

Текст взят с психологического сайта <http://psylib.myword.ru>

*На данный момент в библиотеке MyWord.ru опубликовано более 2500 книг по психологии.*

*Библиотека постоянно пополняется. Учитесь учиться.*

*Удачи! Да и пребудет с Вами.... :)*

Сайт psylib.MyWord.ru является помещением библиотеки и, на основании Федерального закона Российской Федерации "Об авторском и смежных правах" (в ред. Федеральных законов от 19.07.1995 N 110-ФЗ, от 20.07.2004 N 72-ФЗ), копирование, сохранение на жестком диске или иной способ сохранения произведений размещенных в данной библиотеке, в архивированном виде, категорически запрещен.

Данный файл взят из открытых источников. Вы обязаны были получить разрешение на скачивание данного файла у правообладателей данного файла или их представителей. И, если вы не сделали этого, Вы несете всю ответственность, согласно действующему законодательству РФ. Администрация сайта не несет никакой ответственности за Ваши действия.



Т. Колошина  
Г. Тимошенко

# Марионетки в психотерапии



**Татьяна Колошина  
Галина Тимошенко**

**МАРИОНЕТКИ  
В  
ПСИХОТЕРАПИИ**



**Издательство Института Психотерапии  
Москва  
2001**

**Колошина Т. Ю., Тимошенко Г. В.**

Марionетки в психотерапии. — М.: Изд-во Института Психотерапии, 2001. - 192 с.

*Эксклюзивное право издания книги на русском языке  
принадлежит Институту Психотерапии. Все права защищены.  
Любая перепечатка издания является нарушением  
авторских прав и преследуется по закону.  
Опубликовано по соглашению с авторами.*

Арттерапевтические методы всегда привлекают к себе внимание не только специалистов, работающих в разных направлениях психотерапии — трансперсональной, телесно-ориентированной, экзистенциальной и многих других, — но и людей, интересующихся психологией, искусством, культурологией, эзотерическими учениями, и тех, кто пытается самостоятельно решить свои собственные проблемы или проблемы своих близких.

Предлагаемая книга будет интересна многим, поскольку в ней содержатся как оригинальные философские и психологические изыскания по поводу одной из самых древних и загадочных игрушек человечества - марionетки, так и исчерпывающая информация о двух уникальных авторских методиках с использованием ее самых рациональных и совершенно иррациональных свойств.

ISBN 5-89939-041-7

Колошина Т. Ю., Тимошенко Г. В., 2001  
Изд-во Института Психотерапии, 2001

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.....	7
<b>ЧАСТЬ I. РЕТРОСПЕКТИВА.....</b>	<b>11</b>
<b>Глава 1. Психотерапевтическое пространство.....</b>	<b>14</b>
В чем мы оказались согласны.....	14
Наука, искусство или магия.....	14
Взгляд Татьяны.....	16
Во что я играла до психотерапии.....	16
Психотерапия болезненная и безболезненная.....	17
Игра, искусство и психотерапия.....	20
Лирико-психотерапевтическое отступление.....	21
Взгляд Галины.....	23
Кто за что отвечает.....	23
Как становятся клиентами.....	24
Чего хочет клиент от психотерапевта.....	26
<b>Глава 2. Арттерапевтическая область.....</b>	<b>29</b>
Взгляд Галины.....	29
Мои взаимоотношения с арттерапией.....	29
Взгляд Татьяны.....	31
Уроки искусства.....	31
Искусство и исцеление.....	33
В чем мы оказались согласны.....	34
Особые приметы арттерапии.....	34
Триадичность арттерапии.....	35
Ресурсность арттерапии.....	37
Метафоричность арттерапии.....	41
Метафора.....	42
Что арттерапевт делает с метафорой.....	43
<b>Глава 3. Марионетка.....</b>	<b>47</b>
Взгляд Галины.....	47
Марионетка как метафора.....	47
Взгляд Татьяны.....	48

Марионетка-Сталкер.....	48
Совместный поход в библиотеку.....	49
Начало истории марионетки.....	49
Марионетка восточная и западная.....	51
<b>Глава 4. Первые опыты.....</b>	<b>54</b>
Опыт Татьяны.....	55
Пугающая эффективность марионетки-психотерапевта.....	55
Архетип и кукла.....	56
«Верх» и «Низ».....	57
Марионетки и теневой театр, или может ли марионетка быть «хорошей».....	58
Каково быть болванкой.....	60
Прекрасно и неосуществимо.....	60
Гибрид архетипа с метафорой.....	61
Опыт Галины.....	62
Полная свобода или равные возможности.....	62
Кто кем управляет.....	65
Куда ведут нити.....	68
<b>ЧАСТЬ II. ПЕРСПЕКТИВА.....</b>	<b>71</b>
<b>Глава 5. Введение.....</b>	<b>73</b>
Соображения Татьяны.....	73
Марионетка как проводник в собственную «Тень».....	73
Соображения Галины.....	74
Марионетка как образ «Я».....	74
<b>Глава 6. Архетипическая работа с марионеткой.....</b>	<b>77</b>
Инструкции клиенту.....	77
Задаем тон.....	77
Используемые материалы.....	79
Способы изготовления марионетки.....	79
Чего изволите?.....	81
Личностные особенности материала.....	85
Этапы работы клиента.....	86
Что бывает в самом начале.....	86
Ищем решение.....	87
Понятно, что ничего не понятно.....	88
Великое таинство зачатия.....	90
Вдыхаем жизнь.....	91
Стратегии работы психотерапевта.....	93

Что значит сформулировать психотерапевтическую стратегию?.....	93
Идеологическое отступление.....	94
Основные подходы.....	96
Вместе или по отдельности?.....	99
Диагностичность архетипической марионетки.....	101
Что диагностируем?.....	101
Великаны и лилипуты.....	102
«Каждый охотник желает знать, где сидит фазан».....	103
Управленческие затруднения.....	107
Когда бестелесность неприемлема.....	ПО
Голова — всему начальник.....	112
Материал марионетки и ее характер.....	115
<b>Глава 7. Метафорическая работа с марионеткой.....</b>	<b>117</b>
Инструкции клиенту.....	117
Что должен сделать клиент?.....	117
Используемые материалы.....	118
Спротивление материала.....	118
Конструкторские радости.....	121
Дергаем за нити.....	122
Этапы работы клиента.....	123
Этапы большого пути.....	123
У каждого свои скелеты в шкафу.....	125
«Плоть от плоти моей...».....	129
«Нити Ариадны».....	131
Марионетка учится ходить.....	133
Диагностичность метафорической марионетки.....	134
На что смотрим.....	134
Вынужденная остановка.....	134
«Что-то здесь не так».....	136
Эпохальные проблемы.....	138
Диагностика по скелету.....	140
Внутренний стержень.....	141
Плотские утехи клиента.....	148
Архитектурные излишества.....	151
«Летящей походкой...».....	153
Стратегии работы психотерапевта.....	155
Чем меньше, тем лучше.....	155
Клиент стоит на месте.....	156
Чего не может марионетка.....	157

Дополнительные затруднения.....	158
Самое главное.....	159
Задачи и средства.....	163
Немаловажные подробности.....	164
<b>Глава 8. Что же у нас получилось?</b> .....	<b>166</b>
Механизмы действия архетипической марионетки.....	166
Символ и метафора.....	166
Что воплощает марионетка.....	168
Я и есть моя кукла?.....	170
Механизмы действия метафорической марионетки.....	172
А что, собственно, происходит?.....	172
С чем и как клиент работает.....	174
Как работает трансформация метафоры.....	175
Показания и безопасность в работе с архетипической марионеткой.....	176
Показано всем?.....	176
Чего можно и нужно бояться.....	180
Показания и безопасность в работе с метафорической марионеткой.....	182
«Кому выгодно?».....	182
Осторожно, марионетка!.....	183
<b>Глава 9. Заключение</b> .....	<b>185</b>
Выводы напоследок.....	185
<b>Литература</b> .....	<b>187</b>

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Российская психотерапия пребывает ныне в том сказочно прекрасном периоде, когда она еще очень многое может, но уже очень многое помнит. С одной стороны, не так давно современная профессиональная литература хлынула в нашу страну во всем своем многообразии, позволяя смаковать сливки (впрочем, и не только) мировой психотерапии последних десятилетий. С другой стороны, еще не выросло новое поколение молодых российских специалистов, которое бы не представляло себе метаний промеж четырех почти что тюремных стен, офаничивавших психотерапию советских времен — гипноза, аутогенной тренировки, рациональной и фупповой психотерапии. И в этих фустных воспоминаниях есть свой неожиданный офомный выифыш: как известно, одна из основных специфических черт нашего российского менталитета и состоит в способности найти такие лазейки во всех и всяческих офаничениях, которые не приснятся ни одному законопослушному европейцу и уж тем более ни одному благополучному американцу.

То же самое произошло и с отечественной психотерапией. На щедро удобренной почве крайнего — с точки зрения западной осведомленности — невежества, обусловленного причинами идеологического характера, наши специалисты умудрились вырастить вполне достаточное количество совершенно оригинальных идей, подходов и методик. Некоторым из них иностранные специалисты радостно изумляются, некоторых вообще не понимают, а некоторые для западного клиента, строго разфафленного, упорядоченного и благопристойного, просто-напросто не нужны. Тем не менее эти идеи, подходы и методики разрабатываются, применяются и совершенствуются параллельно с изучением фомадного недоосвоенного профессионального западного наследия.

Одной из наиболее благодатных с этой точки зрения областей современной психотерапии является арттерапия, в которой креативность отечественных специалистов проявляется в полной мере, чему, в свою очередь, способствуют и богатейшие культурные традиции нашей страны. Нельзя не отметить и широту возможного использо-

вания арсенала арттерапевтических техник — классических и оригинальных авторских — применительно к специфике нашего российского мышления. Как-то уж так сложилось, что арттерапия в тех или иных своих формах нашла себе дополнительное — помимо самостоятельного — применение едва ли не в каждом из прочих психотерапевтических направлений. Кроме профессионального использования оказалось, что арттерапия попадает в сферу разнообразных интересов самых широких слоев непрофессионального населения — в силу ли врожденной креативности нашего населения, по причине ли традиционно сильной эзотерической направленности или из-за неизбывного интереса ко всему малопонятному. Кого-то подобная деятельность увлекает своими возможностями личностного развития, кому-то дает весьма эффективные способы самореализации, для кого-то становится одной из дорог к познанию непознаваемого в нашей человеческой природе. Во всяком случае, куда труднее найти людей, равнодушных к этому специфическому синтезу искусства и психотерапии, чем тех, кто находит в нем что-то важное, нужное, неожиданное и увлекательное для себя. Короче говоря, любые новые способы арттерапевтической работы немедленно оказываются востребованными и находят для себя удобную нишу в психотерапевтическом пространстве.

Все сказанное выше в полной мере можно отнести и к предлагаемой вниманию читателя книге. Есть такая народная психотерапевтическая примета: когда два человека с совершенно разными характерами, пристрастиями и интересами одновременно обращают внимание на один и тот же предмет - жди совершенно разных результатов. Именно это и произошло в данном случае. Два психотерапевта несколько лет назад заинтересовались возможностями удивительной и забавной куклы марионетки и оказалось, что ее история и специфические особенности просто-таки умоляют найти ей применение в психотерапии. Более того, оказалось, что этими ее специфическими особенностями до сих пор не воспользовался ни один (!) психотерапевт в мире, что и подтвердилось практически полным отсутствием соответствующей литературы на всех европейских языках. В итоге совместное - или, скорее, параллельное — исследование психотерапевтических возможностей марионетки завершилось написанием этой книги. В ней есть исторические, философские и психологические экскурсы, обосновывающие опыт практического использования марионеток в психотерапии, но главное — в ней есть весьма и весьма подробное описание тех самых совершенно разных результатов этого использования, то бишь двух различных, полностью го-

товых к употреблению методик работы с марионетками. Авторы попытались посмотреть на марионетку как с самой что ни на есть глубокой, иррациональной, так и с весьма прагматической точек зрения и использовали все достоинства обоих подходов.

Предлагаемые методики способны заинтересовать и профессиональных арттерапевтов, и специалистов, использующих арттерапию в других направлениях психотерапевтической работы, и поклонников эзотерических способов исследования мира, и людей, предпочитающих аутопсихотерапию любым другим ее разновидностям, и тех, кому просто интересны путешествия в собственные глубины с самыми разнообразными целями. Марионетки доброжелательны и готовы помочь любому — в конце концов, мы с ними так похожи друг на друга, что наверняка являемся самыми ближайшими родственниками!



**ЧАСТЬ I.**

**РЕТРОСПЕКТИВА**

Если два человека в одном и том же ограниченном пространстве ищут одно и то же, то, вероятнее всего, рано или поздно они встретятся. Разумеется, если каждый из них сумеет искомое найти.

Если два человека в ограниченном пространстве ищут нечто разное, но в одном и том же направлении, они, весьма возможно, тоже встретятся, — при условии, что будут искать достаточно долго.

Даже если два человека ищут совершенно разные вещи и в совершенно разных направлениях - они тоже, скорее всего, когда-нибудь встретятся. Если, конечно, их совместное пространство действительно ограничено.

Честно говоря, мы, наверное, еще и сами не поняли, ищем ли мы одно и то же, идем ли в одном направлении или просто пространство ограничено. Однако факт налицо: в психотерапевтическом пространстве есть область под названием «Арттерапия», в которой и находилась точка нашей встречи. И была эта точка каким-то загадочным образом связана со словом «марионетка». В окрестностях ее никого не наблюдалось, хотя нам обеим эта точка показалась чрезвычайно интересной и многообещающей. То, что некоего было спросить о том, как марионетка оказалась в арттерапевтической области психотерапевтического пространства, удивило, озадачило, возможно, подзадорило, но не обескуражило. В сущности, единственное, что мы знали о месте нашей встречи — это то, какими путями обе мы сюда пришли. Получалось, что для исследования этого таинственного, укромного и на редкость привлекательного уголка нам совершенно необходимо хотя бы пройти назад по своим же собственным следам.

Как и зачем каждая из нас оказалась в психотерапевтическом пространстве? Что мы вообще о нем думаем? Почему обе мы из всех бескрайних территорий психотерапевтического пространства выбрали именно область арттерапии? Как мы себе ее представляем? Что мы здесь искали, чего не могли найти в иных местах? И какими ветрами, дующими внутри арттерапевтической области, нас занесло в

точку с названием «Марионетка»? Чем она отличается от всех прочих точек? Зачем она каждой из нас? Что мы предполагаем в ней обнаружить? И как мы будем найденное использовать? Будет это происходить вместе или по отдельности?

И лишь после того, как мы сумеем — если, конечно, сумеем — ответить на все эти вопросы, мы сможем от ретроспективной части нашего совместного исследования перейти к перспективной, дабы хоть сколько-нибудь подробно и вразумительно объяснить всем остальным, что они могут найти в точке «Марионетка», что находится в укромном уголке арттерапевтической области психотерапевтического пространства...

# Глава 1. ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ПРОСТРАНСТВО

## В чем мы оказались согласны

Наука, искусство или магия

Строго говоря, встречались мы в вышеупомянутом пространстве и гораздо раньше. Радовались встрече, обсуждали, спорили, советовались - и расходились, весьма довольные друг другом. Главным, что объясняло наши частые встречи, был вопрос, который обе мы постоянно себе задавали: что такое психотерапия вообще и арттерапия в частности?

Вообще-то вопрос вполне закономерный, и психотерапевт, который не задает его себе, вряд ли может быть эффективным профессионалом, ибо человек, лишенный сомнений, должен бежать от психотерапии как черт от ладана. Однако мы этот вопрос формулировали более конкретно: что такое психотерапия (и арттерапия) — наука, искусство или магия? Собственно говоря, такая крамольная формулировка с неизбежностью вытекала из классического труда Фрэзера «Золотая ветвь»: «Фундаментальное допущение магии тождественно, таким образом, воззрениям современной науки: *в основе как магии, так и науки лежит твердая вера в порядок и единообразие природных явлений.* У мага нет сомнения в том, что одни и те же причины всегда будут порождать одни и те же следствия <...> В обоих случаях допускается, что *последовательность событий совершенно определена, повторяема и подчиняется действия неизменных законов, проявление которых можно точно вычислить и предвидеть. Из хода природных явлений изгоняются изменчивость, непостоянство и случайность*» (I).

Если посмотреть на психотерапию с этой точки зрения, то она, разумеется, ни наукой, ни магией не является, поскольку своим предметом имеет сущность, по определению уникальную — личность человека. Конечно же, когда речь идет об этой уникальности, каждый понимает, что основные принципы психофизиологической организации, базовые потребности, закон сохранения энергии, факт суще-

ствования бессознательного, его абсолютная целесообразность и многие иные территории внутреннего обитания у всех нас одни и те же. Однако как только психотерапевт вступает в область сугубо индивидуального, он вынужден изобретать уникальные средства воздействия и взаимодействия.

С другой стороны, наука исследует только те явления, которые, по ее мнению, находятся вне влияния непознаваемых сил, либо этим влиянием при изучении можно пренебречь, либо это влияние наука сама может (или полагает, что может) для изучения воспроизвести. Магия, в свою очередь, вполне согласна с наличием таких непознаваемых сил, хотя природу их влияния постичь даже и не пытается, оставив за собой лишь возможность использовать это влияние с помощью каких-то технологически повторяемых механизмов. Психотерапия, таким образом, оказывается сидящей между этих двух стульев: она наличие принципиально непостижимого в психике человека принимает, но в то же время пытается это непостижимое изучать, к нему обращаться и его использовать. Магические ритуалы возникали из первоначального — скорее всего, случайного — совпадения во времени или в пространстве различных и, весьма вероятно, независимых событий. Но так же формируются и психотерапевтические техники, с той только разницей, что эти приемы впоследствии корректируются практикой.

С третьей же стороны, психотерапия изначально принципиально отличается от всех прочих наук (в том числе и от психологии) тем, что ее предмет целостен и равен исследователю. Любая наука сводит некую целостность до ее отдельного аспекта и этот аспект изучает. Даже психология может позволить себе расчленение целостности по имени «Человек», например, до отдельных психических функций с целью их последующего изучения. Однако унифицированной психотерапии быть не может, поскольку ее целью является помощь отдельной, совершенно конкретной целостности, имеющей имя, фамилию, возраст, личную биографию и великое множество других жизненных подробностей. Магию, кстати, тоже интересует совершенно конкретный, прагматический результат, но она при этом вполне безразлично относится к понятию целостности.

Тогда, может быть, удастся добиться всеобщего согласия и профессионального благоденствия, объявив психотерапию — и уж тем более арттерапию — искусством? Однако любое искусство — если оно действительно искусство, а не ремесло, — создается или осуществляется исключительно в интересах создающего. В нашем психотерапевтическом контексте это означает, что психотерапевт в процес-

се работы озабочен всецело процессом собственного самовыражения, каковое и является самостоятельной и единственной целью психотерапии, а клиент в этом случае оказывается как бы и вовсе ни при чем... Такое видение психотерапии нас, в общем-то, тоже мало устраивало.

Но ведь что-то привело нас к этому малопонятному, рискованному занятию неясного происхождения?!

## **Взгляд Татьяны**

### **Во что я играла до психотерапии**

До появления в пространстве психотерапии я играла в игры в специальной исследовательской лаборатории, где у нас не было даже клиентов, потому что мы имели дело исключительно с испытуемыми, хотя и это слово тогда в официальных документах особенно не фигурировало.

Сначала ими были дети всех возрастов, с которыми все было просто и понятно: игра для них ведущая деятельность, где развиваются познавательные возможности ребенка, идет становление его коммуникативных навыков, социализация и т. д. Мы же в своей работе были не психотерапевтами, а психологами, — посему нас и интересовало только то, как именно в игровой ситуации происходит развитие способностей нашего испытуемого и как эти способности потом можно будет эффективно использовать. Что в результате нашей деятельности — и после нее — произойдет с ребенком, нас не слишком интересовало.

Затем нашими испытуемыми стали взрослые люди. Эти испытуемые совершенно честно полагали, что участвуют в эксперименте не из чистого любопытства, а с целью лучше организовать свою профессиональную или какую-то иную деятельность — усовершенствовать, например, собственное мышление, общение и т. д. В соответствии с этим мы сформулировали свою задачу иначе: создать такую игровую ситуацию, которая позволила бы выпустить на волю дремлющие в повседневной жизни творческие возможности наших испытуемых. В игре по самой ее природе нет строго заданной цели, которой во что бы то ни стало следует достичь, — а, значит, нет и груза ответственности за результат. И вот именно тогда он и может позволить себе сделать то, чего не позволяет в обычных обстоятельствах. Для этого ему и необходима некоторая необычная жизненная ситуация — ситуация, выбивающая его из привычной колеи, отме-

няющая стереотипы мышления и поведения. Человек всего-навсего играет. Ведь это легко и приятно, не правда ли?

Тут-то меня и одолело недоумение: каким же загадочным образом человек не использует имеющиеся у него разнообразные таланты в своей реальной жизни, в тех трудных или экстремальных ситуациях, когда именно они могли бы оказаться решением проблемы, а может быть, даже спасением?

Тем не менее в условия *исследования* игры ответ на этот вопрос не входил, и уж тем более в них не входило желание помочь научиться собственными талантами пользоваться. В результате цели экспериментаторов не имели никакого отношения к целям испытуемых, все играли в разные игры, плыли в разные стороны и испытывали совершенно понятную в такой ситуации неудовлетворенность.

## Психотерапия болезненная и безболезненная

В наших экспериментах испытуемым приходилось не слишком сладко: эксперименты-то были ориентированы на то, чтобы научить человека правильно мыслить, структурировать деятельность и себя самого, при этом где-то на обочине, за пределами наших интересов оставался вопрос — а зачем, собственно говоря, ему все это надо? Зачем вот этот конкретный человек поставил перед собой задачу что-то улучшить в своей деятельности? Что он будет с этим улучшением делать? Вслед за нами на обочине собственного сознания этот вопрос оставляли и наши испытуемые. Уже обнаружив свой доселе от них потаенный творческий потенциал, они в своей дальнейшей жизни никак не могли решить, что им с ним делать. Пока они оставались в рамках эксперимента и выполняли поставленные нами, экспериментаторами, задачи, было вполне очевидно, к чему свои вновь обретенные способности приложить. Но вот дальше-то как с этими способностями быть?!

И вот тогда я и сформулировала для себя, чем я хотела бы заниматься вместо всего уже описанного. Я хотела, приводя человека на некие его внутренние совершенно нехоженые территории, заняться вместе с ним длительным и увлекательным процессом совместного осознания, зачем ему туда надо. Сначала решить, и только потом идти туда, где он не бывал раньше. Мой клиент — клиент, а не испытуемый! - в такой работе должен будет ответить не на вопрос «почему он туда собрался», а на вопрос «зачем»? И даже на два вопроса — «зачем?» и «за чем?». Ведь понятно, что это два совершенно разных вопроса. «За чем я иду? — За яблоками. —

Зачем я за ними иду? — Есть хочу». Пока человек на эти два вопроса сам себе не ответит, у него вообще нет ни единого шанса получить то, чего он хочет.

Выяснилось, что если уж ответами на эти вопросы кто-то и занимается, то только психотерапевты, и для начала я пошла учиться. Ходила я на разнообразные школы и семинары, и то ли мне с ними не везло, то ли им со мной, но только каждый раз я видела столько боли, что поневоле возникал вопрос — а стоит ли такой ценой приобретать то внутреннее усовершенствование, которое мне предлагается?

Я сама очень боюсь боли и полагаю — вполне возможно, необоснованно, — что все нормальные люди тоже ее боятся. Болезненных переживаний и гак вполне достаточно в жизни, так что умножать их без особой надобности показалось мне принципиально неверным ходом. Если человек нечто осознает, понимает и принимает без боли, у него не остается от этой боли тягостного воспоминания, — тем охотнее он этим «нечто» будет пользоваться. И тогда я снова вернулась к играм.

А вернулась я к ним потому, что по моему глубочайшему убеждению игра не может быть болезненной. Игра рассчитана на творческое начало в человеке, а творчество и боль — понятия, на мой взгляд, абсолютно не сочетаемые. Основой для творчества может быть *переживание*, но не *боль*. Слово «переживание» в своем этимологическом значении говорит о преходящей природе чувства, о том, что любую боль можно *пере-жить*, переболеть, пропустить через себя и — отпустить, выпустить наружу. А от сильной боли ничего гениального человек совершить не может, он просто превращается в животное, воющее от непереносимых страданий и заботящееся лишь об одном — чтобы страдания эти поскорее закончились. Тут уж не до творчества — выжить бы. Посему, адресуясь к творческому в человеке, мы заведомо даем ему возможность не сойти с ума от боли, не уйти от нее, но ее *пережить*.

Но важно и другое: игровая деятельность не имеет практической цели. Игра направлена не на результат, а на сам процесс игры. Если человек начинает игру даже с такой, казалось бы, искренней и бескорыстной целью как «узнать что-то новое», никакой игры не будет и в помине. И когда мы, взрослые, начинаем говорить про «развивающие» или «обучающие» игры, не стоит забывать, что у ребенка нет и не может быть цели в ходе этой игры развиваться или обучаться. Если же таковая цель случайно у ребенка возникает, то он перестает играть и начинает обучаться.

Понятно, что азартные игры, по определению ориентированные на выигрыш, в этом смысле к играм вообще не относятся. Во все же

остальные игры играют просто потому, что это приятно. Никакого принципа реальности — один сплошной принцип удовольствия!

Почему мне это показалось важным? Потому, что любая деятельность, ориентированная на некий очевидный результат, автоматически задает как определенный выигрыш человека в случае достижения этого результата, так и столь же конкретный проигрыш в случае его недостижения. Чем значимее предполагаемые выигрыш или проигрыш, тем меньше у человека возможности экспериментировать с собственными возможностями.

Игра же, напротив, дает колоссальную свободу в выборе собственной стратегии, свободу мысли, а значит, и возможность вариативности действий. Собственно, игра как таковая и рассчитана на нахождение принципиально новых стратегий, форм поведения, она не терпит стереотипов и паттернов. В игре человек может быть кем угодно — женщиной, мужчиной, ребенком, животным, деревом, посудой, мебелью... Сменив же роль, он меняет и свою личностную позицию, и мотивацию, и способы действий. В результате на его внутренних территориях обнаруживаются такие вполне готовые к употреблению деятельностьнные механизмы, о которых он доселе и не подозревал!

По всей видимости, именно в силу своей колоссальной ресурсное™ игровая деятельность не пропадает с возрастом. Естественно, она рано или поздно перестает быть ведущей, но никогда не отмирает за полной ненадобностью. Иначе зачем взрослому человеку потребовалась бы, например, елка с игрушками? Все уже давным-давно забыли смысл этого языческого ритуала, но настроение игры, легкости, необязательности, неожиданных возможностей дает человеку большую свободу, нежели иные — менее игровые — праздники. Это одна из немногих сохранившихся возможностей поиграть «на законных основаниях», которые остаются у взрослого человека в нашей культуре — и доиграть недоигранное в детстве. На короткое время он оказывается свободным от положенных в обычной жизни форм поведения. Ему неизвестно, что такое «положено» и «не положено», он имеет право на удовольствие и *не осуждается* другими. Человек как бы включает в себе некоего «дурака» — естественно, архетипического, а не клинического, — который, собственно говоря, и отвечает за его творческое начало.

Если же потребность в игровой деятельности есть, а возможностями реализовать ее нет, то человек отправляется искать эти возможности в те самые невротические взрослые игры, которые с такой тщательностью и грустно-иронической усмешкой описаны Э. Берном (2). При этом он свои игровые потребности будет реализовы-

вать, сам того не подозревая, и станет играть в любой своей деятельности. Карьера, семейная жизнь, хобби - все в конечном итоге будет игрой. Причем такой человек обречен на вечную неудовлетворенность результатом, поскольку игровая-то деятельность, каковой и будут являться все его жизненные занятия, неосознанно окажется организованной как игровая, то есть ориентированная на процесс.

В результате бедняга умудрится в такой псевдо-серьезной деятельности ни цели не достигать, ни удовольствия от процесса не получать.

## Игра, искусство и психотерапия

Вот у меня и получилось, что по своей природе игра психотерапевтична. И возникла она в этом своем качестве давным-давно. Например, еще в неолите появились куклы. Что с ними неолитический человек делал — играл, что ли? Вряд ли: ведь игровая деятельность — это довольно позднее приобретение человечества, поскольку для того, чтобы порадоваться игровой деятельности, способность получить удовольствие должна быть отделена от инстинктивных действий. Поначалу природа, беспокоясь о выживании рода человеческого, позаботилась о том, чтобы подкрепить осуществление наиболее важных инстинктивных действий ощущением физического удовольствия. В случае игровой деятельности удовольствие начинает носить совершенно иной характер, оно оказывается уже не связанным ни с поддержанием существования отдельного человека, ни с выживанием человеческого рода, ни вообще с получением какого бы то ни было конкретного результата. Путь от первого — «обязательного» — удовольствия до второго — «факультативного» — неолитическому человечеству еще только предстояло пройти. Для чего же тогда делались неолитические куклы?!

Мне кажется, что они действовали как дети, которым было интересно посмотреть самим на себя. Глядя на другого человека, каждый из них мог увидеть лишь некое — не совсем точное — подобие своего тела, но не душу. И тогда была сделана кукла. Нельзя разобрать другого человека, чтобы выяснить, как он устроен и что им управляет? Зато куклу - пожалуйста! Она - и продукт, и собственность, и часть человека, который ее создал. И какая бы эта часть ни была страшная, она своя, родная.

Для каждой матери ее ребенок красив, хотя она прекрасно понимает, что у рядом стоящего малыша и глазки побольше, и носик попрямее, и ножки не кривые. Материнский инстинкт оказывается

более значимым, чем непосредственные, реальные впечатления. Точно так же, когда древний человек делал куклу, она становилась его детищем, его частью, а значит, не могла быть плохой. «Мое» автоматически начинало означать «красивое». А то, что красиво, не может быть слишком страшно. Ведь и в сказках злые красавицы-ведьмы не только пугают, но и привлекают, — вспомните хотя бы Снежную королеву. Даже смерть часто изображается в виде очень красивой и очень холодной женщины. Красивое, пусть и связанное со смертью, начинает вызывать интерес - в полном, кстати, соответствии с изначальным чувством гармонии. Вам не кажется, что все это немножко напоминает психотерапевтическую работу с экзистенциальным кризисом?

### Лирико-психотерапевтическое отступление

Вот как-то незаметно все эти понятия — кукла, игра, красота, искусство, психотерапия — и оказались лежащими очень близко друг от друга. Как же все это сложилось исторически?

...Скорее всего, первое театральное действие возникло с перепугу - как, возможно, и многое другое в истории человеческой культуры. Давным-давно, в незапамятные времена, когда жить было очень трудно и страшно, наверно, даже труднее и страшнее, чем теперь, самый первый актер — который, разумеется, еще не являлся таковым по статусу, — бессознательно решил облегчить себе эту трудную и страшную жизнь, внеся туда то, что мы впоследствии стали называть игрой. Ведь изначально профессионального театра конечно же не было - были совместные «площадные» действия, дававшие возможность совместного переживания каких-то чувств, и, весьма вероятно, в первую очередь страхов. Когда человек не живет, а в эту непереносимую и ужасную жизнь играет, становится немного легче.

То, что угрожало жизни людей, было столь непонятно и велико, что справиться с ним реально им возможным не представлялось. Вот тогда-то они и обнаружили, что последняя возможность остается всегда — то, что нельзя победить, можно высмеять. А уж то, что высмеивается, становится глупым, нелепым — и вообще не таким уж и страшным: ведь то, что возможно высмеять — заведомо *меньше* высмеиваемого. То же, что меньше — вряд ли слишком страшно или опасно. Во всех культурах, например, существовали традиции оскорбления и высмеивания противника перед поединком. Точно так же во всех культурах складывались специальные обряды, высмеивающие смерть. Люди делали чучела, изображаю-

щие смерть, и с упоением их хоронили, сжигали и вообще подвергали всяческим унижительным процедурам. Такой механизм понижения (по выражению М. Бахтина — «травестирования») (3)) угроз, страха, опасности срабатывал даже тогда, когда не помогало ничто другое. С этой точки зрения искусство изначально и возникло как стихийная, примитивная — а может, и не такая уж примитивная? — психотерапия.

Весьма вероятно, что в иных видах искусства в несколько видоизмененном виде действовал тот же механизм. Человек боялся идти охотиться на медведя — а как же не бояться, коли он вдвое больше и впятеро сильнее? — и рисовал медведя маленьким, смешным, сочинял про него сказки, в которых медведь оказывался глупым, неповоротливым, непонятливым... Чего его — такого маленького да глупого — бояться?

А можно предположить и дальше — и это будет совсем близко к арттерапии: человек не понимал, кто им управляет и что им движет, и делал маленькую куклу. И получалось: «Некто несоизмеримо большой и могущественный, кого я не могу увидеть, играет мной, зато я играю куклой. Может быть, мне станет чуть менее страшно, а может, я даже кое-что пойму из того, что со мной происходит. Я посмотрю на жизнь со стороны того — сильного и могущественного. Я смогу научиться управлять собой, поняв, что еще властвует надо мной». То есть человек, говоря современным языком, моделировал реальность, чтобы, познав ее, попытаться ответить на вопросы, которые каждый раньше или позже себе задает: «Я хочу понять, что и как движет мною, почему я делаю то, что мне не надо, кто или что ведет меня по жизни, когда я думаю, что иду сам...» Кстати, разве не на эти же вопросы искусство пытается отвечать уже многие тысячи лет?

Чем болезненнее были эти — и другие, немногим легче — вопросы, тем меньше у человека оказывалось возможностей самому ответить на них. Жить, не зная ответа на них, очень трудно, и в тех случаях, когда ответы, данные искусством, не помогали, человек стал обращаться за помощью в их разрешении к психотерапевту. Вот только те, к кому приходили за подобными ответами, сами были бы рады узнать их от кого-нибудь...

«Ты свободен? Откуда у тебя это убеждение, у тебя, который связан столькими путами? Правда, горькая участь раба не тяготит тебя, ничто внешнее не принуждает тебя двигаться подобно марионеткам; но если тобою владеют страсти и инстинкты, находящиеся в тебе самом, то о какой же свободе говоришь ты?» — этим словам Персия Флавия, автора «Сатир», уже две тысячи лет.

## Взгляд Галины

### Кто за что отвечает

Мое первоначальное появление в психотерапевтическом пространстве было куда менее осмысленным и куда более случайным, однако в моей профессиональной жизни был один довольно длительный, исключительно увлекательный и весьма противоречивый период, когда я работала в психотерапевтической поликлинике, предоставлявшей — обратите внимание! — бесплатные психотерапевтические услуги. Можно долго обсуждать тему, возможна ли в принципе бесплатная психотерапия и насколько она способна быть эффективной, но для меня опыт такой работы оказался чрезвычайно важен. Дело в том, что достаточно быстро я поняла, что три четверти «психотерапевтического времени» у меня уходит на то, чтобы объяснить клиенту такое сложное понятие, как личностная ответственность. Тем более, что чаще всего клиент никак не был настроен мои объяснения понимать и принимать, поскольку его куда больше устраивала позиция не клиента, а пациента - каковым он, строго говоря, в нашей поликлинике и именовался. Понятно, что это — две принципиально различные позиции, и отличает их степень активности и ответственности за исход ситуации, в которой пребывает клиент (или пациент). Так же понятно, что задача пациента - возможно более точно и подробно рассказать о своих жалобах врачу и затем максимально скрупулезно исполнить его предписания. Ежели такой идеальный пациент обратился к стоматологу, терапевту, хирургу или дерматологу - все обстоит великолепно. А если он с такой же установкой пришел к психотерапевту? Звучать это может очень и очень по-разному: «Я хочу, чтобы вы меня загипнотизировали и вылечили от моей раздражительности», «Научите меня, как стать спокойной», «Пропишите мне микстуру счастья, и чтобы на вкус была приятнее»... Любой психотерапевт может продолжать список вариантов подобного запроса до бесконечности.

И конечно же беда была не в бесплатности психотерапевтических услуг, оказываемых нашей поликлиникой. Просто именно эта бесплатность совершенно беспощадно выявляла основную, изначальную проблему, возможно, порождающую все прочие, - отсутствие готовности к принятию на себя ответственности за свою собственную жизнь. И даже такая простейшая формулировка представления об ответственности за свои поступки, как «за все в жизни приходится платить» никак не вписывалась в подобное «пациентское» мировоззрение. Нет, конечно, эту сакраментальную фразу впрямую ник-

то оспаривать не рисковал, но вот когда приходило время применить ее к себе самому...

И тогда я задумалась о возможных психологических механизмах, формирующих позиции клиента и пациента.

## Как становятся клиентами

Жил-был Человек Обычный. И вдруг однажды пришел он к психотерапевту, сказал ему «Что-то мне плохо живется» — и стал клиентом. Вот и все.

А так ли?

Почему он пришел именно к психотерапевту? И почему другие не приходят и никогда не придут, как бы плохо им ни жилось? И почему из тех, кто приходит, одни начинают жить лучше, а другие — нет? И каждого ли, кто пришел к психотерапевту, можно назвать его клиентом? И те, кто после визита к психотерапевту продолжает жить плохо, — они клиенты или нет? А те, которые начинают жить лучше, — остаются ли они клиентами? Или ими никогда и не были?

Короче говоря, в чем принципиальный смысл самого понятия «клиент» и в чем специфика этого понятия в применении к психотерапии?

Клиент любого профессионального исполнителя услуг обращается к последнему потому, что, осознав наличие у себя определенной потребности, не может либо не хочет реализовывать ее самостоятельно. Исполнитель же соответствующей услуги обладает способностью и возможностью эту проблему за клиента решить. Но что это такое — потребность в какой-либо услуге?

Пока протекание любого процесса — в том числе и такого глобального, как процесс жизнедеятельности человека, — обеспечено полностью, никакое изменение не является необходимым, а значит, не становится и возможным. Лишь когда шедший с неизменной успешностью процесс вдруг оказывается неадекватным (по причинам либо внутренней несостоятельности, либо встречи с внешними препятствиями), возникает необходимость изменения самого процесса. Однако на этом этапе потребность как таковая человеком еще не осознана и существует скорее в виде разнообразных неприятных ощущений, эмоций либо смутных догадок — словом, потребность представлена человеку как некое неопределенное беспокойство, еще не способное побудить его к какому бы то ни было действию.

Затем наступает второй этап — этап осознания необходимости изменения или дополнения неадекватного процесса. Лишь тогда человека уже можно назвать неудовлетворенным, потому что даже в

языке слово «неудовлетворенность» нуждается в дополнении, отвечающем на вопрос «чем?». Человек начинает понимать, что именно его не устраивает в его жизни.

И лишь на третьем этапе неудовлетворенность превращается собственно в потребность — человек уже может сформулировать не только то, чем он недоволен, но и то, чем он был бы удовлетворен. Только когда обозначен предмет, можно говорить о потребности — опять-таки язык предполагает необходимость логической конструкции «потребность в чем-то».

На каком же из этих этапов человек становится клиентом? Ясно, что не на первом, т. к. обращение к исполнителю услуги — действию по определению осознанное, а мы договорились, что на этапе беспокойства речь об осознании не идет.

На втором этапе — этапе неудовлетворенности — человек является клиентом еще лишь потенциально, т. к., чтобы стать реальным клиентом, человек должен сначала понять, чего именно он хочет, затем отказаться добиваться этого самостоятельно, а потом найти себе в этом достойного заместителя. Но для этого потребность должна быть определена и облечена в форму запроса. Однако совершенно очевидно, что сплошь и рядом человек обращается за услугой именно на втором этапе — вполне реально прийти, например, к парикмахеру, не зная, какая именно прическа желательна, к продавцу, не решив, какой именно товар необходим, к слесарю, не имея ни малейшего представления о причине неполадок в работе автомобиля. Такое обращение к исполнителю услуг формулируется по принципу «я знаю, как не должно быть» и основано на вполне логичном предположении, что профессионал лучше знает, что и как нужно сделать для ликвидации возникшей неудовлетворенности. У подобного допущения имеются естественные следствия. Во-первых, результат, получаемый клиентом, является реализацией не его желаний и намерений, а желаний и возможностей исполнителя услуг (например, если человек садится в кресло парикмахера с запросом «сделайте с моими волосами что-нибудь» — он выступает не в роли истинного клиента, а скорее в роли мецената, согласного за свои деньги удовлетворить творческие — либо любые иные — потребности парикмахера). У такого клиента остается лишь выбор — быть удовлетворенным либо неудовлетворенным результатом. Во-вторых, клиент, по сути, оказывается вынужденным взять на себя всю полноту личностной ответственности за действие, не им совершенное (нетрудно увидеть это в нашем случае с парикмахером, да и вообще во всех случаях совершения исполнителем услуг действия, обратной

силы не имеющего). Строго говоря, разделение труда на том и основано, что один человек делегирует другому не только выполнение какого-то действия, но и право это действие выбирать и определять.

Следовательно, на втором этапе — этапе неудовлетворенности — к сфере обслуживания обращается человек, который не знает, что конкретно должно быть сделано и как это делается, а потому предлагающий профессионалу решить это самому от начала и до конца.

На третьем этапе — этапе истинной потребности — человек знает точно, что именно ему желательно получить. Почему же тогда он обращается к профессионалу? Очевидно, что для этого могут быть две причины: клиент либо не способен, либо не хочет делать это самостоятельно. В этом случае запрос будет выглядеть следующим образом: «мне необходимо, чтобы было сделано то-то и то-то». При этом, кстати, вполне возможно, что в итоге клиент удовлетворенности не достигнет, но ответственность за это будет целиком и по праву на нем самом, он будет совершенно не вправе предъявлять исполнителю какие бы то ни было претензии.

Таким образом, на третьем этапе клиентом становится человек, который знает, чего хочет, сам этого сделать не может либо не желает и поэтому поручает профессионалу выполнить вполне конкретную работу с определенными конечными параметрами.

Соответственно различаются и функции исполнителя услуги — при минимальном вкладе клиента и неопределенном запросе от него требуется максимум инициативы и профессионализма, при точно сформулированных клиентских требованиях — минимальная инициатива и максимальная точность исполнения заказа. При этом, получив совершенно конкретный запрос и в силу своего опыта понимая, что он не оптимален, профессионал может отказаться выполнять такой запрос, и тогда у клиента снова появится выбор: искать другого исполнителя либо отказываться от своего первоначального намерения.

В любом случае в самых общих чертах мы имеем возможность сделать вывод, что клиент — это человек, готовый согласиться на то, что тот или иной объем решений в его жизни будет принимать кто-то другой.

## Чего хочет клиент от психотерапевта

А теперь попробуем те же рассуждения спроецировать на ситуацию «клиент—психотерапевт».

Посетитель, просто неудовлетворенный, как мы уже выяснили, приходит к психотерапевту за тем, чтобы тот решил за него, какого

рода потребность могла бы служить разрешением возникшей неудовлетворенности.

Посетитель, уже выяснивший, чего он хочет, способный желаемого добиться, но по каким-либо причинам делать этого не желающий, приходит затем, чтобы избежать необходимости это все же сделать — избежать, предложив психотерапевту сделать это за него либо изобрести для него другие выходы из сложившейся ситуации.

Посетитель, знающий, чего хочет, но считающий себя неспособным это совершить, приходит либо за тем, чтобы опять-таки это сделали за него, либо за тем, чтобы его научили тому, чего он не умеет. При этом даже в последнем, на первый взгляд воплощающем наиболее конструктивную позицию, случае у профессионала остается возможность — и, кстати, право, самим посетителем ему предоставленное, — ошибиться в принятии решения, чему же, собственно, последнего необходимо учить.

Как видим, и к психотерапевту человек приходит, будучи готов отказаться от принятия некоторых решений в собственной жизни и позволить эти решения принимать профессионалу. При этом весьма спорной остается даже возможность будущего клиента оценить эти действия с точки зрения их адекватности, поскольку право определять критерии адекватности в некоторых из описанных выше вариантов он заранее делегирует профессионалу. Более того — речь изначально идет об услуге (т. е. о принятии решения и последующем его выполнении), принципиально способной изменить саму целеполагающую структуру, т.е. психику.

Однако очевидно, что, кто принимает решение, тот и отвечает. Тогда не потому ли и пришел человек к психотерапевту, что почувствовал себя не в состоянии самостоятельно нести груз собственной ответственности?

И если психотерапевт соглашается выполнить предлагаемую ему задачу, то посетитель становится клиентом и истинной целью его является разделение (или передача) ответственности за какие-либо собственные действия (или бездействие).

Какую же ответственность он надеется передать психотерапевту либо разделить с ним? Ответственность по своей сути может быть конвенциональной (та ответственность, которая возникает в каком-то конкретном взаимодействии, заранее оговаривается и потому имеет определенные границы) и личностной, то есть той, которую человек несет перед самим собой за собственные же действия. А в конечном итоге ответственность за какое-либо действие состоит в принятии *всех* его последствий. Последствия любого поступка

бесконечны во времени и в пространстве, а значит, заранее принципиально неисчислимы, поэтому брать на себя ответственность за свою жизнь означает *априори* принимать *все и любые* последствия каждого своего поступка или бездействия. Понятно, что причина обращения человека к психотерапевту может быть связана только с личностной ответственностью, которая, очевидно, вовсе не может быть поделена либо передана.

С грустной неизбежностью напрашивается вывод: любой клиент психотерапевта потому таковым и стал, что его основной (а в определенном смысле — и единственной) проблемой является ущербность чувства личной ответственности. Отсюда вытекает и следующее допущение: если психотерапевт начнет работать с предложенной ему самим клиентом проблемой (семейные отношения, настроение, самооценка, коммуникабельность и что угодно другое), он автоматически примет изначально проблемную парадигму клиента, предполагая, что не за все в своей жизни он отвечает сам.

И работать в такой ситуации психотерапевт может с двумя проблемными реальностями клиента — либо с предъявленной в качестве запроса проблемой, либо с тем самым пресловутым дефектом чувства ответственности. Причем работая непосредственно с проблемой, он, естественно, будет лишь утверждать клиента в мысли, что личностной ответственностью возможно поделиться. На самом деле этого, конечно, происходить не будет, чем бы и как бы ни закончилась их совместная работа.

*И*, если уж мы позволили себе согласиться с предшествовавшими рассуждениями, то нам остается сделать последний, просто возмутительный, хотя и логичный, шаг. Если психотерапевт возьмется работать с проблемой, заявленной клиентом, то, чем эффективнее эта работа окажется в конечном итоге, тем более проблемной станет последующая жизненная реальность клиента. И произойдет это потому, что он — осознанно или неосознанно — получит убедительный урок на тему «Я сам не могу решать собственные проблемы. Мне необходима чужая помощь».

Это и стало отправной точкой всех моих последующих профессиональных упражнений. Свою задачу я сформулировала так: как бы найти такой способ взаимодействия с клиентом, при котором у того не возникнет иллюзии, что я как психотерапевт хоть что-нибудь реально решаю в его жизни?

## Глава 2. АРТТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ОБЛАСТЬ

Понятно, что обосновавшись в психотерапевтическом пространстве, каждая из нас исследовала различные профессиональные технологии, а значит, забредала в разные области этого пространства. Как у любого психотерапевта, отношение к этим областям было различным: какие-то оказывались совершенно чужими, какие-то — вполне симпатичными и пригодными для периодического кратковременного гостевания, а какие-то просто безоговорочно признавались родными и нежно любимыми. Арттерапия для нас обеих относилась, безусловно, к последней категории. Разумеется, никто на свете точно не знает, почему что-то кажется нашему сердцу притягательным и родным, а что-то никак не хочет ложиться на душу. Но должны же быть тому хоть какие-нибудь причины!

### Взгляд Галины

#### Мои взаимоотношения с арттерапией

Что касается меня, то первопричиной всему послужили моя лень, интеллектуальная недостаточность и достаточная самокритичность. Попробую объяснить.

Пребывание в более обширном пространстве под названием «Психотерапия» привело меня к двум достаточно неутешительным убеждениям. Вероятно, большинство людей, связанных с психотерапией, сочтут их глубочайшими заблуждениями, но — что делать? - я не могу думать иначе, чем думаю.

Итак, первое, касающееся лично меня и моих способностей. Корифеи психотерапии, если судить по их собственным трудам и описаниям восторженных коллег, добивались фантастических результатов. Неизвестно, правда, добивались они их благодаря своим принципиальным теоретическим конструкциям, независимо от них или несмотря на них. Уже через полгода занятий психотерапией я про себя поняла точно, что выстроить диагностическую версию, хоть

сколько-нибудь сходную по глубине, изысканности и сложности с любой из приведенных ниже, я никогда и ни за что не смогу.

«...Барбара видела себя как объект (безжизненный манекен), приносимый в жертву демоническим сексуальным требованиям мужчин. С точки зрения «Я», которую выражают голова и руки, Барбара отождествлялась с демоном, требующим этой жертвы, и получала странное удовлетворение от собственного унижения. <...> На уровне тела Барбара идентифицировалась с матерью, в то время как на уровне «Я» она отталкивала материнское тело, ее унижала роль сексуального объекта. Чтобы привнести в свою жизнь более позитивный смысл, она отдалилась от женственности и идентифицировалась с отцом.

Когда женщина присваивает себе мужское «Я», появляется ведьма, которая не придерживается взгляда мужского «Я» на женское тело как на объект сексуального влечения. Ведьма отворачивается от собственного тела и злорадствует по поводу его жертвенности, поскольку оно становится обесцененным аспектом ее личности...» (А. Лоуэн) (4).

«Состояние ума пациентки в возрасте десяти лет имело три составные части. Архаическая составляющая, которая прокладывала путь к сознанию, — это *Ребенок* второй степени, который сталкивается с *Родителем* второй степени <...> Конфликт был разрешен *Взрослым* второй степени, который занялся внешней деятельностью.

Пациентка могла вспомнить и рассказать эти события, потому что ее *Взрослый* первой степени был сильно инвестирован, а ее *Родитель* первой степени относительно снисходителен» (Э. Берн) (5).

«Сверх-Я» — исследованная уже нами инстанция, а совесть — функция, которую мы ему приписываем; эта функция состоит в наблюдении за действиями и намерениями «Я», в оценке их, в осуществлении цензорской роли. Чувство вины, суровость «Сверх-Я» — это, следовательно, то же, что и строгость совести, это — получаемое «Я» ощущение, что оно таким образом находится под наблюдением; это — расценка напряжения между устремлениями «Я» и требованиями «Сверх-Я»; а лежащий в основе всех этих взаимоотношений страх перед критической инстанцией, потребность в наказании — это проявление инстинкта «Я», которое под влиянием садистического «Сверх-Я» стало мазохистским, т. е. использующим часть имеющегося у него инстинкта внутреннего разрушения для эротической связи с «Сверх-Я» (З. Фрейд) (6).

Когда я пришла к такому обидному, но — увы! — вполне реалистичному выводу относительно собственной умственной неполноценности, у меня осталось две альтернативы: либо не заниматься психотерапией вообще (а очень между тем хотелось), либо зани-

маться ей как-то по-другому. Под возможность заниматься ею «по-другому» тоже необходимо было подвести какую-нибудь теоретическую базу.

И тогда было сформулировано второе — и главное — убеждение. Поскольку мы еще раньше договорились до того, что психотерапия не имеет никакого отношения к чистому научному знанию и если в математике один плюс один всегда равно двум, то в психологии вполне может оказаться и будущей семьей, и психотерапевтическим альянсом, и преступным сговором с целью ограбления. А это значит, что нет ни одного действия, которое психотерапевт мог бы совершить, будучи стопроцентно уверенным в том, какой результат впоследствии и какого результата ожидать ни в коем случае не придется. Вывод: психотерапевт никогда точно не знает, что именно он делает и чем все это кончится.

Следовательно, чтобы не оказаться белой вороной, мне нужно было искать такие психотерапевтические технологии, которые и не ставили бы передо мной неизбежной задачи точно знать, что с клиентом происходит, чего он в своем неблагоразумии хочет и как ему в этом помочь.

И тогда я направила свои стопы в сторону арттерапии, потому что она имеет дело не с непосредственно заявляемой клиентом проблематикой, а с ее метафорой, образом, воплощенным тем или иным из выразительных средств. Понятно, что метафора не нуждается в логическом истолковании — или таковым не исчерпывается, — а значит, от меня не потребуются строить умопомрачительные интеллектуальные конструкции, подобные упомянутым. Если сам клиент понимает или хотя бы чувствует, что он имеет в виду, ему и карты в руки.

## **Взгляд Татьяны**

### **Уроки искусства**

Совершенно естественно, что с искусством я познакомилась много раньше, чем с арттерапией. И поэтому, открыв для себя психотерапевтическое пространство, начав его всерьез исследовать и обнаружив там арттерапевтическую область, я, в общем-то, уже примерно представляла себе, что смогу интересного для себя там найти.

К тому моменту мне уже было ясно: главное — и великое — свойство искусства в том и состоит, что это уникальный способ передачи человеческого опыта. Вряд ли какой-то иной вариант передачи ин-

формации способен столь эффективно и элегантно разминуться с проблемой отцов и детей. Искусство предлагает человеку возможность *ознакомиться*, а не *узнать* — например, прочесть книгу, услышать песню или сказку, увидеть пьесу или балет. Это — средство фиксации опыта, которое не обладает качеством обязательности, морализаторства, навязчивости. Искусство не уверено в собственной правоте, его этот вопрос вообще не занимает. Искусство не претендует ни на объективность, ни на истинность, ни на поучительность. В том и состоит отличие искусства от прочей человеческой деятельности, что оно не ставит перед собой прикладных, прагматических целей. В той же мере, в какой оно их перед собой ставит, оно и искусством-то быть перестает. Художник просто делает то, что ему интересно, что его увлекает, что ему доставляет удовольствие...

В итоге в отличие от науки, которая фиксирует опыт в жестко определенной форме, искусство сохраняет его в форме совершенно неопределенной, которая дает зрителю (слушателю, участнику) возможность самому делать выводы, определять свое отношение к предлагаемому, принимать или не принимать любое содержание, любой смысл, любой урок из множества содержащихся в каждом произведении искусства.

Но еще важнее другое: наука фиксирует опыт действия, а искусство — опыт переживания по поводу чего-то. Опыт действия по самой своей природе предписателен, он содержит в себе информацию о том, как следует поступать в тех или иных случаях и что происходит, если человек поступает иначе. Опыт переживания может быть только ознакомительным. Какой научный опыт способен помочь человеку смириться с мыслью о том, что он конечен? Произведение же искусства дает человеку возможность получить опыт сопереживания с теми, кто свою смерть уже принял, прошел ее путь, причем абсолютно по-разному. Именно искусство, ориентированное на уникальность любого события личной истории любого человека, способно поставить перед собой задачу зафиксировать опыт переживания по поводу смерти одной конкретной личности. Наука занята исключительно повторяющимися событиями, и в этом смысле ужас одного человека, которому по большому счету безразлично, что его смерть произойдет во исполнение совершенно неумолимого закона природы, для науки не значит ничего. Этим ужасом, связанным как раз с тем, что будет утрачена эта — именно моя! — человеческая уникальность, способно заинтересоваться только искусство с его неизбежным вниманием ко всему исключительному и неповторимому. Наука пытается искать истину, искусство же скорее занято изучени-

ем самого процесса поиска истины. Перед наукой не стоит ни вопрос объективного наличия истины, ни вопрос ее безусловной необходимости. Истина конечно же есть, и искать ее необходимо.

Для искусства неважно, есть ли истина или ее вовсе нет. Важно, что на эту тему думали другие люди. Как они ее искали? И зачем они это делали? А зачем я это делаю? И вообще — она мне нужна или нет? Предположим, я ее узнал — и что же? Буду я знать точно, что она есть — что изменится? Станет легче? А как было у других? Кому стало легче, а кому - нет?

## Искусство и исцеление

И с целостностью у искусства весьма специфические отношения, кстати, весьма далекие от психотерапевтических. Искусство вообще не интересуется вопросом, что является целостностью и чем является целостность. Художник рисует (поет, танцует, рассказывает) одну из частей любой целостности таким образом, что само изображение этой части делается как бы отдельной целостностью, получает собственную отдельную жизнь. Произведение искусства само по себе целое, и художнику не важны взаимоотношения его произведения с прототипом.

Кстати, в древности врачами употреблялось слово «исцеление»; это уже потом оно как-то потерялось, и вместо него возникло слово «излечение». Когда человеку требуется исцеление, значит, он из некой целостности ушел и его нужно туда вернуть, а перед этим, естественно, понять, какова она была, эта целостность. Это психотерапевтическая парадигма. В медицинской парадигме мы говорим об излечении; это означает, что человек болен, и его необходимо лечить. При этом, конечно, подразумевается, что та норма — здоровье, — в которую заболевшего человека нужно вернуть, очевидна сама по себе и любое отклонение от нее как раз и является болезнью.

Искусство — ведь именно оно изначально восстанавливало нашу целостность — возникло в таковом своем статусе не ранее чем человечество целиком перешло на стадию индивидуации или на стадию персонального уровня развития сознания, то есть тогда, когда возникло то самое пресловутое «Я», отделенное от «не-Я». Именно тогда было сформулировано огромное количество вопросов, в то время имевших отношение не столько к философии или теологии, сколько к элементарному ориентировочному рефлексу. «Я» — это кто? Если это — я, то кто тогда все остальные? Что такое «не-Я»? В чем мы сходны и чем отличаемся? Что нами движет? Зачем мы делаем то, что мы делаем?

С точки зрения теории архетипов это тот момент, когда для того, чтобы обозначить «не-Я», появилась Тень. С одной стороны, Тень — это все же «Я» (если меня нет, то нет и Тени), с другой — нечто, от меня отличное («не-Я»). И для обозначения такого сложного образа появилась Тень как архетип, поскольку именно она одновременно является и «Я», и «не Я». В искусстве в этот период возникает такое понятие, как «маска», когда обрядовое действие, царствовавшее в ту пору в искусстве, разделилось на два разных направления: одно из них использовало куклу, а другое — маску.

Искусство, вполне возможно, и родилось затем, чтобы помочь человеку понять, что же такое «не-Я». Крайне интересно было бы понять, например: а почему художники рисуют автопортреты? Вряд ли кто-то всерьез полагает, что все они делают это в надежде себя увековечить. За этим, скорее всего, стоит то же желание отстраниться, выйти в диссоциированное состояние этакое странного загадочного «постороннего». Человек ведь может без зеркала увидеть только свое тело, а вот лицо - никак. Он, конечно, может у других людей спрашивать, как оно выглядит, но будет при этом смутно догадываться, что каждый дает свою версию, и ничего о своем настоящем лице он так никогда и не узнает. Но раз уж Бог наградил его талантом живописца, то грех этот талант не использовать для удовлетворения такой естественной и такой всепоглощающей потребности. А искусство для него, создающего автопортрет, оказывается всего лишь путем исследования себя, причем путем, наиболее для него эффективным.

## **В чем мы оказались согласны**

### **Особые приметы арттерапии**

Как-то незаметно мы пришли к тому, что искусство психотерапевтично по своей природе и сущности, коль скоро уж оно занимается проблемами приспособления «Я» к окружающей это «Я» реальности, смысла существования этого «Я» — словом, внутренним бытием человека. И тогда нам показалось, что неплохо бы выяснить еще и то, как сделать этот процесс в каждом психотерапевтическом случае целенаправленным, ориентированным на конкретного клиента — то есть определить, как же именно используется искусство в психотерапии.

Ведь современный термин «арттерапия» появился только в сороковых годах нашего века, и до сих пор нет ни сколько-нибудь чет-

кого определения этого психотерапевтического направления, ни вразумительной специальной терминологии. В литературе встречаются названия «арттерапия», «терапия искусством», «исцеляющее искусство», «креативная терапия», «артпедагогика» и др. Эта терминологическая путаница говорит лишь о том, что арттерапия находится в периоде становления, накопления эмпирического материала, выработки позиций. Непонятно, кто, как и с кем ею занимается, есть ли серьезные различия между арттерапией и артпедагогикой, что считать искусством, а что нет (яркий тому пример: что, например, такое компьютерная графика, перформанс, — искусство или нет?). Зачем было порождать еще и арттерапию, если уже существующие и более или менее разработанные направления психотерапии с трудом уместились на полутора сотнях страниц Психотерапевтической энциклопедии (7)? Должны же у отдельного направления быть какие-то особые, специфические преимущества?

Мы обнаружили таковых три и для начала дали им названия короткие и упрощенные — *триадичность, ресурсность и метафоричность*.

## Триадичность арттерапии

Первое — и, скорее всего, главное — отличие арттерапии оказывается и ее основным, совершенно исключительным преимуществом перед всеми прочими психотерапевтическими направлениями. Только арттерапия позволяет заменить привычную диаду «терапевт — клиент» на триаду «терапевт — произведение искусства — клиент», то есть сделать психотерапевтический альянс психотерапевтическим треугольником. Впрочем, на самом деле фигура взаимодействия оказывается еще более сложной, поскольку и психотерапевтический альянс, не включающий в себя конкретное произведение клиента, не теряет своей значимости.

При работе в таком режиме и клиент, и терапевт достаточно хорошо защищены: они ведь работают с рисунком, а не со страхом, с куклой, а не со смыслом жизни и т. п. Главное же состоит в том, что триадичность арттерапевтического процесса позволяет соблюсти принцип диссоциированности клиента с проблемой: когда нечто находится вне меня, это уже не совсем я, и я, очевидно, могу с этим что-то сделать.

Психотерапевт не может проникнуть напрямую в душу своему клиенту, а последний, в свою очередь, не может того же сделать по отношению к психотерапевту. В таких условиях любое совместное

действие будет движением в потемках. Темнота-то, как ни странно, куда менее опасна: можно лоб расшибить, и все. В потемках же человеку, вошедшему в комнату, кажется, что перед ним картина, а это и не картина совсем, а открытое окно... Во избежание подобных недоразумений клиент с терапевтом совместными усилиями по джентльменскому договору и создают особое материальное пространство, прикасаясь к которому, они могут вообще о чем-то говорить. Рисунок в арттерапевтическом процессе, таким образом, является неким материальным полем для метафорического взаимодействия.

Говоря это, мы, как уже говорилось, предполагаем, что некое воздействие на метафору (рисунок, скульптуру, совместно написанную сказку и т. д.) вызовет какие-то изменения в его авторе. Вполне возможно, совершенно иные, нежели непосредственные действия с рисунком, или даже вовсе противоположные, но изменения все-таки неизбежно произойдут.

И вот тут снова кажется уместным обратиться к Фрэзеру: «Магическое мышление основывается на двух принципах. Первый из них гласит: подобное производит подобное или следствие похоже на причину. Согласно второму принципу вещи, которые раз пришли в соприкосновение друг с другом, продолжают взаимодействовать на расстоянии после прекращения прямого контакта. Первый принцип может быть назван законом подобия, а второй - законом соприкосновения или заражения. Из первого принципа <...> маг делает вывод, что он может произвести любое желаемое действие путем простого подражания ему. На основании второго принципа он делает вывод, что все то, что он проделывает с предметом, окажет воздействие и на личность, которая однажды была с этим предметом в соприкосновении (как часть его тела или иначе)» (1).

Мы долго обсуждали этот принцип в применении к различным техникам арттерапии и пришли к следующей гипотезе: если в творческом продукте, порожденном клиентом (пусть это для простоты будет именоваться рисунком), выражен *он сам*, то закон заражения срабатывает. Если же клиент получает инструкцию изобразить какую-то часть себя (например, свой страх, свою проблему, свою руку и т.д.), то изменений может и не быть. Во всяком случае в практике чаще всего наблюдается именно такое соотношение между содержанием, созданным клиентом, и его последующим воплощением в реальной жизни клиента. То есть в тех случаях, когда рисунок воплощает целостность под названием «Клиент», то сама эта целостность участвует и в процессе создания рисунка, и в последующих изменениях. Если же клиент изменяет всего лишь изображение ка-

кой-то части себя, то, во-первых, автор и произведение оказываются неравноправными, а во-вторых, как можно изменить какую бы то ни было часть целого, не изменяя всей целостности?

## Ресурсность арттерапии

Второе отличие арттерапии как направления связано с тем, что способ терапевтического взаимодействия, ею предлагаемый, является ресурсным сам по себе, так как лежит вне сферы повседневной жизни клиента. А все, что лежит за пределами повседневности, ресурсно по определению, ибо расширяет человеческий опыт.

Вообще-то этот опыт начинается с того момента, когда ребенок оказывается способен какой-то предмет или явление оценить как похожие на что-то. Такой опыт можно условно назвать первичным — он имеет условно-рефлекторную основу, и коррективы в него вносятся каждым изменением состояния воспринимаемого объекта. В результате первичный опыт оказывается основанным исключительно на личной истории каждого человека и вероятностным по своей природе. Понятно, что передан он быть не может, но зато обладает иным крайне важным свойством — такой опыт очень значительно снижает возможность ошибок при его использовании, поскольку каждое взаимодействие с чем бы то ни было вносит в него необходимые уточнения. Видимо, именно на такой опыт опираются животные, и именно такой опыт начинает возникать у ребенка с самого первого его взаимодействия с миром. Каждый предмет этого мира есть для ребенка лишь возможность взаимодействия, и, пока это так — в первый, бессловесный, год жизни, — ребенок развивается настолько быстро, что каждая неделя становится революцией в его биографии. При этом для собственных родителей в этот период ребенок оказывается существом из другого мира: ведь у них совершенно разные, взаимонепроницаемые системы видения мира. Однако, как это ни парадоксально, такое положение вещей никоим образом не мешает их полной душевной гармонии — и это, наверное, единственное время в жизни человека, когда ему не мешает его жизненный опыт. Но, как известно, человеку очень плохо, когда другому хорошо в одиночку, и родители — разумеется, из самых лучших побуждений — начинают учить ребенка говорить, чтобы получить наконец возможность видеть окружающий мир одинаково.

С этого момента ребенок начинает получать второй опыт — основанный на пресловутой второй сигнальной системе и организованный с помощью статических параметров сравнения. И теперь, по

сути дела, ребенок взаимодействует не с реальными предметами или явлениями, а с их названиями. Получив возможность обозначать, категоризовать, классифицировать внешний мир, он осваивается с иллюзией, что *знает*, с чем имеет дело.

С одной, чисто экономической, стороны, опыт вторичный (то есть связанный со второй сигнальной системой), могущий быть переданным и усвоенным, — исключительно полезное изобретение человечества. Расход сил и времени сокращается на много порядков, хотя по сути своей такая экономия основана на ложной предпосылке. И состоит эта ложная предпосылка в том, что в жизни существуют абсолютно одинаковые предметы, явления и ситуации. Предположив это, человек, вступивший в некоторое взаимодействие с миром, анализирует уже не само взаимодействие, а его сходство с уже имевшими место — то есть действует по юридическому принципу прецедента. Однако любое сходство явно зависит от выбранных параметров сравнения: по параметру, например, формы голова очень похожа на арбуз, а по параметру наличия отверстий — на дуршлаг. При этом число таких параметров бесконечно, и мы никогда не можем достоверно знать, учтены ли нами самые важные — в данной ситуации — параметры сходства и обладают ли хоть какой-нибудь значимостью те, которые учтены.

Проиллюстрировать это очень просто. Человек идет в темноте между домами. Из предыдущего опыта он знает, что обычно между домами имеются асфальтовые дорожки и — опять-таки обычно — они бывают прямые, как и стены домов. Очень правильное наблюдение — за исключением того нюанса, что оно дает человеку иллюзию того, что он это *знает*, то есть что ему не нужно ощупывать ногой дорогу перед тем, как сделать шаг. И десять раз он в своем предположении не ошибется и еще более укрепитя в своем заблуждении, называя это предположение знанием. Но, как на грех, в одиннадцатом случае посередине дорожки окажется лестница или, например, траншея. Если бы человек не был уверен, что знает нравы асфальтовых дорожек, и шел бы, *исследуя* свой путь, он не упал бы, поскольку его не застало бы врасплох изменение рельефа местности. Но он предпочел ради экономии использовать не исследовательскую, а стереотипную стратегию поведения — и его лоб серьезно пострадал.

Но беда стереотипной стратегии деятельности — не только в высокой вероятности ошибки в каждом конкретном случае. Главное негативное ее следствие находится в прямом соответствии с законом Жана Батиста Ламарка — «Неупражняемый орган атрофирует-

ся». Понятно, что пребывать постоянно в состоянии исследовательского напряжения — дело крайне невыгодное с точки зрения износа человеческого организма, а значит, и с точки зрения его благоденствия, участия в общем процессе развития и т. д. Человек не в состоянии напрямую контактировать с абсолютным хаосом, как не способен пребывать без скафандра в открытом космосе. Поэтому любая познавательная деятельность человека, любая порожденная им система знаний имеет единственную цель — создать между собой и хаосом некий буфер, посредника, исключившего бы необходимость прямого контакта. И первый шаг на пути к этой цели — создание языка. Язык структурирует пусть не сам хаос окружающего нас мира, но наше восприятие этого хаоса. А чем более структурирован окружающий нас мир, тем в большей мере он способен навязать нам свою структуру, свой способ организации. Попадая в аморфный, слабо организованный коллектив, вы вполне можете оказаться в состоянии его организовать по собственному усмотрению, но, оказавшись в организации с четко отлаженным внутренним механизмом существования, вы будете вынуждены занять в ней некое вполне определенное — причем не вами — место. То есть в условиях наличия жестко детализированной и развитой структуры наши действия оказываются этой структурой смодулированы. Степень нашей свободы, естественно, резко уменьшается, а степень эффективности стереотипной стратегии соответственно растет. Вместе с тем все меньше становится необходимость использования исследовательской стратегии, а значит, все меньше используется пресловутый личностный ресурс.

При этом понятно, что именно стереотипная жизненная стратегия является единственной возможной основой для рождения того, что называется «психологическими проблемами». При использовании исследовательской стратегии ход развития ситуации и его результат неизвестны по определению, а значит, не могут быть причиной неудовлетворенности. Ведь любая неудовлетворенность порождается сравнением ожидаемого (или желаемого) с действительным. Исследовательская же стратегия в том и состоит, что для человека, ею руководящегося, все возможные результаты равно возможны и равно ожидаемы — то есть человек существует в том самом «здесь и теперь», которое и есть решающее — если не единственное - условие внутреннего покоя и удовлетворенности.

Однако не следует забывать и о том, что стереотипом может стать только изначально эффективное действие: строго говоря, оно потому и становится стереотипом, что во многих одинаковых (или сходных) ситуациях давало удовлетворявший человека результат. Чело-

век, не способный переводить наиболее адаптивные свои действия в ранг стереотипных, выжить просто-напросто не способен. Из огромного количества действий он выбирает наиболее оптимальное в данной ситуации и в аналогичных ситуациях начинает использовать именно его. В результате формируется стереотип — стереотип действия, поведения, мышления и пр. Результат его применения безупречен — до того момента, пока ситуации повторяются неизменными от раза к разу. Однако стоит только ситуации измениться, стереотип из полезного и адаптивного может стать вредным и дезадаптивным, и мы начинаем называть его *стереотипом* с совершенно иной интонацией. Посему при всей очевидности описанных выше преимуществ исследовательской жизненной стратегии было бы бессмысленно вести речь о том, чтобы отказаться от стратегии стереотипной.

Важно другое: для того, чтобы действовать эффективно и адекватно в любой ситуации, человек должен, во-первых, в равной мере владеть обеими возможностями, во-вторых, уметь различать ситуации применения той или иной стратегии, а в-третьих, уметь произвольно любую из них задействовать.

Если с этой точки зрения посмотреть на арттерапию, то оказывается, что сами способы взаимодействия, которые она предлагает клиенту как терапевтические, практически не имеют аналогов в его обыденном существовании и посему неизбежно вынуждают его именно к исследовательской активности. А если при этом учесть все, что было сказано о работе с метафорами в арттерапии, то мы придем к выводу, что независимо от того, что конкретно происходит в терапевтическом процессе, клиент получает сразу несколько исключительно конструктивных уроков.

Урок первый, следующий из работы с внешним образом оформленной метафорой заявленной проблемы: «Моя проблема отделима от меня. Я не есть моя проблема». Подобное растождествление собственного «Я» и проблемы по своей сути и есть психотерапия, а как именно это делается в каждом конкретном случае — уже дело чистой техники.

Урок второй, вытекающий из предлагаемых клиенту незнакомых способов взаимодействия (с терапевтом или с проблемой): «Для решения моей проблемы я могу прибегнуть к совершенно новым способам действия». Это значит, что существование таких новых способов само по себе уже есть совершенно непреложный факт.

Урок третий, порождаемый самим терапевтическим процессом: «Я могу делать то, о чем и не подозревал!!!»

Когда клиент видит, что и как он самостоятельно сделал, у него возникает некая удивленная оторопь: если я могу так рисовать, пи-

сать, сочинять, неужели же я не смогу справиться со своими сложностями?! Кроме того, где-то в нашем подсудном представлении живет уверенность в том, что понятия «искусство» и «творчество» стоят рядом. Значит, если человек делает что-то, что может иметь отношение к искусству, он занимается творчеством. Значит, в нем эта творческая способность есть. А если уж она есть — значит, ее можно использовать не только в работе с арттерапевтом. И творческая способность становится инструментом, который подходит ко многим случаям жизни.

Ведь способность к творчеству — это лишь потенциальное искусство. Если провести аналогию с физикой, то искусство — это энергия кинетическая, а творческая способность (или креативность) — потенциальная, то есть способность, которая в принципе может выразиться и не обязательно в искусстве. С точки зрения психотерапии важно, что клиент, оказавшись успешным в творчестве, получил к нему непосредственный доступ.

## Метафоричность арттерапии

Третью, особую приметку арттерапии сформулировал еще Геннекен: «Главный герой любого произведения — это всегда его автор». Следовательно, любое произведение искусства — в том числе и то, которое создаст клиент в ходе арттерапевтической сессии, — будет своего рода метафорой его жизни.

Из самой необязательности искусства вытекает возможность эксперимента человека над собой, над своим отношением к той или иной жизненной реальности. Подобный эксперимент совершенно безопасен — как для автора, так и для читателя (зрителя, слушателя) — по одной простой причине: искусство дает возможность заменить себя героем и уже на его, героя, переживаниях и на его, героя, опыте узнать, понять и почувствовать что-то исключительно важное для себя. То есть читатель — и автор, кстати, — получает некий бесплатный опыт сильных и глубоких переживаний: для того, чтобы хоть что-то узнать о смерти, не обязательно умирать самому — достаточно убить героя или подвести его к смерти на любое представляющее интерес расстояние.

Помимо приобретения этого уникального опыта, человек в своем общении с произведением искусства как бы «тренирует» свою множественность. Существуют два совершенно различных понятия — множественная личность (это из области психиатрии) и множественность личности (а это уже чистая психология). Первое — плохо, к тому же лечится с трудом, второе — прекрасно и необходимо. Ведь

мы можем быть очень разными, и на самом деле каждого из нас много. Такое утверждение, пожалуй, ближе всего к понятию «субличность» в психосинтезе. И вот эта пресловутая множественность личности и обеспечивает те самые креативные механизмы адаптации, которые дают каждому из нас возможность играть множество ролей одновременно, не путаясь, сохраняя себя настоящего и приспосабливаясь к любым изменениям условий.

Все эти драгоценнейшие — с точки зрения психотерапии - возможности искусства и основаны на его метафоричности. Именно метафоричность — то есть способность с той или иной целью перенести любой смысл, чувство, признак с одного предмета на другой — дает читателю или зрителю колоссальную внутреннюю свободу по отношению к произведению искусства. Произведение искусства обладает целым метафорическим полем, любая метафора этого поля, в свою очередь, содержит множество смыслов, и у каждого есть возможность самому выбрать тот, который представляется ему наиболее значимым.

## Метафора

А что такое, кстати, метафора? А заодно — что такое образ, сравнение, трансфер, символ?.. Можно привести целый ряд определенных, позаботившись об их точном соответствии словарям, но и без такой утомительной процедуры очевидно, что основным содержанием всех этих понятий является *перенос*. Перенос смысла одного предмета на другой на основе сходства обоих предметов по каким-либо признакам — казалось бы, одна из множества логических операций, частный случай разнообразнейших интеллектуальных упражнений человека...

Не тут-то было. Прочие логические операции имеют парный характер. «Утверждение» — «отрицание», «принадлежит» — «не принадлежит», «конъюнкция» — «дизъюнкция» и пр. Причина тому вполне очевидна и навечно закреплена в языке самим существованием частицы «не». «Синий» — «не синий», «человек» — «не человек», «делает» — «не делает»... А можно обходиться и без частицы «не», для того и существуют антонимы. «Живой» — «мертвый», «вверх» — «вниз», «ломать» — «строить»...

Между прочим, какое слово антонимично понятию «метафора»? Можно попробовать поискать, и, не найдя, всерьез задуматься над вопросом: а откуда мы тогда взяли, что таковое явление — «неметафора» — существует?

Метафорична, вообще говоря, вся человеческая психика. Наше восприятие основано на образах окружающего мира, которые есть только его метафоры. Вследствие этого любые действия, совершаемые с этими образами — интеллектуальные, мнестические, двигательные и пр., — также имеют результатом некие метафоры. Любое поведенческое проявление любого человека — также лишь метафора, метафора его отношения к тем или иным внешним событиям. Ласка матери для нас имеет значение лишь постольку, поскольку она является метафорой ее любви. Чей-то удар по нашему лицу — лишь метафора гнева, отвращения, страха, злости ударившего. Любое чувство, по Фрейдю, также есть трансфер, то есть перенос.

И если уж согласиться с положением о том, что каждое человеческое проявление есть некая метафора — метафора его конкретной мысли, отношения либо еще чего-то более значимого, то логичным оказывается и следующее предположение: любое проявление человека — от его манеры говорить «здравствуйте» до цвета надетого сегодня галстука — в свернутом виде содержит всю его историю, иерархию ценностей, наличное состояние, особенности личности, проблематику — причем именно в том сложном соотношении и взаимодействии, в каком все это пребывает в самом человеке.

Разнообразие психотерапевтических технологий основано на том допущении, что человек суть нечто цельное, и проблема, существующая у него, существует одновременно во всех его проявлениях, и нет принципиального различия, каким путем идти к этой проблеме — через когнитивную сферу, через эмоциональную или через проявления тела. То есть в конечном итоге все направления в психотерапии основываются все на том же: все в человеке есть метафора всего в нем же. Но если уж неважно, каким путем идти к сути проблемы, то, может быть, и необходимые изменения возможно совершить в метафорическом плане? Если в каждом проявлении человека содержится вся его «проблемоносная» личностная структура, то не удастся ли нам, устойчиво изменив хотя бы одно из этих проявлений, воздействовать на всю структуру, подобно тому, как меняется структура теста, когда мы меняем дозы разрыхлителя, муки, яиц? В таком случае изменения, которые клиент вносит в подобный образ «Я», получают некое воплощение и в его личности.

## Что арттерапевт делает с метафорой

Вообразите себя искуснейшим кулинаром, таким купорье «высокой кухни». Готовите вы изысканное блюдо, состоящее из сотни

ингредиентов, названия половины из которых простой смертный едок и не слышал никогда. И уж тем более этот простой смертный едок не в состоянии опознать те тонкие вкусовые оттенки, которые придает блюду каждая из хитроумных специй. Однако вам-то эти ингредиенты знакомы, как нам — обычная столовая соль, и вы в строго отмеренных дозах кладете их в свою стряпню наряду с яйцами, овощами, мясом или чем-то еще. Вы соблюдаете все мыслимые и немыслимые технологические правила, дабы сохранить возможно большее количество витаминов и питательных веществ. И вот в конце концов это блюдо — средоточие всех гастрономических совершенств — оказывается на столе. А сидит за этим столом тот самый простой смертный едок. Слопает он вашу стряпню, конечно, за милую душу, но в ответ на вопрос «из чего это приготовлено?» назовет пять-шесть, ну от силы десять составляющих, да и то пару раз ошибется.

Тем не менее независимо от его гурманской квалификации и даже от его сознания и желания наш едок все равно употребит все входящие в состав предложенного блюда компоненты. И независимо от степени его медицинской образованности витамины он получит именно в той дозе, в которой они в пище содержались, — причем даже если он и слова-то «витамин» в жизни не слышал. И если в рецептуру входило вещество, которое нашему едоку по каким-либо медицинским показаниям было необходимо как воздух, он его проглотит, переварит и усвоит, что, оставаясь для него неведомым, окажется чрезвычайно полезно для его организма. Аналогично дело обстояло бы и в том случае, если блюдо содержало бы ингредиент, едоку противопоказанный — помер бы потребитель, даже не догадываясь, от чего.

Какое же отношение весь этот ресторанный экскурс имеет к психотерапии? Да, как ни странно, самое прямое.

Очевидно, что любое действие, совершаемое в жизни человеком, и любое взаимодействие, в которое он вступает, имеет не один смысл, а много, причем большинство из них — неосознаваемые. Точнее даже будет назвать каждый из этих смыслов — или метафор? — уроком. Так вот, в полном соответствии с нашей кулинарной аналогией *человек получает все уроки от каждого своего действия и взаимодействия независимо от степени их осознанности*. Естественно, что эффективность их усвоения будет разной, но на степень эффективности повлияет не только осознанность каждого из полученных уроков, но и различный уровень готовности к восприятию различных содержаний, и частота получения аналогичных уроков, и личностные особенности человека.

Возьмем конкретный пример. В какой-то момент страстного монолога клиента психотерапевт — как бы вне всякой связи с контекстом — говорит: «У вас дрожат ресницы». Пауза. Конфузионный транс. Какие уроки клиент может извлечь из подобного действия психотерапевта?

Лежащие на поверхности смыслы: «Он меня совсем не слушает», «Он на меня очень внимательно смотрит», «Я так увлекся, что даже не заметил, что ресницы дрожат», «Он хочет сбить меня с толку» и пр. Какие именно из них пройдут в сознание, зависит от ценностей клиента, эмоционального настроя, содержания его монолога... Понятно, что чем выше уровень доверия к психотерапевту, тем больше вероятность того, что будет осознано: «Он на меня очень внимательно смотрит», а не «Он меня совсем не слушает». Но не в меньшей мере это будет зависеть от готовности клиента считать, что им пренебрегают. Понятно также, что чем больше клиент был поглощен своим монологом, тем меньше будет осознан конкретный смысл реплики психотерапевта и тем больше она будет восприниматься просто как некий внешний раздражитель. Можно привести еще много других обоснований тому, что клиент осознает те или иные смыслы действия психотерапевта и не осознает другие. Но для нас важен сам факт, что существует целая система таковых, а еще более важно, что происходит с теми смыслами, которые в сознание не проходят.

Допустим, что клиент даже и не предположил, что реплика психотерапевта может обозначать невнимание к произнесенному тексту. Почему это может произойти? Доверие к психотерапевту необозримо велико; сам по себе клиент является личностью столь значительной, что до сего момента никому и в голову не приходило не прислушиваться к его словам; клиент полагает себя столь значительным, что убежден во внимании окружающих к любым своим проявлениям... Конечно, можно добавить еще множество возможных причин, однако отметим лишь то, что какая-то из них сработала и помешала клиенту сделать подобное предположение. Что же произойдет далее с этим не услышанным уроком?

Да то же самое, что и с нераспознанным витамином. Некоторая доза витамина (то есть понимания того, что им, клиентом, в принципе можно в некоторых ситуациях и пренебречь) осядет в недрах организма. Если эта доза разовая, минимальная, то хоть скольконибудь значительного эффекта она, скорее всего, не даст. Однако если сходные события, содержащие в себе тот же урок — пусть даже пока еще по-прежнему неосознаваемый, будут повторяться с должной частотой, то рано или поздно клиент окажется перед необходимос-

тью — или готовностью — осознать этот урок. Во всяком случае это ставшее уже достаточно объемным и значимым содержание начнет претендовать на свое место в сознании. Разумеется, что означает понятие «должная частота», в каждом конкретном случае будет определяться той самой сложной системой внутренних predispositions, о которой мы уже говорили. Кому-то может оказаться достаточно двух-трех повторений, другому же для осознания потребуется полжизни и ежедневные уроки — например, потому, что уж очень велико окажется желание считать себя личностью неоспоримо значительной. Но и в том, и в другом случае урок будет воспринят.

Осталось выяснить тонкий вопрос — а как определить, какие же именно уроки содержатся в каждом конкретном событии? В самом деле, кто рискнет утверждать, что вот такого, например, смысла в этом действии точно не содержится?

Можно изощряться в аналитическом остроумии, выстраивать разнообразные, одна другой хитрее, системы для извлечения и разложения содержимого на составляющие. Однако, будучи последовательными, попробуем дать простой ответ: решить эту задачу было бы равносильно тому, чтобы ответить — сколько и каких атомов содержится в нашем гастрономическом шедевре, да еще учтя при этом все предыдущие соприкосновения всех компонентов блюда с окружающим миром. Посему предлагается компромиссный вариант — сойтись на том, что *любой смысл любого действия, какой только можно себе представить, обязательно содержится в этом событии*. Если на блюдо насыпан бисер, то, встряхивая его, мы можем получать бесконечно большое количество узоров, и возможность любого из них априорно содержится в бисерной россыпи.

Интересной — и странной, впрочем — становится задача психотерапевта, если смотреть на нее со стороны блюда с бисером. Вроде бы, совершая любое действие, он даже близко не может подсчитать и назвать уроки, в нем содержащиеся, и, следовательно, не может и предположить, какие именно из них клиент услышал, а какие пропустил мимо ушей. Но можно сказать и так — если в каком-то своем действии он способен увидеть какой-либо определенный смысл, то можно не сомневаться, что такой урок клиент все равно получит. Правда, непонятным остается, насколько значимой окажется доза. Но ведь и хороший терапевт в процессе лечения неоднократно корректирует предписанную им дозу лекарства, разве не так?

## Глава 3. МАРИОНЕТКА

И уж совершенно непонятным на первый взгляд кажется наше обоюдное тяготение к марионеткам. Нет, конечно, спору нет, марионетки - куклы симпатичные, интересные и в некотором роде даже загадочные, но какое они имеют отношение к арттерапии?!

Наверно, какое-то все-таки имеют, раз уж расположились так уютно в этой области психотерапевтического пространства. Вот только зачем пришла сюда каждая из нас?

### Взгляд Галины

#### Марионетка как метафора

Если уж я решила, что, работая с любым самостоятельно созданным образом себя, клиент в конечном итоге все равно работает над некоторым преобразованием себя, то задачу психотерапевта, использующего в своей работе методы арттерапии, можно сформулировать еще и так: найти такой вариант внешне представленного образа «Я» для клиента, который последнему легко было бы отождествить с самим собой и который поддавался бы желательным для него трансформациям. Вероятнее всего, в первую очередь этим требованиям способен соответствовать образ, созданный самим клиентом. Следовательно, арттерапевт должен предложить клиенту определенную технику — или техники — создания такого образа. Причем желательно, чтобы подобная техника не требовала бы от клиента, с одной стороны, никаких особых специальных навыков и умений, а с другой — избыточных душевных затрат на отождествление себя с созданным образом.

И вот, учитывая все выше сказанное, вообразите себе следующую ситуацию: арттерапевт предлагает клиенту *сделать марионетку, изображающую его самого*.

Понятно, что перед клиентом, с одной стороны, встает необходимость совершить многоуровневый процесс рефлексии: ведь ему придется не просто отвечать на вопросы о тех или иных особенностях своего характера, устремлений или биографии, а проделать ра-

боту целой науки — от первоначального накопления разрозненных фактов через их систематизацию к построению целостной конструкции. А с другой стороны, клиент вынужден решить целый ряд, казалось бы, чисто технических задач — ему нужно понять, как устроена марионетка, каким образом она должна двигаться, как ему организовать взаимодействие с нею и т. д. Памятуя же о значимости всех усваиваемых в осознаваемой или неосознаваемой форме метафор, мы можем переформулировать эту задачу следующим образом: клиент должен ответить на вопрос, каковы механизмы (основные принципы, цели — кому что нравится) его существования, что побуждает его к тем или иным действиям, как познать самого себя, найти с самим собой общий язык... Послания, которые он получает в ходе такой работы, способны претендовать просто-таки на глобальность. Не мудрствуя лукаво, но и не слишком скромничая, их можно сформулировать так: «Я создаю себя», «Я себя меняю», «Я собой владею» и «Я собой управляю». Каково?

## Взгляд Татьяны

### Марионетка-Сталкер

Теперь уже понятно, почему я поставила перед собой классическую арттерапевтическую задачу — найти такой способ взаимодействия с клиентом, при котором он смог бы вывести вовне некую свою внутреннюю проблему. Однако для меня в этой задаче было несколько важных дополнительных условий.

Во-первых, мне хотелось, чтобы это происходило совершенно непривычным для клиента способом: это дало бы ему возможность преодолеть естественное сопротивление и стереотипное поведение в виде как мыслительных, так и поведенческих паттернов.

Во-вторых, для меня было значимо, чтобы этот способ взаимодействия сразу же давал доступ к определенным ресурсам клиента, какой дает, например, обращение к детским ресурсам, связанным с игрой и удовольствием, от нее получаемым.

В-третьих, очень важным казалось сразу же получить доступ на достаточно глубокий уровень, чтобы приблизиться к той самой пресловутой Самости.

И наконец, в-четвертых: я очень хотела, чтобы этот способ взаимодействия состоял в *делании чего-то собственными руками*, делании с интересом и без страха, делании, включающем механизм травмирования — «я сильнее, больше, я тебя сделал!».

С моей точки зрения, изготовление марионетки отвечало всем выдвинутым мной требованиям, хотя я еще и не знала, насколько эти требования разумны и выполнимы. Надо было пробовать.

## Совместный поход в библиотеку

### Начало истории марионетки

Однако перед тем, как начать пробовать, мы двинулись в библиотеку. В конце концов, причины размещения точки «Марионетка» в арттерапевтической области психотерапевтического пространства определяются не только и не столько особенностями наших путей к ней, но, наверно, в первую очередь, самой историей марионетки. Обнаружились в библиотеке весьма интересные вещи.

Судя по всему, кукла — одно из древнейших изобретений человечества. Точно сказать, когда появились первые куклы, невозможно, — ясно лишь, что это могло произойти не раньше чем у человека появились зачатки осознания себя на уровне тела. Первой такой куклой историки театра считают маленькую человеческую фигурку из мамонтовой кости с подвижными сочленениями, найденную в захоронении в Чехословакии (ей около 35 тысяч лет), так называемую «куклу из Брно».

Важно заметить, что вначале куклы изображали те части тела, которые человек лучше всего видел — руки и ноги. В результате люди получали возможность посредством куклы-руки и куклы-ноги исследовать и изучать собственные конечности. У сибирских шаманов, между прочим, до сих пор существуют куклы, называемые «Дух ног» и «Дух рук».

Следующая по хронологии находка на кукольную тему — «кукла-сверток» — была обнаружена в неолитическом захоронении и представляла собой некое подобие полуживотного-получеловека, за что и получила свое второе название — «монтеспанский медведь». Самой большей частью «куклы-свертка» было туловище, к которому были присоединены укороченные ручки и ножки. «Недоразвитые» конечности были лишены подвижности, зато поворачивались голова и туловище. Размером «монтеспанский медведь» был в рост человека, а для чего использовался, кем был создан, была ли это кукла или скульптура, выяснить так и не удалось.

Начиная с шестнадцатого века до нашей эры ритуальных кукол-марионеток находили в Древнем Египте, Древней Греции, Древнем Риме, Ассирии, Древнем Китае. Так, в одном из римских некропо-

лей было обнаружено захоронение с надписью «Крипейра Трифазна, умерла в 17 лет», в котором находилась кукла-марионетка в человеческий рост, захороненная по человеческому обряду. Такие куклы были участниками и персонажами древнейших мистерий.

Один из самых почитаемых в египетской мифологии богов - бог плодородия Хиум — слепил человека из глины, как куклу — или как марионетку? Сходный миф бытовал и у шумеров (8).

В Древней Индии марионетки «катхпуптли» были окружены священным ореолом и считались посланцами богов. Старых кукол нельзя было просто уничтожить или выкинуть, — напротив, предусматривался специальный обряд их погребения. Марионетку с молитвами опускали в реку: предполагалось, что она вернется по реке обратно в страну богов. И если перед тем, как утонуть, кукла долго держалась на воде, полагали, что это хороший знак: боги одобряют ее земные деяния. Ни одна другая театральная кукла не удостоивалась такого обряда — даже те, которые изначально предназначались специально для участия в религиозных представлениях.

Но и это еще не все. В классической санскритской драме уже в первых веках нашей эры существовал термин «сутрадхара», обозначающий ведущего актера, своего рода распорядителя спектакля. А переводился этот термин как «тот, кто дергает за нити». Это дало основания некоторым ученым выдвинуть гипотезу, что кукольный театр предшествовал «живому» — по крайней мере в Индии.

В Древнем Китае статус марионеток был еще выше. Они полагались наделенными таинственной силой, связывающей их с жизнью человека и дающей возможность на эту жизнь влиять. Кукол других видов в подобных способностях обычно не подозревали. У таких верований существовало некое теоретическое обоснование.

Предполагалось, что старые вещи обладают способностью накапливать жизненную энергию, наполняться таинственной силой, в результате чего духи получают возможность в них материализовываться. Не материализованные духи не обладали способностью напрямую вмешиваться в жизнь людей — эти права они получали, лишь обреая вещественную представленность. Наибольшую привлекательность для них представляли неживые предметы, особенно статуи и куклы (те из них, что изображали человека). Таким образом, статуи (или куклы, что для нас важнее) могли быть некой «ловушкой» для добрых духов, а могли таить в себе серьезную опасность для человека, если в них вселялся дух злой. Соответственно марионеточники предположительно обладали двойной властью: они были способны призвать доброго духа в имеющуюся у них куклу для полезного ис-

пользования, а могли заманить в куклу духа злого, чтобы потом посредством специальных обрядов его напугать и изгнать. Кроме того, им необходимо было приобрести умение защищать себя и своих кукол от самовольного вселения злых духов.

Обрядам и заклинаниям, позволяющим заколдовать или расколдовать марионетку, кукловоды учились у даосов-отшельников. Разумеется, марионеточников почитали почти наравне с самими даосскими магами, поскольку предполагалось, что подобными умениями никто из прочих актеров-кукольников обладать в принципе не способен. Их называли Мастерами, театр марионеток — театром Мастеров. Естественно, что растрчивать подобные способности по пустякам было недопустимо, и потому марионеточные представления игрались только тогда, когда требовалось умиловить богов (например, по поводу свадьбы, рождения ребенка и пр.) или произвести очистительный обряд (чаще всего после чьей-либо насильственной смерти). После показа представления, имеющего магическую силу, нередко игрались и светские пьесы, но никогда они не исполнялись сами по себе — только после основного, магического.

Сейчас искусство театра марионеток в Китае практически отмерло, и причины тому, скорее всего, коренятся все в том же магическом к ним отношении. Древняя абсолютная вера в их колдовскую силу значительно ослабла, и надобность в столь значительном, как прежде, количестве магических представлений отпала. Однако, видимо, подспудно китайцы все же верят в их сверхъестественные способности и не рискуют играть только светские пьесы. До сих пор практически никто в Китае не решится держать дома марионетку — лишь те, кто считают себя *посвященными*.

В Бирме испокон веку и до наших дней иных кукольных театров, кроме театров марионеток, просто не существовало. Марионеточные представления почитаются у них высшим видом театрального искусства, весьма серьезно влияющим на «живой» театр (9).

## Марионетка восточная и западная

Собственно говоря, мы не слишком удивились впечатляющему мистическому ореолу, окутывавшему восточных марионеток на всем протяжении их многовековой истории. Однако в Европе дело обстояло совершенно иначе. Само современное название марионетки происходит от французского слова «marionnette», но на нашем континенте этот вид кукол появился на два с половиной тысячелетия позже, чем на Востоке. Использование кукол вообще и марионеток в

частности практиковалось и в европейских странах. Но общее отношение к ним в народе не отличалось тем страхом и пиететом, что на Востоке. С чем же это могло быть связано?

Возможно, это различие основывается на совершенно разном отношении к телу в христианстве и восточных религиях. Еще в Египте, когда человека хоронили, ему в гробницу клали еду и одежду в большом количестве — «про запас». Это означало, что в представлении древних египтян человек после смерти живет не только душой своею, но и телесно. Более поздние восточные религии (за исключением, пожалуй, ислама), хотя и сильно видоизменили эту точку зрения, все же не противопоставляли тело душе столь сурово и нетерпимо, как христианство. В определенном смысле можно сказать, что в христианстве позитивное представление о телесности было утрачено. Ему на смену пришла жесткая дихотомия: душа стремится вверх, тело — вниз; душа — свет, тело — тьма. Не исключено, что отсюда произошла и ярко выраженная невротичность всей европейской культуры, до сих пор сохранившей почти генетическую память об отторжении собственного тела. Ведь веками христианская традиция тело буквально травестировала; ублажать его, любить почиталось грехом. Великий Зигмунд Фрейд с очевидностью мог быть рожден только в Европе. А когда тело отрицается, принижается, не принимается, то нет необходимости его исследовать — а, следовательно, не возникает необходимости имитировать. Марионетка как имитация тела просто не могла быть востребована, потому так и задержалась со своим европейским развитием.

В дополнение к такой версии можно вспомнить известное противоречие между западной и восточной алхимиями. Как известно, западные алхимики искали секрет философского камня, позволившего бы получать золото, а восточные — секрет эликсира бессмертия. В этой разнице — все многовековые, непреодолимые и более чем принципиальные различия между цивилизациями Запада и Востока. Восток пытается усовершенствовать и развить возможности данного ему от природы, Запад создает все более сложные механизмы. Восток тренирует гибкость руки, Запад вручает этой руке палку.

Наша цивилизация отличается от восточной именно своей инструментальностью, то есть тенденцией развивать свои возможности в основном за счет внешних дополнений. В силу своей абсолютной прагматичности западная цивилизация рассматривает тело как источник всех и всяческих ограничений для удовлетворения собственных потребностей. Кстати, из самого этого утверждения можно вывести, что потребности западного человека по своей природе

не только не телесны (в широком смысле этого понятия), но, более того, телесной жизни нередко противоречат. С этой точки зрения марионетка могла являться лишь олицетворением «тупикового» варианта развития, воплощением всех несносных физических ограничений, на преодоление которых и ориентирована вся западная культура. Наверное, такая марионетка была бы для своих создателей слишком правдивым зеркалом.

## Глава 4. ПЕРВЫЕ ОПЫТЫ

Отдав дань уважения бурному археологическому, историческому, театральному и магическому прошлому марионетки, мы обе, разумеется, только утвердились в мысли, что использование кукол на нитях в психотерапии должно быть чрезвычайно интересным и эффективным.

И тут оказалось, что варианты этого использования мы представляем себе по-разному. То есть не то чтобы наши представления друг другу противоречили, — просто, как и следовало ожидать, наши различные пути к точке «Марионетка» помогли нам взглянуть на возможности этой древней висящей на нитях куклы совершенно с разных сторон.

Когда стало ясно, что включить в психотерапевтический альянс третьего члена — марионетку - очень хочется, то нам обоим пришлось решать, в какой роли она будет в этом альянсе выступать. И сколько мы ни думали, придумать удалось только два варианта: в одном случае марионетка играет роль той или иной проблемной реальности, вынесенной вовне, в другом — как ни парадоксально это звучит, роль самого клиента.

В первом варианте марионетка оказывалась в конечном итоге не имитацией тела, а воплощением определенной душевной ипостаси клиента. Этот способ работы, предложенный Татьяной, мы — вполне, впрочем, условно — назвали *архетипическим*.

Во втором варианте марионетка задумывалась именно как конкретное телесное воплощение клиента. То, что с ней происходит в процессе ее дальнейшей трансформации — в самом деле, почему бы не добиться, чтобы марионетка, изображающая меня, была именно такой, какой я хочу ее видеть? — показалось возможным назвать *метафорической* психотерапевтической работой.

Однако и в этой точке наши предварительные позиции, как выяснилось, заметно отличались одна от другой: если Галина, по своему обыкновению, сначала долго обдумывала логические конструкции будущего использования марионетки, то Татьяна конечно же начала пробовать...

## Опыт Татьяны

### Пугающая эффективность марионетки-психотерапевта

Все сказанное выше долго и упорно подогревало мой не угасший с детства интерес к куклам. В конце концов бороться с этим стало невозможно, и начались походы в кукольные театры и общение с актерами-кукольниками. Дальше — больше: я сделала первые робкие попытки самостоятельно работать с куклами. Подарком судьбы стало то, что мне попало на глаза описание техники изготовления простейшей марионетки из тряпок, ниток, пуговиц и т. п. И в дальнейшем оказалось, что более сложная марионетка вообще не требуется! Во всяком случае, внутри того сценария работы, который я с самого начала выбрала.

Первая же «проба пера» дала совершенно ошеломляющие результаты. Мои клиенты всего-навсего делали такую простейшую марионетку и пробовали с ней как-то взаимодействовать, однако воздействие на психику подобных упражнений оказалось гораздо сильнее и глубже всего ожидавшегося мною. Я не только стала более осторожно экспериментировать, но и надолго задумалась. О магическом прошлом марионетки я знала уже немало, однако было не слишком понятно, какими психологическими механизмами обусловлена столь высокая эффективность «марионеточных технологий». И первым словом, всплывшим мне на помощь из глубин подсознания, было слово «архетип». Еще сам Карл Густав Юнг писал, что «архетипы являются в высшей степени важными вещами, оказывающими значительное воздействие, и к ним надо относиться со всей внимательностью. Их не следовало бы просто подавлять, напротив, они достойны того, чтобы самым тщательным образом принимать их в расчет, ибо они несут в себе опасность психологического заражения» (10).

Какие же тогда архетипические атрибуты содержит кукла по имени марионетка? В чем специфика отражаемых ею архетипов? Проекцией чего она является? Как архетипическое содержание марионетки связано с ее конструкцией и материалом, из которого она сделана? Какие архетипические атрибуты марионетки являются терапевтическими и экологичными, а какие несут ту самую опасность, о которой говорил Юнг? Подобных вопросов постепенно набиралось все больше и больше по мере накопления чисто практического опыта и - разумеется - ошибок, ответы же находились далеко не на всё.

## Архетип и кукла

С каким архетипом можно было бы связать куклу вообще? По-видимому, ближе всего к искомому архетип «Персона» (он же «Маска», хотя между этими двумя ипостасями и есть тонкие различия). Связано это с тем, что кукла сама по себе есть попытка изобразить человека «в миниатюре», — но не настоящего, истинного (чему соответствовал бы архетип «Самость»), а его *образ*, то есть то, что видно глазами. Именно этим и объясняется существование «куклы-ноги» и «куклы-руки».

Когда в эпоху детства человечества возник феномен сознания, появилось и понятие «Я». А желание понять, что это такое, привело к выделению противоположного понятия «не-Я», а следовательно, к необходимости найти, провести *границу* между «Я» и «не-Я», «Я» и миром, «Я» и другими. Граница и породила не только желание «не-Я» исследовать, но и страх перед ним, потребность его избегать, бороться с ним, как с чем-то, находящимся «за границей», — что и стало неким изначальным *конфликтом*.

Человек ведь только живет в четырехмерном пространстве-времени, а мыслит и определяет мир в основном в категориях двухмерных. Верх — низ, лево — право, добро — зло, Бог — дьявол, мужчина — женщина, жизнь — смерть, любовь — ненависть, — для продолжения смотрите любые словари. И вот эти-то противоположности должны были быть разделены в силу наличия того самого изначального конфликта, порожденного границей между «Я» и «не-Я». Что получается в итоге? «Я» — это всегда «хорошо, внутри, принимаю, хочу, показываю другим»; «не-Я» — «угроза, вне меня, снаружи, плохо, не принимаю, не хочу». Именно на этом этапе возникают архетипы «Маска» и «Тень». «Маска» - весьма неполный и упрощенный образ «Я», это «Я правильный, хороший и т. п.». Все, что не вписывается в эту систему определений, — а прежде всего в нее не вписывается сам человек, оказываясь несоизмеримо сложнее этой убогой критериальной™, — все, от чего «Я» в своей «Маске» отрекается — это «Тень», зеркальное отражение «Маски».

Человечество в это время пребывает на уровне развития сознания, называемом К. Уилбером «уровнем маски» (11). Нет и не может на этом уровне быть полноценного и здорового «Я», так как половина его просто отрицается. Но будучи всячески отрицаемой, «Тень» тем не менее существует, и от этой реальности отмахнуться нельзя, она неизбежно должна быть как-то представленной в человеческом бытии. В этот момент прагматические взаимоотношения между «Я»

и миром основаны на обрядовом действии, то есть действии строго ритуализированном и регламентированном, имеющем совершенно конкретные прикладные цели. Персонажи такового действия должны строго соотноситься с неким человеческим видением реальности, и именно тогда эти персонажи и делятся на маску и куклу. И кукла эта в большинстве случаев оказывается марионеткой, то есть *куклой управляемой*.

Маска как персонаж обрядового действия оказывается тождественна архетипу «Маски». Тогда становится естественным принять, что марионетка тождественна «Тени». Персонажи ритуального действия становятся вещественными символами названных архетипов.

### «Верх» и «Низ»

Постепенно у человека возникает желание и необходимость познать себя глубже, ближе к тому, что мы сейчас называем «Самостью». И тут обнаруживается поразительное: человек не может видеть свою «Самость» целиком, не может находиться с ней лицом к лицу. Он видит ее только в виде отражений в двух зеркалах: «Маске» («Персоне») и «Тени». Если смотреть только в одно зеркало, то изображение будет размытым, непонятным и пугающим. На современном психотерапевтическом языке мы скажем, что это изображение проявится только в виде симптомов.

И человек оказывается перед фатальной необходимостью: хочешь знать свою «Самость» — смотри в оба зеркала. Ведь «Тень» - это то, что только сам человек не хочет в себе видеть и признавать, а в мире и природе ничто не разделено. Вспомним, что тень видна только на свету, причем чем ярче солнце, тем четче тень. Конфуций сформулировал это так: «Чем больше человек, тем длиннее его тень». И только сам человек способен не признавать очевидности: если бы не было плохого, то не было бы и хорошего. Он борется с тем, что надо просто принять и сделать частью «Я» — с собственной тенью. Само это выражение - «борьба с тенью» — стало обозначать абсолютную безрезультатность какого-то процесса и бессмысленность затраченных усилий.

И тогда на пути к постижению в человеческой истории собственной «Самости» возникают куклы-маски («верховые» куклы) и куклы-тени (марионетки, которых в театре принято именовать «низовыми»). В самих этих наименованиях ясно просматривается отражение архетипических понятий «Верх» и «Низ». «Верх» — это небо, все светлое, чистое, человек от талии вверх, Божье создание, душа, дух,

свет. Низ — темное, земля, которая родила и которая примет в свое лоно после смерти, человек от галии вниз, дьявольское, тело, низший дух, темнота, Тень. Отсюда метафоры - «низкий» поступок и «низкий» человек, «грязные» слова и т. п.

Самое точное описание «Тени» можно найти в одноименной сказке Андерсена, если читать ее в полном варианте, а не в адаптированном детском. Жил-был один Ученый, — известно, что от других людей ученые отличаются любопытством и любознательностью. Увидел он однажды свою тень и заинтересовался: «Что это такое? Если это не я, то зачем оно мне? Пусть уходит». Он нашел способ избавиться от тени, и стала его Тень жить отдельно от Ученого. Вот тогда-то и начались его неприятности, — ведь Тень унесла с собой очень многое. Ученый не может врать, а Тень может. Ученый не агрессивен, а Тень — еще как! Ученому не нужна власть, а Тени она нужна больше всего на свете. Стала Тень в этой стране правителем, призвала к себе Ученого и сказала: теперь власть — в моих руках, и будешь отныне ты моей тенью. Ученый отказался, за что и был приговорен Тенью к казни. За секунду до того, как на его шею упал топор палача, он успел найти формулу, по которой все можно было вернуть в естественное положение, но не успел ее произнести. А формула-заклинание оказалась очень проста: «Тень, знай свое место!» (12).

## Марионетки и теневой театр, или может ли марионетка быть «хорошей»

Возможно, так и возникло разделение архетипических ролей" между различными видами кукол. Верховые куклы (перчаточные, тростевые и пр.) олицетворяли собою «Верх», низовые куклы (те, которых водит за нити кто-то, кто больше и находится сверху) - «Низ». Видимо, приписывание марионеткам всех времен магических свойств именно тем и объясняется, что они стали вещественным воплощением «низового» (не путать с «низким»!) в человеке. Они просто приняли на себя все темное, страшное, магическое, сильное и пугающее.

Получается, что марионетка есть некое метафорическое олицетворение теневой стороны многих архетипов, выражение присущей их природе двойственности. По отношению к архетипу «Мать» марионетка, например, может выступать в роли «Ужасной матери». По отношению к «Отцу» она оказывается «Пожирающим отцом» (аналоги — «Хронос», «Время»). Есть архетип «Дурак», а есть марионет-

ка, изображающая «Тристера», «Шута»; есть «Творец» — и марионетка «Низший творец» и т. д. Как видим, дихотомичность человеческого мышления сказывается даже в архетипических образах; исключения составляют лишь несколько архетипов — «Самость», «Уроборос», «Вселенная» и т. п.

Легко предположить, что, работая с марионеткой, создавая, оживляя и одушевляя ее, человек, сам того не ведая, работает со своей Тенью и ее проекциями в реальной психологической жизни.

Но если уж мы решили, что марионетка воплощает в себе человеческую Тень, то есть является «теневогой куклой», то возникает естественный вопрос: а что такое тогда теневой театр и каков его психологический смысл?

Мир театра теней — это мир плоский, бестелесный, ирреальный (в современной терминологии — виртуальный), не имеющий цвета, постоянного размера и устойчивой формы. В самом этом мире невозможно ничего изменить, так как сам он — всего лишь отражение чего-то находящегося за его пределами. Для того чтобы внести хотя бы самое малозначительное изменение, необходимо что-то трансформировать в отражающейся действительности.

Отсюда следует довольно интересный вывод: человек, который ощущает себя персонажем теневого театра, *не может ничего, потому что его просто нет*. Именно поэтому, как мне кажется, принципиально невозможна *идентификация* с теневой фигурой. Такое самоощущение сродни некоему пребыванию в «нигде». Столь сильная метафора может вызвать — а вернее, актуализировать, поскольку вряд ли когда-то он является полностью отсутствующим, — архетипический страх наших бесконечно далеких предков, страх перед безмерно большим, безмерно сильным и абсолютно непознаваемым. Это, скорее всего, и есть то состояние, которое Бахтин называл «космическим страхом» и определял следующим образом: «Какая-то тотемная память о космических переворотах прошлого и какой-то смутный страх перед грядущими космическими потрясениями заложены в самом фундаменте человеческой мысли, слова и образа» (3).

Если от марионетки, то есть тени, имеющей телесность, спустаться еще ниже, — разумеется, «ниже» в архетипическом, а не физическом смысле, — то это и будет психологический теневой театр. А следующая ступень вниз — это уже потусторонний мир, Аид, царство мертвых. Искать дорогу туда страшно, и страх этот, скорее всего, совершенно экологичен: только глупец трогает за хвост спящего тигра, мудрый проходит мимо.

## Каково быть болванкой

В поисках возможности обойти спящего тигра, не свернув при этом с пути к архетипическим глубинам, я обдумала — и частично испробовала — три пути.

Первый из них предполагал использование клиентами марионеток-заготовок — деревянных, сделанных из папье-маше, глиняных или любых других готовых форм. Однако тут же становилось очевидным, что при такой работе клиент уже не сможет работать под девизом «я творю себя как Бог, я всемогущ». Ситуация становится больше похожей на «я делаю себя из «болванки» (именно так для меня продолжался ассоциативный ряд «форма — заготовка —...»).

В итоге из психотерапевтической работы будут полностью исключены предыдущий опыт клиента, его мировоззрение, те ошибки, которые, собственно, и породили проблемную ситуацию. Кроме того, встарь слово «болванка» имело и вторую родовую форму — «болван». А слово «болван» для нас сегодняшних бессознательно связано с целым рядом смыслов (например: болван — идол, болван — неотесанный человек, болван — истукан). Какой из смыслов, — а все они очень разные, — «сработает» в каждом конкретном случае, мы не знаем. На тех глубинных архетипических уровнях, где осуществляется взаимодействие клиента с марионеткой, это просто не может не оказаться значимым, причем таким значимым, которое нам неизвестно, а потому абсолютно неконтролируемо...

К тому же совершенно непонятно, как к такой заготовке относиться и какая она — живая или мертвая? Представьте себе букет жутковатых безликих симулякров неизвестной природы и происхождения, который психотерапевт вносит в группу для последующей психотерапевтической работы... Бр-р-р!

С другой стороны, то же самое понятие «болванки» или «болвана» одновременно является очень глубокой метафорой для любого человека: к тому времени, когда мы начинаем хоть что-то осознавать, каждый из нас уже представляет собой некую болванку — то есть нечто, еще весьма неопределенное, но уже частично оформленное. Это значит, что всегда как некая данность существует что-то, чего мы уже не можем и никогда не сможем изменить.

В итоге от этого варианта мне пришлось отказаться.

## Прекрасно и неосуществимо

Второй путь мне виделся как использование готовых марионеток, заранее содержащих в себе некие архетипические образы. Дол-

гое время это было моей голубой мечтой, однако и тут встретились непреодолимые препятствия, например, весьма банальные - а где, собственно говоря, их взять? Продаются готовые марионетки (царь, Петрушка, царица, Иван-царевич, однажды я видела даже Кощея Бессмертного!), но они столь примитивны и безвкусны, что никакого желания работать с ними не возникает. Такие куклы должен делать Художник, а если он Художник, то он и Личность, — а значит, он все равно создаст *свое* собственное, уникальное представление о данном архетипе. Но вот беда: другому-то именно такое видение может совсем не подходить! Как ни грустно, но приходится учитывать тот момент, что психотерапевтическая техника, как и произведение искусства, должна сохранять достаточно высокий уровень неопределенности, чтобы у конкретного клиента была возможность это поле неопределенности к себе приспособить.

Но с голубыми мечтами так просто не расстанешься: ведь как было бы заманчиво создать целую коллекцию архетипических марионеточных образов! Уже только по выбору клиентом подходящей ему в данный момент марионетки можно было бы дать исчерпывающую картину его экзистенциальной ситуации.

Не исключено, что выход есть. Представьте себе, что марионетку по имени Тоска (или Гнев, или Радость, или Мать) сделают, например, триста человек — каждый свою, — а потом найдется человек, который сумеет, отказавшись от возможности собственного видения предложенного архетипа, из всего этого многообразия создать целостный усредненный образ. Но на это нужны годы, силы и средства...

Так и оказался единственным (во всяком случае, единственным осуществимым) третий путь — путь изготовления самодельных марионеток. Клиент в этом случае все делает собственными руками - пусть не так красиво и правильно, но сам — и потому все равно красиво и единственно правильно.

## Гибрид архетипа с метафорой

Как бы мы ни пытались разделить два наших способа работы с марионетками, нам все равно не удастся никуда уйти от того, что любая марионетка просто-таки отягощена архетипическим содержанием, а любое клиентское действие по отношению к марионетке насквозь метафорично. С учетом этого совершенно общего и действенного механизма процесс творения - или даже Творения — марионетки становится исключительно терапевтичным: иногда оказы-

вается достаточным куклу создать — и процесс последующей работы с ней уже может быть излишним. А вариант создания самодельных марионеток метафоричен просто по определению. «Что сотворил, то и имею», «изменить можно, но не все», «чтобы изменить, необходимо понять»...

Поэтому мне тоже некуда уйти от тех метафор, с которыми работает мой клиент, создающий марионетку как образ души (или проблемы, или настроения, или субличности — это уж кому как понравится). Как, например, прикажете относиться к тому интересному факту, что ни в одном кукольном театре марионетки не складываются в ящики или сундуки, как другие куклы, — они висят на штангах, скапливаясь от спектакля к спектаклю в целую труппу — очень, надо сказать, многолюдную? Когда я однажды спросила в театре, почему марионеток не убирают в ящики для экономии места, мне очень убедительно ответили, что «все же знают, что этого делать просто нельзя!». С этой абсолютно бессознательно воспринимаемой - и в то же время непреложной — абсолютизацией сходства (или сродства) человека с марионеткой близко смыкается то, что практически ни один человек, создавший собственную марионетку, не сумеет ее «убить» — то есть разрезать ножницами, разорвать и т. п. Исключения, вероятнее всего, лежат в области проявлений явной и тяжелой патологии.

Однако и у этого пути есть свои минусы - например, временные и материальные затраты, которые, хотя и окупаются, но все же оказываются весьма и весьма значительными.

## **Опыт Галины**

### **Полная свобода или равные возможности**

Если уж для меня оказалось самым привлекательным предоставить клиенту возможность сделать собственную марионетку (помните — «Я создаю себя», «Я себя меняю», «Я собой владею» и «Я собой управляю?»), то необходимо было решить сложнейший вопрос - какую степень свободы клиенту предоставить в ее создании? Понятно, что эта степень может быть весьма и весьма различной.

Клиент, например, может иметь возможность самостоятельно изобрести желательное для него устройство марионетки, подобрать необходимый материал — от воды до камня - и разработать любую осуществимую систему управления ею. Другим вариантом будет получение клиентом полностью оснащенной и готовой к использованию марионетки-«болванки», лишенной каких бы то ни было лич-

постных черт и дальнейшее самостоятельное придание ей собственного своеобразия, личного — и личностного — сходства с самим клиентом. В промежутке между этими двумя крайностями может лежать сколь угодно много разновидностей и вариаций.

Чтобы понять, чем по своей глубинной сути отличаются такие варианты начала работы, стоит оценить не только различие возникающих технических задач, но и содержащиеся в них возможные метафорические послания.

Какой смысл скрыт в задаче сделать себя из чего угодно? С одной стороны, в таком выборе таятся колоссальные возможности осмысления образа себя, всех содержащихся в нем внутренних алогичностей, задач, решаемых наличием этих алогичностей, вероятной реконструкции этого образа и пр. С другой стороны, человек оказывается в ситуации полной неопределенности в ответе на вопрос «Кто я?». При всей конструктивности этого вопроса ответить на него человек способен только в том случае, если у него имеются хоть какие-нибудь исходные основания. В противном случае можно оказаться наедине с неким первичным хаосом, внутри которого взрослый, уже явно миновавший кризис трех лет человек существовать не может. И тогда вместо попытки осмысления, освоения, конструктивной трансформации он начнет судорожно добиваться хоть какой-то определенности в видении себя. Понятно, что этот процесс не будет осознан столь катастрофичным, каковым будет по своему содержанию являться. Вероятнее всего, тревога, вызванная опасностью прямого соприкосновения с хаосом, будет столь сильна, что человек просто-напросто переформулирует исходную цель в чисто техническую задачу, которую постарается себе максимально усложнить. Зачем? Да все затем же — чтобы, столкнувшись с сопротивлением выбранного материала, получить возможность уйти от пугающей неопределенности.

Следующая метафора, содержащаяся в подобной инструкции, вытекает из первой и приводит клиента к восприятию себя как чего-то абсолютно уникального, не имеющего никаких общих оснований со всеми прочими — а значит, не имеющего каких бы то ни было возможностей для контактов с ними. Любой психотерапевт знает, как благотворно действует на клиента осознание того, что происходящее с ним происходило и происходит с кем-то еще, а значит, является в принципе решаемым, переносимым, естественным для самой человеческой природы. В нашем же случае человеку вместо такого видения ситуации предлагается столкнуться с полным отсутствием самого понятия «человеческая природа». Ведь такое понятие может суще-

ствовать только при наличии достаточного количества параметров сходства, сродства, одинаковой изначальной причинности людей.

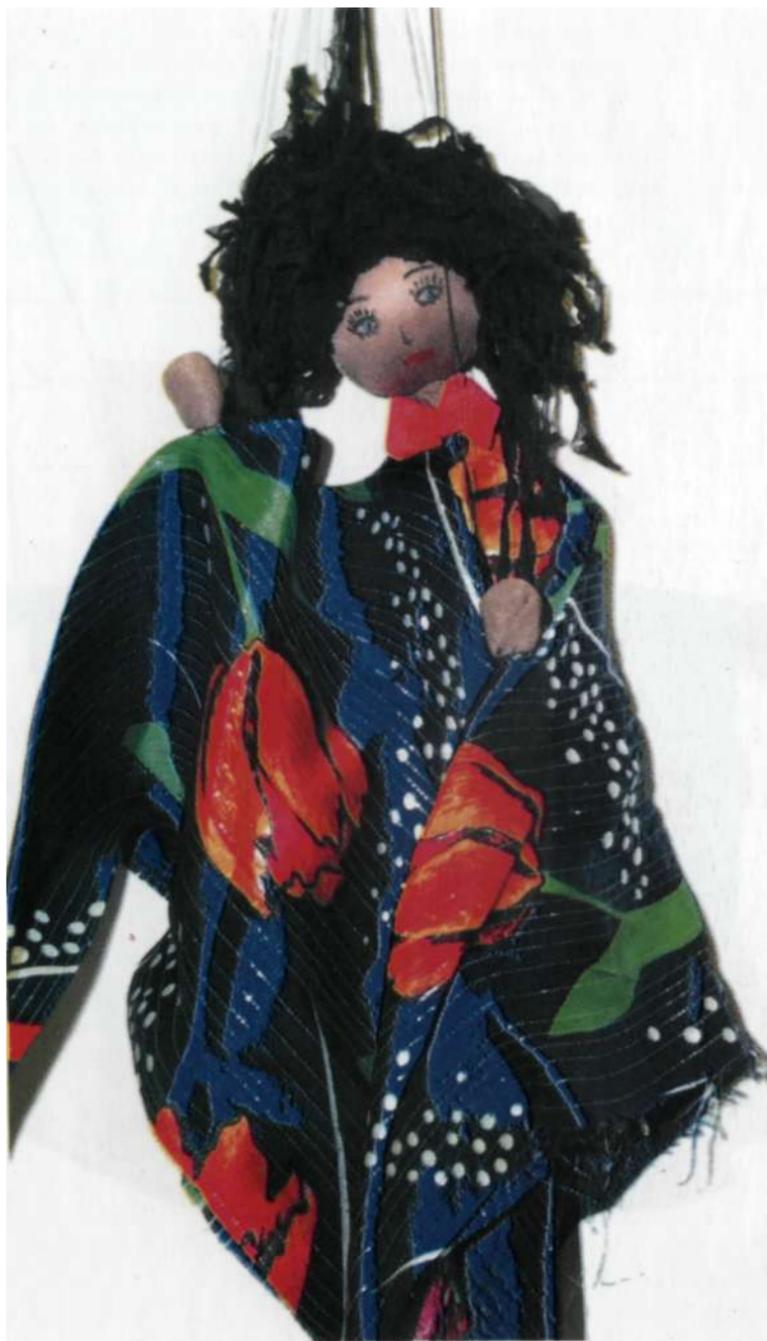
Следующей неосознаваемой метафорой оказывается своего рода разомкнутость последующего кукольного взаимодействия. Раз у марионеток нет общего начала, то нет и общего продолжения, не может быть объединяющего их сущности общего сценария. Такие куклы не объединены никаким общим миром или общим бытием — только одновременностью существования.

Существуют еще и чисто технические трудности, связанные с ситуацией неограниченных возможностей клиента. Возможности арттерапевта, избравшего такой вариант работы, парадоксальным образом резко сужаются: чтобы грамотно организовать любой эксперимент — в том числе и психологический (если, конечно, вообще полагать такой возможным), — необходимо ограничить изменчивость всех включенных в поле внимания экспериментатора переменных, кроме той, которая, собственно, и изучается в эксперименте. В нашем же случае переменных оказывается настолько много, что у арттерапевта сохраняется доступ практически лишь к способу внешнего поведения и взаимодействия каждой из кукол. Хотя с определенной точки зрения это тоже вполне можно считать конструктивным, так как метафора полной самостоятельности и авторизованности происходящего для клиента проявляется в полной мере.

Здесь очень важно оговорить один принципиальный вопрос. Дело в том, что сама по себе идея абсолютной, всеобъемлющей уникальности каждой отдельной личности (и идея отношения к реальности как к абсолютному хаосу) ничем не хуже любого другого основания для работы. Просто у нее есть как свои позитивные — с точки зрения психотерапии, — так и негативные стороны, и их конечно же необходимо учитывать. Кроме того, нельзя сбрасывать со счетов такую «малость», как мировоззрение самого арттерапевта. В конце концов, если для него такая идея в целом является единственно возможным взглядом на жизнь, то работать внутри именно этой психотерапевтической задачи для него будет совершенно приемлемо.

Естественно, что совершенно иная картина возникает, когда группа начинает работать не с точки полной свободы выбора, а с некоторой конструктивной определенности. Каковы будут послания, полученные участниками группы в этом случае?

Совершенно очевидно, что нет никакой необходимости давать участникам группы словесную инструкцию — вполне достаточно без каких бы то ни было вслух сформулированных уточнений ограничить выбор предлагаемых материалов. И тогда без дополнительных









словесных оформлений этого факта естественным образом окажется, что все участники группы «сделаны из одного теста». Необходимость общности, исходной общей сущности уже может быть достаточным основанием для осознания и перевода во внешний план образа «Я».

Созданные таким образом марионетки оказываются обладающими сходной физикой движений, пластикой, «поверхностью тела», в силу чего их взаимодействие приобретает исходную, принципиальную возможность взаимопонимания. Пресловутый закон джунглей «Мы с тобой одной крови — ты и я» здесь выглядит очень к месту.

С другой стороны, в этой ситуации клиент оказывается перед вопросом «Как я устроен?». Оказывается, что именно единство исходной точки, из которой будут неизбежно созданы весьма различные марионетки, дает возможность их создателям посмотреть на себя со стороны. Как известно, отношение к себе самому формируется через отношение к другому. Чтобы задать себе вопрос «А почему у моей марионетки нет подвижности в талии?», нужно обратить внимание на то, что она в принципе может и быть — то есть обнаружить, что у другой марионетки такая подвижность есть. В этой ситуации авторы кукол работают не с сопротивлением материала, а с сопротивлением собственного образа. Если первое, возможно, более конструктивно с точки зрения развития непосредственно творческих способностей (что в принципе может быть желательным следствием, но не является целью арттерапевтической работы как работы в конечном итоге психотерапевтической), то второе уже имеет право называться решением конкретной психотерапевтической задачи.

## Кто кем управляет

В дополнение к двум предыдущим глобальным вопросам — «Кто я?» и «Как я устроен?» — марионетка позволяет поработать еще с одним — «Что мною движет?». Система управления марионеткой дает очень своеобразное представление о структуре мотивов куклы — а соответственно, и ее прототипа. С одной стороны, устройство марионетки таково, что отдает ее целиком во власть кукловода, и сам по себе этот образ весьма прочно связался с одним из представлений об устройстве мира. В язык прочно вошли идиомы типа «дергать за ниточки», отражающие понятие зависимости, страдательности, отсутствия ответственности, подчиненности. Человек же, в чьих руках находятся все нити, ассоциируется с хозяином, властителем, неким источником всей и всяческой причинности для марионетки. Таким

образом, участник группы, создавший марионетку, осознающий ее как свой собственный образ и пытающийся ею управлять, выступает одновременно в двух ролях — хозяина и раба, того, кем движут, и того, кто движет.

Но даже и без такого вступления любому человеку, который столкнется с практической необходимостью оснастить марионетку работающей системой управления, очень быстро станет ясно, сколь сложна эта задача.

Обычно на этом этапе большинство участников группы уже создали своих марионеток такими, чтобы восприятие их как собственного образа не создавало очевидных конфликтов, хотя, конечно, почти каждый из них в процессе дальнейшего освоения марионетки не раз столкнется с желанием ее переделать.

Далее в процессе освоения своей марионетки — соотнесения уже приданных ей динамических возможностей, обусловленных самой конструкцией ее тела, с необходимостью управления ею — кукловоды столкнутся со следующей жизненно важной метафорой: управление означает сознательное ограничение. Иначе говоря, каждый кукловод «вспомнит», что он располагает всего-навсего десятью пальцами, то есть только ограниченными возможностями для управления и контроля над марионеткой. Этот вывод имеет очень прямой выход на осмысление одного из важнейших — с точки зрения психологического благополучия — различия.

Глобальным, почти мистическим смыслом исполнено для психологии и психотерапии выражение «здесь и теперь». Определенное отношение к нему имеют такие изысканно привлекательные понятия, как естественность, спонтанность, свобода, раскованность и т. п. И тем не менее крайним вариантом такого существования — существования здесь и теперь — является психотический вариант адаптации, т. е. поведение, диктуемое исключительно мотивами, принадлежащими той загадочной сущности, которая именуется «Оно», «Id», витальными потребностями (в физиологическом смысле этого словосочетания) или любыми другими вариациями того же самого.

Проще говоря, отрабатывая с клиентом проблему его запретов и интроектов, психотерапевт неизбежно столкнется с вопросом: что является конструктивной заменой регулирующей системе табу, запретов и интроектов? И вот тут-то и возникнет необходимость осознания клиентом разницы между двумя, казалось бы, сходными понятиями — «запрет» и «отказ». Конечно, объяснить эту разницу весьма несложно. Запрет формулируется как «Нельзя! Даже если захочу, не смогу себе этого позволить». Отказ же звучит несколько по-ино-

му: «Не надо... Я хочу этого, но не считаю возможным сделать. Однако в другой ситуации, если возникнет необходимость, я это сделаю». А может быть, и просто: «Не надо...». Беда в том, что обычно объяснения имеют мало власти над нашими душевными затруднениями, и психотерапевт оказывается вынужденным искать разнообразие окольные пути, подводящие клиента к осознанию различия между этими двумя понятиями.

Таким образом, психотерапия — в самом общем своем выражении — может быть сведена к двум огромным этапам работы: сначала этап осознания существования в себе изначально конфликтной, проблемной, запретной системы мотивирования собственной жизнедеятельности, а затем этап формирования конструктивной, приемлемой, внутренне непротиворечивой системы саморегуляции своих взаимоотношений с окружающим миром, основанной на добровольном отказе и самоограничении. Точнее, наоборот — на ограничении и отказе, поскольку человек сначала принимает необходимость себя ограничить, и лишь результатом этого ограничения оказывается отказ от удовлетворения тех или иных потребностей. Это очень важный этап в процессе становления личности — осознание возможности самому определять власть над каждой из собственных потребностей, умение их иерархизировать и принимать неосуществимость некоторых. Причем само собой очевидно, что понятие «отказ» может быть применено только к принципиально осуществимым желаниям.

И вот метафора такого осознания и возникает перед участником группы, когда он сталкивается с необходимостью ограничить количество степеней свободы своей марионетки (или, если хотите, себя) десятью. Причем не менее важным скрытым посланием этого ограничения является то, что оно само по себе продиктовано самой природой кукловода, изначально принятой им без каких бы то ни было неудовольствий. В самом деле, трудно найти человека, для которого наличие всего лишь десяти пальцев на руках было бы источником серьезных личностных проблем, выходом из которых мыслилось бы увеличение числа пальцев. Нет, разумеется, можно представить себе и такое, однако, вероятнее всего, человек, всерьез мечтающий обладать сорока или, скажем, двадцатью тремя пальцами, окажется не клиентом психотерапевта, а пациентом психиатра...

В итоге кукловод встает перед естественным, самой природой созданным ограничением, которое невозможно отменить или изменить, не изменяя патологическим образом само человеческое устройство. Марионетка может управляться не более чем десятью нитями, и все тут!

Не исключено, впрочем, что особо изощренные клиенты в состоянии изобрести некую хитроумную систему управления, при которой на каждый палец будет приходиться более одной нити, но самих рычагов воздействия все равно останется десять, хоть ты с ними что хочешь делай! В результате кукловоду придется решать задачу распределения этих «управленческих» возможностей между уже имеющимися сочленениями, выяснять основные точки, к которым должна быть приложена сила, чтобы привести в действие сразу несколько прилежащих соединений и пр. По сути, это и будет работой с системой своих основных жизненных мотивов, осознанием ее неудовлетворительного функционирования и ее реконструкции. Причем совершенно ясным станет, что, получив возможность более детального управления и контроля над чем-то одним, кукловод лишается каких-то иных возможностей. А, как известно, история развития личности есть история отклоненных ею альтернатив.

### Куда ведут нити

Очень важен принципиальный момент отказа от ваги — приспособления, с помощью которого профессиональный кукловод обеспечивает себе возможность управлять куклой с большим количеством сочленений и, соответственно, большим числом нитей. В нашем случае использование ваги имело бы довольно странный смысл — посредника между человеком и его видением самого себя. Человек таким образом лишался бы непосредственной связи с «самим собой» и получал бы совершенно вразумительное послание — для того, чтобы быть себе хозяином, необходимо внешнее вмешательство. А тогда уже оказывается абсолютно приемлемым лечить горе от потери близкого человека антидепрессантами, несчастную любовь — гипнозом, а к психотерапевту приходиться за микстурой счастья и возмущенно высказывать ему претензии по поводу ее недостаточной эффективности.

Итак, отказ от ваги ограничивает «руководящие» возможности наших кукловодов имеющимися у них десятью пальцами, но зато позволяет им решать восхитительную по формулировке и сути задачу — посредством собственного тела осваивать собственное же тело, вынесенное вовне. То есть человек получает уникальную возможность, которую он имел еще, только будучи совершенно неосмысленным ребенком, — организовывать с нуля деятельность своего тела, — только сейчас он будет осуществлять это на полностью сознательном уровне.

Тут, кстати, очень важно обратить внимание на один весьма существенный момент: как в истории кукольного театра, так и в соответствующих идиомах, связанных с марионетками, всегда фигурирует именно понятие «нити». Почему же символом взаимоотношений человека с Богом, человека и движущих ими сил стала именно марионетка, а не тростевая кукла, система управления которой устроена совершенно жестко? Ведь, казалось бы, принципиальных различий нет — в обоих случаях кукла оказывается игрушкой в руках кукловода. Однако они конечно же есть, и их, по крайней мере, два.

Во-первых, тростевая кукла расположена *выше* кукловода. Понятно, что в культуре слово «выше» имеет много переносных смыслов, и все они связаны с понятием превосходства. С этой точки зрения тростевую куклу можно считать существом «нелогичным» — с одной стороны, она подчинена, а с другой — расположена выше. Это напоминает знаменитую картинку, вызывающую перцептивный конфликт — река, текущая в гору. Взаимоотношения кукловода с марионеткой оказываются, напротив, идентичными сами себе — подчиненное существо расположено ниже. Но, возвращаясь к тростевым куклам, — они же все-таки также созданы по образу и подобию человека, и тем не менее не они воплотили в себе понятие о первопричине человеческой активности. Не связано ли это с великой человеческой гордыней, не пожелавшей принять роль кукловода, находящегося ниже? Но тогда с кем же все-таки отождествляет себя человек культурный — с куклой или с кукловодом? Или дело в том, что тростевая кукла воплощает некий образ извечной несправедливости — незаслуженное положение выше, не отражающее реальное положение вещей, реальную причину событий?

И второе отличие, исполненное не меньшего философского смысла, — трость в силу своей жесткости обладает и тянущей, и толкающей силой, нить же — из-за своей гибкости — только тянущей. То есть кукла тростевая (как, кстати, и перчаточная) оказывается все же существом куда более подчиненным, управляемым абсолютно, полностью лишенным собственной воли — пусть даже воля эта была бы обоснована простыми физическими законами. Ни тростевая, ни перчаточная кукла не способны сопротивляться в принципе. Марионетка же обладает некоторой долей собственной активности — активности инерционной, обусловленной весом куклы, но все же собственной.

Тут есть еще один хитрый взгляд на все эти тонкости. Толкать можно и впереди себя, опять-таки создавая ситуацию своего рода несправедливости: почему вы толкаете меня вперед, если вы сами не

там, то есть не знаете, что там?! Тянуть же вперед можно, лишь находясь впереди, то есть когда кукловод уже прошел сам тот путь, который предлагается пройти марионетке. Это, с одной стороны, отражает честное положение вещей — никто не вправе требовать от других того, чего не в состоянии сделать сам. С другой стороны, подтверждает первенство кукловода, его право на управление марионеткой.

Вот — предположительно — такие многоплановые метафоры-послания содержатся в решении простой — не правда ли, только на первый взгляд? — задачи оснащения марионетки системой управляющих нитей.

**ЧАСТЬ II.**

**ПЕРСПЕКТИВА**

С нашей стороны было бы, наверно, нечестно, если бы мы ограничились только малопонятными и преисполненными всяческих сомнений воспоминаниями и соображениями на тему предположительных возможностей использования марионетки в арттерапии. Нечестно уже хотя бы потому, что мы пока что не полагаем себя причисленными к лику святых от психотерапии, чтобы иметь право утомлять читателей чистой мемуаристикой. Кроме того, невзирая на вышеупомянутые сомнения, мы все же более двух лет используем марионеток в своей психотерапевтической практике. И, как оказалось, этого вполне достаточно, чтобы сделать определенные выводы и предложить их вниманию всех, кто хотел бы попробовать включить в свою профессиональную деятельность этих древних и загадочных кукол.

Таким образом, вторая часть нашей совместной работы оказалась целиком посвященной конкретным формулировкам, подробным описаниям и практическим рекомендациям по использованию марионеток, а значит, вполне может рассматриваться как совершенно самостоятельная работа и читаться отдельно. Если, конечно, вас не интересует результат...

## Глава 5. ВВЕДЕНИЕ

### Соображения Татьяны

#### Марионетка как проводник в собственную «Тень»

Смыслом любой психотерапевтической деятельности можно полагать восстановление целостности личности - то есть, в сущности, стремление к познанию «Самости». Целостная личность — это личность, познавшая и принявшая оба отражения «Самости» — как «Маску» (свое «хорошее» «Я»), так и «Тень» (свое «плохое» «Я»). После такого принятия понятия «Я плохой» и «Я хороший» теряют вообще всякий смысл, поскольку возникает целостное «Я», не разделенное какими бы то ни было границами.

Однако «Маску»-то принимать легко и приятно, а вот отсутствие готовности к принятию «Тени» и есть основа любого сопротивления. «Тень» не просто не хочется принимать — ее и знать-то не хочется и не может! Приходится использовать «обходные маневры», чтобы принять «Тень» захотелось, чтобы к ней появился интерес и чтобы это было не страшно. А не страшно будет тогда, когда человеку можно будет ошибаться — а его все равно будут любить и т. п. Иными словами, перед психотерапевтом возникает задача предложить клиенту нечто такое, чтобы ему стало интересно обращаться к своим тeneвым сторонам. Ведь «...когда я пытаюсь изгнать свою тень, я не освобождаюсь от нее. Я не остаюсь с неким пустым, ничем не заполненным местом в моей личности — во мне остается симптом, болезненное напоминание, что есть некоторая грань меня самого, которой я не сознаю» (11). Тут-то и оказывается незаменимой игра со всеми ее возможностями.

В качестве же игрушки вполне можно предложить клиенту марионетку, и она тогда окажется для него воплощением того, чего видеть и знать не хочется, потому что неприятно, страшно, стыдно... Работа с марионеткой — это процесс спуска «вниз» (или в «Низ»), исследования «Нигредо», преодоления собственного сопротивления и присоединения неведомой прежде территории «Тени» к осознаваемым областям личности. А уже потом марионет-

кой - как и собственной «Тенью» — необходимо научиться управлять, иначе она станет управлять тобой. «Наша жизнь, в сущности, кукольное представление. Нужно лишь держать нити в своих руках, не спутывать их, двигать ими по своей воле и самому решать, когда идти, а когда стоять, не позволять дергать за них другим, и тогда ты вознесешься над сценой» (13). Человеком управляет кто-то или что-то, несоизмеримо большее, чем он сам. А он управляет марионеткой и по отношению к ней являет собой наглядное воплощение метафоры «Я всемогущ и могу сделать все, надо только захотеть».

Переводя все это на язык конкретной психотерапии, можно сказать, что марионетка дает возможность в процессе ее терапевтического использования:

- отделить от себя нечто теневое, вынести наружу, чтобы иметь возможность это увидеть, осмыслить и изменить по своему желанию;
- сделать это в метафорической, игровой, а следовательно, ресурсной, безопасной и приятной форме, минуя сопротивление, страдания и боль;
- отработать собственные, сугубо индивидуальные механизмы самоотождествления и разотождествления;
- травестировать нечто пугающее в себе самом, заодно отработывая и механизмы экзистенциального принятия того, что невозможно изменить;
- вывести на уровень осознания (причем опять же на языке метафоры) вытесненный материал (травмы, переживания, страхи и т. п.).

## Соображения Галины

### Марионетка как образ «Я»

Итак, к тому моменту, когда я решила попробовать использовать марионеток в работе, для меня были бесспорны - в той, разумеется, мере, в какой хоть что-то в психотерапии может быть бесспорным и очевидным, — три утверждения:

1. Архетипическая природа марионетки заранее обуславливает очень сильную, эмоционально насыщенную и энергетически заряженную реакцию человека на любое взаимодействие с такой куклой.

2. Марионетка в таком взаимодействии может выступать в качестве подобия, метафоры, воплощения души человека, а может играть роль подобия, метафоры, воплощения его тела.

3. Использование таких метафорических марионеток в психотерапевтическом процессе предполагает, что в свою полную силу вступит принцип актуальности метафорических изменений, и тогда любая трансформация такой метафоры найдет свое воплощение в реальной жизни клиента.

И только сопоставляя эти три утверждения, я, наконец, поняла, чем же именно была для меня столь привлекательна идея телесной идентичности клиента с созданной им марионеткой. Все оказалось весьма просто: если мы работаем с марионеткой как с «портретом тела», то у нас естественным образом обнаруживается некий вполне очевидный и в некотором роде даже объективный критерий ее адекватности. А наличие такого критерия позволяет целенаправленно строить процесс трансформации марионетки как процесс внутренней работы клиента с целым комплексом его личностных особенностей и проблем.

В самом деле, не нуждается в дополнительном обосновании то, что наше тело существует одновременно в трех реальностях — физической, физиологической и психической (социальную реальность в этом случае вполне можно включить в состав реальности психической, так как она начинает оказывать свое влияние не иначе, как будучи интериоризирована во внутреннюю реальность человека). И гармоничным — оптимальным, адаптированным, счастливым и пр. — можно считать лишь такое существование человека, при котором тело во всех этих трех реальностях существует по одним и тем же - или, по крайней мере, не противоречащим друг другу законам. Понятно, что единственным источником конфликта трех реальностей может быть только реальность психическая: только она способна навязать «Я», а значит, и собственному телу, способ существования, нарушающий какой-либо из законов физического мира. Поскольку тем не менее именно психическая реальность обладает приоритетом в организации внешней жизнедеятельности человека, то тело в таких ситуациях оказывается вынужденным подчиниться ее «некорректным» командам и существовать вопреки тем или иным законам физического мира. Под действием такого механизма формируются как любые телесные зажимы, блоки и даже целостный «психологический панцирь», так и практически любые психосоматические проявления.

В том варианте психотерапевтического взаимодействия, который я собиралась использовать в работе, клиент должен был создавать марионетку именно как портрет собственного тела. Отсюда с неумолимым автоматизмом следовал вывод, что такая марионетка по сво-

ему физическому устройству просто-напросто обязана соответствовать (разумеется, в определенном приближении) конструкции реального человеческого тела. Любые отклонения от такого соответствия будут с неизбежностью выдавать привычные и естественные для каждого конкретного клиента способы организации взаимодействия между его психической реальностью и физической телесностью. Иными словами, тело марионетки, созданной клиентом, будет отражать все проблемные точки его существования. Словом, если у человека с нормальной подвижностью коленных суставов марионетка получится с неподвижной нижней частью, то это будет иметь отношение не к его скульпторским талантам и не к мелким, малозначимым случайностям, а непосредственно к тому образу жизни, который этот человек с целью решения своих личностных проблем навязывает собственным ногам.

## Глава 6.

# АРХЕТИПИЧЕСКАЯ РАБОТА С МАРИОНЕТКОЙ

### Инструкции клиенту

#### Задаем тон

При том варианте работы с марионетками, который я использую, предложить жесткую и четкую инструкцию практически невозможно.

Вообще говоря, инструкция — это то, что *не полагается* нарушать при решении задачи. Задача — это то, что *необходимо* решить. Задание — это то, что *неплохо было бы* сделать. Поэтому я предпочитаю употреблять слово «задание».

Обобщенно говоря, клиенту обычно предлагается сделать марионетку, которая больше всего похожа на некое, определенное им самим состояние, или могла бы сыграть его в марионеточном театре, или помогла бы клиенту объяснить другим людям, что с ним происходит. Чем сложнее его жизненная ситуация, тем проще должно звучать задание и тем проще должно быть техническое изготовление куклы. Я бы даже сказала так: чем меньше психотерапевт понимает, что на самом деле происходит с клиентом, тем больше степеней свободы (то есть как можно больше предлагаемых материалов и как можно меньше объяснений терапевта) необходимо клиенту предоставить при изготовлении куклы. В итоге, проходя через сопротивление материала, клиент сам кристаллизует ядро своей проблематики.

Каждый раз, естественно, такое задание оказывается звучащим по-разному. Если уж это предложение сделать куклу, символизирующую состояние, которое сам клиент считает болезненным и нежелательным, то в таком случае текст, который я произношу, может звучать приблизительно так: «У вас временами возникает определенное состояние, которое вы сами считаете плохим, тяжелым, «неправильным». Вы хотите, чтобы такого состояния у вас не возникало. Попробуйте найти слово, обозначающее это состояние, и запишите его. Представь-

те, что кукла олицетворяет это нежелательное состояние. А теперь вы можете начать делать такую куклу». Причем клиент обязательно должен назвать это состояние одним или двумя словами, но так, чтобы ни одно из них не было определением другого, как, например, в словосочетании «ужасное одиночество». Это ограничение вводится для того, чтобы клиент попытался конкретно обозначить, квалифицировать то, что именно ему не нравится. Не стоит бояться ошибок или неточностей, которые клиент может допустить: сам процесс изготовления марионетки все расставит по местам. Если речь на самом деле идет не об одиночестве, то взамен начального определения у марионетки впоследствии обязательно появится другое имя, которое и будет настоящим, а не «придуманным» состоянием.

В групповом варианте работы время на изготовление марионетки я обычно вообще не ограничиваю. Если же марионетка делается в ходе индивидуальной работы и сеанс ограничен во времени, то следует учитывать, что в среднем на изготовление куклы уходит от полутора до четырех часов. Желательно при этом, чтобы кукла была сделана за один сеанс. Если такой возможности нет, то важно, чтобы в общих чертах были выбраны хотя бы цвет и фактура используемых материалов и намечен размер будущей марионетки.

Такая необходимость связана с тем, что в следующий раз клиент, вполне возможно, сам того не подозревая, продолжит делать совсем другую марионетку. Хотя при этом конечно же важно, на каком этапе произошла остановка. Если, например, клиент сделал голову и уже общается с куклой, то все остальное можно отложить. Если же кукла еще «не ожила», то, отложив завершение этого процесса, мы получим нечто вроде «на продолжение родов у нас сейчас мало времени, закончим это дело примерно через недельку». Памятуя уровень, на котором мы работаем, приходится признать, что это не просто нелепо, но и опасно: не понимает глубинное бессознательное такого юмора.

В принципе архетипический вариант работы с марионеткой состоит из двух этапов — изготовления куклы и последующей терапевтической работы с ней. Однако нередко изготовление куклы уже дает колоссальный терапевтический эффект, и никакая иная работа с сделанной марионеткой может просто не понадобиться. Так, например, один клиент — сорокадвухлетний мужчина — после получения задания долго задавал мне вопросы по поводу того, зачем необходима работа с марионеткой, что должно с ним произойти в результате этой работы и т. п. Затем, так и не получив разъяснений, которые бы его удовлетворили, он сделал только голову своей будущей куклы.

Долго сидел молча, потом сказал, что он «его любит и все про него знает», после чего полчаса общался с этой головой без лица и туловища.

Если же психотерапевту ясно, что процесс явно не может быть ограничен только лишь изготовлением марионетки, и клиенту требуется какое-то дальнейшее взаимодействие с ней, не стоит это взаимодействие начинать сразу после того, как кукла сделана: клиенту необходима пауза на осознание того, что с ним произошло в процессе ее изготовления.

Второй этап — работу с использованием уже готовой марионетки — столь же невозможно представить в виде четкого алгоритма, как и любой терапевтический сеанс, так как ход ее непредсказуем и зависит от множества причин — вплоть до погоды на улице. Такой работой могут стать разговоры с куклой самого клиента и других участников группы (в случае групповой работы), ролевые игры и многое другое, что покажется важным и актуальным терапевту (и, разумеется, клиенту). Поскольку все, что может произойти, по своей природе крайне не технологично, то любому профессионалу ясно, насколько этот процесс зависит от его собственной интуиции, опыта и наличного состояния. Относительно общей рекомендацией для начала такого процесса может быть знакомство терапевта с куклой — тем более, что с куклой-то он действительно не знаком. Вполне возможно, стоит сесть на пол, чтобы оказаться на одном уровне с марионеткой, — и уж конечно, обращаться в таком случае имеет смысл только к ней, полностью «игнорируя» кукловода. Существуют же, в конце концов, какие-то правила вежливости!

## **Используемые материалы**

### **Способы изготовления марионетки**

Чтобы обосновать предлагаемый мною клиентам набор материалов для изготовления марионеток, мне придется ниже описать, как же делаются максимально простые марионетки — тряпочные, «бестелесные», с минимальным количеством управляющих нитей. Несмотря на их кажущуюся простоту, такие куклы все же предоставляют терапевту два варианта применения предлагаемой технологии — «закрытый», когда у клиента число степеней свободы при изготовлении куклы наименьшее, и «открытый», когда их количество увеличивается и в итоге резко возрастает «сопротивление материала».

В первом — «закрытом» — варианте психотерапевт подробно описывает и показывает способ изготовления куклы. Изготовлена такая марионетка может быть очень быстро, за двадцать-тридцать минут (хотя этого, честно говоря, на практике никогда не происходит). Достоинством закрытого варианта является то, что такую куклу вполне могут сделать и дети. В крайнем случае, если вы работаете с детьми 5-6 лет, то придется помочь сделать голову. Дети легче воспринимают метафоричность и символизм условности, поэтому у них не возникает желания делать то огромное количество мелочей, которое необходимо взрослому. Например, если есть голова, то глаза совсем не обязательны, ведь и так понятно, что кукла видит, слышит, говорит и т. д.! Ребенок делает куклу, которую взрослый считает лишь заготовкой, и великолепно домысливает все недостающее: «Сейчас я просыпаюсь, открываю глазки и иду умываться», а что глаз и ног у куклы нет и в помине — это такие мелочи!

Преимуществом варианта, когда клиент располагает минимальным числом возможных выборов, оказывается возникающая на бессознательном уровне изумительно терапевтичная метафора: *дело совсем не в том, из чего ты сделан, красив ты или не очень с точки зрения других людей, — важно, что ты есть, что ты уникален и неповторим, что были, есть и будут люди красивее, умнее, талантливей, но таких, как ты, нет, не было и не будет.* Из самой малости и ерунды можно создать личность — свободную, неповторимую, чувствующую, единственную, а самое главное — любимую ее творцом.

В этом варианте клиенту дается материал, из которого можно сделать куклу, объясняется способ прикрепления ее головы к туловищу и никак не оговариваются прочие конкретные детали ее изготовления.

Необходимо учитывать, что такая кукла за один сеанс обязательно должна быть завершена — вплоть до оснащения ее нитями. Исключением могут быть случаи, когда сам процесс изготовления куклы порождает такое сопротивление, что клиенту необходимо время на принятие и осмысление. Тогда отсрочка в изготовлении куклы вполне может стать терапевтичной — при условии, что клиент перед окончанием сеанса четко проговорит, что и как именно он будет дodelывать в следующий раз.

Открытый вариант работы содержит иную внутреннюю метафору: ты можешь сделать все, что захочешь, ты свободен. Хотя, говоря о свободе выбора и прочем, необходимо помнить, что все это до некоторой степени манипуляция, так как предложенный материал уже ограничивает количество выборов. Естественно, чем больше бу-

дет набор материалов для работы, тем более сложная задача встанет перед клиентом, так как теперь он сам должен будет изобрести конструкцию тела (если оно для него окажется существенным), подробности изготовления головы и лица, технологию прикрепления нитей и управления куклой и решить множество других задач. Такое изготовление куклы — процесс очень сложный и долгий, его иначе как творческим актом и не назовешь.

Метафора «ты можешь все», несмотря на свою «полезность», может вызвать столь сильную тревогу, что клиент, возможно, захочет немедленно, не выбирая средств, защититься от ее осознания и переживания... Тот глубинный первозданный хаос, с которым сталкивает человека осознание собственной свободы, чаще всего вызывает у него совершенно неосознаваемые и очень сильные чувства, погружая его в состояние экзистенциальной «ненаходимости» (3). Преодоление этого сопротивления, принятие понимания «я все могу» может оказаться решающим для всего дальнейшего процесса психотерапии.

Однако иногда работа с подобными чувствами воспринимается клиентом как хождение по лезвию бритвы над бездонной пропастью, и частым вариантом поведения в таких случаях становится попытка убежать в решение чисто технических задач. При этом возникает огромное количество малозначащих вопросов, демонстрирующих собой косвенный запрос клиента к терапевту о помощи; в голосе появляются обиженные детские интонации (плохая мама не помогает своему ребенку делать игрушку!), начинает активно сопротивляться сам материал, из которого изготавливается кукла, — не шьется, не держится и т. п. Мне кажется, что такое сопротивление само по себе имеет чрезвычайно важный смысл, и терапевт должен дать клиенту возможность «посопротивляться» вволю.

## Чего изволите?

Понятно, что каждый из описанных выше вариантов предполагает свой набор материалов, предлагаемых клиенту терапевтом.

Для первого — максимально определенного — способа работы я обычно использую следующий набор:

- квадрат ткани приблизительно 50 на 50 см (для «тела»);
- несколько квадратных кусков ткани меньшего размера и разных цветов;
- коробочки от игрушки «киндер-сюрприз» или небольшие шарики;
- пуговицы, лоскуты, нитки, гуашь, разнообразную тесьму, ленты, чулки разного цвета.

Сама техника изготовления выглядит следующим образом: берется коробочка от «киндер-сюрприза», обтягивается чулком нужного цвета и завязывается ниткой. При этом необходимо оставить «хвостик» не менее 10-15 см длиной и отрезать чулок. Это и будет голова с шей (см. рис. 1).

Затем ткань, которая станет впоследствии телом (или основой), складывается вчетверо, в уголке прорезается совсем небольшое отверстие, куда протягивается и прикрепляется изнутри к ткани «шея» (см. рис. 2-3).

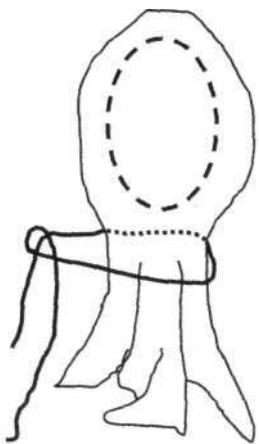


Рис. 1. Голова марионетки: коробочка от «киндер-сюрприза» обернута тканью, нижняя часть которой образует будущую шею куклы

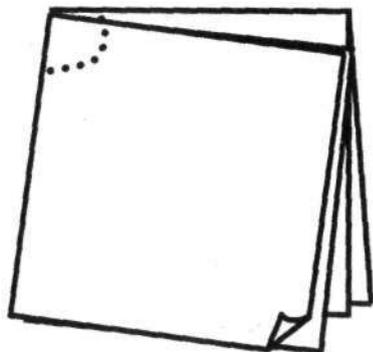


Рис. 2. Начало изготовления «тела» марионетки: ткань складывается вчетверо, и в центре прорезается отверстие

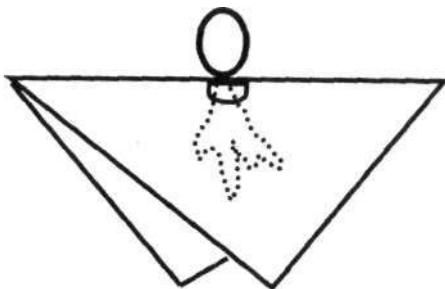


Рис. 3. Собранный марионетка: шея куклы вставлена в отверстие и закреплена в нем

Практически марионетка уже готова, поскольку у нее есть голова и туловище. Осталось ее одеть, нарисовать или сделать из других материалов — пуговиц, фольги, стекла и пр. — лицо (если это необходимо) и изготовить руки.

Чтобы оснастить марионетку основным социальным инструментом, прямо к ткани-основе пришиваются «кисти» необходимого клиенту размера. Для их изготовления необходимо маленькие кусочки ваты (лоскутки, камешки) обтянуть чулком того же цвета, что и голова.

Такая кукла имеет всего три управляющие нити, прикрепленные к голове и кистям, что делает процесс последующего взаимодействия с нею чрезвычайно простым (см. рис. 4, 5). Однако в ходе ее изготовления есть одна весьма неприятная операция: для прикрепления основной управляющей нити надо проколоть иглой уже готовую голову от «виска» к «виску». Дело в том, что как только голова — даже без лица и туловища! — готова, кукла становится живой. Автор начинает с этой «заготовкой» разговаривать, испытывать к ней самые разнообразные чувства... Такая кукла уже может иметь имя, историю, свою жизнь — словом, она уже живет. В результате многие оказываются не в состоянии осуществить подобную нейрохирургическую операцию (не говоря уж о детях, которым просто не хватает физических сил, чтобы такую «голову» проколоть), и нередко это приходится делать мне самой.

Как только кукла одета и имеет лицо или другие необходимые клиенту атрибуты — сумку, мешок, лицо, прическу, шляпу, украшения, цветы, какие-то предметы в руках и пр., — можно переходить ко второму этапу работы с ней.

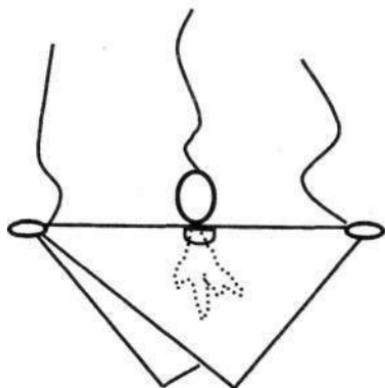


Рис. 4. Прикрепление нити к голове марионетки: «центральный» вариант

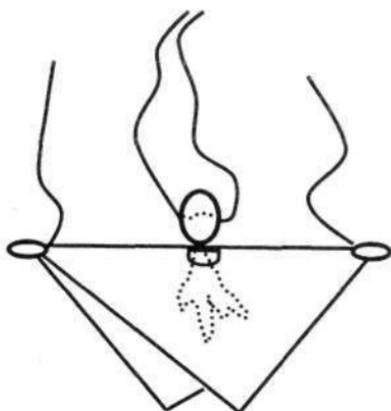


Рис. 5. Прикрепление нити к голове марионетки: «сквозной» вариант

Если же для работы по тем или иным причинам выбирается второй — максимально открытый — вариант, то к уже описанному набору добавляются различные камешки, разные по диаметру и фактуре шарики, вата, песок, проволока, шпагат, тесьма, небольшие коробочки, нитки, пуговицы, пряжки, бусы и другая бижутерия, цветная фольга и цветная бумага, воздушные шарики, гуашь.

Для изготовления головы — а она и при этом варианте работы оказывается наиболее важной и трудоемкой частью задачи клиента — требуется основа. Самый простой путь — он применяется для работы с детьми и клиентами, которым противопоказана высокая степень неопределенности, — состоит, как и в закрытом варианте, в использовании пластмассовых коробочек от «киндер-сюрприза»: они и по форме более или менее сопоставимы с черепом, и по размеру соответствуют наиболее распространенному размеру марионетки. Такая коробочка сначала может быть обернута ватой или тряпкой, на которые затем натягивается чулок выбранного цвета. Той же «черепной» цели могут служить и такие более сложные предметы, как камешки, разного размера коробочки, просто скомканный лоскут ткани.

Вначале я пробовала в качестве материала для изготовления головы предлагать пластилин, но затем от этого отказалась. Дело в том, что пластилин, как материал «сверхгибкий» и обладающий кажущейся (!) легкостью в употреблении, ведет клиента за собой, побуждая его делать пластилиновыми не только голову, но и руки, ноги... Так как в мою задачу изначально не входило собственно изготовление тела в анатомических подробностях, то от возможности использовать пластилин пришлось отказаться. Мне кажется, это уводило клиента от решения тех задач, которые ставит перед ним именно архетипический способ работы с марионеткой.

В зависимости от сформулированного терапевтом задания можно вводить материалы, которые принципиально никак не могут быть использованы для изготовления подобной марионетки, — например, большие куски ткани (до 1 м), старые газеты, слишком крупные пуговицы, совершенно неожиданная бижутерия, пластиковые пакеты и пр. Таким образом, терапевт получает возможность увеличить свободу выбора клиента, а соответственно, и его право совершать ошибки, т. к. их количество явно увеличится. Вполне понятно при этом, что ошибкой может считаться лишь то, что сам клиент на том или ином этапе оценит как ложный или неадекватный выбор.

Очень важно отметить, что я отнюдь не ставлю перед собой задачу заморочить клиенту голову. Просто для увеличения свободы выбора и ситуации неопределенности для клиента нужно не столько

увеличить количество материала для работы, сколько предусмотреть его максимальную вариативность. Озадаченный необъяснимым набором материала, клиент обнаруживает единственную возможность выйти с достоинством из затруднительного положения — включить свою резервную креативность, что, собственно говоря, нам с ним и требуется. Например, наличие непонятно больших кусков ткани провоцирует клиента на изготовление слишком большой по размеру марионетки. Когда работа оказывается завершенной и наступает пора начинать куклой управлять, возникает проблема: марионетка большая и красивая, да вот беда — оказывается, размаха моих пальцев для управления таким великаном просто не хватает. Кукла есть, а управлять ею — «оживить» ее — невозможно. Какое метафорическое послание при этом получает клиент? Соотноси свои желания с возможностями — не только существующими, но и потенциальными, — отличай желание от мечты, которая по определению должна быть почти недостижимой. У тебя был выбор, и ты его сделал. Результат налицо. Нравится? Нет? Ищи, сопоставляй, думай. Стоит ли лишать клиента возможности так ошибаться?

Обязательно также иметь ткань одинаковых размеров всех базовых (архетипических) цветов — черную, белую, красную, зеленую, желтую, синюю, серую. Каждый из этих цветов несет свою информацию, и потому уже сам выбор цвета становится диагностическим для терапевта и терапевтичным для клиента.

## Личностные особенности материала

Каждый конкретный материал, который вообще используется в арттерапии, имеет свой характер, темперамент, капризы — а значит, и свой уровень сопротивления. Так как я не придумывала технику изготовления марионетки, а использовала уже готовую, то сопротивление используемого материала я обнаруживала чисто эмпирически, уже в процессе работы.

Известно, например, что «бумага стерпит все». Оказывается, все да не все. Если легко смыть, размыть, изменить цвет нанесенной акварели, то, скажем, пастель не даст вам такой возможности — она немедленно начнет сопротивляться, то есть крошиться и пачкать бумагу.

Если глина пластична, послушна, покорна, то она же одновременно очень «земная» и не позволит скульптору создать какую-нибудь избыточно сложную и витиеватую конструкцию. А вот пластилин слишком послушен и не умеет сопротивляться — он, наоборот, слишком зависим.

Ткань имеет два основных существенных признака — цвет и фактуру (толщину, пластичность, прозрачность, поверхность ровную или с узором, блестящую или матовую). Исходя из этого, можно говорить о необходимом минимуме особенностей предлагаемых тканей.

К минимальному, уже описанному выше цветовому ассортименту тканей вполне могут быть добавлены оранжевый, фиолетовый и голубой. Такой набор, с одной стороны, будет содержать все цвета спектра, а с другой — не создаст для клиента избыточной, непреодолимой неопределенности. Однако помимо чистых цветов необходимы еще и разноцветные лоскуты — с рисунком, в клетку, в горошек.

Свои особенности при формировании необходимого набора связаны и с фактурой тканей. Так, например, ткань базовых (архетипических) цветов должна быть преимущественно простой (ситец, сатин, полотно), без выделки и не толстой. В наборе тканей обязательно должна присутствовать прозрачная ткань (марля, шифон, капрон, газ и пр.), так как часто при изготовлении марионеток требуется именно прозрачность, расплывчатость, «акварельность». Желательно иметь также небольшое количество ткани с блеском и тяжелой (типа атласа), причем достаточно трех цветов: красного, черного и зеленого.

Хорошо было бы, конечно, иметь для работы достаточно большие — по два-три метра — куски всех представленных в наборе тканей, чтобы клиент был вынужден самостоятельно отрезать необходимое ему количество. Увы, тогда для терапевта подобная работа стала бы столь разорительной, что никто и не рискнул бы решиться работать с марионетками.

## **Этапы работы клиента**

### **Что бывает в самом начале**

Несмотря на единственность и неповторимость каждого клиента и, соответственно, каждой сделанной марионетки, весь процесс работы с куклой, как правило, разбивается на ряд этапов. Уникальность происходящего выражается скорее в пропуске отдельных этапов, в разнообразии их длительности и напряженности. Все эти различия чрезвычайно диагностичны и терапевтичны, но чтобы это стало вполне очевидным, я и предлагаю некую схему, весьма и весьма усредненную. По этой схеме теоретически возможно прохождение клиентом восьми этапов, среди которых есть обязательные, желательные и возможные.

Первый этап, который проходят все без исключения клиенты, можно назвать *этапом хаоса*. Обычно это состояние возникает сразу же после предложения сделать марионетку, особенно если за этим не следует четкого объяснения, как именно это должно происходить. Естественно, первым вопросом, который возникает в этой ситуации у клиента, оказывается — «зачем?».

После объяснения терапевта — скорее менее, чем более подробно — чаще всего следуют две наиболее распространенные реакции — мгновенный отказ (очень часто в агрессивной форме типа «глупость какая-то!») или инфантильная реакция («я не умею», «а вы мне можете?») и т. п.). Понятно, что это состояние внутренней паники вызвано самим предложением заняться совершенно неожиданной для клиента деятельностью. Самым страшным для него оказывается то, что по отношению к этой деятельности у него нет вообще никакого опыта, а значит, нет и стереотипов, то есть готовых поведенческих паттернов, весьма облегчающих иногда жизнь — но и создающих, впрочем, большинство проблем. Даже рисование, будучи предложенным в психотерапевтической ситуации, отнюдь не всегда и не для всех может стать комфортной и желанной деятельностью. Только вполне здоровый ребенок (не старше, как мне кажется, пяти лет) в ответ на предложение «что-нибудь нарисовать» радостно хватается за карандаш. Взрослый же, услышав подобный текст, чаще всего впадает в панику и либо требует подробных разъяснений, либо сразу превентивно — на всякий случай, а то как бы чего не вышло, — отказывается. Но при этом если каждый из нас рисует или, на худой конец, рисовал в детстве, то шанс, что ваш клиент хотя бы когда-нибудь занимался марионетками, практически равен нулю. Представляете, как ему должно быть страшно?

## Ищем решение

После того, как клиент прослушал инструкцию, наступает следующий этап, который можно было бы назвать *этапом внутреннего поиска*. На этом этапе, как следует из названия, идет поиск того, с чем, собственно, человек собирается работать. Как правило, в это время клиент сидит молча, часто с закрытыми глазами. Иногда через десять-пятнадцать минут следует повторный отказ делать марионетку. Если такой отказ возникает, терапевту необходимо очень осторожно и не спеша попытаться выяснить, с чем именно он связан. Например, у клиента может возникнуть осознание того, что запроса как такового нет вообще или запрос выглядит как-то не так, как кли-

енту казалось вначале («лучше» или «хуже»). Вполне возможен, например, очень сильный испуг, весьма выразительно и метафорично описанный у Игоря Губермана:

*Не зря ли знаньем бесполезным  
Свой дух дремотный мы тревожим?  
В тех, кто заглядывает в бездну,  
Она заглядывает тоже (14).*

Несколько раз, описывая вслух свое состояние на этом этапе, люди говорили: «Я как будто на мгновение оказался на краю бездны».

От диагностических версий и стратегии терапевта зависит, что будет происходить дальше. Вполне возможна ситуация, когда дальнейшую работу приходится откладывать, иногда на совершенно неопределенный срок.

Если же предложение терапевта о продолжении работы не встречает отказа, то этап внутреннего поиска можно завершить выбором слова, которое для начала и становится предварительным именем будущей марионетки.

Если клиент предлагает сразу несколько таких слов, то у терапевта возможны различные варианты: он, скажем, может настаивать на выборе одного слова или предложить начать делать куклу с названием, состоящим из нескольких слов. Например, клиент собирается создавать марионетку, именуемую «То состояние легкой тревоги, которое возникает у меня в пять часов утра». Имя очень поэтичное, метафоричное — и непонятное. Однако как только у куклы начнет появляться какой-то определенный внешний облик, будет становиться более определенным и выраженное в ее имени понимание того, что мешает клиенту жить.

Понятно, что ничего не понятно

Когда клиенту начинает казаться, что ему наконец-то вполне понятно, что следует делать дальше, наступает следующий этап — *этап овеществления*. Можно сказать, что именно на этом этапе клиент получает возможность материализовать свои переживания. Психологический смысл этого этапа заключается в том, что, обретая некую материальную метафору чего-то важного для себя, человек получает возможность это важное как-то изменить.

Здесь-то и начинаются муки творчества, через которые клиенту просто необходимо пройти, чтобы предлагаемый ему процесс оказался хоть сколько-нибудь эффективным. На этом трудном и неизведанном пути могут произойти совершенно невероятные открытия,

но такой путь, как известно, очень тернист. И вот от того-то, как именно клиент пробирается через свои тернии, зависит и успешность его решения задачи.

Всех клиентов в зависимости от выбранной ими стратегии изготовления марионетки можно разделить на две большие группы — назовем их условно «мыслителями» и «функционерами». «Мыслители» на этом этапе обычно впадают в своего рода оцепенение, продолжающееся до тридцати-сорока минут. Они сидят молча, часто закрыв глаза, проектируя будущую марионетку, иногда пробуют рисовать эскизы — как бы такая кукла могла выглядеть. Вопрос о целесообразности и продуктивности создания предварительных эскизов для меня пока остается открытым, поэтому в таких случаях я просто занимаю позицию невмешательства — пусть все идет так, как идет, — хотя интуитивно и испытываю некий смутный протест против рисования таких набросков.

Обычно на все последующие просьбы проанализировать, что же именно происходило на данном этапе, «мыслители», естественно, отвечают, что они обдумывали свои дальнейшие действия, но при этом у них возникали ни с чем вроде бы не связанные картинки или воспоминания. Я бы сказала, что основное отличие «мыслителей» состоит в том, что они не боятся остаться один на один с той бездной, откуда в конце концов и появляется марионетка.

«Функционеры», напротив, пугаются происходящего и «убегают» в бурную деятельность по выбору материалов. Они бросаются выбирать ткань, набирают сразу много различных кусков — по принципу «авось пригодится», потом сразу же начинают что-то резать, сшивать и т. п. Фактически имеет место ситуация, когда не клиент *использует* нужный ему материал, а материал *ведет* клиента куда-то. Обычно такая суэта заканчивается просьбами помочь, подсказать, возникают растерянные вопросы — «а как мне это переделать?», «почему у меня не то получается?», «можно, я начну снова?», растерянность, агрессия, отказы от продолжения работы.

В таких ситуациях необходимо, не выходя из процесса, попытаться всякими способами снизить уровень тревожности клиента. Можно, например, упростить задание, предложить обдумать свои будущие действия — с чего начать, каким должен быть размер будущей куклы — или даже набросать схематичный рисунок. Если работа осуществляется в группе, то у клиента есть возможность понаблюдать за другими (но ни в коем случае не следует позволять смотреть другому участнику через плечо).

Возможна, впрочем, и совершенно другая линия поведения терапевта — дать возможность такому «функционеру» зайти в тупик и

побыть в нем, ведь такой вариант для «функционера» совершенно незнаком и непривычен. На этом этапе крайне нежелательно принимать отказы от дальнейшей работы. Со стороны терапевта куда продуктивнее пойти на определенные уступки, чтобы клиент все-таки начал делать куклу и довел этот процесс до какого-то логического завершения, — например, хотя бы сделал голову, и тогда в следующий раз он просто не сможет не доделать марионетку, так как она будет уже живой. Причиной этого можно считать саму специфику этапа изготовления головы марионетки, который я бы тоже выделила в отдельный, четвертый, этап.

## Великое таинство зачатия

Сам способ изготовления марионетки заставляет клиента первой делать голову, у него здесь просто нет выбора. Однако на самом деле выбор на *этапе зачатия* оказывается весьма широким — например, в том, из чего делать голову, какого она будет цвета, размера и пр. Как правило, на изготовление головы уходит довольно много времени, приблизительно четверть всего периода изготовления куклы. На этом этапе рождается *сущностная* часть будущей марионетки, а значит, у клиента возникает внутренний ответ на вопрос, что он из себя представляет. Изготовление головы является основным еще и потому, что именно строение головы предопределяет всю дальнейшую конструкцию куклы. Что-то еще можно будет изменить, но это «что-то» в реальности окажется очень незначительным по сравнению с головой.

Именно на этом этапе снова могут возникнуть отказы от продолжения работы, и реакция терапевта на такие отказы зависит от того, в какой стадии изготовления находится голова куклы. Если она практически сделана и у марионетки появилось имя, клиенту почти не мешает отсутствие тела, достаточно попросить его сделать хотя бы намек на тело, то есть прикрепить «шею» к любому лоскуту. Иногда этого бывает достаточно, чтобы работа над марионеткой продолжилась. Тогда происходит переход процесса на следующий этап — собственно этап рождения куклы.

*Этап рождения* может быть отдельным, а может слиться с предыдущим этапом. Он по существу представляет собой период изготовления куклы с момента, когда соединяются ее голова и тело. Нередко марионетка «рождается», еще не имея тела, то есть сделана только голова, но с ней уже можно общаться (этот феномен так и просится быть названным «эффектом папы Карло»).

На этом этапе изготовления марионетки есть ряд важных моментов, за которыми терапевту стоит очень внимательно пронаблюдать. Это, в первую очередь, последовательность операций — чаще всего, например, голова присоединяется к телу, затем делаются руки, рисуется или иным способом оформляется лицо, в последнюю очередь кукла начинает обретать «украшения» в виде волос, пуговиц, шляп и прочих аксессуаров. Понятно, что отклонение от такого — самого логичного и очевидного — порядка не должно пройти мимо внимания терапевта.

Не менее важно, делает ли клиент тело марионетке, каким оно в итоге оказывается, что в процессе сотворения тела произносится. Надо сказать, чаще всего тело оказывается не нужным, однако под-сказок, касающихся принятия этого решения быть не может в принципе: изначальная конструкция марионетки тела не предусматривала, и если уж клиент начал делать что-то кроме головы, следовательно, какую-то значимость для него этот процесс представляет.

## Вдыхаем жизнь

Вслед за рождением наступает *этап оживления*, то есть этап присоединения нитей к марионетке и обучения ее простым движениям — жестикуляции, поворотам, элементарным передвижениям. Клиенту с самого начала предлагается использовать всего три нити. Казалось бы, здесь не может возникнуть никаких трудностей, тем более, что сразу же объясняется, как и куда эти нити привязывать. Вроде бы все ясно и понятно, но, однако, и в этом случае все не так просто, как хотелось бы.

Традиционная ошибка — привязывание нитей столь длинных, что клиенту просто-напросто не хватает размаха собственных пальцев. В результате марионетка не может совершить ничего — она не способна даже поднять руки. Поиск нужной длины нити подчас бывает долгим, и клиент чаще всего проходит мучительный путь проб и ошибок, связанный с проработкой скрытой в этом действии метафоры «Я управляю самим собой».

Если же клиенту оказывается необходимым тело, то неизбежно появляются дополнительные нити, привязываемые, например, к локтевым сгибам или к плечам. В таком варианте марионетка управляется уже пятью—семью нитями, и степень ее свободы резко возрастает, а контроль кукловода над ее действиями так же резко и неуклонно снижается.

Когда, наконец, все, что необходимо, привязано и подогнано, марионетка начинает учиться передвигаться, делает первые шаги, и тут

приходит время *этапа сепарации*. Начало этому этапу обычно дает вопрос терапевта или — если работа происходит в группе — другого участника: «Кто ты?». Все, казалось бы, просто — надо представиться. Но на самом деле такое представление — событие сложное, значимое и многоуровневое.

На внешнем — поведенческом — уровне происходит знакомство кукол между собой, если дело происходит в группе, или знакомство марионетки с терапевтом. На внутреннем же — аффективном или глубинном — уровне осуществляется своего рода двойной процесс сепарации — клиента от ожившей куклы и самой куклы от первоначальной идеи клиента. При этом первая сепарация является отнюдь не окончательной, а развивающейся по синусоиде — от «кукла — это я» до «она — это совсем не я». Вторая же сепарация оказывается окончательной и вполне завершенной: об этом говорит хотя бы то, что первое имя, данное в свое время еще не сделанной кукле, забывается и больше не играет никакой роли для клиента. Чаще всего на этом этапе неожиданно для клиента возникает новое имя, вовсе не похожее, а иногда и прямо противоположное первому, задуманному.

С терапевтической точки зрения этап сепарации — едва ли не самый важный при работе с марионеткой. В первую очередь это связано с той самой «синусоидальной» первой сепарацией, когда кукла одновременно воплощает в себе и «Я» и «совсем не Я». Психологический смысл этой двойственности сложен и многообразен: получается, что человек знакомится с тем «Я», которого он не знает, а потому, может быть, и боится. В ходе этого процесса, например, человек может внезапно понять, чего он на самом деле боится и откуда этот страх взялся. А может, наоборот, понять, что все на самом деле не так страшно и опасно, как ему представлялось. Или обнаружит у себя такой ресурс, о котором и не подозревал. Таких неожиданных озарений — приятных и неприятных — этап сепарации способен включить в себя очень много.

И, наконец, приходит время *этапа взросления*. Этот этап включает в себя непосредственную работу с уже готовой марионеткой. В принципе для такой работы есть всего две возможности — групповой вариант и индивидуальная клиентская сессия. При использовании марионеток в терапевтических группах на этом этапе может происходить более близкое знакомство марионеток между собой, возможно и стихийное возникновение игровых ситуаций — вряд ли при этом терапевту стоит самому что-либо предлагать группе. Чаще всего каждая кукла просто рассказывает о себе все, что хочет и как хо-

чет, а остальные куклы — обычно по собственной инициативе — вступают с ней в некий диалог, задают вопросы, советуют, переживают, высказывают свои отношения лично к ней, кстати, эти отношения никак не связаны с ее кукловодом.

Дальнейшее непредсказуемо: куклы начинают двигаться, обучать друг друга, ссориться, короче говоря, живут своей кукольно-человеческой жизнью. В терапевтической группе такая «марионеточная жизнь» может происходить на протяжении нескольких сессий. Обычно при этом как-то само собой группа начинает принимать как должное, что эта самостоятельная жизнь кукол не прекращается и в отсутствие кукловодов...

При индивидуальной работе с марионеткой этап взросления бывает чаще всего свернутым, а иногда вообще оказывается ненужным. Но и здесь все происходящее куда в большей степени зависит от клиента, чем от терапевта и его диагностических версий и терапевтических намерений.

Технологизировать или хотя бы описать более подробно, что на этом этапе терапевту следует делать и о чем говорить, не представляется возможным: сколько клиентов (или групп), столько же и вариантов. В чем я уверена практически абсолютно — лучше всего, если процессы этого этапа происходят спонтанно, без активного участия терапевта.

## **Стратегия работы психотерапевта**

### **Что значит сформулировать психотерапевтическую стратегию?**

Любые стратегии, используемые в психотерапевтическом процессе, зависят от многих факторов — мировоззрения терапевта и клиента, готовности психотерапевта работать на том или ином уровне глубины проблемы, аналогичной встречной готовности — или неготовности — клиента, личностной проработанности терапевта, временных параметров процесса и многих других факторов разной степени значимости. Связана подобная сложность с тем, что, работая на уровне глубинного бессознательного, мы всегда имеем дело с полифункциональной системой, учесть *все* параметры которой невозможно даже теоретически. Но в этих непроходимых джунглях значений, оттенков, смыслов, метафор и прочих психических содержаний есть моменты, которые терапевт может и обязан учитывать. Именно они в конечном итоге и определяют рабочую стратегию психотерапевта

в целом и ту ее тактическую модификацию, которая будет выбрана на каждой конкретной сессии.

Исходя из этого, рискну определить, что стратегию терапевтической работы с марионетками можно описать по нескольким наиболее значимым - возможно, только для меня — параметрам:

- идеология, которой терапевт будет придерживаться, и уровень ее осознания;
- цель использования марионетки для психотерапевтической работы.
- причина и обоснование предложения работать с марионеткой;
- основания для выбора конкретного задания клиенту;
- критерии завершения работы с куклой;
- степень активности терапевта, которая, в сущности, зависит и от его позиции, и от темперамента, и от проработанности;
- предпочтение индивидуальной или групповой работы.

## Идеологическое отступление

Само понятие психотерапевтического процесса подразумевает совместную деятельность как минимум двух его участников — терапевта и клиента, причем желательно, чтобы хотя бы один из них осознал, что в этом процессе происходит. Так как клиент потому и стал таковым, что не вполне эффективен в собственных способах осознания и понимания окружающей действительности, то эта часть работы, безусловно, достается терапевту. Но эта работа не может быть даже начата, пока терапевт не определился с базовыми основаниями своей психотерапевтической деятельности, то есть как раз с собственной *идеологией*.

В арттерапии, как мне кажется, можно выделить три основных идеологических направления. Первое из них ориентировано на тот бесспорный факт, что практически все клиенты просто-напросто не умеют ни рисовать, ни лепить, ни писать стихи, ни танцевать, ни делать марионеток. Сторонники этого идеологического направления делают из этого факта следующий вывод: для того, чтобы клиент не получил сразу же в своей новой и потенциально ресурсной деятельности неуспеха и не пришел бы к обычному и разрушительному для него выводу «у меня, как всегда, ничего не получается», его необходимо вооружить элементарными навыками конкретных действий.

Для меня данная идеология представляется достаточно спорной. Наиболее сложно определиться с вопросом, кто конкретно будет заниматься «вооружением», то есть, простите, обучением? Для того что-

бы в роли учителя мог выступать терапевт, он сам должен быть художником, композитором, скульптором и т. п. Кстати, в Великобритании именно так и происходит: для получения арттерапевтического образования претенденты должны иметь специальное образование (музыкальное, актерское, художественное, балетное или прочее). Однако если применить этот принцип в наших условиях, то арттерапия как *психотерапевтическое* направление станет практически недоступной для подавляющего большинства психотерапевтов. Кроме того, «арттерапия» — это все-таки в первую очередь «терапия», то есть собственно лечение, а данный подход специальных терапевтических действий вроде бы и не подразумевает вовсе, поскольку определяющим является сам процесс обучения производительно-эстетическим навыкам: достаточно научить *как*, и все остальное произойдет само по себе. И еще один важный для меня момент лишает убедительности такой подход к арттерапевтической работе: в процессе обучения теряется спонтанность, первозданность творческого процесса. Ведь творчество собственно и состоит в нахождении единственно верных и точных изобразительных возможностей для выражения определенного внутреннего содержания, то есть в процессе *установления некоего соответствия*. И первое описанное мною идеологическое направление рискует оставить вне поля своего внимания способность клиента к такому установлению, в результате чего ему, возможно, придется каждый раз ходить «творить» к терапевту...

Второе направление исходит из того, что клиент не только не умеет творить самостоятельно, но даже если его научить это делать, он все равно будет делать это непрофессионально, что не может не оказаться разрушительным для его психики — «Я делаю это хуже Ван Гога, значит, я опять не смог, наверно., я вообще ничего не могу». Вывод из таких предпосылок ясен и понятен: мировое искусство породило великое множество гениальных образцов, и арттерапия должна состоять именно в определенным образом организованной работе с ними. В этом есть доля истины, но только в том случае, если вообще полагать сравнение картин пресловутого Ван Гога (или кого угодно другого) с творениями клиентов целесообразным и возможным. Хотя я для себя никак не могу ответить на вопрос — зачем такое сравнение вообще нужно?!

Я абсолютно согласна с тем, что мы *можем* эффективно использовать великие произведения в арттерапевтическом процессе, но категорически возражаю против того, что мы *должны* делать только это. Действительно, художественное произведение — будь то литература, живопись, музыка, архитектура — именно потому и «психо-

терапевтично», что автор вложил туда свои личные переживания, и если они как-то резонируют с переживаниями клиента, то арттерапевт получает к последним прямой и значимый доступ. Однако в такой работе мы теряем самое, с моей точки зрения, главное - возможность использовать колоссальный ресурс под названием «я смог».

Третье же направление основывается на двух совершенно иных предпосылках. Во-первых, искусство не есть достояние избранного круга Художников, напротив, *каждый* человек — больной, здоровый, взрослый, ребенок, умный, умственно отсталый и пр. — вполне способен быть Творцом. Во-вторых, целительная сила искусства не зависит от качества получившегося продукта. На этих основаниях и выстраивается процесс совершенно «дикого», брутального, не введенного — и не вводимого — в какие бы то ни было профессиональные рамки процесса творчества. Вне всякого сомнения, качество конечного *продукта* такого творчества по всем статьям проигрывает признанным шедеврам мировой сокровищницы, но сам *процесс* творчества не уступает великим ни в чем, а, соответственно, оказывается в полной мере и терапевтичным, и ресурсным (15).

Я вовсе не собираюсь доказывать, что какое-то направление лучше или хуже прочих, да это и вряд ли возможно, — просто лично для меня наиболее притягательно то, которое позволяет клиенту все делать самому, своими руками, без обучения и профессиональных подсказок, оставляя *его* естественным и спонтанным.

## ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ

Из моей приверженности именно третьему варианту арттерапевтической идеологии с полной логичностью и очевидностью вытекает и моя стратегия в работе с марионетками, которую можно сформулировать как минимальное вмешательство. Конечно, при желании такую позицию можно проинтерпретировать и как стремление снять с себя ответственность за процесс, но хочется верить, что у меня на то имеются все-таки более веские и серьезные основания.

Я исхожу из того, что в силу глубинности и «архетипичности» самого предлагаемого клиенту действия терапия с использованием марионеток всегда проходит на том уровне бессознательного, куда терапевту — вне зависимости от его желаний и опасений — просто нет доступа. Однако и при таком подходе к психотерапевтической стратегии существуют некоторые пригодные для систематизирования и технологизации принципы.

Как уже говорилось, работа с архетипическим вариантом марионетки состоит из двух частей — изготовления и использования. К первой части терапевт имеет весьма косвенное отношение — его роль фактически сводится к провокации процесса изготовления марионетки и минимальной помощи в самом процессе. Можно подсказать, как делать, но не *что* делать, поскольку процесс изготовления марионетки является своего рода «черным ящиком» — видно лишь то, что на входе и на выходе, происходящее же внутри остается загадкой, причем не только для терапевта, но отчасти и для клиента. Конечно, заглянуть в этот «черный ящик» — глубинные слои бессознательного клиента — очень хочется. Но, судя по всему, это просто-напросто не входит в замыслы природы, и нам приходится с этим смириться — как и с тем, что небо голубое, а у человека две ноги. В наших силах лишь строить версии по косвенным показателям, что и делает психология как наука вообще и психотерапия в частности.

Границы даже минимальной технической помощи терапевта на первом этапе нуждаются в дополнительном, достаточно жестком обозначении, поскольку при работе с марионетками особенно важен принцип «не работай без запроса». Бывают случаи, когда очень хочется помочь, внутри терапевта нежданно-негаданно просыпается этакая «внутренняя мама», но ее необходимо удерживать, особенно если клиент именно к ней и апеллирует, всячески намекая, что ему нужна помощь. Процесс психотерапии как раз в том и заключается, чтобы человек наконец-то смог хоть что-то сделать вполне самостоятельно. Если же помощь ему действительно чрезвычайно нужна, то пусть уж это будет прямо и однозначно произнесено — это действие тоже требует самостоятельного решения и мужества при его осуществлении.

Не стать в процессе изготовления гиперпекающей «мамой» чрезвычайно трудно, и помочь психотерапевту в этой борьбе со своим внутренним родителем может только его личностная проработанность и понимание того, что это стало бы самой главной и глобальной его ошибкой. Важно помнить, что исцеляет не марионетка, а самостоятельное прохождение через целый коридор разнообразных ошибок при ее изготовлении, сутью и причиной которых и является основная проблемная зона клиента.

При непосредственной работе с уже сделанными марионетками активность терапевта постепенно становится равной активности клиента. Так как к этому моменту клиент вышел из «черного ящика» (или, по крайней мере, пытается это сделать), то помощь терапевта необходима, иначе клиент может «застрять» в некоем промежуточ-

ном положении — что-то он понял и почувствовал, но результата происшедшего не осознал.

Видимо, именно наличие при работе с марионетками «очень черного ящика» и дало в свое время магический оттенок всему, что связано с марионетками. Человек не знает, как произошло то, что произошло, но видит, что произошло оно вне его осознанного желания — это и есть мистика и магия. Ну и пусть у клиента останется легкий привкус магии процесса — он же, в конце концов, сам эту магию и сотворил! Чем это отличается от чуда, на которое каждый человек надеется, скрывая это не только от окружающих, но и от себя самого? Вреда нанести такая глубинная вера, видимо, не может, если, конечно, ей не приписывается роль главного активного начала в жизни, единственно возможной причины желательных изменений. Хотя и в этом случае чудо, если оно «авторизовано» самим человеком, выглядит вполне симпатичным и допустимым.

Если представить себе стратегию поведения терапевта по критерию активности — пассивности при работе с марионеткой в виде графика, то получится приблизительно следующая картинка (см. рис. 6).

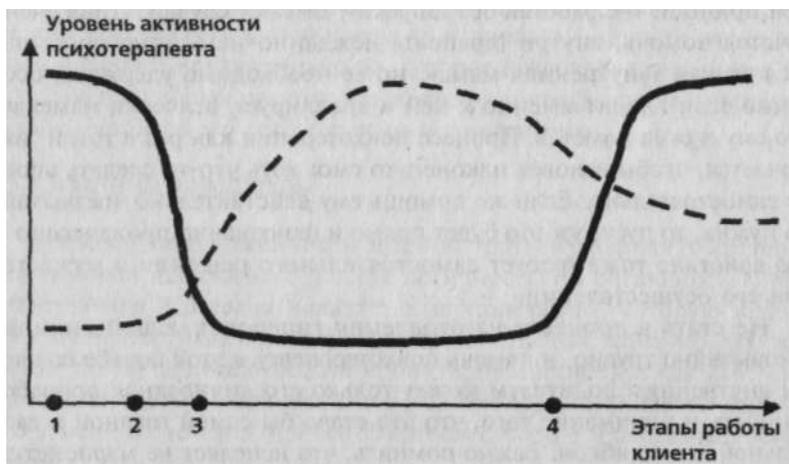


Рис. 6. Соотношение активности клиента и психотерапевта в ходе работы с марионеткой. Этапы работы:

- 1 - предложение сделать марионетку
- 2 - конкретная инструкция
- 3 - начало изготовления куклы
- 4 - окончание процесса изготовления

— степень активности терапевта  
 — степень активности клиента

Если начало работы, безусловно, прерогатива терапевта, то затем он постепенно отходит на второй план, делая тем самым клиента главным действующим лицом. Когда кукла сделана, активность терапевта снова повышается, так как клиент не знает, что делать дальше, — если, конечно, он вообще хочет еще что-то делать с марионеткой. Если взаимодействие с марионеткой продолжается, то активность может передаваться как теннисный мяч в игре, то есть марионетка и терапевт занимают партнерские позиции.

Поскольку для меня взаимодействие с готовой марионеткой обозначает общение с некой ипостасью клиента, я полагаю, что не имею права играть в общение. Разговор — равно как и любое другое взаимодействие — происходит абсолютно всерьез, что, впрочем, совсем не обозначает, что с куклой нельзя шутить или смеяться, как с живым человеком.

Такая полная и «всамделишная» реальность предполагает, во-первых, что терапевт должен находиться в одном пространстве с марионеткой и на одном уровне с ней, а не с клиентом. Клиент при этом может сидеть на стуле, держа в руках марионетку, терапевт же садится на пол, чтобы видеть куклу, а не кукловода, причем именно это положение оказывается совершенно естественным.

Во-вторых, терапевт, как мне кажется, не имеет права без особой просьбы или разрешения клиента прикасаться к марионетке. Можно предложить пожать ей руку, но стоит при этом дождаться встречного движения куклы. Лучше вообще как можно меньше прикасаться к марионетке, если это не связано с вынужденной необходимостью — такой, как, например, прикрепление нити к голове, о чем уже говорилось.

Категорически нельзя надевать марионетку на собственные пальцы, даже если клиент настойчиво предлагает это сделать. Исходя из логики самого процесса, сделать это для терапевта означало бы согласиться с принятием на себя роли Господа Бога. Если кому-то это не покажется кощунством, что ж, дерзайте...

## Вместе или по отдельности?

Терапевтическая работа с марионеткой может быть индивидуальной или групповой. И в том, и в другом варианте работы есть свои сложности.

В режиме обычной индивидуальной психотерапии основные затруднения для использования марионеток связаны со временем. Сеанс всегда имеет ограниченный временной формат, поэтому практи-

чески наверняка клиент не будет иметь возможности завершить процесс изготовления марионетки до конца. Этот временной фактор следует учесть до предложения перейти к работе с марионеткой — если терапевт не уверен, что времени достаточно, не стоит и начинать процесс, так как в данной технике и оставление процесса незавершенным, и его прерывание могут оказаться опасными. Важно помнить, что остановить процесс изготовления марионетки имеет право только клиент, но никак не терапевт. Посему ситуация, когда клиент с упоением делает куклу, а в коридоре уже ждет приема следующий страждущий, должна быть исключена в принципе.

Есть и еще одно чрезвычайно важное «но» в отношении индивидуального режима использования марионетки: понятно, что в таком случае, когда марионетка будет полностью сделана и клиент захочет продолжать работу, общаться его кукла сможет только с терапевтом — больше-то не с кем! Но для клиента (а следовательно, и для марионетки) терапевт — не просто типичный «представитель народа». Неплохо было бы обдумать, позитивное или негативное влияние может оказать в каждом конкретном случае эта исключительность партнера марионетки по дальнейшему общению, ведь процесс этот отличается чрезвычайной интимностью.

Однако если уж терапевт все-таки принял решение, что данному клиенту скорее показана индивидуальная работа с марионеткой, то количество необходимых сессий предсказать заранее невозможно. Чаще всего их число колеблется от двух до шести.

В групповом варианте работа может быть проведена в режиме марафона, то есть на протяжении двух-трех дней подряд, или в течение нескольких занятий, посвященных только марионеткам, по два-три часа каждое с интервалом приблизительно от трех дней до недели. Количество необходимых сессий и в этом случае очень трудно предвидеть, но у меня на терапевтическое взаимодействие в таком режиме уходит, за редким исключением, от трех до пяти сессий.

Очень важно уловить тот момент, когда надо останавливаться, потому что «переиграть» с марионетками столь же нежелательно (а может быть, и опасно), как и не доиграть. Если в группе все марионетки давно перезнакомились, многократно и насыщенно пообщались во всех возможных комбинациях и начали появляться паузы, повторы и спад ритма, процесс должен быть незамедлительно прекращен.

В групповой работе с марионетками есть некий технический момент, который очень портит жизнь терапевту. Дело в том, что когда сессия закончена, необходимо до следующей встречи оставить «рабочее поле» в неприкосновенности. Группа в следующий раз должна

начать точно с того места, на котором работа прервалась, — особенно это касается процесса изготовления кукол. Таким образом, помещение оказывается в течение нескольких дней полностью оккупированным марионетками. Даже когда работа с марионетками полностью завершена, снимать и убирать кукол желательно лишь после того, когда все участники группы разойдутся. И тут у терапевта возникает еще одна проблема — а что теперь делать с куклами? Я, например, храню всех марионеток, созданных моими клиентами. Попробуйте сами выбросить хоть одну — и поймете, что это невозможно. Интересно, во что превратится мой дом через пять лет?..

И еще — о музыкальном сопровождении процесса изготовления марионетки. В принципе таковое я использую только в случае групповой работы, причем музыка играет роль своего рода защиты, создавая в помещении разрозненные пространства одиночества. Это значит, что музыка должна быть *никакой*, то есть как можно более нейтральной и как можно менее эмоциональной, и уж конечно незнакомой и тихой. Если вы такую нашли, смело включайте магнитофон. В результате в комнате создается что-то вроде тумана, флера, прикрывающего всех вместе и каждого в отдельности.

Нельзя забывать, что музыка воздействует на нас, минуя любые цензуры и не спрашивая нашего разрешения. Человек беззащитен перед музыкой, и при нарушении всех перечисленных условий участники группы будут делать не марионетку-проблему, а марионетку-музыку. Думаю, что все они будут похожи. В принципе проверить такое предположение было бы интересно, но пока это лежит скорее в области идей.

При индивидуальной работе, с моей точки зрения, музыка не нужна вовсе, поскольку клиент и так уже пустил терапевта в свое интимное пространство. Я думаю, что если в такой ситуации клиент просит включить музыку («чтоб не скучно было»), это означает, что он просто не доверяет терапевту и хочет укрыться от него. В таком случае полезнее поговорить именно об этом, а не включать музыку.

## Диагностичность архетипической марионетки

### Что диагностируем?

Очень важно с самого начала вспомнить, что первоначально греческое слово «диагностика» («diagnostikos») обозначало «способность распознавать». Посему необходимо иметь в виду, что при работе с

марионетками речь идет ни в коем случае не о психиатрическом диагнозе, а только об экзистенциальной ситуации клиента. Мы всего лишь получаем некое знание о системных ценностях данного человека, выраженных в целостном образе марионетки, а на этом уровне нет и не может быть даже представлений о норме и патологии. Только такой способ понимания аналитической части работы арттерапевта и использовался при выработке предлагаемых диагностических критериев. Разумеется, при работе с архетипической марионеткой эти критерии практически невозможно строго стандартизировать, однако значимыми с диагностической точки зрения безусловно стоит считать:

1. Размер сделанной марионетки.
2. Выбранный клиентом цвет (или преимущественные цвета) ткани.
3. Возможности управления куклой (количество нитей, длина, способ их прикрепления).
4. Наличие (отсутствие) тела или его отдельных частей.
5. Голова (форма, наличие или отсутствие лица, материал, из которого голова изготовлена).
6. Имена (первоначальное название куклы и ее реальное имя, возникшее после изготовления).
7. Количество деталей (схематичность, детализированность или излишняя детализированность облика).
8. Специфика использованного для изготовления куклы материала.

В каждом отдельном случае любой из перечисленных параметров может оказаться очень насыщенным значимой информацией или вовсе ее не содержать, поэтому диагностичной может быть только вся совокупность перечисленных признаков.

## Великаны и лилипуты

Самые маленькие марионетки, которые встречались в моей практике, были ростом приблизительно в 20-25 сантиметров, а самая большая достигала 62 сантиметров. Средняя — «нормальная» — марионетка обычно имеет рост около 42-45 сантиметров. Скорее всего, именно из этих значений и следует исходить, определяя, в каких случаях величина марионетки отличается от приблизительного «среднестатистического» значения, а значит, оказывается информативной.

Поскольку в соответствии с первоначальной инструкцией клиент изображает в виде марионетки некую проблемную ипостась своего внутреннего мира, то очевидно, что и размер марионетки имеет

отношение именно к восприятию клиентом этой своей проблемной сущности. Бессознательное ее преуменьшение или преувеличение, выраженное в выборе размера сделанной куклы, зависит от его опять же бессознательного отношения к проблеме в сопоставлении со столь же бессознательным знанием о собственных ресурсах.

Легко понять, например, что отношение к своей тоске у человека, сделавшего марионетку-Тоску маленькой, будет совершенно иным, чем у автора огромной куклы-Тоски. Но вот разница между этими двумя состояниями оказывается совершенно неожиданной. Дело в том, что, как показывает реальная работа, кукла больших размеров практически всегда обозначает не осознаваемый, но наверняка имеющийся у данного клиента некий личностный ресурс. Но не стоит забывать и о том, что марионетка все-таки воплощает в себе одно из актуальных проблемных содержаний клиента. В результате возникает весьма интересная, почти парадоксальная ситуация, когда величина имеющегося ресурса зависит от восприятия клиентом субъективной значимости предъявленной для работы проблемной сущности. Возможно, слишком большая кукла олицетворяет собой бессознательное желание клиента объединить в ней все имеющиеся проблемные реальности, с помощью всего имеющегося ресурса сразу, «оптом» все их решить и тут же избавиться от всего неприятного. Правда, такая марионетка немедленно возвращает «зарвавшегося» клиента на землю, так как быстро выясняется, что ею почти невозможно управлять именно в силу ее непомерной величины. В этом случае клиент материализует весьма конструктивную идею: «у меня есть ресурс, но я не умею с ним обращаться, у меня есть проблемы, но я не умею их распознавать и отделять одну от другой».

Очень важно понять, почему при работе с марионетками не срабатывает прямая аналогия с рисуночными тестами. Иными словами, почему величина марионетки отнюдь не обязательно отражает уровень самооценки? Мне кажется, это снова связано с тем, что, используя марионеток, мы автоматически ведем работу на более глубинном уровне, нежели уровень чистого социума, который и определяет самооценку посредством различных межличностных механизмов (16).

### «Каждый охотник желает знать, где сидит фазан»

В самом начале изготовления марионетки клиент делает два очень существенных для всего дальнейшего процесса выбора — он выбирает материал, из которого будет сделана голова, и цвет «тела» будущей куклы. С головой мы будем разбираться чуть позднее, пока же для нас

важно только то, что возможности такого выбора клиенту должны быть предоставлены, равно как и возможности выбора цвета.

И здесь важно учитывать различные параметры восприятия цвета человеком.

Например, содержащуюся в выбранном цвете физиологическую информацию следует интерпретировать очень осторожно, учитывая при этом то, что для самого клиента цвет всегда имеет сугубо терапевтический, а вовсе не диагностический смысл. Это означает, что имеет место не отражение того, что имеется в наличном состоянии, а поиск того, чего человеку недостает и что предположительно является. Так, например, если клиент пребывает в состоянии гипотонуса и имеющейся в наличии энергии ему явно недостаточно, то его марионетка одевается в красный цвет. Хотя избыток красного привычно и интерпретируется как агрессия, но не стоит забывать, что дословный перевод слова «агрессия» — «движение к...», то есть агрессия на поверку оказывается все той же энергетикой.

Психологический смысл каждого цвета представлен одновременно тремя различными уровнями: самым глубинным - архетипическим, вышележащим культуральным и самым поверхностным — личностным. При этом архетипический смысл, то есть смысл, не меняющийся во времени и не зависящий от пространства, имеют только основные цвета - красный, синий, желтый, зеленый, белый, черный. Например, в нашей планетарной системе солнце — источник жизни, тепла, света, энергии — красное; небо — обитель пустоты, полета, свободы, равновесия, бездны над нами — синее; земля — нечто, дающее опору, противовес небу, бездна под нами, откуда все приходит и куда все уходит, — черная; растения — символ жизни, возрождения, спокойствия, безопасности — зеленые... Цвета, возникающие при смешении основных, обладают и смешанным архетипическим смыслом, более сложным и запутанным. Недаром маленькие дети плохо воспринимают сложные смешанные цвета. Понятно, что архетипический смысл просто по определению клиентом осознан быть не может, а значит, выбор того или иного цвета осуществляется бессознательно, минуя все и всяческие внутренние цензуры (17).

Но каждый цвет имеет еще и культуральный уровень содержания, зависящий от места и времени, в которых происходит действие. Например, мы привыкли считать черный цвет цветом траура, но ведь на самом деле он таковым является только в наше время и в европейской культуре. Известно, что в более ранние времена траурным был у славянских народов, к примеру, красный цвет, в Древней Греции — фиолетовый, в Древнем Китае — желтый. Таких примеров различно-

го восприятия цветов разными народами в различные эпохи весьма и весьма немало, и это тоже следует учитывать.

На личностном же уровне каждый цвет имеет тот смысл, который в личной истории каждого конкретного человека, в его личном бессознательном с этим цветом связан. Очевидно, что для того, чтобы извлечь хотя бы минимальный объем информации, содержащийся в выбранном клиентом цвете, очень важно знать, на каком уровне этот выбор у этого конкретного клиента и при этой конкретной инструкции произошел.

Если, например, в задании предлагается сделать марионетку, обозначающую какое-нибудь нежелательное для клиента состояние (страх, безысходность, тоска, одиночество и т. п.), самым распространенным цветом становится черный. На личностном уровне это, скорее всего, означает «*Это* есть, но я *этого* не хочу», вне зависимости от того, что именно автор куклы говорит по этому поводу или как он объясняет выбор цвета. А вот какое послание из коллективного бессознательного получает терапевт при выборе клиентом черного цвета для марионетки?

Сам по себе черный цвет — это отказ принимать все таким, какое оно есть, это имплицитное стремление к метаморфозе, вплоть до отказа от взаимодействия с миром вообще. Человек, который выбрал для марионетки черный цвет, — а часто черным делают и тело, и лицо, — не смирился, он бунтарь, находящийся в поиске. О многом говорят имена черных марионеток, сделанных моими клиентами, — Трансформер, Заблудившаяся Тень, Черный человек, Сила, Человек, потерявший лицо, Странник, Никто, Агасфер. Интересно, что такие имена нередко появляются как бы сами по себе, не будучи заранее задуманными автором куклы. Таким образом, свой внутренний конфликт «черная» марионетка предьявляет сразу и, как это ни странно звучит, сразу же предлагает и его разрешение самим своим существованием.

Белый цвет связан с гармонией, энергией, светом, внутренней силой, началом, верой — и вовсе не обязательно в религиозном смысле. Чисто белые марионетки бывают редко и, как правило, содержат в себе метафору возможности, ясности, надежды. Иногда такие марионетки являются волшебными, становясь при этом для их автора неким символом возможного чуда. Обычно таких кукол называют столь же волшебными именами — Принцесса Будур, Маленькая фея, Счастливая девочка. Нередко марионетки, в одежде которых много белого цвета, получают имена своих создателей и хозяев. При этом достаточно часто авторы таких кукол сами удивляются неожидан-

ным формам собственного имени: «Странно, так меня никогда не называли». Я думаю, что эти марионетки воплощают ту истинную любовь к себе, которую люди часто отрицают, но без которой, видимо, человек вообще жить не способен.

Красный цвет - также цвет энергии, но уже совершенно другой, нежели энергия белого цвета. Это энергия силы, любви и страсти, стремления, агрессии, огня. Если сделать попытку описать содержание красного цвета одним словом, то этим словом с очевидностью будет «либидо». Полностью красных марионеток я не видела ни разу, хотя очень часто при работе с куклами других цветов, особенно с черными, в качестве первого дополнительного цвета, когда марионетку переодевают или доделывают, появляется именно красный. Наиболее распространенный вариант — сочетание черного и красного цветов: «Я протестую против чего-либо, и у меня есть силы этому противостоять». Так выглядела, например, марионетка Фина, звавшаяся вначале Афиной, которая, увы, была бессмертна и потому не вписывалась в наш современный мир.

Зеленый цвет для «тела» архетипической марионетки используется крайне редко. Зеленый — это цвет живой природы, равновесия, спокойствия, гармонии с миром (отсюда — «с-мир-ение», то есть состояние пребывания в мире со всем миром), любви ко всему в этом мире, цвет матери-природы, принятия самого себя... У меня явно недостаточно информации, чтобы быть категоричной, но мне кажется, что отсутствие такого глубинного самопринятия является нашей специфической культуральной и национальной особенностью. Хотя, с другой стороны, человек, полностью принимающий себя и живущий в мире с самим собой, по определению не может быть нашим клиентом...

Если в процессе изготовления куклы клиент все же попадает на архетипический уровень, — а это далеко не всегда происходит сразу, — то тогда зеленый цвет может и появиться. Так, по моим наблюдениям, зеленая ткань часто появляется в процессе работы с куклой, когда клиент начинает ее слегка видоизменять, не меняя основного содержания. Например, очень часто марионеткам дают в руки, на голову или на платья ветки, листья, цветы, отражающие все ту же символику зеленого цвета, с невнятным объяснением «так красивее».

Серый, синий и желтый цвета встречаются в марионетках достаточно редко. Синий цвет имеет сложный архетипический смысл, связанный с трансцендентными переживаниями и с такой сферой психики, как абстрактное мышление. Желтый - это цвет глубинной, бессознательной радости жизни. Нам легко, например, представить

себе, что детство можно нарисовать желтым. Для меня появление желтого цвета при работе с марионеткой обозначает, что клиент получил доступ к самому значимому своему ресурсу, не истребимому никакими жизненными обстоятельствами. Дальнейшая помощь ему, по всей видимости, уже не нужна, потому что с таким ресурсом человек может если и не все, то очень многое.

Серый цвет есть отказ от принятия цвета вообще. С одной стороны, это состояние, содержащее в себе в свернутом виде понемногу все прочие переживания и отношения. С другой — всем слишком хорошо известны выражения «серость», «серый человек», «серая жизнь». Эти идиомы не содержат никаких архетипически «серых» смыслов, поскольку они отражают лежащий ближе к поверхности культуральный уровень значения цвета. Тем не менее они настолько знакомы каждому и отягощены таким мощным негативным, чисто социальным значением, что практически не позволяют обнаружить под покровом этого негатива свои первичные, архетипические содержания. За все время моей работы полностью серая марионетка была сделана только один раз. Называлась эта кукла Дамой и была до немыслимости украшена бисером, лентами, жемчужными бусами, видимо, автору марионетки понадобилось хоть как-то скрасить ее «серость». Кстати, немаловажно и то, что практически невозможно найти ткань чистого серого цвета, а все прочие его оттенки, скорее всего, ассоциируются нами со своим исходным значением в намного меньшей степени.

### Управленческие затруднения

Диагностический анализ системы управления марионетки включает в себя исследование способа привязывания нитей и их длины. Сама по себе конструкция куклы, которую я демонстрирую в начале работы, подразумевает достаточность всего лишь трех нитей, прикрепленных к голове и кистям рук. Этого количества нитей, как выяснилось, вполне хватает, чтобы оснащенная ими марионетка могла выразить любые свои — и своего автора — переживания. Однако на практике обнаруживается, что далеко не все клиенты готовы таким минимумом удовлетвориться.

Например, в тех случаях, когда автор приделывает марионетке ноги, он нередко пытается обеспечить их управляемость, привязав к ним нити. Учитывая исходную конструкцию изготавливаемой куклы, выглядит все это, мягко выражаясь, очень странно (см. рис. 7). Довольно скоро человек и сам начинает понимать абсурдность того,

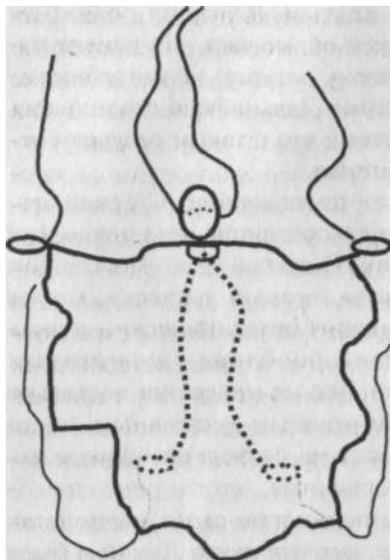


Рис. 7. Марионетка с ногами: к незаметным под «одеждой» ногам прикреплены управляющие нити

что он делает. Тем не менее сама по себе эта попытка, безусловно, интересна и весьма диагностична: естественно, чтобы прийти именно туда, куда хочешь прийти, ноги желательно держать под контролем. Другое дело, что неплохо еще и соотносить собственные желания с требованиями реальности, в данном случае — с полученной инструкцией. Возникает интересный парадокс: в случае работы с архетипической марионеткой требования реальности (читай: инструкции) предполагают отказ от реалистичности. Понятно, что, если человек долгое время упорствует в своем намерении обеспечить реалистический облик завесомо условной, символизированной марионетке, то этот факт должен обратить на себя внимание терапевта.

Однако изменение количества нитей — относительно редкое явление. Значительно чаще встречается - и заодно представляется более интересным с диагностической точки зрения — факт длительного и сложного поиска нужной длины нити. Если марионетка получается большой, это практически всегда провоцирует клиента приспособиться к ней и более длинные нити. В результате оказывается, что такой марионеткой еще смогли бы управлять два-три человека, но одному эта задача никак не под силу, так как размаха его пальцев не хватает даже на простейшие движения. Смысл возникающего затруднения очевиден: во мне есть что-то вот такое — большое, необычное и красивое, но что с ним делать и как, я не знаю (не умею, не могу).

Длинные нити часто встречаются и у самых маленьких марионеток. В этих случаях они, скорее всего, играют роль своего рода компенсаторного механизма — дескать, если уж моя кукла росточком не вышла, так возьмет свое гибкостью и подвижностью. Но оснащенная таким образом марионетка болезненно — так и хочется сказать: «нервно», — реагирует на малейшее шевеление нитей. Кукловод хо-

чет, чтобы она всего лишь чуть-чуть шевельнула рукой, а она театрально вскидывает руки к небу. Представьте себе такую ходячую гиперболу, сверхчувствительную ко всему сущему, любые внешние проявления которой гипертрофированы и демонстративны. Такая кукла почти не может общаться с другими куклами, поскольку другие марионетки никогда не знают, чего можно ждать от столь впечатлительной и эмоциональной особы. Но ведь автор подобной марионетки именно так и строит свою систему отношений с окружающими! Очень похоже на то, что маленькая марионетка с очень длинными нитями, в которых путается сам автор марионетки, является очевидным признаком истероидной акцентуации. При этом в полном соответствии с реальной клинической картиной истероидных проявлений осознание неверности, ошибочности своего варианта компенсации (в отличие от большой куклы, у которой ошибка в длине нитей видна сразу, при первой же попытке встать) приходит к человеку далеко не сразу.

Не менее интересны попытки изобрести необычный, иногда противоречащий инструкции способ прикрепления нити — или даже нескольких нитей — к голове. Например, одна нить, «как положено», оказывается продернутой через голову, а вторая при этом крепится к затылку, чтобы кукла могла кивать головой (см. рис. 8). В результате выясняется, что такая марионетка может либо держать голову «гордо поднятой», либо кивать, соглашаясь, причем чтобы всего-навсего утвердительно качнуть головой, ей приходится дергать руками, приседать и совершать массу странных движений. Попытки же сделать что-нибудь другое вызывают у несчастной марионетки безрезультатные конвульсии.

У одной марионетки на голове образовались целых три управляющие нити, так как ее хозяйке было чрезвычайно важно, чтобы кукла могла открывать рот. В итоге обна-

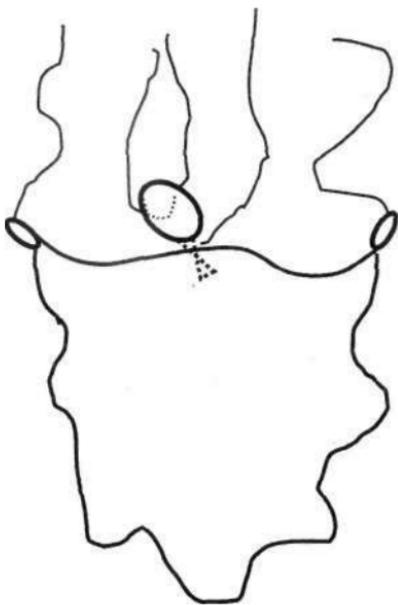


Рис. 8. «Кивающая» марионетка: к голове прикреплена дополнительная нить, чтобы обеспечить дополнительную подвижность

ружилось, что у куклы либо голова принимает нормальное положение, но рот отказывается открываться, либо, пугая всех окружающих, открывается рот (своими размерами и формой весьма напоминающий пасть), и голова бессильно падает на грудь. Пальцами одной руки управлять такой куклой было невозможно по чисто анатомическим причинам, и бедной хозяйке марионетки приходилось помогать себе второй рукой. При этом вся марионетка висела как тряпочка, воплощая собой ярко выраженный мышечный гипотонус, активностью же — причем весьма бурной — обладала только челюсть. Естественным образом у всех окружающих возник вопрос: рентабельно ли такой ценой привлекать к себе внимание? Ради чего так пугать окружающих, тратя на это практически все силы?

### Когда бестелесность неприемлема

Архетипическая марионетка не нуждается в теле как таковом, для нее тело — всего лишь некая метафора, обозначающая то, в чем душа держится, что вполне определено и однозначно отражено в инструкции, получаемой моими клиентами. Тем не менее, если клиент при изготовлении такой марионетки все-таки начинает придумывать и делать тело, то можно сказать точно, что в данный момент работа на архетипическом уровне ему просто не нужна. Тогда любые попытки терапевта все-таки «загнать» клиента именно на этот, по каким-либо причинам представляющийся предпочтительным, уровень были бы ошибочными и могли бы даже привести к нежелательным эффектам. Посему в этом случае лучше дать человеку возможность доделать свою марионетку до конца — внесенная путаница с телом может оказаться для него крайне важной.

С самого начала затеи по созданию тела клиент вроде бы должен понимать, что его все равно видно не будет, но в таких случаях спонтанно возникшая мотивация оказывается очень сильной, а истинная потребность в существовании тела — практически неосознаваемой. В итоге человек, по собственному желанию создавший себе весьма серьезные технические сложности, начинает исключительно изобретательно их разрешать: скрученная ткань, обтянутая чулком того же цвета, что и голова, — это всего лишь самый простой вариант тела марионетки. Что обозначает выбор изготавливаемых частей тела — как, собственно говоря, и сам факт принятия решения о его необходимости, — в процессе самого изготовления решать не стоит. На этом этапе имеет смысл только наблюдать, а еще лучше — снимать, дожидаясь оживления куклы и ее «взросления». Лишь тог-

да, скорее всего, марионетка сама объяснит, зачем ей тело, поскольку в моей практике не было еще ни одного случая, когда, сделав тело или какие-то его части, человек не показал бы его терапевту или группе и не объяснил бы его происхождения и значения.

Так иногда клиенты упорно пытаются сотворить марионетке ноги (причем в самом что ни на есть «фотомодельном» варианте — то есть растущие в прямом смысле слова от шеи), наличие которых при таком способе ее изготовления вообще никакого смысла не имеет. Но если человеку важно, чтобы они были, то он пришьет их даже к подолу платья! Метафора, содержащаяся в таком действии, получается просто фантастически значимой и информативной: человек совершенно ясно показывает, что сейчас ему просто необходимо знать, что у него есть то, на что можно опереться.

Иногда произносимые вслух для терапевта — а на самом деле конечно же для себя — объяснения при дальнейшей работе превращаются в чрезвычайно важные инсайты. Например, один мужчина, быстро сделав марионетку по имени Страх (всю черную, довольно большого размера, с черной маской вместо лица), очень долго пытался приделать ей ноги. Он испробовал несколько вариантов изготовления, ни один из которых не предусматривал наличия тела, к которому бы эти ноги прикреплялись! В конце концов, он подвесил к голове марионетки две длинные нити, к которым привязал ступни. Стоять на таких ногах марионетка все равно не могла, но ему было достаточно того, что ноги есть. Когда кто-то из участников группы спросил: «А зачем тебе ноги?», автор марионетки, не задумываясь, ответил: «Чтобы убежать».

В тех случаях, когда бестелесность не устраивает авторов марионеток, чаще всего делаются ноги, руки и плечи. Все тело целиком, включающее и руки, и ноги, и туловище, делают редко, чаще — только отдельные его детали (что интересно — шею не пробовали делать ни разу!). Плечи, например, могут быть сделаны — по объяснению автора — для того, чтобы на них можно было вешать эполеты. И в самом деле, куда же их еще можно было бы повесить, если уж так велико желание их иметь?!

Так как работа с архетипической марионеткой — даже в случае фактического отказа от первоначальной инструкции — все равно идет на глубинном уровне, то можно сделать следующее предположение: части тела, изготовленные вопреки заданию (или в дополнение к нему), указывают на то, какая проблематика актуальна сейчас на уровне бессознательного, — именно с этим сейчас клиент на самом деле и будет работать. Скорее всего, для понимания таких «сообще-

ний» из бессознательного клиента необходимо иметь в виду очевидную символику отдельных частей тела. С этой точки зрения изготовление ног указывает на значимость готовности к изменениям: «Я могу изменить нечто (или могу измениться сам), могу подойти или, наоборот, уйти, в конце концов, просто — *я могу!*» Посредством сделанных в соответствии с реальностью рук клиент почти наверняка заявляет: «*Я хочу*, я беру и отдаю — и имею на это право». Плечи же, в свою очередь, имеют отношение не только — а может быть, даже и не столько — к чувству вины, но к понятию личностной ответственности. Как сказала одна клиентка, сделавшая своей марионетке плечи: «На них я могу нести свой крест».

## Голова - всему начальник

Как-то так сложилось в русском языке, что именно со словом «голова» мы соотносим те или иные черты характера. Голова (или ласково — головушка), как известно, бывает буйной, упрямой, умной, удалой, бешеной, горькой, бедовой... За редчайшим исключением изготовление архетипической марионетки тоже начинается с головы, однако это скорее связано со способом изготовления такой марионетки, нежели с определенными установками. Тем не менее трудно оспаривать и тот факт, что в нашей — европейской или псевдоевропейской — культуре традиционно бытует расщепленное восприятие человеком собственной телесной сущности — голова и тело. У меня еще просто недостаточно эмпирического материала, чтобы утверждать, какой из этих двух факторов играет главную роль - технологический или культуральный. Но ведь к этой проблеме можно отнестись и с точки зрения специфического, архетипического содержания марионетки. Если считать, что подобная марионетка играет роль символа, обозначающего некий сущностный уровень человека, то все-таки сущностным отличием человека от животного принято считать наличие разума. Вместилищем же разума, его местоположением и, в свою очередь, *символом* является голова (в западной культуре) и сердце (в восточной культуре).

Кстати, за все время, что я работаю с марионетками, сердце у марионетки делалось всего два раза, причем хотя изготавливалось оно и порозному, но чисто технически в обоих случаях крепилось в качестве противовеса к голове. Интересно и то, что в обоих случаях — дело происходило в условиях групповой работы — авторам марионеток необходимо было показать всем, что у их кукол есть сердце, хотя это никак не соотносилось с контекстом происходившего на тот момент в группе.

Обе группы подобными демонстрациями были всерьез озадачены, и их участники еще долго обсуждали проблему, необходимо ли такой кукле сердце или без него можно обойтись.

Если принимать такое объяснение, то в тех случаях, когда клиент — при прочих равных условиях — начинает изготовление марионетки с головы, можно считать, что в данный момент он находится именно на сущностном уровне внутренней проблематики. Если же это не так, то изготовление куклы может начаться и с ее тела, которое в такой ситуации обретает совершенно иную степень значимости и детализированности, как описано выше.

Существует масса весьма информативных оттенков, связанных с деталями устройства головы марионетки, и все они очень важны, поскольку это, как мы уже выяснили, зачастую и есть сама суть, ядро экзистенциальной ситуации клиента. Иногда в начале работы бывает достаточно изготовления головы, чтобы марионетка ожила, приобрела свои персональные особенности и вообще стала вполне самостоятельной личностью.

Определить значимые для диагностики реальной ситуации клиента, его актуальной проблематики и уровня клиентского запроса признаки не слишком сложно. К ним, вполне очевидно, относятся форма и размер головы, наличие или отсутствие лица, его «комплектность» (все ли анатомически необходимые части присутствуют) и материал, из которого голова изготавливается. Сформулировать же основные принципы «диагностики по голове» оказывается намного сложнее. С одной стороны, такие принципы весьма точно определены у К. Махвер в исследованиях рисунков человека (17), но, с другой стороны, нам не следует упускать из виду и того, что марионетка имеет не только реалистическое или, точнее сказать, прагматическое содержание, но даже истолкованием ее бессознательного содержания не исчерпывает свою информативность. С третьей же стороны, совершенно естественно, что в любых психотерапевтических ситуациях, и уж тем более в тех, когда речь идет о работе на глубинных и практически неосознаваемых уровнях, основным инструментом терапевта становится его интуиция, опыт, в конце концов, его смутное ощущение нашего всеобщего, исходного — того самого сущностного подобия. Посему попытка точно и исчерпывающе сформулировать систему диагностических критериев в их строгой взаимосвязи и с контрольными значениями представляется вполне абсурдной. Можно лишь попытаться на некоторых примерах обозначить основную суть общего подхода к анализу устройства архетипической марионетки.

Голова, например, может быть очень твердой и тяжелой, сделанной из камешка или набитой песком коробочки от «киндер-сюрприза». Такую голову трудно держать поднятой, и получается, что, кроме нее, ничего более у марионетки и нет. Тогда становится очевидным, что эта особенность куклы и предьявляет базовую проблему клиента. Однако и слишком легкая, «пустая» — в прямом и переносном смысле — голова также не дает возможности нормально управлять марионеткой. Нет сути, то есть того, что задает саму систему жизненных целей, стратегических и тактических — нет и результата. Голова, которая делается так, что ее заведомо можно будет легко переделать (а бывает это, к великому сожалению, очень редко), чаще всего сообщает о том, что на самом деле проблема уже решена, просто этот факт пока еще не дошел до сознания клиента.

Отсутствие лица — или, вернее, необязательность его анатомической достоверности — встречается очень часто. По-видимому, на глубинном уровне внутренней работы человек в этот момент уже озабочен ответами на глобальные вопросы «Что я такое?», «Кто я?», а не «Какой я?», и многие подробности просто перестают играть существенную роль. Тем не менее лицо — его наличие или отсутствие, выражение — дает обширную информацию об уровне осознанности клиентом как обозначенных выше экзистенциальных вопросов, так и проблемы, осознаваемой как актуальная.

Так, например, цвет головы и лица, скорее всего, выдает внутреннее, бессознательное отношение клиента к данной проблеме. Можно предположить, что голова без лица должна служить метафорическим воплощением переживания под названием «я тебя не знаю» или, скорее, «я *себя* такого не знаю». Если же голова сделана не только без лица, но к тому же еще и черного цвета, то такое «послание» скорее всего можно прочесть как «я *этого* не знаю и не хочу знать». Лицо, закрытое повязкой, вуалью от шляпы и чем угодно еще в том же роде, видимо, сообщает нам: «вообще-то я *это* (или *этого*) знаю, но хотел бы не знать». Вполне очевидным оказывается также, что если из всех черт лица клиент сотворил на лице только глаза, да еще сделал их, например, из ярких больших пуговиц, то это скорее всего будет связано с каким-нибудь неосознаваемым страхом (вспомним, что «у страха глаза велики»).

Имя марионетки оказывается определенным образом связанным со способом изготовления головы — во всяком случае, по некоторым особенностям подхода к его анализу. Значимой может быть как его первоначальная форма, так и изменения в процессе изготовления куклы, его производные и уменьшительные варианты. Понятно, на-

пример, что смена имени марионетки с «Одиночества» на «Спящую принцессу», а «Человека без имени» на «Волшебника» говорит о многом. Кроме того, очень большой объем информации становится доступным, когда кукла начинает знакомиться с группой или с терапевтом, поскольку в процедуру знакомства входит не только называние самой себя по имени, но и сообщение других, значимых с точки зрения автора куклы или заданных инструкцией терапевта подробностей.

## Материал марионетки и ее характер

Особенности материала, который был использован при изготовлении марионетки, тоже говорят сами за себя. Очень понятной, например, была попытка клиента сделать марионетку из маленьких лоскутков. Кукла при этом оказывалась весьма неустойчивой и все время норовила развалиться. Смысл этого действия для автора был не в сочетании большого количества различных цветов, а в возможности, по его словам, «собрать свою сущность из разбитого материала».

Трижды встречались куклы, платье которых было сделано из тонких пластиковых мешков для мусора. Надо заметить, что мешки я приносила действительно для собирания неизбежного при любом рукоделии мусора, ведь мне до поры до времени и в голову не приходило, что их можно использовать в качестве материала для куклы. Можно предположить, что, несмотря ни на размер, ни на имя или поведение такой куклы, сам факт делания себя из мешков для мусора (особенно учитывая то, что во всех этих случаях в наборе предлагаемых материалов была и прозрачная ткань) говорил о каком-то сильном внутреннем неприятии себя.

Были в моем опыте и две попытки сделать марионетку из бумаги, которые, естественно, ни к чему не привели: получалось нечто в принципе нежизнеспособное: такая кукла все время рвется и ломается, в силу чего ей трудно совершать самые простые движения. Обе куклы вызвали агрессию у своих «родителей» и были переделаны полностью — включая смену имени, цвета, размера и вообще всего, что в них можно было изменить.

Не менее очевидные выводы могут быть связаны с различной степенью детализированности куклы. Вполне понятно, скажем, допущение о том, что чем больше сил и внимания уделяется деталям при изготовлении марионетки, тем больше в этом проявляется бессознательное сопротивление клиента. При этом речь конечно же не идет об изготовлении лица — подразумеваются лишь украшения, аксес-

суары, всяческие дополнительные, не обязательные с конструктивной точки зрения предметы типа сумочки, букета в руках, пуговицы и т. п. Следует также отличать общую детализированность от выделения какой-то одной детали из общего фона. Такая деталь (например, цветок в руке), которой сразу же, еще до вопросов со стороны терапевта или группы, клиентом дается какое-то объяснение, скорее является символом — как для марионетки, так и для клиента; при этом марионетка *знает*, что именно обозначает этот символ, клиент же до поры до времени об этом не догадывается.

Представьте невзрачную, маленькую серо-синюю куклу с большим - крупнее ее головы — ярко-красным цветком в левой руке. Рассказывая о своей марионетке, клиент дает цветку особое объяснение: «Это — волшебный цветок, который может переносить меня в безопасное место...». Или еще — кокетливая небольшая кукла с огромными испуганными глазами и грязно-серой сумкой в левой руке говорит о себе: «Пока я молода, но это же не вечно, вот я и приготовила себе нищенскую суму...» Довольно большая и стильная красно-черная марионетка заявляет о нелепой, безвкусной, блестящей большой пряжке у себя на груди: «Это — орден за личное мужество в бессмысленных ситуациях...» Не правда ли, создается впечатление, что основная работа этими клиентами уже была проделана и от терапевта даже и не требовалось особой диагностической изысканности?

И конечно же очень важно еще раз повторить, что информативным в марионетке является все, но эту информацию можно анализировать только, воспринимая ее в комплексе. Лишь сопоставление отдельных особенностей дает развернутую картину внутренней ситуации клиента, которую после изготовления марионетки он видит собственными глазами. При этом его кукла оказывается вполне доступной управлению и трансформации с его стороны, что нам, собственно говоря, и требовалось.

## Глава 7. МЕТАФОРИЧЕСКАЯ РАБОТА С МАРИОНЕТКОЙ

### Инструкции клиенту

#### Что должен сделать клиент?

Для меня изначально было очевидно, что инструкция клиенту должна быть, с одной стороны, совершенно конкретной, а с другой — достаточно неопределенной. Придумать текст, который бы отвечал обоим этим требованиям, оказалось весьма непростой задачей, и сейчас я обычно использую такую формулировку инструкции: «Вашей задачей будет создать такую марионетку, которая была бы портретом вашего тела. Поскольку марионетка — это не просто кукла, но кукла, способная двигаться, то ваша работа будет состоять из двух этапов. Первый этап можно будет считать завершенным тогда, когда вы сможете сказать, что ваша марионетка действительно *выглядит* вполне похожей на вас. На втором этапе вы научите марионетку *двигаться* так, как вы хотите, чтобы она двигалась».

Понятно, что конкретные слова, в которые такую инструкцию можно облечь, очень зависят от терапевта, который ее применяет, однако важно, чтобы она отражала основной момент: предполагается, что задача клиента создать не *символический* образ себя, а конкретное *физическое воплощение* своего тела.

Вполне возможно, что, прежде чем давать точную инструкцию, имеет смысл немного рассказать клиенту или группе об истории марионетки и об ее многочисленных символических значениях, хотя бы потому, что далеко не каждому, пришедшему на прием к психотерапевту, известно, что это за кукла и чем она отличается от кукол, например, перчаточных или теневых.

В большинстве случаев клиент сочтет, что предложенной степени определенности инструкции ему недостаточно, и будет требовать дополнительных уточнений. Однако чем больше желанной определенности он получит от психотерапевта, тем с меньшей уверенностью можно будет потом говорить, что изготовлен-

ная марионетка отражает исключительно личностную уникальность клиента.

Тем не менее вполне возможно, например, перед началом собственно технической работы предложить клиенту заранее решить для себя, какие действия его будущая кукла должна быть в состоянии осуществлять, поскольку работа понятна, что она вряд ли сумеет научиться пользоваться карандашом или чистить зубы. Важно, чтобы клиент четко представлял себе те реальные возможности, которыми он собирается наделить свою марионетку или которых он от нее будет ждать. Кому-то, скажем, покажется достаточным, чтобы кукла умела ходить и сидеть, а для кого-то необходимо, чтобы она умела пользоваться простейшими предметами. Сколь простым ни кажется на первый взгляд это первоначальное определение, оно все же дает человеку возможность совершить множество метафорических да и вполне реальных выборов, отражающих его общую систему ценностей и внутренних ограничений. Кроме того, скорее всего, решение этой задачи очень и очень поможет клиенту в конструировании модели своего тела.

## Используемые материалы

### Соппротивление материала

Следующей задачей, которую мне необходимо было решить, оказался подбор ассортимента материалов и инструментов, которые я должна буду предложить клиенту. Очень быстро стало ясно, что эта задача — далеко не чисто техническая, поскольку сразу же возникло несколько интересных вопросов.

Во-первых, мы, затеявая психотерапевтическую работу с использованием марионеток, с самого начала - явно или скрыто — апеллировали к их культурным корням. Но тогда не стоило бы игнорировать и то, что со стереотипом их восприятия в некоторой степени связаны и определенные материалы. Традиционными, например, считаются *твердые* марионетки (деревянные, позже — фарфоровые) и *мягкие* верховые куклы (как перчаточные, так и тростевые).

Причем использование подобных материалов является не просто привычным, но и совершенно оправданным с точки зрения их использования. Скажем, марионетка, которая предназначена в доступной ей мере воспроизводить пластику человеческих движений, просто обязана обладать определенным весом, чтобы воздействие на нее законов физики было соотносимо с воздействием этих законов

на человеческое тело. Верховые же куклы, чтобы быть управляемыми, создаются из более легких и подвижных материалов. Ведь их конструкция и не предполагает близкого сходства с динамикой человеческих движений, зато избыточный вес такой куклы создавал бы серьезные трудности для кукловода.

Таким образом, материалы, из которых традиционно создаются куклы, оказываются связанными с ними как конструктивной необходимостью, так и стереотипами их восприятия человеком. И вот тут-то приходится вспомнить знаменитый афоризм Ларошфуко: «Когда люди свободны поступать, как им заблагорассудится, они обычно начинают копировать друг друга» (18). Так и клиенты, получившие возможность создавать своих марионеток какими им будет угодно, чаще всего начинают пытаться применять те же самые материалы, которые используют для изготовления марионеток профессиональных. В самом деле, сделать метафорическую марионетку, например, из ткани представляется на первый взгляд не слишком трудным, а художественные возможности это дало бы автору куклы весьма широкие. Однако вскоре у участника группы возникает весьма неприятная проблема: если он хочет значительно переделать уже готовую (или почти готовую) марионетку, ему нужно ее распороть, разрезать, отрезать не устраивающую его часть тела и т. п., то есть пластичным, эволюционным, адаптивным изменениям такая марионетка не поддается. При переводе на язык обобщений этот феномен звучит жутковато: чтобы куклу изменить, ее нужно сначала убить либо изуродовать. Но человек-то создает образ себя и незамедлительно оказывается перед выбором: либо эта марионетка не имеет к нему никакого отношения, либо это именно себя он должен сначала убить или изуродовать.

Кроме того, достаточно значимо и то, что любой используемый материал весьма настоятельно диктует пределы подвижности готовых кукол, их имидж, некие социально значимые параметры. Иначе можно сказать, что материал своей спецификой определяет некие сущностные качества марионетки.

И уж практически вовсе не поддающимся осознанию, учету и контролю представляется метафорическое содержание каждого из возможных материалов. Например, марионетка из дерева будет *деревянной*, что в применении к человеку звучит как вполне определенная, причем не самая лестная характеристика. Марионетка, сделанная из ткани, скорее всего, будет восприниматься как *одетая*, что значительно видоизменяет задачу создания портрета своего *тела*. Глиняной марионетке легко *разбиться*, кукла из папье-маше легко

вызовет ассоциации с «бумажным солдатом», «бумажными страстями» и прочими сравнениями, в которых важно подчеркнуть несерьезность, «невсамделишность» чего-то. Понятно, что все эти тонкости основное значение будут иметь на неосознаваемом уровне, что еще больше затруднит понимание их влияния на клиента, на его отношение к своей марионетке и его готовность с ней отождествиться.

И, наконец, не менее важно, что главная задача клиента предполагает создание относительно несложно управляемой марионетки, которую в ходе дальнейшей работы можно было бы достаточно легко трансформировать.

В конечном итоге минимальный список требований к материалу, который будет предложен клиенту для создания марионетки, должен включать в себя следующее:

- пластичность, сохраняющаяся в течение длительного времени;
- относительная легкость в использовании;
- удельный вес, соотносимый с удельным весом человеческой плоти, для обеспечения адекватной динамики будущей марионетки;
- минимальная (естественно, в тех пределах, в которых эту задачу вообще можно решить) самостоятельная смысловая нагруженность.

Разумеется, каждый терапевт способен решить эту задачу по-своему, но мне наиболее подходящим показался самый обыкновенный пластилин. Хотя, если уж говорить правду, у него было достаточное количество предшественников: первых своих марионеток я умудрялась делать из наполненных водой воздушных шариков и издававшего совершенно непереносимый запах строительного герметика.

Пластилин вполне отвечает всем перечисленным требованиям, однако в дополнение к ним имеет и еще одну существенную особенность — все мы очень много имели с ним дело в детстве, поэтому любой контакт с ним почти наверняка будет связан с моментальной возрастной регрессией. Вполне возможно, что это — недостаток пластилина, ведь сама инструкция — и, следовательно, идея данной психотерапевтической техники — предполагает достаточно высокий уровень рефлексии и личностной ответственности, то есть черт, присущих именно взрослому человеку. Но с определенной точки зрения его можно считать и достоинством — это облегчит выполнение предлагаемой клиентам нестандартной задачи и обеспечит некоторую дополнительную степень групповой интеграции.

Итак, плохо это или хорошо, но в конечном итоге в набор, необходимый для создания марионетки, в качестве ее «плоти» я включила обычный пластилин.

## Конструкторские радости

Следующая тонкость конструирования марионетки, которую мне необходимо было учесть, — это каркас. Естественно, что его необходимость возникает как раз в том случае, когда клиент использует пластичные материалы, пригодные для многократной трансформации. При этом жесткий каркас в принципе отнюдь не является неизбежной конструктивной деталью марионетки. Можно вполне обойтись и такой разновидностью каркаса, как, скажем, веревочная основа, являющаяся продолжением управляющих нитей.

Однако важно иметь в виду, что если основной материал, из которого изготовлена марионетка, отвечает на вопрос «Кто я?», то каркас (сам факт его наличия или отсутствия, его устройство и материал, для него использованный) является, по сути, ответом на вопрос «Как я устроен?». В силу этого вся работа клиента с устройством марионетки, когда уже определен основной материал ее корпуса, оказывается скрытой работой с особенностями своего характера, с организацией и спецификой собственных внешних, а в широком смысле — и вообще социальных проявлений.

Инструкция, предложенная выше, как легко заметить, не содержит даже намека на вопрос о каркасном устройстве. Максимум информации на эту тему, который я себе позволяю в эту инструкцию ввести, — это сообщение о том, что все материалы, необходимые для работы, имеются в наличии. В этот набор материалов проволока включена с самого начала, однако я не отвечаю на вопросы, для чего она нужна, равно как и на любые другие вопросы, связанные с предназначением тех или иных материалов или их использованием. Вопрос о ее необходимости каждый клиент решает сам, и это, возможно, один из самых драматических моментов всей эпопеи по созданию собственного марионеточного портрета. Впрочем, подробно речь об этом пойдет далее.

Понятно, что проволока, используемая для изготовления каркаса, должна быть достаточно мягкой. Кроме того, я стараюсь предлагать сразу несколько разных ее видов, отличающихся толщиной, цветом (вполне возможно, например, использование изолированного одножильного провода) и степенью мягкости. Применение проволоки определяет и основной набор инструментов — в него должны входить кусачки, клещи (в тех случаях, когда используется очень толстая или очень жесткая проволока), разной величины круглогубцы и плоскогубцы, а также большие ножницы.

## Дергаем за нити

Оснащение куклы системой управления тоже процесс весьма трудоемкий и ответственный. В психотерапевтической работе с марионетками отказ от ваги (специального устройства, которое держит в руках профессиональный кукловод и к которому может прикрепляться очень большое количество нитей) нам обоим кажется принципиальным, иначе в качестве кого (или чего) вага могла бы выступать? Взаимодействие между «Я» и его образом, между автором и его произведением, между клиентом и созданной им марионеткой — дело совершенно интимное, в котором любые посредники (а в нашем случае вага являлась бы именно посредником) явно лишние. Кроме того, освоение ваги оказалось бы отдельным — крайне, кстати, сложным — процессом, не имеющим аналога в деятельности индивидуации клиента, а потому имеющим скорее отношение к профессионализму кукловода, но не к тонкой и глубокой клиентской работе.

Таким образом, к моменту оборудования готовой марионетки нитями клиент подходит, имея в своем распоряжении десять или (при великом желании и трудолюбии) двадцать собственных пальцев. И тут возникает одна хитрость. Честно говоря, то решение этого заковаристого вопроса, которое я использую сейчас, меня не вполне устраивает, однако пока ничего лучшего мне в голову не приходит. Речь идет о способе фиксации нитей на пальцах.

Дело в том, что, когда нити уже прикреплены к предназначенным для этого точкам куклы, возникает необходимость соотнести их длины таким образом, чтобы висящая на них марионетка имела приемлемую позу, а не растопыривала, к примеру, ноги и не пребывала бы в позе Винни-Пуха после его полета на воздушном шаре. В ходе экспериментов над собой мне каждый раз после изменения длины любой из нитей приходилось одной свободной рукой перевязывать верхнюю петельку, чтобы надеть нить на палец. Эта процедура не имела, на мой взгляд, своей собственной психологической проекции, а значит, была лишена терапевтического смысла. И чтобы этот процесс не занимал, как это было в моих пробах, больше половины времени, отводимого клиентом на организацию управления куклой, мне захотелось использовать какое-нибудь устройство, которое его упростило бы. Тогда мне попались на глаза обычные фиксаторы, которыми затягивают всякие пояса и кулиски. Продаются такие фиксаторы в любом галантерейном отделе любого универмага, стоят очень недорого, а работу упрощают весьма значительно. Их основным недостатком, на мой взгляд, является чужеродность как по ма-

териалу, так и по функции — по отношению к марионетке, то есть они тоже не имеют самостоятельного психологического значения в процессе ее изготовления. Во всяком случае, мне такого значения до сих пор обнаружить не удалось. Еще одним серьезным минусом оказывается постоянное искушение у клиентов использовать их в какой-нибудь вовсе уж неожиданной — и неадекватной — роли, например, в качестве суставов, половых членов, носов и прочих деталей собственного организма. Пока что во избежание подобных казусов я просто убираю фиксаторы из свободного доступа и предлагаю клиентам только по мере необходимости.

Остается сказать, что нитки, входящие в «джентльменский набор», также должны быть представлены в достаточном ассортименте - и по цвету, и по толщине, и по фактуре. Фиксаторов необходимо иметь не менее чем по десять штук на каждого клиента, и желательно тоже не самых экзотических цветов.

## Этапы работы клиента

### Этапы большого пути

С того момента, как инструкция произнесена и предъявлены необходимые материалы, начинается собственно процесс создания марионеток и, соответственно, сама психотерапевтическая работа.

Для того чтобы сформулировать возможные стратегии, цели и задачи терапевта, мне представляется необходимым описать — разумеется, в некоем «усредненном» по опыту трехлетней работы виде — основные этапы процесса создания марионетки. Понятно, что такое перечисление будет включать в себя *все возможные этапы*, но в каждом конкретном случае комбинация этапов будет сугубо индивидуальна и в силу этого исключительно диагностична.

Первый этап таинственного действия сотворения можно назвать вполне прозаично — *этапом паники*. Этот период наступает непосредственно после того, как группа (или клиент — в случае индивидуальной работы) выслушает инструкцию. Наиболее типичные реакции — защита («Я не сумею», «У меня не получится», «Я не знаю, как это сделать», «А зачем все это надо?») и т. п.), длительное замирание в полном бездействии, быстрое начало работы без какого бы то ни было обдумывания.

В крайне редких случаях можно наблюдать построение предварительных схем или чертежей устройства будущей марионетки. Вариантом такой стратегии можно считать и планирование в уме. Обыч-

но начатая таким образом деятельность приводит к созданию вполне адекватной марионетки, удовлетворяющей своего создателя, который — сколь парадоксальным это ни кажется на первый взгляд — оказывается не слишком к ней привязан; но это уже тема для дальнейшего более подробного разговора. Понятно, что поведение человека на этом этапе уже можно считать вполне информативной моделью его поведения в ситуации «стресса креативности», связанного с отсутствием необходимых поведенческих паттернов.

Следующий этап можно определить как *этап памятника*. Мне не удалось отказать себе в искушении назвать его именно так, потому что психологический смысл этого этапа — это именно создание памятника самому себе. Выглядит это очень просто и отличается только в отдельных деталях: клиент лепит совершенно неподвижную куклу без какого бы то ни было каркаса (см. рис. 9). Чаще всего такой вариант оказывается продолжением быстрого и непродуманного начала работы, но бывает и по-другому. Отличаются такие куклы, которых язык никак не поворачивается назвать марионетками, размерами, цветом, детализированностью и прочими не слишком

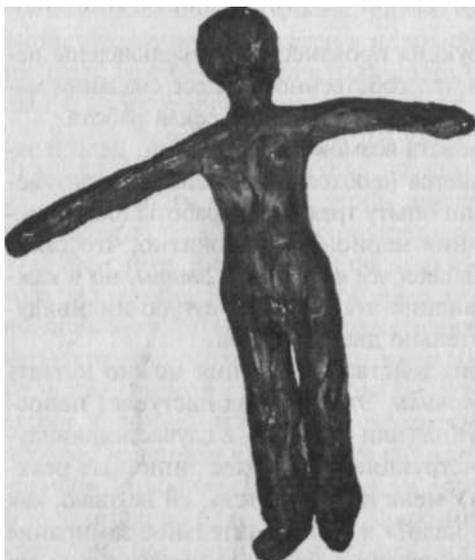


Рис. 9. Второй этап создания марионетки: памятник самому себе. Кукла не обладает никакой подвижностью и не предполагает наличия системы управления

информативными на данном этапе подробностями. Чаще всего такие куклы лепятся одетыми, не слишком большими, нередко — с разноцветными частями тела. Обычно этап завершается либо сравнением своей куклы с другими, либо самостоятельным осознанием ее полной неуправляемости. Осознание (сравнительное или самостоятельное) может остановить процесс создания памятника еще на первых шагах его строительства, а может прийти только после длительного созерцания готового изделия, сопряженного со смутным чувством неудовлет-

воренности и последующих переговоров вслух с самим собой. На уровне архетипов этот этап скорее всего соотносим с архетипом «Персона» и никакого отношения к более глубинным уровням не имеет. В этот момент «образ для других» оказывается для клиента полностью совпадающим с «образом для себя» — более того, клиент не осознает даже самого факта этого совпадения.

### «У каждого свои скелеты в шкафу»

Третий этап можно назвать *этапом каркаса*. Термин «каркас» в данном случае употребляется в своем скульптурном значении - как некая конструкция, фиксирующая статичное положение фигуры и ее прочность, в отличие от анатомического *скелета*, который обеспечивает еще и подвижность. Этот этап может быть первым, вторым или третьим.

Обычно на этом этапе из проволоки — иногда многократно смотанной или даже скрученной — делается совершенно жесткий каркас без каких бы то ни было сочленений, полностью исключающий подвижность отдельных частей тела куклы (см. рис. 10-13). В большинстве случаев создание такого каркаса быстро приводит к очень серьезному конфликту с создаваемой куклой, а значит, и к необходимости осмысления особенностей своего личного устройства.

Важно, как долго этот этап будет продолжаться. В некоторых случаях клиент очень долго отказывается расставаться с этим образом «Я» — столь же безопасным, сколь и беспомощным. Совершенно понятно, что тогда этот этап можно считать весьма и весьма тесно связанным с понятием «характерного панциря», что очень наглядно указывает на содержание актуальных проблем, механизм их формирования, способы психологической защиты и труднодоступность ресурса. Именно этот

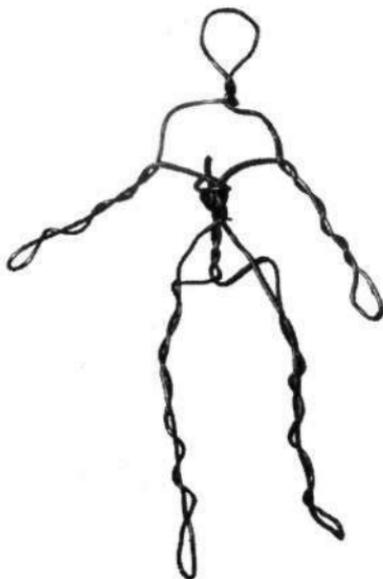
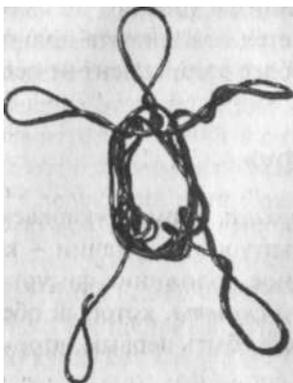


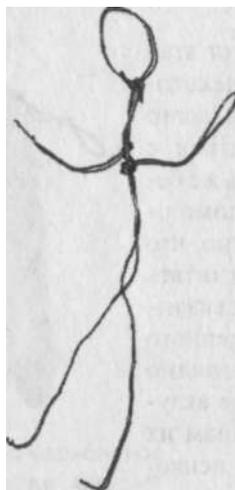
Рис. 10. Этап каркаса: основа будущей марионетки совершенно неподвижна, но очень выразительна



*Рис. 11.* Еще один вариант каркаса: на изготовление такого двенадцати-сантиметрового каркаса ушло более полутора метров проволоки, причем основная ее часть сосредоточена в области туловища куклы



*Рис. 12.* «Эскизный» каркас: нечто промежуточное между собственно каркасом и овеществленным эскизом будущей марионетки



*Рис. 13.* Шедевр минимализма: каркас неподвижен, но недостаток амбиций у автора очевиден

вариант может служить наиболее наглядной иллюстрацией наличия практически ортогональных проекций различных типологий характера на особенности внутреннего устройства марионетки.

Такая ситуация, пусть информативная и конструктивная по своей сути, весьма неоднозначна с точки зрения техники безопасности, поскольку на стадии практически готовой куклы клиент встает перед сложнейшей проблемой: «Это — я. Меня надо сделать совершенно по-другому. Что мне делать с собой таким?». Практически в этой точке у клиента есть только два пути — либо оставить этот каркас целым, переведя его в ранг памятника, либо разобрать (размотать, распутать) его и начать делать новый.

Четвертый этап связан с преобразованием каркаса в *скелет*, то есть придания ему подвижности, что подразумевает наличие определенного количества сочленений. В применении к такому скелету уже можно использовать понятие «адекватность». Это понятие в данном контексте должно обозначать сам факт наличия скелета вкупе с относительной подвижностью отдельных его частей, соотносимой с подвижностью частей человеческого тела (см. рис. 14,15). Выбор такой конструкции позволяет надеяться на достаточную степень социальной адаптированности клиента, его определенную рефлексив-

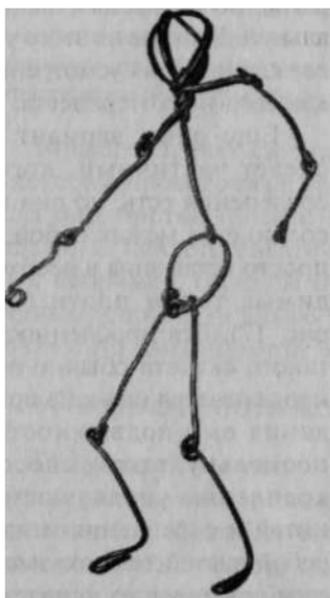


Рис. 14. Этап подвижного скелета: этот вариант уже можно назвать опорно-двигательной системой

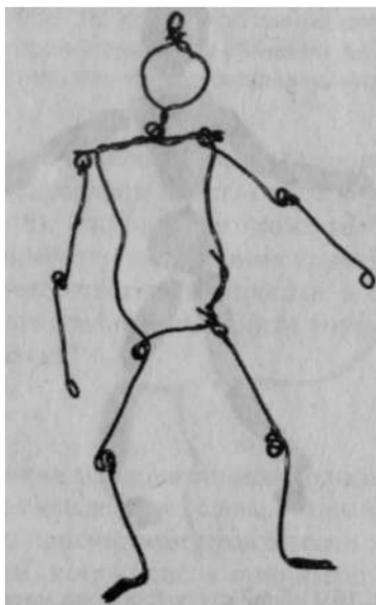
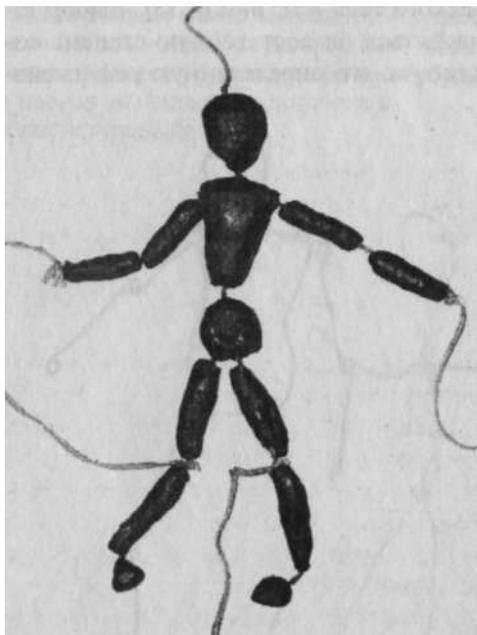


Рис. 15. Вариант скелета: здесь уже предусмотрена объемность туловища

ность, готовность оставаться в рамках реальности и динамическую, то есть адаптивную пластичность. При этом количество имеющихся сочленений может значительно варьировать, не говоря уж об огромных возможностях их качественного своеобразия. Ясно, например, что не обратить внимание на то, что руки марионетки имеют по три сочленения, а значит, подвижны в плече, локте и запястье, при том, что нижняя часть ее тела лишена сочленений вовсе, просто невозможно. Такие примеры могут быть сколь угодно разнообразны, однако для нас важна сама очевидная неслучайность подобных конструктивных особенностей.

Другим способом устройства такого скелета можно считать основу гибкую — в разных ее вариантах. Чаще всего гибкая основа тела марионетки оказывается сделанной из продолжений управляющих нитей (см. рис. 16). Для придания подвижности различным частям тела в местах предполагаемых сочленений образуются разрывы «плоти», обнажающие гибкую основу, которая и обеспечивает доступную такой кукле пластику. Такие марионетки обычно отличаются ярко выраженным «астеническим» телосложением. Интересно,



*Рис. 16.* Гибкий скелет: основа марионетки образована продолжениями управляющих нитей. Таковую систему вполне можно считать двигательной, но вот опорной - едва ли

что такая конструкция адекватна, но не аналогична реальной. Выводы из этого утверждения - на усмотрение каждого психотерапевта.

Еще один вариант - скелет частичный, когда сочленения есть, но они не соединены между собой, а просто вставлены в необходимые точки плоти (см. рис. 17). Вся проблемность такого скелета обычно обнаруживается на этапе придания ему подвижности, поскольку такой способ крепления управляющих нитей и скрепления между собой частей тела оказывается совершенно ненадежным и испытания практикой не проходит.

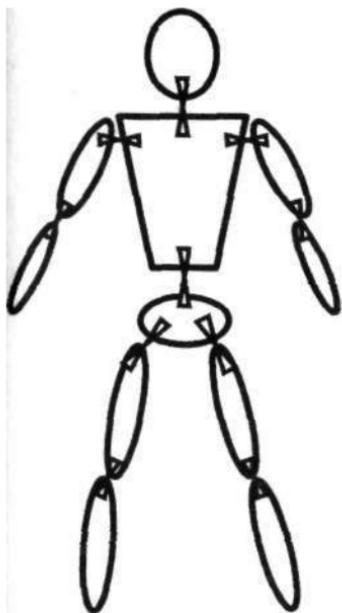


Рис. 17. Частичный скелет: отдельные части тела соединены проволочными вставками, никак не скрепленными между собой

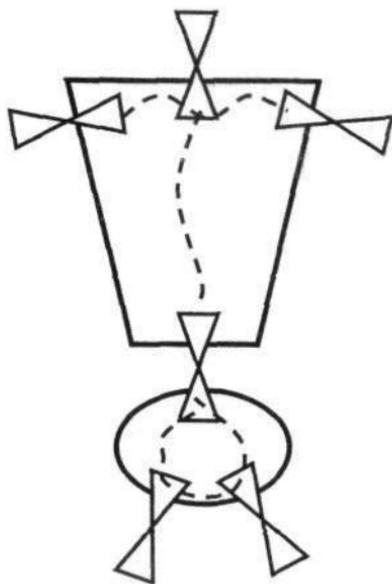


Рис. 18. Комбинированный скелет: проволочные сочленения внутри тела марионетки соединены нитями

Может встречаться еще своего рода комбинированный вариант, в котором проволочные сочленения скреплены между собой внутри тела марионетки нитями (см. рис. 18). Этот вариант тоже требует отдельной психотерапевтической проработки и осознания клиентом. Ему, например, было бы очень неплохо ответить на простые и очевидные вопросы — какую роль играют соединяющие нити внутри и почему это именно нити, а не проволока?

### «Плоть от плоти моей...»

Следующий - пятый — этап создания марионетки можно назвать этапом *воплощения*, то есть в прямом смысле этого слова — помещения во плоть. Понятно, что этот этап присутствует практически всегда - за крайне редким исключением, когда клиент принимает решение остановиться на уровне создания дееспособного скелета. Была, например, в моей практике марионетка в виде весьма условного проволочного скелета с *тремя* подвижными сочленениями в

позвоночнике и тазом, изображенным довольно большим контурным прямоугольником. Вся составляющая «тело» куклы проволока была дополнительно обмотана другой, очень тоненькой - интересно, что эта тонкая проволока была получена путем отжигания изоляции с провода. Кукла имела голову в виде пустого, опять-таки проволочного овала, привязанные к ней волосы из ниток и сделанную из ниток же юбку. Управляющих нитей у куклы оказалось более десятка; нить, прикрепленную к голове марионетки, создательница вынуждена была держать в зубах (!). Впоследствии от некоторого числа избыточных нитей и третьего сочленения в позвоночнике девушка-автор все же избавилась, однако от придания марионетке более реалистического, «плотского» облика отказалась наотрез.

Достаточно часто этот этап становится третьим, вторым или даже первым — то есть «памятник» разбирается на составные части или же эти части сразу лепятся готовыми. В этом случае скелет вставляется внутрь готовых частей тела, что обычно сопряжено для клиента с не очень приятными переживаниями; нередко люди отказываются от первоначально возникшего плана использовать уже вылепленные конечности, торс, голову и пр. - уж очень конкретными выглядят хирургические ассоциации! Основные трудности возникают с деформацией уже готовых деталей — обычно после надевания на проволоку они значительно меняют свой первоначальный облик — и несоответствием между готовым скелетом и готовыми частями тела. Конечно, психотерапевту не будет лишним обратить внимание на то, каким образом будет разрешен клиентом этот конфликт. Можно предположить, что это — своего рода модель его личного решения классического невротического противоречия между эмоциональной сферой и когнитивной или даже между «id» и «супер-эго».

Другой способ «воплощения» осуществляется тогда, когда первоначально клиентом решается задача построения дееспособного скелета. Основная беда этого способа — не удовлетворяющий клиента окончательный внешний вид марионетки. Дело в том, что в процессе создания плоти куклы клиент внезапно обнаруживает, что части ее тела в принципе не способны принять реалистический облик. Для их подвижности необходимо оставить открытыми сочленения и приспособить «оконечности» каждой части к взаимному соприкосновению и соприкосновению с сочленениями при движении. В результате начинаются многочисленные эстетические затруднения, которые в соответствии со спецификой такого варианта работы чаще всего решаются в пользу целесообразности, то есть сохранения прежнего вида скелета за счет внешней привлекательности куклы. По-

нятно, что в этот момент клиент отвечает для себя на вопрос, что для него важнее — чтобы все было красиво или чтобы можно было к жизни приспособиться. Поиски компромисса в этом вопросе могут весьма и весьма затянуться.

Однажды, например, молодая женщина решила эту, казалось бы, чисто эстетическую проблему следующим образом: скелет ее марионетки был сделан из нитей, но сочленения отсутствовали в принципе, и подвижность куклы, как предполагала ее автор, должна была быть обеспечена исключительно за счет мягкости и пластичности самого пластилина. Разумеется, при любом мало-мальски активном движении конечности несчастной марионетки, вздергиваемые нитями вверх, просто-напросто отрывались. Обнаружив сей печальный факт, создательница так глубоко идентифицировалась с собственной марионеткой, что начала испытывать некую фантомную боль в плечах, что вызвало у нее весьма сильную тревогу.

### «Нити Ариадны»

Следующий — шестой — этап можно определить как этап *оснащения*, и связан он, естественно, с созданием системы управления марионеткой.

Самым первым источником разнообразия внутри этой системы являются точки их присоединения к телу. И здесь, по сути, есть всего два основных варианта: крепления могут быть предусмотрены и сделаны еще в процессе создания скелета либо приделываться позднее. Понятно, что первый вариант имеет отношение к определенным мыслительным характеристикам клиента — планомерности, систематичности и т. п., но ясно также, что не в меньшей мере в нем представлены и особенности личности - способность к самопониманию, не превышающий некоего адаптивного уровень ригидности, самоконтроль, сила «супер-эго» и многое другое. Разновидностью этого варианта будет необходимость *пересмотра* конструкции креплений после создания целой марионетки. Если с самого начала крепления не были предусмотрены, то в большинстве случаев их изготовление предполагает необходимость серьезных «хирургических» операций со вскрытием готовой плоти, а иногда и переделкой скелета.

Следующий важный момент — количество нитей. Как уже оговаривалось, верхний предел ограничен естественными физическими условиями, однако выбор индивидуального оптимума - занятие для клиента весьма увлекательное. Основных стратегий этого действия всего две.

Первая состоит в обеспечении нитями всех имеющихся сочленений (см. рис. 19). Однако клиент тут же сталкивается с тем, что управиться со всеми десятью нитями чрезвычайно сложно и, кроме того, как оказывается, это и не является необходимым: с одной стороны, не все сочленения в принципе могут быть подвижными, с другой — подвижность одних сочленений вполне обеспечивается подвижностью других. Например, если марионетка имеет бедренные и коленные сочленения, то управление последними придаст подвижность всей ноге. Для психотерапевта интересно, как долго клиент будет упорствовать в своем желании иметь максимально тонкую, нюансированную, сложную, но при всем том практически неуправляемую марионетку и каким способом он эту ситуацию в конце концов разрешит.

Другая стратегия состоит в предельном упрощении управления и обычно сочетается с минимальным количеством суставов у куклы и ее маленькими размерами (см. рис. 20). Все промежуточные варианты, по существу, связаны с тем, адекватно ли расположение нитей имеющимся степеням подвижности и обеспечивают ли имеющиеся нити подвижность, желательную для клиента.

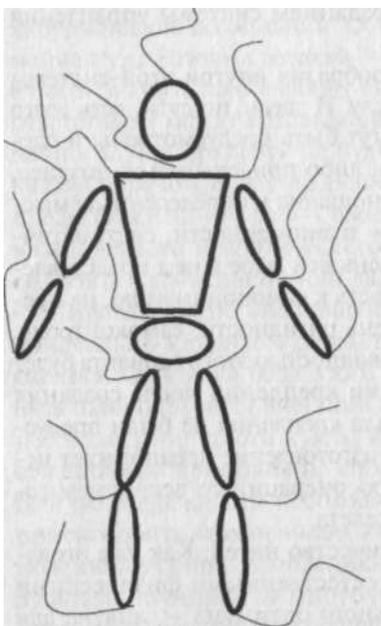


Рис. 19. Сверхконтролирующая система управления: все сочленения марионетки снабжены нитями



Рис. 20. «Примитивная» марионетка: упрощенная система управления с минимумом нитей

## Марионетка учится ходить

Седьмой этап — назовем его этапом — становится началом совершенно других действий клиента. До сего момента марионетка по отношению к нему не обладала никакой физической самостоятельностью, хотя, надо сказать, бесспорно была в значительной степени самостоятельна психологически. А с этих пор марионетка получает еще и некоторую физическую самостоятельность, поскольку несовершенство ее устройства и системы управления, переданное ей ее создателем по наследству, а также присущие ей от природы вес и прочие физические характеристики наделяют ее крайней непослушностью и определенной собственной активностью. Древние восточные марионетки, управляемые с помощью нескольких десятков нитей, могли на сцене переодеваться, стрелять из лука, скакать на лошади (причем лошадь и наездником управлял один мастер-кукловод)... Но с момента начала освоения собственных марионеток клиенты полностью перестают верить в возможность всего вышеописанного, поскольку их марионетки вертятся вокруг своей оси, принимают всяческие нелепые позы, запутываются в собственных нитях, падают на пол и совершают прочие несанкционированные действия, вполне достойно — хоть и в символической форме — отражающие реальную степень адекватности взаимодействия их создателей с самими собой и с окружающим миром.

Однажды, работая в режиме цейтнота, практически противоположном данной технологии, я столкнулась с весьма любопытной ситуацией. Дело было на конференции, где я в рамках краткосрочной мастерской демонстрировала коллегам возможности использования марионеток. Одна из присутствовавших дам по окончании демонстрации вся в слезах подошла ко мне и сказала, что ее очень тревожит будущая судьба ее марионетки — если взять ее домой, что там с ней делать? «Я не хочу класть ее в коробку, как в гроб. Но ведь если она будет висеть на стене, ее могут испортить дети или кто-нибудь еще. Мне очень плохо и тревожно!»

Было совершенно понятно, что налицо ситуация неадекватного отождествления с собственным продуктом. О проблемах излишнего отождествления разговор еще впереди, но специфика этого случая оказалась совсем в другом. Когда я попросила даму показать мне, как движется ее марионетка, моему взору предстала следующая картина: дама смяла концы всех нитей в один комок, зажала его в ладони, подергала марионеткой в воздухе и сказала, что, в общем-то, ее кукла движется очень плохо. В ответ на мой вопрос о причинах этого

дама пренебрежительно махнула свободной рукой: «Да ну, на это потребуется столько времени...». Ситуация оказалась иллюстрацией классического варианта, когда недостаток любви, тепла и внимания подменяется повышенной тревожностью по отношению к объекту, которым на самом деле пренебрегают. Все «реанимационные» мероприятия свелись к предложению все же попробовать научить марионетку хотя бы ходить. Через пятнадцать минут кукла с грехом пополам передвигалась, а ее хозяйке заметно полегчало.

## **Диагностичность метафорической марионетки**

### **На что смотрим**

Подходя к вопросу о том, какую информацию и как именно можно получить при анализе марионетки, я оказываюсь в довольно сложном положении. Связана эта сложность с тем, что, на мой взгляд, абсолютно любая деталь как куклы в каждый момент ее создания, так и самого этого процесса метафорична, а значит, и диагностична. При этом я предполагаю, что для того, чтобы эту метафорическую информацию обнаружить и расшифровать, необходимо обладать определенными характеристиками мышления либо определенными интеллектуальными пристрастиями. Лично мне доставляет огромное удовольствие отыскивать во всем всяческую метафоричность и обнаруживать разнообразный параллелизм между всем и всем, однако это отнюдь не обозначает, что кому-то еще такое времяпрепровождение способно доставить столько же удовольствия. Именно поэтому я и полагаю себя обязанной попытаться сформулировать хоть какие-то относительно общие принципы диагностики внутри предлагаемого психотерапевтического процесса.

Итак, какие особенности процесса и самой марионетки могут быть информативными с точки зрения психологической диагностики?

### **Вынужденная остановка**

В первую очередь, предметом диагностического исследования могут быть, конечно, фиксации на тех или иных «неадекватных» этапах. То есть, ясное дело, любая фиксация и любой этап изготовления марионетки адекватен самой системе личностной проблематики клиента; и то, и другое может быть неадекватным только по отношению к имеющемуся у нас более или менее объективному крите-

рию — устройству живого человеческого тела. Понятно, например, что этапы скелета, воплощения, оснащения и освоения являются необходимыми с точки зрения изготовления физически адекватной — назовем ее так — марионетки, а этапы паники, памятника и каркаса — факультативными, отражающими те или иные личностные особенности и насущные проблемы конкретного клиента. По сути дела, три последних этапа необходимы именно как поле для собственно психотерапевтической работы, а не для создания физически адекватной куклы.

Очень важно заметить, что любое действие, являющееся усложнением (или удлинением) наиболее короткого и простого пути от условия задачи к ее решению, совершается в нарушение основного закона психологии — закона сохранения энергии. Понятно, что такие действия именно потому и оказываются информативными, что только *психологическая* реальность в состоянии внести коррективы в этот закон, глобальный и обязательный для соблюдения на всей обозримой человеком территории. Напрашивается простой и вполне логичный вывод: либо человек, «нарушающий» этот закон, идет к совсем другой цели (то есть в нашем случае — *не к решению* предложенной терапевтом задачи), либо в построение траектории его пути вмешались его личностные проблемные особенности, а их проблемность неумолимо следует из необходимости пожертвовать минимальностью энергетических затрат.

Ясно, например, что дама на шпильках — конструкции, с точки зрения физики, физиологии и анатомии, весьма проблемной — будет выбирать не тот путь, что короче, а тот, что ровнее. Провинившийся школьник опять-таки предпочтет короткому пути путь безопасный, где риск встретить учителя будет минимальным. Получается, что по характеристике того пути, который человек предпочитает самому простому и короткому, возможно вычислить само содержание его проблематики — достаточно лишь задать по отношению к каждому конкретному усложнению или удлинению вопрос «зачем?».

Точно то же происходит и с марионеткой. Поскольку в нашем случае задача определена и клиент ее вроде бы принял, то любое отклонение от четырех конструктивных этапов в сторону факультативных можно расценивать как проявление его тех или иных личностных особенностей. Введение любого из таких этапов, и особенно застревание на них может стать информативным, если мы сумеем ответить на тот же сакраментальный вопрос «зачем?».

Что же можно считать фиксацией на определенном этапе работы или на конкретном затруднении внутри того или иного этапа? По

всей видимости, это длительное пребывание в определенном состоянии марионетки, когда клиент в своих действиях всячески старается обойти или проигнорировать неконструктивные особенности куклы. Например, человек, создав «каркасную» марионетку, долго и упорно пытается ее «оживить», не обращая внимания на принципиальную невозможность этого действия. Возможен также долгий перерыв в работе, когда клиент, явно сохраняя контакт с марионеткой, просто не знает, что делать дальше. Нередки и обращения за помощью к терапевту, и сильные эмоциональные реакции.

Однажды я предложила работу с марионеткой молодой девушке, которая на протяжении трех последующих сессий пребывала на этапе паники с бурными всплесками агрессии, несколькими отказами продолжать работу и пр. В итоге создание марионетки пришлось отложить на весьма длительный срок, поскольку девушка была не в состоянии даже обсуждать свое негативное отношение к предлагаемой задаче.

Я уже определила, что слово «фиксация» в основном может быть приложимо к «неадекватным» этапам. Однако и нежелание переходить с одного необходимого этапа на следующий, столь же необходимый, в природе марионеточного действия тоже нередко встречается. Например, человек сессию за сессией посвящает невероятно тщательной отделке, уточнению, детализации внешнего вида куклы, желая добиться максимальной ее реалистичности, и никак не пытается оснастить ее системой управления. Практически невозможно говорить о фиксации лишь по отношению к этапу освоения, что следует из элементарного здравого смысла.

Посему мы будем говорить о значении фиксаций, возникающих на *каждом* — кроме освоения — из возможных этапов создания марионетки. Причем для нас очень важно понять, что при предлагаемом способе работы, имеющем не зависящую от конкретной проблематики конкретного клиента конечную цель, диагностика нужна терапевту для определения специфических способов помощи каждому клиенту на едином терапевтическом пути с одинаковой для всех конечной точкой.

### «Что-то здесь не так»

Диагностика по специфике фиксаций каждого отдельного клиента может быть названа диагностикой процессуальной, то есть диагностикой по особенностям протекания самого процесса. Вторым значимым для диагностического анализа содержанием оказываются уже не процессуальные, а объектные особенности - разнообразные ограничения,

наложенные самим клиентом на марионетку, ее несоответствия физическим параметрам собственного автора и прочие несообразности.

Здесь важно отметить, что анализу подлежат несообразности и ограничения, свойственные марионетке на каждом витке «завершенности». Ведь наш клиент вполне может считать законченной куклу, физически несколько ему самому не адекватную. В принципе такие ситуации тоже можно рассматривать как фиксации — только фиксации промежуточные, которые отмечают не затруднения перехода с этапа на этап, а застревания на частичных физических неадекватностях, ограничениях или прочих несоответствиях. Ясно, что такие застревания связаны с неспособностью клиента обнаружить те или иные неадекватности марионетки — причем именно те, которые напрямую связаны с его актуальной проблематикой. Например, клиент решительно не желает замечать, что, несмотря на реалистическую подвижность всех прочих своих частей, марионетка ниже пояса не обладает ни одной степенью свободы; то есть ее верхняя часть может совершать многие действия, нижняя же не способна практически ни на что. Тем не менее клиент объявляет свою куклу совершенно законченной, и это, разумеется, оказывается очень информативным; терапевт вполне может исследовать данное ограничение, поскольку в данный момент оно оказалось для клиента непреодолимым (или пока не преодоленным) препятствием.

Получается, что любая психологическая диагностика в процессе изготовления марионетки связана с разного рода фиксациями; фиксации же — и этапные, и промежуточные — в свою очередь, обусловлены нежеланием, неготовностью, неспособностью клиента осознать и конструктивно трансформировать те добровольные ограничения, которые он на себя в своей жизни налагает и отражением которых являются конструктивные и технологические ограничения делаемой им куклы. Можно даже выстроить простейшую логическую схему, отражающую механизм, делающий процесс и особенности изготовления марионетки диагностически значимым:

Специфический	→	Внутренние	Специфические	→	Ограничения,
жизненный опыт		ограничения,	ограничения		неосознанно
клиента		этим опытом	восприятия им		налагаемые и
		сформированные	условий задачи		на свое подобие

Вот и давайте договоримся, что в дальнейшем предлагаемые диагностические подходы я буду излагать именно с точки зрения специфики фиксаций, реализуемых клиентом в ходе работы над своей куклой.

## Эпохальные проблемы

Для начала попробуем все же разобраться с фиксацией на целостных этапах сотворения марионетки. Для того чтобы эту задачу приемлемо разрешить, необходимо выяснить, каково же психологическое содержание каждого из этих этапов.

Тут мне очень хочется провести одну весьма смелую — может быть, кому-то даже захочется назвать ее спекулятивной — аналогию. Дело в том, что на основании собственного опыта использования марионеток я пришла к предположению, что сами названные выше этапы с большей или меньшей точностью соответствуют процессу развития ребенка. В самом деле, клиент ведь создает собственное подобие!

Судите сами: этап паники, будучи по своему психологическому содержанию этапом полной неопределенности, хаоса, отсутствия опоры и каких бы то ни было оснований, сосредоточения на себе и своих ощущениях, вполне может служить аналогом «младенческого аутизма», то есть первой части оральной фазы психосексуального развития ребенка. Этап памятника легко обнаруживает свое сходство с последующим «нарциссизмом» младенца, поскольку являет собой полное отсутствие рефлексии, абсолютное слияние собственной Персоны со своим же Эго. В это время младенец начинает отличать себя от окружающего мира, но в своей речи обращается к себе в третьем лице, обычно называя себя тем именем, каким чаще всего его зовут родители. Этап каркаса соответствует так называемой «фазе упрямства», будучи временем формирования у ребенка способности к сопротивлению, контролю и удержанию. Этап скелета связан с такими психологическими событиями, как самоидентификация, осознание себя, своей отдельности, и символизирует собою тот период в жизни малыша, когда возникает самое родное и самое отныне неизбежное слово — «Я». На этапе воплощения, как с очевидностью явствует из самой фактуры процесса, происходит выстраивание границ (что в случае работы с марионеткой выражается очень конкретно, физически) и, следовательно, — сепарация. Оснащение марионетки системой управляющих нитей само по себе является процессом социализации - на этой стадии ребенок обзаводится собственной системой ценностей, иерархизирует свои мотивы, учится из отдельных действий строить целенаправленную деятельность и оценивать ее успешность и адекватность. И, наконец, этап освоения есть этап принятия человеком личной ответственности за собственное существование в этом мире, «самоовладения», то есть, собствен-

но говоря, личностная зрелость. Понятно, что эта аналогия имеет отношение лишь к общим *тенденциям*, отражающимся в процессе создания собственного подобия, поэтому, разумеется, значимыми будут и длительность такой фиксации, и сопутствующие ей внешние проявления, и масса другой информации - вплоть до особенностей куклы, изготавливаемой в данный момент соседом нашего клиента. Кроме того, еще раз подчеркну, что речь никоим образом не идет о самостоятельно и конструктивно преодолеваемых затруднениях любой степени сложности и длительности.

Приведенные — как мне кажется, достаточно убедительные — параллели дают нам, помимо сложной и мало пригодной для строгой технологизации «метафорической» диагностики, возможности диагностики нозологической и «проблемно-симптоматической».

Это означает, что, например, длительная, серьезно фрустрирующая клиента фиксация на этапе паники — в соответствии с общей теорией психосексуального развития, логикой самого «марионеточного» процесса и элементарным здравым смыслом — дает нам основания *предположить* наличие у клиента шизоидной акцентуации, аутистических тенденций, соответствующих личностных расстройств и т. д. По тому же принципу фиксация на этапе памятника может говорить о предрасположенности человека к истерическим или нарциссическим личностным расстройствам — либо просто о соответствующих особенностях личности и адаптационного процесса. «Каркасные» фиксации выдают наличие эпилептоидных черт характера либо эпилептоидной акцентуации. Значимые «застревания» на этапе скелета, скорее всего, связаны с разного рода тревожными расстройствами, навязчивыми и ананкастическими чертами. Аналогичные затруднения на этапе воплощения — или, как мы уже выяснили, этапе сепарации — говорят о тенденции к формированию зависимого типа адаптации и вообще разного рода зависимостей в самом широком смысле этого слова. Фиксации на этапе оснащения, серьезные трудности с формированием жизнеспособной системы управления, судя по опыту, имеют в своей основе разного рода нарушения социальной адаптации психопатического характера.

Соответственно, если мы принимаем такую систему трактовки тех или иных нарушений процесса создания марионетки, то у нас есть все основания по наличию конкретных фиксаций делать предположения о соответствующих вышеперечисленным стадиям развития - и обозначенным в связи с ними нозологическим особенностям — отдельных симптомах, личностных чертах и актуальной проблематике. Но, как снова необходимо отметить, это будут лишь пред-

положения, нуждающиеся в очень осторожной и тщательной проверке в течение всего психотерапевтического процесса.

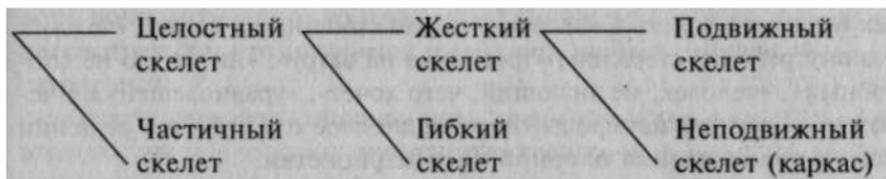
## Диагностика по скелету

Совершенно очевидно, что с каждым этапом, наряду с нарастанием сложности задачи, решаемой на этом этапе клиентом, нарастает и степень изменчивости самих конструкторских и технологических решений. Соответственно, увеличивается и значимость этой изменчивости для интересующей нас в данный момент диагностики. Это означает, что, например, на этапе памятника марионетка может варьировать по параметрам размера, цвета, формы тела и позы, но значения всех ее вариаций остаются в пределах все того же архетипа «Персона» и особого интереса для диагноста не представляют. Очень редко встречаются «экслюзивные» варианты пребывания на этом этапе, дающие большой объем информации. Так, однажды молодая, эффектная внешне девушка в качестве марионетки сделала проволочную фигурку, весьма обильно и художественно обмотанную нитками. Образовался своего рода гибрид сразу трех этапов — памятника, каркаса и воплощения. Возможно, в этом случае имеет смысл говорить либо о полном отказе девушки от выполнения реальной задачи, либо о наличии в ее жизненной истории некоей комплексной травмы развития.

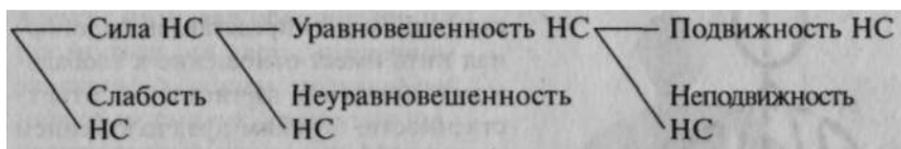
Первые возможности для информативной изменчивости марионетки клиент получает фактически только на этапе скелета. И здесь, мне кажется, имеет смысл снова провести некоторые — конечно же не слишком строгие — параллели. Дело в том, что принципиальная схема устройства скелета (или каркаса, если клиент предпочтет остаться на этом этапе достаточно длительное время) является, пожалуй, наиболее информативным с точки зрения обобщенной типологии параметром. В самом деле, что еще может иметься в виду, когда про человека говорят, что он не имеет «внутреннего стержня», «не гнется» или «не ломается» под гнетом неудач? И даже выражение «внутреннее устройство человека» вполне позволяет допустить некую — пусть весьма туманную и предположительную — связь между душой и конструкцией.

Понятно, что индивидуальная изменчивость марионеток, создаваемых клиентами, лежит практически в интервале от минус бесконечности до плюс бесконечности с не очень значительными изъятиями. Как-то систематизировать и тем более проградировать эту изменчивость пока чрезвычайно сложно, однако именно внутренняя

конструкция куклы — при всем своем разнообразии — может быть сведена в определенную логическую конструкцию. Итак, марионетка может иметь следующие варианты внутреннего устройства:



Выстроившись, эта схема незамедлительно напомнила мне классическую схему И.П. Павлова, отражающую связь между основными свойствами нервной системы (19):



В принципе если учесть накопленный до данного момента опыт, то эти схемы представляются вполне соотносимыми друг с другом — как на уровне феноменологии, так и на уровне теоретических представлений. В самом деле, *отсутствие* целостного скелета как элемента организующего, упорядочивающего и связующего, а значит, *укрепляющего* весьма соотносимо с представлением о *слабости* нервной системы, что вполне подтверждается конкретной фактологией. Подобные аналогии можно провести по каждому элементу двух схем — разумеется, с определенным допущением. Во всяком случае, в качестве гипотезы такая идея представляется довольно приемлемой — дело за экспериментальной и статистической проверкой.

## Внутренний стержень

При дальнейшей диагностике стоит обратить внимание на то, что основные трудности движений туловища и рук связаны между собой и с двумя общими проблемами — внутреннего стержня и опоры. Дело в том, что любая кукла должна иметь «опорную» нить, которая держит на себе весь вес марионетки и отвечает за вертикальную координату куклы. Только при наличии такой нити прочие части тела получают свободу. Это утверждение особенно важно, потому

что обусловлено естественными физическими причинами, но и потому, что его можно с полной очевидностью спроецировать на психологическую задачу нахождения центра воли, сознания, причинности, побуждения, энергии — это уж кому как понравится. «Человек без царя в голове», «человек, твердо стоящий на ногах», «человек без внутреннего стержня», «тростинка на ветру», «ни на что не способный», «человек, не знающий, чего хочет», «уравновешенный человек» — все это метафоры, находящие свое отражение в решении задачи прикрепления опорной нити марионетки.

Начать имеет смысл с того, что сам факт необходимости такой нити для подавляющего большинства клиентов изначально далеко не очевиден и обнаруживается только из практики, да и то, уже будучи обнаруженным, долго не признается.

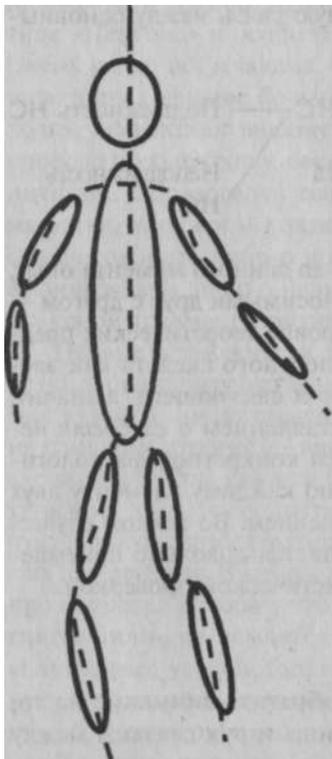


Рис. 21. Решение проблемы «внутреннего стержня»: опорная нить закреплена на макушке. Марионетка вовсе не способна сгибать туловище

Предлагается следующая версия, объясняющая такую печальную статистику: по моему представлению, опорная нить имеет отношение к глобальному понятию личностной ответственности. С таким предположением легко соотнести такое выражение, как «принять на себя весь груз ответственности». Здесь понятие ответственности прямо сопоставимо с понятием «груза», а значит, *веса*. Согласитесь, очень разные отношения к ответственности проявляются в предварительном и специальном решении задачи основной опоры и в решении этой задачи как побочной, возникшей в качестве случайной и досадной помехи. Из дальнейших примеров, возможно, станет более ясно, что я имею в виду.

На практике мне встречалось пять основных вариантов размещения опорной нити. Три из них располагаются на условной центральной оси фигуры куклы, два других к ней не относятся.

Итак, первый вариант - марионетка висит на нити, закрепленной на ее макушке (см. рис. 21). Голова в такой ситуации вроде бы пребывает в роли,

ей от роду положенной, «ответственного» центра, принимающего решения. Однако такое положение предполагает физическую невозможность куклы, например, склонить голову. Можно ли, не умея склонить голову, перед кем-то преклоняться, признать свою неправоту, попросить у кого-то прощения? Да в конце концов можно ли рассмотреть то, что находится у тебя под ногами, увидеть, куда ты ступаешь?!

Второй вариант — опорная нить крепится на затылке. Если при этом голова марионетки неподвижно соединена с шеей и если тем паче все это продолжается столь же неподвижно приделанным туловищем, то принципиально этот вариант не отличается от предыдущего — во всяком случае, с точки зрения опоры (см. рис. 22). Просто тогда к прежним невозможностям добавляется некоторое количество новых — такая кукла никак не сумеет ни по сторонам оглядеться, ни назад обернуться, ни прогнуться, ни сесть, ни сексом заняться — в общем, практически ничего не сможет, кроме как шевелить руками и ногами. Можно сказать, что такая ситуация связана с абсолютной слитностью трех основных центров — мыслительного, эмоционального и энергетического. В целом такая слитность — то есть анатомическая и функциональная неразделимость — приводит к стратегической неуправляемости, а значит, фактически и к глобальной импотенции.

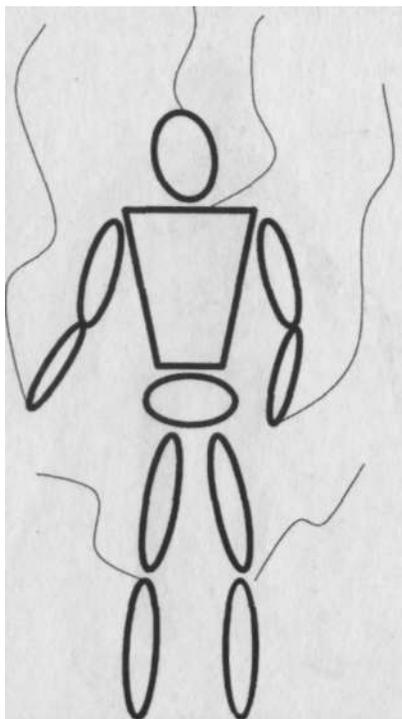
Если же голова обладает собственной активностью или свободой (зачем еще какие-то формулировки диагностических принципов, если каждая фраза, описывающая конструкцию марионетки или процесс ее создания, напрямую читается как экспертное заключение?!), а опору обеспечивает затылок, то и тут есть два совершенно разных случая. В одном из



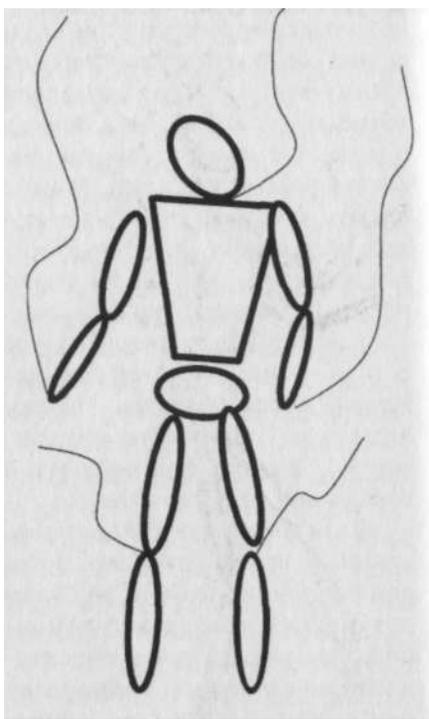
Рис. 22. «Корсетная» марионетка: голова, шея и туловище соединены неподвижно, опорная нить может быть прикреплена на макушке или на затылке с одним и тем же результатом

них макушка все же оснащена нитью, и тогда вес (и, значит, ответственность за собственную жизнедеятельность) распределяется между двумя нитями (см. рис. 23). Такая кукла уже может склонить голову или посмотреть себе под ноги, но по-прежнему не способна наклониться, поклониться, склониться, сесть и пр. В другом случае, когда голова вообще ни к чему не прикреплена, то марионетка висит на собственной шее, голова брошена (или уронена?) на грудь и болтается, взгляд невозможен ни в одном направлении, кроме как себе под ноги — как невозможны и любые другие действия (см. рис. 24). Вполне депрессивный облик, не правда ли? Впрочем, возможны и версии психастенического круга.

Третий путь — прикрепить основную нить к середине туловища. Обычно эта точка находится где-то между талией и лопатками. При



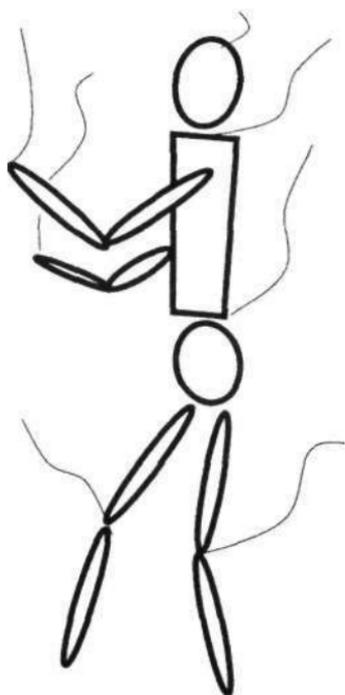
*Рис. 23.* «Управляемая голова»: опорные нити у марионетки прикреплены к макушке и затылку, в результате чего голова куклы обладает отдельной подвижностью



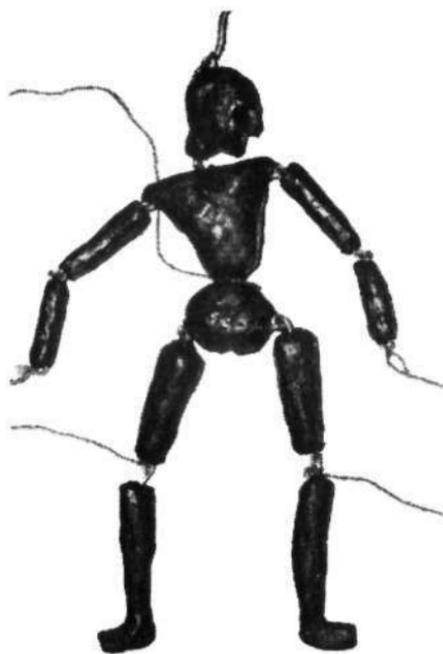
*Рис. 24.* «Понурая» марионетка: опорная нить прикреплена к затылку, голова бессильно опущена на грудь

условии наличия нитей на затылке и макушке такая комплексная опора обеспечивает максимальную подвижность куклы (см. рис. 25, 26). Нет ли тут противоречия всему сказанному о стержне, воле, ответственности и организующем начале, ведь все эти слова в интересующем нас контексте употребляются исключительно в единственном числе? Мне представляется, что нет. Во-первых, при любом движении, осуществляемом такой куклой, опорной оказывается фактически одна нить. Во-вторых, все эти нити лежат вдоль одной прямой — того самого гипотетического стержня. И в-третьих, такая конструкция оказывается совершенно прямой метафорой гармоничного и равного единства трех сфер нашего бытия — когнитивной, эмоциональной и телесной.

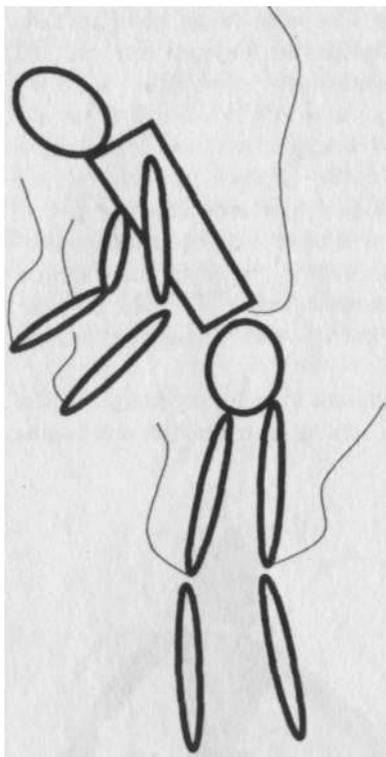
Случай же, когда единственная опорная нить прикреплена в районе поясницы, а все тело, начиная от макушки и кончая копчиком,



*Рис. 25.* «Гармоничная» марионетка: опорными нитями снабжены макушка, затылок и поясница, подвижность туловища и головы максимальна



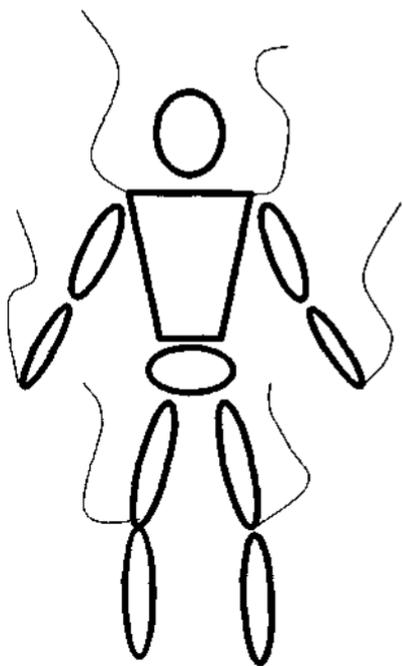
*Рис. 26.* «Целостная личность»: реальная марионетка с максимальной подвижностью верхней части. Нити прикреплены к макушке, затылку и пояснице



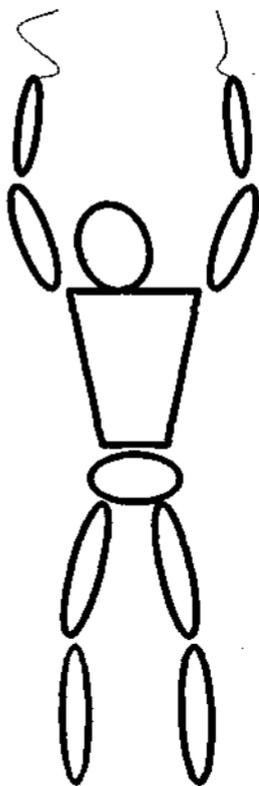
*Рис. 27.* «Напряженная» марионетка: единственная опорная нить прикреплена к пояснице

полностью неподвижно, как мне кажется, все же значительно отличается от предыдущего, когда неподвижное туловище было подвешено за шею (см. рис. 27). Это отличие очень легко понять, воспроизведя два этих положения собственным телом: если состояние «подвешенности» за шею вполне сходно с термином «подвешенность» у А. Лоуэна (20) и соответствует ощущению пассивности, безвольности, апатии и неуверенности, то «подвешенность» за поясницу порождает состояние общего напряжения во всем теле, связанного с максимальной концентрацией энергии в тазовой области. Возможно, диагностически это близко к актуализации проблем сексологического порядка, что, кстати, вполне подтверждается рассказами клиентов, выстроивших подобный вариант крепления, или к определенной психосоматической симптоматике.

Два последних варианта — это марионетки, подвешенные на плечах или на руках. Конечно, выражения «вынести на своих плечах» или «взвалить ответственность на свои плечи» в этом варианте воплощаются совершенно точно, но вот беда — такая марионетка лишена все той же способности склоняться, что, оказывается, входит необходимой составляющей во многие весьма значимые человеческие действия, причем отнюдь не обязательно связанные с унижением или подчинением. Кроме того, получается, что нити, прикрепленные к плечам (их может быть две или — нередко — одна, перекинута петлей с одного плеча на другое), не участвуют ни в каких иных движениях, кроме поддержания веса куклы (см. рис. 28). Так и напрашивается параллель с человеком, для которого деятельность по поддержанию собственного престижа стала ведущей и единственной, хотя вполне возможны и другие интерпретации.



*Рис. 28.* «Гиперответственная» марионетка: опорная нить прикреплена к плечам, голова неуправляема или неподвижна



*Рис. 29.* «Пленная» марионетка: опорные нити закреплены на руках, в результате кукла способна лишь ходить

Самым драматическим, если не сказать — трагическим, оказывается подвешивание марионетки на нитях, закрепленных на ее кистях (см. рис. 29). Такая кукла оказывается совершенно беспомощной, ее руки не могут принимать участия ни в каких ее инициативах - если вообще считать ее способной на инициативу. Физически она не может почти ничего, а то, что входит в это крохотное «почти», больше всего напоминает состояние пленного: поднятые вверх руки и покорный шаг. Клиенты, выбирающие такой вариант опоры своей марионетки, при котором она сдается заранее, не вступая в войну, чаще всего обнаруживают инфантильную личностную позицию, рентные установки, психосоматический вариант адаптации.

Стоит напомнить, что диагностическую значимость любой из вариантов стратегии каждого этапа приобретает только тогда, когда оказывается не просто одной из попыток, а становится длительным, фиксированным и проблемным для самого клиента состоянием марionетки.

## Плотские утхи клиента

К этапу воплощения вариабельность марionеточных параметров достигает своего апогея, и систематизировать эту изменчивость практически не представляется возможным. Однако далеко не все варианты внешнего вида куклы, пребывающей на этом этапе, одинаково значимы, поэтому я отмечу лишь наиболее часто встречающиеся и наиболее содержательные с точки зрения выражаемых ими метафор.



*Рис. 30.* «Проволочные ноги»: вариант воплощения марionетки, при котором туловище и руки обладают реальной плотью, а ноги, сделанные из проволоки и стыдливо прикрытые ниточной юбкой, остались на этапе скелета

Конечно же очень важно обратить внимание на относительные размеры отдельных частей тела и — в некоторых случаях — даже разный материал, из которого они сделаны. Не так уж редко встречаются марionетки со старательно проработанным пластилиновым туловищем и не одетыми во плоть проволочными конечностями (см. рис. 30). Как ни смотреть на подобные конструкции — со стороны ли телесно-ориентированной психотерапии или любых символических или метафорических подходов, все равно смысловое содержание достаточно очевидно, тревожно и требует терапевтической проработки.

Размер марionетки, судя по всему, не следует интерпретировать по тем же принципам, по каким исследуется рисунок человека. Важно помнить, что рисунок не обладает собственной

динамикой и готовое изображение его автору более не подвластно. Марионетка же, помимо своего внешнего облика, материализует для своего хозяина еще и своего рода социальную динамику, то есть его взаимоотношения с самим собой. Тогда легко сделать предположение, что маленькие марионетки с простым управлением, вероятно, имеют отношение к проблеме сверхконтроля, ограничения спонтанности, ипохондричности, неадекватной самооценки и т. п.

Отдельным вариантом «воплотительных» работ можно считать создание своего рода кожи, то есть изготовление «внутренностей» куклы из пластилина одного цвета, а наружного ее покрова — из другого пластилина. Такой вариант встречается не слишком часто и может рассматриваться как в рамках психосоматического подхода, так и в терминах метафорических. Всем известны идиомы «второе дно», «двойное нутро» (разумеется, для нас важным будет не этическое, а психологическое содержание описываемых феноменов) или, с другой стороны, мимикрия как метафора определенного способа защиты. В любом случае — как, впрочем, и любую другую индивидуальную особенность творческой стратегии клиента — такую модель плоти нельзя рассматривать как изолированное проявление и уж тем более делать по такому изолированному проявлению далеко идущие выводы.

Еще один фактор, который не стоит относить к малозначимым, — это одежда. В принципе марионеток можно разделить на одетых, обнаженных и условно обнаженных (см. рис. 31, 26 и 20 соответственно). Про первых все вроде бы ясно, разница же между вторыми и третьими состоит в том, что обнаженная марионетка имеет хоть какие-нибудь признаки реального обнаженного тела — проработанные гениталии, ягодицы, женскую грудь и т. п. Условно обнаженной марионетку можно считать исключительно по принципу отсутствия на ней специально



Рис. 31. «Одетая» марионетка: на подразаемающееся тело куклы надеты отдельно вылепленные одежда и обувь

сформированной одежды, но никаких указаний на то, что ее реальное тело открыто взгляду, не обнаруживается.

Фактор «одетости» можно считать весьма важным с точки зрения отношения к собственной сексуальности, удовлетворенности своей интимной жизнью — в самом широком понимании понятия «интимность», — отношения к своему телу в целом и пр. Причем вполне возможно, что в одном случае тщательная детализация обнаженной марионетки будет признаком отменной адаптации и душевного здоровья, а в другом — проявлением напряженной сексуальной неудовлетворенности и наличия значимых сексуальных фиксаций. Значимо будет и различие в детализации отдельных признаков обнаженного тела, и разница между уровнем проработки сексуальных признаков и остального тела, и соответствие облика куклы реальному облику клиента, и многие другие моменты.

При анализе одетой марионетки важно помнить об одежде как образе защиты *от чего-то* и защиты *чего-то*, и о символе определенной социальной роли, и о многих других ее значениях. Отдельной тонкостью можно считать разницу между марионеткой одетой (то есть той, одежда на которую надета после изготовления тела) и марионеткой в одежде (то есть изначально лепившейся в одежде). Уже из самого названия этих и всех предыдущих вариантов и особенностей легко понять принцип их использования в диагностических целях — особенно если не забывать о метафорической природе самой предлагаемой работы. Все эти подробности могут быть прояснены в ходе вмешательства психотерапевта в процесс создания куклы, речь о чем пойдет несколько дальше.

Мне, например, встречалась марионетка, сделанная очень красивой и очень крупной дамой средних лет, относившейся к собственной полноте и, соответственно, к собственному телу с ярким неприятием — кукла была одета в имитацию очень широкого балахона. Это воплощало традиционный принцип подбора одежды полными людьми, когда видимое одеяние представляется им предпочтительнее, чем их родное реальное тело. Другая одетая марионетка, сделанная немолодым мужчиной, открывала постороннему глазу только некоторую часть лица: у нее были длинные волосы, в свою очередь скрытые шляпой, усы, борода, рыцарский костюм, перчатки с огромными крагами, сапоги с ботфортами и даже шпага! И если хозяйка первой марионетки в итоге совершила исключительно мужественный шаг - слепила новое, более или менее реалистических габаритов тело своей кукле, то «рыцарь» категорически отказался что-либо менять в своей марионетке. Надо отметить, что размеров воинственная ма-

рионетка была очень небольших и управлялась весьма скромным количеством нитей. Голову склонять и сгибаться в поясе она не умела.

Отдельным полем для анализа являются цвета, выбираемые клиентами для изготовления марионетки. Можно не сомневаться, что кукла зеленого цвета несет в себе совершенно иные послания, иную энергетику, иные проблемные карты, нежели, скажем, кукла цвета бежевого, который при желании можно счесть и телесным. Однако это, на мой взгляд, тема для отдельного, очень сложного и серьезно-го исследования. Пока можно сказать лишь, что наиболее редким цветом для тела марионетки — исходя из моего опыта — является красный - точнее говоря, таких марионеток я не видела ни разу. За ним идут синий — три куклы в моем опыте и зеленый — около десятка. Чаще встречаются куклы, все тело которых выполнено в одном цвете, но бывают и разноцветные тела.

## Архитектурные излишества

Отдельного разговора заслуживает неизбывное стремление мастеров-куклоделов использовать в своей нелегкой работе всяческие дополнительные материалы — пластиковые мешки для мусора, скрепки, бумагу, фиксаторы. К наиболее экзотическим дополнениям можно отнести собственные волосы и чай каркаде.

Все варианты использования дополнительных материалов можно разделить на две группы. В первом случае эти материалы играют роль, в сущности, чисто декоративную. Из них могут изготавливаться волосы куклы, детали ее гардероба, в некоторых случаях — суставы и другие части тела. Наиболее колоритными в моем опыте были две марионетки. Первая из них, сотворенная, естественно, мужчиной (молодым студентом-психологом), обладала пенисом, сделанным из фиксатора. Автор куклы несказанно гордился своим созданием, охотно сообщал всем, в какой именно роли выступает фиксатор, и с достоинством добавлял при этом: «Только не надо трогать его руками». На мой робкий вопрос, почему он не воспользовался возможностью сделать гениталии из того же материала, что и всю куклу, он отреагировал крайне возмущенно: «Все будет именно так, как я сделал!».

В другой раз девушка, долго и старательно делавшая марионетку, что-то нежно шептавшая ей на ушко во время изготовления и с крайней бережностью укладывавшая ее на стол в перерывах, в какой-то момент попросила меня раздобыть для нее кнопки. Почуввав неладное,

я попыталась выяснить, как она собирается их использовать. Оказалось, что она хочет сделать из них ни много ни мало — грудь! Кнопки при этом должны были имитировать соски. При этом острия кнопок она намеревалась направить... внутрь куклы. Потребовалось очень много времени и моих тщательно завуалированных усилий, чтобы она осознала смысл планировавшегося действия и отказалась от него.

Совершенно другим смыслом наполнен другой вариант использования дополнительных материалов. Довольно часто клиенты вначале норовят сделать не столько образ собственного тела, сколько ту или иную метафору своей души (см. рис. 32, 33). Некоторые из них на этом и останавливаются, что фактически можно считать отказом от выполнения полученного задания и соответственно интерпретировать и прорабатывать, другие просто очень долго упорствуют в своем стремлении проигнорировать работу по исследованию и освоению собственного тела. Для этой цели им кажутся пригодными абсолютно любые материалы, что не меняет самую суть совершаемого в этом случае клиентом действия.

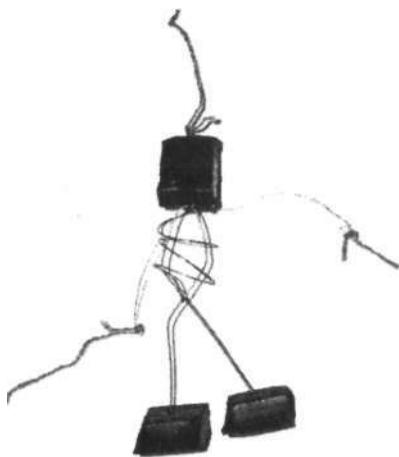


Рис. 32. «Метафора души»: марионетка, представляющая собой фактический отказ от выполнения инструкции



Рис. 33. «Дух бестелесный»: использование мешков для мусора вместо реального тела куклы. «Живой» плотью обладают лишь голова, ступни и кисти рук

## «Летающей походкой...»

Интересно, что на этапе оснащения и тем более на этапе освоения марионетки возможная вариабельность решения соответствующей задаче снова заметно снижается.

Основных стратегий в этом процессе, как уже говорилось, две — предельное усложнение системы управления и максимальное ее упрощение. При этом фиксации на первой стратегии встречаются крайне редко, поскольку, едва перейдя к задаче освоения столь чувствительной и «совершенной» куклы, человек обычно достаточно быстро отчаивается найти с ней общий язык, особенно если количество первоначально привязанных нитей превышает десяток. Тем не менее, если клиент все же продолжает упорствовать в своем намерении, терапевту следует провести своего рода дифференциальную диагностику, поскольку в зависимости от специфики всего предшествовавшего процесса такое упорство может оказаться сообщением о наличии как ригидных, так и тревожных личностных черт или акцентуаций.

По отношению ко второй стратегии лежащими на поверхности оказываются две диагностические версии: либо размеры и примитивность куклы отражают общее отношение клиента к себе самому, либо, напротив, они дают ему возможность подчеркнуть свою власть над куклой — и над собой, впрочем, — собственную значимость, безграничный самоконтроль и пр. И то, и другое будет иметь вполне определенное отношение к проблемам спонтанности, коммуникативных стратегий, самооценки, сверхконтроля, недостаточной рефлексивности, отсутствия контакта со своей эмоциональной сферой, психосоматической предрасположенности. Однако, как всегда, и здесь не все так просто, как хотелось бы. В принципе разница между мотивационными структурами и уровнями рефлексии человека, сотворившего марионетку, которая управляется десятью нитями, и человека, создавшего «трехнитевую» куклу, вроде бы очевидна. Вот только не стоит ли за этим весьма и весьма конструктивное намерение человека попытаться исследовать свои взаимоотношения с запретами и отказами, проиграть иной — по сравнению с обычным — сценарный вариант? Это, разумеется, очень легко прояснить в разговоре с клиентом.

Следующий изменчивый параметр — длина нитей, точнее, расстояние от рук будущего кукловода до самой куклы, потому что длина нитей, что совершенно понятно, оказывается разной. И здесь клиент напрямую сталкивается с физическим — а в подоплке и с психологическим — смыслом понятия «держать на коротком (или на длинном) поводке». Конечно, в применении к длине управляющих нитей

нельзя говорить о какой-то фиксированной адекватности, можно сказать лишь, что и слишком длинные нити, и слишком короткие делают марионетку малопослушной. Более того, совсем уж коротенькие нити могут даже помешать марионетке впоследствии взаимодействовать с себе подобными, потому что руки кукловода будут просто-напросто закрывать саму марионетку. Само по себе это настолько символично, что вряд ли требует дополнительного анализа.

Наиболее распространенные сложности этапа освоения связаны с подвижностью туловища, рук и ног. Обычно затруднения вызывают, как я уже говорила, попытки обеспечить подвижность всех имеющихся сочленений куклы и старания научить марионетку ходить как положено — то есть коленками вперед, а вовсе не назад, как норовили вначале пойти почти все знакомые мне марионетки. «Ножные» проблемы при этом прекрасно проецируются на глубоко изученные телесно-ориентированной психотерапией проблемы опор и страхов.

Хитрость здесь состоит в том, что девять человек из каждых десяти сначала прикрепляют нити к носкам ступней куклы — иногда это оказывается единственным прикреплением нитей к ноге (см. рис. 34). В принципе, если такой способ прикрепления быстро диагностируется клиентом в качестве причины «кузнечикового» хождения и корректируется, то это можно считать естественным ходом процесса. Если же клиент прочно, надолго и эмоционально «зависает» в этой точке, то, основываясь опять-таки на представлениях телесно-ориентированной психотерапии, можно делать довольно убедительные предположения о значимости для него «ножных» проблем — в том или ином варианте.

Таковы в общих чертах основные принципы анализа той информации, которую предос-



Рис. 34. «Марионетка-кузнечик»: управляющие движением ног нити прикреплены к носкам куклы, в результате чего она способна ходить лишь «коленками назад»

твляет в распоряжение психотерапевта клиент всем ходом процесса изготовления марионетки вместе со всей ее спецификой.

## Стратегии работы психотерапевта

### Чем меньше, тем лучше

Основным стратегическим принципом психотерапевта, работающего в рамках предлагаемой технологии, я считаю минимизацию собственной инициативы. Разумеется, на каждом из этапов действия терапевта могут быть весьма различны, однако не стоит ни на минуту забывать, что клиент пребывает в самом что ни на есть интимном процессе — процессе создания самого себя, и другой человек в этот процесс не может быть допущен иначе, чем с разрешения самого клиента. Также только с разрешения клиента возможны любые — даже самые деликатные и осторожные — прикосновения к его марионетке и уж тем более любые манипуляции с ней. Столь же категорически я убеждена в том, что надевать марионетку клиента на свои руки терапевт не имеет права ни в коем случае — даже по просьбе самого клиента. Для меня это с необходимостью вытекает из символизма самого процесса - кто может быть кукловодом и хозяином марионетки, воплощающей «Я» клиента, кроме него самого?

Сама идея предлагаемой технологии состоит в том, что цель психотерапевта в подобной работе - помочь клиенту создать адекватный в физическом отношении образ себя через образ собственной телесности. Основана эта идея на моей абсолютной уверенности в том, что создать таковой образ возможно лишь тогда, когда основные личностные проблемы разрешены или хотя бы осознаны и готовы к разрешению. Надо сказать, что эта уверенность вначале базировалась на чисто теоретическом допущении, которое впоследствии полностью подтвердилось на практике. Предварительное теоретическое допущение можно сформулировать следующим образом: имеющиеся в наличии личностные проблемы неизбежно сказываются на каждом действии человека - начиная от восприятия любой информации и заканчивая организацией целой деятельности. Разумеется, утверждение вполне банальное, но из него вытекают, на мой взгляд, не менее очевидные следствия. Во-первых, это обозначает, что и мою инструкцию клиент воспринимает с серьезными искажениями, причем искажениями, определяемыми именно характерной для него проблематикой. Во-вторых, и тот умозрительный образ будущей марионетки, который он пытается воплотить, естественным образом оказывается точно так

же искажен. В-третьих, всей этой проблематикой скорректирована (или, если хотите, модулирована) сама деятельность по воплощению этого образа. В-четвертых, сделать физически аналогичную самому себе (а значит, адекватную инструкции) марионетку клиент не сможет раньше, чем разрешит — или хотя бы конструктивно осознает — собственные проблемы. Пятое следствие оказывается весьма пессимистическим: скорее всего, большинство клиентов такую марионетку сделать так и не смогут, но они смогут хотя бы к ней приблизиться по сравнению со своим первым ее вариантом. Шестое следствие, совсем уж обобщенное, можно сформулировать так: *поставить перед клиентом любую творческую задачу и помочь ему решить ее в строгом соответствии с инструкцией* - это уже более чем терапевтическое действие; скорее всего, это уже можно считать успешной психотерапией. Более подробно речь об этом впереди, пока же мне было важно лишь обосновать ту цель, которую я готова перед собой поставить в таком варианте психотерапии.

## Клиент стоит на месте

Поскольку я предположила, что клиент будет всячески сопротивляться тому, чтобы сделать действительно похожую на него самого марионетку, то необходимо обозначить, что будет служить ему заменителями этого, казалось бы, совершенно простого действия. Иначе говоря, с какими проблемными реальностями клиента столкнется психотерапевт в условиях работы с марионетками.

Во-первых, это конечно же фиксации на том или ином этапе процесса. Некоторые фиксации могут быть отработаны клиентом самостоятельно, в результате чего он, скорее всего, получит некие важные инсайты, необходимые ему для успешного продолжения работы и для будущей адаптации в реальной жизни. Особого же внимания терапевта заслуживают те фиксации, которые оказываются для клиента фрустрирующими, с которыми ему самому разобраться не удастся. Здесь тоже следует опираться на основной принцип минимизации собственной активности, но это отнюдь не означает, что клиента стоит оставить вовсе без помощи и внимания. Наиболее продуктивными оказываются те терапевтические интервенции, которые дают клиенту возможность перенести разрешение возникшего затруднения в иную плоскость. Например, когда человек озадачен неповиновением куклы, у которой голова неподвижно соединена с неподвижным же туловищем (см. рис. 22), можно предложить ему сесть или наклониться, внимательно наблюдая за ощущениями в своем теле. Вообще говоря, апел-

ляции к реальному телу клиента почти всегда оказываются к месту, поскольку ненавязчиво возвращают человека к тому самому объективно-му критерию адекватности марионетки, который клиенту представлен в той же мере, что и терапевту. Главное, о чем следует помнить, — что этот критерий должен быть обнаружен клиентом самостоятельно, так же как и суть каждого конкретного затруднения.

## Чего не может марионетка

Естественным образом возникает вопрос «Что же можно считать затруднениями, на которых происходит (или не происходит) фиксация?» Ответ, казалось бы, совершенно прост - это любое ограничение подвижности марионетки. Однако и здесь оказывается, что все не так понятно.

Во-первых, изначально подразумевалось, что двигать, например, пальцами или губами, моргать или пожимать плечами марионетка, управляемая без помощи ваги и максимум десятью нитями, не сможет. Так почему же отказ от таких движений допустим, а отказ, скажем, от подвижности коленных суставов или способности наклонять голову крамолен?

А во-вторых, если клиента почему-либо вполне устраивает, что его кукла не способна сгибать ни руки, ни ноги, то почему это должно не устраивать терапевта?

Возможный ответ на два эти вопроса тоже не сложен, но его скорее можно отнести к разряду допущений. Ограничения наших возможностей могут относиться к категории внешних, связанных с обстоятельствами той или иной степени непреодолимости, а могут быть внутренними. Эти внутренние, в свою очередь, вполне могут быть обусловлены нашим *сознательным отказом* от каких-либо возможностей — представим себе, например, балерину, постоянно ограничивающую себя в еде и развлечениях, или истового верующего, соблюдающего наложенную на него епитимью. Другой вариант внутренних ограничений, собственно говоря, и интересует психотерапевтов — это те добровольно взятые на себя, но при этом не осознанные ограничения, которые не связаны с внешними обстоятельствами и не соответствуют никакой сознательной цели, которую бы человек сам перед собой поставил. Допущение состоит в том, что внутри пространства, ограниченного, с одной стороны, внешними обстоятельствами, а с другой — сознательно поставленной целью, человек, не отягощенный серьезными личностными проблемами, постарается обеспечить для себя

максимум возможностей. Если же этого не происходит, можно смело предполагать наличие неосознанных, то есть априори проблемных ограничений.

В тех случаях, когда перед началом изготовления марионетки человек определил для себя желательные возможности будущей куклы, у терапевта всегда есть возможность к его же, клиента, собственным намерениям. Но и в этом случае эти заранее запланированные возможности должны отвечать принципу максимальной свободы внутри реальных ограничений.

Стратегия же психотерапевта по отношению к любым ограничениям, налагаемым клиентом на подвижность или управляемость собственной марионетки, должна основываться на необходимости помочь клиенту *в точности* выполнить взятую им на себя задачу. Естественно, это не означает, что терапевт обязан быть авторитарным или даже просто настойчивым. Сначала обязательно стоит попытаться добиться того, чтобы клиент осознал это ограничение как ограничение, затем прояснить его природу, проработать все возникшие на этом пути проблемные содержания и лишь затем постараться побудить клиента снять те ограничения, которые он в итоге обозначил как необоснованные.

## Дополнительные затруднения

Следующий «класс» проблемных реальностей клиента, которые он может предъявить в ходе изготовления марионетки, встречается не так часто, как первые два. К нему можно отнести всяческие очевидные несоответствия марионетки его собственным характеристикам. Скажем, женщина делает марионетку мужского пола, или очень крупный клиент делает хрупкую, субтильную куклу, или человек наделяет марионетку очками, которых сам не носит, и т.п. Сюда же относится отсутствие тех или иных частей тела — например, далеко не все «оснащают» своих кукол ушами, не у всех марионеток есть половые органы и пр. Понятно, что каждое такое несоответствие должно быть специально прояснено и проработано — с учетом, разумеется, того, что в психотерапии всегда наиболее ценными оказываются те выводы, до которых клиент добрался самостоятельно.

По ходу собственно терапевтической работы с фиксациями, ограничениями подвижности марионетки и ее несоответствиями собственному создателю конечно же терапевт столкнется с актуализацией различных проблемных состояний клиента — психотравм, убеждений интроективного характера, привычных эмоциональных реакций, зависимостей психосоматических параллелей и пр. Нет нужды

говорить особо, что с этим делать, поскольку умение справляться со всплывающими из бессознательного содержаниями входит в «джентльменский набор» любого психотерапевта.

Отдельной проблемной реальностью клиента можно считать его стремление при создании некоторых частей тела подменить «плоть» другими материалами. Понятно, что в таком действии подспудно содержится, с одной стороны, ощущение этих частей или областей тела чуждыми (они оказываются сделанными «из другого теста») (см. рис. 33), а с другой - готовность к усвоению интроективных содержаний. С этой точки зрения мне представляется конструктивной такая позиция терапевта, которая предполагает, что в работе с метафорическими марионетками точность выполнения задания должна превалировать над красотой творческих изысков. То же самое можно отнести и к желанию клиента создать метафору себя вместо образа своего тела (см. рис. 32).

## Самое главное

Наконец, пришло время сообщить о том, что в самом начале разговора о терапевтических стратегиях я слукавила, сказав, что есть только один критерий успешного выполнения клиентом полученного задания, — он же в данном случае является и целью психотерапии, и критерием ее результативности, — это критерий физической адекватности марионетки. На самом деле есть еще один, не менее важный показатель успешности предлагаемой работы, просто он вряд ли может служить целью терапии. Речь идет о степени идентификации клиента с собственной марионеткой.

Начинать задумываться об идентификации клиента с собственным творением терапевту имеет смысл начиная с того момента, когда марионетка готова и оснащена собственной системой управления, приходит время обучать ее движению. Обычно именно тогда клиент и выясняет, что на самом деле все обстоит не так, как ему хотелось. Такая, какой она получилась, марионетка категорически отказывается двигаться в соответствии с желаниями и намерениями своего хозяина.

Строго говоря, с подобными сложностями клиент сталкивался постоянно в процессе ее создания, когда несовпадение желаемого и возможного становилось очевидным. Причем не менее очевидно было, что само это несовпадение создано собственными руками автора куклы и в принципе ими же и может быть устранено. Но что же происходит в тех случаях, когда кукла уже более или менее готова и такое противоречие не может быть разрешено безболезнен-

но для марионетки — «терапевтическим» или «эволюционным» путем? Например, у созданной куклы совершенно отсутствуют точки для прикрепления нитей, а «встраивание» последних напрямую в пластилин оказывается совершенно ненадежным. Человек встает перед необходимостью взрезать «плоть» и добраться до скелета, который затем тоже придется кардинально переделывать. Или другой вариант - скелет уже одет плотью, а клиент только сейчас осознал его неподвижность. Паллиативные меры ситуацию не спасают, и опять-таки становится очевидной неизбежность хирургического вмешательства.

Этот процесс почти всегда сопровождается сильными эмоциональными переживаниями и, значит, может восприниматься как своего рода индикаторный по отношению к отождествлению клиента с собственной марионеткой.

Обычно к тому моменту, когда кукла готова целиком (что, ясное дело, не означает, что она не будет впоследствии подвергаться каким-то трансформациям), клиент - осознанно или неосознанно - уже решил для себя, имеет ли его марионетка отношение лично к нему или нет, иначе говоря, сделал ли он *марионетку себя* или *просто марионетку*. Понятно, что даже «просто марионетка» будет информативна практически в той же мере, что и личная, и если проработать неспособность (нежелание, неготовность) клиента с ней идентифицироваться, это может быть очень терапевтично. Однако такая кукла не имеет столь богатых перспектив в плане совершения целенаправленных трансформаций, как личная, воспринимаемая клиентом как собственное воплощение.

Тем не менее, если клиент все же по тем или иным причинам (все они, разумеется, достойны внимания и последующей проработки) сделал просто марионетку и намерен ситуацию исправить, то что с этой «просто марионеткой» делать? Понятно, что ее можно просто переделать, использовать частично в следующем варианте, полностью разобрать и повторить попытку из освободившихся материалов, оставить в том виде, в каком она есть... Что выберет клиент и чего ему, может быть, нельзя позволить сделать?

Если речь идет о том, чтобы на основании логики, метафорического прозрения или какой-либо психологической теории из этих вариантов выбрать наиболее адекватный, то отвечаю: *не знаю*. Мне кажется, что вопрос о дальнейшей судьбе просто марионетки или допустимости оперативного вмешательства решает сам клиент, и на основании чего он это делает — дело сугубо интимное. Есть только одна точка в процессе такого решения, в которой, на мой взгляд,

необходимо вмешательство психотерапевта — это как раз и есть вышение степени отождествления клиента со своей марионеткой.

Можно построить некую ось, на одном конце которой будет «*просто марионетка*», а на другом — «*Я*». То есть в первом случае клиент совершит чисто эстетическое действие по уходу от контакта с самим собой, во втором — по каким-то пока неизвестным причинам он сочтет, что полностью делегировал свою жизнедеятельность и свое самосознание созданной им марионетке. Понятно, что ни тот, ни другой вариант в своем чистом виде невозможны. В первом случае, когда клиент совершил свой выбор в пользу создания чисто эстетического продукта, этот продукт неизбежно будет нести на себе отпечаток личности своего создателя, а значит, не сможет не иметь к нему отношения. Во втором же случае очевидно, что дышит, думает и чувствует все-таки сам клиент, и если какой-то злоумышленник внезапно уничтожит его куклу, вряд ли у клиента незамедлительно наступит смерть. Правда, проверять последнее утверждение на практике мне бы не хотелось.

Однажды я на одной из конференций на практике показывала метафорический вариант работы с марионетками: участники моего семинара в течение примерно двух часов пробовали сделать собственных марионеток. Понятно, что это было чисто ознакомительное действие, не имевшее никакого психотерапевтического смысла. Тем не менее, когда по окончании семинара я обсуждала с его участниками полученные ими результатами, один юноша обнаружил столь явные признаки избыточного отождествления с собственной марионеткой, что потребовалась «скорая терапевтическая помощь». От одной мысли, что он заберет куклу с собой домой, а там с ней может что-нибудь случиться, его начинала бить дрожь и на глазах выступали слезы. Из дальнейшего разговора стало ясно, что он несколько запоздало — в двадцатилетнем возрасте — начал решать проблему сепарации от родителей, и поэтому механизмы сепарации и разотождествления просто еще не были им освоены. Последовавшая затем работа состояла в том, чтобы марионетка после необходимой переделки приобрела вид не просто его самого, но его самого, каким он будет после завершения процесса обретения независимости.

Еще более драматический случай произошел с одной девушкой, чье время работы с марионеткой было ограничено чисто внешними обстоятельствами. В последний день перед окончанием ее работы на шею ее куклы «случайно» наматалась управляющая нить. Девушка впала в некоторое подобие кататонического ступора, потому что на завтра ей предстояла... операция на голосовых связках. С непод-

вижным лицом, залитым слезами, она твердила: «Наверно, это не просто так... Я завтра умру под наркозом». Понятно, что психотерапевтическая сессия в тот вечер сильно затянулась...

Некая оптимальная степень отождествления клиента со сделанной им куклой, как всегда, обязана лежать где-то в районе золотой середины между двумя крайними полюсами: с одной стороны, для успешной работы необходима определенная степень отождествления клиента с собственным творением, с другой — за неким пределом это отождествление может стать не просто диагностичным или излишним, но и просто небезопасным. Вполне естественно, скажем, что на определенном этапе работы человек уже не может небрежно бросить свою марионетку на стол, а аккуратно придержит ей головку, «чтобы она не стукнулась». Не менее распространен вариант, когда, уходя на ночь с группы, идущей в режиме дневного марафона, участники группы «укладывают своих кукол спать». Некоторые даже лепят из пластилина подушки, а одна женщина, вылепив для своей марионетки одеяло, сделала для него пододеяльник из листа бумаги.

Понятно, что при такой степени идентификации, когда перед клиентом встают вопросы о дальнейшей физической судьбе марионетки — резать или не резать? уничтожить или не уничтожить? — ему оказывается весьма и весьма несладко. Сказанное не означает, что всегда стоит оберегать клиента от хирургических операций на теле марионетки или от ее уничтожения. Бывают ситуации, когда и то, и другое оказывается совершенно оправданно, необходимо и конструктивно. В конце концов, оперативное вмешательство по отношению к марионетке, с которой клиент готов отождествиться, напоминает ему о неизбежности в некоторых случаях крутых жизненных поворотов и кардинальных изменений. Бесспорным мне представляется то, что *нельзя уничтожать* марионетку, которую клиент может с уверенностью назвать реальным образом себя. И дело не только в психологической опасности такого действия. Дело в том, что это действие абсолютно нереалистично с точки зрения решения каких бы то ни было проблем, кроме проблемы поиска конкретного способа ухода из жизни.

Правда, в большинстве случаев такие «суицидальные» намерения клиент и сам вовсе не собирается доводить до конца. Одна девушка с весьма проблемной биографией, сотворив свою марионетку относительно адекватной физически, внезапно сделала из нее подобие святого Себастьяна: кукла оказалась утыкана обрезками проволоки, как подушечка для иглолок. Я — весьма, впрочем, рискованно —

предложила ей вместо того, чтобы так мучить собственное подобие, просто сразу выкинуть его в окно. Долго и мучительно плача над куклой, девушка так и не смогла ее выбросить, фактически разрешив для себя (по крайней мере, на тот момент) проблему суицидальной готовности.

Зато другая девушка, — единственный, кстати, в моей практике случай, когда марионетку чисто из любопытства делал вполне гармоничный и душевно спокойный человек! — начав изготовление куклы с точного плана скелета и очень быстро создав весьма реалистичную марионетку с экономной и эффективной системой управляющих нитей, не более пяти минут «понянулась» с готовой фигуркой и рассталась с ней без малейших признаков тревоги или волнения. Видимо, это и есть тот оптимальный вариант выполнения задания изготовления метафорической марионетки, который в нашей реальной практике практически недостижим, — иначе зачем бы такому человеку называть себя клиентом и платить деньги психотерапевту?!

Второе бесспорное для меня положение, связанное с проблемой отождествления, состоит в том, что излишнее отождествление совершенно необходимо специально прорабатывать и уж, конечно, нельзя отпускать человека в состоянии избыточного родства с собственной марионеткой! Не меньше, впрочем, нуждается в прицельной работе и ситуация, когда клиент отрицает какую бы то ни было свою связь с куклой — вероятнее всего, это демонстрация, носящая чисто защитный характер.

Одним словом, «экологическая» проверка на предмет разотождествления клиента с готовой куклой должна быть самым тщательным образом проведена, все границы должны быть выстроены и грамотно защищены, все эмоциональные зависимости от дела рук своих обязаны найти свое разрешение.

## Задачи и средства

Подводя итог всему сказанному выше, можно считать, что основной целью психотерапевта при метафорическом варианте работы с марионеткой является создание клиентом максимально реалистической (в пределах, разумеется, имеющихся у него возможностей) марионетки, обладающей максимально достижимым (в тех же пределах) количеством степеней свободы и становящейся по окончании работы минимально ценной для своего создателя.

При достижении этой цели перед терапевтом могут встать следующие задачи:

- диагностика реальной проблемной парадигмы клиента и ее актуальной представленности в марионетке;
- помощь клиенту в осознании различий между устройством своей марионетки и устройством собственного тела;
- помощь в осознании зависимости ограничений возможностей марионетки от ее конструкции;
- создание таких ситуаций взаимодействия клиента или терапевта с марионеткой, или взаимодействия между марионетками, чтобы все имеющиеся неадекватности и ограничения оказались очевидными;
- вмешательство в ситуациях фиксации клиента на отдельных этапах процесса, связанных с актуализацией тех или иных защитных механизмов;
- терапевтическая проработка актуализирующихся в такой работе психотравм, интроекции, зависимостей и прочих проблемных феноменов;
- контроль за процессами отождествления и разотождествления клиента с марионеткой;
- обеспечение максимальной безопасности клиентской работы.

## Немаловажные подробности

К вопросам стратегии психотерапевта можно отнести и соотношение между эффективностью групповой и индивидуальной работы, и длительность терапии, и некоторые иные организационные моменты. В принципе, конечно, возможны самые разные решения, я могу лишь сказать, как сама решаю эти вопросы.

Мне представляется, что работать в предлагаемом режиме вполне возможно и индивидуально, и с группой, — необходимо лишь учитывать определенную специфику в каждом из этих случаев.

Групповой способ работы предполагает большую по сравнению с индивидуальной изолированность, интимность и самостоятельность каждого клиента, поэтому в группе можно позволить себе использовать только непосредственную работу с марионетками. Задачи психотерапевта по отношению к каждому из членов группы в этом случае будут определяться только той информацией, которая может быть получена из взаимодействия клиента со своей куклой «здесь и теперь», хотя и эта информация может оказаться сколь угодно глубокой и объемной. Главное достоинство такой работы — возможность сравнения своей марионетки с другими и осознание посредством этого сравнения различных ее несообразностей. Главный ее недостаток — неспособность терапевта уделить каждому из участников

группы столько времени, сколько заслуживает столь глубокий вариант работы.

Групповая работа с использованием марионеток может иметь два временных формата, т. е. проводиться в режиме марафона или долгосрочной терапевтической группы. В первом случае желательная длительность работы составляет не менее трех дней, во втором — определяется, исходя из наличной ситуации. В среднем это два-три месяца еженедельных встреч.

Индивидуальный же вариант работы, в свою очередь, дает возможность прицельной и углубленной терапевтической деятельности, при которой вполне допустимы длительные отходы от работы с марионеткой в сторону любых других методов. В этом случае работа с марионеткой, периодически возобновляемая, является, с одной стороны, неиссякаемым диагностическим источником, а с другой — индикатором реальных изменений, происходящих с клиентом. Кроме того, марионетка оказывается дополнительной возможностью усиления эмоциональной включенности клиента в терапевтический процесс.

Проблемы оформления процесса — в том числе и музыкального — тесно связаны с определенным мистическим колоритом, присущим марионетке по целому ряду причин, о которых мы достаточно подробно говорили в первой части книги. Конечно, только личная позиция психотерапевта может помочь ему решить, будет ли он апеллировать к магическому прошлому марионетки или нет. Для меня, например, достаточно важен антураж столь значимого и сокровенного процесса, и я позаботилась об определенном единообразии «реквизита», хотя придать мистическую утонченность набору инструментов, моткам проволоки и коробкам пластилина — дело не самое простое. Пусть кому-то повезет на этом пути больше.

Тесно связан с названными проблемами и вопрос использования музыки для сопровождения процесса. Здесь имеется очень широкий диапазон возможных ответов — от полного неприятия до создания специальной музыкальной программы. Причем оправданным может быть любой из этих вариантов. С одной стороны, музыка является материалом, настолько насыщенным эмоциональным содержанием — причем содержанием, чье воздействие минует контроль сознания и потому практически не поддается контролю, — что подобрать произведения, хоть сколько-нибудь конгруэнтные содержанию самого процесса, кажется весьма и весьма проблематичным — если вообще возможным. С другой стороны, в случае удачи эффект может быть усилен многократно.

## Глава 8. ЧТО ЖЕ У НАС ПОЛУЧИЛОСЬ?

### Механизмы действия архетипической марионетки

#### Символ и метафора

Если уж говорить о механизмах эффективности работы с архетипической марионеткой, то было бы для начала неплохо разобраться, чем эта марионетка является для клиента, ее изготовившего. И вот тут-то, на мой взгляд, и выплывает наружу вся суть различия двух предлагаемых вниманию читателя методик. Дело в том, что та марионетка, которую я предлагаю сделать своим клиентам, то есть марионетка, никоим образом не воплощающая их физическую реальность, но зато тесно связанная с самыми древними корнями нашего восприятия, является, скорее всего, не метафорой, а символом чего-то, что происходит с человеком на самом что ни на есть глубинном уровне. Попробуем разобраться, в чем же здесь основное различие.

Слово «символ» переводится с греческого как «сокращение, перечень, полная картина, сущность в немногих словах или знаках» (21). Метафора же для греков обозначала «перенесение», а для нас - перенесение свойств одного предмета (явления) на другой на основании признака, общего или сходного для обоих сопоставляемых членов (22). Очевидно, что метафора — это сравнение двух равнозначных предметов, символ же скорее можно считать неким понятием, стоящим над целым полем других понятий, низших или меньших по отношению к символу.

Метафора в своем философском значении — это своего рода поиск сущности через аналогию или противопоставление. Отсюда следует, что более или менее точных метафор одного и того же предмета или явления может быть бесчисленное множество, символ же в конечном счете всегда один — как нечто объединяющее, завершающее, обозначающее все эти метафоры. Возможно, наиболее точная и общая метафора с течением весьма длительного времени становится всеобщей, то есть символом.

Представим себе, что я прошу клиента нарисовать символ того, что с ним в его проблемной ситуации происходит. На самом деле это означает, что я фактически прошу его показать мне сущность, некий высший смысл происходящего. Скорее всего, он просто не сможет этого сделать или вообще меня не поймет, но даже если и попытается, то в результате всех его трудов праведных получит всего лишь метафору, а не символ. Ведь именно сущность испытываемого им страдания и является для него камнем преткновения на пути выхода из жизненного тупика. Если же мы с ним не остановимся на одной метафоре, а постараемся найти единое поле метафор его проблемной ситуации, то, возможно, в конце концов нам и удастся вычленивать нечто общее в них. Это и будет сущностью явления, то есть тем самым искомым символом.

Поскольку работа с символами, скорее всего, вообще не может быть до конца осознаваемой, то в принципе допустим некоторый уровень предположительности в осмыслении самого понятия «символ». Именно так и следует рассматривать следующее мое построение на тему разницы между символом и метафорой, а значит, и между архетипической марионеткой и метафорической.

Итак, позволю себе сделать предположение некоторой, для меня самой неясной степени вероятности: вопрос «Кто я?» отсылает человека, пытающегося на него ответить, на уровень метафор, вопрос же «Что я?» адресован уровню символов. Если попросить человека нарисовать символ, отвечающий на вопрос «Что я есть?», то, скорее всего, будет изображена некая условная фигурка, которая понятна во все времена всем без исключения. Эта всеобщая понятность будет основана — в большинстве случаев абсолютно неосознанно — на апелляции к одинаковости нашего анатомического строения. Нарисовать же символический ответ на вопрос «Кто я?» значительно труднее, так как с этой точки зрения представляет интерес не то, что у нас есть всеобщего и одинакового, а, наоборот, то, что отличает каждого из нас от других, делает меня именно мною, индивидуальностью, вообще, кем-то определенным. Ответ на такой вопрос быть единичным — а значит, и выражаться одним-единственным символом — просто не может. Любой из нас сможет дать лишь некоторое множество ответов, каждый из которых — уже в силу своей множественности — будет являться не символом, а метафорой. При таком понимании символа и метафоры архетипическая марионетка и будет являться тем самым символом, отвечающим на вопрос «Что я есть?». На этом уровне тело в своей особенности и детальности не важно, мы, не отвлекаясь на подобные мелочи, сразу идем внутрь, на непости-

жимые для сознания глубины. Там, на этих глубинах, мы имеем дело с *сущностью* — той самой сущностью, которая, какой бы ни была, просто не способна быть «не такой», — на то она и сущность, чтобы не быть ни плохой, ни хорошей. Сотворяя зрительно реальный символ этой сущности в виде марионетки, человек, минуя осознание этого таинства, получает к ней самый что ни на есть прямой доступ. А поскольку сущность неделима, то доступ человек получает к ней целиком, будучи в состоянии что-то - разумеется, лишь то, что она позволяет, — с нею проделывать. Видимо, отсюда вытекает и приписывание марионетке ее магических свойств - целостность не поддается анализу, происходящее с целым никогда не может быть доступно и понятно полностью, и вследствие своей непостижимости оно и назначается волшебным.

### Что воплощает марионетка

Наше допущение о том, что, работая с марионеткой, мы имеем дело с самыми что ни на есть бессознательными глубинами, следует из самого названия архетипической марионетки. По той же причине легко понять, что предположения о возможных механизмах эффективности такой работы — это действительно лишь предположения. В этой области у меня вообще гораздо больше вопросов и домыслов, нежели четких представлений и убеждений. Однако коль скоро предлагаемая технология работает, что подтверждается не одним годом ее применения, то должно же быть этому какое-то обоснование! И в качестве такового я предлагаю допустить, что фактически работа с использованием подобного варианта марионетки может идти на двух различных уровнях — это работа либо с наиболее значимыми для клиента в его сегодняшней ситуации субличностями, либо с некими экзотическими «гибридами» — назовем их архетипическими субличностями, то есть субличностями более глубокого уровня коллективного бессознательного.

Если исходить из этого предположения, то становится ясно, почему марионетку невозможно уничтожить (любой, кто пытался это проделать, знает — просто нельзя, и все, и нет тому логических обоснований!), что она управляема лишь до определенной степени, что у нее есть степени собственной свободы, куда нет доступа рукам и желаниям клиента, и — это, возможно, и есть самое важное — что ее всегда можно изменить. При этом даже небольшое внешнее изменение куклы может привести к принципиальному изменению в ее жизни, поведении, отношении к миру, к себе и к другим. Все эти особен-

ности архетипической марионетки естественным образом связаны с природой того, что мы называем «субличностью» (23).

Кроме всего вышеперечисленного, контакт с любой из собственных субличностей дает еще и ощущение, понимание, осознание человеком того факта, что в нем живет нечто, не подчиняющееся его разуму и пониманию. Это «нечто» не может быть рассмотрено в параметрах «хорошо - плохо», а значит, не может быть оценено. Хочет он или не хочет, человек вынужден такое «нечто» (то есть субличность в лице марионетки) принимать. Обычно в психотерапии такое безусловное принятие является прерогативой терапевта. Здесь же в роли терапевта, понимающего и принимающего, оказывается сам клиент.

По сути дела, вся работа с марионеткой построена именно на этом понимании и принятии: во мне нет ничего лишнего и уж тем более подлежащего уничтожению, нет ничего, что было бы очень страшным — ведь страшно лишь то, чего я пока не знаю, — а на самом-то деле я красивый, умный, сильный, благородный, честный и т. п. Я уверена, что, за редким исключением, каждый человек, независимо от того, что он сам про себя при этом говорит, живет с этим пониманием, только оно может быть почти недостижимо глубоко запрятано. Человек способен не принимать себя на сознательном уровне, реже - на самых верхних уровнях личного бессознательного, но он всегда принимает себя на более глубинных уровнях. Если же это не так, то совершенно непонятным становится, что же тогда привело его к терапевту или консультанту, какая и в чем ему нужна помощь? Ведь для истинно не принимающего себя человека все его беды и страдания есть абсолютно логичное и единственно возможное следствие его никчемности и полной априорной ущербности — что же с этим может поделать кто бы то ни было?!

Таким образом, получается, что, работая с архетипической марионеткой, человек оказывается на том уровне, где принятие себя, своей самооценки и самодостаточности оказывается неизбежным, что в принципе и можно считать первым психологическим механизмом эффективности подобной работы. Я думаю, нет необходимости объяснять, что человек, который начал понимать и безоценочно принимать самого себя, по большому счету в помощи терапевта уже не нуждается.

Наряду с первым посланием из собственного бессознательного неизбежно возникает и второе: человек понимает, что, оказывается, он до некоторой (возможно, вполне достаточной) степени способен этим внутренним содержанием управлять, выстраивать с этим содер-

жанием партнерские отношения — или, по крайней мере, взаимодействие с марионеткой дает ему шанс поучиться это делать. Если ему это удастся (а за него, ясное дело, никто этого сделать не может), то еще одна большая часть его внутреннего мира оказывается пригодной для комфортного проживания и грамотного практического использования. Марионетка же при этом помогает сделать процесс освоения этих новых личностных территорий реальным, зримым, вещественным. Когда клиент действует в собственном мире от лица своей марионетки, происходит принятие им ответственности за себя самого, что, собственно, и является основной целью любой психотерапии. Тут-то и становится понятным трепетное отношение каждого клиента к своей марионетке и нежелание доверять ее чужим рукам.

Третьим механизмом эффективности работы с архетипической марионеткой для клиента можно считать саму возможность его контакта как с отрицательными, так и с положительными сторонами некоей живущей в нем сущности, который развивает (или формирует) неоднозначность восприятия человеком собственного внутреннего мира. Такая плюралистичность восприятия, мышления, чувств и является основой креативности, так необходимой в реальной жизни. В подобном контакте клиент получает совершенно ясное и наглядное послание: все можно изменить, надо только постараться посмотреть на происходящее с необычного ракурса (в нашем случае — сверху и извне). Иначе можно сказать, что, работая с марионеткой, человек переходит с уровня Маски (идентификация себя с ограниченной частью себя, своей личности) на уровень экзистенциальный (идентификация себя с миром).

### Я и есть моя кукла?..

Все перечисленное становится возможным в результате временно-го слияния клиента с куклой, существующего на сознательном уровне до тех пор, пока идет непосредственная работа с нею. Затем эта идентификация уходит вглубь, на бессознательные уровни, и начинает изменять установки и ценности клиента, а следовательно, и его поведенческие паттерны. Таким образом, человек с помощью механизма идентификации с куклой переносит себя в иное пространство и время, что приводит к созданию, осознанию и усвоению иных, ранее недоступных ему личностных смыслов. Кстати, а зачем ему это делать?

Для ответа на этот вопрос нам важно определить, что здоровый человек — это человек, который не отрицает у себя того, что не вли-

сывается в идеальный образ, а приспособливает все «иное» в себе к реальному существованию в мире и в обществе. Идеал есть всегда, но идеальный образ, во-первых, недостижим, а во-вторых, чаще всего порождается социумом для достижения своих целей. Цели же индивида далеко не всегда совпадают с интересами социума. Например, во все времена существовала мода на определенные стандарты фигуры. В результате сопоставления индивидуальных параметров собственного габитуса, вполне возможно весьма далеких от модных форм, с бытующими в данный момент времени общественными стандартами у человека возникала необходимость выбора — попытаться сделать свое тело идеальным, то есть соответствующим идеалу общества, или существовать - и желательно счастливо — со своей реальной телесностью. Первый вариант по определению воплощает невротическую модель социальной адаптации, второй может стать вполне адекватным и здоровым. Идеальный образ, как некая путеводная звезда, всего лишь указывает человеку путь, пролегающий по грешной земле, и идти по этому земному пути ему уже предстоит с той реальностью, которая дана от рождения.

Так и работа с марионеткой может быть своеобразным исследованием неких идеальных построений, которые «заземлены» самим обликом куклы — реальным, осязаемым, способным к физической трансформации. Марионетка в таком исследовании, будучи одновременно идеальной и реальной, овеществляет еще одно послание своему творцу: ты не должен ничего в себе отчуждать; со всем в себе можно примириться — и впоследствии использовать. Это примирение происходит не на уровне «индивид и социум», что было бы куда проще и куда менее действенно, а на уровне «индивид и его бессознательное», причем происходит во вполне реальном физическом плане. Внимание человека обращается на безграничные возможности и ресурсы, находящиеся в нем самом, а не где-то вовне. Доступ к таким ресурсам дает *любому человеку* чувство глубинной детской радости, удивления и восхищения, когда не обязательно понимать, что именно тебя радует, а можно просто радоваться!

При этом для меня оказывается очень важным, что идентификация с марионеткой не может стать патологическим слиянием именно потому, что кукла существует отдельно в физическом пространстве. Это очень важно, так как недостаточная идентификация с куклой просто не даст необходимого терапевтического эффекта (хотя надо отметить, что я такого еще ни разу не встретила), а излишняя идентификация как раз и становится слиянием, которое, несомненно, вредит клиенту и может оказаться очень опасным.

Подытоживая все сказанное, можно сказать, что работа с марионеткой дает возможность принять на себя ответственность, развить креативность, получить доступ к глубинным психическим ресурсам, используя механизмы идентификации, осознания (что, надо сказать, происходит далеко не всегда и далеко не всегда же оказывается обязательным), примирения, принятия.

## **Механизмы действия метафорической марионетки**

А что, собственно, происходит?

Теперь, после очень краткого описания некоторых сторон предлагаемого способа психотерапевтического использования марионеток, стоит подвести некоторые итоги, с тем чтобы понять, на что я рассчитываю и к каким психическим механизмам апеллирую, предлагая именно такой вариант работы.

Первым вопросом, на который необходимо ответить, будет вопрос о том, что же на самом деле делает клиент, изготавливая собственную марионетку в соответствии с полученной инструкцией?

Понятно, что он не делает модель собственного тела, — иначе у психически здорового человека с более или менее адекватным восприятием просто не могли бы возникнуть никакие отклонения от реальной телесной конструкции, кроме промежуточных, вполне осознанных и обусловленных несовершенством его скульптурного и инженерного таланта. С другой стороны, в соответствии с собственной задачей психотерапевт всячески препятствует ему в возможных попытках создать метафору, символ или художественный образ себя, упорно предлагая некий относительно объективный критерий устройства будущей марионетки. Тогда что же все-таки он делает?

Ясно, что никакие интроспективные ответы на этот вопрос не помогут нам приблизиться к пониманию истинной сути процесса, поскольку при всей своей понятности и общеупотребительности термин «образ Я» неизбежно будет структурирован каждым отвечающим и посему принципиально несравним со всеми прочими ответами на этот вопрос. Мы можем только с большей или меньшей достоверностью предположить, что является психологическим содержанием предлагаемого клиенту процесса.

Попробую предположить, что никакая психотерапия не имеет права изначально ставить перед собой задачу приведения целей, по-

лагаемых себе клиентом, к некоему *конкретному изменению* — в ее компетенцию может входить только задача помощи клиенту в их *осознании*. Вероятно, в результате этого осознания и произойдет определенная оценка и переосмысление целей клиентом, но допустить такую возможность - и признать ее необходимость — вправе только он сам, и уж тем более только он сам вправе инициировать и структурировать эту работу.

Заранее определенные реконструктивные задачи психотерапия может ставить перед собой только в отношении средств — в широком смысле этого понятия, — используемых клиентом в его деятельности и жизнедеятельности. При этом под средствами понимается отнюдь не набор конкретных поведенческих паттернов, алгоритмов и стереотипов, а способ установления неких общих исходных оснований между ним и окружающим его миром. С этой точки зрения тело человека и является *средством*, а конкретное тело во всей его специфике, обусловленной предыдущим личностным развитием, отражает специфичность этого *средства*, с которой, в сущности, и имеет дело психотерапевт.

Здесь мне кажется чрезвычайно важным сформулировать некое базовое утверждение: тело в своей естественной, природной структуре устроено таким образом, чтобы быть в состоянии предоставить средства для достижения любых целей человеку, таким телом обладающим. Иначе говоря, гармоничное тело в принципе способно удовлетворить любые потребности, которые у него и населяющей его души могут возникнуть. Впрочем, тело, приспособленное к невротическому существованию, также обеспечивает невротика удовлетворение его специфических невротических потребностей за счет потребностей истинных, на удовлетворение которых оно уже оказывается не способным.

Проще говоря, делая марионетку, клиент делает не тело как физический предмет, а свое видение *способа существования* в окружающем мире. Факт же игнорирования им смысла, духа и буквы полученной инструкции как раз и свидетельствует о том, что его ограничение восприятия собственного тела обусловлено невротической — или проблемной — ограниченностью его способа существования. Или, иначе, реальные телесные ограничения клиента являются точной моделью его личностных ограничений. Проблемная модель едина, поскольку она есть способ существования человека в мире. Загипсованная нога налагает вполне однотипные ограничения на любую деятельность травмированного человека, в которой эта нога должна использоваться. Человек в каждый конкретный момент времени не может суще-

ствовать иначе, чем существует, и способ этого существования жестко модулирован всей целостной системой ограничений.

## С чем и как клиент работает

Чтобы перейти от сформулированных выше идеологических оснований предлагаемой технологии к попытке описания конкретных психологических механизмов ее действия, нужно организовать все перечисленные этапы процесса создания марионетки в две качественно различные «эры» этого действия - назовем их условно конструкторской и технологической. Конструкторская эра проходит под девизом «Я себя создаю» и включает в себя этапы паники, памятника, каркаса, скелета и воплощения. Эра технологическая обозначена гипотетическим девизом «Я учусь собою быть» и состоит из этапов оснащения, освоения и трансформации. Чем же принципиально отличаются друг от друга эти эры?

Конструкция — это «устройство, взаимное расположение частей (от лат. «constructio» — составление, построение)». Если же заглянуть в определение понятия «схема», то мы увидим, что это — «чертеж, на котором условными графическими обозначениями показаны составные части... и соединения или связи между ними (от греч. «schema» — наружный вид, форма)» (23). Такое соответствие мне представляется вполне достаточным, чтобы конструкцию марионетки, созданной клиентом, считать моделью его субъективной схемы тела. В эту схему будет входить внутреннее и внешнее устройство куклы, т. е. то, что полностью определяет ее статику и обуславливает специфическую динамику. При этом, как следует из принципа единства проблемной модели средств клиента, все будущие возможности марионетки в ее конструкции будут в свернутом виде содержаться. Если снова поддаться пагубной страсти проводить параллели, то можно сказать, что конструкция куклы определит всю систему ее потенциальной энергетики. Таким образом, конструкцию, а значит, и схему тела клиента можно определить как совокупность возможностей, средств, функций, организующих внутреннюю энергетика куклы. Впрочем, мне думается, что это же определение вполне приложимо и к ее прототипу. Можно сказать, что конструкция созданной марионетки отражает неосознаваемое представление клиента о том, как должно функционировать его тело, чтобы удовлетворять всему комплексу его требований к самому себе.

Вступая в технологическую эру и получая подвижность, кукла обретает собственную активность, то есть желания, потребности,

мотивы... Потенциальная энергия превращается в кинетическую, и способ движения марионетки становится соотносимым с целью (в нашем случае — с целью кукловода, он же, как известно, и прототип куклы) в отличие от конструкции, соотношенной со средствами. Но уже на заре технологической эры клиент со всей неизбежностью обнаруживает, что технологические возможности — и невозможности — его куклы оказываются совершенно неразрывно связаны с ее конструктивными особенностями. В итоге через неадекватность технологических возможностей куклы клиент имеет возможность осознать неадекватность ее конструкции и привести ее в соответствие со своей исходной реальной телесной конструкцией. При этом если в реальной жизни осознание клиентом своей телесной и эмоциональной ограниченности определено рамками этой самой ограниченности, то марионетка, будучи сделана из вполне пластичного материала, дает ему возможность осуществить на практике разотождествление своих исходных, природой данных средств со своими же невротическими фиксированными целями.

## Как работает трансформация метафоры

На протяжении всего времени, пока складывался мой опыт работы с марионетками, меня интересовал один и тот же вопрос: что происходит, когда клиент *перedefыивает* марионетку, и почему я так уверена, что это действие имеет хоть какой-то психотерапевтический эффект? Иначе говоря, если уж мы заранее приняли, что трансформация клиентом метафоры, имеющей к нему отношение, получает некоторую - неопределенную — проекцию в его реальном состоянии, то каким образом это происходит?

Очень важной с этой точки зрения для меня оказалась одна терапевтическая сессия, не имевшая никакого отношения к марионеткам. У клиентки, с которой я работала уже достаточно долгое время, основной проблемой являлась проблема границ. Я решила использовать своего рода демонстрационную метафору, чтобы обнаружить для нее эту проблему, и предложила ей решить очень простую задачу. Девушка должна была найти способ поместить ложку дегтя в бочку меда таким образом, чтобы вкус меда не испортился. Я собиралась всего лишь показать ей, что происходит в ее жизни из-за отсутствия разграничения «Я — окружающий мир» и что необходимо сделать, чтобы все эти неполадки устранить. И вдруг обнаружилось, что она не может решить эту задачу! Ей потребовалось более сорока минут, чтобы додуматься поместить деготь в закрытую емкость, т. е. создать

границы между ним и медом. В решении задачи необходимо было использовать принцип выстраивания границ, который в ее средствах жизнедеятельности отсутствовал или, скорее, пребывал в неразвитом состоянии. Потому, потратив столько времени, она решила вместо демонстрационной терапевтической задачу.

Этот пример стал для меня наиболее наглядной иллюстрацией того, что каждый человек имеет не средства, а модель опосредствования собственной жизнедеятельности. Эта модель функционирует как система ограничений, сформированных всем ходом личностного развития каждого отдельного человека. Если рассматривать все имеющиеся в человеческом наличии возможности — физические, физиологические, когнитивные, то конкретная модель опосредствования ограничивает каждую из них в соответствии с собственной конфигурацией. Можно сказать, что во всех своих проявлениях человек ограничен вполне определенным образом — т. е. в одной и той же мере и с одних и тех же сторон. Очевидно при этом, что такая модель конечно же не является статичной, а постоянно корректируется.

Поскольку мы предположили, что ограничения, предусмотренные моделью опосредствования, накладывают свой единообразный отпечаток на каждое проявление человека, то, с одной стороны, преодоление этих ограничений одним и тем же образом затруднено в любом действии, а с другой — такое преодоление, будучи все-таки осуществлено в одном действии, изменяет всю целостную модель. Видимо, на этом и основано действие механизма трансформации метафоры - и, разумеется, эффективность предлагаемого варианта работы с марионетками. Создание марионетки оказывается достаточно прозрачной метафорой, осуществить малейшее преобразование которой клиент окажется способен не раньше чем проработает ограничение, породившее специфику трансформируемого фрагмента.

## **Показания и безопасность в работе с архетипической марионеткой**

### **Показано всем?**

Поскольку наши совместные попытки найти «коллег по марионеткам» практически ни к чему не привели, нам приходится ориентироваться исключительно на собственный опыт и совершать собственные ошибки. Поэтому любые заявления по поводу показаний и противопоказаний предлагаемых технологий на самом деле пока

еще являются проверяемыми предположениями. У нас пока еще просто недостаточно опыта для уверенных и статистически обоснованных утверждений. Тем не менее некоторые предварительные выводы сделать все же возможно.

Поначалу мне казалось, например, очевидным, что глубинная работа должна быть противопоказана при эндогенных психических заболеваниях. Однако и это не является, как показал опыт, абсолютным: при определенной стабильности состояния в данный момент (отсутствие бреда и т. п.) марионетка как раз и может помочь терапевту вывести клиента на тот уровень, где болезни не может существовать в принципе, где пациент получает доступ к ресурсам, где возможно общение с ним, а следовательно — и определенные трансформации.

Весьма успешной оказалась, например, работа с марионетками, которые изображали «голоса» двадцативосьмилетней пациентки психиатрического стационара Ирины (надо отметить, что терапия проводилась под постоянным наблюдением психиатра). В начале сеанса я предложила сделать куклу, воплощавшую только один голос, который постоянно угрожал пациентке и порождал суицидальные мысли. Важно, что в этом случае я сразу же подробно объяснила технику изготовления куклы, значительно снизив возможную тревогу за счет почти полного исключения предварительной неопределенности. Пациентке были предложены лоскутки, нити, вата, различные дополнительные материалы (пуговицы, пряжки, бусы, тесьма), гуашь.

Пациентка сразу заявила, что хочет сделать кукол, изображающих все три голоса, потому что ей «очень плохо, когда между ними склоки». Сначала она очень долго думала, с какой куклы начать работу, затем решительно выбрала «самый зловредный голос» и довольно быстро сделала его марионетку. Кукла получилась полностью черной, лицо ее также было закрыто черной тряпкой — было сказано, что «тела у нее нет и лица тоже нет». Интересно, что делать руки пациентка отказалась вообще, пояснив, что «они ей совершенно не нужны». Фактически кукла управлялась единственной нитью, прикрепленной к голове, и поэтому была в состоянии выполнять лишь самые простые и понятные действия — перемещения вверх, вниз и в стороны, а также движение в одной плоскости. Перед началом изготовления куклы пациентка сказала, что «это будет сама смерть», однако уже в процессе изготовления появилось новое имя — Пустота. Почти сразу кукла перестала пугать пациентку, наоборот, марионетка по имени Пустота стала вызывать сострадание, желание помочь ей, потому что «ей очень одиноко и жить негде, оттого она меня и пугает».

Вторая кукла тоже была сделана быстро; она получилась разноцветной с преобладанием красного цвета. У этой марионетки лицо ничем не закрывалось, но просто не было нарисовано. Эту куклу звали Страх, и ее конструкция уже оказалась куда сложнее — ей понадобились руки и ноги, которые были просто пришиты к подолу платья. В процессе изготовления пациентка все время разговаривала с марионеткой, уговаривала ее «не бояться», потому что «я тебе помогу» и вообще явно относилась к ней с нежностью и покровительством.

Третья кукла делалась дольше всего и потребовала от своей создательницы максимальной фантазии и поиска. Она почти до самого окончания работы не имела имени («пока я не знаю, как тебя зовут, потом посмотрим, на кого ты будешь похожа»). Преобладающим цветом одеяния вначале был зеленый, затем он сменился на красный. Кукла была самой большой из трех, у нее было «тело», для чего пациентке пришлось изобрести сложный способ набивания чулка ватой и пришивания «тела» к «голове». С чисто технической точки зрения это было весьма не просто. Все время, пока кукла делалась, пациентка проговаривала вслух все возникающие затруднения: «С головой все понятно, а вот как тело держится, за что?», «Голова самая главная, за нее и будем держаться». Имя возникло только после моего вопроса, и ответ был прост до гениальности: «Ирина, а как же еще?»

Все три куклы были сделаны в течение одного полуторачасового сеанса, причем в течение всей предшествовавшей описываемому сеансу терапии пациентка очень быстро уставала, и обычно мы не работали больше сорока—пятидесяти минут. После окончания сеанса Ирина попросила, чтобы куклы пока пожили в кабинете, но на следующей встрече сама сняла их и предложила устроить между ними беседу. Я должна была все время держать куклу-Ирину, но не говорить за нее. Чтобы не приводить весьма обширную стенограмму последовавшей беседы, я скажу только, что результатом было «излечение» куклы-Страха, построение «собственного дома для Пустоты», где ей стало спокойно, уютно и вообще очень хорошо, потому что «она теперь там живет себе, поживает, никого не трогает». Кукла Ирина, которая, как мне кажется, олицетворяла именно здоровую, сохранную часть личности, заняла по отношению к двум другим некую родительскую позицию (вспомним, что она с самого начала была самой большой), на протяжении всего разговора давала им всевозможные разъяснения и советы, очень часто произносила просто-таки сакральный текст: «Я ведь вас все равно люблю».

Вся дальнейшая работа продолжалась пять сеансов, во время которых я практически не вмешивалась в происходящее. В результате остался один голос, который звали Ирина, остальные «куда-то ушли». Для меня так и осталось нерешенным, надо ли было стремиться к «уходу» и этого голоса. Но, во-первых, я до сих пор не знаю, как это можно было бы сделать, а во-вторых, мне он показался чрезвычайно важным и ресурсным, неким «внутренним помощником» пациентки. Думаю, что мои попытки отправить куда-нибудь куклу-Ирину просто ни к чему бы не привели.

Я привела эту историю как иллюстрацию того, что абсолютных запретов, видимо, не существует. Подобных случаев у меня было совсем мало — всего три, но все же я рискнула сделать некоторые выводы и теперь не считаю наличие даже выраженной душевной патологии — при условии, разумеется, возможности контакта с пациентом — препятствием к использованию марионеток.

Как мне кажется, куда более бесспорным противопоказанием к такой работе является сильная метафизическая интоксикация у клиента. В этом случае марионетка может лишь усилить интоксикацию, так как клиент будет нагружать куклу излишними магическими свойствами, что никак не сможет способствовать его заземлению и только усугубит ситуацию. Есть в таких случаях и риск возникновения своеобразной фетишизации куклы, что также не может быть полезным.

Другим относительно очевидным ограничением при работе с марионетками — как, впрочем, и при любой глубинной психотерапии — может стать одновременное применение клиентом фармацевтических средств.

Если же говорить о показаниях для предлагаемого варианта работы, то ими могут быть кризисные ситуации и состояния, особенно экзистенциальные и возрастные кризисы, ситуация потери (у меня есть удачные примеры работы с марионетками после потери ребенка) на стадии осознания — но ни в коем случае не на стадии нормальной работы горя, — одним словом, любые жизненные ситуации, требующие глубинной проработки.

Основными задачами психотерапии в кризисных состояниях, как известно, являются поддержка и разъяснение. Марионетка может сделать это лучше любого психотерапевта, так как она по сути своей является данным «изнутри» объяснением (или посланием) клиента самому себе. Марионетка может «работать» на любом уровне и в принципе вряд ли способна нанести вред своему автору.

## Чего можно и нужно бояться

Вообще говоря, большинство арттерапевтических техник практически не имеют противопоказаний, однако это совсем не означает, что их применение не требует соблюдения техники безопасности. Для меня экологичность любой психотерапевтической работы чрезвычайно важна. В особенности же это касается работы вне области сознания клиента, так как такая психотерапия с очевидностью происходит на грани риска и посему должна быть просчитана терапевтом не семь, а семьдесят раз. Кроме того, терапевт должен отдавать себе отчет в том, что, предлагая клиенту перейти эту грань и двинуться на весьма небезопасную, хотя и, вполне возможно, очень полезную экскурсию в область бессознательного, он целиком и полностью берет ответственность за происходящее (как, впрочем, и за все последствия) на себя. Последним ответственным действием самого клиента в этой ситуации может быть лишь согласие или отказ такую экскурсию совершить, после чего он по определению за происходящее отвечать не в состоянии.

Лично я, когда мне приходится бывать в роли клиента, предпочитаю терапевта мужественного, но отнюдь не бесстрашного. Вы тоже вполне можете представить себе, что вам предстоит путешествие в совершенно неизвестные вам места, где никто еще не был и где может таиться миллион смертельных, непредсказуемых и непонятных опасностей. Кого вы выберете себе в проводники (или, если хотите, в спутники) — бесстрашного или осторожного?

Кстати, об опасностях, таящихся в той области, куда ходят в компании с архетипической марионеткой. Среди них, в первую очередь, следует опасаться чрезмерной идентификации клиента с марионеткой. Однажды я вела обучающий семинар с группой сотрудников клиники неврозов (психиатры, психотерапевты, психологи) и, как обычно, до начала работы предупредила группу, что всех марионеток заберу с собой и никто домой свою куклу не возьмет. По окончании работы я попросила всех участников группы сложить марионеток в сумку. На следующее утро в ответ на стандартный вопрос о самочувствии выясняется, что один из участников группы очень плохо спал, да и наутро ему тоже было тошно и плохо. Началось же все это вчера вечером — по словам самого «пострадавшего», «когда ты нас всех сложила в мешок». Понятно, что от такой идентификации с куклой ничего хорошего ждать не приходится, особенно если терапевт ее вовремя не обнаружил.

В этом случае мне пришлось иметь дело с профессионалами, которые прекрасно понимали возможные опасности глубинной работы и были предельно внимательны к своему состоянию и реакциям на происходящее. А ведь в другой ситуации клиент может и не связать факт своего необъяснимо плохого самочувствия с реальной психотерапевтической ситуацией, просто смолчать и уйти, на глубинном бессознательном уровне так и оставшись на дне того самого пресловутого мешка. Я, например, не пожелала бы себе подобного переживания — с ним самостоятельно можно и не справиться, что и подтверждает еще одна иллюстрация, гораздо более печальная. В кукольном театре актер-кукольник в течение целого года — спектакль шел с аншлагом — играл хромого беса Лесажа. Прошел год, как спектакль снят с афиш театра, а актер — кстати, очень молодой мужчина — хромает до сих пор, безуспешно пытаясь вылечить ногу.

Нет советов и инструкций, что именно делать в каждом подобном случае. Ясно только одно — необходимо разотождествление. А еще вернее будет по окончании работы проследить, что произошло с отождествлением, которое в процессе работы практически неизбежно и очень полезно, но немедленно перестает таковым быть после ее окончания.

Второй серьезной опасностью при работе с марионеткой может быть деструктивное поведение, то есть попытки «убить» марионетку — распороть, отрезать ей руку или голову или совершить какое-нибудь другое членовредительство. Надо сказать, что поначалу я очень боялась того, что клиент может захотеть уничтожить куклу, однако достаточно быстро поняла, что это весьма маловероятно. Даже при таком технически мало пластичном варианте изготовления марионетки изначально подразумевается возможность изменения — хотя бы платья, лица, количества управляющих нитей и пр., — так что необходимости в ее уничтожении просто не возникает. Тем не менее что делать, если такая ситуация все-таки возникнет?

Для меня очевидно одно — ни в коем случае нельзя позволить клиенту сделать это! В некоторых случаях я бы, наверное, могла рискнуть и предложить клиенту попробовать, чтобы он в полной мере осознал собственные намерения, но и в этом случае не следует давать ему довести дело до конца - скорее всего, вполне достаточно будет и робкой попытки.

Стоит опасаться и желания клиента не расставаться с марионеткой после того, как терапевтическая работа закончена. С одной стороны, желание клиента сохранить свою куклу выглядит совершенно естественным - ведь это его дитя, его действительно гениальное про-

изведение. С другой же стороны, такая просьба является безошибочным признаком того, что терапевтический альянс с марионеткой не завершен. Или того, что вам не могут доверить куклу (ведь я уже говорила, что всегда по окончании работы забираю всех марионеток с собой), а следовательно, никакого терапевтического альянса не было — во всяком случае у вас с клиентом. В этом случае возникает вполне резонный вопрос — чем же вы занимались все это время?!

Можно, конечно, возразить — а что, собственно говоря, плохого в том, что клиент заберет свою марионетку домой? Если вас это тоже заинтересовало, попробуйте представить себе, а что он с ней будет дома делать? И что произойдет, если по чьему-либо недосмотру ее, например, испортит маленький ребенок или собака? Можно, кстати, в конце работы все это обговорить с клиентом — в некоторых случаях такое обсуждение может оказаться не менее полезным, чем вся предыдущая работа.

Честно скажу, что было три случая, когда я соглашалась отдать марионеток их создателям. Сделала я это потому, что, проверив не единожды, была уверена, что эти куклы на все сто процентов состоят из чистейшего ресурса. Как истая перестраховщица, я даже заключила с клиентами некий контракт, согласно которому, когда марионетка станет им не нужна или надоест, они найдут меня и отдадут куклу — «для коллекции». Прошло чуть больше года. Жду.

## **Показания и безопасность в работе с метафорической марионеткой**

### **«Кому выгодно?»**

В каких же случаях такая «марионетко-терапия» может быть полезной, в каких — единственно эффективной, а в каких — противопоказанной? Хотя, честно говоря, противопоказания такого варианта работы с марионетками, на мой взгляд, практически совпадают с противопоказаниями для архетипической работы — т. е. исключают или резко ограничивают использование предлагаемой технологии при эндогенных психических заболеваниях в острых состояниях, во время любых психотических эпизодах с проявлениями неадекватности восприятия, а также при ярко выраженной метафизической интоксикации. Впрочем, в последнее время я довольно широко и небезуспешно использую марионеток в индивидуальной работе с «мягкими» формами шизофрении.

Весьма проблематичным представляется мне использование такого способа работы при ограниченной работоспособности рук клиента, особенно если она имеет установленную соматогенную природу.

Показания к использованию данного способа психотерапевтической работы могут быть как специфическими, так и неспецифическими. К последним относится любая психологическая проблематика, при которой в принципе показана глубинная работа, связанная с проработкой сложных аспектов невротического развития личности, ситуаций экзистенциальных кризисов и посттравматических стрессовых расстройств, последствий давней, глубоко вытесненной психотравматики и т. п. Специфическими показаниями можно считать те, при которых, как мне кажется, эффективность предлагаемой технологии окажется несколько выше, чем иных способов работы. К таким относятся нарушения восприятия схемы тела, сопутствующие эндогенным заболеваниям без острой продуктивной симптоматики, психосоматические расстройства, нарушения пищевого поведения (переедание, анорексия), а также разнообразные дисморфобии. Интересным представляется использование марионеток в работе с зависимостями и при реабилитации инвалидов, однако у меня пока нет материалов по эффективности подобной работы.

### Осторожно, марионетка!

Техника безопасности психотерапевтической работы всегда оказывается моментом тонким, спорным и достаточно неопределенным. Если рассматривать эту тему на относительно общем уровне, то мне ближе всего подход, который, на мой взгляд, наиболее уважительно подходит к вопросу об устройстве человеческой психики. С одной стороны, в технике известен принцип, согласно которому чем сложнее механизм, тем менее он надежен. С другой стороны, человек — система целенаправленная и самоорганизующаяся, т.е. способная в процессе функционирования видоизменять собственную структуру, что исключает возможность применения к нему технических принципов. Из этого положения достаточно логичным кажется вывод о том, что результат внешнего воздействия на человека в большей мере определяется сложной системой его внутренних predispositions, нежели параметрами самого воздействия. Поэтому в большинстве случаев нарушение техники безопасности может иметь место только в случае целенаправленной негативной манипуляции психотерапевта, и то она далеко не всегда способна оказаться эффективной в

случае отсутствия внутренней готовности человека, на которого она направлена, стать ее жертвой.

Тем не менее, если уж мы согласились с должным уважением относиться к магическому прошлому марионетки и обнаружили вполне серьезное сходство между магическими и психотерапевтическими механизмами (в частности, а может, и в особенности используемого в работе с марионетками механизма трансформации метафоры), то нельзя сбрасывать эти сложности со счетов и при рассмотрении вопроса о технике безопасности. Поэтому мне кажется необходимым принять еще одно — специфическое для нашего случая — правило техники психотерапевтической безопасности, связанное с процессом отождествления клиента с созданной им марионеткой.

В принципе как очень низкую, так и очень высокую степень такого отождествления можно считать неэффективной основой психотерапевтического процесса. Однако если отсутствие отождествления чревато всего лишь минимальной его эффективностью, то чересчур глубокая вовлеченность в процесс и слишком высокая отождествленность может оказаться небезопасной. Поэтому имеет смысл всегда исходить из того, что чувство сродства с куклой у клиента более значимо, чем нам кажется, и всячески препятствовать любым серьезным деструктивным действиям, которые, будучи спроецированными на реальную телесность, могли бы содержать в себе опасность. Проще говоря, не надо позволять клиенту свою марионетку пытаться, казнить — даже с целью переделки, бросать там, где кукла может быть кем-то повреждена или уничтожена, оставлять или дарить кому-то после окончания работы и т. д. На самом деле практически любой клиент эти правила техники безопасности соблюдает совершенно самостоятельно и интуитивно, но все же терапевту стоит дополнительно проследить за этим.

Я не буду рассматривать здесь опасные последствия таких - осознанно или неосознанно членовредительских - действий клиента, которые могли бы наступить исключительно в силу магических возможностей марионетки. Однако совершенно понятно, что чувство полной идентичности с марионеткой может оказаться для клиента причиной весьма серьезной психической травмы и без привлечения потусторонних сил.

## Глава 9. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

### Выводы напоследок

Когда пришла пора подводить общие итоги, мы оказались перед необходимостью произнести некоторые выводы в полном согласии, как бы хором. Как ни странно, это оказалось не слишком трудно, потому что, несмотря на явное и разительное различие двух предлагаемых нами технологий, исходили мы обе все-таки из некоторых общих предположений, хотя и двигались от них в разные стороны. Более того, различие наших путей неоднократно помогало нам во взаимном и самостоятельном осмыслении получаемых результатов. Итак:

1. Марионетка, будучи исторически наделенной колоссальным архетипическим содержанием, самым своим использованием в процессе психотерапии помогает терапевту получить верный ключ как к коллективному, так и к индивидуальному бессознательному клиента.
2. Являясь авторским произведением клиента, она автоматически становится овеществленным и опредмеченным воплощением его актуальной личностной проблематики.
3. Самим своим существованием она является для клиента сообщением — или напоминанием — о наличии у него колоссального ресурса креативности, который по определению конструктивен по отношению к любой способной возникнуть проблематике.
4. Будучи одновременно и творением клиента, и воплощением его самого либо какой-либо значимой для него его части, она априори становится инструментом безусловного принятия им самого себя - в той мере, в какой автор способен принимать свое собственное произведение.
5. Архетипическая марионетка, становясь в процессе работы клиента символом какой-либо его актуальной проблемы или иного значимого содержания, дает ему возможность переосмысления этой проблемы через осознание или бессознательное принятие самой сущности этого символа.

6. Метафорическая марионетка, подвергаясь целенаправленным трансформациям, вводит в действие механизм проецирования метафорических изменений в реальность, чем и дает клиенту возможность трансформации самой его проблемной реальности.

Мы обе уверены в том, что использовали лишь крохотную часть тех возможностей, которые в принципе способна дать работа с этими удивительно мудрыми, трогательными и человечными куклами — марионетками. Но мы пока что и не собираемся отказываться от дальнейших исследований...

Добравшись до конца нашего совместного пути по идущим рядом, но все-таки не параллельным - они то и дело пересекались - тропинкам, мы остановились и несколько озадаченно посмотрели друг на друга. Во-первых, как всегда, выяснилось, что идти было намного интереснее, чем дойти, а во-вторых, с новой точки нашего пребывания открывался совершенно иной обзор. Правда, он был менее определенным, нежели в начале пути, — во всяком случае, никаких ключевых слов и опознавательных знаков здесь не наблюдалось. Было ясно, что с марионетками еще очень многое можно делать — и с марионетками вообще, и с нашими их вариациями в частности. Можно пытаться придумывать иные ипостаси самих кукол, можно изобретать разные способы их дальнейшего существования в руках их авторов, можно... Но, как говорится, это уже совсем другая история. Причем нам обеим очень хотелось бы надеяться, что мы напишем одно ее продолжение, а кто-нибудь из наших читателей, возможно, совсем другое. Будем ждать.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Фрэзер Д.Д. Золотая ветвь. - М.: АСТ, 1998.
2. Берн Э. Трансакционный анализ. Пер. с англ. — СПб.: Братство, 1992.
3. Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. - М: Иск-во, 1979.
4. Лоуэн А. Предательство тела. Пер. с англ. - Екатеринбург: Деловая книга, 1999.
5. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Пер. с англ. - Лениздат, 1992.
6. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. - М.: Наука, 1991.
7. Психотерапевтическая энциклопедия (под ред. Б.Д. Карвасарского) — СПб., 1998.
8. Международный симпозиум историков и теоретиков театра кукол. — М., 1983.
9. Соломоник И.Н. Традиционный театр кукол Востока. — Л.: Наука, 1992.
10. Юнг К.Г. Психология бессознательного. — М., 1994.
11. К. Уилбер. Никаких границ. М., 1998.
12. Г.- Х. Андерсен. Сказки. Литературные памятники. — М.: Наука, 1987.
13. Хун Цзычен. Афоризмы старого Китая. — М.: Наука, 1991.
14. Губерман И. Гарики на каждый день. — М: Книга, 1996.
15. Практикум по арттерапии (Под ред. А.И.Копытина). - СПб.: Питер, 2000.
16. Маховер К. Проективный рисунок человека. — М.: Смысл, 1996.
17. Люшер М. В кн.: Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. - М.: Институт прикладной психологии, 1998.
18. Ларошфуко Ф. Максимы. — М., 1957.
19. Павлов И.П. Полное собрание трудов. Т. 4. — М.: изд-во АН СССР, 1947.
20. Лоуэн А. Терапия, которая использует язык тела (Биоэнергетика). — СПб.: Речь, 2000.
21. Даль В. И. Толковый словарь живого великорусского языка. — М.: Русский язык, 1989.
22. Большой энциклопедический словарь. Изд. 2-е. — М.: Большая российская энциклопедия, СПб.: Норинт, 1997.
23. Ассаджиоли Р. Психосинтез. Пер. с итал. — М.: изд-во «Рефл-бук», «Ваклер», 1997.

**Татьяна Колошина  
Галина Тимошенко**

## **МАРИОНЕТКИ В ПСИХОТЕРАПИИ**

Директор издательства М. Г. Бурняшев  
Компьютерная верстка  
и техническое редактирование О. Ю. Протасова  
Художник А. П. Куцин  
Корректор М. В. Зыкова

Сдано в набор 10.02.2001 г. Подписано в печать 15.04.2001.  
Формат 60х90<sup>1</sup>/<sub>16</sub> Бумага офсетная.  
Печать офсетная. Печ. л. 12. Тираж 3000 экз.  
Заказ № 1291.

Лицензия ЛР № 065485 от 31.10.97 г.  
ЗАО «ИНСТИТУТ ПСИХОТЕРАПИИ»  
123336, Москва, ул. Таежная, 1.

Отпечатано в полном соответствии  
с качеством предоставленных диапозитивов  
в ФГУП Смоленской областной ордена «Знак Почета»  
типографии им. В. И. Смирнова.  
214000, г. Смоленск, пр-т им. Ю. Гагарина, 2.



**Татьяна Колошина** — психотерапевт, специалист по арттерапии, телесно-ориентированной психотерапии и психосинтезу, член Европейской ассоциации психотерапевтов, Профессиональной психотерапевтической лиги и ассоциации телесно-ориентированных психотерапевтов.



**Галина Тимошенко** — психотерапевт, арттерапевт, член Профессиональной психотерапевтической лиги и ассоциации телесно-ориентированных психотерапевтов, автор многочисленных публикаций по вопросам психотерапии.

Удивительная и забавная кукла — марионетка, одна из самых древних и загадочных игрушек, стала рабочим инструментом в руках двух психотерапевтов, авторов этой книги.

Они создали уникальные психотерапевтические методики, используя самые рациональные и совершенно иррациональные свойства марионетки. Работа с этой куклой дает возможность не только почувствовать себя Творцом, но и заглянуть в глубины собственной психики, многое узнать об особенностях характера человека и его способах взаимодействия с миром и людьми. А так как марионетка фигура подвижная и управляемая, то с ее помощью можно многое изменить в своей жизни.

ISBN 5-89939-041-7



9 785899 390418

**Институт Психотерапии**

✉ 123060 Москва-60, а/я 67

☎/факс: (095) 474-2541,

(095) 474-0111, (095) 474-3987

