

ФОТОТЕРАПИЯ

Использование
фотографии
в психологической
практике

Под редакцией
А.И. Копытина



Сборник
Александр Иванович Копытин
Фототерапия: использование
фотографий в психологической практике

Текст предоставлен правообладателем.
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=180016

Фототерапия: Использование фотографии в психологической практике. Под ред. А.И. Копытина.: Когито-центр; Москва; 2006
ISBN 5-89353-161-2

Аннотация

Фототерапия является одним из относительно новых направлений психотерапевтической практики.

Авторы статей, вошедших в данный сборник, по-разному обосновывают терапевтическое воздействие фотографии: одни рассматривают фототерапию как форму творческого самовыражения, другие пытаются найти ей применение с позиций глубинной психологии, визуально-нарративного подхода и т.д.

Описаны основные принципы организации и проведения фототерапевтических занятий, приведены примеры из практики, демонстрирующие возможности данного метода.

Книга будет полезна для практических психологов и врачей-психотерапевтов, педагогов и социальных работников, а также художников и профессиональных фотографов, пытающихся применить свой талант и умения в целях оздоровления и творческого развития личности.

Содержание

Введение	4
А.И. Копытин	6
Определение фототерапии	6
Психотерапевтические факторы, обеспечивающие лечебно-коррекционное и здоровьесберегающее воздействие занятий творческой фотографией	9
Фактор художественной экспрессии.	9
Психотерапевтические функции фотографии	
Фактор психотерапевтических и групповых отношений	13
Фактор интерпретации и вербальной обратной связи.	16
Способы обсуждения фотографий	
Варианты применения фотографии в психотерапии и тренинге	23
Применение фотографии в психотерапии искусством и арт-терапии	27
Фотография в арт-терапевтической группе	28
Примеры использования фотографии в интерактивной арт-терапевтической группе	32
Пример 1: Осознание преемственности и значения жизненного опыта	32
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Фототерапия: использование фотографии в психологической практике (сборник статей)

Введение

Данная книга является первым русскоязычным изданием, посвященным психотерапевтическому использованию фотографии, включая как восприятие готовых фотоснимков, так и процесс их создания и последующего обсуждения. Наряду с опубликованной нами в 2003 г. небольшой по объему работой «Тренинг по фототерапии», она призвана повысить интерес специалистов в области психического здоровья, образования и социальной работы к богатым возможностям фотографии и стимулировать ее применение в качестве лечебно-коррекционного и развивающего средства.

Составитель сборника убежден, что фотография может стать частью эффективной здоровьесберегающей «технологии». Ее разноплановые возможности и потенциальная доступность для многих клиентских групп способны сделать ее ценным инструментом работы практических психологов и врачей-психотерапевтов, педагогов и социальных работников, а также художников и профессиональных фотографов, пытающихся применить свой талант и умения в целях оздоровления и творческого развития личности.

Возможности фотографии как исцеляющего и развивающего средства нередко проявляются в ходе самостоятельных занятий фотоделом или бытовой съемкой. На сегодняшний день нам было бы трудно представить свою жизнь без фотографии, сопровождающей человека с момента его рождения. Для большинства людей фотоснимки являются ценными документами, свидетельствами их личной истории. Они способны сближать людей и «рассказать» гораздо больше, чем любое многословное повествование. Конкретность и наглядность фотографий делает их «сгустком» реальности и материальным воплощением наших чувств и желаний, а также средством сохранения и передачи опыта.

Фотографируя друг друга и окружающий мир, мы способны ощутить радость игры и творческого отношения к жизни. Благодаря фотографии мы в какой-то мере можем «овладеть» и «управлять» предметами и создавать для себя новую реальность. Мы также можем попытаться «остановить» время, зафиксировав образы мира и свое состояние, чтобы затем постичь красоту и магию повседневности.

И, наконец, мы можем «овладеть» самими собой, своими чувствами и телом, организовав контекст съемки, осознанно или интуитивно «выбирая» тот образ себя, который нам нужен. Посредством фотографии мы также можем «реконструировать» забытую или утраченную целостность своего «я» и даже изменять самого себя.

Несмотря на то, что искусство фотографии существует сравнительно давно, до последнего времени оно редко применялось в лечебно-коррекционных и развивающих целях. Нам известны лишь редкие публикации, в которых описывается практика использования фотографии как средства оздоровления, психотерапии и реабилитации. Отчасти это связано с тем, что в «разговорной» психотерапии зримые свидетельства жизненного опыта клиента, как правило, обходились стороной, и фотоснимки лишь иногда привлекались в качестве материала для обсуждения. В то же время психотерапевтический и развивающий потенциал фото-

графии привлекает специалистов в области психического здоровья, заставляя их искать возможности для ее включения в свою работу.

Представители различных направлений психотерапии и консультирования, использующие фотографию, по-разному обосновывают ее лечебно-коррекционное, психопрофилактическое и развивающее воздействие: одни руководствуются клинико-психиатрическими представлениями и рассматривают занятия фотографией как одну из форм терапии творческим самовыражением, другие пытаются найти ей применение в рамках феминистского, глубинно-психологического, визуально-нарративного, системного, игрового и иных подходов.

Применение фотографии с целью лечения, психокоррекции и реабилитации иногда именуют фототерапией. На сегодняшний день фототерапия объединяет в себе те формы работы, которые применяются с целью решения психологических проблем и психосоциальной адаптации лиц с разнообразными эмоциональными и психическими расстройствами, а также физическими недостатками, и предполагают создание, восприятие и обсуждение ими фотографических образов. В гораздо меньшей степени, чем фотографирование и обсуждение снимков, в фототерапии пока используются другие виды творческой активности, в том числе элементы литературного творчества и изобразительной деятельности, движения, танца или ролевой игры, хотя такие формы работы также иногда имеют место.

Поскольку фотография связана с созданием визуальных образов, было бы естественно ожидать определенного интереса к ее использованию со стороны арт-терапевтов – то есть тех, кто в своей работе с клиентами пользуется преимущественно средствами визуальной коммуникации. Однако, как это ни парадоксально, публикации о применении фотографии в арт-терапевтической работе пока редки. Стремясь компенсировать этот недостаток, некоторые авторы данного сборника обосновывают практику лечебного использования фотографии с учетом достижений современной арт-терапии.

Было бы также весьма заманчиво исследовать здоровьесберегающий потенциал фотографии с точки зрения экспрессивной психотерапии искусством, включая такие ее направления, как драма-терапия и танце-двигательная терапия, а также психотерапевтическое литературное творчество. Планируя создание данной книги, мы поставили перед собой следующие задачи:

- объединить в одном сборнике публикации, отражающие разные варианты, формы и области применения фотографии в психотерапии и тренинге;
- представить различные способы теоретического обоснования применения фотографии, включая те, которые опираются на концептуальные разработки и принципы арт-терапевтической деятельности;
- показать, какие факторы определяют психотерапевтические эффекты фототерапии, а также то, какие приемы работы, а также конкретные техники и упражнения позволяют сделать ее применение более эффективным и разносторонним.

Хотя предлагаемые нами способы психотерапевтического использования фотографии не исчерпывают ее богатых возможностей, мы надеемся, что книга существенно расширит представления специалистов о возможных формах построения практической работы. Она демонстрирует основные принципы организации и проведения фототерапевтических занятий и, мы надеемся, убедит читателей в том, что фотография действительно служит самовыражению и самопознанию, принося значительную пользу здоровью людей.

А. И. Копытин

А.И. Копытин

Применение фотографии в психотерапии

Определение фототерапии

Фототерапией называют лечебно-коррекционное применение фотографии, ее использование для решения психологических проблем, а также развития и гармонизации личности. Она может предполагать как работу с готовыми фотографиями, так и создание оригинальных авторских снимков. Основным содержанием фототерапии, таким образом, является создание и/или восприятие клиентом фотографических образов, дополняемое их обсуждением и разными видами творческой деятельности. Это может быть сочинение историй, применение дополнительных изобразительных техник и приемов (рисование, коллажирование, инсталлирование готовых снимков в пространство), изготовление из фотографий фигур и последующая игра с ними, сценическое представление и работа с костюмами и гримом, движение и танец, художественные описания и т. д.

Развивающее и исцеляющее воздействие, оказываемое восприятием или созданием фотографий, может проявляться и в повседневной жизни людей, однако фототерапия обязательно включает в себя общение со специалистом (психологом, врачом-психотерапевтом). Представители разных психотерапевтических школ и направлений могут по-разному подходить к процессу фототерапии: одни делают акцент на работе со снимками в русле психоаналитической традиции; другие уделяют преимущественное внимание тренировке навыков и развитию умений; третьи стимулируют клиента к укреплению посредством фотографии отношений с окружающими его людьми и предметами и т. д.

Если следовать психоаналитическим взглядам, то сутью процесса фототерапии является выражение посредством фотографических образов внутренних конфликтов, потребностей и переживаний клиента. Благодаря фотографии он может их словесно описать и осознать, а также изменить свое отношение к ним. В процессе создания и обсуждения фотографий в человеке оживляются как осознаваемые, так и неосознаваемые потребности и переживания, связанные с психическими травмами и незавершенными ситуациями прошлого. Выражение травматического опыта и завершение прошлых ситуаций в психотерапевтических отношениях или групповой работе является основой для психологических изменений.

Для детей и некоторых взрослых естественнее выражать свои мысли и чувства посредством образов, а не словами, поэтому фотография способна выступать для них важнейшим средством общения с миром и организации внутреннего опыта. Для некоторых людей фотографический образ может являться объектом для переноса различных содержаний психики и «овладения» ими, благодаря чему, например, такие чувства, как страх, боль или гнев могут утратить свою интенсивность и стать подконтрольными клиенту. Искусство фотографии, как одна из форм художественного творчества, может быть средством обогащения субъективного опыта и давать человеку возможность заново воспроизводить, варьировать и дифференцировать его.

Для того чтобы создание и обсуждение снимков имело психотерапевтическую направленность, необходимо взаимодействие между клиентом и специалистом. Последний в этом случае не только вовлекает клиента в процесс фотографирования и стимулирует иные виды его творческой активности (включая художественные описания, изобразительную деятельность и т. д.), но и побуждает к описанию своих чувств и поиску смысла созданных им либо готовых фотографических образов. Принципиально важно, что специалист изначально

создает для клиента безопасную среду, в которой тот может позволить себе быть спонтанным, свободно выражать свои чувства, мысли и фантазии, «играть» с реальностью и экспериментировать с новыми формами опыта.

Как правило, эстетические стандарты не имеют в фототерапии особого значения. Специалист, работающий с клиентом, не обучает его технике фотографии (по крайней мере, такое обучение не является первоочередной задачей фототерапии). В отличие от занятий в условиях фотокружка или художественной студии, где люди также могут заниматься фотографией, фототерапия фокусируется на исследовании уникальной жизненной истории клиента, его потребностей и системы отношений. Она ориентирована на выражение различных содержаний внутреннего мира клиента и достижение благодаря этому изменений в структуре его опыта, установках и взглядах на себя и окружающий мир. Таким образом, цель фототерапии – не обучение клиента, но восстановление и укрепление его здоровья и улучшение качества жизни.

Искусство фотографии само по себе многогранно, однако в любом случае в его основе лежит создание художественных образов. Это позволяет рассматривать фотографию как одну из форм визуального искусства, хотя, в отличие от живописи, графики или скульптуры, фотография невозможна без определенных технических средств. Таким образом, она является «технизированным» видом изобразительного искусства. С одной стороны, это делает ее более сложной для освоения и в каком-то смысле ограничивает спонтанность и творческую свободу. С другой стороны, это предполагает дополнительные возможности для творческого самовыражения, связанные, в частности, с возможностью тиражирования снимков, варьирования их формата и цветности, создания особых визуальных эффектов, а с развитием цифровой фотографии – трансформации и корректировки образов.

«Технизированность» фотографии как одного из жанров изобразительного искусства означает относительно высокую осознанность действий художника. Это, однако, не исключает проявления в процессе фотографирования неосознаваемых чувств и потребностей.

Фотографию также можно рассматривать как игру. Она действительно позволяет «играть» с реальностью и ее зримыми отображениями – выбирать то, что для художника наиболее интересно и важно, творчески комбинировать разные элементы реальности друг с другом и даже создавать иную, фантастическую реальность.

В фотографии может происходить соприкосновение и соединение реальности и фантазии, благодаря чему снимок становится своеобразным «транзитным объектом», инструментом наглядно-действенного освоения художником мира и собственной внутренней реальности. Благодаря своим игровым возможностям фотография может приносить удивительное ощущение свободы, возможно, сходное с тем, которое переживает во время игры ребенок.

По своей природе фотография социальна: она связана с контактами между людьми и передачей значимых для них чувств и представлений. Ее можно рассматривать как своего рода ритуал, обеспечивающий социализацию и формирование идентичности, включение в разные группы людей с характерной для них системой ценностей, а также ролевое развитие и трансформацию. Все это обуславливает тесную связь фотографии со сценическим искусством, а также возможность использования представлений и техник современной драматерапии применительно к терапевтической фотографии.

Фотографирование часто связано с саморепрезентацией – представлением себя реальной или воображаемой аудитории в определенном образе. Хотя мы часто не осознаем, насколько изменяются при этом наши внешность и поведение, а «сценарий» разыгрываемой перед фотоаппаратом драмы нам неведом, в момент фотографирования все равно происходит нечто напоминающее мини-спектакль, воздействие которого и на его участников, и на зрителей порой весьма значительно.

В большинстве случаев фотография связана с запечатлением внешнего облика человека и тех или иных его значимых действий. Она позволяет сохранить во времени ощущения тела, опыт его покоя и движения. На фотографии мы можем увидеть разные позы и выражения лица, передающие те или иные реакции и состояния, в том числе вызванные находящимися рядом с нами людьми и предметами, а также нашим пребыванием в той или иной среде. Это позволяет использовать фотографию в качестве инструмента исследования телесного образа «я», пластического выражения чувств и потребностей, а также получения нового телесного опыта и его интеграции. В терапевтическом же контексте это дает возможность применять фотографию в сочетании с техниками телесно-ориентированной и танцедвигательной терапии, используя их теоретический базис для обоснования механизмов исцеляющего воздействия фотографии.

Чаще всего, показывая кому-либо фотографии, мы сопровождаем это рассказом. Рассказ позволяет не только передать наше отношение к тому, что изображено на фотографии, и прояснить то, что скрыто «за кадром», но и обозначить смысл событий и переживаний, связать воедино разные аспекты опыта. Рассказы, сопровождающие показ фотографий, подчас весьма затейливы и красочны, что не только усиливает воздействие зрительных образов, но и позволяет полнее и глубже выразить связанные с ними чувства и мысли. Потому *нарративный*, или повествовательный элемент фотографии очень важен, он имеет большое значение для достижения терапевтических эффектов. Данное обстоятельство можно использовать при проведении фототерапевтических занятий, предлагая их участникам сочинить на основе фотографий различные истории в форме рассказов, притч или сказок, либо создать своеобразные мини-сценарии, позволяющие обозначить основные действующие персонажи, их поступки, то, что могло предшествовать изображенному на фотографии событию и то, что может за ним последовать.

Таким образом, фотография сочетает в себе множество форм творческой деятельности, которые могут использоваться в ходе занятий в различных вариантах и сочетаниях, обеспечивая многостороннее исцеляющее, гармонизирующее и развивающее воздействие на участников.

Психотерапевтические факторы, обеспечивающие лечебно-коррекционное и здоровьесберегающее воздействие занятий творческой фотографией

В этом разделе будут рассмотрены предполагаемые механизмы лечебно-коррекционного и здоровьесберегающего воздействия фототерапевтических занятий. При этом мы будем руководствоваться предложенной нами ранее классификацией психотерапевтических факторов арт-терапии (Копытин, 2001б, 2002, 2003а), которая является результатом обобщения данных, представленных в зарубежной и отечественной арт-терапевтической литературе. Согласно этой классификации, можно говорить о следующих психотерапевтических факторах занятия творческой фотографией:

- факторе художественной экспрессии;
- факторе психотерапевтических отношений (применительно к групповой работе – факторе внутригрупповых отношений);
- факторе интерпретации и вербальной обратной связи.

Фактор художественной экспрессии. Психотерапевтические функции фотографии

Фактор художественной экспрессии связан с выражением чувств, потребностей и мыслей клиента посредством различных изобразительных материалов и создания художественных образов. В настоящее время представители различных психотерапевтических школ и направлений по-разному обосновывают психотерапевтический эффект художественной экспрессии: представители поведенческой психотерапии связывают его с отвлечением внимания клиента от болезненных переживаний и развитием посредством изобразительной деятельности более адаптивных моделей реагирования; представители гуманистического подхода – с самоактуализацией и развитием самодирективности клиента; представители психодинамического направления – с выражением и осознанием ранее неосознаваемых чувств и потребностей и т. д.

Следует учитывать, что в определенных условиях и при работе с некоторыми клиентами изобразительная деятельность может не предполагать создание законченных визуальных образов, но, тем не менее, иметь определенный терапевтический результат. Это может быть, например, сенсорная стимуляция, развитие моторики, снятие напряжения, развитие навыков саморегуляции, «выплеск» негативных переживаний и т.д.

Большое значение имеет также и то, что происходит, когда клиент заканчивает создание визуального образа. Автор работы может, например, создавать на основе своего рисунка художественные описания, воплощать связанные с рисунком темы и образы на сцене либо превращать произведение в своеобразный «талисман». Деструктивные и агрессивные переживания в ходе фототерапевтических занятий могут быть отреагированы посредством различных манипуляций с готовой продукцией, например, путем разрывания или сжигания снимков, разрезания фотографий или вырезания из них отдельных персонажей или объектов, «деструкции» журналов в ходе создания коллажей или фото-ассамбляжей.

В условиях групповой работы изобразительная деятельность протекает во многом иначе, чем при индивидуальной работе. При этом большое значение имеют особенности группы и организация ее работы. Следует учесть, что перемещение фокуса внимания с межличностного взаимодействия на изобразительную деятельность будет существенно влиять на групповую динамику.

В работе арт-терапевтических групп особенно важен момент показа созданной их участниками продукции (в том числе фотографий) друг другу. Ведущий должен обращать внимание на то, как члены группы располагают готовые фотографии в пространстве. Через расположение фотографий можно увидеть личные границы участников, понять их роли и позиции в группе, часто расположение фотографий выражает чувства, возникающие в групповых отношениях. В некоторых случаях психотерапевт может предлагать членам группы задания, помогающие им обозначить и укрепить свои личные границы и сформировать подгруппы. Например, можно ненавязчиво предложить им создать для своих рисунков рамки, подчеркнув, что при создании рамки у них имеется неограниченная свобода выбора и что они могут ее не создавать, если им этого делать не хочется. Создавая рамку, они могут использовать любые материалы, придавать ей любую форму и использовать при этом какие угодно цвета. Развитию групповых отношений и установлению личных границ также может способствовать использование некоторых фототерапевтических техник парной или коллективной работы, которые будут специально описаны в главе 6.

В групповом арт-терапевтическом процессе фотография может выступать в качестве важного средства проективно-символической коммуникации, служа формированию групповой культуры и групповой сплоченности. Различные аспекты групповой культуры отчетливо проявляются в создаваемых членами группы фотографиях: в выборе ими объектов и тем для съемки, содержательных и формальных особенностях фотографических образов и т. д.

А теперь обозначим психотерапевтические функции фотографии, тесно связанные с фактором художественной экспрессии.

1. Коммуникативная функция фотографии состоит в том, что она может передавать чувства и представления, а в более широком смысле – быть средством восприятия, переработки и передачи информации. При этом следует иметь в виду как межличностный, так и внутриличностный аспекты коммуникации. Если межличностный аспект коммуникации связан с передачей чувств и представлений от одного человека к другому, то внутриличностный аспект заключается в возможности диалога с самим собой и «трансляции» психического материала с бессознательного уровня на уровень сознания.

2. Фокусирующая/актуализирующая функция связана со способностью фотографии оживлять воспоминания и приводить к повторному переживанию событий прошлого – как положительно, так и отрицательно окрашенных. Хотя повторное переживание неприятных и травматических событий может быть для человека психологически небезопасным, в рамках психотерапии это зачастую необходимо для того, чтобы прийти к их переосмыслению либо завершить прошлую ситуацию с новыми, более положительными последствиями. Данная функция фотографии связана также с проявлением латентных, ранее скрытых свойств личности, ее потребностей и тенденций. Человек может открыться самому себе и окружающим с новой стороны благодаря, например, тому, что снимки запечатлели его в непривычном или ранее не столь очевидно проявлявшемся состоянии, или в момент совершения какого-либо действия, которое раньше было для него не характерно. Как и при повторном переживании событий прошлого, такая «встреча» человека с ранее несвойственными ему либо «невидимыми» для него проявлениями своей личности иногда может быть неприятной или даже пугающей, и многое зависит от того, в каких условиях это происходит и какими интервенциями психолога или психотерапевта сопровождается. Если такая ситуация переживается им болезненно, скорее всего это связано с «теневыми» и неосознаваемыми проявлениями его внутреннего мира. Именно на этом основана психоаналитическая работа с фотодокументами. Это, конечно же, не значит, что при работе с фотографией наибольшее психотерапевтическое значение имеют негативные переживания. Когда «встреча» человека с ситуациями из прошлого и неведомыми ему ранее проявлениями своего «Я» приятна и желанна, фотографии могут выступать в качестве средства раскрытия и укрепления внутренних ресурсов,

а также в качестве стимула к дальнейшему развитию. Личность может освоить новые грани своего «Я» и более активно задействовать их в деятельности и отношениях.

3. Стимулирующая функция связана с тем, что при создании и восприятии снимков происходит активизация разных сенсорных систем – прежде всего зрения, кинестетики и тактильной чувствительности. Фотографируя, человек вступает в активные отношения с миром. Выбирая объекты для съемки и производя ее, ему порой приходится прилагать немалые усилия для мобилизации своих чувств, воли и изобретательности. Этим обусловлена мобилизующая функция фотографии.

4. Фотосъемка, последующее восприятие фотографий и их художественное оформление связаны с координацией разных сенсорных систем, с появлением разнообразных ассоциаций: вначале – с объектом съемки, а затем – с готовым образом. При этом могут оживать воспоминания, стимулироваться творческое воображение, формироваться новые представления. И, конечно же, фотосъемка немыслима без способности человека осуществлять свой выбор и определенным образом «встраивать» объект восприятия в систему личных значений, соотносить его со своими потребностями и опытом. Все это составляет еще одну – организующую (интегрирующую) функцию фотографии.

5. Объективирующая функция в определенной степени связана с фокусирующей/актуализирующей функцией и заключается в способности фотографии делать зримыми переживания и личностные проявления человека, отражающиеся в его внешнем облике и поступках. Благодаря объективирующей функции фотографии человек может лучше осознать свою принадлежность к определенной социальной группе (профессиональной, культурной, национальной и т. д.). В этом случае она будет отражать его значимые отношения с людьми и предметами – то есть основу его самоидентификации. Человек может понять, в какой степени его мимика и поза, прическа, одежда, а также интерьер, его собеседники в кадре и т. д. связаны с его чувством культурного, гендерного или профессионального «Я» и потребностями в его изменении.

6. Фотография также позволяет увидеть и осознать эти изменения, равно как и те метаморфозы, которые происходят с ним вследствие тех или иных событий или психотерапевтической работы. Таким образом, отражение динамики внешних и внутренних изменений – еще одна важная психологическая функция фотографии. Данная функция проявляется в том случае, если имеется достаточное количество снимков, позволяющих провести ретроспективный анализ определенных этапов жизни человека и увидеть, насколько его внешность, поведение и окружающая среда различаются в разные моменты времени.

7. Смыслообразующая функция фотографии заключается в ее способности помогать человеку увидеть смысл поступков и переживаний – как своих собственных, так и других людей. В повседневной жизни мы часто действуем и реагируем неосознанно либо приписываем поступкам и переживаниям определенный, как нам кажется, очевидный смысл. Фотография же позволяет «остановить мгновение» и сфокусироваться на нем, что в обыденной жизни многим людям недоступно. Она также обеспечивает необходимую для саморефлексии отстраненность, благодаря чему человек может увидеть свои переживания и поступки в новом свете и постичь их иное, зачастую более глубокое либо альтернативное содержание. Происходит переосмысление опыта и установление смысловых связей между событиями и различными элементами внутреннего мира. Применительно к фототерапии это может, в частности, означать осознание клиентом причин появления у него тех или иных проблем в межличностных отношениях, а также особенностей своего развития и потребностей. Если говорить не только о восприятии, но и о создании снимков, смыслообразующая функция фотографии в определенной мере состоит в выборе объектов, времени и контекста съемки, благодаря чему осуществляется «селекция» наиболее значимого материала и его содержа-

тельная переработка. Выступая в этой функции, фотография нередко позволяет обозначить «истину» бытия, переживаний и человеческих отношений.

8. Деконструирующая функция фотографии дополняет ее смыслообразующую функцию: она помогает человеку осознать, что тот смысл, который он приписывает своим поступкам и переживаниям, а также действиям и переживаниям других людей, не является объективной данностью: он привнесен в его сознание и бессознательное в процессе социализации. С точки зрения представлений постмодерна, смыслы наших поступков и переживаний представляют собой «конструкты» – порождения различных языковых и неязыковых знаковых систем, которыми мы пользуемся на разных этапах своей жизни. Культура и социум учат нас приписывать нашим чувствам и действиям вполне определенный смысл, хотя они, в принципе, могут иметь неограниченное множество иных значений. Такое приписывание чувствам и действиям определенного смысла, как правило, носит адаптивный характер, хотя в некоторых случаях может быть причиной более или менее выраженной дезадаптации. Последнее особенно вероятно в том случае, если само общество и его культура являются инструментами насилия или контроля одних групп населения над другими. При этом те группы населения, которые занимают в нем привилегированное положение, в том числе за счет ущемления интересов других групп, будут вольно или невольно стремиться использовать разные знаковые системы (включая кино, изобразительное искусство, музыку, телевидение, прессу и другие медиа-средства) для того, чтобы утвердить в обществе ту систему значений, которая служила бы сохранению сложившегося порядка вещей. Однако, поскольку данная система значений призвана поддерживать неравноправие, она будет в той или иной мере искажать реальный смысл человеческих отношений и переживаний, а также выступать одним из факторов патогенизации. В таких условиях одной из задач фототерапии может быть «освобождение» человека от ложных, «сконструированных» значений и формирование новой системы значений, более достоверно отражающих внутреннюю и внешнюю реальность. Так, в результате фототерапии женщина может прийти к осознанию того, что ее гендерные предпочтения, например, использование макияжа, одежды определенного типа, выражение лица и т. д. не являются ни «природно заданными», ни отвечающими ее реальным потребностям.

9. Функции рефрейминга и реорганизации тесно связаны с предыдущей функцией. Слово «рефрейминг» в переводе с английского означает «помещение в иную рамку», этим понятием обозначают включение объекта (каковыми могут также являться поступки, чувства и мысли человека) в иной контекст восприятия, что приводит к изменению его смысла. В случае фотографии это может быть, в частности, применение фотоколлажа или фотомонтажа, позволяющих соединить определенный визуальный образ (например, изображение человека) с тем материалом, который на оригинальном снимке отсутствовал. При этом человек может увидеть свои чувства и поступки в совершенно новом свете. Так, например, молодой человек может увидеть себя героем киносериала или перенестись в прошлое и оказаться на одном корабле с первооткрывателями Америки.

10. Контейнирующая (удерживающая) функция состоит в том, что фотография может «удерживать» чувства от их бессознательного отреагирования в реальности. Данная функция обусловлена тем, что фотографические образы часто выступают в качестве инструментов символической экспрессии, которые, как это следует из психодинамических представлений, служат «канализации» психической энергии и ее трансформации в более высокоорганизованные психические проявления. На этом, в частности, основана идея о сублимации.

11. Экспрессивно-катарсическая функция фотографии реализуется как через восприятие готовых снимков, так и через их создание. Повторное, иногда более глубокое переживание чувств и их вербальное и невербальное выражение во время просмотра фотогра-

фий, особенно если оно происходит в присутствии достаточно эмпатичных и понимающих собеседников, способно приводить к эмоциональному «очищению» и освобождению от тягостных переживаний. Что же касается создания снимков, то экспрессивно-катарсическая функция фотографии отчасти связана с тем, что фотографические образы могут не только «рассказывать» о чувствах, но и «воплощать» их. Последнее основано на феноменах проекции и проективной идентификации, когда субъект в результате идентификации с объектом восприятия (каковым может быть растение, животное, неодушевленный предмет или другой человек) «переносит» на него свои собственные переживания либо начинает переживать то же, что и объект. Если при создании снимков человек находится в кадре, экспрессивно-катарсическая функция фотографии осуществляется за счет выражения чувств посредством жестыкуляции, позы, мимики, костюма. Дополнительные возможности для выражения чувств дает использование музыки, различных аксессуаров, а также сама среда, в которой проводится съемка. При этом большое значение может иметь сам процесс съемки и подготовка к нему: порой в течение довольно продолжительного времени человек может входить в определенное состояние и переживать его в присутствии окружающих, что обеспечивает заметный катарсический эффект.

12. Защитная функция фотографии, отчасти смыкающаяся с ее контейнирующей и обескураживающей функциями, связана с ее способностью обеспечивать дистанцирование от травматичных и малопонятных переживаний, а также определенный контроль над ними. Так, например, человек может какое-то время скрывать от близких некоторые из своих фотографий, если их демонстрация и обсуждение для него психологически небезопасны. При этом он может ощущать, что именно он, и никто другой, определяет момент, когда снимки могут быть показаны. Возможность контролировать ситуацию и свои эмоции очень важна для достижения чувства психологической безопасности и, в конечном итоге, может помочь ему решиться на показ фотографий.

Фактор психотерапевтических и групповых отношений

Как было отмечено выше, в отличие от самостоятельных занятий творческой фотографией, сопровождающихся определенными исцеляющими и развивающими эффектами, фототерапия обязательно включает в себя общение со специалистом (психологом, врачом-психотерапевтом). Выражение различных содержаний психики клиента (чувств, воспоминаний, фантазий и т. д.) в присутствии специалиста является основой для психологических изменений.

Поскольку в психотерапии искусством проективно-символическая коммуникация имеет особое значение, специалист не только напрямую общается с клиентом, помогая ему словесно выражать свои переживания и обеспечивая его эмоциональную поддержку, но и выступает в качестве посредника в «диалоге» клиента с той продукцией, которую он создает. Таким образом, психотерапевтические отношения опосредованы изобразительной деятельностью клиента.

В настоящее время считается, что фактор психотерапевтических отношений является одним из наиболее значимых для достижения лечебно-коррекционных эффектов, независимо от конкретной модели или формы психотерапии. Применительно к занятиям фототерапией фактор психотерапевтических отношений связан, прежде всего, со следующими функциями специалиста:

- а) созданием атмосферы высокой терпимости и безопасности, необходимой для свободного выражения клиентом содержаний своего внутреннего мира – как в художественной работе, так и иных творческих проявлениях;

б) организацией деятельности клиента, осуществляемой путем формирования определенной системы правил его поведения, фокусировки его внимания на творческой работе, собственных чувствах и потребностях, предложения клиенту определенных способов работы и т.д.;

в) установлением с клиентом эмоционального резонанса (раппорта), необходимого для взаимного обмена чувствами, образами и идеями;

г) использованием различных специальных приемов (внушение, совет, интерпретация и др.), помогающих клиенту осознать причины его проблем, а также его потребности и переживания.

Начиная с психоанализа, в зарубежной психотерапевтической практике психотерапевтические отношения рассматриваются через представления о переносе и контрпереносе. Как известно, эти понятия обозначают как неосознаваемые, так и частично осознаваемые реакции клиента, возникающие у него в присутствии психотерапевта, а также аналогичные реакции психотерапевта, возникающие в присутствии клиента. Современное толкование этих понятий предполагает признание того, что отношения клиента и психотерапевта являются живым диалогом двух личностей, в котором проявляется все многообразие их человеческих качеств. Перенос и контрперенос представляют собой взаимосвязанные реакции, развивающиеся во времени с определенной последовательностью, зависящей от глубины взаимодействия клиента и психотерапевта.

Если в ходе психотерапевтических встреч клиент создает ту или иную творческую продукцию, например, фотографии, то эта продукция становится частью «психотерапевтического пространства» – то есть той среды, в которой формируются и развиваются психотерапевтические отношения. Эта продукция также приобретает особую значимость как дополнительный фактор переноса и контрпереноса. Она также становится специфическим объектом для проекции переживаний клиента, с одной стороны, и проективной идентификации психотерапевта с переживаниями клиента, с другой стороны.

Можно предположить, что визуальные, в том числе фотографические, образы способны благодаря феноменам проекции и проективной идентификации «накапливать» и «удерживать» в себе чувства клиента и психотерапевта, возникающие в переносе и контрпереносе, и способствовать тем самым их постепенному осознанию.

Особое игровое пространство, столь характерное для психотерапии искусством, воссоздает среду «первичной материнской заботы», в которой изобразительные материалы выступают в качестве «переходных объектов» (Д. Винникотт). Поскольку такие формы терапии предполагают общение между клиентом и психотерапевтом в основном на невербальном уровне (по крайней мере, на некоторых этапах их совместной работы), это может способствовать проявлению переживаний клиента, связанных с его ранними отношениями.

Однако природу психотерапевтических отношений следует рассматривать не только с точки зрения психодинамического подхода, в рамках которого, как известно, основное внимание обращается на ранние отношения клиента. Очевидно, что клиент и специалист привносят в психотерапевтические отношения опыт не только детства, но и других этапов своей социализации и отношений с широким кругом лиц. Использование социальной теории позволяет лучше понять, как социальный опыт клиента и психотерапевта влияет на их отношения и динамику психотерапевтического процесса. Психотерапевтические отношения не являются «закрытым» для влияний извне, они выступают в качестве составной части мира социальных отношений. Соответственно, и создаваемая клиентом творческая продукция также может являться средством их отражения и «переработки».

Здесь было бы уместно процитировать Бергер, отмечающую, что «задача... фотографии состоит во включении человека в социальный и политический контекст; личное отнюдь не должно подменять социально-политическое бытие и вести к атрофии тех качеств, которые

с ним связаны... Фотография должна стать основой для конструирования общей системы, включающей личные, политические, экономические, драматические, повседневные и исторические связи» (Berger, 1980, p. 58, 63).

Творческая продукция клиента, появляющаяся в процессе психотерапии, является результатом его взаимодействия как с психотерапевтом, так и с обществом, которому присуще многообразие культурных «текстов» (визуальных и лингвистических дискурсов). При этом культурные тексты являются не только средством передачи чувств клиента, его потребностей и того смысла, который он в них вкладывает, но и инструментом создания новых смыслов и новой «реальности». С помощью фото-средств клиент может создавать множество «виртуальных» реальностей: «Затрагивая различные формы знания, отражения и репрезентаций, фотография становится инструментом общения. Поскольку цитирования неизбежны, наиболее значимым становится то, каким образом осуществляется выбор материала. На выбор же оказывает влияние борьба дискурсов и политика репрезентации» (Мартин, 2002, с. 213).

Опирающийся на фотодокументы анализ реального положения клиента как представителя определенной социальной группы может стать важной частью процесса фототерапии. При этом специалист должен стремиться в деталях исследовать актуальные микро- и макросоциальные, а также культурные условия жизни клиента, а не ограничиваться исследованием его раннего детского опыта либо анализом групповой динамики.

Некоторые авторы, использующие элементы социальных теорий, обращают внимание на то, что отношения клиента и психотерапевта, являясь частью более широких социальных отношений, могут воспроизводить привычные паттерны власти и контроля: «Что касается арт-терапии, – отмечает Э. Келиш, – то вряд ли можно себе представить лечебную практику свободной от влияния системы власти и подчинения, связанной с мужским доминированием. С этой точки зрения может быть целесообразным изучение статуса женщин-специалистов и клиентов и того, какое распределение властных функций имеет место в лечебной практике. С учетом того, что арт-терапия является такой сферой деятельности, в которой доминируют женщины, имеет смысл изучить, как это влияет на сложившуюся систему профессиональной подготовки арт-терапевтов и используемые стратегии лечения» (Келиш, 2002, с. 21–22).

Не случайно М. Барби, обсуждая применение фотографии в психотерапии, отмечает, что специалист должен делить с клиентом свои власть и авторитет, отказываясь от традиционного для многих врачей контроля над ситуацией и занимая такую позицию, при которой он выступает партнером клиента, помогающим ему исследовать значения фотографических образов и ни в коей мере не навязывающего ему своих интерпретаций.

Если специалист придерживается такой позиции, при использовании фотографических техник он стремится изучить, как клиент воспринимает окружающий мир; свое общение с клиентом он строит с учетом особенностей его восприятия и верований. Таким образом, уважая опыт клиента и его способы описания этого опыта, психотерапевт включается в целостную систему значений клиента и помогает ему реализовать те способы решения проблем, которые для него наиболее приемлемы (Riley, 1999).

Психотерапевтические отношения невозможно рассматривать в отрыве от той системы этических норм и установок, которая их регулирует и является одним из условий создания «безопасного психотерапевтического пространства». Этические кодексы, действующие в настоящее время в среде психотерапевтов и специалистов в области психотерапии искусством, не допускают дискриминации клиентов по признаку их расовой, классовой, культурной, половой принадлежности, их семейного положения, физического или психического статуса, вероисповедания, сексуальной ориентации и возраста (пункт 1.3 Этического кодекса Британской ассоциации арт-терапевтов). Кодексы также призывают специалистов

строго соблюдать конфиденциальность в отношениях с клиентом (пункт 1.7 того же документа), что распространяется и на используемые клиентом фотодокументы.

Нельзя не признать, что условия групповой психотерапии и фототерапии в частности существенно отличаются от условий индивидуальной психотерапии тем, что члены группы взаимодействуют не только с психотерапевтом, но и друг с другом. Они также взаимодействуют с творческой продукцией – как своей собственной, так и других участников. Поэтому в группе фактор психотерапевтических отношений имеет относительно меньшую значимость, чем в индивидуальной терапии. В то же время особое значение приобретает фактор групповых отношений.

В настоящее время признается, что форма психотерапевтической группы может в той или иной мере влиять на поведение ее членов и их отношения друг с другом и ведущим. В одних случаях, например, при использовании социально-конструкционистского подхода, когда в центре внимания группы находятся текущие социальные роли и культурные влияния ее членов, фотодокументы могут служить проявлению тех чувств и потребностей, которые связаны с гендерными, профессиональными или политическими отношениями.

В условиях же психодинамической группы более вероятно, что поведение и переживания участников нередко будут отражать отношения с родителями или сиблингами, а фотодокументы будут служить при этом материалом для исследования ранних проекций и стимулировать проективную идентификацию участников с переживаниями друг друга.

Фактор интерпретации и вербальной обратной связи. Способы обсуждения фотографий

Интерпретация и вербальная обратная связь являются третьим важнейшим фактором психотерапевтического воздействия фотографии, который может проявляться как в индивидуальной, так и в групповой работе. Роль этого фактора может быть различна, в зависимости от особенностей участников группы, в том числе их способности давать комментарии к фотоснимкам и иной продукции, описывать свои чувства и мысли словами, а также от тех подходов и моделей работы, которых придерживается специалист. Конкретные формы обсуждения фотографий также могут различаться. Как бы то ни было, основная задача обсуждения заключается в том, чтобы помочь клиенту или участникам группы в понимании их внутреннего мира – чувств, потребностей, внутренних конфликтов и т. д.

Интерпретацию и вербальную обратную связь можно отнести к «интервенциям, направленным на смыслообразование» (Болл, 2000).

Интерпретация и вербальная обратная связь неотделимы от психотерапевтических и групповых отношений и реализуются лишь при условии их установления и развития. В то же время рефлексия и осознание клиентом или участниками группы содержания своего внутреннего мира и фотографической продукции в какой-то мере возможны и вне этих отношений. Это происходит в силу постепенного проявления у них способности к ведению «внутреннего диалога» и конструированию художественных описаний, а также иным видам творческой работы, которую они иногда могут выполнять за рамками занятий.

Можно говорить о том, что интерпретация и вербальная обратная связь в значительной мере строятся на базе проективно-символической коммуникации, имеющей определяющий характер в психотерапии искусством и арт-терапии. Именно визуальные образы являются основой для последующего обсуждения и использования специальных приемов вербальной обратной связи, включающих интерпретацию, исследование ассоциативного ряда клиента, создание нарративов и т. д.

Одним из несомненных достоинств фотографии следует признать то, что во многих случаях она облегчает проведение обсуждений, стимулирует клиента к рассказу о своих чув-

ствах и описанию ситуаций прошлого и настоящего. Фотоснимки обеспечивают наглядность биографического материала, конкретизируют обстоятельства жизни и отношения клиента с окружающими. Они также обеспечивают детализацию, необходимую для психотерапевтического процесса, позволяя прояснить важные нюансы жизни клиента.

Если при общении клиента с психотерапевтом присутствуют фотоснимки, пациенту сложнее уклониться от рассказа о тех чувствах и обстоятельствах, к которым он относится неоднозначно. Наличие фотографий нередко позволяет ослабить или «обойти» психологические защиты клиента, а также увидеть, когда клиент начинает искажать реальные события под их воздействием.

Фотографии могут выступать в качестве триггеров, «пусковых стимулов», пробуждающих определенные чувства или потребности клиента, и тем самым способствовать его самораскрытию.

Кроме того, при описании фотографий клиент может прийти к новому восприятию запечатленных на них событий, представить себе другие варианты их развития, критически оценить характерные для себя схемы мышления и обозначить поведенческие альтернативы. М. Барби (см. статью в данном сборнике) пишет о трех стратегиях исследования, используемых им при психотерапевтическом обсуждении фотографий, – проясняющей, раскрывающей и трансформативной.

Степень обстоятельности и глубина обсуждения фотографий могут быть различны. В одних случаях клиент может показать свою работу и ограничиться всего лишь несколькими словами. В других случаях клиент может говорить подолгу.

Психотерапевт может по-разному стимулировать клиента к рассказу. Он может, например, сказать клиенту: «Расскажи о фотографии все, что считаешь нужным». Он также может использовать для этого закрытые, полуоткрытые или открытые вопросы. Закрытые вопросы предполагают наличие ограниченного набора ответов, таких как «да» или «нет», «нравится» или «не нравится». Полуоткрытые вопросы позволяют клиенту говорить более обстоятельно и, в случае необходимости, проговаривать свои варианты ответов либо развивать или корректировать варианты, предложенные психотерапевтом.

Открытые же вопросы дают клиенту неограниченную свободу выбора способов описания фотоматериала и самого содержания рассказа. Примером такого вопроса может быть обращение специалиста к клиенту со словами: «Что ты можешь сказать про этот снимок?». Полуоткрытым же будет вопрос: «Какие чувства вызывает у тебя эта фотография?»

Вопросы, задаваемые психотерапевтом, обычно направлены на то, чтобы дать клиенту возможность рассказать о ней все, что он считает возможным; прокомментировать различные элементы фотографии или созданной на ее основе работы; привести свои ассоциации, а также рассказать о том, как фотография или работа связаны с его жизненной ситуацией.

Обстоятельность рассказа о фотографии, проявляемая, в частности, в разнообразии ассоциаций и широте охвата относящейся к ней информации, имеет большое значение не только для проверки диагностических гипотез, но и для достижения психотерапевтического эффекта. Словесное описание чувств и обстоятельств нередко помогает пережить катарсис, упорядочить представления и достичь инсайта. Однако следует учесть, что каждому клиенту присущи индивидуальный темп работы, а также разная степень готовности к обстоятельному рассказу и установлению ассоциативных связей. Вполне возможно, что дополнения к рассказу о фотоснимке будут возникать у клиента постепенно, и психотерапевту не следует его торопить, пытаясь «вытянуть» из него ассоциации и признания.

При проведении обсуждений психотерапевт нередко задает вопросы, направленные на проверку своих гипотез, касающихся проблем клиента, ведущих факторов и механизмов их появления, его отношения к окружающим и самому себе и т. д. Специалист должен обращать особое внимание на то, как фотографии клиента (например, его биографи-

ческий фотоматериал) отражают историю *психосоциогенеза* (то есть причинные факторы и механизмы возникновения и развития) проблем или заболевания клиента. В частности, он может зафиксировать определенные нарушения в ранних семейных отношениях, длительно сохраняющиеся негативные психогенные факторы и т. д. Столь же важно обращать внимание на отраженные в фотографиях *внешние и внутренние ресурсы, а также компенсаторные механизмы личности* клиента, помогающие ему справляться со сложными ситуациями или с болезнью. По фотографии могут выявляться такие ресурсы, как здоровые интересы и увлечения клиента, моменты его жизни, наполненные творческой активностью и ощущением радости от деятельности и отношений, и т. д.

Когда проводится работа с готовыми фотографиями (например, фотографиями из семейного альбома), которые клиент выбрал из большого числа снимков, всегда имеет смысл спросить его, почему он принес именно эти фотографии, почему не выбрал другие. Это позволяет лучше прояснить систему отношений клиента, понять, на каких снимках он сам себе нравится, а на каких – нет; общение с какими людьми он предпочитает продемонстрировать, а общение с какими – скрыть и т. д.

Помимо вопроса о том, какие чувства вызывает у клиента та или иная фотография, специалист может поинтересоваться ощущениями клиента по поводу отдельных деталей фотоснимка – людей, предметов и элементов окружающей среды, ситуаций и т. д.

Обсуждению также подлежит то, что на фотографии не видно: что предшествовало изображенной на снимке ситуации, что за ней последовало, какие еще варианты развития событий были возможны, особенно если бы клиент повел себя по-другому, и т. д.

Нередко можно получить много важного в психотерапевтическом плане материала, спросив клиента, кто производил съемку и в каких отношениях с этим человеком клиент находился и находится. Это полезно делать, например, при обсуждении фотографий, отражающих семейные или профессиональные отношения. Таким образом часто удается прояснить роли клиента в этих отношениях и то, насколько они ему приятны или неприятны. И в случае, если съемку производил сам клиент, и если его снимал кто-то другой, можно спросить, кто еще присутствовал при этом, как этот человек (эти люди) вел себя в той ситуации, в каких отношениях он находился с клиентом.

Ответы на дополнительные вопросы, связанные с обсуждением биографических фотоматериалов, также могут иногда быть очень информативны. Например, терапевт может спросить: «Часто ли тебя фотографировали (в детстве, в подростковом возрасте и т. д.)?» Если выясняется, что в определенные моменты жизни клиента его фотографировали (или он сам фотографировался) чаще, или, наоборот, реже, то следует выяснить, с чем это могло быть связано. Однако не следует рассчитывать, что прямой вопрос подобного рода окажется конструктивен. Лучше предложить клиенту подробнее рассказать о соответствующем периоде его жизни, состоянии в тот момент и т. д.

Нередко при попытке клиента выбрать фотографии для последующего обсуждения проявляются его защиты. Очевидно, что в некоторых обстоятельствах (например, при работе в группе, которой клиент не доверяет) клиент будет бояться показывать фотографии, отражающие его слабости или недостатки либо способные вызвать у него неприятные чувства. Иногда для того, чтобы стимулировать клиента к раскрытию, специалист может предложить ему отобрать неприятные для него снимки и, если он будет все же готов их обсудить, принести их на следующую встречу. Хотя подобная «провокация» может быть весьма полезна, все же следует учитывать реакции клиента на такое предложение. Работа с психологически «сложным» материалом может помочь прояснить, в каком направлении клиент хотел бы измениться или что в своей жизни и отношениях он хотел бы изменить. Такая работа также позволяет клиенту осознать свои потребности, латентные роли и свойства личности, а также понять, что во внутреннем или во внешнем мире мешает ему измениться.

В некоторых случаях отбор готовых снимков для предстоящего обсуждения может определяться запросом или проблемой клиента. Так, например, если у подростка присутствует сложное отношение к собственной внешности, можно предложить ему принести на следующую встречу те фотографии, на которых он себе нравится или не нравится, добавив, что уже в ходе предстоящей встречи он сможет решить, показывать те фотографии, на которых он себе не нравится, или нет. Осознание этого права сделает для него ситуацию более психологически безопасной и даст ощущение контроля над сложными чувствами по поводу своей внешности.

При обсуждении фотографий психотерапевт может прибегать к интерпретациям. В интерпретацию входят обозначение специалистом скрытого смысла действий, высказываний или определенных психических феноменов клиента (мыслей, чувств, фантазий), а также объяснение природы или механизмов возникновения имеющихся у него проблем. В ситуациях, когда в ходе психотерапии клиент предъявляет какой-либо визуальный материал (рисунки, фотографии), интерпретация может включать комментарии специалиста по поводу скрытого значения образов: какие внутренние конфликты, потребности, тенденции развития, особенности мышления, установки и т. д. данный визуальный материал отражает. Однако следует отметить, что большинство современных специалистов, работающих с визуальным материалом (в том числе арт-терапевтов), в общении с клиентом используют так называемые «постпозитивистские» интерпретации (Rubovitz-Seit, 1998), характеризующиеся гипотетичностью и множественностью значений и направленные на то, чтобы стимулировать клиента к диалогу и внутренней работе.

Обсуждая фотографии с клиентом, специалист может произвольно переводить фокус его внимания с одного «измерения» (Рутан, Стоун, 2002) на другое, например, с прошлого на настоящее, с внешних отношений клиента на отношения с психотерапевтом или участниками группы, с его чувств – на значения действий или событий. Позиция психотерапевта в плане его активности (директивности) и пассивности (недирективности), открытости и закрытости, поощрения клиента и его фрустрации также может варьироваться в широком диапазоне. Активность психотерапевта при обсуждении фотографий может проявляться в его стремлении «вести» клиента, задавая ему вопросы, предлагая выполнить те или иные действия (например, уничтожить фотографию, которая клиента фрустрирует), а также в его попытках интерпретировать действия клиента, давать ему советы, прибегать к убеждению и пр. Специалист, занявший недирективную позицию, будет «следовать» за клиентом, поддерживать его инициативы и даже «присоединяться» к его дискурсу, используя те же значения и способы описания опыта, которые задействует клиент.

Открытость психотерапевта может проявляться в описании им чувств и ассоциаций, вызванных у него фотоматериалом клиента. Это может способствовать установлению и поддержанию эмоционального резонанса и активизации психотерапевтического «диалога», хотя основное внимание все же должно уделяться тому, чтобы помочь клиенту как можно полнее выразить свои ассоциации и чувства.

Поддержка клиента при обсуждении фотографий может быть связана, например, с акцентированием внимания на его положительных качествах и достижениях, в то время как фрустрация – с преимущественным вниманием к его сложным чувствам, проблемам или недостаткам.

При работе с группой обсуждение фотографий обычно протекает не в форме диалога клиента и психотерапевта, а в форме представления фотоснимков, сопровождаемого комментариями и групповыми дискуссиями. При этом ведущий выполняет следующие функции:

- предлагает те или иные темы для обсуждения или помогает членам группы их выбрать;

- организует обсуждения, определяя порядок и регламент обмена мнениями;
- предлагает, в случае необходимости, собственные интерпретации и комментарии по поводу фотографической или иной творческой продукции членов группы, их поведения и высказываний;
- дает свои оценки внутригрупповым отношениям или предлагает членам группы сделать это самим;
- предоставляет участникам группы разнообразную информацию, помогает им расширить диапазон возможностей описания своего опыта.

В одних случаях возможность высказаться может быть предоставлена каждому, в других случаях внимание фокусируется на одном или нескольких участниках и их визуальном материале. Иногда на обсуждение выносятся процесс групповой работы, то, что было создано или являлось предметом деятельности в определенный период времени. Каждый член группы делится своими впечатлениями относительно проделанной работы, атмосферы в группе, своих отношений с ее членами и психотерапевтом, а также изменений, происходящих в его жизни и состоянии.

Когда один из членов группы рассказывает о фотоснимках или созданных на их основе работах, остальные, как правило, воздерживаются от каких-либо комментариев и оценок, но могут задавать автору вопросы. Это же касается и ведущего. Иногда, при обоюдном согласии, члены группы могут перейти к более подробному обсуждению работ друг друга с высказыванием своих впечатлений, мыслей и ассоциаций. Этот этап сессии может быть дополнен комментариями и суждениями ведущего. Как правило, он избегает оценок и прямых интерпретаций, поскольку это может усилить зависимость членов группы от него и препятствовать их самостоятельности. В то же время степень активности психотерапевта при проведении обсуждений зависит от состава группы и задач работы.

В некоторых случаях обсуждение работ и группового процесса может переходить в развернутые дискуссии, особенно если в ходе беседы будут выявлены общие для членов группы темы или проблемы. В таких дискуссиях роль ведущего состоит в их организации и поддержании общих для всех участников правил, особенно если в ходе обмена мнениями между отдельными членами группы возникают конфликты. Кроме того, иногда он может выступать в роли «эксперта», высказывая свое мнение, сообщая членам группы новую информацию по тому или иному вопросу и т. д.

Особо следует отметить эффективность использования *нарративного* подхода при обсуждении фотографий. Под нарративом в современной психотерапевтической практике понимают применение форм работы, предполагающих создание клиентом его собственного способа описания своего жизненного опыта и имеющихся проблем. Иными словами, клиент применяет или создает собственный дискурс. В отличие от традиционной модели клинического или психотерапевтического интервью, специалист не навязывает клиенту своего профессионального дискурса, а присоединяется к дискурсу клиента, то есть фактически начинает говорить на его «языке».

Нарративный подход тесно связан с постмодернистским пониманием дискурса как такого способа визуальной и вербальной коммуникации, которому присуща система значений, тесно связанная с культурными и социальными условиями жизни людей.

В практической работе психотерапевта или психолога нарративный подход может реализовываться через создание клиентом своей личной «истории» (хотя при этом могут создаваться и «истории» о других, например, воображаемых персонажах). Такие истории создают у клиента ощущение полноты бытия, а также позволяют психотерапевту проникнуть в мировосприятие клиента и увидеть связь его личной истории с культурным контекстом.

Особое значение в рамках нарративного подхода придается возможности рефрейминга и изменений, то есть фактическому «переписыванию» личной истории, что влечет за собой переход клиента к новой системе значений и новым способам описания своего опыта.

Таким образом, использование нарративных методов обеспечивает психологическую целостность клиента, а во многих случаях – изменение и развитие его образа «я». При этом следует учитывать, что в рамках нарративного подхода психологическая идентичность клиента рассматривается и как реальный, исторический феномен, и как конструкт (Leiblich et al., 1998). Идентичность формируется не только посредством интеграции личного опыта, но и благодаря использованию тех «строительных блоков», которые предоставляет культура.

На основании вышесказанного можно сделать вывод о том, сколь важно при обсуждении фотоматериала стимулировать клиента к использованию тех способов описания своего опыта (дискурсов), которые представляются ему наиболее естественными и близкими. Иногда психотерапевт может предлагать клиенту выполнить специальные задания, такие, как художественные описания, составление подписей к фотографиям или фотоплакатам, ведение дневников, иллюстрируемых фотографиями, и т. д.

Как при использовании готовых фотографий, так и при активном создании клиентом или участниками группы какого-либо визуального материала психотерапевт может попросить их взять этот материал домой и подобрать к нему тот или иной текст из художественной, философской литературы, поэтических сборников и т. д.

Специалист, использующий нарративный подход, вряд ли будет самостоятельно определять темы для работы клиента или группы, но будет создавать для нее такие условия, чтобы участники могли интуитивно или осмысленно определить для себя ведущие темы. Он также должен определить, что именно клиент может делать лучше, чем кто-либо другой, на какие элементы внешнего или внутреннего мира следует направить внимание в ходе психотерапии, что будет составлять основной предмет его съемки и каково будет ее значение.

Завершая характеристику различных стратегий обсуждения фотографий в психотерапии, хотелось бы подчеркнуть, что выбор стратегии может определяться следующими факторами:

1. Целями и задачами индивидуальной или групповой психотерапии, ее общей продолжительностью (так, при решении психокоррекционных задач и при проведении развивающих занятий способы обсуждения фотоснимков будут отличаться).

2. Этапом психотерапии (так, на начальном этапе работы фотоматериал может использоваться для сбора первичной информации о клиенте, прояснения его проблем и запроса, «знакомства» с ним и установления раппорта, сближения участников группы и т. д.).

3. Индивидуальными характеристиками клиента или участников группы (в частности, степенью их активности и самостоятельности, способностью и желанием комментировать фотографии и удерживать свое внимание на визуальном материале и т. д.).

4. Общей продолжительностью занятия.

5. Теоретической моделью, лежащей в основе работы, и видом вмешательства (так, при обсуждении фотографии в рамках индивидуальной аналитической терапии неизбежно будут затрагиваться темы прошлого и ранних отношений, а при использовании феминистского подхода специалист будет обращать особое внимание на исследование структуры и содержания гендерных отношений).

6. Индивидуальным «стилем» деятельности специалиста (один, в силу своего характера, может проявлять большую протективность

и директивность в отношениях с клиентом, другой – предпочитать партнерские отношения).

Варианты применения фотографии в психотерапии и тренинге

Возможно несколько вариантов включения фотографии в программы, имеющие лечебно-коррекционную, психопрофилактическую, реабилитационную или развивающую направленности.

1. Фотография может использоваться однократно или эпизодически, например, на тех этапах работы, когда у клиента или участников группы возникает желание ее применить. При этом они могут быть движимы простым любопытством, желанием получить новый творческий опыт, установить более тесный контакт с реальностью, несколько дистанцироваться от чувств, получить зримое подтверждение произошедших в них изменений, запечатлеть особенно значимые для них моменты работы или иными потребностями. Эти потребности могут иметь временный характер, и после всплеска интереса к фотографии клиент может перейти к использованию других средств и материалов. Специалист при этом должен постараться разобраться в том, каким потребностям клиента или группы отвечала фотография, и если окажется, что обращение к ней связано со значимыми тенденциями развития, он может более активно поддержать их интерес к этому виду работы.

2. При наличии у клиента или группы устойчивого интереса к использованию фотографии они могут применять ее регулярно на протяжении всего процесса работы. При этом специалист может либо предоставить им полную свободу действий и, следуя принципам недирективного подхода, обеспечить оптимальные условия для работы и стимулировать выражение чувств, либо предложить им определенные техники и упражнения, позволяющие организовать работу и сфокусироваться на решении конкретных задач.

3. Возможна организация специальных фототерапевтических групп, работающих в формате психотерапии или тренинга и применяющих фотографию в качестве основного рабочего инструмента.

В двух последних случаях допустимо и полезно дополнять фотографию иными материалами и средствами: это предоставляет клиентам дополнительные творческие возможности. За редким исключением, к каковым можно отнести группы с низкой динамикой (например, в силу особенностей их состава), ведущему следует быть готовым к тому, что потребности группы и ее отдельных членов будут меняться и у них будет появляться желание использовать, помимо фотографии, и другие материалы и средства. Я считаю, что в силу своей инструментальности и контролирующей роли фотография при определенных условиях может даже сдерживать групповую динамику или выражение чувств отдельных клиентов. В таких случаях предпочтение может быть отдано мягким изобразительным материалам, в том числе тем, которые предполагают прямой тактильный контакт и возможность более непосредственного и спонтанного выражения эмоций.

К недостаткам фотографии как психотерапевтического средства следует отнести отсроченность результатов съемки. После того, как съемка произведена, требуется определенное время на проявку пленки и печать фотографий. Если не использовать «Полароид» или цифровые камеры, готовые фотографии сложно получить в ходе того же занятия, на котором производилась съемка. В ряде случаев это может приводить к повышенному психическому напряжению и беспокойству, которые будет достаточно сложно контейнировать. Если у отдельных клиентов или группы в целом имеется склонность к бессознательному отреагированию аффектов и снижена способность к саморегуляции, психическое напряжение будет особенно высоким. В этих условиях применение пластичных материалов или более экспрессивных техник поможет отчасти снять напряжение и обеспечит релаксационный эффект.

В некоторых случаях отсроченность результатов съемки, напротив, производит позитивный терапевтический эффект. Если контейнирующая способность клиента или группы достаточна, перерыв будет способствовать инсайту и внутренней проработке материала между занятиями.

Таким образом, трудно однозначно определить заранее, насколько фотография «подойдет» тому или иному клиенту либо группе, будет ли она обеспечивать больший терапевтический или развивающий эффект, чем какой-либо иной инструмент или материал. Столь же непросто оценить, насколько долго клиент или группа сохранят свой интерес к фотографии. По нашему убеждению, эффективность фотографии в качестве лечебно-коррекционного и развивающего инструмента в значительной мере зависит от того, насколько она соответствует изменяющимся потребностям клиента или группы и условиям работы. Положительные результаты применения фотографии могут быть усилены благодаря умению специалиста определять эти потребности и быстро откликаться на них, варьировать техники и средства работы. Однако следует отметить, что многие клиенты и группы достаточно «мудры»: они интуитивно сами находят в арт-терапевтическом кабинете те материалы и средства, которые в наибольшей степени отвечают их потребностям в психическом росте и изменениях.

Но даже самым «мудрым» клиентам или группам необходимо знать оснащение и возможности арт-терапевтического кабинета. Они должны понимать, что в нем может быть место для фотографии, что они вправе не «замыкаться» на красках, мелках и глине, но прибегать к любым – на первый взгляд, даже самым экзотическим – материалам и средствам. Иногда клиент попросту не обладает элементарным знанием художественных средств и возможных вариантов их применения, поэтому специалисту по арт-терапии следует дать ему попробовать разные средства. Предложение воспользоваться фотоаппаратом или техникой фотоколлажа – даже в тех случаях, когда наиболее предпочтителен недирективный подход – является вполне допустимым.

Различные формы лечебно-коррекционного, здоровьесберегающего и развивающего применения фотографии можно классифицировать по составу участников: занятия могут быть индивидуальными или групповыми, а также проводиться с семьями. Кроме того, при занятиях в группе техники и упражнения могут быть рассчитаны на индивидуальную, парную, микрогрупповую или общегрупповую работу.

Одни варианты применения фотографии могут предполагать использование готовых снимков, другие – их создание в ходе занятий или между занятиями. И в том, и в другом случае работа может протекать относительно спонтанно с неограниченной свободой действий либо требовать более четкой постановки задач и использования конкретных техник, игр и упражнений. Так, при обсуждении готовых снимков участники группы могут фокусировать внимание лишь на определенных аспектах опыта, например, на том, в какой мере их детские фотографии отражают влияние семьи и культуры, а фотографии текущего периода их жизни – их гендерные предпочтения и роли. При создании фотографий в ходе занятий клиент или участники группы могут самостоятельно выбирать для себя тему и объекты для съемки либо ведущий группы предлагает им ту или иную тему, например, «Прекрасное и безобразное», «Любимые уголки города», «Мир взрослых и мир детей» и т. д. Эти темы могут определяться запросом клиента или группы и актуальной для них психологической проблематикой. В то же время их деятельность может быть достаточно эффективной и в том случае, если они будут работать «в обход» ведущих проблем, поскольку это обеспечит большую психологическую безопасность и возможность самораскрытия. Этот эффект во многом обусловлен «проективной» природой фотографии: выбирая для съемки и последующего обсуждения какой-либо объект, человек неосознанно «переносит» на него свои потребности и переживания.

В некоторых случаях с лечебно-коррекционной и развивающей целью бывает очень полезно провести съемку в той среде, которая выступает в качестве значимого внешнего ресурса. Так, например, съемка на природе сама по себе способна обеспечить сенсорную стимуляцию, вызвать положительные эмоции и эстетические переживания. Или же съемка может производиться в среде, чреватой социальной конфронтацией и появлением сложных чувств, что в определенных случаях также может быть весьма полезно, – например, такая съемка может помочь клиенту осознать природу своего социального поведения и установок, подготовить его к встрече с реальностью.

Варианты использования фотографии могут различаться в зависимости от того, какими еще формами творческой деятельности клиента или участников группы она дополняется. Так, изготовление снимков может сочетаться с созданием фотоколлажа или ассамбляжа, плаката или иллюстрированной фотографией «книжки» – то есть с изобразительной деятельностью. Также фотография может сопровождаться сочинением историй или «мини-сценариев» – то есть литературным творчеством.

Фотографирование может дополняться применением техник телесно-ориентированной и танцедвигательной терапии, когда, например, съемка производится в движении: это дает участникам группы возможность увидеть и осознать особенности своей телесной экспрессии. И, наконец, фотография может применяться в сочетании с элементами драматерапевтического подхода и предполагать ролевое перевоплощение, использование костюмов и грима и т. д. Различные варианты психотерапевтического использования фотографии представлены в таблице 1.

Таблица 1

Варианты психотерапевтического использования фотографии

Принципы классификации	Варианты применения
Частота применения	<ul style="list-style-type: none"> • Однократно или эпизодически, • более-менее регулярно на протяжении терапевтической или развивающей программы, • на каждом занятии
Кто участвует в занятиях?	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные занятия, • парные занятия (супружеская терапия или консультирование), • семейные занятия (включая детей), • групповые занятия
Кто участвует в выполнении упражнений?	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные упражнения, • парные упражнения, • микрогрупповые упражнения, • общегрупповые упражнения
Степень готовности фотоматериала	<ul style="list-style-type: none"> • Готовый, • создаваемый в ходе занятий, • создаваемый между занятиями
Степень организованности работы клиента или группы и директивности ведущего	<ul style="list-style-type: none"> • Неограниченная или весьма высокая свобода действий (клиенты самостоятельно выбирают темы для съемки и обсуждений), • «мягкое» структурирование действий (заранее оговариваются темы для съемки и обсуждений, а также условия и правила выполнения заданий, хотя имеются возможности выбора, например, за счет малой конкретности темы),

Принципы классификации	Варианты применения
	<ul style="list-style-type: none"> • «жесткое» структурирование действий (оговариваются темы и техники, а также условия и правила выполнения заданий; возможности выбора минимальны)
Тема для съемки и обсуждения	<ul style="list-style-type: none"> • Напрямую связана с запросом и ведущей проблематикой клиента или группы, • не имеет прямой связи с запросом и ведущей проблематикой
Сочетание с другими видами творческой деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • Другие виды творческой деятельности не используются, • дополнительно используются различные материалы и средства изобразительной деятельности, • в сочетании с созданием художественных описаний (рассказов, сказок, сценариев), • в сочетании с техниками телесно-ориентированной и танцевальной терапии, • в сочетании с техниками драматерапии, • в сочетании с техниками игровой психотерапии, • последовательное или одновременное сочетание с несколькими видами творческой деятельности
Условия проведения съемки	<ul style="list-style-type: none"> • в помещении (например, в арт-терапевтической студии), • за пределами помещения (на природе, в городе, в тех или иных учреждениях)

Применение фотографии в психотерапии искусством и арт-терапии

Психотерапия искусством (expressive arts therapies) предоставляет достаточно хорошо разработанную теоретическую и методическую базу для лечебно-коррекционного и развивающего использования фотографии. В настоящее время психотерапия искусством представлена четырьмя основными направлениями – арт-терапией, драматерапией, музыкотерапией и танцевально-двигательной терапией; в некоторых странах они признаны не только самостоятельными психотерапевтическими методами, но и отдельными профессиями.

Поскольку фотография связана с созданием визуальных образов, вполне логично было бы рассматривать ее как одну из форм изобразительного искусства и, соответственно, арт-терапии. Арт-терапия представляет собой систему лечебно-коррекционных и здоровьесберегающих воздействий, основанных на занятиях изобразительным творчеством. Как написано в информационном бюллетене Американской арт-терапевтической ассоциации,

«Арт-терапия – это профессия, связанная с использованием различных изобразительных материалов и созданием образов, процессом изобразительного творчества и реакциями пациента (клиента) на создаваемые им продукты творческой деятельности, отражающие особенности его психического развития, способности, личностные характеристики, интересы, проблемы и конфликты» (ААТА, 1998).

Термин «арт-терапия» начал использоваться в англоязычных странах примерно в 40-е годы XX века, им обозначались разные по форме и теоретическому обоснованию варианты лечебной и реабилитационной практики. Одни были инициированы художниками и осуществлялись преимущественно в студиях, организованных в крупных психиатрических и общесоматических больницах (например, художественная мастерская Адриана Хилла в Великобритании). Другие предполагали элементы психоаналитической трактовки изобразительной продукции пациентов и акцентировали внимание на их отношениях с аналитиком (работы Маргарет Наумбург в США).

Несмотря на тесную связь с лечебной практикой, в большинстве случаев арт-терапия имеет преимущественно психопрофилактическую, социализирующую и развивающую направленность. Отсюда – многочисленные попытки ее использования в образовательных учреждениях и в социальной работе. Арт-терапия часто является одним из элементов комплексного лечебно-коррекционного воздействия и предполагает тесный контакт между специалистами разного профиля (врачом, психологом, педагогом, социальным работником). В разных странах существуют различные нормы допуска к осуществлению арт-терапевтической практики. Там, где арт-терапия признана в качестве самостоятельной профессии, право оказывать арт-терапевтические услуги имеют лишь специалисты, получившие специальную подготовку. Подобная подготовка, как правило, рассчитана на несколько лет последиplomного образования. В Российской Федерации арт-терапия самостоятельной профессией не является и рассматривается как метод психотерапии, а потому может применяться, главным образом, врачами-психотерапевтами. Однако в случае, если арт-терапия не связана с лечением и выступает в качестве диагностического, коррекционного, развивающего или психопрофилактического приема, она может применяться и другими специалистами (психологом, педагогом).

Фотография в арт-терапевтической группе

Фотография как один из инструментов арт-терапии может применяться в работе не только с отдельными клиентами, но также с группами и семьями. В этом разделе мы обоснуем ее использование в работе с группами, руководствуясь при этом понятием групповой интерактивной арт-терапии. Название «групповая интерактивная арт-терапия» является собирательным определением, включающим в себя различные по форме, продолжительности и способам теоретического обоснования варианты работы с группами.

Феномен групповой интерактивной арт-терапии рассматривается в работах Д. Уоллер (Waller, 1993) и А. И. Копытина (Копытин, 2003а). Д. Уоллер дает этому понятию следующее определение:

«Модель групповой интерактивной арт-терапии основана на представлениях группового анализа, интерактивной (интерперсональной) групповой психотерапии, теории систем и арт-терапии. Это развивающаяся модель, теоретической основой которой выступают работы Фолькиса, Салливена и Ялома, а в последнее время также Агазарьян, Петерса и Астрахана, пытавшихся применить к групповой психотерапии системный подход. Групповая интерактивная арт-терапия базируется на фундаментальных принципах арт-терапии, к которым можно отнести представления о том, что создание визуального образа (или объекта) представляет собой важный аспект познавательной деятельности человека; что изобразительная деятельность (включая рисование, занятия живописью, работу с глиной, конструирование и т. д.) в присутствии психотерапевта позволяет клиенту актуализировать ранние вытесненные переживания, а также чувства, связанные с контекстом “здесь-и-сейчас”; что изобразительная продукция клиента может выступать в качестве вместилища сильных переживаний, выразить которые ему бывает непросто; и, наконец, что визуальный образ является средством коммуникации между психотерапевтом и клиентом... и может способствовать прояснению переноса в отношениях психотерапевта и клиента» (р. 3).

Применительно к арт-терапевтической группе понятие *интерактивности* обозначает, что одной из основных особенностей такой группы является взаимодействие между ее участниками. Хотя любая психотерапевтическая группа немыслима без такого взаимодействия, интерактивная арт-терапевтическая группа отличается от большинства психотерапевтических групп тем, что взаимодействие между ее участниками, помимо вербального общения и невербальной экспрессии с использованием «языка тела», осуществляется посредством визуальных образов¹.

Весьма примечательно, что развитие групповой арт-терапии во второй половине XX века протекало в основном в направлении реализации интерактивных возможностей изобразительной и иных форм творческой деятельности участников групп. В тех случаях, когда это соответствует возможностям участников, многие ведущие стремятся активизировать как прямое, так и опосредованное изобразительным творчеством взаимодействие между ними и создать условия для того, чтобы процесс и результаты их творческой деятельности использовались ими в качестве инструмента динамической коммуникации.

¹ Мультимодальная интерактивная арт-терапия может предполагать также использование музыкальной, танцевально-драматической форм творческого самовыражения, выступающих в качестве дополнительных средств коммуникации между участниками группы.

Мы считаем, что нет никаких препятствий для того, чтобы применять фотографию в деятельности арт-терапевтических групп, придерживаясь при этом тех принципов и способов их ведения, которые приняты в современной практике и которые мы попытаемся сейчас охарактеризовать.

1. Независимо от вида арт-терапевтической группы, задач и условий ее работы, а также теоретической модели, которой придерживается специалист, еще до начала работы он должен обратить внимание на **оснащение группы необходимыми средствами и организацию рабочего пространства**. Наряду с фотоаппаратами и пленкой в распоряжении участников группы должны быть разнообразные материалы и средства изобразительной работы (требования к организации арт-терапевтического кабинета и его оснащению различными материалами более подробно описаны в других моих работах; см.: Копытин, 1999, 2001а, 2002, 2003а). Оснащая кабинет этими материалами и средствами изобразительной работы, ведущий должен хорошо представлять себе их свойства и особенности воздействия на участников группы. При организации рабочего пространства ведущий также должен учесть, что оснащение кабинета зависит от формы групповой арт-терапии. Так, например, оснащение помещения для проведения студийных занятий будет отличаться от оснащения кабинета для работы с тематической группой. При применении фотографии в арт-терапии возможны ситуации, когда для проведения занятий используются временные или мало приспособленные для групповых арт-терапевтических занятий помещения, например, столовые, больницы, холлы, учебные классы. Если традиционные изобразительные материалы будут при этом применяться в ограниченном объеме либо не будут применяться вообще, можно не опасаться, что занятия приведут к загрязнению окружающего пространства; это позволит достаточно успешно работать с фотографией и в таких помещениях. В то же время ведущий должен учитывать, в какой мере работа группы во временном или малоприспособленном для арт-терапевтических занятий помещении будет влиять на ощущение психологической безопасности участников группы. Согласно сложившейся традиции, работа группы по возможности должна протекать в одном и том же достаточно изолированном помещении, что является важным фактором формирования и защиты групповых границ, а также создания психологически комфортной атмосферы. Если такая атмосфера не будет создана, это может помешать самораскрытию участников группы и фокусировке на значимом для них психологическом материале.

2. Используя фотографию в арт-терапевтических группах, ведущий должен осознавать, какое влияние на состояние группы и отдельных ее участников оказывают неизбежные при этой форме работы **выходы за пределы рабочего кабинета**. Разумеется, можно отвести определенную часть занятия на работу вне кабинета, позволяя участникам группы свободно или организованно перемещаться и фотографировать интересующие их объекты. В то же время необходимо быть готовым к тому, что это окажет влияние на групповой процесс и отдельных участников: в одних случаях это влияние будет благоприятным, а в других – неблагоприятным. Обсуждая в одной из наших публикаций возможность выхода за пределы арт-терапевтического кабинета в связи с использованием таких форм работы, как ландшафтный театр и лэндарт, мы отмечали, что это может вести к пересмотру традиционного определения психологического пространства:

«Естественно, что любой выход за пределы кабинета связан с нарушением границ психотерапевтического пространства, что может быть чревато определенными последствиями для арт-терапевтической работы, в том числе, утратой клиентом или группой необходимого для работы ощущения комфорта и безопасности. Это также предполагает большую степень их дистанцирования от психотерапевта, что может негативно отразиться на психотерапевтических отношениях. Если при этом

психотерапевт на время утрачивает контакт с клиентом или членами группы, он может пропустить очень важный материал или тот момент, когда необходимо будет оказать кому-либо эмоциональную поддержку» (Копытин, 2002, с. 136).

В той же публикации мы отмечали, что выход за пределы кабинета, в особенности если он связан с той или иной степенью дистанцирования клиента или членов группы от психотерапевта, возможен только в том случае, если пациенты отличаются достаточно оформленной идентичностью, автономностью и развитыми механизмами психологической защиты, позволяющими им самостоятельно справиться с теми ситуациями, которые могут возникнуть в ходе проведения такой работы. При этом мы полагаем, что выход за пределы кабинета наиболее оправдан на завершающем этапе работы группы (этапе терминации). Это помогает решить ряд важных для данного этапа задач: оценить степень готовности клиента и группы к терминации, их способность к самостоятельным действиям; мобилизовать внутренние ресурсы клиента или группы и укрепить их веру в свои силы; подготовить их к прекращению отношений с психотерапевтом; помочь им в осознании неудач и проблем, возможных при соприкосновении с реальностью; и, наконец, способствовать осознанию ими необходимости начать новый этап в жизни. Очевидно, что при создании фотоснимков за пределами рабочего кабинета работа участников группы будет сопровождаться примерно теми же эффектами, что и при использовании ландшафтного театра или лэндарта; эти эффекты могут быть как положительными, так и отрицательными. Оценив возможности группы и степень ее «зрелости», ведущий может минимизировать вероятность осложнений, связанных с выходом за пределы кабинета. В случае необходимости (например, при работе с детьми или взрослыми пациентами с более или менее грубыми нарушениями психической деятельности) он может сопровождать их, обеспечивая техническую и психологическую поддержку. Во время работы за пределами кабинета следует учитывать и то, что материальность фотоаппарата и устойчивость его границ в сочетании с «контролирующей» ролью съемки будут в какой-то мере компенсировать возникающее у некоторых клиентов ощущение «утраты почвы под ногами», вызванное нарушением границ психотерапевтического пространства, и способствовать сохранению чувства стабильности и безопасности. В предыдущем разделе мы отмечали, что это может оказаться крайне важным, если речь идет о пациентах, испытывающих интуитивный страх «встречи» со сложными переживаниями. Некоторым клиентам использование фотоаппарата помогает справиться с тревогой и нарастающей психической дезинтеграцией, а также установить контроль над внутренней и внешней реальностью.

3. Ведущий должен уметь **правильно организовать работу группы**, определив время, необходимое для создания образов (как для съемки, так и для последующей визуальной организации снимков и иных видов творческой деятельности) и их обсуждения. Этому способствует хорошее знание им структуры арт-терапевтических занятий (Копытин, 1999, 2001а, 2001б, 2002, 2003а), а также учет возможностей группы. Организовать работу группы помогает также использование различных техник, игр и упражнений, в том числе и тех, которые описаны в данной книге.

4. Кроме того, ведущий должен уметь **принимать правильное решение относительно изобразительной продукции, остающейся после занятий и по завершении всего процесса работы группы**. Приносимые из дома и используемые для выполнения разных заданий (создания фотоколлажа, тематических плакатов, альбомов), а также создаваемые в ходе занятий снимки часто отражают значимый для участников группы и психологически интимный материал. Поэтому необходимо создать условия для того, чтобы никто из посторонних, в том числе участников других работающих в том же помещении групп, не мог его видеть. Для этого часть фотографий может храниться в кабинете в индивидуальных папках участников группы, часть может забираться ими по окончании занятий домой. В некоторых

случаях, однако, результатом работы группы может быть организация выставок или мини-экспозиций как в самом арт-терапевтическом кабинете, так и за его пределами. При работе с некоторыми группами это может иметь особое значение, способствуя социальной интеграции участников, повышению их самооценки, обогащению эстетического опыта и достижению иных положительных результатов.

Примеры использования фотографии в интерактивной арт-терапевтической группе

Фототерапевтические занятия могут проходить с использованием готовых снимков. Например, участники группы приносят с собой личные фотографии, на которых они изображены в разные периоды своей жизни. Им можно предложить показать эти фотографии друг другу, рассказать об обстоятельствах, в которых эти снимки были сделаны, о чувствах, которые они переживали в момент съемки. Иногда демонстрация и обсуждение снимков протекают в свободной форме, иногда организуются ведущим для того, чтобы сфокусировать внимание участников группы на определенных аспектах их опыта и системы отношений.

Показ и обсуждение готовых фотографий могут дополняться формами работы, позволяющими определенным образом организовать представленный на них материал. Большинство людей самостоятельно делают то же самое, когда создают семейные альбомы или тематические подборки фотографий, которые могут быть оформлены в виде плаката и показаны, например, в день рождения именинника или во время празднования юбилея. Как правило, люди делают это интуитивно, стремясь проследить проделанный ими жизненный путь или привлечь внимание окружающих к личным или профессиональным достижениям.

Нечто подобное можно делать на занятиях фототерапией, предлагая участникам создать подборки фотографий на определенную тему и расположить их затем либо в альбоме, либо в виде «книжки» или плаката. Очевидно, что такая работа способствует организации и осмыслению личностно значимого для клиента или участников группы материала. Можно было бы привести немало примеров того, как подобная работа приводила к достижению участниками группы личностной интеграции, помогала им «собрать» разрозненные «фрагменты» своего прошлого и настоящего воедино и более ясно представить будущее.

Пример 1: Осознание преемственности и значения жизненного опыта

В ходе одного из занятий участницам группы было предложено создать композиции, используя принесенные из дома фотографии разных периодов своей жизни и другие изобразительные материалы (белую и цветную бумагу, краски, маркеры, журналы для создания коллажа). Эти композиции должны были отражать их личную историю, а также социальные роли, которые они исполняли, исполняют и, возможно, будут исполнять.

Группа включала 12 человек. Хотя большинство женщин принадлежали к латышской культуре, одна из участниц – жительница Чехии – прибыла в Латвию для временного проживания по служебным обстоятельствам мужа и переживала достаточно сложный период адаптации. Для создания своей композиции она вырезала из ватмана три больших круга, обозначающих ее прошлое, настоящее и будущее, а затем расположила на них свои фотокарточки, дополнив их вырезками из журналов. Далее приводится стенограмма обсуждения ее работы в группе.

Линда (здесь и далее имена участниц группы изменены): Я использовала три круга. Они обозначают детство, то, что есть, и то, что будет. Сначала расскажу про детство... Эта часть работы делалась с легкостью, радостью. Здесь я на фотокарточках выступаю в роли дочки, сестры, внучки... Затем я стала делать будущее. Когда делала, вспомнила, что на последнем арт-терапевтическом тренинге два месяца назад я создавала автопортрет в натуральную величину и изобразила радугу. Сегодня я также

использовала радугу. Почему? Потому что в ней много разных цветов. Думаю, что желтый цвет в радуге – это «внутренний ребенок»; розовый – это я-мама в будущем; красный – жена, женщина; белый – то, что я в себе еще не знаю... Последний круг показывает, кто я есть сейчас. Это тяжело, так как я живу в другой стране. У меня сейчас много ролей, они другие, новые... В центре – то, что сегодня для меня ближе, важнее. Я соединила все три круга, сначала их не склеивала, играла, двигала.

Ведущий: Почему в центре нет твоего лица?

Линда: Это невозможно сделать. В центре – богоматерь. Она означает, что я буду мамой. Я также поместила туда карту с изображением джокера. Он для меня символизирует счастье, легкость. Карты создают разные комбинации. Это как судьба, и я ей доверяю.

Другая участница той же группы при выполнении данного задания создала из ватмана три конуса и разместила на них свои фотокарточки, которые, как и у предыдущей участницы, были связаны с прошлым, настоящим и будущим. В процессе обсуждения выяснилось, что ее семья перенесла депортацию и была выслана из Латвии в Сибирь. Ее детство прошло в Магадане, и хотя она уже достаточно давно вернулась в Латвию, еще дома, подбирая для тренинга фотографии разных периодов своей жизни, она вновь вспомнила прошлое и пережила сильные чувства.

Мара: Я создала три конуса. Поняла, что моя внутренняя жизнь представлена именно в такой форме. Первый конус – прошлое. Это семья, детство. Второй – настоящее, а третий – будущее.

На первом конусе поместила фотокарточки о нашей жизни в Сибири, не помню, кто фотографировал. Прошлое вызывает у меня сильные чувства. Мои родители были в аду. Мы жили в Магадане, но я не страдала. Мы жили в маленьком домике. Я видела океан, и это позитивно влияло. Помню, в детстве пыталась представить себе, как выглядит Латвия...

Я сейчас впервые показываю эти фотокарточки. В школьные годы я их стыдилась, не хотела, чтобы их кто-то смотрел. Когда мы вернулись в Латвию, я чувствовала себя униженной, в школе ко мне относились настороженно.

Это – настоящее. Люблю жизнь, люблю, что чувствую, встречаюсь, творю, узнаю себя как женщина. Здесь мои дети... Не люблю, когда в рамки ставят. К счастью, профессия художника позволяет выходить за рамки.

Здесь я также поместила фотографии, где я с двоюродным братом, который в Америке. Мы с ним словно близнецы. Его тоже невозможно поставить в рамки... Общение с ним для меня очень много значит.

Конус будущего поставила на разноцветную бумагу. На вершине конуса – лист синего цвета. Он мною движет. Будущее – этот цвет, то, что трудно выразить словами, что-то интуитивное. В будущем хочу многое увидеть, много путешествовать, быть в искусстве – своем и создаваемом другими...

Приведенные примеры показывают, сколь важным для интеграции опыта разных периодов жизни было пространственное расположение фотографий, способствовавшее реализации функций смыслообразования, рефрейминга и реорганизации. Следует отметить, что каждая из участниц группы использовала свой оригинальный способ их расположения.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.