непригодными для повторного использования, подобно маскам, чья сила теряется после использования в племенных церемониях и ритуалах перехода, когда они неизбежно уничтожаются (Janson, 1962). В ходе ритуалов маски используются в качестве защиты и своеобразных инструментов контакта между внутренней и внешней реальностью. Аналогичным образом создание и физическое присутствие песочных композиций дает выход внутренним — пугающим и дисгармоничным — проявлениям. Они предстают в форме песочных образов и, постепенно теряя свою «силу сцепления», распадаются. Когда их место занимают новые переживания, в соответствующий момент клиент создает новую работу.

ПРОСТРАНСТВО И ФОРМА В КАЧЕСТВЕ МЕТАФОР В ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Песочные формы создаются из песка (земли). Они не являются ни рисунками, ни скульптурами. В отличие от них, ограниченное количество песка на подносе придает его использованию символическое значение. Структурирование поверхности песка и создание на ней отпечатков, использование голубого цвета в качестве изобразительного элемента композиции, рисование на

песке линий и фигур — все это связано с работой на плоской поверхности. В то же время неравномерное распределение песка на подносе позволяет имитировать высоту и глубину, выступы и выемки, достаточно хорошо заметные для наблюдателя.

Желание быть замеченным вполне естественно для человека. Формирующееся «Я» ребенка укрепляется и поддерживается благодаря тому, что он может обратить на себя внимание окружающих, благодаря одобрителю и восхищенному взгляду матери. Любовь и поддержка крайне важны для психического развития. Желание клиента выделить какую-либо часть композиции проявляется в создании выступов из песка, начиная с небольших возвышений и заканчивая более крупными горками. Если желание человека обратить на себя внимание рассматривается как проявление эгоизма, агрессивности, высокомерия или нескромности, это может вызвать у него чувство стыда, стремление остаться незаметным и «слиться с фоном». Это проявляется в том, что клиент оставляет плоский слой песка совершенно нетронутым либо создает из песка укрытия. Тем не менее желание оставить хоть какой-то след своего присутствия приводит к созданию на песке чуть заметной структуры, которую зачастую даже сложно рассмотреть. Слегка структурированная поверхность песка напоминает «гусиную кожу». Спрятанные в углублениях небольшие предметы также отражают осторожность клиента при раскрытии им некоторых сторон своего «Я». Иногда песочный фундамент оказывается полностью скрытым большим количеством предметов, создающих беспорядочную композицию. И хотя значимые объекты вполне заметны, их трудно выделить в беспорядочном нагромождении миниатюр.

Изображение высоты и глубины в песочной терапии достигается путем создания горок и углублений, а также очистки глубокого дна подноса от песка. Создание возвышений и углублений отражает стремление клиента к достижению более высоких планов существования, либо к «приземленности». Возвышения и понижения выступают в качестве метафор, имеющих соответствующее вербальное содержание. Социальные достижения и духовные переживания выражаются вербальными образами, связанными с движением вверх, такими как «взбираться на вершину», «социальное восхождение», «возвышение», «высоко па-

рить», «возвеличивание». Таким образом, создание холма или горы из песка отражает определенные социальные и духовные потребности. Достигая вершины, человек может увидеть перспективу, и в то же время он стоит на прочном основании.

Создание углублений является метафорами самопознания и духовных поисков, встречи с бессознательным и развития системы представлений. В вербальной метафорической экспрессии связанные с глубиной понятия обычно касаются поиска и нахождения сокровищ или покровительства, переживания печали и отчаяния, а также темы смерти. Некоторыми такими метафорами, использующими образы нисходящего движения, являются «спрятанное сокровище», «достичь нижней точки своих страданий», «чувства, спрятанные на дне души» и др.

Образ воды и ее глубин выступает в песочной терапии как символ встречи с бессознательным. Некоторыми образами такого рода являются родник, пруд, озеро или океан. Клиент интуитивно понимает, какую глубину имеют изображаемые им образы воды. Вода также обозначает глубокие переживания и душевные раны, связанные с утратами. Например, 9-летняя девочка, отец которой умер от тяжелого заболевания, когда дочери было всего четыре года, выразила свои переживания в серии композиций, где пыталась изобразить глубины воды и земли и то, что с ними связано — музей с выставленными там археологическими находками и костями; гробницу фараона с находящейся в ней мумией и ценными предметами; подводный дом русалки с затонувшими сокровищами.

Песочница имеет четыре угла. Угол рассматривается в качестве метафоры замкнутого пространства или ловушки, а также как начало пути. Он ассоциируется с наказанием ребенка, стремлением найти укрытие или наблюдением за тем, что происходит во внешнем мире и дальнейшим движением к центру. В песочной терапии углы используются как безопасное ограниченное пространство. Воображаемый выход за рамки этого пространства может иметь разный смысл, в зависимости от расположения угла по отношению к композиции и от направления движения (вверх, вниз, вправо или влево). Далее обсуждаются различные ситуации, связанные с воображаемым входом в пространство песочницы и выходом из него через углы.

КАРТЫ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Песочные психотерапевты обратили внимание на то, что пространство песочницы используется клиентами вполне определенным образом. Райс-Минухин (Русе-Менухин 1992) предложил схему восьми «зон», показывающую, каким образом

«три основных уровня психической деятельности, а именно — сознательный уровень, уровень личного бессознательного и уровень коллективного (архетипического) бессознательного проецируются на песочные композиции» (р. 91).

Амманн (Ammann, 1991, р. 48) делит пространство песочницы на сектора для того, чтобы понять, какой смысл несет расположение предметов в тех или иных местах подноса. Поднос делится на верхнюю и нижнюю части, а также правую и левые стороны. Верхняя часть рассматривается как патриархальная, связанная с пространством, воздухом и духовным началом. Нижняя часть символизирует матриархальное, связанное с землей, инстинктами и телом. Левая сторона ассоциируется с бессознательным и представляет внутренний мир. Правая, в свою очередь, ассоциируется с сознанием и представляет внешний мир, реальность и жизненные цели человека. При этом каждый угол служит местом как входа, так и выхода различных энергий.

Амманн считает, что нижний левый сектор отражает инстинктивные проявления и творческие импульсы, источником которых является «океан бессознательного». В то же время он поглощает человека и его сознательное «Я». Линия или путь, пролегающие в данном секторе, рассматриваются в качестве своеобразной формы общения человека с качествами, находящимися за пределами левого нижнего угла. Расположение здесь единичных, обращенных лицом вправо предметов можно рассматривать как отражение движения к цели, а так же как переживание клиентом своего одиночества. Амманн связывает нижний правый угол с образом матери и других наиболее близких клиенту людей. Расположение предметов в правом нижнем секторе отражает наличие неразрешенного внутрисемейного конфликта и указывает на роль и место человека в семье.

Верхний левый угол отражает духовный и религиозный опыт. Предметы и пути, расположенные в верхнем левом секторе, связаны с проявлениями воображения, магическими и духовными переживаниями. Через верхний левый угол в песочницу входят и покидают ее духовные энергии — как пугающие, так и защищающие клиента. Верхний правый угол отражает отношения с отцом, школой и профессией. Расположение предметов в верхнем правом секторе демонстрирует движение к будущему.

Амманн считает, что центр песочницы символизирует центр самосознания или «Я». Он отражает наиболее актуальные проблемы личности и связывает разные элементы композиции воедино. Центр обозначает целостность, начало жизни и потенциальные возможности человека. Он выступает в качестве символа начала движения и в то же время обозначает конец пути (Cooper, 1978, р. 32). В песочной терапии в центре песочницы нередко создаются особые формы и располагаются особые объекты. Отсюда может начинаться спираль, завершающаяся в одном из углов либо, наоборот, спираль, начинающаяся в углу, иногда завершается в центре. Диагональные линии, соединяющие противоположные углы, пересекаясь в центре, образуют знак «X».

Брэдвей разделяет пространство⁰ песочницы по ее длине на семь зон, а по ширине — на пять. Это образует сетку, каждая клетка которой имеет соответствующее цифровое и буквенное обозначение, что позволяет быстро регистрировать то, что клиент делает в разных частях подноса. Брэдвей отмечает, что деление песочницы на зоны для лучшего понимания значения предметов, расположенных в разных частях песочницы, может быть различным. Она добавляет: «Если вы собираетесь использовать подобное деление, я думаю, что вам было бы лучше разработать свой собственный метод, основываясь на своем опыте» (Bradway and McCoard, 1997, р. 26).

Исходя из собственного опыта работы с художниками, я сделала вывод, что они интуитивно чувствуют значение материалов песочной терапии и расположения предметов в разных частях подноса. Клиенты же, не имеющие опыта художественной работы, используют песочницу как средство реализации

творческого потенциала или познания своих недостатков. В конце концов, для лучшего понимания пространства, формы и материалов в песочной терапии они полагаются на свои интуитивные возможности. Таким образом, анализ расположения песка, воды и объектов в разных частях подноса позволяет понять содержание всей песочной композиции.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ И КОЛЛЕКТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ И ФОРМЫ

Создаваемые клиентом песочные формы, а также выбор им разных предметов и их расположение на подносе являются актами индивидуального творчества. Многообразие различных вариантов построения песочных композиций отражают не только личные потребности и проблемы клиента, но и характерную для всех людей способность психики к самоисцелению. Создаваемые разными людьми песочные композиции могут характеризоваться сходством форм и пространственного расположения предметов, а также особенностей самих миниатюр. Сходные формы в работах разных людей свидетельствуют о том, что эти люди находятся на одних и тех же стадиях своего психического развития.

Процесс песочной терапии включает в себя создание целой последовательности образов. Создание песочных композиций способствует переходу клиента на следующие стадии процесса индивидуации. При создании своего варианта песочной терапии Кальфф интегрировала собственные представления о процессе психического развития ребенка с юнгианскими представлениями о процессе индивидуации, изложенными в работах Эрика Ньюманна (Neumann, 1954; 1988). Кальфф смогла передать свои взгляды другим юнгианским аналитикам. Среди них была, в частности, Вейнриб, предложившая четкую схему описания различных стадий процесса песочной терапии. Эта схема представляет собой большую ценность, поскольку помогает понять взаимосвязь и значение песочных композиций, создаваемых на разных этапах психотерапевтического процесса (Weinrib, 1983, p. 98). Ниже приводятся эти стадии:

1. Первоначальные реалистические сцены, указывающие на проблемы клиента и возможные подходы к их разрешению.
2. Погружение в личное бессознательное (тьма) и более четкое проявление проблем и подходов к их разрешению.
3. Частичное разрешение основного комплекса.
4. Проявление противоположных качеств психики, центрирование и проявление Самости.
5. Появление нового «Я» и обострение конфликта между мужскими и женскими аспектами личности.
6. Проявление *anima/animus*.
7. Изменение позиций «Я» по отношению к надличностному опыту.
8. Соединение матриархальных элементов психики с патриархальными.

Автор заметил, что в случаях, когда песочная терапия сочетается с арт-терапией, а не с вербальной психотерапией, описанные Вейнриб стадии могут также использоваться для анализа создаваемых клиентом композиций.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ И ГРУППОВЫЕ ОБРАЗЫ

При проведении групповой арт-терапии создание художественной продукции является проявлением индивидуального творчества. Тем не менее в конце групповой сессии, во время обсуждения индивидуальных работ можно наблюдать сходные темы, проявляющиеся в изобразительной продукции нескольких членов группы. Зачастую это также отмечено выбором одних и тех же материалов или цветов, что характерно для рисунков членов группы, работающих рядом друг с другом, хотя и не обращающих внимания на работы соседей. Одна из групп студентов, занимающихся вместе уже третий год, отличалась от других тем, что в рисунках ее членов часто было много общего. И хотя участники к этому привыкли, они иногда с удивлением обнаруживали сходство своих работ, наблюдавшееся даже тогда, когда в ходе

сессий они вовсе не взаимодействовали друг с другом. Так, например, в ходе одной сессии участники группы должны были найти в нарисованных ими каракулях какой-либо образ и шесть человек, сидевших на одной стороне комнаты, определили в них фигуру собаки. Трое или четверо студентов, сидевших на другой стороне, обнаружили в собственных каракулях фигуры птиц. В ходе работы с глиной несколько человек создали различные образы с крыльями, другие участники — образы с наличием отверстий, третьи — образы, напоминавшие змей. Мак Нифф (McNiff, 1986, р. 99) в своем введении к диалогу с Джеймсом Хиллманом пишет:

Не существует какого-либо единственно правильного объяснения художественных образов или сновидений, хотя некоторые объяснения будут более корректными, чем другие. Образы не появляются по воле человека; они обладают своей собственной энергией и не принадлежат ни одному человеку.

Хиллман утверждает, что образы приходят к человеку, потому что любят его. Они

продолжают нас посещать, желая быть нашими гостями, приходя туда, где их ждут, и начиная с нами разговор. Игнорируя образы, мы рискуем их потерять (McNiff, 1986).

Образы собак и птиц, обнаруженные участниками одной группы в ходе арт-терапевтической сессии, отличались друг от друга и отражали различные потребности авторов. Они имели разное содержание. Тем не менее собака часто ассоциируется с «надежностью, бдительностью и благородством». Птицы же символизируют «трансцендентное начало, душу, способность к общению с богами или способность к духовным переживаниям» (Соорег, 1978). Образы собак в работах студентов были символом надежности и отражали стремление участников группы к сплоченности и взаимной поддержке. Птицы же символизировали потребность в общении и осознание участниками группы своих переживаний.

Участники группы работают по одиночке и не замечают сходства своих работ вплоть до того момента, пока не покажут их друг другу. Убеждение человека в том, что его внутренний мир уникален, вступает в противоречие с наблюдаемой общностью раз-

ных работ. Постепенно приходит понимание того, что, несмотря на наличие общих закономерностей, характерных для процесса психического развития всех людей, каждый развивается по-своему. Все группы, осваивающие арт-терапию или песочную терапию, похожи друг на друга уже потому, что они изучают одни и те же методы, и участники этих групп ощущают себя частью целого.

В ходе арт-терапии освоение песочной терапии протекает в группе. Наличие в кабинете множества расположенных рядами песочниц может ассоциироваться с пляжем, когда в солнечный день там можно видеть многочисленные горы из песка, отверстия в нем, тропинки, фигуры и замки, протянувшиеся вдоль побережья. Все эти сооружения, пока они не разрушены ветром, водой и людьми, с интересом рассматривают прохожие и сами авторы работ. В отличие от пляжа, за построением композиций, создаваемых в процессе песочной терапии, наблюдает лишь психотерапевт, чье присутствие и внимание к действиям клиента влияет на ход создания песочных композиций и их содержание. Ни один человек не увидит больше этих работ, и сам клиент также не сможет увидеть работ, выполненных другими людьми.

В процессе изучения песочной терапии обучающиеся имеют возможность видеть работы друг друга, когда они окончательно созданы. Так же как и в вышеупомянутой группе студентов, участники при этом спонтанно создают сходные композиции. По наблюдениям автора, в начале обучения песочной терапии примерно половина композиций содержит изображение гор или возвышенностей, в то время как другая половина — отверстия или углубления в песке. В последующем песочные композиции содержат больше уникальных элементов, но также могут быть похожими друг на друга. Отмечается сходство по выбору предметов, их количеству и расположению в композиции. Так, например, на третий день пятидневного интенсивного курса обучения, организованного для учителей специальных школ, две женщины, находившиеся в одной части комнаты, создали песочные композиции с плоскими поверхностями и пятью отверстиями, соединявшимися под землей. Отмечалось также сходство в выборе этими женщинами предметов, однако они по-разному объяснили значение собственных работ. Одна из них сказала, что хотела передать в своей компози-

ции стремление объединить семью, тогда как другая старалась выразить желание относительно того, чтобы ее дети стали более независимыми. Многие люди удивляются, когда в группе появляются похожие работы. Сходные образы по-видимому не могут считаться достоянием одного или нескольких человек; они приходят к людям и принадлежат сами себе. Как утверждает МакНифф (McNiff, 1986), «образы заключают в себе энергию жизни и не принадлежат отдельным людям».

Приведенные выше примеры иллюстрируют феномены, наблюдаемые в ходе обучения арт- или песочной терапии, когда в композициях сразу нескольких участников группы появляются одни и те же образы. Это свидетельство того, что творческая работа ведет к проявлению общих для разных участников группы тем и образов, позволяющих им общаться друг с другом на более глубоком уровне и одновременно воплощать индивидуальный замысел. Практические занятия по арт-терапии являются эффективным методом обучения, позволяющим студентам понять процесс творчества и феномены, которыми он сопровождается. При этом всегда существует возможность проанализировать ход работы каждого, поскольку художественная продукция может сохраняться на протяжении длительного времени.

Многие аспекты группового арт-терапевтического процесса уже изучены, однако предстоит еще очень много сделать для регистрации и исследования всех с ней связанных процессов. В отличие от обучения арт-терапии, освоение песочной терапии, как правило, предполагает теоретические семинары, прохождения обучающимися индивидуальной песочной терапии под руководством опытного специалиста, а также супервизии в ходе последующей работы с клиентами. Практические же групповые занятия с использованием песочной терапии проводятся главным образом в ходе подготовки специалистов по экспрессивной терапии. Сравнение индивидуальной песочной терапии с происходящим во время групповых занятий проливает свет на индивидуальные и универсальные формы и процессы. В то же время участники групп, создавая индивидуальные песочные композиции, являются участниками группового процесса, что является дополнительным фактором их поддержки и обуславливает общность создаваемых образов.

Часть V

ОСНОВНЫЕ СПОСОБЫ ИГРЫ С ПЕСКОМ И ВОДОЙ

ВВЕДЕНИЕ

Способы спонтанной или психотерапевтической игры с песком и водой подразделяются на три основные группы. К первой относятся такие виды работы, при которых на поверхности песка создаются различные возвышения в форме горок, рисуются линии или делаются отпечатки. Вторая группа игр с песком включает всевозможные виды работ, предусматривающие проникновение в толщу песка — рытье ямок и тоннелей, закапывание предметов и их извлечение из песка. Третья группа игр связана с использованием воды, которую клиент льет и которой капает. Песочная композиция усложняется в зависимости от стадии психического развития клиента. Это касается как композиций, создающихся в естественном природном окружении, так и тех, которые создаются в процессе песочной терапии. При этом участники разного возраста используют различные виды игр с песком. В психотерапевтическом процессе песочница является сценой, на которой разыгрывается драма. К концу сессии клиент создает и одиночные формы из песка, и их комбинацию, либо использует песок в качестве фундамента для расположения предметов.

Основные группы игр с песком и водой рассматриваются ниже в отдельных главах. Каждой главе предшествует краткое описание различных значений отдельной группы игр с точки зрения трех характеристик: «поверхности», «проникновения» и «текучести». Все песочные формы будут проиллюстрированы работами, выполненными детьми и взрослыми, и проанализированы с учетом их связей с той или иной стадией психического развития и группой потребностей. Случаи, когда клиент оказывается не способен участвовать в песочной терапии, описываются в главе 4.

ГЛАВА 13

ПОВЕРХНОСТЬ ПЕСКА, СОЗДАНИЕ ГОРОК И ОТПЕЧАТКОВ, ЛЕПКА И РИСОВАНИЕ НА ПЕСКЕ

ПОВЕРХНОСТЬ

Поверхность является «фасадом» предмета, видимой границей, отделяющей его внутреннюю структуру от внешнего мира. С точки зрения геологии, песок — часть поверхности земной коры. В арт-терапии, где материалы отражают различные эмоции, песок ассоциируется как с земной поверхностью и тем, что под ней скрывается, так и с поверхностью тела и его «содержимым». Выступая в качестве земной поверхности, песок представляет собой основу для стоящих на нем предметов и определяет их расположение в пространстве. Являясь символом кожных покровов и того, что под ними находится, песок может вызывать воспоминания, связанные с тактильным контактом между младенцем и матерью. Тактильный диалог между грудью и руками матери и кожей и губами ребенка может быть связан как с положительными, так и с отрицательными переживаниями. Анзье (Anzieu, 1989) в своей рецензии на статью Бивен (Biven, 1982) пишет:

Проекция кожных ощущений на различные предметы обычно характерна для детей. Кроме того, она отмечается и в процессе художественного творчества, когда холст (загрунтованный и покрытый слоем краски) символизирует кожные покровы и защищает человека от депрессии (Anzieu, 1989, p. 19).

В песочной терапии тактильные манипуляции с песком ассоциируются с контактом между кожей клиента и «кожей» песка. Отсюда у клиента возникает потребность разгладить поверхность песка или оставить на ней какие-либо следы, а также тревога, связанная с травматичными интимными переживаниями.

Энзье (Anzieu, 1989) утверждает, что «каждое живое существо, орган или клетка имеют либо кожу, либо иное покрытие — кожицу, хитиновую оболочку, мембрану, панцирь или плевру» (p. 13). Он продолжает: «По своей структуре и функциям кожа является не органом, но целым набором разнообразных органов» (p. 14). Кожа ощущает прикосновения, давление, боль и температуру. Она определенным образом реагирует на различные стимулы, не «закрывается, подобно глазу или рту, и не может быть заблокирована, как уши или нос... Она дышит, испаряет влагу, выделяет шлаки и секреты, поддерживает тонус, стимулирует дыхание, циркуляцию крови, пищеварение, экскрецию и, конечно же, воспроизводство» (p. 15). Внешний вид кожи очень часто отражает общее состояние здоровья человека. Энзье видит основную функцию кожи в том, что она является «мешком, заключающим в себе благо и полноту жизни, аккумулирующей в нем благодаря питанию и уходу».

Другой важнейшей функцией кожи является защита организма, его кровеносной системы и внутренних органов. Третьей функцией можно считать то, что кожа выступает как «средство коммуникации и установления значимых отношений с другими; кроме того, она выступает в качестве «поверхности, на которой другие могут оставлять определенные следы» (p. 40). На бытовом языке такие слова, как «толстокожий», обозначают степень эмоциональной восприимчивости и ранимости человека.

ВЫСТУПЫ НА ПОВЕРХНОСТИ ПЕСКА: «ПИРОЖКИ» И ГОРКИ

«Пирожки»

Одним из первых действий играющего на пляже ребенка является изготовление «пирожков», когда он наполняет песком формочку или ведро. После этого малыш их переворачивает и, осторожно поднимая, создает «пирожок». Это позволяет превратить бесформенный песок в определенный объект. Возможность создания компактных трехмерных форм из песка завораживает ребенка, и он постепенно развивает свои навыки изготовления «пирожков». Даже в более старшем возрасте дети нередко создают целые ряды «пирожков», используя их в качестве элементов более сложной композиции. При проведении песочной терапии дети наполняют формы песком, а затем оставляют их в перевернутом виде, словно некие горки, нуждающиеся во внешней поддержке, либо делают «пирожки». Изготовление «пирожков» с помощью формочек или ведерка можно рассматривать в качестве своеобразного «рождения». До момента рождения ребенка тело матери является первичной средой его обитания.

Вот почему все живые организмы, появляющиеся на свет из организма матери, в начале своей жизни являются своеобразным «содержимым» большого сосуда (Neumann, 1988, p. 17).

Горки

Другой выпуклой песочной формой являются горки, получаемые путем сгребания песка к центру подноса. Небольшое возвышение из песка напоминает грудь, живот или чрево — все они являются символами согревающего и питающего женского начала, атрибутами Матери-Земли. Горка из песка также напоминает Тель — памятник древней цивилизации, могильник — место обитания мертвых, место входа в подземный мир. Более высокая форма может ассоциироваться с горой,

символизирующей центр мира, омфалос, место соединения земли и неба. В качестве наиболее высокого места земной поверхности гора обозначает постоянство, вечность, устойчивость и неподвижность. Восхождение паломников на святые горы символизирует преодоление ими земных страстей и стремление достичь духовного совершенства (Соорег, 1978, р. 109-110). По мере усложнения структуры песчаной возвышенности, она иногда принимает вид спирали и включает в себя тоннели, а также иные формы, получаемые при капании мокрым песком. В песочной терапии гора или насыпь могут быть частью общей основы композиции. Такой основой, на которой располагается центральная гора или песчаный остров, является голубое дно песочницы; в этом случае песчаная форма символизирует «сознание, поднимающееся из бессознательного» (Jung, 1954, р. 7). Гора может обозначать единение земли и воздуха, тела и духа. Гора, поднимающаяся из воды, символизирует землю, связывающую воду и воздух, а также тело как связующий элемент между коллективным бессознательным и возвышенными идеалами.

ПЛОСКАЯ ПОВЕРХНОСТЬ ПЕСКА С РИСУНКАМИ И ОТПЕЧАТКАМИ

Плоская поверхность песка служит основой для рисования тропинок, линий либо для прочерчивания настолько глубоких борозд, что на их дне можно видеть голубое дно подноса. На поверхности песка клиент также оставляет отпечатки различных частей тела или предметов, что позволяет создавать различные образы и структуры.

Рисование

Линии на песке обозначают границы территорий или путь; обычно их рисуют каким-либо предметом или пальцем. На ограниченном пространстве песочницы можно рисовать прямые или извилистые линии, а также спирали. Прямая линия символизирует вид движения, имеющий определенную отправную точ-

ку и цель пути. Спиралевидная линия может быть более длинной и соединять угол песочницы с центром. Двигаясь по спирали, видно лишь ограниченный участок пути, располагающийся спереди или сзади. Каждый сегмент спиралевидного пути обладает собственной целью, в отличие от прямого пути, имеющего лишь цель конечную.

И прямые, и спиралевидные линии, в зависимости от того, какие области песочницы они соединяют, имеют разное значение. Спираль можно воспринимать и идущей из центра к периферии, и от периферии к центру, причем как по ровной, так и по выпуклой поверхности песка. Восходящая на гору или нисходящая с нее спираль символизирует связь земли и неба, обыденного и сверхъестественного. Она также обозначает распространение энергии в природе, создание паутины жизни, блуждание души и ее конечное возвращение к центру (Соорег, 1978, р. 156). В игре на пляже спиральная дорожка на насыпи может стать взлетно-посадочной полосой, построенной под небольшим углом для спуска мяча. Мяч должен медленно скатываться с насыпи, достигая уровня земли. В эту игру, однако, играют не очень часто.

Архетип «пути» представляет и линия, соединяющая какие-либо две точки пространства. Она может мягко изгибаться либо быть ломаной. Любая дорога предполагает конечный пункт следования. Архетип «пути» впервые появляется в ритуалах древнего человека, связанных с восхождением к тайным пещерам. На стенах этих пещер обычно изображали животных, на которых первобытные люди охотились ради мяса и меха. Пещеры считались священными, но «в то же время, очевидно, что "трудный и опасный путь", идя по которому можно было попасть в эти пещеры, являлся частью ритуального пространства этих горных храмов» (Neumann, 1983, р. 8). Болен (Bolen, 1989) пишет о боге Гермесе — покровителе дорог, трикстере и отце алхимии — следующим образом: «Когда мы собираемся вторгнуться на новую территорию, то призываем Гермеса, проявляя при этом открытость и лобознательность» (р. 171). Рисование на песке линии также символизирует путешествие и связь между теми областями, которые некогда были отделены друг от друга.

Отпечатки

Когда человек идет по песку, следы получаются сами собой. Однако создание отпечатков рук, ног и различных предметов — один из способов украшения песочных форм, а также способ отразить стремление человека специально оставить знак своего присутствия. Отпечатки представляют собой нечто противоположное слепкам конкретных форм. Поскольку воздух не является пластическим материалом, передвигаясь в пространстве, мы не оставляем в воздухе никаких «следов», хотя и занимаем определенный объем пространства. Можно представить песок в качестве «плотного воздуха», отражающего нашу форму и сам факт нашего существования. На пляже создают «оттиски» тела, зарываясь в песок, а затем сбрасывая его с себя. Начиная с двух лет, дети красят свои руки и затем делают отпечатки, словно говоря этим: «Это я. Я есть, я существую». В песочной терапии, двигая пальцами или предметами, — такими как грабли или расческа, можно создавать на поверхности песка разные структуры. Структурированная поверхность бывает довольно грубой и более структурированной. Прямые продольные или поперечные линии, создаваемые граблями, напоминают вспаханное поле.

В работе со взрослыми отпечатки рук являются центральным элементом песочных композиций, отражающих начало процесса индивидуации. При этом могут создаваться отпечатки как одной, так и обеих рук. Они украшаются поделочными и драгоценными камнями либо символами солнца, звезд или радуги. Украшенные этими полупрозрачными блестящими предметами, отпечатки напоминают «хамсу» — талисман, распространённый на Среднем Востоке и изображаемый в виде стилизованной руки, способной оберегать от «сглаза». Рука символизирует божественную силу, защиту и справедливость (Cooper, 1978). Изготавливаемые на продажу талисманы этого типа включают символы удачи и плодородия, такие как изображения глаза или рыбы, а также начертанные на них благословения. Автор обратил внимание, что отпечатки рук, украшенные полудрагоценными камнями и другими блестящими предметами и напоминающие «хамсу», создавались в начале психотера-

пии тремя женщинами, считавшими себя бесплодными. Все трое забеременели в процессе психотерапии. Подобные изображения также создавались другими клиентами в качестве символа собственной значимости. Они служили средством защиты и помогали преодолеть ощущение собственного бессилия, растерянности и тревоги, послужившее причиной обращения за психотерапевтической помощью.

КЛИНИЧЕСКИЕ ПРИМЕРЫ, СВЯЗАННЫЕ С СОЗДАНИЕМ «ПИРОЖКОВ» И ГОРОК

Мэйя: первая горка и наполненная песком формочка

Мэйя, девочка 3 лет и 8 месяцев, была достаточно крупной и развитой для своего возраста и могла участвовать в песочной терапии. Она сгребла весь песок в одну кучу, построив из него гору, утрамбовала ее поверхность так, что гора стала напоминать Тель. Она явно радовалась тому, какую большую гору ей удалось создать и начала втыкать в песок на вершине горы пластиковые цилиндры. Кроме того, она засыпала голубое дно подноса тонким слоем песка, расположив затем предметы по всей его поверхности так, что, в конце концов, из-за их обилия рассмотреть гору было уже довольно сложно. Расположение предметов подчеркивало форму горы (рис. 13.1).

При создании второй работы Мэйя несколько раз заполняла сухим песком прозрачную пластиковую емкость и делала «пирожки». Затем она их ломала. Казалось, игра с песком представляет для нее интерес, прежде всего, потому, что им можно заполнять разные формы. Она попыталась поднять заполненную песком емкость и удивилась, какая та стала тяжелой. Заполнение песком пластиковой емкости, которую можно перемещать в пространстве, символизировало начало создания девочкой своего мира и одновременно ее потребность в поддержке (Neumann, 1988, p. 10).



Рис. 13.1. Мэя: первая горка

В конце концов, Мэя положила в небольшую корзинку фигурки младенцев, рожки и одеяльце, и поставила ее на заполненную песком емкость. Рядом с емкостью она расположила столики с едой, небольшие предметы и кукольную мебель, а также маленьких рыбок. Понимая, что синий цвет подноса может обозначать воду, девочка очистила от песка часть дна, для того чтобы создать в левом нижнем секторе водоем, где мог бы жить дельфин (рис. 13.2). Через два месяца Мэя закопала в песок предметы, которые ее пугали — собак и змей. Когда девочке исполнилось 4 года, она начала использовать заборы, для того чтобы разделить пространство песочницы на несколько территорий, где бы находились животные, предметы и люди.

Таким образом, в начале песочной терапии Мэя создала из песка основу в виде холма. Затем она заполнила пластиковую емкость песком, чтобы создать гору, а также представила, будто песок — это вода, и положила туда рыбу. После этого она очистила с одной стороны дно подноса от песка так, что стало видно голубое дно, символизирующее воду. В отличие от хаотичного расположения предметов при создании первой работы, при создании второй композиции Мэя выбирала и располагала предметы вполне осознанно.



Рис. 13.2. Мэя: емкость с песком

Бауер (Bowyer, 1970) отмечает, что дети от 2 до 4 лет при создании песочных композиций нередко сыплют песок, двигают его и закапывают в него предметы. Она также указывает на то, что «в работах детей до 5 лет часто проявляются темы, связанные с едой» (Mitchell and Friedman, 1994, p. 67). Бауер (Bowyer, 1970) пишет:

Дети от одного года до трех лет не контролировали процесс работы с песком, и их композиции имели хаотический характер... В 3-4 года, однако, в их работах начинали проявляться упорядоченные островки (p. 26-27).

Работы Мэи соответствовали описаниям Бауер. Она также делила свои композиции на территории, обозначавшие воду и сушу, высоко и низко расположенную местность. Для того чтобы обозначить границы территорий, она использовала заборы; заборы также обозначали границы между внешним и внутренним пространством (Stewart, 1990).

Эйя: семь горок

Эйя родилась в Европе в конце Второй мировой войны и на протяжении первых полутора лет своей жизни, будучи бежен-

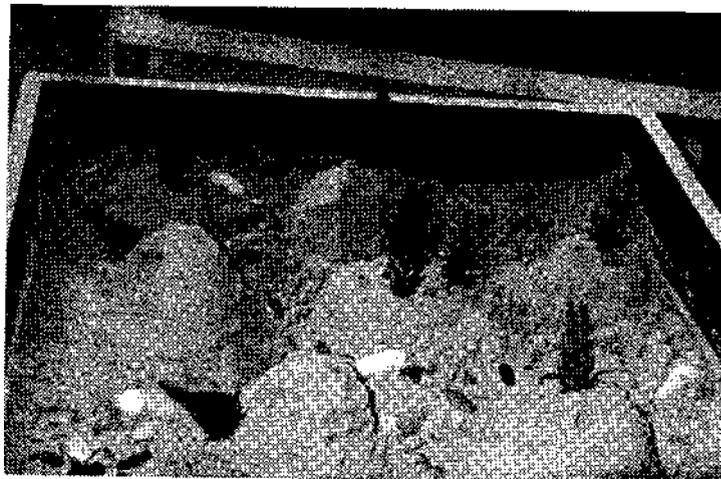


Рис. 13.3. Эйя: семь горок

кой, переезжала с родителями с места на место. На момент работы с песочницей ей было уже 50 лет, она уже четвертый год занималась с арт-терапевтом. До этого Эйя в течение многих лет проходила юнгианский анализ. Обычно она предпочитала рисовать, но несколько раз в год создавала песочные композиции. В ходе одной сессии женщина изобразила семь горок, а на них — лица (рис. 13.3). Горки были расположены тремя продольными рядами. Более низкие располагались в нижнем и среднем рядах, а самая крупная горка — в верхней части композиции, в центре. Обнажившееся дно подноса Эйя засыпала песком и разбросала между горками камушки. Затем она воткнула по одной сосне в каждую горку, за исключением той, что была расположена в центре. В нее она воткнула три сосны. Композиция производила сильное впечатление, так как сосны оказались вставленными в глаза, рот или лоб тех лиц, которые были изображены на горках. Эйя призналась, что горки — это оракулы, но она их боится, поскольку они могут сказать то, что для нее окажется слишком тяжелым. В то же время для нее было важно знать, кто она в действительности и откуда пришла. Поэтому сосны ассоциировались у нее с надеждой, с новой жизнью, поднимающейся на костях жертв Холокоста, с могилами, превращающимися в материнское чрево.

КЛИНИЧЕСКИЕ ПРИМЕРЫ, СВЯЗАННЫЕ С РИСОВАНИЕМ ЛИНИЙ И СОЗДАНИЕМ ОТПЕЧАТКОВ

Рената: дорога из двух спиралей

Отца Ренаты убили, когда ей было восемь лет. Она всегда чувствовала его присутствие. В момент прохождения песочной терапии Ренате было 42 года; у нее было трое детей. Арт-терапия и песочная терапия помогли ей преодолеть последствия пережитой в детстве психической травмы, связанной со смертью отца, и работы Ренаты отражали этот процесс. Композиция на рис. 13.4 включает двойную спираль. Борозды, изображающие спирали, настолько глубоки, что проникают до дна песочницы, в результате чего можно видеть его голубой цвет. Спираль также очерчивает центральную часть композиции, напоминающую матку. Она включает разные предметы, защищая их. Описывая круг в центре, спираль поднимается затем вверх, где находятся три темных предмета — черные дедушкины

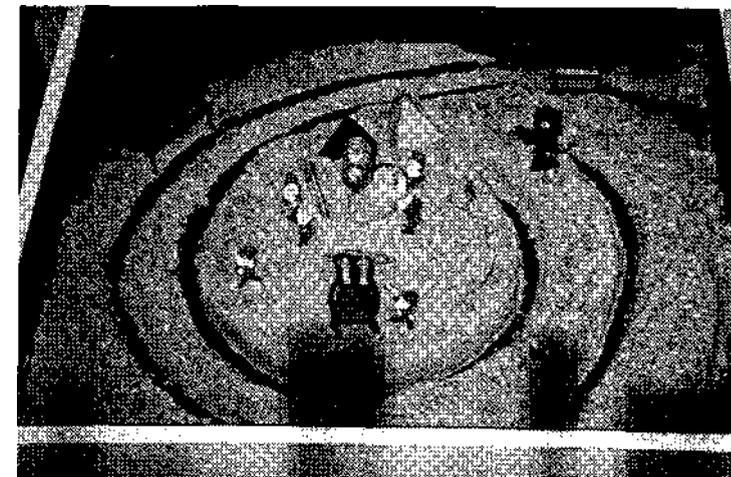


Рис. 13.4. Рената: двойная спиральная дорога

настольные часы, расположенные справа, комод в левом верхнем углу и черное пианино, расположенное на пути спирали в правом верхнем углу, ассоциирующимся с отцом, социальным и профессиональным опытом.

В центре композиции находятся четыре красных гнома, которые охраняют кланяющуюся им ведьму. Позади нее стоят две пирамиды, спереди находятся — три стекла от очков. Ведьма, таким образом, отделена от одиноко стоящего, пустого красного стула, расположенного внизу центрального круга. С двух сторон этого стула стоят еще два гнома. Гномы — мифологические существа, обитающие в лесах или в подземных шахтах и символизирующие бессознательное и его энергии. В этой композиции карлики одеты во все красное как, Санта Клаус. Вместе с элегантным красным стулом они образуют силу, способную противостоять ведьме и черным предметам, стоящим на пути спирали при ее подъеме в правый верхний угол. Большинство предметов, расположенных в центре композиции, символизирующем «Я», а также три черных предмета относятся к верхней половине работы, а следовательно, связаны с проявлением высших, духовных аспектов психической деятельности (Ammann, 1991).

Рэй: четыре дороги, сердце, хамса

Семья Рэй переехала в Израиль, когда девочке было пять лет. Год спустя ее отдали бездетному родственнику, живущему в одном из дальних поселений страны. Рэй чуть не умерла, в течение двух лет очень тяжело переживая разлуку с родными. После возвращения к родителям по ночам ее стали преследовать страхи. Девочке казалось, что Бог должен наказать ее за «грехи» и что она может не проснуться на следующее утро. Когда Рэй начала работу с психотерапевтом, ей было 45 лет, она уже была матерью троих детей. При создании второй композиции (рис. 13.5) она поместила небольшую светло-коричневую пирамиду в верхнем левом углу песочницы, на ровном участке песка. Из верхнего левого угла к правому нижнему шли несколько рядов предметов, расположенных полукругом (небольшие металлические маски, перемежающиеся полудрагоценными камнями, деревьями и грибами). Пальцами она изо-

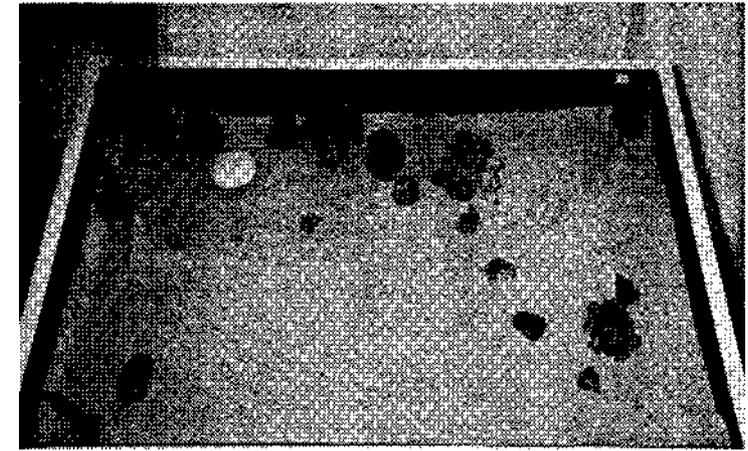


Рис. 13.5. Рэй: четыре дороги

бразила тропинки, соединяющие левый верхний угол с другими углами, а в правом верхнем углу поместила черную ведьму. Таким образом, пирамида стала отправной точкой движения ко всем углам «мира». Получилась своеобразная маршрутная карта: ведьма располагалась в конце одного пути; в конце двух остальных дорог никаких других фигурок не было.

Четвертая песочная композиция была создана Рэй спустя шесть недель (рис. 13.6). Она оставила отпечатки обеих рук в верхней половине песочницы, заявив при этом, что хочет, таким образом, передать земле свою энергию и тяжесть. Затем она украсила отпечатки ладоней и пальцев кусочками кварца и другими минералами. Вокруг обеих рук она нарисовала сердце и по его контуру расположила мутные голубые и синие кристаллы. Внизу же, прямо на его контуре, она поместила красный и белый камушки, а каждую ладонь обвела глубокими бороздами, используя для этого ручку металлической ложки.

Сердце одновременно является центром и человеческого организма, и духовной сущности человека, и символизирует мудрость чувств (Соорег, 1978). Изображения сердца и хамсы принято считать символами защиты и высокого покровитель-

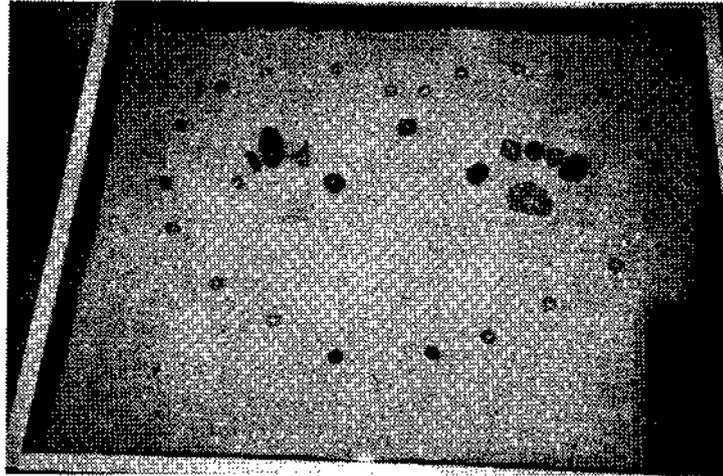


Рис. 13.6. Рэй: сердце и хамса

ства. Они были созданы Рэй в начале психотерапии, когда та обсуждала с психотерапевтом свои страхи и перенесенные в детстве психические травмы. И Рэй, и Рената использовали в своих работах изображения дорог и фигурки ведьм. Пирамиду, как и гору, рассматривают в качестве центра мира и символа восхождения к духовному знанию. Пирамида также обозначает огонь и солнечную мужскую энергию, являющиеся важными элементами процесса трансформации (Соорег, 1978). Рената создала свою композицию спустя определенное время после начала психотерапии. В ее работе ведьма и пирамида находятся в центре композиции, откуда начинается движение во внешний мир.

Эта песочная композиция была создана Рэй в начале психотерапии. Она использовала пирамиду в качестве обозначения исходной точки всех дорог, при этом ведьма располагалась в конце одной из этих дорог. В течение второго года психотерапии Рэй создала четыре песочных композиции. Все они включали в себя расположенный в центре круг, внутреннее пространство которого было высвобождено от песка. Видневшееся голубое дно подноса символизировало воду и готовность Рэй к погружению в бессознательное. При создании трех последующих композиций Рэй использовала фигуры богов и богинь,

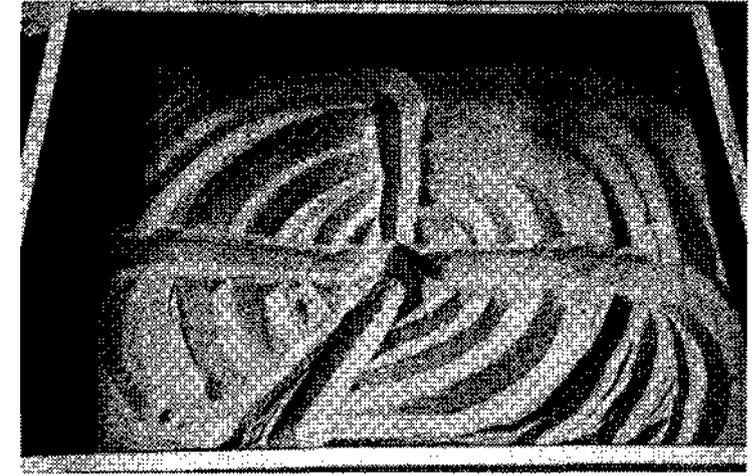


Рис. 13.7. Рэй: центральная пирамида

в этих работах проявлялась тема рождения. Спустя два с половиной года после начала психотерапии она создала в центре очередной песочной композиции гору.

На одной из следующих сессий Рэй вновь использовала пирамиду, на сей раз расположив ее в центре серии концентрических окружностей, в месте схождения четырех дорог, нарисованных на песке. Теперь пирамида обозначала начало и одновременно конечный пункт движения по всем четырем дорогам (рис. 13.7).

Эта композиция имеет четырехчастную структуру и представляет собой мандалу с центром в виде мандалы же. Эдингер (Edinger, 1972) пишет:

Одним из открытий Юнга является объяснение им психологического содержания числа 4, которое является символом психической целостности и четырех функций психики. Число 4, таким образом, связано с его психологической теорией и отражает как структуру, так и развитие психики — процесс индивидуации (Edinger, 1972, p. 179).

Он продолжает:

Архетип троичности, или троичности, и архетип четырехчастности, или четверичности, отражают разные аспекты психики, и каждый из них

имеет свое собственное содержание и функции. Образ четверичности выражает психическую целостность в ее структурном, статическом, вечном проявлении, в то время как образ троичности выражает целостность психологического опыта в его динамическом, временном, связанном с развитием аспекте... Четверичность и образы мандалы появляются в период психического напряжения и вносят в психическую жизнь ощущение стабильности и покоя. Образ четверичности оказывает стабилизирующее воздействие. Он дает человеку возможность увидеть вечность (Edinger, 1972, p. 182).

При создании Рэй последней песочной композиции с пирамидой ей, наконец, удалось достичь состояния стабильности.

Гели: хамса и божественное покровительство

Двадцативосьмилетняя Гели обратилась к психотерапевту из-за того, что болезненная застенчивость крайне препятствовала ее работе учителя. Она являлась старшей из трех дочерей и никогда не осмеливалась перечить своей своенравной, властной матери. Подавляемый ею гнев находил, однако, свое выражение в симптомах экземы. Спустя несколько месяцев после начала психотерапии эти симптомы исчезли. На протяжении нескольких лет она уже была замужем, но детей не имела. В ходе пятой сессии Гели сделала на сухом песке десять отпечатков обеих рук, а затем заполнила три из них полудрагоценными камнями. На следующей сессии она сделала столько же отпечатков, но уже на влажном песке. На сей раз она украсила все десять отпечатков, положив на «ладони» маленькие гладкие камушки, а на «пальцы» нескольких отпечатков — камушки и полированные стекла. Отпечатки рук занимали все пространство песочницы, словно Гели пыталась показать, что она является его хозяйкой и тем самым предупредить вторжение на свою территорию посторонних лиц (рис. 13.8).

В течение последующих трех лет, для того чтобы преодолеть выраженное чувство неприязни к матери, а также страх того, что она на нее чем-то похожа, Гели использовала арт-терапию и песочную терапию. Она желала иметь ребенка, но у нее происходили повторные выкидыши на ранних стадиях беременности. Лечение не давало результатов. За год до того, как она забеременела, она создала песочную композицию, изобра-

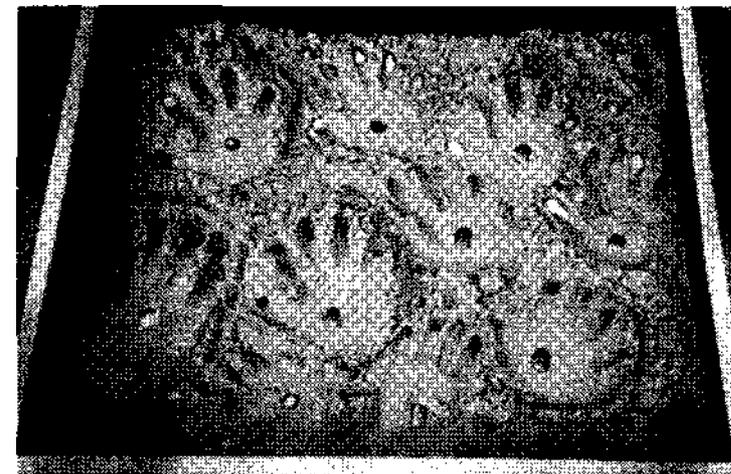


Рис. 13.8. Гели: десять отпечатков рук

жив свои внутренние половые органы и поместив две маленькие фигурки младенцев, а также фигурку богини плодородия изумрудного цвета в матку и влагалище (рис. 13.9).

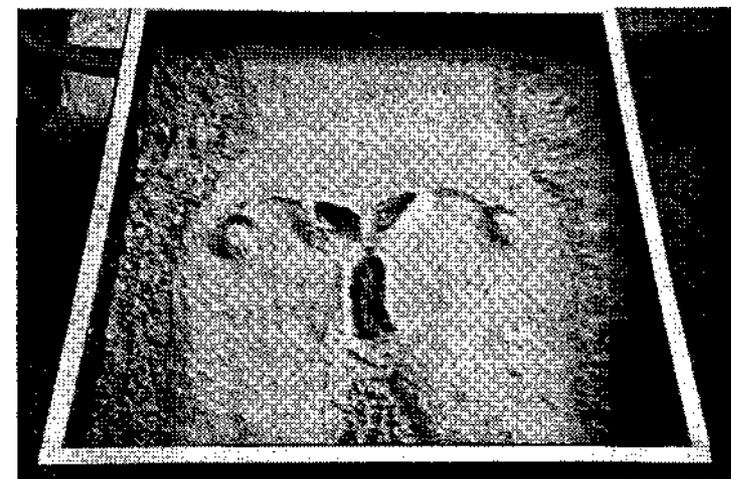


Рис. 13.9. Гели: женщина из песка и богиня

ОБСУЖДЕНИЕ

Песочные композиции, построенные с использованием плоской или выпуклой поверхности песка и минимальным количеством или отсутствием голубых участков, ассоциирующихся с водой и ее глубиной, рассматриваются как проявление элемента Матери-земли, дарующей бытие и питающей начала, обеспечивающего поддержку и продолжение рода, а также благополучный уход в мир иной. Земля, расположенная между небом и подземным миром, является основой жизни человека (Neumann, 1983). В песочной терапии песочная основа композиции символизирует землю как естественную среду нашего обитания и поэтому отражает различные чувства клиента, связанные с его движением и пребыванием в реальном физическом пространстве. Кроме того, песочная основа композиции символизирует тело, его кожные покровы и внутренности. Различные проблемы клиента, связанные с дефицитом материнской поддержки, психологической и физической безопасностью, ростом или состоянием здоровья отражаются в манере использования клиентом песка, но не затрагивают элемент воды, а также то, что находится под ее поверхностью, под поверхностью земли и над этими средами.

ГЛАВА 14

ПРОНИКНОВЕНИЕ В ТОЛЩУ ПЕСКА. ОТВЕРСТИЯ, ТОННЕЛИ, ЗАКАПЫВАНИЕ И РАСКАПЫВАНИЕ ПРЕДМЕТОВ

ПРОНИКНОВЕНИЕ В ТОЛЩУ ПЕСКА

Проникновение в глубь чего бы то ни было связано с движением за пределы внешней поверхности, а также вхождением в субстанцию предмета и его внутреннее пространство. Проникновение в человеческий организм происходит через его естественные отверстия. К таким отверстиям относятся рот, являющийся «воротами» для проникновения в организм еды и воздуха, а также влагалище, являющееся входом для полового члена. Воздух и запахи, свет и звуковые вибрации проникают через нос, глаза и уши.

Ощущения проникновения чего-либо в собственный организм бывают либо приятными и положительными, либо неприятными и нежелательными. Связанное с насилием и сопровождающееся уколами, порезами или разрывами проникновение в организм ведет к тяжелым физическим и психологическим последствиям. Естественные отверстия человеческого организма, расположенные на голове — это уши, глаза, ноздри и рот. В ситуациях, связанных с каким-либо неблагоприятным воздействием организма, через них выделяются те или иные вещества — из ушей

может выделяться гной, из носа — мокрота. Если же у человека происходит раздражение глаз или он испытывает сильное волнение, из них текут слезы. Из рта выходят слюна, мокрота или рвотные массы. Не считая дыхания, любые выделения из верхних отверстий человеческого организма связаны с болезнью или стрессом. В нижней части тела лишь влагалище является местом биологического входа. Функции же ануса и мочеиспускательного канала заключаются в выделении биологических шлаков. Таким образом, в человеческом теле имеются функциональные отверстия, связанные с биологически целесообразным для организма входом и выходом определенных тел и веществ.

Ощущение безопасных границ собственного тела формируется у новорожденного в процессе его тактильного контакта с матерью, представляющего собой своеобразную коммуникацию. Подобного ощущения не возникает в тех случаях, когда ребенок испытывает дефицит тактильного контакта, либо когда данный контакт связан с его травматизацией (Anzieu, 1989). Перенесенное в детстве физическое или сексуальное насилие приводит к нарушению телесной идентификации, сопровождающемуся ощущением загрязненности или другими неприятными чувствами, связанными с собственным телом. Обсуждая особенности восприятия собственного тела и окружающего пространства пациентами с нарушениями питания, перенесшими насилие, Роджерс (Rogers, 1995) пишет:

Существуют убедительные доказательства того, что сексуальное насилие, связанное с проникновением через ротовое и анальное отверстия или через влагалище ведет к весьма серьезным и длительно сохраняющимся последствиям. Это относится к таким видам сексуального насилия, которые связаны с проявлениями жестокости и садизма и повторяются на протяжении многих лет, а также к тем, которые совершаются в семье, в частности когда насильником является биологический или приемный родитель (Rogers, 1995, p. 265-266).

Связанное с насилием проникновение в тело человека, таким образом, может привести к нарушению образа «Я» и утрате доверия к окружающим.

ПРОНИКНОВЕНИЕ В ТОЛЩУ ПЕСКА В ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

И кожные покровы тела, и поверхность земли, и поверхность песка являются естественной границей, за которой находится некая внутренняя субстанция. Проникновение в толщу песка ассоциируется с проникновением в глубь земли или в человеческое тело. Некоторые художественно одаренные люди отличаются повышенной чувствительностью к физическому и психологическому вмешательству и, работая с арт-терапевтом, занимаются, в основном, рисованием и живописью. Нередко они отказываются использовать глину или песок, поскольку работа с этими материалами ассоциируется у них с неприятным тактильным контактом, связанным с нарушением личных границ. В работе с этими материалами они ощущают себя особенно незащищенными и уязвимыми. Создание трехмерных образов из глины и песка вызывает у них ощущение некой угрозы для психической целостности и собственного тела. Занятия же рисованием и живописью не влекут за собой проникновение сквозь поверхность бумаги, но позволяют создавать иллюзию трехмерных образов, что является для таких клиентов более предпочтительным.

Проникновение в толщу песка начинается с попытки воткнуть в него какой-либо инструмент или выкопать ямку, используя при этом руки либо инструмент. Копая песок и ссыпая его в другое место, клиент может создавать в нем отверстия, сквозь которые проглядывает голубое дно. Однако перемещенный в другое место песок остается частью единого целого песочной основы композиции, что символизирует закон сохранения вещества, энергии и психической целостности. Перемещение песка означает перераспределение вещества и энергии в пределах композиции. Выделяется четыре вида отверстий, связанных с проникновением в толщу песка: ямки, тоннели, специально создаваемые углубления для закапывания предметов, а также углубления, созданные с целью извлечения уже находящихся в песке предметов. Ниже все эти виды отверстий описываются более подробно и иллюстрируются примерами созданных клиентами песочных композиций.

Ямки

Ямки образуются путем раскапывания песка руками или с помощью каких-либо инструментов и перемещением его на другие участки подноса. На пляже ямы в песке имеют значительную глубину и ширину, так что человек может даже в них сидеть или помещать в них ту или иную часть тела. Когда глубина достигает уровня воды, вода просачивается в нее и начинает размывать стенки ямы. В песочной терапии, когда клиент достигает дна подноса, символизирующего воду, ямка не разрушается, если, конечно же, он не будет лить в нее воду. Небольшой объем песка на подносе ограничивает глубину ямок. Выкапывая в песке отверстия и достигая дна подноса, клиент может имитировать родник, пруд, бассейн или озеро. Вода символизирует бессознательное. Образ воды символизирует понимание, с ним также связаны представления о страшных обитателях подводного мира. Кроме того, ямка ассоциируется с уборной или с иным отверстием, необходимым для удаления чего-нибудь ненужного или вредного. Углубление в песке может простирается в одном направлении, и в этом случае оно превращается в ручей. Это напоминает точку на одной из работ Кандинского, постепенно превращающуюся в линию. При этом клиент стремится использовать синее основание, для того чтобы показать то или иное направление движения воды до тех пор, пока не достигает цели.

Если песок влажный, то, копая под углом, можно изобразить пещеру. Пещера символизирует чрево — место, где зарождается новая жизнь, либо могилу. Пещера также является символом укрытия, священного места, в котором человек может встретиться с высшими силами, либо место обитания пророка. Кроме того, пещера ассоциируется с чревом Матери-земли, так же как гора обозначает мужское начало (Соорер, 1978).

В песочной терапии пещеры создаются детьми и взрослыми довольно редко. Среди используемых предметов имеется уже готовая «пещера», она может быть попросту поставлена на песок. В некоторых случаях клиент насыпает на нее немного песка, для того чтобы она сливалась с окружающим пространством.

Анализируя фотографии песочных композиций, созданных детьми в ходе арт-терапевтической работы со мной за 12 лет, я обнаружила лишь одну пещеру, которую 8-летняя девочка взяла уже в готовом виде. Ни одна девочка сама не создавала пещеру. Готовые «пещеры» использовали пятеро мальчиков в возрасте от 5 до 8 лет. Двое из них в придачу дважды сами выкапывали пещеры. Четыре женщины использовали готовые «пещеры», две из них собирали песок в кучу для того, чтобы выкопать в ней пещеру. Более редкое выкапывание пещер в ходе песочной терапии по сравнению с довольно частым их созданием отдыхающими на пляже объясняется небольшой глубиной подноса и ограниченным объемом песка. Поскольку готовые «пещеры» используются далеко не всеми психотерапевтами, их выбор клиентами может иметь особое значение, что связано со специфическим содержанием этого образа.

Если создать высокую горку, вертикальное отверстие будет идти от самой вершины до самого дна. Оно становится глубокой шахтой, соединяющей поверхность «земли» с ее горячими «недрами», «кратером», через который на поверхность выходят огонь и лава. Такое отверстие становится местом выхода любого содержимого, а также каналом для выражения чувств. Одиннадцатилетняя девочка выкопала в песке глубокую яму, являющуюся частью вулкана. Ее работа описывается в главе 15.

Гоннели

Тоннель является подземным проходом, соединяющим наземное место входа с местом выхода из тоннеля. Связывая две удаленные в пространстве точки, тоннель чем-то напоминает мост.

И тоннель, и мост символизируют коммуникацию, соединение и процесс перехода из одного состояния в другое. Тоннель начинается и заканчивается на земле, но проходит в темноте под землей или под водой. Как на пляже, так и в песочной терапии тоннели обычно маленькие и узкие, что связано с технической сложностью их создания: песок легко обрушивается под своей тяжестью, а вода размывает своды тоннеля. На пляже тоннели

нередко создаются двумя людьми, копающими навстречу друг другу. Их руки встречаются под песком, когда людям удается преодолеть последнюю преграду. В песочной терапии клиент создает тоннель самостоятельно. При этом он должен использовать обе руки для того, чтобы укреплять стенки тоннеля, поддерживать ее своды либо копать сразу с двух сторон. Тоннель дает возможность перемещать предметы из одного места в другое. Прохождение предмета через темный тоннель/канал может символизировать первый в жизни каждого человека ритуал перехода, а именно движение по родовому каналу. Это может переживаться клиентом как символическое рождение или метаморфоза.

Погружение в толщу песка

Погружение в толщу песка ассоциируется с движением вглубь как в прямом, так и в переносном смысле. Клиент погружает свои руки в песок для того, чтобы спрятать какой-либо предмет, спасти, защитить или похоронить что-нибудь либо достать из песка то, что там находится. Путешествие героя или героини в подземный мир является темой многих мифов. Некоторыми примерами этого могут быть древнегреческие мифы про Орфея и Эвридику, Персефону и Гадеса (Bulfinch, 1981), а также сказка «Танцующие башмаки» (Grimm and Grimm, 1981).

Путь под землю приводит в пещеры, склепы и всевозможные укрытия, где могут храниться драгоценности. В шаманской традиции подземелье считается местом обитания духов животных — проводником человека (Нагпег, 1980, р. 25-39).

Погребение символизирует возвращение в землю всего того, что земля произвела на свет. С ним ассоциируется гниение, распад и забвение. Иногда песок воспринимается как место погребения, вызывая ассоциации со смертью, похоронами, заточением в некое пространство, из которого нет выхода, а также с вечным покоем, приходящим на смену земной суете. Песок также может связываться с защитой, теплом, покоем, интимностью и местом зарождения новой жизни. Пряча что-то в песок, человек иногда пытается освободиться от неприятных качеств или переживаний.

Выход из толщи песка на поверхность

Закапывание в песок и извлечение из него предметов или тела представляет собой еще один вид работы, связанный с проникновением в глубину. При этом нечто поднимается на поверхность и становится видимым. Извлечение чего-то из толщи песка символизирует обнажение того, что было неприятно человеку и какое-то время им скрывалось, но тем не менее нуждалось в преодолении и осознании. Извлечение предмета из песка бывает связано с поиском сокровищ или того, что представляет для человека ценность, подобно некому выросшему под землей клубню. Это может быть связано с пониманием или каким-то приятным открытием, воспоминанием о том, что было забыто, а также о новом рождении. В природе нечто подобное происходит, когда медведь весной просыпается после зимней спячки и выходит из своей берлоги; когда из своих нор навстречу весеннему солнцу выползают змеи или когда из бутона появляется цветок.

В психотерапии дети часто любят прятать в песок мелкие предметы. Затем они пытаются этот предмет найти или просят сделать это психотерапевта. Поиск предмета, спрятанного в песке, символизирует веру ребенка в то, что с помощью специалиста в процессе психотерапии ему удастся открыть в себе нечто ценное. Это также может означать готовность ребенка преодолеть любой страх и отвращение перед чем-то непонятным и ранее от него скрытым, либо поиск и обретение ранее потерянной ценности, например такой, как родительская любовь или любовь к самому себе. Иногда песок ассоциируется с телом матери, а потому находящиеся в его толще предметы символизируют находящееся в ее утробе. Некоторые дети любят оставлять предметы зарытыми в песок до следующей сессии, либо предоставляют кому-нибудь возможность найти этот предмет в собственное отсутствие. И в том и в другом случае это попытка проявления некой коммуникативной связи ребенка с неизвестными ему людьми, посещающими психотерапевтический кабинет, и отражает интерес к тому, чем там занимаются в его отсутствие другие люди.

ПРИМЕРЫ, ИЛЛЮСТРИРУЮЩИЕ ВЫКАПЫВАНИЕ ЯМОК И ТОННЕЛЕЙ, ЗАКАПЫВАНИЕ ПРЕДМЕТОВ В ПЕСОК И ИХ ИЗВЛЕЧЕНИЕ ИЗ ПЕСКА

Ванда: пещера в горе

Ванда — 30-летняя замужняя женщина, тяжело переживающая смерть своего ребенка. Первая из созданных ею песочных композиций включала готовую пещеру, которую Ванда присыпала сзади песком. Пещера находилась в нижнем левом углу песочницы. Ванда объяснила, что пещера символизирует защиту для детей, гуляющих рядом с ней, собирая ракушки. Расположенная в верхнем левом углу подноса луна создавала ночную, интроспективную атмосферу, возможно, отражая ожидания Ванды относительно интимного характера психотерапевтического процесса. Пещера, скорее всего, связывалась ею с защитой и материнским началом. В верхней части композиции она создала из песка две горки, напоминающие женскую грудь. Посередине композиции находилась красная машинка, оставившая за собой след и разделившая пространство песочницы на верхнюю и нижнюю половины. Расположенные на поверхности предметы являли собой определенную сцену, а пещера обозначала вход под землю, ассоциирующийся с началом психотерапевтического процесса и исследованием чего-то нового и неизвестного.

Пещера рассматривается как символ психотерапевтического теменоса, призванного защитить клиента и его внутренний мир. Кроме того, она может ассоциироваться с чревом, началом новой жизни, стремлением Ванды реализовать себя в роли матери. Психотерапевтическая работа с Вандой подробно описана в VI части книги (см. рис. 17.2).

Нина: голубая линия и тоннель

Нине 46 лет, у нее трое детей. Она проходила психотерапию 10 месяцев. Ее родственники погибли во времена Холокоста или



Рис. 14.1. Нина: голубая линия

умерли от тяжелых заболеваний. Нина испытывала противоречивые чувства к своей матери: с одной стороны — авторитарность той вызывала у нее злость и раздражение, с другой — ее мучили угрызения совести из-за того, что она не уделяет матери достойного внимания. При создании четвертой песочной композиции (рис. 14.1) она погрузила руки в песок и изобразила извилистую голубую линию, отчего композиция приобрела форму знака «инь-ян». Местом начала линии был верхний правый угол песочницы, а местом ее завершения — нижний правый угол. Сперва линия стремилась влево, затем вправо. Она напоминала змею, которая, извиваясь, поднималась на поверхность песка. Юнг (Jung, 1956) пишет:

Змея символизирует тайну перерождения, а также саму субстанцию, переживающую процесс изменений подобно тому, как это происходит в алхимическом процессе. Являясь хтоническим обитателем пещеры, она живет во чреве матери-змеи. Таким же образом змея-кундалини прячется в собственной брюшной полости, у основания позвоночного столба (p. 436).

Эта дремлющая змея пробуждается в процессе внутренней фокусировки, что заставляет ее «двигаться вверх через разные

чакры, приводя в движение скрытую энергию, пока та не достигнет своей высшей точки и не вызовет состояние просветления» (Соорег, 1978, р. 92).

Эдингер (Edinger, 1972) писал о змее в связи с изгнанием Адама и Евы из рая:

В психологическом отношении змей символизирует гнозис, знание или начало процесса познания. Искушение отражает потребность человека в самореализации и начало процесса индивидуации (р. 18).

Сверху работа Нины представляет собой чередование участков желтого и голубого цвета. В целом композиция напоминает о пробуждении личности, ее потребности в изменениях и бесконечном пути развития.

Спустя два года после начала психотерапии, отправившись на очередную сессию, Нина ехала в машине по шоссе и, заметив проходящий под дорогой тоннель, удивилась, почему дорога под ней не проваливается. В ходе сессии Нина попыталась воссоздать картину своего пути: собрала в кучу весь имеющийся песок, оставив вокруг нее значительное голубое пространство. Затем она прорыла тоннель сквозь толщу горы. Отверстие было достаточно крупным для того, чтобы в него могло пройти судно. Нина просунула обе руки под своды тоннеля и начала их • утрамбовывать, еще больше расширяя отверстие. К ее удивлению, своды тоннеля не обрушились, и судно свободно проплыло по нему. Нина почувствовала эмоциональный подъем, сравнив свое состояние с успешным завершением родов. Затем она добавила в композицию деревья, камни, корабли и рыбака, который стал символом рождения и процесса трансформации (рис. 14.2).

Похороны и возвращение к жизни

В песочной терапии песок иногда ассоциируется со смертью и погребением. В некоторых случаях клиенты даже изображают похороны своих близких. В реальной жизни обряд похорон чаще всего протекает в соответствии с религиозными канона-



Рис. 14.2. Нина: Тоннель

ми и не дает близким покойного выразить свои чувства. Поэтому песочная терапия может рассматриваться как своеобразный ритуал отреагирования этих чувств. В случаях, когда клиент испытывал к усопшему противоречивые чувства, песочная терапия становится средством их драматического отреагирования. Клиент даже может представить и изобразить свои собственные похороны, а также похороны того, кто еще жив, но к кому клиент относится с крайней неприязнью. Это помогает ему лучше понять собственные чувства.

Элла, обаятельная и живая женщина 45 лет, мечтала стать психотерапевтом, но так и не смогла завершить программу обучения. Она тратила много сил на то, чтобы решить проблемы, связанные с семейными отношениями, но, как ей казалось, ее усилия оставались незамеченными окружающими. Элла призналась, что хочет умереть, потому что не знает, как выбраться из того тупика, в котором она оказалась. В ходе сессии она выкопала яму и поместила в нее белого ангела, сказав, что тот обозначает ее саму. Справа от «могилы» она поставила фигурки своей матери, братьев, сестер, Их жен и мужей. Сле-

ва она расположила фигурки, обозначающие ее собственных детей, внуков и мужа. Затем Элла засыпала ангела песком и полила «могилу» водой; после чего поставила несколько деревьев, положила на могилу венок и «звезду Давида». Она почувствовала удовлетворение лишь тогда, когда увидела, что созданная ею композиция действительно напоминает сцену похорон.

Расставив все фигурки, Элла с удивлением заявила: «Как мало, оказывается, людей пришли на мои похороны, а те, кто и пришел, не выглядят слишком удрученными. Дети на меня страшно злы, а мою мать теперь все будут, наверное, утешать, поскольку ее дочь умерла. И одни лишь мой брат, похоже, плачет. Всего через месяц мой муж снова станет жить как ни в чем не бывало. Я победила, но что же я в результате этого получила?»

На следующей сессии Элла выкопала в центре песочницы еще одну могилу, положила в нее белого ангела и расставила вокруг дерева. «Я чувствую себя Белоснежкой, съевшей яблоко», — заявила она. Затем слева от могилы, снаружи от деревьев она изобразила родник, символизирующий вход в бессознательное, и поставила рядом с ним фигурку Гуаньинь, китайской богини сострадания. Элла сказала, что Гуаньинь даст ей воды, потому что, в отличие от Белоснежки, на ее могилу не придет принц, для того чтобы ее исцелить. Вскоре она сообщила, что чувствует себя уже достаточно сильной для самоисцеления. Не спеша, Элла стала переделывать композицию: достала из могилы ангела и поставила его рядом с Гуаньинь, а в левом нижнем углу подноса поместила дом с мебелью и накрытым столом и перенесла деревья от могилы к дому. Она засыпала могилу песком, разровняла поверхность и поставила на это место детскую коляску и скамейку. «Я думала про Белоснежку, которая так долго жила в лесу, — сказала она. — Она умерла. А я буду жить и радоваться тому, что у меня есть — дому, детям и внукам. Я похожа на Гуаньинь — также как она, я крепка как мрамор. Я не ангел, быть ангелом нереально. Могила от меня никуда не денется, но я не собираюсь в нее торопиться — у меня еще много дел».

ОБСУЖДЕНИЕ

Играя на пляже с песком, многие люди любят выкапывать в нем ямы или что-то в него закапывать. В песочной терапии выкапывание в песке ям или создание тоннелей зависит от распределения песка на подносе. Достигая дна подноса, яма может изображать пруд. Дети и взрослые часто создают углубления в песке, но пещеры, тоннели и шахты встречаются в песочных композициях относительно редко. Если бы песочница имела глубину 17-20 см, это позволяло бы насыпать в нее больше песка и создавать более глубокие ямы. В этом случае выкапывание глубоких ям, пещер и тоннелей или просто проникновение в толщу песка являлось бы дополнительным средством самовыражения. Очевидно, что более глубокие отверстия в песке иногда не позволяли бы видеть, что находится внутри, и отображать это на фотографии. При использовании обычного мелкого подноса все детали композиции достаточно хорошо видны как при ее непосредственном обзоре, так и на фотографии. Недостаточная глубина песка заставляет клиента либо вообразить более глубокий его слой, либо отдавать предпочтение более емкой песочнице. На выбор клиентом мелкого или более глубокого подноса влияют разные факторы, в частности потребность в создании более конкретных изображений или, напротив, таких, при создании которых он больше представляет, чем непосредственно изображает.

Арт-терапевтическая работа связана с созданием двухмерных образов посредством техник живописи, графики и коллажа либо трехмерных образов, создаваемых из глины, пластилина или в технике ассамбляжа. Создавая двухмерные образы, клиент может имитировать объем либо использует объемные материалы. Применяемые в песочной терапии материалы не предоставляют возможности создавать достаточно глубокие отверстия. Вероятно, в этом нет необходимости тогда, когда песочница используется в рамках конвенциональных психотерапевтических подходов. В то же время арт-терапия предоставляет клиенту значительные возможности для передачи своего

состояния — таким образом, целесообразно использовать в арт-терапевтическом процессе песочницу, поскольку она позволяет имитировать глубину. Проникновение в толщу песка и работа на его поверхности отражают полярные качества психики, переданные через противопоставление образов тьмы и света, невидимого и видимого, спрятанного и найденного, пойманного и свободного, смерти и возрождения.

ГЛАВА 15

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВОДЫ. КАПАНИЕ МОКРЫМ ПЕСКОМ И ВЫЛИВАНИЕ ВОДЫ В ПЕСОЧНИЦУ

ТЕКУЧЕСТЬ И ДВИЖЕНИЕ

Любая жидкость — «это вещество, способное течь и изменять свою форму при воздействии на нее какой-либо внешней силы» (New Webster's Encyclopedic Dictionary of the English Language, 1997). Текучесть, таким образом, связана с движением жидкого вещества, форма которого легко меняется и не является чем-то устойчивым. Слово «течение» обозначает продолжительный, непрерывный процесс движения жидкости в одном направлении. Течь могут воздух, вода или сухой песок. Человек может также имитировать течение движениями своего тела. Описание течения как некоего физического процесса приводится в работе физика Фритьофа Капра (Capra, 1979):

Физики, так же как и мистики, склонны воспринимать реальность как поток — или движение, изменение и трансформацию. Они пришли к пониманию того, что вселенная пребывает в непрерывном движении и состоянии активности, в некоем космическом танце энергии.

Он продолжает:

Все предметы в окружающем нас пространстве состоят из атомов, которые разным образом соединены друг с другом, создавая огромное разнообразие молекулярных структур. Эти структуры не являются устойчивыми и неподвижными, но вибрируют в зависимости от их собственной температуры, соответствующей также температурным вибрациям окружающей среды... Согласно квантовой теории, природа никогда не находится в состоянии статического равновесия, но всегда пребывает в состоянии динамического баланса (Сарга, 1979, р. 61-62).

Движения человеческого тела отражают процесс развития и эволюции и обеспечивают адаптацию человека к возрасту, культурному и психофизическому статусу. Создание изобразительной продукции связано с определенными движениями, посредством которых человек вступает в диалог с различными материалами, такими, например, как глина или краска. В некоторых художественных традициях определенные действия и движения являются частью создаваемого образа. Термин «акциональная живопись», введенный художественным критиком Гарольдом Розенбергом, обозначает такой вид визуального искусства, когда действия человека, связанные с подготовкой холста и созданием художественного образа, имеют большее значение, чем само законченное произведение (Chilvers, 1996). Произведение изобразительного искусства — статичный объект, процесс создания которого включает серию движений, совершаемых его автором, и эти движения определенным образом запечатлеваются в произведении в виде линий, форм и цветов. «Живопись капель», использовавшаяся Джексоном Поллоком с 1947 по 1951 г., является примером тесной коммуникации художника со своим произведением. Иногда движения художника в процессе работы не столь ярко выражены, однако создаваемые им формы и цвета их отражают. Изображенные Анри Матиссом женщины и танцоры служат примером этого (Chilvers, 1996).

Профессиональный танец и танцедвигательная терапия основаны на предположении о том, что движения тела сопровождаются катарсическим психотерапевтическим эффектом. «Движения тела отражают эмоциональное состояние человека и... их изменение ведет к психическим переменам, тем самым способствуя восстановлению здоровья и личностному росту» (Levy,

1998, р. 1). В соответствии с системой анализа движений, разработанной Лабан и Лэм, движения человека в процессе его адаптации к пространству могут быть проинтерпретированы с привлечением понятий усилия и формы. Четырьмя факторами, влияющими на усилия в процессе движения, являются пространство, вес, время и течение. Человек использует пространство напрямую или опосредовано; вес — сильно или слабо; время — быстро или медленно; течение — свободно или с определенными ограничениями (Levy, 1998, р. 134). С графической точки зрения, движения тела представляют собой «рисование» телом в воздухе. Чтобы понять, какое состояние скрывается за процессом создания изобразительной продукции, его также можно анализировать с точки зрения представлений о внешних движениях тела и понятий пространства, веса, времени и течения. При этом движения тела анализируются в соответствии с визуальным образом, создаваемым человеком при помощи различных материалов.

Арт-терапия обладает всеми возможностями для того, чтобы регистрировать движения тела в виде изобразительных образов. Движения кисти художника невелики по амплитуде и хорошо контролируются. Более экспрессивные движения связаны с движениями всей руки или даже всего тела; они предполагают большее разнообразие и значительную свободу. Независимо от того, какая часть тела совершает движения, они могут быть короткими или протяженными, скованными или свободными. Интуитивное ощущение человека свидетельствует о том, что свободные движения не приведут к утрате им самоконтроля, но будут способствовать более гармоничному перераспределению энергии. Свободные плавные движения возможны лишь в том случае, когда «внутренние» движения совпадают с внешними. Симметрия или статическое равновесие препятствуют им. Уайтхаус, юнгианский двигательный психотерапевт, пишет:

В основе переживания человеком движений лежит ощущение произвольного движения и одновременно того, что телом что-то движет... Это связано с полным осознанием им своих движений, когда человек осознает и то, что он делает, и то, что с ним происходит. Это состояние невозможно ни предугадать, ни объяснить, ни имитировать, ни повторить» (Whitehouse, quoted in Levy, 1988, р. 67).

В процессе художественного творчества двигаются руки человека и те инструменты, которые в них находятся; помимо внешних движений они «движимы» внутренним состоянием или потребностями человека. Капра (Capra, 1979) считает, что вселенная пребывает в постоянном движении и изменении — это обусловлено движением элементарных частиц. Физические структуры совершают свой «танец», хотя это внешне проявляется слабо. Их движение чем-то напоминает движения человеческого тела — внешне тот может казаться неподвижным, хотя его «внутренние» движения весьма активны и разнообразны, отражая сложные переживания и эмоции. Когда тело неподвижно, визуальный образ может передавать «внутренние» движения человека.

Формы воды

В таоистской традиции вода рассматривается как «движение жизни, противостоящее неподвижности смерти» (Соорег, 1978). Способность к плавному движению является одним из основных свойств воды, которые включают также способность к поддержке, отражению, очищению и др. Использование воды в арт-терапевтической работе связано с применением водорастворимых красок или сырого песка; при этом вода несет в себе самые разнообразные качества. Она ассоциируется и с плавными движениями тела, и с разнообразными жидкостями, заключенными в нем: слезами, мочой, слюной, потом и кровью, которые, в свою очередь, связаны с различными чувствами. Голубой цвет внутренней поверхности подноса отражает те качества воды, которые представляют для человека наибольший интерес. Изображая в песочнице пруд, клиент, возможно, стремится передать глубину; изображая ручей, старается передать движение чувств, «поток бытия» и т. д. Вода, проливающаяся с неба на землю в виде дождя, символизирует

небесную благодать и плодородие как в физическом, так и в духовном смысле... Дождь ассоциируется с «оплодотворением» земли небесными богами. Подземные воды связываются с женским началом — источником жизни, бесформенным, хаотичным, пребыва-

ющим в состоянии непрерывного движения океаном скрытых возможностей (Соорег, 1978).

В песочной терапии клиент может изобразить океан, сдвинув весь песок в одну сторону; открывшееся при этом голубое дно подноса будет означать выход за его границы. Изображения океана фигурируют во многих композициях, создаваемых как детьми, так и взрослыми.

Капание мокрым песком и выливание воды в поднос

В песочной терапии, на пляже или в психотерапевтическом кабинете вода применяется в качестве реального физического материала. Небольшие размеры песочницы не позволяют использовать много воды, хотя в естественном природном окружении объем воды может быть значительным. Во время игры с песком на пляже, заливая водой ямку, человек может углубить ее, поскольку это делает песок менее плотным. Движение воды контролируется за счет того, что человек ее льет, капает либо наполняет ею созданные им углубления. Смешивая песок с водой и капая мокрым песком, человек может создавать в ходе песочной терапии или на пляже песочные замки — «капли» песка ложатся друг на друга, постепенно формируя вертикальные структуры. Человек, как правило, стремится «вырастить» их как можно более высокими и сделать так, чтобы они не обваливались. Эта работа требует тонкой координации движений и терпения. Нередко человек начинает капать жидкий песок после того, как создаст устойчивую основу. Вырастающие на ней фантастические шпили символизируют устремленность к небу и возвышенным идеалам.

В песочной терапии клиент вынужден дозировать количество используемой воды. Иногда он хочет видеть именно воду, а не голубое дно подноса или мокрый песок. В этом случае он может найти способ разрешения данной проблемы, помещая в песочницу прозрачную емкость, наполненную водой. В ходе индивидуальной и групповой работы клиенты подбирают емкости любой формы. Иногда вид реальной воды актуализирует в клиенте деструктивные потребности, из-за чего он пытается

ся лить воду в поднос. Выливание воды на созданные в пляжных условиях песчаные сооружения не связано с каким-либо риском и не требует соблюдения каких бы то ни было мер безопасности. В песочной же терапии выливание в поднос большого количества воды ведет к тому, что песок и поднос ее не вмещают. Вода разрушает созданные клиентом формы, формируя хаотичную массу песка, и это не может не ассоциироваться с потоком и Ноевым Ковчегом, символизирующими разрушение и начало новой жизни (Соорет, 1978, р. 70).

Движение песка и воды

Сухой песок движется под воздействием ветра или иной внешней силы. Значит, потенциально возможность движения присутствует в песочнице. Парадоксальным образом, однако, рамки подноса не позволяют песку и воде двигаться в достаточной степени. Сухой песок сыплется между пальцами клиента, вода же течь на подносе не может. Смешивание воды и песка ограничивает их способность к движению, поскольку при этом образуется более плотный, конструктивный материал. Поэтому «движение» чувств и ощущение «потока» жизни, распространяющегося через тело, передаются, главным образом, через манипуляции с сухим песком или перемещением воды. В песочной терапии у клиента есть две основные возможности изображения движения: путем капания влажным песком сверху, либо путем выливания в поднос такого количества воды, какое поднос способен удержать.

ПРИМЕРЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ВОДЫ В ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Шира: гора, отверстие и капание мокрым песком

Шира начала заниматься с психотерапевтом в возрасте восьми с половиной лет, спустя четыре года после смерти отца. Она работала с психотерапевтом два года. Ей было трудно говорить о своем отце, однако, создавая песочные композиции, она смогла вы-

разить переживаемые ею чувства горя и утраты. Занимаясь с психотерапевтом, она заметно повысила свою успеваемость и стала одной из лучших учениц в классе. На одной из завершающих курс психотерапии сессий она большую часть времени молчала, будучи не в состоянии рассказывать о переживаемых ею чувствах. Она высыпала в песочницу множество камушков, но затем стала их собирать обратно в коробку. После этого девочка собрала весь песок в большую кучу и вырыла в ее центре глубокое отверстие, достигающее до самого дна. Большую часть камушков она высыпала в это отверстие, расположив другие на склонах песочной горы в виде пяти тропинок. На вершину горы Шира поставила песочные часы. Затем она стала капать на часы мокрым песком, терпеливо стараясь изобразить крышу со шпилем, возможно, символизировавшую кульминацию психотерапевтического процесса. «У меня очень много всяких мыслей, каждый камушек — это мысль, — сказала она. — Все происходило так быстро... Жаль, что нам придется расстаться» (рис. 15.1).

В ходе предпоследней сессии Шира просмотрела фотографии, на которых были изображены все созданные ею песочные композиции, и сказала, что хочет взять с собой три из них.

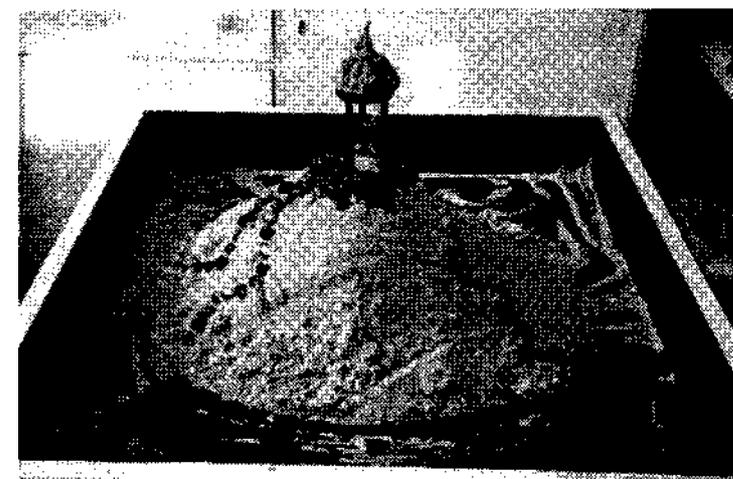


Рис. 15.1. Шира: гора, отверстие и капание мокрым песком

На одной фотографии была изображена композиция, созданная год назад и изображавшая извержение вулкана; на другой — гора с песочными часами, символизовавшая, по словам Ширы, множество мыслей; на третьей — большая мандала из песка, в центре которой был изображен глаз, а вокруг находились отпечатки рук (возможно, хамсы). «Мысль опаснее, чем лава, — сказала Ширы, — от лавы можно убежать, а от мыслей нельзя». Думаю, однако, что к концу психотерапии мысли девочки приобрели определенную упорядоченность и вряд ли представляли для нее какую-либо угрозу. Песочные часы, возможно, символизировали реальное время. Если бы психика Ширы действительно была подобна извергающемуся вулкану, ей вряд ли бы удалось создать столь изящную крышу со шпилем. Гора из песка представляла собой независимую структуру с определенным содержанием, окруженную со всех сторон голубой «водой». Гора могла обозначать «остров сознания», поднимающийся из «моря бессознательного». Психотерапия помогла Ширы мобилизовать здоровые аспекты своей личности. Создание заключительной композиции помогло ей преодолеть боль предстоящей разлуки и вместе с ней боль, связанную с потерей отца.

Бэрри: выливание воды в поднос

Бэрри 6 лет, он гиперактивен и принимает риталин. Его первая песочная композиция (рис. 15.2) изображает море. Бэрри хотел вылить в поднос еще больше воды, но психотерапевт его ограничил. Выйдя в конце сессии из кабинета, он открыл в саду кран и стал лить воду на землю. Его желание проливать воду было столь же сильным, как и потребность поджигать разные предметы, которая проявилась в ходе дальнейших сессий. После создания четырех работ с использованием большого количества воды, он перешел к созданию более упорядоченных, символизирующих смерть и разрушение композиций из сухого песка. При этом Бэрри использовал пластмассовые и настоящие кости и скелеты. Его стремление использовать большое количество воды, по-видимому, отражало потребность изобразить тот хаос, который он сам часто переживал. Неосознанно для себя, Бэрри пытался изобразить океан, раз-

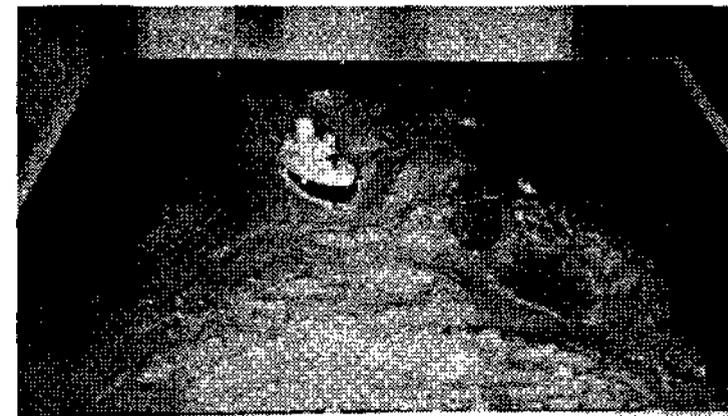


Рис. 15.2. Бэрри: выливание воды в поднос

рушающий все формы и границы для того, чтобы можно было построить что-то новое.

ОБСУЖДЕНИЕ

Потребность исследования воды в песочной терапии объясняется представлениями о глубине, очищении, отражении и движении, т. е. о том, что вода символизирует. «Движения» чувств и тела связаны с освобождением человека от тягостных для него переживаний. Они могут вести к интеграции внутренних и внешних проявлений того или иного состояния. Из всех материалов вода является тем единственным, который позволяет передавать движение. Если речь идет о капании мокрым песком, то это движение контролируется. В случае, когда переживания очень сильны, клиент льет в поднос воду, и если ее оказывается слишком много, она проливается на пол. Капание мокрым песком часто используется на пляже, однако в ходе песочной терапии этот вид манипуляций с песком и водой используется редко. Он более характерен для тренинго-

вых групп, изучающих песочную терапию. Литье воды на песок во время пляжных игр невозможно рассматривать отдельно от тех процессов, которые протекают в окружающем пространстве, а именно — от волн прибоя и приливов. Дети также испытывают потребность в использовании большого количества воды, что символизирует очищение.

По наблюдениям автора, при создании большинства композиций используется то или иное количество воды. В целях безопасности лучше пользоваться подносом с водонепроницаемым покрытием. Используются и более мелкие подносы, которые могут плавать в воде, налитой в большой поднос. Это символизирует сдерживание психотерапевтом сильных переживаний клиента.

ГЛАВА 16

ТАКТИЛЬНАЯ КОММУНИКАЦИЯ С ПЕСКОМ И ЕЕ ОТСУТСТВИЕ

Достаточный тактильный контакт между матерью и ребенком дает последнему ощущение защищенности, а также оказывает согревающий и стимулирующий эффект. «Недостаток стимуляции со стороны окружающей среды ведет к плохой дифференциации "Я", к чрезмерному, несбалансированному развитию интеллектуальных функций и неспособности к воображению» (Anzieu, 1989, p. 26). Способность к коммуникации посредством тактильных ощущений развивается раньше коммуникативных способностей посредством звуков, зрительных образов и языка. Тактильное взаимодействие с окружающей средой начинается в раннем возрасте и продолжается на протяжении всей жизни, являясь важным средством эмоциональной экспрессии. Поверхность песка ассоциируется с «кожными покровами» земли и с окружающей средой. Ранний опыт тактильной коммуникации и ощущение человеком границ личного «пространства» проецируются на песочницу.

Работа с песком выступает как средство компенсации незащищенности или недостаточной тактильной коммуникации, хотя далеко не все люди пользуются этой возможностью. Иногда песок ассоциируется с непредсказуемостью и деструктивностью окружающего мира или собственных переживаний, а потому вызывает негативную реакцию. Наличие подноса с бортами создает для некоторых клиентов ощущение большей безопасно-

сти. Песок же может остаться нетронутым, а фигурки расползаются вдоль бортов, словно от песка исходит некая угроза. Манипуляции с песком предполагают прямой тактильный контакт с этими материалами. Для некоторых людей использование некоторых инструментов более предпочтительно, нежели прямой тактильный контакт. Используя инструменты, клиент словно пытается подчинить себе материал, что символизирует подчинение природы человеку с помощью технических средств, со вспаханной почвой и т. д. Использование инструментов, а затем рук в процессе работы с песком может ассоциироваться со способом организации естественного хаоса или с утверждением своего права распоряжаться землей. Песок, так же как и земля, является частью безграничного пространства; в то же время каждый человек движется по земле своим, вполне определенным путем.

Прямой тактильный контакт с песком предполагает разнообразные движения: разглаживание, утрамбовывание, создание отпечатков, рытье ям, а также рассыпание или бросание песка. Утрамбовывание песка создает впечатление «непроницаемой» поверхности и выступает в роли средства защиты клиента от неприятных для него переживаний. Напротив, разрыхленный песок словно располагает к прикосновению и проникновению вглубь. Трехмерные формы из песка отражают чувство защищенности кожных покровов и ощущение собственного владения определенным пространством или территорией, а также доверие к психотерапевту. Хотя все эти виды манипуляций с песком выглядят достаточно простыми, далеко не все клиенты к ним бывают готовы, и их нежелание прикасаться к песку следует учитывать и уважать.

ПРИМЕРЫ НЕЖЕЛАНИЯ КЛИЕНТОВ ПРИКАСАТЬСЯ К ПЕСКУ

Нежелание клиентов прикасаться к песку иллюстрируют три приведенных ниже примера. Каждый из них отражает определенные переживания: стремление сохранить собственную идентичность, утвердить право на свою «территорию» и страх проникновения в глубь материала.

Украденный песок

Эдди вошел в арт-терапевтический кабинет и сел на диван. Посмотрев на песочницу, он сказал: «Этот песок не настоящий, он фальшивый». Белый песок для моей песочницы был привезен с берега Средиземного моря, однако Эдди продолжал утверждать, что этот песок не настоящий. Он называл меня «сэнд-неппером» и считал, что я украла песок из песчаного «дома» — с пляжа, не спросив при этом разрешение у его матери — моря. Эдди считал, что песок не может быть настоящим, если он изъят из естественной природной среды и если рядом не шумят волны и не лежит пена. Единственным способом снова сделать песок настоящим, по мнению Эдди, было бы вернуть его на прежнее место, откуда тот был «украден».

Эдди был обаятельным 15-летним подростком, родившимся в одной из латиноамериканских стран и воспитывавшимся в приемной семье. Родители рекомендовали ему пройти психотерапию с целью повышения его самооценки и улучшения успеваемости. Мальчику нравилось отдыхать на берегу моря и валяться на песке. Однако в ходе шестой сессии, когда Эдди было предложено воспользоваться песочницей, он явно не испытал по этому поводу энтузиазма и разделил весь песок на две части. Спустя шесть недель после обвинения меня в «краже» песка, Эдди высказал мне свои подозрения относительно того, что приемные родители незаконным путем отняли его у настоящих отца и матери. Он жил во вполне благополучной среде, символом которой могла бы быть песочница. Одновременно подросток ощущал некую искусственность всего происходящего и в глубине души стремился вернуться на родину, в Латинскую Америку, к своим настоящим родителям.

Нежелание прикасаться к песку

Пятидесятивосемилетняя женщина решила обратиться к психотерапевту, потому что спустя пять лет после того, как ее сын был убит террористами, она никак не могла прийти в себя. Она до сих пор одевалась во все черное и в память о сыне поклялась не менять место жительства. Она также отказывалась принимать участие в свадьбах, бар-мицвах и похоронах. В то же время она являлась авторитетом для многочисленных родственников, и ее часто навещали взрослые дети со своими семьями, стремясь получить от матери совет. Несмотря на это, она никак не могла преодолеть чувства скорби и печали, связанные со смертью сына. Ее внук, успешно завершивший психотерапевтическую работу со мной, порекомендовал бабушке пройти у меня арт-терапию, причем непременно с использованием

песочницы. В течение полутора лет женщина составила 26 песочных композиций, однако ни разу не прикоснулась к песку. Она работала в одном и том же стиле: выбирала фигурки людей и мифологических персонажей с одних и тех же полок и располагала их в форме полукруга вдоль бортов подноса. В процессе создания девятой композиции она впервые замкнула круг, дополнив прежних персонажей фигурками индейцев, и в дальнейшем продолжала расставлять фигурки уже в форме замкнутого круга.

Хотя при создании первых двух композиций женщина использовала игрушечную мебель и домики, набор персонажей оставался одним и тем же. Полуоткрытый круг, фигурировавший в первых восьми композициях, отражал ее идентификацию с песочницей и со своей семьей. Она была крупной женщиной крепкого телосложения, многодетной матерью, поддерживавшей тесный контакт со всеми детьми. Оставляя круг незамкнутым, она словно пыталась сказать о том, что вместе со смертью сына утратила некую основу своей жизни. Когда круг замкнулся, несколько изменился и набор фигур. При создании одиннадцатой композиции женщина поставила в центре круга вигвам, окружив его фигурками индейцев, и посадила в него индианку, впервые заняв, таким образом, центр круга. При создании тринадцатой композиции она расставила по диаметру круга врачей и больничную мебель, что указывало на начало процесса исцеления, несмотря на то, что ее сына врачам спасти не удалось.

Четырнадцатая работа отличалась от предыдущих тем, что женщина расставила в три ряда 15 лошадок — по пять в каждом ряду. Все они были повернуты головами влево. Внезапно женщина развернула одну лошадку в другую сторону. Создавая композиции, она никогда не разговаривала; ничего она не сказала и при создании этой работы. Лошадка, повернутая вправо, символизировала ее погибшего сына. Три последующие работы отличались разнообразием цветов, в которые была раскрашена фигурки людей. Кроме того, круги были уже не такими плотными. Впервые композиции включали в себя деревья и автомобили. Одна из работ была названа «Новая жизнь». Оказалось, женщина начала брать уроки вождения.

При создании восемнадцатой композиции она заняла центр круга вторично — в нем была помещена крестьянка. Вокруг нее расположились следующие персонажи: справа — шесть фантастических героев; внизу — пять стариков и старух; слева — пять мультипликационных персонажей, а сверху — двое музыкантов. Последние восемь работ были связаны с созданием круга и отличались от прочих значительным многообразием фигурок и расположением их в пространстве. В двадцать пятой композиции вновь были использованы фигурки животных, однако теперь это были не дикие лошади, а

миролюбивый домашний скот. Женщина сдала экзамен по вождению автомобиля и стала время от времени выезжать в гости к детям. При создании последней композиции она расставила по кругу индейцев, а в центре ее, на возвышении, поместила пустой вигвам.

При прохождении курса психотерапии клиентка создавала исключительно циркулярные композиции, за исключением двух композиций используя различные фигурки людей. Как правило, фигурки располагались вдоль бортов подноса; при этом клиентка ни разу не прикоснулась к песку. Единственной композицией, в которой не задействовалась циркулярная форма, была та, которая содержала пятнадцать лошадок, стоявших в три ряда. Нежелание клиентки прикасаться к песку и создание ею циркулярных композиций — в основном с пустым центром и расположением фигурок вдоль стен — отражали пережитую ею утрату, причем не только сына, но и ощущения собственной силы и самоуважения. Ее внутренняя незащищенность, внешне не проявлявшаяся в ее авторитетной позиции в семье, отражалась при создании ею циркулярных композиций и в идентификации с одним из членов «индейского племени», расположенных вне центра. Помимо этого, циркулярная форма отражала страх женщины перед внешним миром, заставляющий ее скрывать свою идентичность. Может быть, фигурки располагались вдоль стен именно из-за этого. Так продолжалось до тех пор, пока клиентка не почувствовала себя готовой к выходу во внешний мир. Песок также символизировал для нее место погребения сына, покой которого ей не хотелось нарушать.

Девственность

Чрезвычайно привлекательная 32-летняя женщина пришла к психотерапевту с жалобами на болезненную застенчивость и неспособность к установлению контактов с окружающими. Хотя пациентка сама обратилась к специалисту и проявляла интерес к художественному творчеству, она была крайне немногословна и начинала работать лишь тогда, когда тот давал ей то или иное задание. Ее скупые и явно замедленные вербальные реакции указывали на нежелание быть понятой психотерапевтом и добиться его сочувствия. Через полтора года пациентка стала проявлять к художественному творчеству еще больший интерес и демонстрировать большую открытость в общении с психотерапевтом. Она призналась в том, что девственна и чувствует себя «белой вороной», а также в том, что очень боится, если об этом кто-то узнает. Тогда психотерапевт предложил ей работать с каким-либо объемным материалом, например, с песком или глиной, предполагающими тактильный контакт и про-

никновение в глубь, перед чем она испытывала явный страх. Пациентка неохотно создала одну композицию из глины, представлявшую собой изображение пещеры. В ходе работы она поставила пещеру на сухой песок, положила в нее камень, а в дальний угол — несколько более мелких камушков. Ей так и не удалось преодолеть свой страх перед этими материалами. Не смогла она также объяснить причин своего страха тактильного контакта. К счастью, ее живописные работы стали более крупными, что свидетельствовало о ее возросшей уверенности и желании более активно использовать цвет, который она накладывала толстым слоем, словно пытаясь придать своим работам объем. Путешествуя с группой, эта женщина познакомилась с мужчиной одного с собой возраста, и они полюбили друг друга. Чтобы нарушить девственность, она решилась на операцию, однако операция не понадобилась — еще до нее пациентка пожениться и завести детей, что вскоре и было сделано. Несмотря на страх перед объемными материалами, предполагающими тактильный контакт, пациентка оказалась способна к прямому телесному контакту, без использования транзитных объектов.

ОБСУЖДЕНИЕ

В этой главе были приведены примеры, связанные со страхом клиентов перед тактильным контактом с песком. Все они на данном этапе своей биографии не могли преодолеть страха перед «хаосом» жизни. Психотерапевтический процесс содержал разные формы работы, в том числе и те, которые не включали в себя использование песка и глины. Решение проблем этих людей предполагало применение вербальных методов, разнообразных предметов и символов, а также различных видов художественной экспрессии.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Все создаваемые в песочной терапии формы имеют аналоги, создаваемые на пляже. По своей природе песок и вода предполагают определенные движения рук, совершаемые в процессе работы с ними. В то же время в защищенной психотерапевтической среде песочницы имеют место не только внешние, но и «внутренние» движения, отражающие эмоциональное состояние клиента. Вырытая в песке яма — не просто яма. Она может обозначать пещеру, чрево, жерло вулкана, вход в подземный мир, могилу или ворота в коллективное бессознательное с его демонами и сокровищами.

Возвышенность или горка — это нечто большее, чем просто куча песка. Они символизируют тело Матери-Земли, грудь, живот или чрево, некую среду, являющуюся источником тепла и питания. Они также обозначают связь земли и неба. Рисование на песке линий бывает и просто результатом движения и обозначает границу некой территории или «путь», по которому человек готов отправиться на освоение новых жизненных пространств. Линия может быть символом жизненного пути в целом, а точка в центре — местом соединения всего и вся.

Общей задачей психотерапии является преодоление клиентом знакомых, но не продуктивных форм поведения и освоение более аутентичных и продуктивных. Тоннель или мост обозначают переход из одного состояния в другое. Они символизируют связь между тем состоянием, в котором человек находится, и тем, которого он хотел бы достичь. Переход с поверхности вглубь, помещение клиентом какого-либо предмета в песок может символизировать желание найти укрытие или что-то спрятать. Подъем на поверхность обозначает освобождение или но-

вое рождение, а также готовность к открытому взаимодействию с окружающими. Когда же клиенту удастся и спуститься вглубь, и подняться в высоту, это говорит о его готовности завершить психотерапию.

Но вернемся к пляжу, где и песок, и вода одинаково притягательны. Голубое небо, пронизанное солнечными лучами, обещает новый день и возможность создания новых форм из песка. Эти формы вечны, но в то же время они отражают быстротечность и изменчивость жизненных проявлений. Солнце, ветер и вода примут их как своеобразный дар, а, разрушив, создадут условия для проявления творческого начала тем, кто придет сюда следом за нами.

Часть VI

ПРОЦЕСС ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

ВАНДА: ПУТЬ МОЛОДОЙ ЖЕНЩИНЫ ОТ УТРАТЫ И ГОРЯ К ПЛОДОРОДИЮ И ДЕТОРОЖДЕНИЮ

В VI части книги описывается серия песочных композиций, созданных за три года молодой женщиной, пережившей тяжесть утраты. В арт-терапевтическом кабинете Ванда обрела богатые возможности для невербального самовыражения, позволившие ей преодолеть ограничения, которые были связаны с привычным для нее рациональным критическим мышлением. В основном она работала не с художественными материалами, а с песочницей, получая удовольствие от тактильного контакта с песком. Создаваемые Вандой спонтанные образы вызывали у нее приятное удивление и заключали в себе глубокий смысл. Обычно она начинала свою работу манипуляциями с сырым песком и вела с ним своеобразный диалог до тех пор, пока интуиция не подсказывала, что созданные формы, структуры, поверхности либо голубые пятна, появившиеся на освобожденном от песка месте, являются именно тем, что ей было необходимо. После этого Ванда размещала на подносе определенные фигурки. В 50 из 55 созданных ею песочных композиций поверхность песка была относительно ровной, хотя ее различные части могли несколько отличаться друг от друга по высоте и структуре. Однако чаще всего эти различия уловить было довольно трудно. Постепенно диапазон высоты и глубины в ее работах увеличивался, а выбираемые предметы становились все крупнее. Несколько раз она создавала отпечатки своих рук и различных предметов. Первая работа Ванды, а также несколько из созданных ею позже представляли собой четырехчастные композиции. В некоторых из них отмечалась поляризация, но центр — символ «Я» (Ammann, 1991, p. 48) — был едва намечен. Наблюдая за тем, как Ванда использует цвет, форму, структуру, как располагает предметы, организует композицию — в особенности ее центральную часть — я пришла к пониманию переживаемого ею процесса психической трансформации.

ГЛАВА 17

НИСПРОВЕРЖЕНИЕ КОЛЛЕКТИВНОГО

ВАНДА

Ванда, 29-летняя, недавно вышедшая замуж женщина, приступила к курсу песочной психотерапии спустя два года после того, как ее брат — военный служащий — погиб в авиакатастрофе. Для написания дипломной работы она выбрала тему, посвященную исследованию чувств тех, кто перенес смерть своих братьев или сестер во время службы в армии. Испытывая явные затруднения в работе над теоретическим материалом и проведении интервью с людьми, переживавшими те же чувства, что и она, Ванда обратилась к психотерапевту. В работе с Вандой песочница использовалась в качестве основного инструмента. В течение первых четырех месяцев пациентке удалось решить задачу начального этапа психотерапии, — используя песочницу и технику активного воображения, пройти ритуал оплакивания брата и расставания с ним.

Вскоре после этого Ванда забеременела и за шесть месяцев беременности написала дипломную работу. Тем не менее ее песочные композиции отражали тревогу, неуверенность в своих силах, а также в способности родить и вырастить ребенка в условиях жизни в кибуце. Вплоть до родов Ванда продолжала работать с психотерапевтом, используя, главным образом, изобразительные техники, но не песочницу. Как это ни прискорбно, однако ее первый сын погиб в результате того, что

пуповина обвилась вокруг его шеи еще до начала родов. Ванда переживала острое чувство вины и едва сдерживаемого гнева. Спустя полгода после смерти ребенка она возобновила работу с психотерапевтом и продолжала ее на протяжении последующих полутора лет, используя, в основном, песочницу. Острота переживаемых ею чувств, вызванных новой утратой, усугублялась еще и тем, что она страдала бесплодием, а проводимое лечение не давало эффекта. Излечение Ванды, ее новая беременность и успешное рождение ею сына происходило в условиях киббуца, в Израиле, что, несомненно, повлияло на ее женскую идентичность.

ВАНДА. ЕЕ СЕМЬЯ И КИББУЦ

Идеалы равенства, единения и совместной жизни, лежащие в основе создания киббуцев, хорошо проявляются и в системе коллективного образования. Каждый ребенок, начиная с рождения, воспитывается в детском доме, входя в группу из пяти детей такого же возраста. За ним ухаживает специальный персонал, несущий ответственность за все стороны жизни — сон, еду, гигиену, обучение и игры. Матери имеют возможность общаться с детьми лишь во время кормления. Никому из взрослых не разрешается приходить к детям в вечернее время; контакты ребенка с родителями во время его болезни также ограничены.

Родители Ванды воспитывались в киббуце. Они не общались со своими матерями так, как это делают дети, живущие в своих семьях. В свою очередь, их дети росли в таких же условиях. Ванда и ее младшие братья воспитывались в разных группах, находясь в детском доме и общаясь лишь с «братьями и сестрами» по киббуцу. За ними ухаживали женщины, не являвшиеся их матерями. Родители могли приходить к ним ежедневно с четырех до семи часов вечера, после чего ребята расходились по своим коммунальным комнатам и ложились спать.

Таким образом, с самого начала жизни дети пребывали в условиях замкнутого сообщества, где границы личного «Я» и семьи фактически отсутствовали. Общее благо при этом рассматривалось как высшая цель, а проявления личной инициа-

тивы подавлялись. У каждого ребенка было несколько «родителей», а также «братьев и сестер», с которыми он не состоял в кровном родстве. В то же время возможность общения с биологическими родителями, а также с родными братьями и сестрами была ограничена. Киббуц являлся для них общим «домом». Дом, в котором жили дети, назывался «комната», вся ответственность в нем была коллективной.

После службы в армии, когда ей исполнился 21 год, Ванда ушла из киббуца. Ее родители к этому времени развелись, но продолжали жить в том же киббуце. Их дети не знали, что такое семейная жизнь и что такое развод. Ванда охарактеризовала свою мать как кроткую, мягкую женщину, а отца — как человека, отличавшегося слабым, женским характером, некоторой детскостью и эмоциональной теплотой. Наиболее близким человеком для нее был Нир — самый младший из всех ее братьев, погибший во время катастрофы.

ЦЕРЕМОНИЯ ОПЛАКИВАНИЯ

Несколько раз в год в Израиле поминают усопших. В День Холокоста отдают дань памяти жертвам геноцида. В День Памяти нация вспоминает солдат, погибших в период несения службы. Отмечая Иом Киппур — день искупления грехов, зажигают свечи в память об умерших родственниках. Кроме того, погибших военнослужащих поминают в ходе особых гражданских и военных церемоний. Таким образом, потерявшие своих близких люди чтят их как сыновей и дочерей нации и, вспоминая о них в дни рождения и смерти, приходят к их могилам.

Родители Ванды участвовали в общинных церемониях поминания сына. Ванда также дважды принимала в них участие, но затем перестала это делать, возможно, из-за неосознанного желания разотождествить переживаемое ею чувство горя с коллективным горем. В то же время она не знала, каким образом она могла бы выразить свои чувства. При написании дипломной работы она изучала ритуалы оплакивания, существующие в различных культурах. Интуитивно она понимала, что ритуал, в котором принимают участие родители, будет напоми-

нать ей о тех временах, когда брат был жив. В первобытных культурах племя стремится помочь усопшему спокойно отойти в мир иной, используя ритуалы перехода, поскольку умерший часто не хочет оставлять живых, а живые не хотят отпускать мертвого. Работа над дипломным проектом постепенно перешла для Ванды в личную психотерапию, позволившую ей совершить ритуал перехода и расстаться с погибшим братом. Написания дипломной работы было для нее недостаточно. Но все же работа над дипломным проектом и желание, используя песочную терапию, осознать чувства, связанные со смертью брата, стали той самой дверью, войдя в которую Ванда приступила к глубокому психотерапевтическому процессу.

ПСИХОТЕРАПИЯ

Ванда занималась с психотерапевтом три года; лишь после гибели ребенка у нее был шестимесячный перерыв в ходе психотерапии. В течение первых 11 месяцев курса ею было создано 29 песочных композиций. При этом она смогла выразить чувства, связанные со смертью брата, написать дипломную работу и забеременеть. Казалось, Ванда решила основную проблему, послужившую причиной обращения к психотерапевту. Однако в ее песочных композициях проявлялся гнев, направленный против существующей системы разделения семей, указывавший на наличие иных нерешенных вопросов. Уйдя из киббуца, она продолжала сравнивать себя с другими сверстниками, с которыми вместе выросла. Так, Ванда отметила, что у нее позже, чем у других установился менструальный цикл, что она позже других вышла замуж и забеременела. Ее сложные чувства и желание иметь ребенка отражали проблемы фемининности. Они проявлялись особенно ярко, когда, например, ее мать, шутя, говорила, что у Ванды слишком хрупкое телосложение, для того чтобы рожать детей. Похоже, мать отвела себя в отношениях с Вандой фемининную роль и не хотела делиться этой ролью с дочерью.

Мужские роли в песочных композициях Ванды были взаимозаменяемы — неважно, была ли это роль отца, брата, мужа или сына. Смерть Нира не позволила ему пройти путь мужской индивидуации, который брату Ванды предстояло пройти,

Г останься он жив. В период первой беременности Ванда не раз испытывала сильную тревогу. При этом у нее возникали всевозможные мысли. Не беременна ли она своим братом? Может ли община забрать у нее ребенка? Следует ли дать ребенку имя Нир, заменив тем самым в глазах общины погибшего? Казалось, она не была уверена в том, что обладает достаточным правом на вызванное смертью брата чувство горя, правами на ребенка, на дом, мужа и профессию.

Через шесть месяцев после смерти сына Ванда возобновила психотерапию, все еще испытывая чувство горя и страха. В течение последующих полутора лет она оплакивала погибшего ребенка, тяжело переживая затянувшееся лечение бесплодия и, в конце концов, естественным образом забеременела. Мужские и женские качества нашли проявление в создаваемых ею архетипических образах, после чего Ванда родила здорового сына. До родов она успела создать 23 песочных композиции, а спустя четыре месяца — еще три. Таким образом, всего ею было создано 55 работ. В этой части книги описывается 27 композиций, в которых представлены ключевые темы. Из-за ограниченного объема книги, а также учитывая продолжительность и сложность психотерапевтического процесса, имеет смысл дать лишь краткую характеристику наиболее значимых работ.

КЛЮЧЕВЫЕ ТЕМЫ

Оплакивание

Процесс оплакивания Вандой своего брата затрагивал переживания, связанные с дистанцированием от родителей, — прежде всего, от матери, — а также с проблемой доверия и отношениями Ванды с коллективом. После смерти ребенка к ним присоединились чувства горя и утраты, а также чувства, вызванные переживанием своего бесплодия.

Маскулинность/фемининность

Первая стадия психотерапии характеризуется подготовкой к «дифференциации противоположностей, центрированию и фор-

мированию Самости» (Weinrib, 1983). В работах Ванды проявились взаимозаменяемые мужские идентичности и ее неиндивидуированная женская идентичность, в которой на первый план выступали то положительные, то отрицательные качества. Ее стремление реализовать себя в роли матери определенным образом отражало проблему ее отношений с коллективом.

Жесткие правила, регулировавшие поведение в коллективе, требовали подчинения интересов каждого общегрупповым интересам. Независимое поведение рассматривалось как вызов коллективу. И матриархальные проявления, связанные с деторождением, и патриархальные, связанные с подчинением всех закону и дисциплине, принимали форму внушавшего вину и страх гиперконтроля за поведением каждого. Чрево могло стать безопасным местом лишь после дифференциации маскулинного и фемининного как в положительных, так и в отрицательных проявлениях. Эта работа продолжалась и в ходе второй беременности, когда Ванде удалось построить доверительные отношения с мужскими и женскими качествами. В ее песочных композициях живо проявлялись мужские и женские архетипы, что помогало ей укрепить свое здоровое «Я» и защитить себя от негативных проявлений коллективного начала. Результатом этого явилось рождение сына.

Окружающая среда, доверие, недоверие и индивидуация

Основной проблемой психотерапии можно считать индивидуацию, протекающую в тесной связи с опытом коллективного воспитания. Усвоенные Вандой стереотипы коллективизма продолжали сильно влиять на нее. Даже уйдя из киббуца, она продолжала с недоверием относиться к окружающим, видя в них отражение коллективных норм. Ванда словно постоянно ожидала критики со стороны, хотя ее поведение было образцовым. Склонность к самокритике и дефензивный рационализм, с одной стороны, помогали ей справиться с психическими травмами, а с другой — их скрывали. Использование песочницы позволило Ванде преодолеть самоконтроль и создать предпосылки для выражения своих чувств, телесного опыта и творческо-

го начала. В конце концов, это привело к укреплению ее «Я» и преодолению страха автономности.

Взаимосвязанные темы

Все вышеназванные темы были взаимосвязаны, и решение одной проблемы способствовало решению другой. Процесс индивидуации был вызван необходимостью решения задач, которые Ванда не могла заранее предвидеть. В начале психотерапии проблема выражения ею чувств, связанных с гибелью брата, являлась наиболее значимой. Кульминацией этого этапа психотерапии было создание ею композиции A12. В нескольких работах проявились также темы взаимоотношений индивидуального и коллективного и индивидуации на коллективной основе.

Кроме того, на данном этапе были актуальны темы первичной дифференциации женского начала, деторождения, неприятия гиперконтроля со стороны коллектива и норм жизни в киббуце. В символической форме Ванда выражает свой протест против этих норм в композиции A24. Однако создаваемые ею на ранних этапах беременности песочные композиции потеряли свою витальность, и в них проявилось чувство одиночества. Голубой цвет дна подноса, использованный Вандой при создании 21 работы, утратил свое значение — в последующих пяти композициях она оставила песок нетронутым.

На протяжении второй фазы психотерапии Ванда вновь попыталась забеременеть, но безуспешно. Поэтому наряду с чувством горя, вызванным смертью ребенка, в ее работах активно проявлялись и переживания, обусловленные бесплодием. Некоторые работы отражали дифференциацию мужского и женского начал, добрых и злых сил, а также человеческого и архетипического, что вело к укреплению «Я» и возвращению в композиции голубого цвета и воды, располагавшихся в центре композиций. Внутренняя готовность Ванды к новой беременности проявлялась в архетипических образах. Одним из них был образ Великой Матери, другим — образ объединения противоположностей. Когда психотерапия вступила в завершающую фазу, Ванда забеременела. Последний этап был связан с созданием серии работ, отражавших бурное проявление жиз-

ненных сил и включавших персонажи, символизировавшие божественное покровительство. Анализ песочных композиций Ванды предполагал использование юнгианского подхода в сочетании с арт-терапевтическими представлениями о значении песка, песочных форм, цвета, расположения элементов композиции в пространстве, различных материалов и объектов.

ПЕСОЧНЫЕ КОМПОЗИЦИИ: ФАЗА А

Песочная композиция А1: дети, собирающие ракушки возле пещеры

Первая созданная Вандой песочная композиция (см. рис. 17.1) изображает сцену на пляже. Несколькими днями раньше она побывала с младшим братом на пляже. Это случилось в полдень — прошел дождь, и в небе появилась радуга. Ванда объяснила, что это послужило основой для создания данной композиции. Вместо солнца она изобразила луну, передавая тем самым

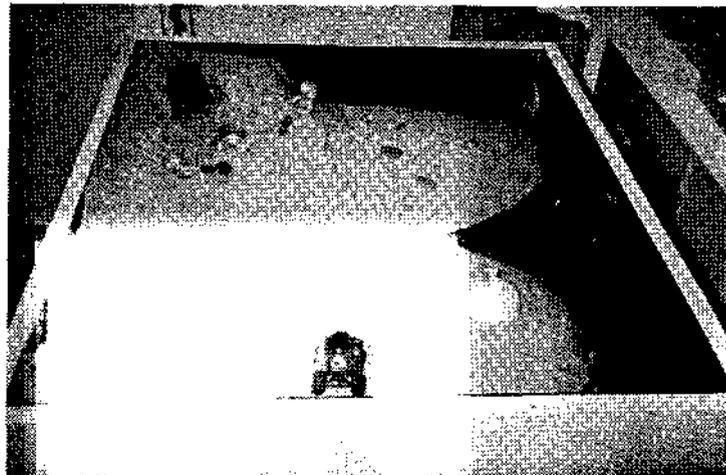


Рис. 17.1. А1: дети, собирающие морские ракушки возле пещеры

ОШУЩ^{ение} царившего в тот день полумрака. В нижнем левом углу композиции, с обеих сторон от входа в пещеру, она расположила фигуры мальчика и девочки. Возле мальчика Ванда положила три коричневых камушка, а возле девочки — два отполированных водой стеклышка. Ноги детей были скованы покрывавшим их песком.

Инфантильные образы мальчика и девочки говорят о неготовности Ванды к исцелению. В то же время расположенные у входа в пещеру камушки и стеклышки свидетельствуют о начавшемся объединении мужских и женских качеств в психике молодой женщины. Евреи часто оставляют на могилах родственников камушки, поэтому композиция может отражать чувства Ванды, связанные со смертью брата. Отполированным водой стеклышкам изумрудного цвета уже две тысячи лет; они были найдены на израильском побережье Средиземного моря в том месте, где некогда находилась римская фабрика по производству стекла. Прозрачные камушки обладают мистическими свойствами, что обусловлено их длительным пребыванием в море. Они символизируют связь с морем, с вечным чревом, с источником жизни, а также являются символом связи с бессознательным (море) и с тем, что оно способно открыть человеку. Помимо перечисленного в стеклышках есть некоторые небесные, магические качества, связанные с проявлениями духовности и фантазии.

Место действия поделено на четыре части: след от трактора разделяет композицию на верх и низ, а полукруглые, симметричные массы песка, напоминающие грудь, сочетаясь с голубой поверхностью подноса, делят композицию на правую и левую части. Левая часть композиции с расположенной здесь луной (сверху) и спасительной пещерой-чревом (внизу) связана с фемининностью. Луна символизирует связь с женской духовной сущностью. Пещера же, кроме чрева, обозначает коллективное бессознательное и психотерапевтический теменос. В верхнем левом квадранте расположены два коричневых камушка и два стеклышка, уравновешивающие расположенные по диагонали в нижнем правом квадранте четыре коричневых камушка. Цветами левой половины композиции являются коричневый, серый и голубой — маловыразительные, «неэмоци-

ональные» цвета, часто выбираемые клиентами в состоянии депрессии.

Черно-красный трактор, проделав свой путь через центр композиции, остановился под холмом в верхнем правом квадранте. Красный, черный и белый цвета являются основными, связанными с базисными переживаниями и представлениями о темноте (черный), свете (белый) и крови (красный). Трактор символизирует энергию жизненного пути, однако он остановился, поэтому его путь скорее разделяет, чем связывает сознание и бессознательное. Крошечная фигурка младенца находится на вершине холма. Объясняя ее значение, Ванда сказала, что это «полуангел-полуробенек, а может быть, ожидающий меня муж». Несколько созданных из раковин холмов обозначают этапы движения к морю. Ванда не сказала о том, что белый, похожий на привидение младенец связан с образом погибшего брата. Ничего она не сказала и по поводу того, что «мертвые белые» пустые раковины, из которых ушла жизнь, символизируют могилы. Если младенец — это ожидающий ее муж, то раковины символизируют ту жизнь, с которой Ванда еще не соединилась. Если же младенец символизирует ее брата, то он указывает на то, что Ванде предстоит некая встреча со смертью.

В центре композиции, за трактором, лежат яблоко, банан и стейк. Банан, форма которого напоминает месяц, находится в самом центре и соединяет квадранты. Окрашенные в теплые цвета продукты почти незаметны, хотя и расположены в центре. Все они свидетельствуют либо о том, что для Ванды песочная терапия является своеобразной «пищей» и что Ванда «питается» в процессе создания песочных композиций, либо о том, что она сеет семена будущей жизни, но делает это столь осторожно и робко, что вряд ли они дадут всходы. Учитывая ее склонность скрывать от других важные для себя вещи, можно предположить, что эти мелкие продукты заключают в себе глубокий смысл.

Диагональ, связывающая левый нижний квадрант и расположенную там пещеру с правым верхним квадрантом, служит объединению сознания и бессознательного. Увязшие в песке дети, возможно, способны из него выбраться. Правый верхний квадрант заключает в себе символы фантазии и одновременно

вероятной смерти. Правый же нижний квадрант и левый верхний квадрант содержат в основном песок. В каждом из них находится по четыре камушка. Таким образом, диагональ соединяет те части композиции, в которых крайне мало предметов и где не ощущается никакого движения.

Ванда так прокомментировала свою композицию: «Дети не спеша собирают разбросанные вокруг предметы. Эти предметы кому-то нужны. Девочке интересно собирать предметы и в то же время наблюдать за своими действиями. Мальчик смотрит вдаль. Хорошо, что рядом с ними есть пещера, в которой они могут укрыться».

Композиция А2: мосты, пруд в центре и страшная маска

В круге, образованном границами пруда, находятся два предмета, образующие весьма драматическое, но малозаметное на первый взгляд, сочетание — страшная маска и скрытый под ней белый блестящий кусочек мрамора (рис. 17.2). Маска в пруду символизирует беременность Ванды, ее тело как контейнер



Рис. 17.2. А2: мосты, пруд, маска

новой жизни, в котором укрывается испуганный ребенок. При создании последних песочных композиций неоднократно проявлялась тема, обусловленная ощущением того, что тело Ванды может создавать монстров либо того, что она сама является одним из монстров. Маска символизирует персону, столь необходимую Ванде в отношениях с коллективом. Ее же «подлинное Я», чистота и красота ассоциируются со скрытым под маской кусочком мрамора. Пруд в центре является свидетельством желания погрузиться в бессознательное.

Мост соединяет пруд с тремя домами, расположенными в верхней части композиции. Идущие из левого верхнего угла два моста образуют дорогу, также ведущую к пруду. В этой части работы под одним из мостов находится ангел. За мостом же расположена неиспользуемая желтая тачка. На мосту стоит будильник, а в углу — серый диск. В композиции А1 (рис. 17.1) на этом месте находилась луна. На противоположной стороне пруда, возле скамейки, расположен спящий ангел.

Два дома и два оставленных без присмотра младенца в левом нижнем углу обращены к устрашающей маске, возможно, отражая недостаток защиты со стороны матери, ощущаемый Вандой в начале жизни. По мостам никто не движется, да и вся композиция представляется несколько безжизненной. Будильник указывает на необходимость пробуждения. Мосты свидетельствуют о стремлении вступить в диалог с полярными проявлениями психической жизни. Ванда связала эту композицию с киббуцем, в котором ей не хотелось бы жить, а маску — со страшным демоном. Она хотела иметь ребенка, но в то же время проявляла нерешительность. Иначе говоря, композиция отражает еще не освоенные психикой Ванды энергии.

Композиция А3: центральная гора и пещера

Большая часть песка была собрана в кучу, окруженную со всех сторон зоной голубого цвета, немного песка также оставалось в нижнем левом углу (см. рис. 17.3). Внизу слева находилась фигура женщины, присматривающей за восемью розовыми младенцами, пытающимися забраться на пригорок. Ванда объяснила, что изобразила хорошую мать, предоставляющую

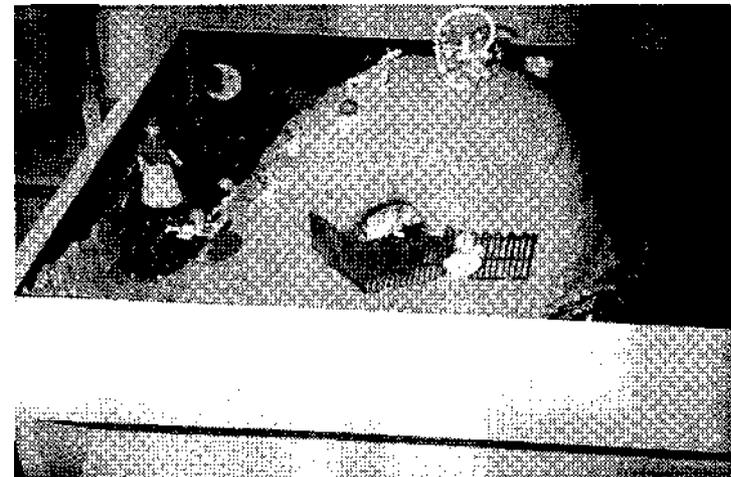


Рис. 17.3. А3: центральная гора и пещера

своим детям достаточно свободы. Возможно, этот образ отражал ее положительные ожидания, связанные с психотерапевтом. Младенцы пытались достать находящуюся на вершине холма корзину, в которой находились белые цветы и два крошечных белых младенца. Справа на голубой площадке стоял голубой же вертолет, который ассоциировался со смертью брата. Находящиеся на правой половине подноса вертолет, венки, белые младенцы и белые розы — все это было связано со смертью брата. Таким образом, тема смерти являлась в данной композиции центральной. Выступающая из воды пещера, с находящейся внутри фигуркой девочки, также могла символизировать могилу. Девочку прикрывала живая изгородь из двух белых роз.

Ванда идентифицировала себя с нею, отметив контраст между движением малышкой и неподвижностью девочки, лежащей внутри пещеры. Ванда не знала, как поведет себя девочка, если в пещеру упадет один из младенцев — будет ли она этому рада или попытается вернуть его обратно. В то же время гора напоминает кита, хвост которого достает нижний левый угол. Получалось, что девочка оказалась у него в животе.

Кэмпбелл пишет, что кит и его чрево являются мифологическим пространством, символизирующим переход проглоченного героя из одного состояния в другое. Герою предстоит родиться заново (Campbell, 1973, p. 90). Возможно, желание получить новую жизнь и развиваться дальше отражено в том, что пещера расположена в левой половине горы, ассоциирующейся с движением, новой жизнью и ростом. В этом случае и пещера, и гора могут обозначать чрево. Расположенная в левом верхнем углу луна свидетельствует о готовности Ванды положить на свою женскую интуицию для того, чтобы вернуться к жизни. Возможное падение одного из младенцев в пещеру могло бы символизировать соединение внутреннего и внешнего планов, происходящее вследствие естественного раскрытия потенциалов психики и психотерапевтической работы.

Композиция А4: саркофаг и появление Гинги

Маленькая рыжеволосая куколка Гинги появилась при создании этой композиции впервые (см. рис. 17.4). Она наблюдает за всем происходящим, спрятавшись за тремя кактусами в

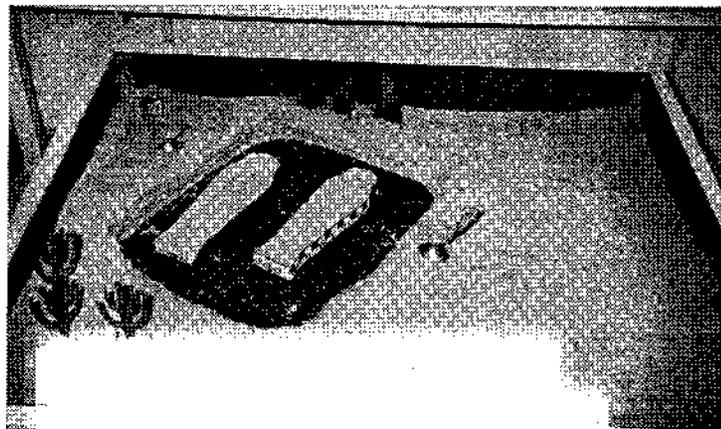


Рис. 17.4. А4: саркофаг

нижней левой части композиции. На фоне окружающих куклу безжизненных цветов ее рыжие волосы выглядят ярким пятном. Рыжие волосы говорят об импульсивности, эмоциональности либо о чем-то пробуждающемся в душе Ванды. Она смотрит на большой голубой квадрат, расположенный по диагонали от нее в левой части композиции — здесь находится египетский саркофаг и его параллельно лежащая крышка. Саркофаг заполнен песком. У границ квадрата, справа и слева стоят два металлических стула. Правая часть композиции пуста. Над квадратом стоят три дерева. Голубой квадрат и саркофаг связаны с темой смерти, но не погребения. Под саркофагом нет земли, так же как не было земли под пещерой в композиции А3. Саркофаг пуст, как и стоящие друг против друга стулья. Это указывает на неопределенность мужской и женской роли родителей Ванды, на их развод и переживаемое ими в одиночестве чувство горя, связанное со смертью сына. Кроме того, это говорит и о неопределенности семейной структуры в условиях жизни в киббуче и непроявленности женских и мужских качеств Ванды. Число два может указывать на состояние поляризации, оформление свойств инь и ян, женских и мужских свойств ее психики, которые имеют место, но пока еще лишены какого-либо содержания.

Число три (кактусы и деревья) обозначает число детей, родившихся в семье Ванды. В то же время число три, ассоциирующееся с троичностью, рассматривается Эдингером в связи с юнгианскими представлениями следующим образом: «символы троичности... обозначают рост, развитие и движение во времени. Они ассоциируются с динамическими, но не статическими свойствами» (Edinger, 1972, p. 182). Колючие кактусы, за которыми прячется Гинги, защищают ее и одновременно пугают, так же как пугают они других. Композиция в целом свидетельствует об активизации внутреннего потенциала Ванды и начинающейся дифференциации противоположных качеств ее психики.

Композиция А5: остров, материк и Гинги, стоящая напротив стены

В этой работе Гинги начала свое движение из нижнего правого угла композиции, оставшегося пустым в предыдущих пяти

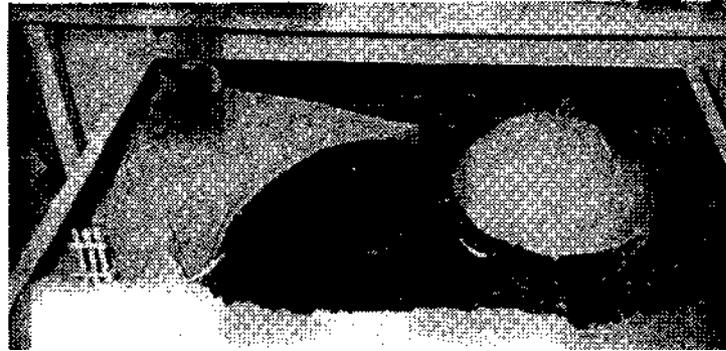


Рис. 17.5. А5: остров, материк и Гинги

композициях, по направлению к нижнему левому углу, где находился ангел. Помимо куклы в этом углу раньше располагалась пещера, дома, младенцы, хвост кита и три кактуса. Ангел лишен каких-либо признаков половой принадлежности и не проявляет к Гинги никакого интереса; таким же образом Ванда воспринимала в детстве своих родителей. Дорога пролегла в направлении верхнего левого угла; здесь расположились скамейка, дерево и луна, ассоциирующиеся с грустью и ожиданием. Таким образом, это дорога, идя по которой Гинги (Ванда) осмысливает переживаемое ею чувство горя. Однако она еще не разделяет образы своих родителей, равно как мужских и женских проявлений в себе самой. Поэтому, прежде чем продолжить движение, Гинги (Ванда) должна завершить это разделение. Небольшой одинокий островок посреди голубого моря символизирует беременность, чрево и в то же время могилу (рис. 17.5).

Композиция А8: марш животных и уроборос

Рыжеволосая Гинги сидит в левом верхнем углу песчаного квадрата, отделенного от бортов подноса узкой полоской голу-

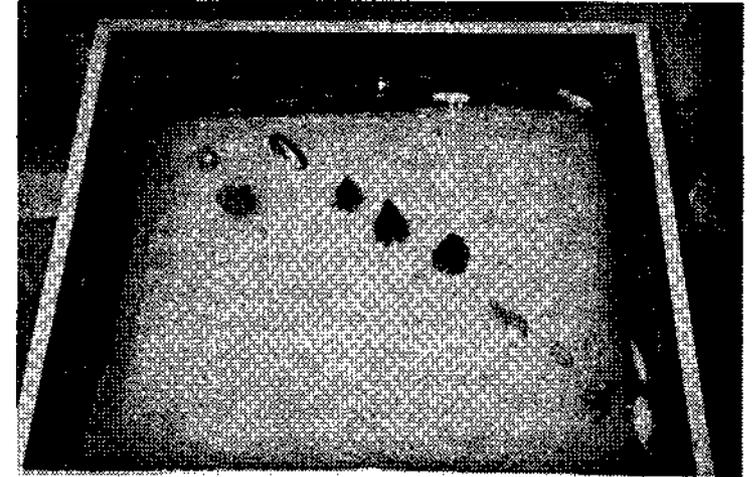


Рис. 17.6. А8: марш животных и уроборос

бого цвета, (рис. 17.6). Она смотрит вниз, на свою новую компаньонку — маленькую змейку уроборос, забравшуюся в небольшую ямку с голубым дном. Ванда говорит, что змея кусает свой хвост. Она воспринимает это как напоминание о том, что змее не следует воевать с самой собой. Ванда сказала: «У змеи есть какая-то проблема, ей не выбраться из ямки; она как ребенок, — незрелая, что-то среднее между мужчиной, и женщиной, но в ней есть и мужское, и женское».

При создании этой композиции Ванда использовала 16 фигурок животных и змею уроборос. Выйдя из нижнего правого угла, звери образуют две шеренги. Броненосец расположился непосредственно в углу. Он символизирует защиту материнского начала. Его броня также ассоциируется со стремлением Ванды-«ребенка» защитить себя. Двенадцать больших животных, названных Вандой «самцами» — слон, носорог, гиппопотам и др., — идут вдоль правого и верхнего бортов до середины верхнего борта. Группа из трех животных, которых Ванда назвала «самками» — жираф, кенгуру и верблюд, — идут по диагонали, образуя одну шеренгу вместе с тремя деревьями и луной, расположенной по соседству с Гинги. Таким образом, при

создании этой части композиции проявились положительные инстинктивные качества феминности, ассоциирующиеся с животными. «Женские» фигурки расположены на песочном квадрате, а «мужские» находятся за его пределами. Расположение женских фигурок на квадрате указывает на идентификацию Ванды с женскими характеристиками.

Композиция A10: кролик/чрево

Голубая фигура напоминает голову кролика, матку с маточными трубами, чрево и родовой канал. Эта фигура расположена в центре и слегка в диагональном направлении от правого нижнего угла к верхнему левому углу композиции (рис. 17.7). Островок из песка выглядит как мордочка кролика; его глаза сделаны из стекол, нос — из темного гладкого камня; а рот напоминает месяц. Гинги со змеей расположена сверху от левого уха кролика или левого «яичника». В верхнем левом углу также находятся три фигурки — черной ведьмы, черного тотема и синего эльфа. Ванда сказала, что Гинги связана, прежде всего, с ангелом и синим эльфом. Кукла сидит спиной к фигуркам, рас-

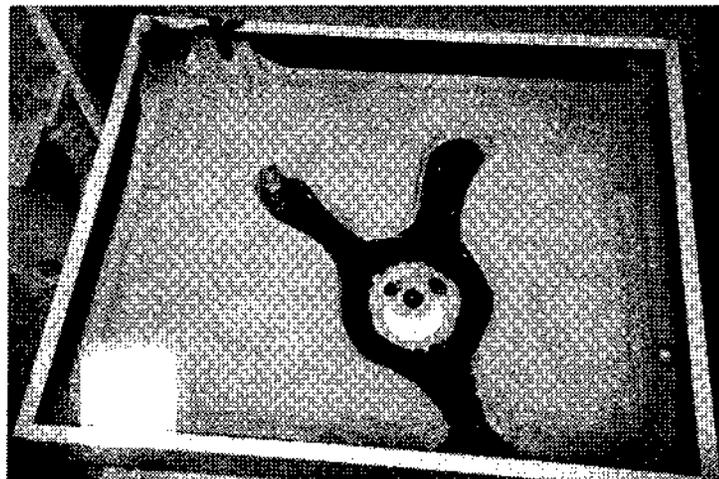


Рис. 17.7. A10: кролик/чрево

положенным в левом верхнем углу и, по всей видимости, не догадывается о том, что они там находятся. Архетипические женские проявления в этой композиции дифференцированы и представлены фигурами эльфа и черной ведьмы. Мужской тотем — конь и орел — показались Ванде даже более страшными, чем черная ведьма. Эти персонажи, по ее словам, могут поймать и задушить ребенка. Она ощущала исходящую от них угрозу и сказала, что ведьма удерживает тотем от нападения. На сей раз, луна вышла из своего угла и превратилась в рот кролика или часть того, что можно было бы назвать эмбрионом.

Ванда заявила, что у кролика глупая мордочка, тем самым проявив стремление скрыть свое желание забеременеть и дистанцировавшись от своих женских качеств. Границы песка продавлены, что создает впечатление рамки. Золотистый шарик, который, возможно, символизирует мужское начало, катился из правого верхнего угла вниз и остановился, проделав большую часть пути. Серебряный шарик, по всей видимости, обозначающий женское начало, катился из верхнего левого угла вдоль левого и нижнего бортов и застыл посередине нижнего края подноса. Таким образом, встреча шариков еще не состоялась.

Композиция АН: трон бога

Голубая дорожка или река, расположенная в правом нижнем квадранте по диагонали, проходила через центр композиции. В центре, на голубом дне, сидели Гинги, змея и розовый младенец (рис. 17.8). В предыдущей композиции они располагались примерно здесь же (рис. 17.7). По словам Ванды, Гинги выглядела регрессировавшей, вновь оказавшись в яме. На песчаном фоне голубая дорожка напоминала стебель цветка. От других трех предметов она отделялась мостом из песка и двумя симметрично расположенными отпечатками рук, напоминающими сам цветок. Серый ангел был расположен между отпечатками ладоней. Надо всем этим находился эльф, а еще выше — деревянный стул с красной обивкой. Композиционно эти предметы располагались в «небесной» части работы.

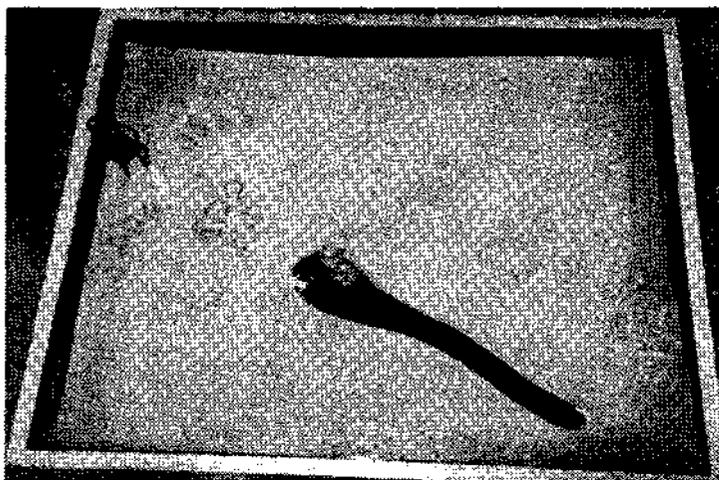


Рис. 17.8. АИ: трон бога

В композиции А10 (рис. 17.7) голубой эльф является двойником ангела. В композиции же А11 роли ангела и эльфа оказались разделены. Ванда назвала стул тронем бога и сказала, что расположенным рядом фигуркам предстоит выполнить определенную работу. Она пояснила, что разделение композиции на верхнюю и нижнюю части говорит о ее стремлении разделить образы мужа и брата, а также образы ее прежней и настоящей семьи.

Активное воображение как стадия, предваряющая создание песочной композиции. 19 апреля

Апрель явился для Ванды временем различных событий, связанных с рождением и смертью. В апреле погиб ее брат. День памяти жертв Холокоста и День поминовения приходятся на апрель. Еврейская Пасха и День семьи также празднуются в апреле. Таким образом, этот месяц ассоциируется в обществе с горем, и, поскольку внимание общества приковано к коллективным утратам, возможности для выражения личного горя

у Ванды практически не оставалось. Апрель подошел к концу, принеся некоторое облегчение и вместе с тем ощущение пустоты. Тем не менее апрель одновременно символизирует пробуждение природы и обновление. Для Ванды он ассоциировался еще и с обостренным желанием иметь ребенка. В процессе психотерапии апрель неизменно оказывался наполненным особым смыслом, ощущением и трагедии, и триумфа. На внутриспсихическом уровне совмещение образов жизни и смерти отражало недостаточную дифференцированность у Ванды архетипа Великой Матери, символизирующего жизнь и смерть природы.

В День поминовения Ванда тайком принесла на могилу Нира красную розу и положила ее в изголовье, в то время как другие положили свои букеты в ноги. Она чувствовала, будто что-то в ней не может выйти на свет, прежде чем она не принесет некую жертву. В ходе одной из сессий мы обсуждали ее фантазии, связанные с беременностью. В своем воображении Ванда представляла себя беременной от Нира; свои слезы она воспринимала как слезы его физического присутствия с ней рядом. Ей казалось, что она готова в ходе активного воображения совершить ритуальное прощание с Ниром. Она закрыла глаза и, тихо плача, говорила:

«Я несу его на руках к тому месту, где бьет источник со сладкой водой, а рядом шумит океан с соленой водой и возвышаются дюны; в место, наполненное песком, музыкой и цветами. Я несу Нира и его волосы становятся все длинней и длинней — такие были у него в подростковом возрасте. Я его обмываю, присыпаю слегка песком, глажу его, украшаю цветами. Я буду долго находиться рядом с ним, я буду терпеливой. Мы будем вместе читать его стихи. Он поведает мне о том, что было для него важным, и я буду ему внимать. Затем нам порознь предстоит посетить наших родителей. Нир поведает им о своей нынешней жизни, а они расскажут ему о том, каково им без него. Затем мы вместе навестим его бывших друзей и моего мужа. Нир скажет ему, чтобы тот заботился обо мне. Возможно, к нам присоединится наш младший брат. Мы втроем будем играть, бегать, летать, смеяться... А потом мы оставим Нира. Все это займет целый день, от рассвета до заката. Мы будем парить, как птицы или бабочки. Но это не сделает наше последующее рас-

ставание более легким. Напротив, для меня оно станет еще более трудным, потому что сознательно я никогда не хотела с ним расставаться. Я останусь с ним. Мы будем смеяться, обниматься, плакать, но потом я проснусь, и окажется, что я нахожусь одна посреди пустоты.

Я, наверное, как маленькая девочка, мне предстоит еще долго расти, прежде чем я достигну состояния тридцатилетней женщины, каковой на самом деле являюсь. Моя душа очень молода; часть меня ушла вместе с братом. Я осталась одна, и я жива; он не может вернуться в свое тело, а я могу это сделать. Я ощущаю себя маленькой и одинокой в этой пустоте, но мне не страшно. Это нормально. Я открываю глаза и вижу рядом с собой маленькую змею. Я знаю, что это Нир оставил ее здесь для меня. Начинает дуть ветер, и дюны перемещаются, унося принесенные мною цветы. В конце концов, местность выглядит так, будто здесь никого не было. Будто здесь не было никого никогда, будто меня здесь не было. Но я здесь была, была тогда, когда тут находилась могила и благоухали цветы. Если я захочу, я всегда смогу туда вернуться».

Композиция А21: могила в пустыне

Ванда жаловалась на слабость. На одной из сессий она спонтанно создала композицию, изображающую могилу в пустыне. Это случилось через неделю после проведения сессии с использованием техники активного воображения и за три дня до того, как Ванде исполнилось 30 лет (см. рис. 17.9).

Композиция воспроизводит рассказанное Вандой в ходе проведения техники активного воображения. Она отражает весьма значимые для нее переживания, связанные со смертью брата. Можно считать эту композицию свидетельством процесса индивидуации. Впервые Нир, погибший как сын нации и воспитанник киббуца, был представлен Вандой как ее брат. Благодаря их совместному участию в воображаемом ритуале Нир был отделен от коллектива.

В этой, а также в некоторых других композициях, много места оказалось ничем не занятым и необитаемым. Хотя Ванда определенным образом обработала поверхность песка, его уровень

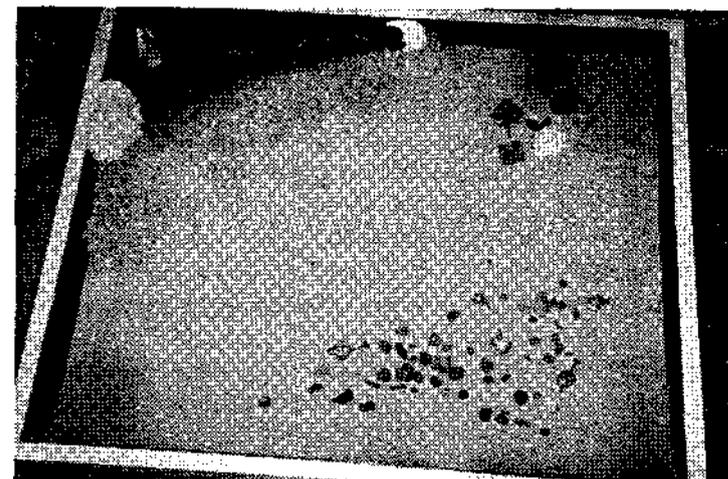


Рис. 17.9. А12: могила в пустыне

остался одинаковым во всех частях композиции. Это отражало равенство всех живущих в киббуце. Кроме того, это свидетельствовало о переживании депрессии и утраты и восприятии мира как необитаемого пустого пространства. Тем не менее в пустыню пришла вода. Песок вокруг голубого треугольного участка в верхнем левом углу композиции образовывал более толстый слой и был структурирован. Сверху, посередине композиции, располагалась луна, а слева от нее — солнце. Они подчеркивали границы треугольника и присутствие голубого эльфа в верхнем левом углу, выступающего в роли некоего далекого посредника.

Справа, внизу композиции, песок поддерживал выложенные в форме глаза предметы — найденные на берегу моря стеклышки, восемь медных горшков и др. Идея Ванды о том, что в горшках находится «сладкая» вода, а в левом верхнем углу — «солёная», говорит об объединении мужского и женского начал. Внущающий страх океан, изображенный Вандой на первой композиции, теперь отражал положительные качества архетипа Великой Матери. Металл же, из которого изготовлены горшки, можно рассматривать как отражение трансформации коричневых камушков, присутствовавших в первой композиции. Соче-

тание стекла и металла более удачно, чем сочетание стекла и камня. Стекло и металл плавятся под воздействием высокой температуры. Разложенные на песке стеклышки и металлические горшки, изображая глаз, возможно, символизировали божественное начало или изменения в восприятии Ванды, произошедшие после сеанса активного воображения. И стекло, и металл связаны с водой: стеклышки были выброшены на берег морем, а в горшки вода может быть налита. Таким образом, эти предметы ассоциируются с очищением и питанием.

Наверху справа расположены две красные и одна белая роза. Возле них находится змея-уроборос (слева) и Гинги (справа). Уроборос символизирует единство противоположностей, начальную стадию развития сознания (Neumann, 1973, p. 46). Ванда связала змею с образом погибшего брата. Она предположила, что змея вскоре перестанет сопровождать Гинги. Это обстоятельство, наряду с объединением противоположностей, указывает на продолжение процесса индивидуации. Гинги, по всей видимости, символизировавшая творческое, инфантильное и невинное «Я» Ванды, побуждала ее к дальнейшему развитию.

Благодаря различной окраске, а также путем особого расположения предметов и материалов, эта композиция разделена на верхнюю и нижнюю части. Расположенная в центре луна тоже разделена на две части — светлую и темную. В первых девяти композициях расположенная в левом верхнем углу луна являлась основным источником света. В данной композиции уже использовались и луна, и солнце, что вносило в нее рационализм и ясность, дополняющие интуитивное начало, связанное с образом луны. Солнце и луна появились вновь вместе в четырнадцатой и двадцать четвертой композициях.

Брэдвей отмечает, что женщины чаще, чем мужчины, используют при создании песочных композиций и солнце, и луну:

Иногда они оказываются расположенными по соседству друг от друга, возможно, обозначая единство противоположностей сознания и бессознательного, мужского и женского, света и тьмы, дня и ночи, тепла и холода (Bradway and McCoard, 1997, p. 99).

В верхней части композиции находится восемь объектов — столько же, сколько металлических предметов, расположенных

в ее нижней части. Число восемь, следующее за числом семь, ассоциируется с «обретенным вновь раем, регенерацией, воскресением, счастьем и совершенным ритмом». Кроме того, оно «связано с парами противоположных качеств» и, так же как восьмигранник, с «началом трансформации квадрата в круг, и наоборот» (Соорег, 1978). Таким образом, восемь предметов в верхней части композиции и восемь предметов в нижней указывают на новое начало. Ванда прокомментировала свою композицию следующим образом:

«В своей первой композиции я использовала стеклышки, расположив их рядом с пещерой. Здесь же я хотела создать что-то красивое, вроде колоколов. Медные предметы могут издавать звук как музыкальные инструменты. Я не могла смириться с тем, что это будет пустыня. Мне было нужно море. Это напоминает то место, которое я представила на прошлой неделе. На композиции есть солнце и луна, что не вполне правдоподобно. Это утро и вечер одновременно, а может быть и день, и ночь. Эльф охранял работу, теперь он может уйти. Я не знаю, когда именно началась музыка, играла ли девочка одна или вместе с другими людьми. Она стоит одна рядом с цветами. Это словно привет от Ниры, а может быть, также от отца и матери. Все люди, которые здесь находятся, — друзья Ниры и мои друзья. Это не люди, участвующие в церемониях на День поминовения, которых мы не знаем. Я представляю себе, как разрушается и исчезает это красивое место. Инструменты тонут, камни улетают за пределы песочницы, солнце и луна куда-то удаляются, а ангел исчезает за горизонтом. Может остаться лишь море, но зато исчезнут волны.

Девочка идет со своей змеей, некоторое время их сопровождают цветы, однако вскоре лепестки начинают осыпаться. Остаются лишь стебли. Они танцуют на ветру вместе с девочкой, но постепенно исчезают. В определенный момент я должна попрощаться и со змеей. Возможно, Гинги расстанется с ней, покинув эту пустыню. Она не может продолжать свой путь вместе со змеей. Змея — магическое, фантастическое существо, а потому она не может каждый день быть с девочкой. Конечно, тяжело покинуть этот сад в пустыне. Когда все начнет исчезать, девочке нужно будет со всем попрощаться».

Композиция А16: детский дом

Гинги сидит на металлическом стуле, установленном на песчаном возвышении, напоминающем грудь, которое расположено в левом верхнем квадранте (рис. 17.10). Когда-то этот стул был пуст и стоял недалеко от саркофага (см. рис. 17.4). Тогда Ванда впервые использовала фигуру Гинги. Теперь же кукла сидит на «высоком стуле». Стул, стоящий на возвышении, дает Гинги возможность видеть находящийся внизу киббуц. Подобный взгляд является свидетельством развития патриархального сознания. Гинги смотрит на круглую фигуру, напоминающую сиденье унитаза с центром голубого цвета, от которого вниз идет голубая полоска, соединяющая его с голубым прямоугольником в основании композиции. Фигура в целом напоминает человеческую голову, шею и плечи. В центре, в нижней части композиции, расположена фигура, формой похожая на букву V. Она разделяет голубое пространство на правую и левую части. Слева от этой фигуры Ванда поместила двух гнедых коней; справа от нее расположились белая и черная коровы. Между ними находится теленок. Ванда сказала, что обе коровы хотят завладеть теленком:

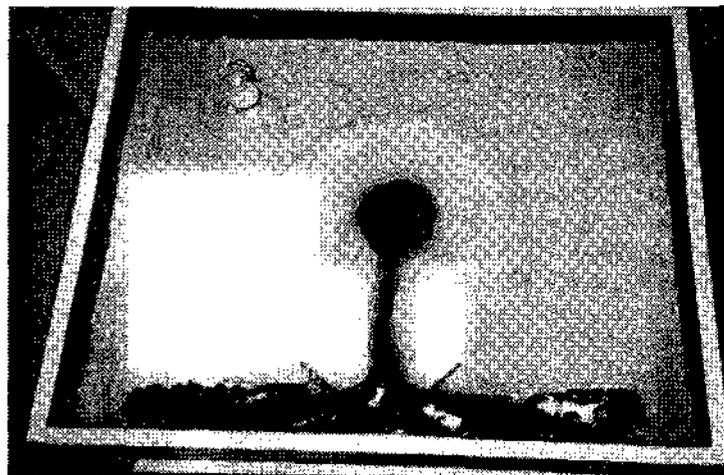


Рис. 17.10. А16: киббуц, детский дом

«Буква V символизирует ворота. Их створки никогда не открываются одновременно, они могут открываться только по очереди. Какая-то сила управляет их движением, так же как она управляет всем происходящим в киббуце. Это — моя семья. Коровы — это я и моя мать. Кони — Нир и мой отец, а теленок — мой младший брат. Вода в центре — это детский дом в киббуце. Детей в нем моют и меняют им подгузники. Я впервые поняла, что голубая вода символизирует беременность».

Создание и обсуждение этой композиции вызвали у Ванды чувства, связанные с детством, когда она не понимала того, что делают взрослые. Потребность в тесном контакте с матерью и горечь по поводу того, что родители не могут создать семейный очаг, приходили в явное противоречие с волей тех, кто управлял жизнью в киббуце и разлучал детей и родителей. Эти чувства отражали ощущение разделенности мира на отдельные, изолированные друг от друга части.

Композиция А21: чрево и канал, идущий вправо

Композиция представляла собой безжизненный пейзаж. Ее основным элементом вновь была фигура, напоминающая сиденье унитаза; структурированные, утолщенные границы из песка окружали голубой круглый пруд, от которого вправо отходил канал (рис. 17.11). Вся эта структура напоминала изображение детского дома в киббуце в композиции А16 (рис. 17.10) и походила на наклонившуюся набок голову. Внизу слева, на голубом фоне виднелась едва заметная маленькая красноватая раковина улитки. Комментарий Ванды к этой композиции отражал переживаемые ею сложные чувства: «Я должна защитить то, что здесь находится. Если они это увидят, то обязательно заберут. Выход совсем узкий. Улитка защищена, но ей не следует приближаться к выходу, а лучше как следует спрятаться». Таким образом, Ванда, с одной стороны, хотела стать собой, а с другой — стремилась остаться незамеченной. Улитка чего-то боится и старается поглубже спрятаться, оставаясь не рожденной.

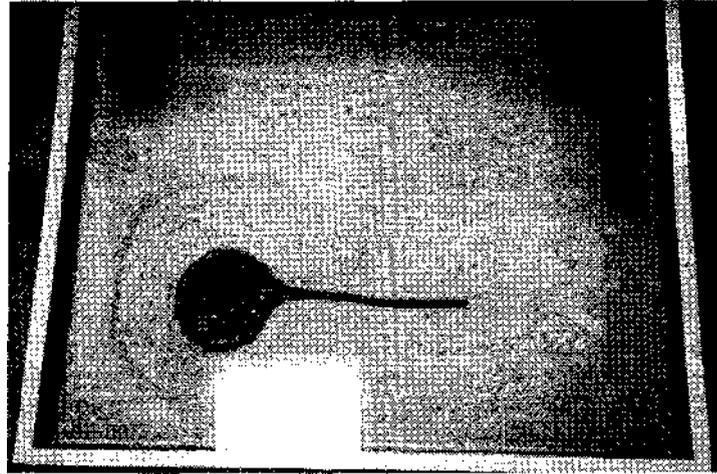


Рис. 17.11. А21: чрево и канал, идущий вправо

Композиция А24: наблюдение за разрушением стен киббуца

При создании этой композиции Ванда была на восьмой неделе беременности. В предыдущих работах она пыталась определить свое отношение к киббуцу. В качестве стенки, отделяющей верхний правый квадрант и голубое море в углу от перевернутого киббуца, находящегося внизу, она использовала радугу (см. рис. 17.12). Ванде на этой композиции нравится море — она отождествляет себя с ним. Радуга ассоциируется с надеждой и мостом, ведущим к счастью, а также к скрытому у одного из ее оснований «горшку с золотом». Первая композиция была в какой-то мере навеяна тем, что Ванда действительно за несколько дней до сессии видела радугу. Раковины в виде холмов обозначали тогда этапы пути, ведущего к воде. Теперь их заменила радуга, форма которой чем-то напоминает форму груди, изображенной в первой композиции. Радуга объемная, раскрашенная во все цвета. Она достаточно устойчива для того, чтобы являться барьером между областью, ассоциирующейся с коллективными ценностями, и областью, связанной с представлением об индивидуальных ценностях — треугольным голубым морем.



Рис. 17.12. А24: стены киббуца, стена радуги

Семь восьмых площади подноса занимает изображение перевернутого киббуца. Перевернутыми оказались 24 предмета — рабочие киббуца, тачки и деревья. Они лежали полукругом, развернувшись от левого верхнего угла к правому нижнему. Ванда с сарказмом отзывалась о мужчинах, управлявших жизнью киббуца, и глупых грубых женщинах, которые стремились контролировать каждый шаг детей, стремясь подчинить их определенным нормам поведения. Она вспоминала о том, как, заставляя детей спать, они кричали: «Всем повернуться лицом к стенке!» Таким образом, символ стены, ассоциирующейся с киббуцем, появляется даже в связи с представлением о детском сне. В то же время Ванда выстраивает стены, чтобы защитить себя от внешнего мира. Большой и мрачный мир киббуца преследовал ее длительное время, и вот теперь он оказался поверженным. Ванда до сих пор боится, что киббуц отнимет у нее ребенка и сомневается в своей способности быть матерью.

За исключением женской фигурки в элегантном вечернем платье, которая расположилась почти в центре композиции, фигурки людей изображали в основном рабочих. Женская фигура также символизировала внутренний мир Ванды. Элегант-

ное платье, возможно, напомнило ей одно из тех, что были привезены Вандой в одиннадцатилетнем возрасте из США, но которые она так и не смогла носить, поскольку воспитатели сказали, что платья «декадентские» и будут плохо влиять на других детей в киббуце. Будучи небольшим и, видимо, малозначительным объектом, женщина тем не менее также представляла истинную тайную внутреннюю жизнь Ванды.

Маленькое море, занимающее примерно одну восьмую площади песочницы, несет корзину с пятью предметами — солнцем, луной, Гинги, змеей и скрипкой. Возможно, они как раз и символизируют «горшок с золотом», находящийся у основания радуги. Гинги и змея могут ассоциироваться с взаимодействием мужского и женского начал. Корзина помогает Ванде освободиться от коллективных норм и напоминает об освобождении Моисея из рабства. В корзине находятся три круглых предмета — солнце, луна и змея. Их формы перекликаются с формой береговой линии, проходящей полукругом по диагонали, а также с формой радуги. Круг является символом женственности, цикличности, интуиции и естественных эмоциональных проявлений. Солнце и луна обозначают достигнутое Вандой единство интуиции и разума. При создании этой композиции она в последний раз использовала вместе солнце и луну. Впредь она больше никогда не будет использовать луну. Солнце же — «источник всех форм жизни» (Bradway and McCoard, 1997, p. 100) — появится вновь во второй половине психотерапевтического процесса, за два месяца до того, как Ванда вторично забеременеет.

Музыку на сей раз символизировала скрипка. Скрипки использовались для исполнения «лебединой песни», являющейся знаком прощания. Возможно, это было внутреннее прощание Ванды с киббуцем. Перед радугой расположены 24 предмета. При создании композиции А12 (см. рис. 17.9) Ванда прощалась с Ниром в течение 24 часов. 24 часа символизируют завершение полного цикла развития и начала нового. 24 перевёрнутых предмета также указывают на завершение некоего цикла."

Ванда сказала, что впервые создала для Гинги остров, дав тем самым ей то, в чем сама более всего нуждается. Создав этот остров, она дала волю своему гневу и разрушила киббуц:

«Первым делом я уничтожила мужчин, которые правят киббуцем. Но в нем есть и женщины-воспитательницы. Единственная ценная вещь в киббуце — это то, что связано с природой. Какое безумие — тратить время на разрушение кем-то построенных стен, строить их, приносить в жертву киббуцу свое детство! Я хотела бы, чтобы стенами киббуца была радуга. Гинги видит все, что происходит в киббуце, сквозь отверстие в радуге, а люди, находящиеся в киббуце, Гинги не видят».

Песочница А26: Гинги, сидящая на решетке, чрево/могила/туалет

В центре композиции Ванда создала голубой круг и обозначила его границы более толстым слоем песка (рис. 17.13). Эта фигура напоминала пруд в композиции А2 (рис. 17.1) с находящейся там маской чудовища. «Если это — моя беременность, — сказала Ванда, — тогда она — чудовище, которое хочет подчинить себе мое тело. А может быть, я сама это чудовище? Этот голубой круг похож на туалет; его надо чем-то закрыть».

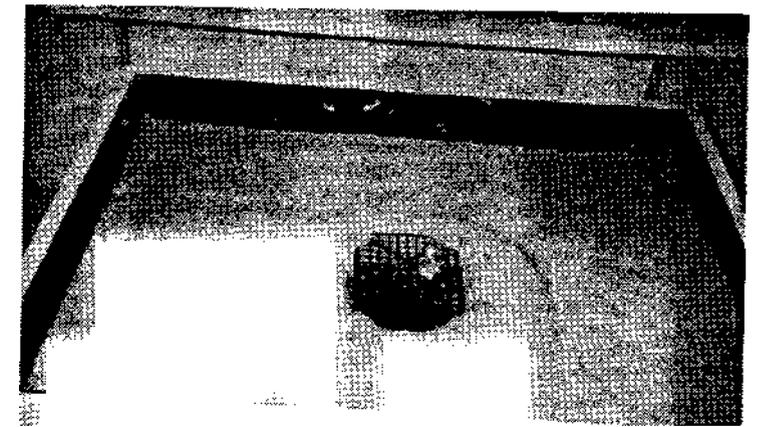


Рис. 17.13. А26: Гинги на решетке, чрево/могила/туалет

Следом Ванда закрыла голубое отверстие решеткой и посадила на нее Гинги. По своей структуре «унитаз» напоминал созданное ею в композиции A16 (рис. 17.10), а также «детский дом» в композиции A21 (рис. 17.11) и голубой круг с расположенной в нем раковиной улитки и отходящим от него каналом. Та решетка, которая прежде символизировала разделение членов семьи, теперь закрывала отверстие, а потому Гинги не могла в него свалиться. Круглое отверстие символизирует женское начало, но в данном случае оно вызывает негативные ассоциации. Если воспитывающийся в детском доме ребенок проявляет строптивость, ему внушают, что он — «чудовище» или «грязнуля» и, соответственно, его место — либо в клетке, либо в туалете.

Композиция A27: зловещие роды

Создавая эту композицию, Ванда была уже на четвертом месяце беременности. Она должна родить в апреле, но живота у нее не видно. Ванда с удивлением ждет, что произойдет. Время от времени ее посещают тревожные мысли: то ей кажется, что беременность «завладела» ее телом, то возникает ощущение, что она сама становится «чудовищем».

В этой композиции (рис. 17.14) внизу слева одинокая женщина рождает, лежа на кровати и повернувшись лицом к стене, — туда, где находится черное пианино. Стена напоминает Ванде о детстве и об одиночестве, которое она остро ощущала по ночам, когда воспитательницы в детском доме приказывали детям «вернуться лицом к стене». Пианино черное, но имеет белые клавиши, что может ассоциироваться с единством инь и ян. Оно занимает весьма интересное место — левый нижний угол песочницы, рассматриваемый как дверь в коллективное бессознательное.

С обеих сторон от кровати, на которой лежит женщина, находятся два венка из бледно-зеленых и белых цветов, использовавшиеся Вандой при изображении смерти Нира в композиции A2 (рис. 17.1). Погруженный в песок фаллической формы маяк, отдаленный и холодный, расположен выше середины левого борта подноса. Песок неструктурирован, на нем много свободного пространства — особенно наверху, справа и внизу.

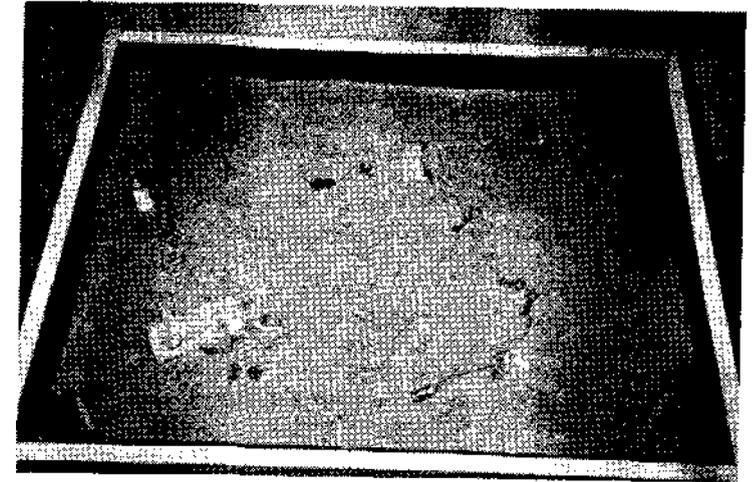


Рис. 17.14. A27: зловещие роды

Наполовину засыпанный песком деревянный куб, крошечная металлическая птичка и маленькая коробочка для драгоценностей соединены друг с другом хрупкой цепочкой, обозначающей границы пустого пространства в центре композиции. На одном конце цепочки — два крошечных металлических сердечка, на разном расстоянии друг от друга к цепочке прикреплены пять ключиков. На другом конце цепочки — миниатюрная банка кока-колы. Пять ключей символизируют количество членов семьи Ванды; сердечки — ее и брата. Кроме того, пять ключей ассоциируются с пятиугольником — символом человеческого микрокосма, тела с его четырьмя конечностями и головой. В буддизме сердце или центр имеют четыре выхода, формируя тем самым, число пять — символ универсальности (Соорег, 1978).

Ключи символизируют «силу, способную открывать и закрывать, растворять и коагулировать... Также ключ обозначает освобождение, знание, загадку, инициацию» (Соорег, 1978). Цепочка отделяет женщину от остального пространства, говоря о том, что использование сердца и ключи пока не могут быть использованы. Она обозначает границы и фон для рождения ребенка.

Перевернутый киббуц в композиции A24 (см. рис. 17.12) указывал на конфликт с коллективом. Члены семьи Ванды были отделены друг от друга «стенами» киббуца, и она до сих пор не чувствует достаточной внутренней силы, способной компенсировать утрату ею поддержки со стороны киббуца. Расположение цепочки на определенном расстоянии от женщины отражает амбивалентные чувства Ванды: с одной стороны, потребность во внешней поддержке в период беременности и родов, и страх этой поддержки, с другой стороны. Пытаясь дистанцироваться от киббуца, Ванда укрепляла свою идентичность. Она словно боялась того, что киббуц, родители или муж отнимут у нее ребенка. Одиночество и отчуждение от окружающих говорили ей о том, что ребенок принадлежит ей.

Ванда прокомментировала свою композицию следующим образом:

«Каким будет апрель в этом году? Центр композиции может обозначать пустыню, которая связывает меня с Ниром и в то же время это — часть его самого и часть моего ребенка. Думаю, что эта кровать — место, где должен родиться ребенок. Но женщина одинока. Маяк защищает ее от того, что расположено в дальней части композиции. В этом есть какая-то неопределенность. Я не знаю, будет ли муж присутствовать при родах. Как он сможет все это перенести? Как я сама смогу это пережить? Он хочет присутствовать при родах, но я все равно буду страдать и чувствовать себя одинокой».

Композиция A29: вода между берегами из мусора

Эта композиция была последней созданной перед родами (рис. 17.15). Ванда находилась на пятом месяце беременности. В центре работы расположен крупный голубой треугольник, обращенный вершиной вниз. Две его грани сходятся вниз в центре, спускаясь из верхних углов. Ванда пояснила, что песок с обеих сторон — это мусор, выброшенный в результате очистки из ее души. Она знала, что должно произойти некое очищение. Ее беременность была теперь заметна окружающим и, возможно, она хотела символически скрыть ее расположенными

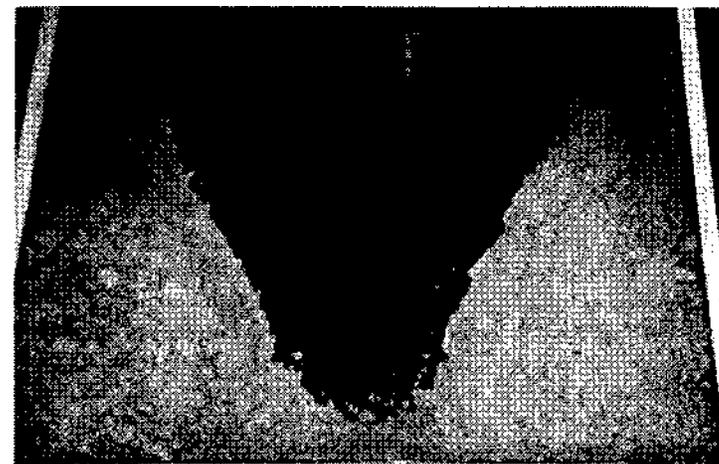


Рис. 17.15. Вода между берегом из мусора

с обеих сторон треугольника массами песка. Она сомневалась в нужности этого сора и задавалась вопросом: «Будут ли дети с ним играть?» Ванда не верила в то, что «сор», ассоциирующийся в ее композиции с песком, превратится в землю, основу новой жизни.

Морская раковина из розового стекла, расположенная в верхнем правом углу, — там, где некогда располагалась Гинги, плывущая в корзине вместе с солнцем, луной, змеей и скрипкой, заключала в себе скрипку и бронзовую фигурку африканского бога. Африканский бог символизировал архаику, силу и защиту — в его руках находится палочка, напоминающая дубинку полицейского. Ванда сказала, что эта фигурка связана с ее детским восприятием внешнего мира как агрессивного и недоброжелательного. Она не доходила еще и половины беременности, но чувствовала себя очень слабой, лишенной устойчивого основания и говорила, что ей хотелось бы принять свой *animus* и стать более пронизательной и агрессивной. Ванда завершала написание дипломной работы и на данном этапе психотерапии не создала больше ни одной песочной композиции.

ГЛАВА 18

ВАНДА: ПРИВНЕСЕНИЕ ВОДЫ В ЦЕНТР

ПЕСОЧНЫЕ КОМПОЗИЦИИ: ФАЗА Б

Спустя шесть месяцев после гибели ребенка Ванда возобновила психотерапию. Она хотела забеременеть вновь. В период менструального цикла она плакала, ощущая боль во всем теле. Вместе с мужем она посещала могилы некоторых родственников и просила послать ей ребенка, хотя ни она, ни ее муж не были религиозными или суеверными людьми. Проводимое лечение бесплодия не давало эффекта, что усиливало переживаемые женщиной чувства вины и страдания. Через 10 месяцев после возобновления психотерапии и создания 16 песочных композиций она забеременела и прекратила лечение.

Несколько композиций, созданных Вандой до смерти ребенка, на первом этапе психотерапии свидетельствовали о ее одиночестве, низкой интегрированности женской сексуальности, неспособности к теплым человеческим отношениям и ощущении недостаточной защищенности. Ее попытка освободиться от давления коллектива стала первым шагом на пути достижения самодостаточности. Тем не менее ее тело не было еще принято ею в должной мере, а потому не стало безопасным местом для развития плода. Ванде еще предстояло прийти к новому восприятию своего тела, преодолеть свой страх фемининности и признать силу женского начала. Это могло произойти с помощью

психотерапевтических отношений, при поддержке со стороны психотерапевта, благодаря созданию песочных композиций

В главах 18 и 19 описываются 12 из 23 песочных работ, созданных Вандой на втором этапе психотерапевтического процесса. Семь описанных в главе 18 работ отражают ее постепенный выход из депрессивного состояния и преодоление чувства одиночества и бессилия. Описанные в главе 19 композиции демонстрируют интеграцию позитивных мужских и женских архетипических проявлений. Композиция В23 (рис. 19.4), созданная перед родами, и композиция В26 (см. рис. 19.5), созданная спустя четыре месяца после родов, отражают этот процесс.

Композиция В5: вода возвращается в пустыню

Эта композиция отличается ясностью и строгостью (см. рис. 18.1). Ванда организовала различные предметы в три основные группы, используя при этом металл, воду и стекло, а также символы ветра и духа - ветку и ветряную мельницу. Все эти материалы заключают в себе определенный смысл.

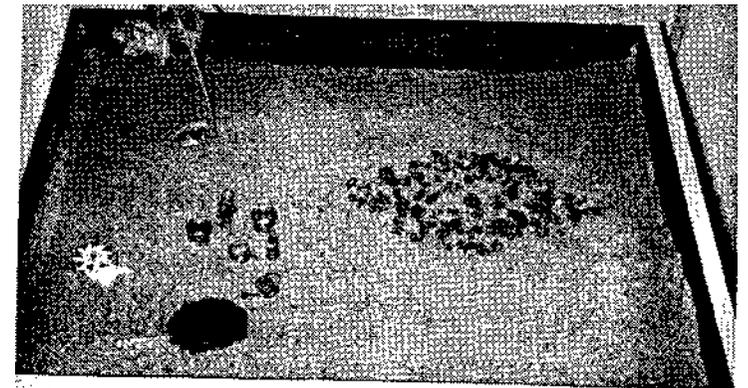


Рис. 18.1. В5: вода возвращается в пустыню

Часть предметов сгруппирована вокруг небольшого голубого пруда в левом нижнем углу песочницы, к которому ведет лестница. Слева от этих предметов расположена лежащая на боку ветряная мельница. Над прудом находятся пять металлических горшков и маленький металлический африканский божок.

Вода символизирует чрево, бессознательное, эмоции и течение жизни. Ведущая к ней лестница обозначает связь с внутренними источниками силы. Пруд может рассматриваться не как место обитания монстров бессознательного, как на некоторых предыдущих композициях, но как поддерживающее начало.

Пять металлических сосудов образуют обособленную группу предметов, расположенных над прудом, и ассоциируются с плодородием, ожиданием воды. Их следует рассматривать в качестве трансформированных пяти ключей, использованных в композиции A27 (рис. 17.14). Рядом с ними находится маленький бронзовый африканский бог с жезлом. Он впервые появляется в композиции A29 (рис. 17.15), символизируя взрослое мужское, но пассивное начало, обеспечивающее защиту. Теперь же он обозначает внутреннюю силу, способную наполнить женщину, отражая тем самым взаимодействие мужского и женского начал. Это взаимодействие является предпосылкой плодородия и перехода к зрелой патриархальности. Металлические предметы нередко рассматриваются как символы эмбриона, находящегося в земном чреве. Бронза, из которой изготовлены сосуды и африканский бог, ассоциируются с Венерой — богиней любви, красоты, творческого начала и плодородия.

Ветер символизирует «дыхание вселенной, а также начало, поддерживающее жизнь и объединяющее все живое» (Соорег, 1978). Ветряная мельница, расположенная сбоку от этих предметов, также выступает в качестве символа объединения, движения и жизни. Кроме того, она помогает воспринять африканского бога в качестве фактора перемен. Несмотря на пережитую утрату, Ванда надеется на новую беременность и начало новой жизни, на что указывает образ воды. Ветер и вода являются необходимыми элементами процесса преодоления последствий утраты.

Другая группа предметов расположена в верхнем левом квадранте. Этот своеобразный памятник брату и сыну включа-

ет мутное стекло и несколько маленьких коричневых камушков — тех самых, которые обозначали Ванду и Нира на первой композиции. Над ними расположены серебряные монеты, символизирующие дух, изменчивую и иллюзорную природу ветра (Соорег, 1978), а также чувства Ванды, связанные с утратой ребенка.

Третья группа предметов образована расположенной справа центральной крупной фигурой в форме глаза, выложенной из стеклышек. Его «зрачок» — красноватая раковина. В композиции A21 (рис. 17.11) она символизировала потребность в защите. В данную же работу она вносит теплоту. Прозрачные, проницаемые для света стеклышки говорят о том, что созданный из них глаз видит многое. Изображения глаза нередко используются в амулетах, являясь символами защиты от злых сил. Глаз в песочной композиции обозначает присутствие «большого» бога, защищающего бога «маленького». Кроме того, оно символизирует трансперсональное начало, новый взгляд на вещи, достигнутый благодаря погружению в бессознательное, в морские глубины. Энергия бессознательного также связана с образом ветра, приводящего в движение маленького бога, который, в свою очередь, наполняет водой сосуды.

Эта композиция чем-то напоминает композицию A12 «Могилы в пустыне», созданную за год и семь месяцев до этого (см. рис. 17.9). На обеих из них имеются три группы предметов, и используется изображение глаза в правой части подноса. Обе композиции разделены на две части. Предыдущая композиция разделена на верхнюю и нижнюю части, что отражает отчуждение повседневной реальности от мира духовности и фантазии. Данная же композиция разделена на правую и левую части, что отражает более гармоничную психическую организацию и более тесное взаимодействие между разными аспектами психики.

Ванда объяснила, что воспринимает свою композицию как состоящую из трех взаимосвязанных центров. Она сказала, что «глаз смотрит на родник, а сосуды — для того, чтобы набрать в них воды. Лестница показывает возможность выхода. Ветвь черемухи грустна и связана с ветром и с ветряной мельницей».

Таким образом, памятник брату и ребенку в верхнем левом квадранте объединен с символом духа и ветра внизу, что указывает на возможность новой жизни. Ветер и стекло ассоциируются с мужским началом. Стекло связано с кристаллами — символами чистоты, духовности и знания. Ветер и стекло уравниваются двумя женскими символами — водой и бронзовыми предметами. Баланс мужских и женских образов демонстрирует активизацию внутренних ресурсов и утверждение положительного начала.

Композиция В7: крутой холм в синем море

Ванда принимала гормоны, что вызывало у нее резкие колебания настроения. Работая с подростками, она то и дело задумывалась о своей способности выступить в роли родителя. Воспитание в киббуце не позволило ей усвоить положительные образцы семейной жизни. На данной композиции (см. рис. 18.2) весь песок собран в высокую гору. Расположенная вокруг нее вода беспокойна, на что указывают отпечатки рук у основания горы. Юнг описывает начало формирования «Я» следующим образом: «Сознание вырастает из бессознательного подобно тому,

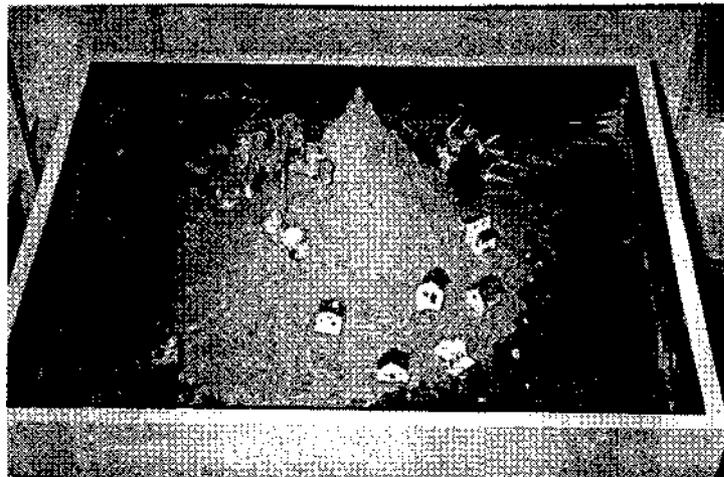


Рис. 18.2. В7: холм овец в синем море

как земля поднимается из моря, формируя новый остров» (Jung, 1954, р. 7). Поляризация высоты и глубины отражает взаимоотношения сознания и бессознательного. Создание горы нетипично для Ванды. Обычно она предпочитала ровную поверхность песка. Возвышенность является метафорой радости или приподнятого настроения. Возможно, эта композиция отражает радость и одновременно страх Ванды, связанные с ростом ее независимости. Она сказала: «Здесь присутствуют всевозможные опасные силы. Здесь есть и добро, и зло, но все предметы отделены друг от друга и самодостаточны. От горы исходит какая-то угроза, хотя она притягивает к себе. На ее вершину забраться практически невозможно; все, кто пытаются на нее взойти, останавливаются на середине пути». Этот образ отражает недоверие Ванды к тем, кто намеревался ее поддержать. На склонах горы можно выделить четыре зоны. От задней ее части исходит какая-то угроза. Слева расположена женская фигурка с головой коровы, вызывающая у Ванды неприятные ассоциации. Возле нее находится семь младенцев белого и розового цвета. Восьмой младенец украден африканским богом — тот увозит его на лодке, расположенной в левой нижней части. Женщина с головой коровы символизирует материнское поддерживающее начало, однако она плохо ухаживает за младенцами. Ванда объяснила, что эта женщина напоминает ей воспитательницу из киббуца. В композиции А16 (рис. 17.10) коровы и лошади, расположенные в разных частях голубого пространства, символизировали разделение семей в киббуце, заставляющее его членов чувствовать свое одиночество и бессилие. Ванда хочет стать матерью, но у нее не было возможности усвоить положительные женские роли.

Справа находится раковина, скрытая за группой растущих рядом с самой водой, за горой, деревьев. Эта часть композиции указывает на переживание Вандой некоей внутренней угрозы, связанной со смертью ребенка. На передних склонах горы размещены различные предметы, ассоциирующиеся как с надеждой и помощью, так и со скорбью и угрозой. Справа стоят шесть бело-красных домиков. Берег под ними укреплен стеклышками, защищающими домики от шторма.

Слева, чуть выше середины склона, возвышается дерево, перед ним — фигуры старика и старухи. Они смотрят на маленькую шлюпку, находящуюся у самого берега под ними, в которой африканский бог увозит похищенного им одного из розовых младенцев. Ванда пояснила, что старик и старуха пассивны и отстранены от всего происходящего, но они мудры и могут оказать поддержку. Неспособность самой Ванды проявить достаточную активность нередко выражалась в ее жалобах на усталость и отсутствие интереса к жизни, что можно рассматривать в качестве защитной реакции. Образы старика со старухой символизируют мужского начало, свободное от свойственных юности конфликтов. Возможно, они являются продолжением образов змеи и Гинги, также связанных с единством мужчины и женщины. Кроме того, образы старика и старухи могли ассоциироваться с психотерапевтом-наблюдателем и фасилитатором работы с песочницей, иногда выступавшим также в мужской роли интерпретатора. Ванда знала, что у психотерапевта есть внуки.

Закончив создание этой композиции, Ванда внезапно взяла лодку с металлическим богом и поставила их рядом с группой младенцев. Здесь божок «похитил» одного из них и Ванда снова перенесла лодку на нижнюю левую часть берега. Это действие вызвало активную реакцию у старика и старухи. В них словно проснулся интерес к жизни. Кража младенца символизировала отделение индивида от коллектива и, следовательно, значимый момент его психической дифференциации. Она также отражала развитие «Я» самой Ванды.

На этой композиции человеческие фигуры располагались с левой стороны, чаще всего ассоциирующейся с прошлым. Человеческие персонажи обозначали теневые аспекты психики Ванды — тупую властность и наивную уступчивость. Однако действия бога способствовали дифференциации сознания. На правой стороне, часто ассоциирующейся с настоящим и будущим, находились дома и деревья. Дома напоминали только что возведенный поселок на малообжитой территории. Казалось, им угрожает опасность, исходящая от песка и штормящего моря. Это указывало на нерешенность Вандой проблемы создания своего домашнего очага. Расположенные рядом деревья

давали домам тень и укрепляли грунт. Однако за ними скрывалась острая раковина. Радость и приподнятое настроение, ассоциирующиеся с вершиной горы, оказывались недостаточными, но они были явно зримыми. Хотя вершина оставалась необитаемой, а у подножья горы находилось много такого, что символизировало горе, радость впервые предстала открыто и зримо. Дерево и старик со старухой располагались при этом выше середины склона горы.

Композиция В11: дорога и голубое яйцо

Ванда посетила киббуц и встретила с матерью. Ей показалось, что та не проявила должного сочувствия в связи со смертью ее ребенка и последовавшего за этим бесплодия. Она критически отозвалась о супружеских парах из киббуца, отдающих своих детей в детский дом. Несмотря на прием гормонов, у Ванды возобновились менструации.

На этой композиции (см. рис. 18.3) песок оставлен нетронутым. По нему полукругом проходит дорога, разделенная на правую и левую части путем использования цветового контраста и особого расположения предметов. Она образует свое-

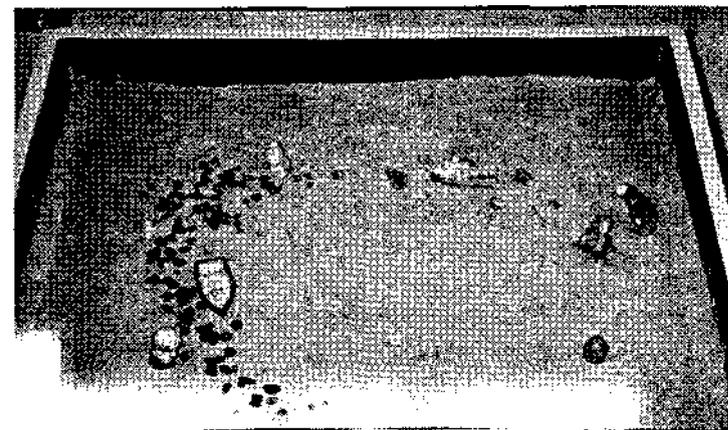


Рис. 18.3. В11: полукруглый путь и голубое яйцо

образный навес над одиноким голубым яйцом, расположенным в нижнем правом квадранте. Справа расположились рыжеволосая Гинги и такой же рыжеволосый клоун, сидящие в тачке. Клоун символизирует активное мужское начало, столь необходимое Ванде. Кроме того, он ассоциируется с ее отцом, для которого юмор был средством восстановления психического равновесия. Ванда сказала, что клоун то плачет, то смеется, и это напоминает ей о собственных резких перепадах настроения. Гинги и ее отец/клоун двигались к месту, ассоциирующемуся с утратой. Отец Ванды потерял своих родителей, жену и сына. Она потеряла сына и брата. Ванда пояснила: «Если клоун — мой отец, тогда эта история про него, а яйцо символизирует мать. Она родила ему детей, но он ее давно потерял. После этого у отца умерла его мать, затем погиб Нир и скончался мой дед. Эта история также имеет отношение и ко мне. Как и мои родители, я одновременно являюсь и ребенком, и взрослым, клоуном и Гинги».

Клоун, выступающий в роли трикстера, провоцирует и высмеивает других, опосредовано выражая, таким образом, свою агрессию. Роль трикстера связана с обостренным восприятием реальности и поиском новых возможностей. Ванда может черпать энергию у этого образа, укрепляя тем самым свой творческий потенциал и продвигаясь к решению стоящих перед ней проблем.

Перед Гинги и клоуном во второй тачке находятся три розовых младенца, шесть овощей — красного, желтого и зеленого цветов, а также два стейка. Они образуют группу предметов, окрашенных преимущественно в теплые тона. Наполненная детьми тележка, которую толкает воспитатель, является характерной приметой киббуца. Данная композиция отражает воспоминания Ванды о своем детстве, когда над нею довлели коллективные ценности. В то же время тележка с продуктами может быть использована в случае необходимости.

Ручеек из голубых стеклышек слева пересекается пятью объектами — двумя белыми младенцами, сине-красной маленькой лодочкой, а также фигурками старика и старухи. Старуха — Великая Мать — охраняет путь, подобно привратнику подземного мира — «Земли мертвых». Старик, расположившийся ниже слева, который олицетворяет образ Великого Отца, сим-

волизирует, — возможно, для белого младенца, замыкающего путь в нижней части композиции, — того, кто контролирует выход из подземного мира. Другой младенец и лодка располагаются по обе стороны от центра. В некоторых мифах и легендах лодки являются средством, позволяющим переправиться с «берега живых» на «берег мертвых». Образ лодки был использован при создании композиции В7 (см. рис. 18.2) в качестве средства передвижения металлического божка, увозящего розового младенца из киббуца («берега мертвых») на «берег живых». В данной композиции лодка выступает как средство достижения состояния покоя и самодостаточности.

Две части дороги формируют общую панораму новой, более яркой жизни, в которой есть место и для чувства горя, связанного с прежними утратами. Гинги должна переместиться на левую половину дороги, где теплые и холодные цвета смешиваются, а привычные формы утрачивают четкие очертания. Путь необходимо пройти, прежде чем станет возможной новая жизнь, которую олицетворяет голубое яйцо.

Оно терпеливо лежит в нижнем правом углу, иногда символизирующем материнство и семью (Ammann, 1991). В двух предыдущих композициях яйцо не играло какой-то определенной роли. Теперь же оно ассоциируется с ожиданием новой жизни — ребенка, а также с изменяющимся представлением Ванды о себе самой. Насыщенный голубой цвет яйца перекликается с цветом стеклышек и контрастирует с белым цветом пустой призрачной скорлупы в первой композиции. Выложенные в виде ручья стеклышки могут ассоциироваться с переходом от смерти к жизни. Расположение же старика и старухи, младенцев и лодки по обе стороны от стеклышек напоминает расположение предметов в композиции 12 (см. рис. 17.9) и обозначает завершение процесса прощания с Ниром. Композиция не вызывает ощущение страха или конфронтации. В сознании Ванды мужское и женское начало теперь идут вместе навстречу жизни. Хотя клоун выступает в качестве несколько утрированного обозначения мужского начала, а Гинги — всего лишь ребенок, композиция в целом отражает глубокие изменения в психике Ванды, связанные с процессом индивидуации.

Композиция В13: бог и богиня во чреве

Ванда говорила, что люди, не имеющие проблем, связанных с бесплодием, считают, будто те, у кого они есть, должны, в первую очередь, проходить психотерапию, а не биологическое лечение. Она же считает, что ей необходимо медицинское наблюдение и следует продолжать лечение бесплодия.

Образ безопасного, ассоциирующегося с маткой, пространства представлен на композиции формой, напоминающей грушу. Она расположена в левой части работы (см. рис. 18.4). Хорошо защищенный узкий выход из нее направлен вверх. Данная грушевидная форма была создана перемещением по дну подноса прозрачного стеклянного шара, оставляющего за собой след, похожий на ров. Подобное углубление может ассоциироваться с изменениями в теле, способствующими зачатию и деторождению. Ров заполнен стеклышками цвета морской волны, более плотно расположенными у основания и более редко — в верхней части фигуры. Внутри символического чрева находятся три предмета. Впервые в композиции появляется металлическая фигурка изумрудного цвета, символизирующая



Рис. 18.4. В13: бог и богиня во чреве

богиню плодородия. Ее лицо обращено вверх. Эта фигура рассматривается как результат трансформации голубого яйца в композиции В11 (см. рис. 18.3), но может рассматриваться и в качестве хранильницы этого яйца. Она символизирует Великую Мать, а также растущее доверие Ванды к естественным процессам, к собственной интуиции и помощи со стороны окружающих.

Справа от богини находится стеклянный шар, с помощью которого Ванда изобразила центральную фигуру. Кроме того, неподалеку расположен металлический шар, оставивший после себя прямой след по ходу своего движения сверху вниз. Верхняя левая часть центральной фигуры закрыта кусочками красного мрамора и красной звездой. Маленький африканский бог охраняет верхний вход во внутреннее пространство фигуры и смотрит наружу. Перед ним находится прозрачный камень в виде капли. Ванда сказала, что композиция напоминает ей чрево, женские половые органы, а охраняющий вход бог производит отбор всего, что поступает внутрь, и отделяет хорошее от плохого. Ванда связала красный цвет с мужчиной, а синий — с женщиной. Она заявила, что они агрессивны и защищают чрево и что их руки свободны для борьбы.

Полукруглая форма в виде навеса также была использована в композиции А27 (рис. 17.14), где цепочка мелких предметов обозначала границу того пространства, где находилась роженица, а также в композиции В11 (см. рис. 18.3), где дорога, образованная несколькими мелкими предметами, служила защитой для яйца. Изображение чрева обозначает пространство, в котором происходят события особого рода. Путь, образованный движущимися предметами, напоминает след трактора, проложенный на первой композиции. В данной композиции два следа образованы круглыми белыми предметами. Большой предмет оставил внешний след, а меньший — внутренний. В предыдущих композициях круглую форму имел пруд. В данной же композиции круг имеет объем; оба шара расположены внутри центральной фигуры.

Взаимоотношения мужского и женского начал ясно обозначены в композиции В7 (см. рис. 18.2), где использованы фигуры старика и старухи. Они имеют положительные характери-

стики, но выглядят несколько шаржированно. В композиции В11 (см. рис. 18.3) они заканчивают свой скорбный путь, уступая дорогу Гинги и клоуну,двигающимся в том же направлении. Эти персонажи более выразительны; Гинги и клоун воплощают добродушие и положительные отношения мужчины и женщины, хотя им присуща некоторая детскость. Бог и богиня в композиции В13 имеют дифференцированные и активные роли. Они стоят на определенном расстоянии друг от друга, но имеют некую общую цель. Богиня заключает в себе энергию женского начала, а маленький бог отделяет хорошее от плохого, стоя у входа в центральную фигуру. Он выступает одновременно в качестве охранника и охраняемого. Ванда начала различать тех, кому можно доверять, и тех, кому доверять нельзя, и стала более открытой для получения помощи со стороны окружающих. Способность к различению является мужским качеством и теперь используется Вандой в ее отношениях с окружающими.

Красный и белый цвета в данной композиции утрачивают свою связь с трагедией и смертью. Красный цвет впервые возникает как расцветка трактора, маленького яблока и жезла. В дальнейшем он представлен красными розами в сцене прощания с Ниром, а также красной крышей домов, расположенных на склоне остроконечной горы. В данной композиции красный цвет может ассоциироваться с менструальной кровью, кровью новой жизни. Белый цвет ранее присутствовал в виде белых роз, связанных со смертью Нира, а также в виде белой скорлупы, мертвого младенца и цветущей черемухи. В данной композиции белый кристалл и прозрачный шар имеют положительное содержание и связаны с надеждой. Красный и белый предметы находятся рядом с богиней плодородия и богом, обозначая возможность зачатия. Через три месяца, после долгого периода бесплодия, Ванда забеременеет.

Цвета этой композиции — красный, белый и синий — являются цветами флагов 21 страны. Они символизируют независимость, надежду, революционные преобразования, братство, равенство и свободу. Маленький африканский божок обладает золотистым оттенком, символизирующим мудрость и знание, который дополняет значения красного и синего цветов.

Композиция В15: мандала, боги, ведьма и Гинги

Ванда, решив прекратить лечение бесплодия, обратилась к иглотерапевту и целителю. Она хорошо выглядела, ее лицо и тело излучали энергию.

После создания 44 композиций Ванда впервые решительно заняла центр (рис. 18.5). Она изобразила серию концентрических окружностей, заключающих внутри себя глубокий, расположенный в самом центре пруд-мандалу. В ней представлена вода в трех разных формах. Юнг рассматривает мандалу, или «магический круг», как путь к центру и в то же время как сам центр, символ психологической целостности, связанной с понятием Самости (Jung, 1933/1950, CW 9.1, pag. 542). В центре присутствует голубой цвет, обозначающий воду. Кроме того, там же находится и морское стекло голубого цвета — иная форма символического изображения воды. По-видимому, морского стекла и голубого цвета дна подноса Ванде было недостаточно. Она наполнила настоящей водой маленькую греческую амфору — сосуд коричневого цвета, ассоциирующийся с женским

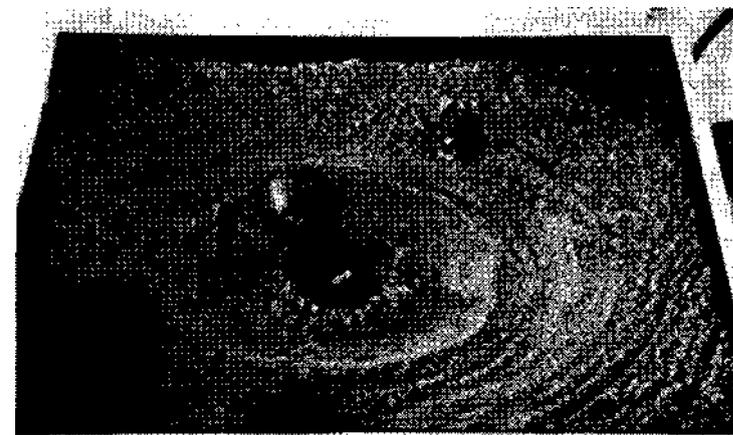


Рис. 18.5. В15: мандала; боги, ведьма и Гинги

началом, — и поставила ее наверху, слева от центра. Несколько капель при этом пролились на морское стекло и оно заискрилось в лучах света. Движение воды сверху вниз предвещает начало жизни. Образ подземных вод, вышедших на поверхность, фигурирует в композиции В5 (см. рис. 18.1). Теперь вода вернулась к верхнему источнику, а часть ее вылита в водоем. В семи предыдущих композициях голубой цвет занимал центр подноса, в пяти из них присутствовали предметы, ассоциирующиеся с чем-то злым или страшным. Данная композиция имеет однозначно положительное содержание и ассоциируется с плодородием, знаменуя тем самым глубокие изменения в психике Ванды.

Незначительные различия по ширине, глубине и структуре обозначают три разные территории. Первая из них образована центральным прудом, слегка защищаемым гребнем песка. Вторая ограничена концентрической ровной песчаной полосой, наружная граница которой также обозначена небольшим гребнем. Третья территория представлена внешней зоной структурированного песка с едва обозначенными на нем концентрическими окружностями.

В пределах каждой из этих территорий имеют место объединения полярных начал. В центре вода стекает сверху вниз, и небесные воды соединяются с подземными. Юнг пишет, что

в природе объединение противоположностей происходит посредством энергетических процессов: природа действует символически в наиболее подлинном смысле этого слова, совершая то, что отражает обе стороны того или иного явления. Так водопад зрительно объединяет то, что наверху, с тем, что внизу. Таким образом, вода представляет собой некий третий элемент, не сводимый к двум первым (Jung, 1955, CW 14, par. 705).

В данной композиции вода выливается из рукотворного сосуда в естественный источник — водоем.

Слева от центра, в середине композиции, стоит богиня изумрудного цвета. Перед ней расположен божок. Обе фигурки смотрят на пруд. Богиня больше бога. Она выступает в роли хозяйки положения, а он — в роли слуги. Она воплощает женские качества, а он мужские, и эти противоположности образуют единство.

Наверху, справа от центра, находятся Гинги и черная ведьма. Соседствуя друг с другом, они чувствуют себя вполне комфортно. Эта пара персонажей символизирует единство противоположных аспектов женского начала, представленных невинной девочкой и ведьмой. Впервые ведьма появилась в композиции А10 (рис. 17.7). Здесь она находится рядом с Гинги, и последнюю это не пугает. Их цвета — темный красно-оранжевый и черный — ассоциируются с огнем — фактором перемен. Жизнь киббуца с ее постоянным присутствием коллектива лишает людей права обладания своими теневыми качествами. Ванду учили критически относиться к недостаткам других и скрывать от них свои собственные недостатки. Однако сокрытие недостатков их только усугубляет. Удушение пуповиной еще до родов, явившееся причиной смерти сына, заставило Ванду думать о том, что именно она повинна в его гибели. Присутствие ведьмы и Гинги в данной композиции символизирует объединение невинного киббуцника со своей страшной тенью. Тело может освободиться от диктата тени и стать здоровым и плодородным.

Ванда продолжала разделять окружающих на тех, кто ей помогает, и тех, кто к ней равнодушен. Она стала более уверенной в себе. В данной композиции нет никакой борьбы, так же как нет жертвы и спасителя. Ванда вполне осознанно прекратила лечение бесплодия, поверив, что в состоянии забеременеть естественным образом. Это отражает ее внутреннее освобождение от негативных проявлений женского начала. Ведьма и богиня — два архетипических женских образа — могут реализовать свои положительные качества и отражают высокодифференцированное «Я».

Юнг в «Комментариях к тайне Золотого Цветка» пишет:

Начало, когда все являлось частью единого целого... находится на дне океана, во тьме бессознательного... Мне известна серия европейских мандал, в которых изображено нечто, напоминающее семя растения, окруженное рядом оболочек и плавающее в воде. Затем огонь поднимается со дна моря и, проникая в семя, заставляет его прорасти и распуститься в виде огромного золотого цветка Qung, 1929, CW 13, p. 34).

Искрой, способной разжечь огонь, может стать луч света или ведьма-Гинги, черное и белое в их единстве. Вода же является центром.

Композиция В16: три водоема — от холодного до теплого

Ванда говорила о единстве тепла и холода. Тепло для нее обозначало отца, а холод и вода на камнях песочной композиции — мать. Она также рассказала, что эта работа является для нее символом ритуала очищения, погружения в морскую воду. Ванда полагала, что вода способствует ее активности и помогает пережить внутренние изменения. Живя в киббуце, она ощущала, будто плывет против течения.

Основой этой композиции (см. рис. 18.6) является диагональ, образованная тремя водоемами с водой разной температуры. Первый из них расположен внизу слева, второй — в центре, а третий — справа сверху. Под землей все они соединяются каналом, что позволяет воде, символизирующей сексуальную энергию, перетекать из одного водоема в другой. Возле водоемов находятся наблюдатели — черная ведьма, голубой эльф и рыжеволосый клоун. Они символизируют взаимосвязь различных событий.

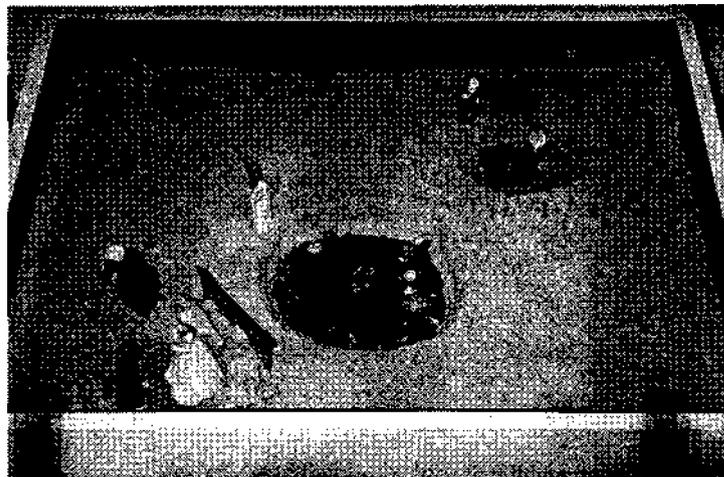


Рис. 18.6. В16: три бассейна — от холодного к горячему

По голубому дну большого центрального пруда рассыпаны изумрудные морские стеклышки. Этот пруд расположен между двумя полюсами — голубым водоемом снизу и красным водоемом сверху. Гинги сидит в центре. В предыдущих композициях кукла олицетворяла Ванду-девочку, несущую в себе определенный творческий потенциал. Этот образ остался в прошлом. В данной композиции Гинги обозначает детский персонаж. На нее смотрит голубой эльф — символ Великой Матери. Куклу также окружают морские стеклышки, а слева от нее расположен блестящий осколок белого мрамора, символизирующий семя — источник жизни. Цвета Гинги были общими с цветами клоуна/отца. Эльф окрашен в голубой цвет, символизирующий образ матери.

От расположенных ниже лазурного водоема, невесты с кристаллом у ног и зеленой Статуи Свободы, за которыми наблюдает черная ведьма, Гинги отделена оградой. Ванда сказала, что невеста ассоциируется у нее с холодной критичной матерью. Она выбрала эту фигурку из-за белого платья. В прошлом белый цвет ассоциировался у нее со смертью, к примеру, как в случае со скорлупой, белой розой и младенцем в предыдущих композициях. Невеста в белом платье может также символизировать решение членов семьи жить в киббуце. Целью же Ванды является создание автономной семьи, наделенной такими границами, которые не позволят этому опасному белому цвету проникнуть в семью и обратить в лед ее центральное семя — источник жизни. В свое время ведьма-тень напугала Ванду и вызвала у нее состояние растерянности. Однако образ ведьмы связан с энергией, побуждающей человека к развитию. Невеста — часть самой Ванды — должна освободить свое женское начало от коллективных влияний и использовать полученную свободу (обозначенную Статуей Свободы), для того чтобы превратить инфантильные женские качества в зрелую женственность — индивидуализированную Ванду.

В правом верхнем водоеме, имеющим красное дно, находятся красное яблоко, огонь и карлик в красной шапке, похожий на ребенка. Рыжеволосый клоун, олицетворяющий отца Ванды, стоит возле пустого красного стула и наблюдает за водоемом. Ванда заявила, что для нее эта композиция представляет собой

очень приятное место, что-то вроде парка развлечений, где она чувствовала себя ребенком, «играющим в жизнь». В сочетании с тремя красными предметами, подчеркивающими их свойства, клоун и карлик отражают мужские, земные качества и связь с инстинктивными, эмоциональными проявлениями. Эта группа предметов по цвету, температуре, расположению, половым характеристикам и эмоциональным проявлениям противоположна холодному лазурному водоему, находящемуся ниже. Клоун стоит рядом со стулом, который в свое время был «троном бога» в композиции A11 (рис. 17.8). «Трон бога» символизирует энергию жизни. Когда-то киббуц удерживал жизненные роли. Ванда разграничивала в своем отце склонность к юмору и заботу об окружающих, с одной стороны, и его роль в киббуце — с другой. Гинги обрела доступ к теплому водоему, их уже ничто не разделяет.

Ванда воспринимает Гинги в качестве «ангела», который отличается по своим качествам от являющихся противоположностями отца-клоуна и матери-ведьмы. Мать и отец заключают в себе преимущественно отрицательные свойства, но Ванда принимает своего инфантильного отца в большей мере, нежели критичную мать. Благодаря связи с ним она может установить контакт со своим теплым и наивным детским *animus*. Ванда забеременела вскоре после создания этой композиции.

Композиция В17: оквадраченный круг с белыми медведями

Спустя шесть недель после создания композиции В16 (см. рис. 18.6) Ванда вернулась из поездки в Париж. Таким же был и срок ее беременности. Ванда боялась показать свою радость, вызванную тем, что течение этой беременности не было похоже на течение прежней. Ванда считала, что слишком легкомысленно отнеслась к первой беременности, продолжая как ни в чем не бывало работать. Она сказала: «В ходе психотерапии оживают все мои страхи, связанные с возможностью похищения моего ребенка. Я удивилась, узнав, что ребенок уже такой большой. Неужели у меня в теле так много места? Теперь там наверняка есть место, может быть, и сразу для двоих». Родить Ванда должна была в апреле и представляла себе, как принесет

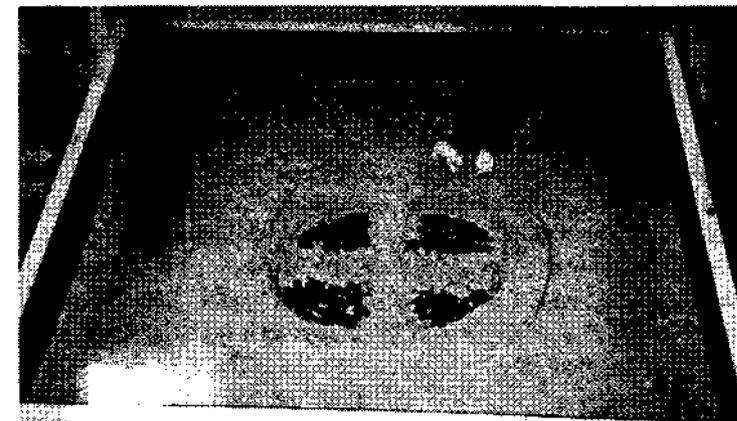


Рис. 18.7. В17: оквадраченный круг с белыми медведями

ребенка на церемонию поминаения Нира. Однако она испытывала неудовлетворенность собой и недооценивала проделанную ею работу.

Ванда изобразила центральный водоем, ограниченный небольшим гребнем (рис. 18.7). Внутри водоема она изобразила крест и разровняла всю поверхность песка. Крест ей казался странной фигурой, возможно «напоминающей соборы Парижа, или сердце с его четырьмя желудочками, или пульс, или ультразвук завтрашнего дня. Или просто что-то организованное». Она рассказала о страхах, связанных с предыдущей неудачной беременностью, а в конце сессии поставила слегка вправо от центра водоема двух белых медведей, призванных символизировать его защиту.

Оквадраченный круг—мандала с его защитным гребнем символизирует целостное «Я». Круг обозначает Самость, а крест или квадрат — единство с миром. Гребень больше не ассоциируется с сиденьем унитаза. Медведи же символизируют могучий материнский инстинкт и отчаянную защиту медвежат (Bolen, 1984). Пробуждение медведей и медвежат от спячки является весьма «емкой метафорой нашей жизни, возвращения

в активное состояние после забвения и кажущейся смерти» (Estes, 1992, p. 357). Медведи игривы и могут символизировать компенсаторную функцию игры, помогающей Ванде преодолеть тревогу. В работе использованы фигурки медведей белого цвета — цвета, который в предыдущих композициях Ванды символизировал смерть, но постепенно стал обозначать семью жизни. Они занимают на подносе место, где в первой композиции располагалась яичная скорлупа и могут рассматриваться как результат трансформации образов погибших брата и сына. Они обращены к кругу и, возможно, входят в него. Данная композиция отражает желание Ванды восстановить свое психическое равновесие и обрести поддержку и божественную защиту.

ГЛАВА 19

ВАНДА: ИЗОБИЛИЕ И БОЖЕСТВЕННАЯ ЗАЩИТА

ВВЕДЕНИЕ

На седьмом месяце беременности Ванда почувствовала себя лучше, в ее песочных композициях произошли положительные изменения. Они с мужем завели собаку, и Ванда получала большое удовольствие от общения с ней. Ей нравилось работать с подростками. Она считала, что пережитые утраты позволяют ей оказывать помощь другим людям. Однако она полагала, что почувствует себя более уверенной лишь после родов.

Находясь на восьмом и девятом месяцах беременности, с интервалом в две или три недели Ванда создала серию из трех песочных композиций. В этих композициях проявились архитипические образы, обладающие защитной функцией и помогающие готовиться к родам. Формы, цвета и предметы, использованные Вандой при создании работ, отражали изменения ее психики. В каждой композиции была изображена мандала, которая с каждым разом увеличивалась в размерах, так же как и находящийся в чреве Ванды ребенок. Центральной фигурой композиций является изумрудная богиня. Наряду с ней Ванда использовала все больше металлических предметов, олицетворяющие мужские и женские образы. Особенно много их в третьей композиции (см. рис. 19.3). В периферической части работ находятся огромные ягоды клубники и яблоки, символизирующие «плоды жизни». Они представляют явный контраст по

сравнению с крошечными фруктами, использованными Вандой при создании первых композиций, отражая развитие женского начала. Помимо их в работах присутствуют символы мужского начала. В трех композициях, исполняя защитную функцию, поочередно присутствуют африканский бог, шеренга из пяти металлических солдатиков, группа из шести мотоциклистов, рыбак и Будда. Три композиции — В19 (рис. 19.1), В20 (см. рис. 19.2) и В21 (см. рис. 19.3) будут рассмотрены как единый цикл. Вначале приводятся комментарии Ванды к каждой работе. Завершают психотерапевтический процесс композиции В23 (рис. 19.4) и В26 (см. рис. 19.5).

Композиция В19: плодородие, богиня, оквадраченный круг

Богиня плодородия, окруженная морскими стеклышками, вышасяется на расположенном в центре композиции круглом островке. Сам остров стоит в голубом квадрате (рис. 19.1). Четыре отходящих от квадрата канала соединяют его с углами подноса, образуя четыре континента. На каждом из них имеет-



Рис. 19.1. В19: плодородие, богиня, оквадраченный круг

ся по два красных яблока и клубника. На трех континентах — верхнем, левом и нижнем — также располагаются металлические предметы. Наверху, в центре, возле красной металлической керосиновой лампы установлен металлический же божок. Слева поставлены шесть металлических горшков. Внизу находится шеренга металлических солдатиков.

На правой стороне расположены предметы, связанные с повседневной жизнью. На берегу сидит рыбак в красной одежде. Неподалеку от него стоит фургон с продуктами и фруктами.

Комментируя эту композицию, Ванда сказала следующее:

«Центр — это, возможно, могильник. Вместе с металлическими горшками он напоминает мне о моем прощании с Ниром. Женская фигура в центре окрашена в сине-зеленый цвет. Все предметы вокруг нее — красные. Здесь много мужских образов — божок сверху, солдатика внизу, справа и слева — пища. Я выбрала рыбака из-за его красного цвета. Я хочу, чтобы он сидел, ловил рыбу и ждал. Но у него глупое лицо, он похож на кибуцника. Морские стеклышки и горшки, наверное, здесь, потому что мне трудно разделить прощание с Ниром и прощание с погибшим ребенком до тех пор, пока время не залечит мои раны».

Композиция В20: красная церемония перед родами

Большая центральная мандала, подобно матке, окружена водой, в которой находятся многочисленные рыбы и морские стеклышки. Вода отделяет центр композиции от периферической части (см. рис. 19.2). Изумрудная богиня расположена в самом центре. Ее окружают восемь крупных фруктов — четыре яблока и клубника. Слева от богини находится черемуха, справа — белая роза.

Снаружи находятся три группы предметов. Слева сверху — семь мотоциклистов, защищающих мандалу от вторжения извне. Справа расположен бронзовый бог. Он спокойно сидит между двумя красными розами, за ним видна еще одна — белая — роза. Внизу справа — рыбы, дельфин, пингвин и несколько пластмассовых морских моллюсков. Играя, они выпрыг-

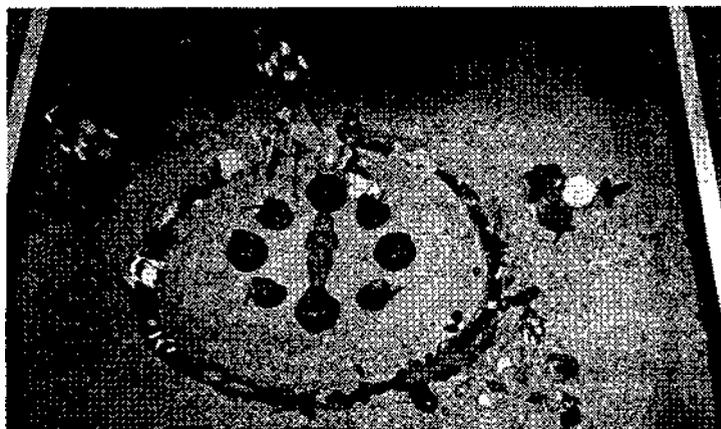


Рис. 19.2. В20: красная церемония перед рождением

нули из воды на сушу и расположились треугольником, одной из своих вершин направленным в сторону нижнего правого угла подноса. Ванда прокомментировала эту композицию следующим образом:

«Я думала об особой церемонии. Женщина в центре, наверное, рождает. Здесь кровь, сексуальность, женственность. Трудно отделить одно от другого. Так бывает при родах. Белый цвет напоминает о церемонии бракосочетания, а также о смерти — последнем рождении. Справа — уголок африканского бога. Сверху слева — множество мотоциклистов — они агрессивны, но соблюдают правила поведения. Они не вторгнутся в центр, а напротив, будут его защищать. Рыбы — это движение и защита. Нижний правый угол напоминает детскую комнату. На этот раз я должна предварительно приготовить игрушки для детской комнаты в песочнице. После смерти первого ребенка мне трудно это делать в реальности. Мотоциклисты меня забавляют. Мой муж как-то попал в аварию, когда ехал на мотоцикле, и вынужден был потом сидеть дома целых шесть месяцев. Это помогло ему принять решение относительно женитьбы. Черемуха символизирует разлуку

и одновременно — защищает женщину. Это грустное дерево, поскольку у него — белые цветы. В центре находится восемь красных фруктов — столько месяцев я беременна. Белый цветок — это девятый месяц, мне страшно».

Композиция В21: шесть недель до вторых родов

Почти все пространство песочницы занимает большая мандала, расположенная в центре и окруженная голубым кольцом (см. рис. 19.3). Все предметы, находящиеся в мандале, подразделяются на три группы. Песок по периферии пуст. Слева наверху в мандале лежат шесть красных яблок, а также стоит золотой Будда, окруженный тремя черными предметами — Шилой-на-гиг (ирландской богиней плодородия, покровительницей родов), тотемом и длинной деревянной африканской птицей, расположенной вдоль диагонали и словно охраняющей вход в мандалу со стороны верхнего левого угла.

Вторую группу предметов составляют: красивая металлическая цепочка, опоясывающая семь металлических горшков,

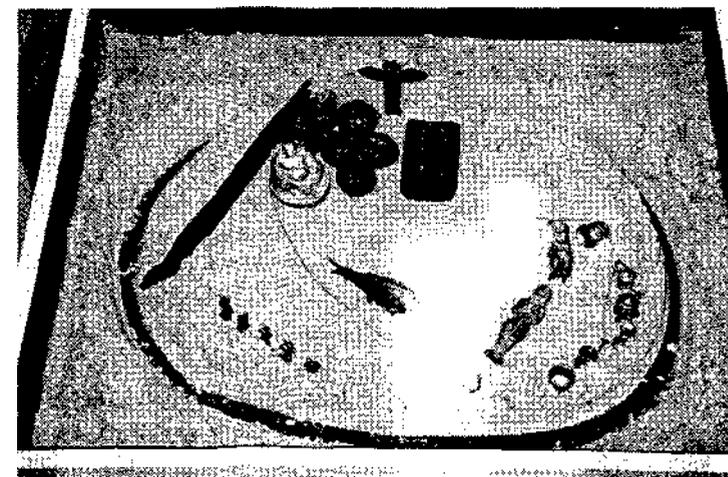


Рис. 19.3. В21: за шесть недель до второго рождения

два металлических жезла, а также две металлические богини. Расположенные в ряд горшки защищают вход в мандалу снизу справа, где лежит, точно рожая, изумрудная богиня. Над ней стоит женщина, держащая кувшин. Другая цепочка соединяет Будду с металлическим сосудом, стоящим у него в ногах.

Третья группа предметов располагается внизу слева. В центре над цепочкой, параллельно ряду из пяти солдат, расположенных под цепью, находится большая металлическая рыба, направленная головой вниз. По поводу этой композиции Ванда сказала следующее:

«В песочнице я могу отойти от слов и рационализма. Я чувствую, что роды — это испытание для тела. Хотя в прошлый раз беременность протекала нормально, смерть ребенка все нарушила. На этот раз я хочу остаться собой, хочу, чтобы роды протекали естественно, без анестезии. Я стерплю боль. Из-за того, что произошло в прошлый раз, мы не будем ничего готовить для ребенка. Не будем даже придумывать имя. Но это совсем нетрудно — ничего не готовить. Я могу сделать это в песочнице, даже подготовить обрезание. Женщины находятся справа, мужчины — слева. Рыба что-то объединяет. Может быть, она дает что-то женщине или собирается забрать ребенка. Она ждет. В ней есть что-то доброе и в то же время что-то устрашающее. Солдатики охраняют, а сверху находятся примитивные силы. Справа же расположены женские образы».

Анализ композиций В19, В20 и В21 в качестве единой группы

Психика Ванды уже достаточно консолидирована. Создание песочных композиций служит укреплению ее веры в свои силы. Тем не менее иногда у нее возникают сомнения. В композиции В19 (рис. 19.1) центр обозначает могильник, хотя здесь расположена богиня плодородия. Морские стеклышки и металлические горшки напоминают о прощании Ванды с братом и ребенком (композиции А12, рис. 17.9; В5, рис. 18.1), хотя в этой композиции данные предметы ассоциируются с новой энергией и водой, питающей все живое. Терпеливо сидящий на берегу рыбак понравился Ванде, однако она сказала, что у него «глу-

пое, как у киббуцника, лицо». В композиции В20 (рис. 19.2) она изобразила весьма интересную сцену родов, включив в нее черемуху, ранее ассоциировавшуюся со скорбными переживаниями. Чувство радости, связанное с благополучным завершением беременности и подчеркнутое присутствием красных фруктов, соседствует со страхом, символизируемым белым цветком и девятым месяцем беременности — временем ликования или, напротив, олицетворением утраты. В композиции В21 (рис. 19.3) Ванда выразила свою силу и зрелость. В то же время присутствие в центре работы большой металлической рыбы свидетельствует о сохраняющейся амбивалентности в оценке ею своих возможностей. Ванда не знает, принесет ли рыба женщине какой-то подарок или она собирается проглотить/украсть ее ребенка.

Центральная мандала увеличивается в размерах до тех пор, пока не включает в себя все объекты. Ванда весьма осторожно использует различные предметы, поэтому очень важно, что на каждой сессии ей удавалось включать в композицию все новые и новые предметы, большинство из которых она использовала лишь один-единственный раз. Подобный широкий спектр образов и желание Ванды использовать новые предметы свидетельствуют об укреплении ее доверия к своим чувствам и ослаблении критического отношения к самой себе.

Из новых предметов следует отметить большие красные яблоки, использованные Вандой при создании всех трех композиций. Другие включенные в первые две композиции новые предметы не используются в третьей (красный фонарь, красный рыбак, семь мотоциклистов, а также морские животные). В третьей композиции используется пять совершенно новых предметов (черная птица, черная шила-на-гиг, золотой Будда, металлическая рыба и стоящая богиня с кувшином с водой). Они дополняют яблоки и солдат, появившихся впервые в композиции В19 (рис. 19.1), а также ставших уже привычными богиню плодородия, металлические сосуды, тотем и цепочки.

Семь неоднократно использовавшихся предметов (африканский бог, черемуха, красная и белая розы, богиня плодородия, цепочки, горшки, тотем) указывают на наличие определенных смысловых связей этих композиций с ключевыми момен-

тами всего психотерапевтического процесса. Три таких предмета — бог, черемуха и розы — завершают тему оплакивания в композиции В20 (см. рис. 19.3).

Роль четырех других предметов проясняется в композиции В21 (см. рис. 19.3), завершающей цикл из трех работ. Богиня плодородия впервые появилась в композиции В13 (см. рис. 18.4), где она располагалась внутри центральной, напоминающей чрево, фигуры, и в дальнейшем сохраняла свою важную функцию. В композиции А27 (рис. 17.14) цепочка обозначала границы территории, где находилась роженица. В данной же серии работ цепочки выступают символом объединения и защиты. Металлические сосуды раньше были пусты и в композиции А12 (см. рис. 17.9); ассоциировались с музыкальными инструментами. В композиции В5 (см. рис. 18.1) в них появилась вода. В данной серии работ сосуды служат защите. Черный тотем раньше имел противоречивое содержание. В композиции А10 (рис. 17.7) он использовался в сочетании с черной ведьмой и голубым эльфом. В дальнейшем и ведьма, и эльф стали обозначать помощь при подготовке к родам. Тотем дополнил этот ряд.

В композиции В21 (см. рис. 19.3) происходит структурирование мужских и женских энергий, способствующее превращению чувства скорби в чувство радости жизни. Голубое пространство используется во всех трех композициях, помогая разделению внутреннего и внешнего пространства. При этом можно выделить три аспекта защиты. Необходимость в божественном покровительстве и защите границ связана с подготовкой к беременности. Этому служат мужские и женские образы. Менее защищенной остается лишь верхняя правая часть композиций. Возможно, это указывает на открытость Ванды для будущего.

Черный цвет появляется в ее работах трижды в виде ведьмы и один раз — в виде тотема. Внезапно черный цвет начинает активно проявлять свою защитную функцию в образе семи мотоциклистов в композиции В20 (см. рис. 19.2), а также в трех архетипических образах из черного дерева в композиции В21 (см. рис. 19.3). Длинная черная птица — символ мужского духа — защищает вход в мандалу сверху слева. Черный тотем служит соединению с природным началом и опытом предков.

Шила-на-гиг обеспечивает благополучные роды. Важно отметить, что три белых предмета из композиции В20 (рис. 19.2) — черемуха и две белые розы — объединяющие тему скорби с темой плодородия, исчезают в композиции В21 (рис. 19.3). Возможно, три черных предмета призваны защищать три белых. Спонтанное использование Вандой символов мужского и женского начал, проявленного во всей его силе и полноте, указывает на то, что тело Ванды готово к родам.

В композиции В21 (рис. 19.3) территория мандалы разделена на две части: наверху находятся деревянные предметы и растения, внизу — металлические. Здесь отсутствуют приметы обыденной жизни, человеческие фигуры, животные, рыбы или цветы и нет ни одного пластмассового предмета. Металлические предметы — эти «эмбрионы земли» — символизируют предстоящие роды. Высшие, существующие вечно силы представлены деревянными предметами.

В композиции В21 (рис. 19.3) центральная металлическая рыба выглядит весьма многозначительно. Она указывает на связь с землей и родами. Эта большая рыба может обозначать мифологический образ, например кита, чрево которого символизирует жизнь и смерть. Она олицетворяет переживаемый Вандой страх того, что ее ребенок может быть «проглочен» смертью, так же как был проглочен пророк Иона. Однако после периода инициации и пребывания героя во тьме следует его новое рождение и воскресение (Campbell, 1973). Рыбы также ассоциируются с фаллосом, плодородием, размножением, обновлением и продлением жизни. Они свободно плавают в «водах жизни». На композиции рыба обращена вниз. «Плывущая вниз рыба отражает инволюционный процесс, протекающий в теле и психике; если же она плывет вверх — это признак эволюционного развития тела и психики и их возвращения к источнику жизни» (Cooper, 1978). В данной композиции рыба свидетельствует о предстоящих родах. Ванда должна быть скромной. Большая рыба говорит о необходимости сдерживания архетипической инфляции и большой осторожности.

Две маленькие рыбки — желтая и зеленая, а также фигурка акулы впервые появляются в центре композиции А5 (рис. 17.5). Теперь они обозначают творческий и одновременно разруши-

тельный потенциал бессознательного. Рыбак в композиции В19 (рис. 19.1) ловит желтую рыбу. Желтый цвет ассоциируется с рациональным мышлением. Ловля желтой рыбы символизирует способность к погружению в «море бессознательного» с тем, чтобы достать из него нечто важное и его осмыслить. В композиции В20 (рис. 19.2), где сознание проявляет себя особенно активно, рыбы и другие морские существа выбрасываются из голубого круга на песок в той части композиции, которая обозначает дом и семью, и весело «заселяют» это пространство.

Вместе с расширением спектра используемых в данных композициях образов более разнообразными становились образы мужских и женских персонажей. Три мужских образа в композиции В19 (рис. 19.1) — это бог, рыбак и солдаты. Бог стоит на значительном расстоянии от богини, с которой он вместе участвовал в различных ритуальных сценах, создаваемых Вандой до беременности, отдельно от других фигур. Он дополняет одинокого рыбака. Пойманная тем рыба символизирует награду за долготерпение и труд, проявленные в процессе взаимодействия с бессознательным. Пять металлических солдатиков готовы в любой момент защитить других. В композиции В20 (рис. 19.2) использовались две мужские фигуры. Бог сидит на месте рыбака, между красной и белой розами, символизирующими скорбь и появляющимися здесь последний раз. Защиту также обеспечивают семь мотоциклистов, находящиеся в левом верхнем углу. Солдатики вновь появляются в композиции В21 (рис. 19.3) с левой стороны центрального круга, совместно с черной птицей, также выполняющей функцию защиты. Бог, участвовавший в церемонии оплакивания Нира и символизировавший плодородие, исчезает. Его торжественный облик уже не соответствует новой сцене, и его место занимает мудрый и радостный Будда. Будду окружают красные и черные предметы, заменившие красную и белую розы скорби. Птица и тотем символизируют духовные качества.

Женские образы включают богиню плодородия и бронзовые сосуды. Богиня постепенно перемещалась по кругу и в композиции В21 (рис. 19.3) оказалась лежащей в правом нижнем

квадранте. С ней соседствует шила-на-гиг и женщина с кувшином воды, усиливающие роль женского начала и дополняющие расположенные рядом металлические кувшины — символы фемининности.

Во всех трех композициях используются крупные фрукты, хотя их число постепенно сокращается с 12 до 8, а затем до 6. Четыре клубники, используемые в первой и второй композициях, в третьей отсутствуют. Зато крошечное яблоко, присутствовавшее в первой композиции, теперь преобразуется в шесть яблок, которые усиливают роль красного цвета в центре композиции. Они символизируют ребенка и плоды психотерапевтического процесса. Число шесть отражает баланс мужского и женского, что представлено в виде двух пересекающихся треугольников: мужской треугольник направлен вершиной вверх к небу, а женский — вершиной вниз, к земле. Обилие продуктов, расположенных на тележке в композиции В19 (рис. 19.1), явно контрастирует со скудностью продуктов в первой композиции и в композиции В11 (рис. 18.3), где они расположены в форме линии.

Композиции В19 (рис. 19.1) и В20 (рис. 19.2) симметричны. Композиция В21 (рис. 19.3) построена в форме треугольника, вписанного в круг. Симметрия уступает место динамическому равновесию мужских и женских символов. Вершина треугольника образована тремя черными предметами, перемежающимися с шестью красными яблоками и золотым Буддой. Красный, черный и золотой цвета приходят на смену красному, черному и белому, связанными со скорбью в первой композиции, тем самым обозначая переход к жизни. Левая нижняя часть работы включает солдатиков, правая — женские персонажи. Рыба обозначает центр, а обращенный вершиной вверх треугольник символизирует огонь. Хотя треугольник определяется не слишком отчетливо, образ огня, особенно при сочетании красного, черного и золотого цветов, вполне уместен. Плывущая вниз рыба, обозначая вхождение духа в материю, символизирует огонь преобразования и его связь с богиней — покровительницей родов. В то же время сине-зеленый цвет богини и желтый цвет металла приходят на смену желтому и синему

в левой части композиции А1 (рис. 17.1) и тем же цветам в левой верхней части композиции А12 (рис. 17.9).

В композиции В21 (рис. 19.3) вода находится в центральном круге, в сосудах и в горшке, который держит женщина. О воде напоминает и крупная рыба. Морские стеклышки в этой работе не используются.

Композиция В23: индивидуированные мать и младенец

За две недели до родов Ванда выглядела медлительной, грузной, округлой и полной. Ее движения были неторопливыми, она часто улыбалась. Ее последняя композиция, созданная перед родами, представляет собой большое яйцеобразной формы голубое озеро, расположенное в центре работы и слегка смещенное вниз (рис. 19.4). Этот водоем является самым крупным из созданных Вандой за весь процесс психотерапии. По форме он напоминает голубое яйцо в композиции В11 (рис. 18.3). Однако здесь голубой цвет яйца трансформируется в более зрелый темно-синий цвет — взрослое «яйцо».

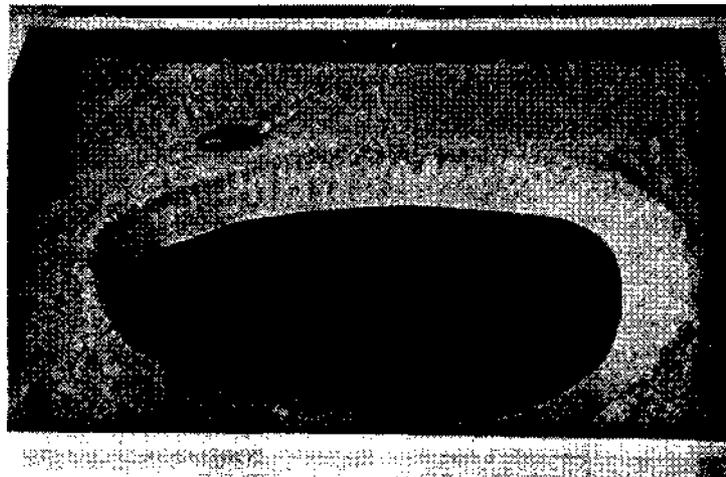


Рис. 19.4. В23: индивидуированные мать и младенец

Поверхность водоема чиста и передает состояние спокойного ожидания того момента, когда из его глубин должно появиться нечто особенное.

Окружающий водоем песок ровный, но разнообразно структурированный, что вызывает ассоциации с поверхностью земли и тела. Субстанция песка пронизана энергией, так же как пронизано ею тело беременной. Каждый квадратный сантиметр поверхности определенным образом обработан. Слева вверху расположена фигурка младенца, ползущего к темно-синему камню такого же оттенка и формы, что и водоем. Младенец и яйцо четко выделяются, символизируя пришествие в мир новой жизни. Сочетаясь с выразительно структурированной поверхностью песка, эти образы усиливают выразительность всей композиции. Ванда сказала, что синий камень-«яйцо» обозначает скалу, с которой играет ребенок — «скалу с растущими на ней цикламенами». Она воспринимала водоем как чрево. «Я не могу в него заглянуть, — сказала она, — если это — образ моей беременности. Есть вещи, которые я еще не могу видеть». Тем временем Ванда и ее муж, выбросив много старых вещей, освободили в доме место для новорожденного. Сор, используемый в качестве средства защиты в композиции А29 (рис. 17.15), теперь стал излишним. Ванда пришла еще раз к психотерапевту в начале апреля, но ограничилась лишь беседой. По ее просьбе это произошло за несколько дней до родов.

ЗАВЕРШЕНИЕ РАБОТЫ

Ванда посетила еще три сессии, когда ее сыну было уже четыре месяца. Он хорошо развивался, и Ванда выглядела прекрасно. Ее мать регулярно помогала ей в уходе за ребенком. По словам Ванды, она проявляла в этом слишком активное участие и давала ей ребенка только для кормления. Это вызывало в ней чувство раздражения и ревности. Ей казалось, что мать не проявляет к ней самой достаточно тепла и доверия. Она сказала, что, заведя на шестом месяце беременности собаку, смогла в какой-то мере подготовить себя к уходу за ребенком. Она от-

носила к щенку с теплом и любовью и, ухаживая за ним, не боялась допустить ошибок. При уходе за ребенком она проявляла настойчивость, не опасаясь, что не сможет справиться со своими материнскими функциями. Мать Ванды также испытывала к ребенку чувство ревности.

Композиция В26: три фазы

Эта композиция (см. рис. 19.5) напоминает композицию В16 (рис. 18.6), где по диагонали были изображены три водоема, поднимающихся из левого нижнего угла в правый верхний, создававшуюся незадолго до того, как Ванда забеременела. Она сама обратила внимание на это сходство и предположила, что это отражает момент «подведения итогов». На данной композиции границы всех трех водоемов четко обозначены, а их склоны особым образом структурированы. Склоны левого нижнего водоема круты и плотно утрамбованы. Средний водоем имеет более пологие склоны, а склоны верхнего — более рыхлые. Предметы располагаются как в пространстве самих водоемов, так и на их границах. Разница между холод-

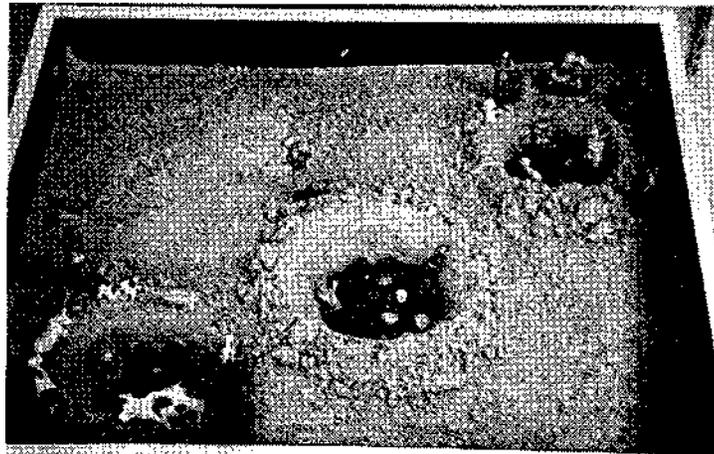


Рис. 19.5. В26: три фазы

ным и теплым водоемами в композиции В16 была четко обозначена. При этом проходящий под землей канал должен был служить уравниванию температур. В данной композиции верхний водоем, по-видимому, отражает состояние молодости и развитие; нижний же водоем тяготеет к прошлому. В центральном водоеме находятся предметы, ассоциирующиеся как с прошлым, так и с будущим.

Предметы, расположенные в левом нижнем водоеме, указывают на то, что он связан с ранними стадиями развития либо символизирует более старшее психологическое состояние. Работая с песочницей, Ванда нередко пыталась затронуть темы, связанные с прошлым, но в то же время имеющие определенное влияние на настоящее. Все предметы нижнего водоема были использованы при создании прежних композиций, за исключением фигуры старушки, несущей дрова. Она расположена там, где в композиции В16 находилась черная ведьма (рис. 18.6). Эта старая женщина мысленно возвращается в свое детство, к событиям далекого прошлого. Дрова ассоциируются с теплом и светом домашнего очага, способностью испытывать комфорт, находясь наедине с самим собой. Старушка напоминает Гестию — богиню домашнего очага. Кроме того, этот образ может символизировать связь с мудростью прошлого и ассоциироваться с тремя черными деревянными фигурами в композиции В21 (рис. 19.3). Старая женщина теперь выражает положительные аспекты фемининности.

Ранее находившиеся в загоне коровы теперь свободно гуляют. Если прежде они ассоциировались с женской глупостью, то теперь — олицетворяют самодостаточность и способность ухаживать за другими. Шесть коров расположены по кругу. Они идут по часовой стрелке, и лишь одна из них движется в противоположном направлении. Ранее Ванда воспринимала себя как человека, не вписывающегося в нормы жизни киббуца, но теперь это способствует ее индивидуации и установлению более тесной связи со своими внутренними ресурсами.

Гинги на протяжении длительного времени выступала протагонистом Ванды. Она участвовала в сцене прощания с братом и с киббуцем, а также присутствовала в работах, созданных на

начальном этапе беременности. Кукла вновь появилась в композиции В11 (рис. 18.3), вместе с клоуном участвуя в завершении процесса прощания с погибшим братом. Также Гинги составляла пару вместе с черной ведьмой в работе В15 (рис. 18.5), наблюдая за тем, как вода выливается в центр композиции. Когда Ванда забеременела вторично, Гинги была главным действующим лицом в композиции В16 (рис. 18.6). Последний раз она появилась, отражая переживания неуверенности, одиночества и потребность в поддержке со стороны. Гинги находилась в одиночестве возле нижнего водоема, смотрела на коров и старуху. Казалось, что детская идентичность Ванды давно себя изжила, что она так же стара, как старуха и проблемы, связанные с жизнью в киббуце.

Центральный водоем в этой композиции похож на соответствующий водоем в композиции В16 (рис. 18.6) и, возможно, является его отголоском. В нем находятся зеленая рыба и божок. Они уже использовались в композиции В20 (рис. 19.2). Двумя новыми персонажами являются девочка-индианка и молодая индийская крестьянка с хлебом. Девушка-индианка стоит на коленях. Она голубого цвета — такого же, что и эльф, наблюдающий за центральным водоемом в композиции В16. Она отражает переход к интраспекции. Это еще не зрелая женщина. Возможно, она встала на колени, переживая религиозные чувства при виде божка, находящегося напротив нее. При изображении сцен прощания и в начале второй беременности божок был очень важным для Ванды персонажем, объединяя горе и радость. Девочка-индианка и бог сыграли свои роли и вскоре должны вернуться в бессознательное. Молодая крестьянка принесла хлеб, что, вероятно, символизирует укрепление «Я» и его поддержку. Центральный водоем отражает состояние равновесия и интеграцию «Я», достигнутую в результате объединения детского «Я», расположенного снизу, и материнского «Я», расположенного наверху.

Ванда связала верхний правый водоем со своей способностью справляться с трудностями и необходимостью дальнейшего роста. Здесь расположено девять новых фигур. В самом водоеме находится индианка с ребенком, вызывая ассоциации с желтой рыбой, которую ловит рыбак в композиции В19 (рис.

15.1). Желтый цвет ассоциируется с интуицией и процессом принятия решений. По обе стороны от индианки расположены два бледно-зеленых животных — кролик и ягненок — видимо, они обозначают игрушки, которые Ванда решила не покупать до рождения ребенка. Зеленый цвет ассоциируется с обыденной реальностью. Светло-зеленый же цвет может обозначать новую реальность.

Верхняя граница водоема является местом расположения шести фигур. В центре группы находятся влюбленные, сидящие на скамейке в обнимку. Пара чем-то напоминает старика и старуху из прошлых композиций, но в отличие от них проявляет больший интерес к жизни.

Слева от влюбленных находятся младенец и молодая крестьянка с кувшином воды. Справа от парочки расположились большая зеленая черепаха и еще одна молодая крестьянка. Обе женщины смотрят друг на друга, усиливая роль женского начала в композиции и, возможно, защищая вход в водоем. В композиции В21 (рис. 19.3) металлическая богиня, несущая кувшин с водой, помогла готовиться к вторым родам. Эта же земная женщина несет воду в реальной жизни. Крошечный младенец и зеленая керамическая черепаха символизируют начало нового. Брэдвей и МакКоард (Bradway and McCoard, 1997) отмечают, что появление черепахи в завершающих песочных композициях отмечается довольно часто. Психотерапевт/мать расстается с клиентом, так же как черепаха расстается со своими яйцами. Черепаха, выйдя из океана, движется по жизни, полагаясь на свои инстинкты, заставляющие ее вновь возвращаться домой и вновь откладывать новые яйца. Инстинкты помогли Ванде найти свой путь за пределами киббуца.

Центральный водоем включает два новых и два ранее использованных предмета, уравновешивающие друг друга. Общее же количество предметов, расположенных в пределах нижнего водоема, равно девяти, все они ранее уже использовались. Девять предметов расположены и в пределах верхнего водоема, однако они все новые, что, возможно, символизирует замену старых, изношенных, представляющих прошлое аспектов новыми. Во многих культурах число девять считается сча-

стливым. Оно ассоциируется с окружностью (4 x 90°), а также с четырьмя сторонами света и центром. Девять является триадой, помноженной на три. Это число обозначает «завершение, достижение, начало и конец, целое, а также земной рай» (Соорег, 1978).

Доминирование женских образов проявляется в присутствии восьми женских фигур — четырех крестьянок, двух индианок (и те и другие связаны с природой и заботой о жизни), Гинги (ребенок, использующий интуитивные возможности) и женщины из влюбленной пары на скамейке (Эрос). Присутствие коров и черепахи усиливает материнский аспект. Через все водоемы проходит единая линия женских образов. Начинаясь от Гинги, она следует далее к девочке-индианке, а от нее — к индианке-матери. Внешний аспект или реальность отражены в расположенных сверху фигурах, таких как фигура старухи, женщины с хлебом, женщины с водой и женщины на скамейке — все они символизируют потенцию огня, хлеба, воды и любви. Мужчина на скамейке преобразует возвышенную мужественность бога и игривость клоуна (отца из композиции В11 (рис. 18.3)) в любовь. В психике Ванды произошло объединение. Пустой стул из верхнего правого квадранта в композиции В16 (рис. 18.6) превратился в скамейку с сидящими на ней мужчиной и женщиной.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основной темой психотерапевтической работы с Вандой была индивидуация, протекавшая в условиях сильного влияния коллективного воспитания, жесткого контроля за проявлением личной инициативы и права распоряжаться своей судьбой. Ванда была готова к тому, чтобы столкнуться с критикой в свой адрес на работе и в других областях социальной жизни, хотя внешне ее поведение было безупречным. С детства присущие Ванде чувства собственной беспомощности и вины заставляли ее воспринимать мнение окружающих как агрессивное вторжение коллективного начала в ее внутренний мир. Ей казалось, что и ее брак, и ее скорбь, связанная с гибелью брата, а затем

и сына, а также ее будущий ребенок могут быть у нее «похищены» коллективом. Игнорирование значимости личной инициативы и чувств, характерное для той системы воспитания, в которой она выросла, заставляло Ванду чувствовать себя «белой вороной». В период первой беременности ее преследовали страхи, вызванные негативным восприятием собственного тела, которое она воспринимала как некоего монстра. Гнев Ванды, направленный на родителей и коллектив, оказывал отрицательное влияние на беременность и отношения с мужем. Изоляция и одиночество казались ей более безопасными, чем единение с группой. Здоровая реализация материнского начала стала возможной лишь после внутреннего освобождения от образов негативной матери и негативного отца. Поначалу этот процесс сопровождался чувством страха и ощущением собственной слабости, не позволяющей справиться как со своими переживаниями, так и с внешними влияниями. Создание песочных композиций позволило Ванде освободиться от излишней склонности к самокритике и дефензивному рационализму, приведя ее к чувственному раскрепощению и проявлению творческого начала.

ПРОЦЕСС ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СТАДИЯХ ПО ВЕЙНРИБ

Стадии 1, 2 и 3

Композиции, созданные Вандой в начале психотерапии, соответствуют первым трем стадиям по Вейнриб. Первая композиция отражала чувства Ванды, обусловленные расставанием с братом и написанием дипломной работы. Основной ее проблемой являлось преодоление влияния коллективных ценностей, а также страха проявления личной инициативы и ответственности. С этой проблемой тесно связана недостаточная реализация Вандой своих мужских и женских качеств и активное проявление в ее психике теневых свойств личности.

Исцеляющий потенциал ее психики проявился в образе инфантильной Гинги, сопровождаемой крошечной змеей-уробосом. Психотерапевт, установив с Вандой доверительные отношения, сформировал теменос, в котором стало возможно исследование чувств Ванды, порожденных ее воспитанием в коллективе. Первым значимым моментом психотерапевтического процесса было отреагирование Вандой чувств скорби, вызванных гибелью брата, что произошло благодаря совершению ритуала прощания. Частичное разрешение внутреннего конфликта, связанного с последствиями коллективного воспитания, произошло в результате создания композиции с опрокинутым киббуцем и радугой. Тем не менее, индивидуальность Гинги была еще слишком слабой для того, чтобы она ощутила свою самодостаточность и преодолела страх перед сидящим в ней монстром. Завершающие композиции первой фазы работы выглядят весьма хрупкими. При их создании Ванда редко и нерешительно использует центр подноса, предпочитая располагать предметы в пределах квадрантов или по углам. Так, например, верхний правый угол является убежищем для Гинги, прячущейся за радугой в композиции A24 (рис. 17.12), а также для раковины с богом и скрипки в композиции A29 (рис. 17.15), плывущими среди гор мусора.

Стадии 4, 5 и 6

Первая беременность Ванды закончилась смертью ребенка, вызвав у нее острое ощущение вины и сомнения в собственных силах. Ни Ванда, ни психотерапевт не знали, возможно ли было предотвратить его гибель. Чувства горя и собственной несостоятельности были настолько сильны, что женщина не верила в возможность второй беременности. Для того чтобы помочь Ванде поверить в свои силы, было необходимо обратить ее внимание на имеющиеся у нее внутренние ресурсы. Как художница я верила в то, что язык невербальной коммуникации, характерный для изобразительного искусства и песочной терапии, является более аутентичным и искренним. Активное использование Вандой песка, точный выбор и рас-

положение различных предметов свидетельствовали о наличии у нее значительных внутренних ресурсов. Ее творческие, обладающие высокими эстетическими качествами работы указывали на то, что она способна достичь целостности и баланса между ее ущемленным чувством собственного достоинства и собственной самооценкой, хотя раньше Ванде не удавалось проявить свои способности из-за подавления индивидуального начала в условиях коллективного воспитания. В то же время этого было недостаточно для того, чтобы преодолеть свойственную ей чрезмерную самокритичность и пессимистический взгляд на человеческие отношения. Этому могло помочь лишь пробуждение в ней базисного инстинкта жизни. Уязвленное чувство собственного достоинства и представление о себе как о «белой вороне» заставило Ванду искать возможность для проявления собственной индивидуальности. Кульминацией этого процесса можно считать создание композиции В7 (рис. 18.2), где бог крадет ребенка из коллектива.

Несмотря на переживаемые Вандой страх и амбивалентные чувства, был запущен процесс психической дифференциации, что проявилось в создании композиции с высокой горой. Различные квадранты этой композиции служили уравниванию чувства страха, с одной стороны и ощущения поддержки — с другой. Появление фигур старика и старухи указывало на активизацию положительных качеств мужского и женского начал. Взаимодействие мужского и женского начал продолжалось и при создании композиции В11 (рис. 18.3), где Гинги выступает совместно с клоуном. Эта композиция демонстрирует «появление новорожденного "Я"... и активизацию усилий, направленных на дифференциацию мужских и женских аспектов личности» (Weinrib, 1983).

Стадии 7 и 8

«Я» Ванды постепенно укреплялось. Она чувствовала себя все более уверенно и становилась более откровенна, рассказывая о своих переживаниях. В процессе психотерапии она пыталась исследовать новые формы опыта, переживала утрату, осознала

пустоту и бессодержательность коллективного ритуала. На месте возникшей пустоты ей предстояло построить свой дом, но, прежде чем осознать себя в роли матери, она должна была пережить новые страдания. В композиции В13 (рис. 18.4) представлены бог и богиня, символизирующие взаимодействие мужского и женского начал. Это взаимодействие — условие для изобилия и плодородия, что символически представлено в сцене выливания воды в центр композиции. В композициях В19 (рис. 19.1), В20 (рис. 19.2) и В21 (рис. 19.3) «Я» подчиняется трансперсональным энергиям, необходимым для успешного деторождения.

Спустя четыре месяца после родов Ванда использует фигуру сидящей на скамейке влюбленной парочки, олицетворяющую новое качество отношений мужского и женского. Теперь Ванда — личность, член сообщества и мать, осваивающая новую систему ценностей. Она по-новому воспринимает мир — с опорой на патриархальное сознание. Ее тень-негатив выглядит как естественная потребность маленького ребенка в любви, тепле и защите. Будучи ребенком, Ванда часто ощущала, что идет против воли коллектива, разлучающего членов семьи. Но, научившись прислушиваться к зову природы и своим инстинктам, она смогла обрести божественное покровительство.

Создание Вандой песочных композиций способствовало росту самопознания и проявлению внутренних ресурсов исцеления. Ее заключительная работа иллюстрирует прохождение трех стадий, связанных с преодолением негативных коллективных влияний и с активизацией положительных мужских и женских качеств психики, что является обязательным условием полноценной жизни и счастливого материнства.

Миф

В процессе психотерапевтической работы с Вандой ярко проявились некоторые драматические темы, каждая из которых могла бы стать основной. К ним относятся отреагирование чувств скорби, вызванных утратой брата и сына, а также пере-

живаний, обусловленных бесплодием и беременностью, протекающей на фоне ощущения собственного одиночества, беззащитности и вины. Все эти проблемы усугублялись еще и проявлением теневых аспектов психики Ванды, связанных с коллективным воспитанием в киббуце. Подобно героиням многих мифов или сказок, Ванда является чем-то вроде сироты, над которой издевается мачеха-ведьма или другие злые люди и которая не чувствует себя защищенной своими родственниками. Она была разлучена в детстве со своим братом и пыталась самостоятельно найти свой путь в жизни. Ванда не пожелала возвращаться в свое коллективное прошлое, но в то же время оказалась неспособной создать собственный дом за пределами киббуца. Протагонист Ванды — Гинги — находит себе компаньона в образе маленькой змейки-уробороса. Неожиданная помощь приходит к ней со стороны архетипических образов. Она дважды вступает в единоборство с драконами: одним из них является киббуц, другим — коллектив, из которого маленький божок похищает младенца.

Принятие Вандой теневых аспектов своей личности, проявляющихся, в частности, как чувство вины за смерть первого ребенка, открывает путь к установлению сотрудничества между Гинги и ведьмой, которое развивается благодаря поддержке архетипических, неподвластных контролю сил. Созданию собственного домашнего очага предшествует обретение «дома» в собственном теле и создание в нем пространства для будущего ребенка. Это знаменует начало реализации Вандой своего материнского начала.

Процесс психического развития Ванды включал в себя переживание нового рождения, свершившегося после перенесенных ею утрат, а также постепенное освобождение от коллективных ценностей. Ей предстояло перейти от матриархального сознания и формирования индивидуированного «Я» к патриархальному. Трансперсональные энергии помогли ей преодолеть чувство утраты и его негативное влияние на процесс психического развития и восстановить положительное отношение к жизни. Песочная терапия стала средством, облегчившим раскрытие внутреннего потенциала исцеления и роста.

ВЫБОР ВАНДОЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЭКСПРЕССИИ ИЛИ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Если не считать пятимесячного периода в конце первой беременности, в течение которого Ванда отдавала предпочтение рисованию гуашевыми красками на бумаге, создание песочных композиций на протяжении трех лет было ее излюбленным занятием. Первая и последующие 20 композиций Ванды неизменно содержали символическое изображение воды, когда от песка расчищалась определенная часть голубого дна подноса. В созданных далее (непосредственно до и в начале первой беременности) семи композициях пять не включали изображение воды. Вторая и шестая композиции, созданные на втором этапе психотерапевтического процесса, также были «сухими». После этого вода появлялась в разных формах во всех 20 композициях, вплоть до благополучных родов.

«Сухость» композиций в конце первого этапа психотерапии сопровождалась ощущением слабости и одиночества. Возможно, вода служила созданию некой связующей субстанции наподобие грязи. В то же время использование воды могло отражать готовность Ванды к превращению своего тела в физический контейнер — среду для зарождения новой жизни. Сухой песок не является ни связующей субстанцией, ни контейнером. Он рассыпается, как это произошло в композиции A12 (рис. 17.9), когда Ванда рассказала о разрушении созданной ею сцены в конце церемонии прощания с братом. Переживая нерешительность и противоречивые чувства, Ванда поначалу избегала изображать воду, а затем и вовсе прекратила пользоваться песочницей. Она перешла к рисованию гуашью на бумаге, стремясь дозировать использование воды и добиваясь, чтобы она быстро впитывалась в бумагу. При этом она воздерживалась от создания трехмерных образов.

Для написания этой книги Ванда проанализировала по просьбе автора использование ею песочницы и художественной экспрессии. Она призналась, что работа с песочницей помогла ей преодолеть склонность к рационализации и критическому мышлению. Выбирая предметы и играя с такими из них, как

кукла Гинги, она могла на время отвлечься от критики в свой адрес. Игра означала возвращение в детство. Занимаясь же изобразительным творчеством, она оставалась взрослым, склонным к самокритике человеком. В то же время изобразительное творчество носило личностный характер. Ванда прибегала к нему по своему желанию в трудные для себя периоды, отражая переживаемое в виде создаваемых на бумаге художественных образов. Однако это не было для нее игрой. Художественная работа в присутствии психотерапевта, стремящегося не вмешиваться в процесс творчества, оставляла ее наедине с внутренними конфликтами. «Играя» же с песком, она чувствовала присутствие психотерапевта более отчетливо. Кроме того, ей нравилось обсуждать вместе с психотерапевтом созданные композиции. Возможность изменений в ходе игры помогала ей находить новые способы решения проблем после совместных обсуждений. Иногда это происходило благодаря простому поворачиванию предметов.

Занимаясь художественным творчеством, Ванда, как правило, рисовала красками и никогда — пастелью. Также никогда она не пользовалась глиной или маркерами. Ей казалось, что они блокируют творческий процесс. Темы, над которыми работала Ванда — беременность, менструация, овуляция — по ее словам нуждались в использовании воды. Ванда ощущала, что гуашь обладает способностью к самостоятельному движению, даже тогда, когда она пытается справиться с донимающими ее критическими мыслями в отношении самой себя.

ГЛАВА 20

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Юнгианская песочная терапия представлена в этой книге с точки зрения изобразительного искусства и арт-терапии. Использование ее в подобном контексте связано с учетом тактильных ощущений и созданием визуальных образов, которые рассматриваются в качестве ее основы. Свойства песка позволяют создавать из него универсальные структуры, что становится возможным благодаря прямому тактильному контакту клиента с материалом. Это может происходить на пляже, превращаясь в увлекательное занятие для отдыхающих здесь людей, либо в процессе психотерапии, отражая потребности клиента на разных стадиях лечения. В литературе по песочной терапии уделяется мало внимания создаваемым из песка формам. Гораздо большее значение придается обсуждению разнообразных значений готовых миниатюрных предметов. Современная литература по песочной терапии в основном делает акцент на исследовании процесса создания клиентом песочных композиций с точки зрения представлений о стадиях психического развития, символического значения миниатюр и их расположения на подносе, а также с точки зрения юнгианских понятий.

Несмотря на то что в своей работе автор этой книги постоянно сталкивалась с созданием клиентами разнообразных песочных форм, она не нашла работ, посвященных их изучению. Песочницу можно рассматривать в качестве миниатюрной модели естественной природной среды, содержащей песчаные пляжи, океан, небо. Эта природная среда является тем местом,

где человек получает первый опыт творческой работы и где игра, изобразительная деятельность, спонтанность и цикличность тесно связаны друг с другом. Основой для приводимой в этой книге классификации песочных форм являются наблюдения автора за процессом создания композиций из песка на пляже и в процессе песочной терапии. Эти формы разделены автором на несколько категорий, имеющих определенное символическое содержание и обусловленных различными стадиями психотерапевтического процесса, а также отношениями клиента и психотерапевта. Понимание специалистами особенностей работы с таким пластическим материалом, как песок, может способствовать более частому применению песочной терапии и осознанию значения песчаной основы и различных комбинаций предметов.

Арт-терапия связана с использованием разных художественных материалов, с учетом их свойств и цветовых особенностей как значимых факторов психотерапевтического процесса. Каждый художественный материал имеет определенные возможности и ограничения и может быть интуитивно использован клиентом для выражения тех или иных переживаний и потребностей. То же самое можно сказать о песке, воде и тех материалах, из которых сделаны используемые в песочной терапии предметы. При создании песочных композиций их разнообразные сочетания отражают соотношения между природной и культурной составляющими песочной терапии, предоставляя дополнительные возможности для ее понимания. Клиент часто не вникает в психологическое содержание создаваемых им образов и не задается вопросом, почему он их создает. Художественное творчество позволяет выйти за границы рационального мышления, забыть об ограниченности собственных возможностей и недостатков, что крайне существенно для продолжения работы. Очень важно доверять образам и находить для них те формы воплощения, которые в наибольшей степени соответствуют их качествам. Это способствует творчеству и позволяет в большей степени задействовать телесный аспект художественной работы.

Художественную интуицию трудно отделить от знания материалов, цвета, линий, форм, пропорций, расположения раз-

личных элементов художественного образа в пространстве и их направленности. Создатель художественных образов — будь то художник-профессионал или пациент —*— должен действовать спонтанно и стараться уловить те формы и конфигурации, которые в наибольшей мере отвечают его потребностям. При этом минимальные вербальные обозначения, такие как «кобальт синий», «кадмий красный», «квадрат», «круг», «ломаная линия», «песок», «вода», «камень», «дерево», «пластмасса», становятся особым кодом, позволяющим описать разные грани творческого опыта, составляющего психическую идентичность клиента. Короткие фразы вроде «диагональная ломаная линия цвета киновари» или «большой круг цвета синего кобальта» скажут художнику многое, но в то же время почти ничего не говорят далекому от художественного творчества человеку. Художника вполне удовлетворит подобное словесное определение; психологу же покажется, что оно является лишь формальной констатацией факта.

Для юнгианской песочной терапии характерно сочетание двух основных процессов — создания образов из бесформенного материала (песка) и выбора-расположения различных фигур, уже имеющих определенную форму. Эти два процесса отражают баланс между проявлением естественных творческих потребностей человека и принятием им того, что уже существует в мире. Сочетание природных материалов с материалами, которые являются продуктами промышленного производства или культуры, — несомненное достоинство арт-терапии и песочной терапии. Это позволяет клиенту ощутить более тесную связь с природой и тем самым открыть в себе потенциал самоздоровления.

Важно понять разницу между созданием песочных композиций, с одной стороны, и рисованием или живописью — с другой, проявляющуюся в арт-терапевтической работе. Основополагающие принципы песочной терапии, такие как использование минимальных инструкций, неинтрузивность психотерапевта, отсроченные интерпретации и осознание трехстороннего переноса между клиентом, психотерапевтом и художественным образом, значимы и для арт-терапии. Различия между песочной терапией и арт-терапией заключаются

в том, что в песочной терапии используется поднос стандартного размера, выкрашенный изнутри в голубой цвет, песок, вода и миниатюры. Таким образом, эти различия касаются не процесса создания визуальных образов, а лишь материалов. Песок и вода являются естественными природными материалами, сохраняющими в песочной терапии свои качества. Возможности этих материалов относительно ограничены их физическими свойствами, а также теми движениями, которые предполагает работа с ними. Все это обуславливает создание вполне определенного набора песочных форм.

Процесс песочной терапии начинается тогда, когда в результате творческого импульса бессознательное клиента приходит в активное состояние, и на ограниченной территории песочницы он создает некий образ. В греческой мифологии существует представление о Хароне, перевозящем души с «берега живых» на «берег мертвых» (Bulfinch, 1981). Песочная терапия предполагает возможность движения в обратном направлении, благодаря чему тени бессознательного могут быть перевезены на «берег жизни» — берег света. В то же время в ходе песочной терапии обязательно имеет место процесс погружения в бессознательное, отражающий свойственные человеческой психике естественные приливы и отливы.

Создание все новых песочных композиций отражает цикличность психической жизни и свойственный ей ритмы. Эти циклы могут охватывать месяцы или годы. В процессе художественной работы они отражаются в изобразительной продукции. Каждая работа фиксирует то или иное состояние психики, тот или иной аспект внутреннего мира клиента. Анализ серии работ, выполненных за определенный период времени, позволяет выявить повторяющиеся темы и образы и определенный ритм их изменений. Одновременно песочная терапия обладает уникальными возможностями, позволяя отражать динамику психических изменений. Неустойчивость песочных форм естественным образом обуславливает создание на каждой последующей сессии все новых и новых композиций.

Все люди обладают определенным представлением о том, что происходит с песком и водой в естественном природном окружении. Эти материалы, по-видимому, являются первич-

ными в эволюционном процессе земной жизни. Они и сейчас являются важнейшими элементами экологических систем. Знание этих материалов хранится в нашем коллективном бессознательном, проявляясь в ходе создания универсальных песочных форм, отражающих стадии психического развития. Объединяющие все живое естественные ритмы, приливы и отливы, времена года, лунные, солнечные и звездные циклы отражают единство мира и являются основой для формирования индивидуальности и ее включения в систему более высокого порядка.

Все мы интуитивно откликаемся на эти ритмы, хотя далеко не всегда это осознаем. Так, например, все живое в северном полушарии определенным образом реагирует на продолжительность светового дня, который здесь является наиболее длинным 21 июня — в день летнего солнцестояния. Наиболее же короткий день приходится на 21 декабря. Мы все ждем, что после зимнего солнцестояния день будет становиться все более продолжительным. Различные праздники и ритуалы, связанные с днем летнего и зимнего солнцестояния, которые отражают зависимость человека от солнечного цикла, в настоящее время уже не являются основой для объединения людей. Их заменили религиозные и светские праздники. Тем не менее, световые ритмы продолжают отражаться на жизнедеятельности всего живого. Песочная терапия является одним из средств постижения закономерностей, которые объединяют нас друг с другом, поскольку мы создаем сходные универсальные формы, отражающие естественные циклические процессы жизни и ее развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Adamson, E. (1984) *Art as Healing*. Boston and London: Coventure. •
2. Agell, G., Levick, M., Rhyne, J., Robbins, A., Ulman, E., Wang, C.W. and Wilson, L. (1981) «Transference and countertransference in art therapy.» *American Journal of Art Therapy* 21,1,3-24.
3. Albers, J. (1963) *Interaction of Color*. New Haven and London: Yale University Press.
4. *American Art Therapy Association Newsletter* (1998) 31, 4
5. Ammann, R. (1991) *Healing and Transformation in Sandplay: Creative Processes become Visible*. LaSalle: Open Court
6. Ammann, R. (1994) «The sandtray as a garden of the soul.» *Journal of Sandplay Therapy* 4,1,46-65.
7. Anzieu, D. (1989) *The Skin Ego*. New Haven and London: Yale University Press.
8. Bennett, H. Z. (1993) *Zuni Fetishes*. San Francisco: Harper.
9. Betensky, M. (1982) «Media potential: Its use and misuse in art therapy.» *Art Therapy: Still Growing. The Proceedings of the Thirteenth Annual Conference of the American Art Therapy Association*. Philadelphia, Pennsylvania, 20-24 October, 112-113.
10. Biven, B. M. (1982) «The role of the skin in normal and abnormal development, with a note on the poet Silvia Plath.» *International Review of Psycho-Analysis* 9, 205-228.
11. Bolen, J. S. (1984) *Goddesses in Everywoman*. New York: Harper and Row.