

УДК 159.9.072.5+616.89:7

## **Возможности и ограничения арт-терапевтических техник в исследовании картины мира**

О. В. Кудряшова

В статье обосновывается актуальность исследования личности через призму арт-терапевтических техник. Делается вывод о возможностях и ограничениях применения таких техник в исследовании картины мира личности.

Ключевые слова: проективный подход; арт-терапевтические техники; личность; картина мира; жизненный путь.

У каждого – своя картина мира. Она складывается из тысячи мелочей, миллиона пустяков, пригоршни действительно важных деталей и кучи хлама, заслуживающего помойки, да всё как-то руки не доходят. Мы пишем эту картину, добавляя мазок здесь, мазок – там; мы строим обжитую, уютную Вселенную и счастливы, когда кто-то снаружи подтверждает её правильность, значимость и полезность. Если же внешнее возмущение – слово, факт, поступок – не вписывается в границы, очерченные резной рамой, мы готовы воевать с агрессором до победного конца. Упрямые сидельцы, мы скорее до смерти забьем освободителя, чем покинем камеру, где провели столько счастливых лет.

Воздух свободы для нас мучителен.

*Генри Лайон Олди,  
«Ойкумена. Книга вторая: Куколка»*

Представленный эпиграф, с одной стороны, отражает важность того, что у каждого складывается своя картина мира на основе собственного, неповторимого жизненного опыта, тех «мелочей», событий, из которых состоит каждый день нашей жизни, с другой

стороны, указывает на динамичность и одновременно статичность картины мира человека: сложно изменить свои взгляды, нарисованные нами границы «правильности» и «неправильности», «нормы» и «антинормы». Каковы же возможные способы изучения картины мира человека? Каким образом можно «расшифровать» то, что значимо и ценно для него на данном этапе жизни?

Представления человека о действительности являются основой формирования его картины мира. Изучение этого вопроса в отечественной психологии начато А. Н. Леонтьевым [Леонтьев, 1983]. В настоящее время широк спектр исследований, посвященных влиянию различных факторов на картину мира личности. Кроме того, разворачивается полемика вокруг вопроса о разграничении понятий «картина мира» и «образ мира» [Мазлумян, 2009, с. 100–109.]

Картина мира (образ мира, модель мира) – понятие, характеризующее субъективную системность мировосприятия и мироощущения человека, а именно: целостная, многоуровневая система представлений о мире и его взаимосвязях, о других людях, о себе и своей деятельности, о пространственной и временной последовательности событий, их причинах, значении и целях [Романова и др., 1992]. Картина мира выступает фундаментом мировосприятия, опираясь на который человек действует в реальном мире. Она является сложнейшим психическим образованием, формируемым с раннего детства, способствующим ориентировке в жизненном пространстве. Картина мира – единый глобальный образ, включающий в себя все известные конкретному человеку образы, понятия, представления.

Остается открытым вопрос о том, возможно ли предусмотреть такой стандартизованный метод диагностики, который удовлетворял бы двум требованиям: позволил бы выявить объем понятий, образов с достаточной полнотой, корректностью, достоверностью

и мог бы использоваться при исследовании личности любого человека. При разработке такого метода следует учитывать, что, во-первых, картина мира индивидуальна, своеобразна, во-вторых, формирование картины мира обуславливается всей суммой культурных воздействий той социокультурной среды, к которой принадлежит человек.

На наш взгляд, исследование картины мира человека возможно в арт-терапевтическом пространстве, где у человека появляется уникальная возможность воссоздать собственную модель мира с помощью различных арт-материалов.

Обратимся к работам отечественных психологов и рассмотрим диагностические возможности арт-терапевтических техник.

По мнению Л. Д. Лебедевой, такие техники обладают диагностическим потенциалом, они пригодны для исследования составляющих личности с их динамичностью, изменчивостью. Процессы изменения не всегда поддаются формализации, поэтому диагностика требует использования соответствующих системных, нелинейных по своей природе процедур [Лебедева, 2003].

Согласно работам Т. Ю. Колошиной, арт-терапия ресурсна, то есть именно в арт-пространстве раскрываются до того неизвестные стороны личности, в первую очередь ресурсные стороны, при этом, несомненно, важно осознание, понимание и принятие себя [Колошина, 2010, с. 10]. Диагностическая процедура настолько вплетена в терапевтический процесс, что нивелируется возможность «включения» защитных механизмов личности, и это дает возможность получить максимально точные результаты при исследовании человеческой индивидуальности [Лебедева, 2003, с. 14]. В этом и состоит преимущество арт-терапевтических техник.

В каждом заложена способность к проецированию своих внутренних состояний на объекты внешнего мира. Создание арт-объектов – это способ выразить свои состояния через творческую

деятельность, зафиксировать свой эмоциональный опыт в визуальной форме, затем становится возможным осознание новых граней мировосприятия и их «облекание» в словесную форму [Naumburg, 1958, p. 511]. Иными словами, любой продукт творческой деятельности отражает индивидуально-психологические свойства автора, его мироощущения, характер, самооценку.

Рассмотрим арт-терапевтические техники в сравнении с проективными тестами, что позволит раскрыть некоторые преимущества арт-терапевтической диагностики. Отметим, что число тематических заданий для графических проективных тестов ограничено: например, к классическим относят рисунок семьи (В. Вульф; В. Хьюлс; Р. К. Берне, С. К. Кауфман), «Дерево» (К. Кох), рисунок человека (Ф. Гудинаф, Д. Харрис), тест «Дом – дерево – человек» (Д. Бук) и другие. В арт-терапии же допустимы самые разные темы для творчества, однако их диагностическая ценность не возводится в абсолют (Р. Гудман, К. Рудестам, Г. Ферс и др.). При этом арт-терапевтическая интерпретация в отличие от проективных графических методов сопровождается обратной вербальной связью, основанной на рефлексии самого автора, побуждающей его к самостоятельному осознанию содержания своего внутреннего мира [Лебедева, 2003, с. 29–33].

Согласно мнению М. М. Бахтина, нельзя овладеть «внутренним человеком», увидеть и понять его, делая его объектом безучастного, «нейтрального» анализа, характерного для проективного рисования, при котором отслеживаются особенности оформления, композиции, перспективы, пропорций, линий, штриха, освещения (Р. Б. Хайкин), формально-стилевые особенности изображения (М. Е. Бурно) и т. д. [Лебедева, 2003, с. 31–34]. Человека можно расположить к тому, чтобы он раскрылся, лишь через общение, диалог, поэтому арт-терапевтический процесс можно оценить как весьма перспективный.

Творческий продукт, созданный человеком, в рамках феноменологического подхода выступает как выражение внутреннего переживания. Арт-терапевтическая диагностика, актуальная для ряда герменевтических методов, предназначена для реконструкции внутренней логики и смысла тех или иных действий субъекта, которые имеют знаково-символическое выражение. Именно с помощью понимания удастся за внешними проявлениями человека увидеть субъективные смыслы, ценности, отношения, переживания и другие гуманитарные сущности. Эти уникальные возможности предоставляются арт-терапевту в процессе вербальной и невербальной коммуникации с клиентом посредством знакомства с его изобразительной продукцией [Колошина, 2010, с. 21].

Диагностическим материалом могут выступать любые продукты деятельности – от рисунка до «модели». Арт-терапевтическая интерпретация рисунков – не самоцель, важен не подсчет количества и качества формальных элементов, хотя, несомненно, основы такой работы присутствуют. Ведется учет формальных составляющих: формы и цвета в их взаимосвязанной динамике, линий и других аспектов и способов символического выражения.

Далее рассмотрим те трудности (ограничения), которые объективно влияют на диагностические возможности арт-терапевтических техник. Например, следует брать в расчет тот факт, что в художественном продукте могут отражаться определенные культурные установки.

Согласно мнению Е. С. Романовой, О. Ф. Потемкиной, сложность заключается в определении авторского компонента в продукте творчества. Необходимо отделить «неавторскую» составляющую, выявить влияние стандарта задания, учесть канву объективной ситуации [Романова и др., 1992], ведь нередко в арт-объекте в первую очередь отражается состояние человека «здесь-и-сейчас».

Трудностью может выступать и субъективное оценивание арт-объектов, и выбор параметров этой оценки исследователем. «Собственная внутренняя жизнь вмешивается в мое восприятие внешнего мира и, возможно, я невольными интерпретациями уволю ребенка с его пути», – отмечает Г. Шоттенлоэр (цит. по: [Лебедева, 2003, с. 33]).

Арт-терапевтическая диагностика рассматривается нами не как самостоятельный, а как вспомогательный метод. Исследователи отмечают, что в сочетании с другими качественными методами именно арт-терапевтическое взаимодействие позволяет максимально полно и бережно представить феноменологическую картину изучаемых явлений, обеспечить глубокое и индивидуализированное их понимание [Колошина, 2010].

Итак, возможности арт-терапевтической диагностики адекватны исследованию картины мира личности: безопасное арт-терапевтическое пространство для самопознания, разнообразие арт-материалов позволяет провести реконструкцию собственной картины мира, учитывающей индивидуальный жизненный опыт, увидеть субъективные смыслы, ценности, отношения, переживания и другие гуманитарные сущности через внешние проявления (как через сам продукт творческой деятельности, так и через словесное описание). Ограничения арт-терапии, несомненно, делают необходимым применение стандартизованных методик, но именно в контексте рисования, конструирования (создания коллажа или арт-объекта) картины мира «рождается» истинное видение мира конкретного человека. При этом важны не только содержательные и структурные аспекты образа мира, но и саморефлексия, то есть приоритетны ориентиры на собственные ассоциации автора, его невербальное поведение и вербальную экспрессию. По мысли, Р. Гудмана, арт-терапия дает человеку возможность «одновременно выступать в качестве “свидетеля” и “непосредственного участника”

изобразительного процесса, осуществлять рефлексия своего опыта, «переводя» информацию о нем с эмоционального на когнитивный уровень» [Лебедева, 2003, с. 35].

Таким образом, возможности арт-терапевтических техник состоят в следующем:

- они обладают диагностическим потенциалом, способны предоставить в распоряжение психолога нелинейные процедуры исследования такого сложного объекта, как картина мира человека;
- они позволяют выявить скрытые ресурсы личности;
- они нейтрализуют возможность «включения» защитных механизмов личности, затемняющих результаты исследования человеческой индивидуальности;
- они дают человеку возможность под наблюдением психолога выразить свои состояния через творческую деятельность, зафиксировать свой эмоциональный опыт в визуальной форме;
- они позволяют получить материал (в виде изготовленного человеком арт-объекта) для саморефлексии, для диалога с психологом по осознанию себя, своего характера, мироощущения, самооценки, для интерпретационной работы.

В свою очередь, ограничения арт-терапевтического подхода к диагностике заключаются в том, что ее результаты могут искажаться:

- влиянием культурных установок;
- влиянием стандарта задания и объективной ситуацией, процедурой проведения диагностики;
- влиянием интерпретационных возможностей и личностных особенностей арт-терапевта.

В настоящее время ощущается недостаток эмпирических данных, актуальных для данной области исследований. Перспективным направлением является изучение картины мира лиц различных социальных общностей [Весна и др., с. 47], ведь среда, окружение

человека во многом определяют, наполняют смыслами, понятиями, содержанием его картину мира.

### Литература

1. *Весна Е. Б.* Исследование структурных и содержательных компонентов картины мира лиц, переживших землетрясение [Электронный ресурс] / Е. Б. Весна, А. А. Кулик. – Режим доступа : [http://www.logosbook.ru/VOS/08\\_2008/46\\_52.pdf](http://www.logosbook.ru/VOS/08_2008/46_52.pdf).

2. *Колошина Т. Ю.* Арт-терапия : методические рекомендации [Электронный ресурс] / Т. Ю. Колошина. – Москва, 2010. – 75 с. – Режим доступа : <http://psy-creation.pp.net.ua/load/19-1-0-37>.

3. *Лебедева Л. Д.* Практика арт-терапии : подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 256 с.

4. *Леонтьев А. Н.* Образ мира / А. Н. Леонтьев // Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения / А. Н. Леонтьев ; под ред. В. В. Давыдова и др. – Москва : Педагогика, 1983. – С. 251–261.

5. *Мазлумян В. С.* Картина мира и Образ мира?! // Мир психологии : Научно-методический журнал / ред. Д. И. Фельдштейн. – 2009. – № 4 (60). – С. 100–109.

6. *Романова Е. С.* Графические методы психологической диагностики / Е. С. Романова, С. Ф. Потемкина. – Москва : Дидакт, 1992. – 256 с.

7. *Naumburg M.* Art therapy : its scope and function // Clinical application of projective drawings / ed. E. F. Hammer. – New York : Grune and Stratton, 1958. – P. 511–517.

© Кудряшова О. В., 2012

## Possibilities and Limitations of Art Therapy Techniques in Worldview Study

O. Kudryashova

The article substantiates the relevance of character research through the prism of art therapy techniques. The author makes a conclusion about the possibilities and limitations of such techniques application in the personal worldview study.

Key words: projective approach; art therapy techniques; personality; worldview; journey of life.



**Кудряшова Ольга Владимировна**, старший преподаватель кафедры прикладной психологии, ФГБОУ ВПО «Пензенский государственный университет» (Педагогический институт им. В. Г. Белинского) (Пенза), ovk-13@mail.ru.

**Kudryashova, O.**, senior lecturer, Department of Applied Psychology, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Professional Education “Penza State University” (Penza), ovk-13@mail.ru.