



Мотивация Инициатива Развитие

ТКАНЕВАЯ ТЕРАПИЯ

в работе с разными категориями клиентов

Библиотека арт-терапевта

Библиотека арт-терапевта

Елена Тарарина

**Тканевая терапия в работе с
разными категориями клиентов**

«ФЛП Тарарина»

2016

Тарарина Е.

Тканевая терапия в работе с разными категориями клиентов / Е. Тарарина — «ФЛП Тарарина», 2016 — (Библиотека арт-терапевта)

Книга Елены Тарариной «Тканевая терапия в работе с разными категориями клиентов» дает представление о многогранном потенциале арт терапии, который интегрируется во все сферы жизненного пространства. Автор исследует полифункциональность и универсальность тканевой терапии в арт коучинге, life коучинге, системно-семейной терапии, эстетотерапии. Техники, которые представлены в книге являются практикой ориентированными, что способствует процессу вовлеченности клиентов, формирование эмоционального интеллекта. В книге можно найти много ценных идей для реализации своих научных, образовательных, исследовательских и других значимых задач.

Содержание

1. Методологические основы тканевой арт-терапии	7
2. Требования к материалам в тканевой арт-терапии	9
3. Основные стратегии работы терапевта в тканевой арт-терапии	10
4. Этическая сторона работы арт-терапевта с тканью	12
5. Техники диагностической работы в тканевой арт-терапии	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Елена Тарарина

Тканевая терапия в работе с разными категориями клиентов.

Библиотека арт-терапевта

Рекомендовано к печати решением президиума Общественной организации «Восточноукраинская ассоциация арт-терапии» (Протокол 10 от 20 августа 2015 года).

Автор обложки: Фадей Колесник

Елена Тарарина:

сертифицированный обучающий арт-терапевт, бизнес-тренер, коуч, президент Восточно-украинской ассоциации арт – терапии, организатор международных фестивалей, автор книг, метафорических карт, трансформационных игр.

Практический психолог высшей категории, кандидат педагогических наук.

Официальный сайт: tararina.com

Рецензенты:

Лучинкина Анжелика, д. психол.н., зав. каф. психологии Крымского инженерно-педагогического университета

Пособие, подготовленное Еленой Владимировной, легко и интересно читается. Предложенные алгоритмы работы, чёткость изложения, большое количество новых техник и наличие пошаговой инструкции их выполнения делает книгу особо ценной для психологов, начинающих арт-терапевтов и просто людей, неравнодушных. Находкой автора и украшением книги является подбор техник под клиента. В результате психолог получает инструментарий на все случаи жизни. Кроме того, обращение к тканевой терапии само по себе ново для нашего пространства, что также привлекает внимание как будущих терапевтов, так и клиентов.

Виктория Муромец, кандидат педагогических наук, доцент, сертифицированный арт-терапевт, тренер, соавтор метафорических ассоциативных изображений, основатель ОО «Ассоциация Эстетотерапии».

Книга Елены Тарариной «Тканевая терапия в работе с разными категориями клиентов» дает представление о многогранном потенциале арт терапии, который интегрируется во все сферы жизненного пространства. Автор исследует полифункциональность и универсальность тканевой терапии в арт коучинге, life коучинге, системно-семейной терапии, эстетотерапии. Техники, которые представлены в книге являются практике ориентированными, что способствует процессу вовлеченности клиентов, формирование эмоционального интеллекта. В книге можно найти много ценных идей для реализации своих научных, образовательных, исследовательских и других значимых задач.

Содержание

- 1) Методологические основы тканевой арт-терапии
- 2) Требования к материалам в тканевой арт-терапии
- 3) Основные стратегии работы арт-терапевта в тканевой терапии
- 4) Этическая сторона работы арт-терапевта с тканью
- 5) Техники диагностической работы в тканевой арт-терапии

- 6) Техники развивающей работы в тканевой арт-терапии
- 7) Техники терапевтической работы в тканевой арт-терапии
- 8) Техники арт-коучинговой работы в тканевой терапии
- 9) Примеры развивающих вопросов в тканевой арт-терапии
- 10) Особенности использования тканевой арт-терапии в работе с клиентами разного
возраста
- 11) Техники использования тканевой арт-терапии в совмещении другими направлени-
ями арт-терапии
- 12) Литература

1. Методологические основы тканевой арт-терапии

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

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

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

Основная идея тканевой арт-терапии:

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

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

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

В данной книге основными подходами в понимании тканевой терапии как направления арт-терапии для нас будут психо динамический и феноменологический подходы. Нам очень созвучна идея К. Г. Юнга о том, что творчество как таковое является очень важным инструментом для реализации исцеляющих возможностей психики. Выражая свои внутренние конфликты в визуальных образах, человек получает к ним доступ, имеет возможность повысить уровень своей осознанности, в следствие чего он сможет прийти к пониманию наиболее экологичной последовательности собственных действий. Также одной из ключевых идея данной книги является идея феноменологического подхода о том, что в арт-терапевтическом процессе человек самостоятельно способен приходить к пониманию способов разрешения проблемных ситуаций в собственной жизни. Создавая тканевую картину как некий визуальный феномен, автор работы способен наделять её неким субъективным смыслом, который автор связывает со своим внутренним чувственным и поведенческим опытом. Подобное наблюдение собственного творческого продукта как феномена помогает автору

наладить внутренние коммуникации и прийти к состоянию внутренней интеграции личности. Образы, которые участники арт-терапевтических сессий создают из своих тканевых картин позволяют им выражать чувства, а также позволяют проживать разного рода эмоциональные реакции, которые помогают экологичному протекания психологических изменений.

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

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

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

2. Требования к материалам в тканевой арт-терапии

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

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

Ткани должны быть:

- Разного размера (от 10 на 10 см и до 2 м на 2 м)
- Разной фактуры
- Разной цветовой гаммы
- Разной геометрической формы
- Однотонные и цветные
- Разного уровня целостности (целое и с дырками или надорванные)
- Тягучие (стрейчевые) и не тягучие
- Выглаженные и мятые
- Чистые и с пятнами (кофе например)
- Прозрачные и не прозрачные
- Натуральные и синтетические
- Блестящие и матовые
- Имеющие выровненные края или оборванные случайным образом
- Специальные (платочки, шарфы) или простые тканевые отрезки.
- Воздушные и тяжелые.

Это основные характеристики тканей, которые мы наиболее часто используем в своей работе.

К вспомогательным материалам в тканевой арт-терапии относятся: булавки, пуговицы, ленты, липучки, разного рода бусинки и прочая фурнитура.

Тканевая арт-терапия замечательно соединится с другими методами арт-терапии. Наиболее часто тканевая терапия используется в сочетании с:

- Сказкотерапией
- Фототерапией
- Ландшафтной терапией
- Куклотерапией
- Тенцевально-двигательной терапией
- Арт-коучингом.

3. Основные стратегии работы терапевта в тканевой арт-терапии

Тканевая терапия – это инновационное направление арт-терапии, которое с 2012 года исследуется в ОО «Восточноукраинская ассоциация арт-терапии». В рамках нашей ассоциации за это время были проведены десятки мастер-классов, вебинаров, презентационных встреч по тканевой терапии. Многие арт-терапевты в Украине стали использовать тканевую терапию в психологической практике благодаря специалистам нашей ассоциации. В данный момент в тканевой терапии определены следующие основные этапы работы:

1. Диагностический этап.

Предполагает знакомство с клиентом; выстраивания психологического доверия для эффективной работы в терапевтическом процессе; прояснение базовых эмоциональных состояний, которые отражают запрос клиента; помогает определить зрелость клиента и истинный уровень его ответственности в вопросе решения проблемы

2. Развивающий этап.

Следует после диагностического. Задачи этого этапа следующие: развитие определенных навыков клиента (коммуникативных, ментальных и т. д.); развитие эмоционального интеллекта клиента; развитие творческого мышления и воображения; повышение навыка рефлексии и саморефлексии. Развивающий этап следует за диагностическим в общей логике консультативной работы в тот момент, когда клиенту важно помочь *«дорастить»*, сформировать или усилить определенные компетенции. Техники этого этапа наиболее часто используются арт-терапевтами в работе с клиентами с 10 до 18 лет.

3. Терапевтический этап.

Предполагает использование ресурсов тканевой терапии: для отреагирования сложных (неотреагированных) чувств клиента; для изменения взгляда клиента на собственную проблему; для принятия клиентом на себя ответственности за сложившуюся ситуацию и ее решение; для того, чтобы помочь клиенту принять тяжелые эмоции своей ситуации; помочь клиенту осознать актуальные ресурсы решения своей проблемы в ближайшем будущем. Терапевтический этап предполагает наибольшую активности творческой части личности. Часто он оказывается продолжительным по времени и в среднем может занимать от двух до восьми консультативных встреч. Терапевтический этап в тканевой терапии обычно следует за диагностическим этапом, если при этом на диагностическом этапе запрос клиента был определен с точки зрения «психологической проблемы». Если же на диагностическом этапе запрос клиента был определен как «творческая задача» (обычно это запросы планирования, улучшения, оптимизации), тогда терапевт из диагностического этапа может двигаться в развивающий.

4. Арт-коучинговый этап.

Он следует либо за развивающим, либо за терапевтическим этапом. Основные задачи этого этапа:

- осознание внешних и внутренних ресурсов клиента для решения проблемы (задачи);
- формирование навыка самомотивации;
- построение максимально экологичного плана продвижения клиента к собственным целям;

- осознание и коррекция ограничивающих убеждений;
- формирование навыка самоконтроля, стрессменеджмента, таймменеджмента и др.

Коучинговый этап и его результативность напрямую связана с качеством проведенных терапевтом и клиентом предыдущих этапов работы.

5. Завершающий этап.

На этом этапе терапевт организывает рефлекссию клиента согласно всего консультативного процесса в целом и его этапов в отдельности; помогает клиенту сформировать личностную смелость для того, чтобы созданный план в реальной жизни; проверяет – не осталось ли еще в тематике данного запроса клиента какие-либо важные вопросы, которые еще требуют обсуждения. На этом этапе терапевтические отношения движутся к завершению, и клиент максимально принимает на себя ответственность за решение данного вопроса. Обязательно оговаривается возможность получения клиентом промежуточной консультации по необходимости. В самом начале работы с тканью очень важно провести вступительную, ознакомительно-мотивационную беседу с клиентом о тканевой терапии. Поговорить можно о любимых цветах в одежде, о предпочтениях в фактуре тканей. О телесных ощущениях от разных тканей. Это поможет вызвать у клиента интерес к материалу, а это в свою очередь всегда оказывает позитивное воздействие на любой терапевтический процесс.

4. Этическая сторона работы арт-терапевта с тканью

Говоря об этической стороне вопроса, следует отметить тот факт, что тканевая терапия достаточно молодое ответвление современной арт-терапии и данное пособие является одним из первых в пост-советском пространстве, где описана методология направления, его ключевые понятия и представлено такое разнообразие техник.

Этические моменты можно подразделить, образно говоря на две группы:

1. этика терапевтического процесса, которая подразумевает соблюдение определенных этических норм в отношениях терапевта и клиента и
2. этика и эстетика средств психотерапевтической работы, которая предполагает некий перечень требований к материалам работы и способам обращения с ними.

Этика терапевтического процесса предполагает:

1. Обсуждение с клиентом базовых этических принципов консультативного и психотерапевтического процессов, которые обозначены в этическом кодексе психолога Украины.
2. Утверждение с клиентом частоты встреч, их длительности, способа оплаты, проговаривание действий в форс-мажорных обстоятельствах и подписание контракта на оказание психологических услуг.
3. Терапевт оставляет за собой право рекомендовать клиенту, в случае необходимости, консультации специалистов из других сфер жизни.

Большая часть содержания указанных выше пунктов отражена в «Этическом кодексе психолога Украины», о котором уже шла речь выше.

Этика и эстетика средств психотерапевтической работы предполагает:

- Наличие чистого кабинета, чистых тканей и чистоту других материалов работы;
- Терапевт не касается тканевых картин клиента без разрешения клиента;
- Терапевт называет части тканевой картины так, как называет их клиент. Если же клиент не обозначил что либо, рекомендуется уточнить у него: «Что это за элемент и какой его смысл в картине?»;
- Работа в кабинете тканевой арт-терапии не предполагает уде во время работы.
- Клиент обязательно разбирает после себя свою тканевую картину (сфотографировав ее перед этим при необходимости) и размещает все ее элементы в надлежащие места;
- В практике тканевой терапии нет описания случаев, где бы клиент забирал кусочки ткани или части работы домой. В норме, все должно остаться в пределах арт-терапевтического кабинета.

Терапевт не интерпретирует за клиента и никак не оценивает интерпретации клиента. Основная задача терапевта быть «маяком, который будет освещать путь клиенту на 3 метра дальше, чем клиент способен рассмотреть окружающие его пространство».

Терапевт постепенно активизирует в клиенте по средствам развивающих вопросов некий особый диалог, где бессознательное клиента посылает сознанию импульсы и подсказки в виде творческих работ (в нашей ситуации тканевых картин). Терапевт должен иметь истинную веру в терапевтический потенциал клиента и таким образом помочь ему самому поверить в то, что только сам клиент способен заметить, осознать и интерпретировать уникальные подсказки нашего мудрого бессознательного.

5. Техники диагностической работы в тканевой арт-терапии

Упражнение 1

Основная задача: диагностика запроса клиента

Инвентарь: Разнообразные кусочки ткани, ленты, булавки.

Алгоритм работы:

1. Предложите клиенту кратко описать ситуацию, которая его тревожит.

2. Предложите клиенту нарисовать тканью картину своей ситуации. Для этого прежде всего предложите ему выбрать материал из которого клиент создаст рамку для своей картины. Сообщите клиенту, что это свободная картина и рамка может быть любой формы и любого размера.

! Создание рамки вызывает у клиента чувство упорядоченности и контроля процесса. Этот феномен в арт-терапии имеет отношение к контейнированию (способности клиента безопасно проживать проявленные чувства, проявлять их без надрыва).

3. Когда рамка создана (в среднем у клиента это занимает 3–7 мин) попросите его описать свою рамку.

! Описывая рамку в положительных чертах и красках, если клиенту нравится его рамка – все это может рассматриваться, как признак готовности клиента исследовать свою проблему. Чаще всего под «проблемой» подразумевается некая задача, которая ориентирована на успешное и счастливое будущее клиента.

! Если же клиент описывает свою рамку тяжелыми чувствами, испытывает негативные эмоции в момент описания, то вам как терапевту на то, что клиент имеет не стабильное эмоциональное состояние, имеет активные психологические защиты. Отношение клиента ко всему, что он создает в арт-терапии соизмеряется с отношением человека к разным частям себя.

4. После того как рамка будет охарактеризована клиентом, предложите ему с помощью разных кусочков ткани и прочих вспомогательных элементов (булавки, тесьма и т. д.) заполнить содержимое рамки. Попросите клиента выложить картину из ткани в середине пространства рамки. Если обнаружатся элементы, которым нужно будет выйти за пределы рамки, то по собственному желанию клиент может это сделать.

! Во время того, когда клиент выкладывает свою картину, терапевт находится рядом с ним. Вы никак не оцениваете работу клиента и при этом поощряете его активность.

5. После того, когда клиент выложит свою картину, попросите его указать где в этой картине он сам? Как себя чувствует на картине в окружении остальных тот элемент, который «он сам»?

! В норме клиент должен идентифицировать себя с некой частью на картине или со всей картиной. Если клиент говорит, что вся картина – это Я, то можно предположить, что тревожная ситуация долгосрочна и она уже наложила отпечаток на разные стороны жизни человека. Работа с такой ситуацией займет больше времени.

И вы как терапевт должны будите посвятить аспекту «Я = проблемная ситуации». Важно растолковать эти понятия.

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.