

## ОБРАЗОВАНИЕ В ОБЛАСТИ ТЕРАПИИ ИСКУССТВАМИ В РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ

В.В.СИДОРОВА

*В статье дается широкая картина, отражающая историю и состояние современной арт-терапии (или, как уточняет автор, терапии искусствами) в России и за рубежом. Рассматриваются пути ее становления и развития в современном мире. Представлен круг требований, предъявляемых к специализации в этой сфере. В заключение автор делится опытом посещения некоторых образовательных учреждений США, где проходят профессиональную подготовку будущие специалисты в области терапии искусствами.*

Невозможно игнорировать тот факт, что интерес к терапии искусствами – арт-терапии, как обобщенно называют ее в России – в последнее десятилетие неуклонно растет. Об этом свидетельствует увеличение числа конференций по различным темам, связанным с терапевтическим потенциалом искусства, а также сайтов по практической психологии в русскоязычном интернете, где среди прочих психотерапевтических услуг значатся и услуги арт-терапевта. То, что предлагается под этим наименованием, скорее можно было бы назвать психотерапией с использованием отдельных элементов творчества в составе или на базе других психотерапевтических подходов. Это может быть сочетание рисунка с гештальт-терапией, психодрамой, процессуально-ориентированной психотерапией. Исторически сложилось так, что вышеописанные терапевтические школы появились, закрепились и широко развернулись в России раньше, чем терапия искусствами, которая, в том понимании, в каком она существует на Западе и в США, в России пока находится в самом начале своего развития.

Однако в России были разработаны и активно внедрены свои аутентичные формы терапии, связанные с применением искусства и творчества. Это авторские школы, не имеющие аналогов за рубежом. Хочется

назвать хорошо известные читателям МПЖ имена М.Е.Бурно (терапия творческим самовыражением), Г.М.Назлюяна (маскотерапия), Белякова (артсинтезтерапия).

Совершенно неоценимый вклад внес в развитие арт-терапевтического движения основатель арт-терапевтической Ассоциации в России А.И.Копытин. Среди его обширной деятельности – приглашение иностранных коллег для проведения обучающих программ и семинаров по арт-терапии, представление России на различных международных конференциях, имеющих отношение к применению искусства в психотерапии, издание журнала «Исцеляющее искусство», создание первой образовательной программы по арт-терапии (в Санкт-Петербурге), перевод и издание книг по терапии искусствами. Имея психиатрическое образование, А.И.Копытин делает акцент на использовании арт-терапии, прежде всего, в психиатрии. Большое внимание уделяется им психопатологической экспрессии. По инициативе А.И.Копытина Россия была представлена на Всемирном Психиатрическом Конгрессе в 2002г. в секции арт-терапии.

Огромный вклад в развитие танцевально-двигательной терапии внесла И.В.Бирюкова, председатель Ассоциации Танцевально-двигательной Терапии, отпраздновавшей недавно свое десятилетие. Каждые два года эта Ассоциация проводит свои конференции, которые являются большим событием для людей этой профессии и собирают много интересующихся специалистов из регионов. Трехгодичная специализация по танцевально-двигательной терапии выпускает высококлассных специалистов.

Стоит отметить, что, являясь городом, где сама атмосфера способствует процветанию искусств и художественных коммун, Санкт-Петербург идет в авангарде российского движения в области терапии искусствами. Об этом свидетельствуют ежегодные (в течение вот уже 12 лет) арт-терапевтические конференции, проходящие в психологическом центре «Гармония» и организуемые Российской арт-терапевтической ассоциацией (А.И.Копытин). Активное участие в проведении некоторых из них принимала Марион Олсен, арт-терапевт и специалист в области кросс-культурных исследований (США). Также в Санкт-Петербурге следует отметить деятельность Арт-терапевтического Товарищества (Н. Жвитишвили) и активно развиваемого ими на база Русского Государственного Музея направления музейной арт-терапии.

Однако, в Москве, к сожалению, практически не слышно даже отголосков этих событий. Это свидетельствует о том, что профессиональный арт-терапевтический цех все еще немногочислен и достаточно разобщен. Возникают разногласия в использовании терминов, связанные, с одной стороны, с вольной трактовкой терминов различными специалистами, а,

с другой, отсутствием соглашения между российскими специалистами в единообразии перевода некоторых терминов с английского языка. Решение этой проблемы, видимо, требует созыва специальной конференции.

Методологические и терминологические «перекрывания» понятий арт-терапии объясняются, прежде всего, неверным переводом с английского, и на это уже указывали ряд авторов, в том числе И.В.Бирюкова. На английском языке «*arts-therapy*» – *терапия искусствами*, соответственно *arts-therapist* – *терапевт искусствами*. Это обобщенный термин, который обозначает терапию с применением различных видов искусств, таких как танец, живопись, музыка, театр. Отдельные специализированные направления, связанные с различными жанрами искусства, носят свои названия – танцевально-двигательная терапия, музыкотерапия, драма-терапия или театро-терапия, арт-терапия. Под *арт-терапией* понимается узкое направление, подразумевающее работу с использованием только техник изобразительного искусства – живописи, рисунка, лепки из глины и т.п.

Такого рода терминологические разногласия, подмена термина *arts-therapy*, почти у нас не употребляемого распространенным *art-therapy*, характерны не только для России. В Англии – стране, где была создана первая арт-терапевтическая ассоциация (*Британская арт-терапевтическая ассоциация*, 1965г.), продолжают разворачиваться дискуссии о том, какой термин ввести в качестве обобщающего, с учетом наиболее точного его соответствия специфике профессии. Существует, например, мнение (Джейн Дудлей), что общее название «арт-терапия» следует заменить «*арт-психотерапией*» (*Вестник Британской арт-терапевтической ассоциации*, декабрь 2004г.).

Такие тенденции связаны с чрезмерно широким использованием термина «арт-терапия», куда включают, например, даже «терапию занятости» с использованием различного рода искусств, проведение которой не требует от специалиста глубокой психотерапевтической подготовки. Не в последнюю очередь это обусловлено и с широко бытующим, хотя и далеким от истины, представлением о работе терапевтов искусствами (*arts-therapists*) как несерьезном занятии, при котором клиенты просто делают приятные вещи, такие как рисование и игра на музыкальных инструментах. С другой стороны, сами арт-психотерапевты опасаются потерять искусство (art) в психотерапии.

Существует много форм терапии искусствами, располагающихся на континууме между чисто вербальной психотерапией и тем, что принято называть искусством. Каждый специалист в различной степени определяет для себя процентное содержание того или иного в своей работе.

В какой мере терапевт в области искусства должен быть действительно художником, артистом? В России, да и в других странах, человек, сочетающий в себе наличие глубокого уровня психологического образования, психотерапевтической подготовки и серьезного профессионального опыта в области художественной деятельности, понимания творческого процесса изнутри, – явление достаточно редкое.

Известно, что терапия искусствами исторически развивалась с двух разных сторон. С одной стороны – художники, замечающие терапевтический потенциал своих занятий, и с другой – психотерапевты, желающие обогатить творчеством психотерапевтический процесс и использовать в своей работе язык искусства. Наиболее явно эти две ветви в развитии терапии искусствами наблюдались в США (Маргарет Наумбург и Эдит Крамер). В Британии – самой первой стране, где была легализована данная профессия, развитие терапии искусствами шло по пути высокой специализации отдельных арт-дисциплин. Так, существуют отдельные программы (например, Гольдсмит Колледж), готовящие арт-терапевтов, музыка-терапевтов, драма-терапевтов, где часто специалисты в одной области терапии искусствами не имеют представления о работе их коллег в другой арт-модальности. В Америке ситуация несколько иная. Вот как охарактеризовала ее одна из пионерок терапии искусствами в США Джудит Рубин: «Британцы, я думаю, привержены психоаналитической ориентации. Я считаю, что большое значение имеет то, кто начинает развивать арт-терапию в той или иной стране, и какова была их подготовка. Британская арт-терапия претерпела совсем небольшие изменения и не столь сильно развилась, сравнительно с американской, что обусловлено ее тесной связью с Национальной Системой Здравоохранения. Американская арт-терапия – как сама Америка. Она очень разнообразна. Существует огромное число самых разных направлений» (Джудит Рубин, 2002).

Отдельно стоящим направлением можно считать интегративный подход, в той его форме, в какой он сложился в *Expressive Arts Therapy*, где один специалист получает подготовку и знакомится с возможностями применения разных арт-форм в психотерапевтической сессии. Некоторые российские специалисты также признают ценность интегративного подхода: «Для меня несомненно то, что интеграция разных арт-форм, как в процессе профессиональной подготовки специалистов, так и в их практической работе, таит в себе колоссальные возможности» (Копытин, 2000, с.7).

Позвольте поделиться личным опытом посещения некоторых образовательных учреждений США, готовящих специалистов в области терапии искусствами.

### **Washington State University (Columbian College of Arts and Sciences)**

Программа на степень Магистра в арт-терапии существует в Университете с 1971 года. Это одна из первых программ по арт-терапии в США и первая программа, признанная *Американской Арт-терапевтической Ассоциацией (AATA)*. Среди основателей программы была Эдит Крамер – одна из пионеров арт-терапевтического движения в США, художественный педагог по образованию.

Основной философией программы является убеждение в том, что профессиональные арт-терапевты обладают способностью и навыками использовать искусство в терапевтических целях, предлагая людям переживание нового опыта во время создания произведения искусства. Хотя основатель программы Эдит Крамер сознательно отрицала психодинамические трактовки в подходе к изобразительной продукции, включая понятие «переноса», сейчас в трехгодичную программу включены специальные курсы, посвященные освоению психодинамической теории (механизмы переноса, защитные механизмы, понятие проекции, стадии развития эго и пр.) в контексте арт-терапевтической практики. Да и сама Эдит Крамер преподает курс, посвященный психодинамическим процессам. Среди преподавателей, как это ни противоречит изначальной идее программы, также преобладают психологи с психодинамической ориентацией.

Среди других основателей программы – такие известные имена, как Ханна Квитковска, Элионор Ульман. Среди основных дисциплин – арт-терапия с детьми и взрослыми, арт-терапия с семьями, групповая арт-терапия. Также предлагаются дополнительные коллоквиумы и «воркшопы» по психофармакологии, арт-терапии в работе с сексуальными меньшинствами и гендерными проблемами, большое внимание уделяется культурным различиям и кросс-культурной арт-терапии.

Обязательными условиями обучения являются курс индивидуальной арт-терапии в качестве клиента и еженедельная супервизия. Также программа предоставляет большие возможности для практикума и различных форм интернатуры в психиатрических, образовательных и реабилитационных учреждениях.

Огромное внимание уделяется развитию художественных способностей и пониманию языка искусства, эстетике, семантике искусства. Автор статьи была удивлена, когда столкнулась с директором программы Анне Милл и группой студентов в одном из музеев изобразительного искусства, где у студентов проходило очередное занятие. Надо сказать, что абитуриенты уже должны продемонстрировать достаточно высокий

уровень собственного творчества – обязательным условием приема являются 10-15 слайдов с работами, умение обращаться с глиной, производить обжиг керамики. Среди дополнительных курсов программы есть резьба по камню, спонтанная живопись. Программа делает сильный акцент на овладении именно изобразительными техниками (работа с глиной, бумагой, живопись), в то время как курсов, посвященных другим видам искусства, совсем мало. Это высокоспециализированная профессиональная программа в области арт-терапии.

В процедуре вступительных экзаменов абитуриенты должны нарисовать мандалу в белом пустом круге в качестве одной из диагностических и квалификационных процедур.

### **New York University**

Основателем этой обучающей программы была пионер арт-терапии в Америке – Маргарет Наумбург. С 1950 года она вела специальный курс, посвященный исцеляющим аспектам творчества, на факультете искусств в Нью-Йоркском Университете (NYU). А в 1973 году Эдит Крамер продолжила эту традицию и организовала здесь отдельную программу по арт-терапии. Сейчас Эдит Крамер продолжает преподавать на этом факультете.

Факультет располагается недалеко от Гринвич Виллидж, в районе Сохо. Сразу за зданием университета находится улочка, где собираются всевозможные рок- и хиппи-сообщества «Большого Яблока». Тут же недалеко Триумфальная арка, на другой стороне – парк Джудсон Мемориал, где в здании католической церкви уже более 30 лет проходят перформансы и представления современного танца.

Директор программы сейчас – Икуко Акоста, терапевт и художница с большим стажем. Насколько мне показалось, факультет продолжает развивать подход Эдит Крамер, делая акцент на исцеляющую функцию самих занятий искусством и более тонкого понимания языка искусства. Одна из русских студенток, обучающаяся на этом факультете, жаловалась на поверхностность психотерапевтического подхода. Да, если ты учился на Психологическом факультете МГУ, то в Америке вряд ли найдутся равные тебе по теоретической психологии, особенно в знании трудов Л.С. Выготского и А.Н. Леонтьева. Зато кабинеты и классы оборудованы станками для работы по дереву и металлу. Студентов учат работать с различными художественными материалами, ценить и понимать язык искусства. Создается впечатление, что здесь готовят больше художников, способных работать с людьми и фасилитировать тот целительный процесс, где терапевтом выступает само искусство.

## Naropa University

Earth my body,	Земля – мое тело,
Water my blood,	Вода – моя кровь,
Air my breathing,	Воздух – мое дыхание,
Fire my spirit.	Огонь – мой дух.

Частный университет, основанный в 1974 году тибетским мастером медитаций и буддистским учителем Чогьмой Трунпгой в Болдере, в непосредственной близости к Национальному парку «Скалистые Горы», – один из крупнейших центров изучения буддизма на Западе. Здесь декларируется целостный подход к обучению – функционирует Марпа-центр бизнеса и экономики, где преподаются коучинг и лидерство; центры, где преподаются буддийская философия, трансперсональная психология, аутентичное движение; студия для арт-терапии; театр, где показываются перформансы и представления; несколько удобных залов для медитации, с которой здесь начинаются все занятия.

Все программы университета аккредитованы и лицензированы государством. Среди приезжающих преподавателей – известные специалисты из разных стран. Автору статьи удалось побывать на семинаре Станислава Грофа. В университете действует библиотека Алана Гинзберга и, наряду с изучением сравнительной психологии, экпсихологии, религии, также широко развито литературное направление. Здесь много инновационных программ, не имеющих аналогов в мире, например, существует программа по терапии Дикой Природой (*Wilderness therapy*), о которой несколько лет назад был материал и в МПЖ. Помимо основных курсов, на базе университета Наропа происходит огромное количество семинаров по широкому кругу тем, поражающих своим разнообразием, – от использования ритуалов и целебной силы голоса до изучения теории хаоса. Это уникальное место, сочетающее западные традиции обучения с восточным образовательным подходом.

В университете действует факультет трансперсональной арт-терапии. Ведущая философская идея факультета – целостность человека, представленная единством и гармонией его тела, эмоций, ума и духа; именно целостность человека и есть то, на что направлена работа психотерапевта. По глубокому убеждению организаторов программы, этот глубокий путь начинается с себя, и программа во многом ориентирована на самопознание и всестороннее развитие личности будущих арт-терапевтов. «Это не формы мы лепим, но себя».

Такая же гибкая, как креативный процесс, трансперсональная арт-терапия сочетает западный рационализм с древней мудростью. Создание произведения искусства в этом ракурсе приглашает нас к аутентичному

глубокому общению с культурой и собой, процессом и продуктом. Образ, полученный в результате творческого процесса, воспринимается как живой учитель, ведущий к более глубокому личностному и культурному пониманию. Сострадание сочетается с профессиональной компетентностью.

Так же, как и в других программах по арт-терапии, здесь в число необходимых дисциплин включены такие курсы, как история и теория арт-терапии, профессиональная этика, теория семейных систем, арт-терапия с детьми, групповая арт-терапия. Программа делает акцент на использовании изобразительного языка рисунка, скульптуры. На территории университета постоянно действуют выставки работ студентов.

Прямо перед кабинетами и классами по арт-терапии расположен большой сад с бассейном и красными рыбками. Отовсюду видны Скалистые горы, лицезрение которых умиротворяет душу. В самом пространстве университета чувствуется много приятия и любви. Обучение здесь, вместе с приобретенными знаниями, дает большой запас равновесия и душевных сил. Однако в программах настораживает некоторая их оторванность от реальной жизни. Смогут ли студенты, получив такое образование, интегрироваться в реальный мир со всеми его трудностями?

### **Калифорнийский Институт Интегральных Наук (CIIS)**

Данный институт – частное образовательное учреждение – находится в центре Сан-Франциско и также базируется на идеологии равенства религий и систем мировоззрения, прежде всего, восточной и западной.

В институте несколько подразделений: Школа изучения сознания и трансформации, Школа сравнительных исследований (например, есть факультет Западно-Восточной психологии), Школа профессиональной психологии с отделениями соматической терапии, терапии творческим выражением, драма-терапии, клинической терапии, интегративной консультативной психологии. Большое внимание уделяется гендерной проблематике – есть, например, факультет женской духовности (*Women's Spirituality*).

Это один из немногих университетов США, где функционирует программа по терапии творческим выражением, основанная в 1995 году. Как уже отмечалось выше, особенностями *Expressive arts therapy* – молодого направления, возникшего в 70-е годы – является сочетание различных арт-модальностей в терапевтическом процессе, а также и в процессе обучения. Основными идеологами этого направления являются Шон Мак-Ниф и Паоло Книлл.

В продолжение данного раздела мы помещаем интервью с выпускницей факультета терапии творческим выражением Жанной Голдфайн:

### **Интервью с Ж.Гольдфайн:**

*В.С.:* Довольны ли Вы образованием, которое получили? Несколько слов о том, как проходило обучение, и когда Вы его закончили.

*Ж.Г.:* Образование я получила, можно сказать, фантастическое. Калифорнийский Институт Интегральных Наук – Мекка для тех, кто все-раз интересуется Восточными науками и духовными практиками, трансперсональным подходом к современной психотерапии и личной трансформацией. Институт был основан учеником Шри Ауробиндо – Харидасом Чандури. Каждый урок в институте начинается с короткой медитации, и обучение основывается на вере в то, что человек, прежде всего, существо духовное.

Институт состоит из «Школы сознания и трансформации» и «Школы профессиональной психологии». В школе психологии можно получить степень Магистра (М.А.) в области клинической психологии со специализацией в интегральной психологии, драма-терапии, сомато-терапии или терапии творческим выражением (ЕХА); а также степень Доктора (Psy. D.) в области клинической психологии. Я получила М.А. в клинической психологии со специализацией в терапии творческим выражением в 2004 году. Программа состояла из двух лет теоретических и практических курсов и одного года практики.

*В.С.:* Какова необходимая базовая подготовка по психологии? Изучали ли Вы в процессе обучения другие психотерапевтические направления? Проходите ли специальную арт-подготовку?

*Ж.Г.:* СИПС, а особенно программа ЕХА, придает большое значение личному опыту психологически-духовной трансформации – все письменные работы должны быть построены на основе личных переживаний. Студенты учатся «друг на друге», а также пробуют на себе все изучаемые методы. В программе ЕХА это было особенно заметно – мы постоянно рисовали, клеили, лепили, двигались, играли и творили вместе, анализируя собственные чувства и реакции и учась друг у друга.

Для поступления в программу не нужно иметь никакой базовой подготовки, кроме личного творческого опыта и четкого осознания собственных целей – на собеседование просят принести сочинение на тему «почему я хочу быть психологом» и портфолио собственных творческих работ.

Обучение охватывает курсы по традиционным и современным направлениям психотерапии (психоанализ, юнгианская и гуманистическая психология; экзистенциальная, человеко-центрированная, трансперсональная терапии и т.д.), включая групповую и семейную терапии, терапию с детьми, психо-фармакологию и т.п. Параллельно преподаются курсы по различным методам ЕХА – арт-, драма- и музыка-терапия, интермодальная терапия и т.д. Таким образом, программа включает в себя все

виды вербальной терапии наравне со всеми существующими направлениями терапии творческим выражением. При этом, через все теории лейтмотивом проходит идея интегрального развития и исцеления человеческого сознания, тела и души.

*В.С.:* Что можно сказать о преподавательском коллективе?

*Ж.Г.:* Все преподаватели в CIIS идут в ногу с его интегральной философией – у всех есть установившаяся духовная практика, на психологическом факультете все профессора – практикующие психологи. Мой любимый профессор – директор программы ЕХА Джэк Уэллер. Его курс «Сила Творчества: Искусство, Мистика и Творчество» – тонкая смесь поэзии, мудрости и духовности.

*В.С.:* В каких отношениях в вашем направлении терапии находятся искусство и психотерапия?

*Ж.Г.:* В прямом. В основе терапии творческим выражением (или, как ее сейчас называют в России, терапии искусствами) лежит вера в то, что «творчество лечит». ЕХА соединяет в себе арт-терапию, драма-терапию, танцевально-двигательную терапию, музыкальную терапию и все другие существующие и не существующие терапии «творчеством». Рисунки, движение, звук, игра, воображение и поэтическое слово используются как инструменты самовыражения, как способы подключения к глубоким слоям подсознания, до которых мы редко добираемся, используя традиционную вербальную терапию.

*В.С.:* Каковы были формы контроля знаний, итогового контроля?

*Ж.Г.:* В CIIS не уделяется особое внимание контролю или оценкам. Большинство учеников выбирают систему Pass/Fail (прошел/провалил), и провалить предмет можно только, не сдав все необходимые работы или прогуляв больше чем один класс. Преподаватели обычно не ставят оценок на сочинениях и тестах, и не навязывают студентам своего мнения. Единственные предметы, относительно которых предполагается существование объективно правильных ответов – это психопатология, психофармакология и такая дисциплина, как «закон и этика». Эти предметы предложены институту штатом Калифорния в качестве обязательных.

*В.С.:* Кратко очертите, в чем состояла практика, была ли интернатура?

*Ж.Г.:* Диплом Магистра предполагает три семестра практики, которую я проходила в Русско-Язычной Психологической Клинике в Сан-Франциско. После получения диплома нужно отработать 3000 часов интерном, чтобы получить лицензию психотерапевта. Таков закон штата Калифорния. Институт помогает найти место для практики и для интернатуры.

*В.С.:* Каковы Ваши дальнейшие планы?

*Ж.Г.:* Сейчас я прохожу второй год интернатуры в Консультативном Центре Живых Искусств в Сан-Франциско (*Living Arts Counseling Center*)

и работаю со стариками, взрослыми, детьми и подростками. Половина моих клиентов – русскоязычные эмигранты из Советского Союза. Я также провожу семинары и тренинги по терапии творческим выражением. В моих планах – «вывезти» свою практику за границу, а точнее – в Москву. В следующем году я собираюсь провести летний практический интенсив по интермодальной терапии творчеством в программе повышения квалификации по терапии искусствами на базе МГППУ, а также публичный семинар «Целительная Сила Творчества». Очень хотелось бы поделиться своим образованием и опытом с земляками.

*В.С.:* Что Вы еще считаете необходимым добавить относительно специфики вуза в целом или Вашего факультета?

*Ж.Г.:* СИПС с радостью принимает интернациональных студентов и помогает им с жильем, финансами, работой и визой. Если вы хотите узнать подробно об Институте в целом или о программе ЕХА – обращайтесь ко мне, используя Интернет: zhanna@zhanna.net Я буду рада ответить на любые ваши вопросы.

## **ЛИТЕРАТУРА**

Арт-терапия в эпоху постмодерна / Под редакцией А.И. Копытина. – СПб.: Речь, 2002.

*Бетенски М.* Что ты видишь? Новые методы арт-терапии. – М.: Эксмо-пресс, 2002.

*Дженнингс С., Минде А.* Сны, маски, образы. Практикум по арт-терапии. – М.: Эксмо, 2003.

Интервью с Джудит Рубин // Исцеляющее искусство. №4. 2002.

*Копытин А.И.* Основы арт-терапии. – СПб., 2000.

*Копытин А.И.* Системная арт-терапия. – СПб., 2001.

*Копытин А.И.* Хрестоматия по арт-терапии. – СПб.: Питер, 2001.

*Копытин А.И.* Теория и практика арт-терапии. – СПб.: Питер, 2002.

*Лебедева Л.Д.* Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2003.

Практикум по арт-терапии. Под ред. А.И. Копытина. – СПб.: Питер, 2000.

*Allen P.* Art is a way of Knowing. – Shambala, 1995.

*Knill P.J., Nienhaus B.H., Fuchs M.N.* Minstrels of Soul. Intermodal Expressive Therapy. – Toronto, Palmerstone-press, 1993.

*Lewis P.* Creative transformation – the healing power of the art. – Chiron Publications, 1993.

Newsbriefing // The British Association of Art Therapist, December 2004.