

Сергей Кравченко

# МАСКОТЕРАПИЯ-1



**КАК ПОРТРЕТ ОТКРЫВАЕТ,  
РАЗВИВАЕТ И ЛЕЧИТ ЛИЧНОСТЬ**

Сергей Кравченко

**Маскотерапия-1. Как  
портрет открывает,  
развивает и лечит личность**

«Издательские решения»

**Кравченко С. А.**

Маскотерапия-1. Как портрет открывает, развивает и лечит личность / С. А. Кравченко — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-909370-7

Человек всю жизнь стремится отыскать себя настоящего и сохранить лицо. Но с первых дней возникают психологические маски. Они скрывают Я личности, конфликтуют между собой и разрушают душевное здоровье. Маскотерапия с помощью портрета распознаёт душевные маски, учит вести с ними конструктивный диалог и объединяет внутренние силы для достижения целей. Автор — маскотерапевт с 20-летней практикой — делится секретами мастерства. Книга предназначена для психологов и арт-терапевтов.

ISBN 978-5-44-909370-7

© Кравченко С. А.  
© Издательские решения

## Содержание

О книге	6
Обращение к читателю	7
ВВЕДЕНИЕ	11
Почему маскотерапия?	12
Суть маскотерапии	15
Методология в рамках клинической практики	17
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# **Маскотерапия-1**

## **Как портрет открывает, развивает и лечит личность**

**Сергей Антонович Кравченко**

*Памяти Г. М. Назлояна.*

© Сергей Антонович Кравченко, 2019

ISBN 978-5-4490-9370-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



Назлоян Гагик Микаелович (1947 – 2016 гг.) – автор психотерапевтического метода маскотерапии.

## О книге

Лицо – космическое зеркало, прикрытое человеческими масками, и неисчерпаемо по своей природе как и его основа – душа. Если у души есть форма, то она несомненно должна быть похожа на лицо с множеством масок. Пришло время осознать миры и роли масок, как необходимую часть жизни, научиться с ними жить в гармонии.

В работе с тысячами пациентов различных клиник накоплен большой опыт и знания. Здесь они обобщены в компактную форму. Первые заметки относятся к 1998 году, когда я стажировался у Г.М.Назлаяна. С тех пор прошло более 20-ти лет. Три года из них нет уже самого основателя метода. Но его школа развивается, появляются талантливые ученики и новые взгляды на этот метод психотерапии, уточняются некоторые понятия. Как не отразить всё это в текстах и не опубликовать?

Маскотерапия, распространяясь по всему миру, продолжает нас восхищать своими эффектами и результатами. Совершенствуя опыт познания и отражения Лица Личности, думаю, нам будет чем поделиться с коллегами и в будущем.

Данный труд является исправленным и дополненным вариантом книги «Маскотерапия. Портрет в открытии, развитии и психотерапии личность», опубликованной в 2018 году.

14 июля 2019 г.

С.А.Кравченко.

## Обращение к читателю

Уважаемый читатель, треть жизни я применяю маскотерапию в своей практике. Познакомился же с методом Г.М.Назлюяна еще в начале 90-х. И какой бы пациент не встретился на моем пути, у меня не возникает чувства неуверенности; оно часто посещало меня в начале моей практики, когда в кабинет входила искалеченная или просто страждущая душа.

Беру пластилин или карандаш и бумагу, и предлагаю моему собеседнику создать его портрет или автопортрет. Такое начало невольно организует пространство терапевтической беседы, снимая множество преград.

Создавая портрет человека, мы ставим в центр мироздания его лицо и стоящую за ним личность с множеством всплывающих масок. Если же вести психотерапевтическую беседу без портрета, то она может соскальзывать на другие темы, где отсутствует главный герой диалога.

Вокруг портрета же возникает неповторимая атмосфера, которую сложно с чем-либо сравнить, кроме как с самым доверительным разговором вокруг главного, личного, интимного и возвышенного, духовного и в своем пределе – святого.



Автор книги в кабинете маскотерапии, 2014 год.

Основатель метода в свое время рассказывал такую историю. В роли психиатра он вошел к пациенту в палату и увидел, что тот спрятался под одеяло. Как ему было известно, пациент уже много лет скрывается таким образом от своих терапевтов, и выманить его оттуда для беседы было невозможно.

Назловян сел у постели больного и начал лепить его предполагаемое лицо. Он творил, комментируя свою работу. Размышляя вслух, делал предположения: каким могло бы быть лицо, что сидит под одеялом.

Через 5—10 минут стало заметно, что за работой портретиста наблюдают из укрытия. А через полчаса пациент уже сидел на краю кровати и, свесив ноги, дружелюбно беседовал со скульптором о достоинствах и недостатках портрета.



Портрет пациента в руках терапевта.

Данный рассказ ярко свидетельствует нам о том, что портрет, по непонятным на первый взгляд причинам, может быть ценным даже для такого человека, который совершенно потерял интерес к миру и к другим людям. К самому же себе, к тому, кого он не знает до конца, но хотел бы узнать, любопытство сохраняется: портрет-двойник, может быть такой подсказкой.

Когда мы наблюдаем изображение человеческого лица, которому десятки, сотни или тысячи лет, то автоматически присоединяемся к состоянию его и переносимся в то время, когда портрет создавался. Происходит смещение во времени, и мы окунаемся в прошлое, которое, благодаря портрету, стало настоящим. Важно подчеркнуть основную мысль, которая здесь разворачивается. Она в том, что портрет способен, подчеркиваю – только портрет способен, преодолеть время и соединить самое отдаленное прошлое с настоящим. Портрет делает время относительным, устраняет его как препятствие, как основную характеристику ушедшей жизни, как основной элемент уходящей жизни, как что-то такое, перед чем все преклоняются. Портрет же не просто преодолевает время, он приподнимается над временем, выходит за его пределы; для портрета время как бы и не существует.

Точно также мысли о преодолении времени текут невольно, когда сейчас мы наблюдаем творящийся портрет; он будет жить на следующий год, через 10, 100, а может быть и через тысячу лет.

Таким образом, создавая портрет пациента, мы устраняем время, и делаем образ личности вечным и бессмертным. Даже если мы не будем касаться этих философских тем у портрета, пациент всё равно почувствует переживание вечности, выйдет за пределы настоящего, почувствует отраженную в лице бессмертную душу.

\*\*\*

Благодаря портрету у нас появляется возможность приобрести уникальный духовный опыт, проникнуться этим состоянием, побыть в нём и отразить переживание в лице, что неминуемо скажется и на качестве портрета.

Имея такой опыт, кто из вас усомнится в вечности души? Кто не почувствует, что в каждом из нас присутствует бессмертие, и оно делает нас выше тварного мира?

Кто-то из коллег, возможно, подумает, что это всё философия. Я же скажу, что это самая настоящая психотерапия жизни! Только она касается не мелочных проблем повседневности, а тех ключевых установок, которые ведут нас и определяют главное; тех частей души, что всегда выше суеты, и которые отвечают на вопросы: сколько нам жить, как жить, среди кого и ради чего?

Но если вернуться на нашу грешную Землю, то мы можем видеть, что в современной арт-терапии очень мало графиков, живописцев или скульпторов. Почему-то общепризнанно, что арт-терапевтом может быть любой психолог-психотерапевт, не имеющий художественной одарённости и элементарного образования. Достаточно лишь создавать условия для творческого самовыражения, пачкая при этом бумагу или холст, лепить что-то по-детски из пластилина или глины, считая это арт-терапией. В результате всех этих напряжений никогда не возникает даже подобия произведений искусства. Вместе с этим, с моей точки зрения, арт-терапия изначально предполагает лечение искусством, а не попытку лечения с помощью попытки создать произведение искусства. Лечение же возможно только в том случае, если арт-терапия затрагивает глубинные пласты человеческой души, что возможно в полной мере только при терапевтическом портретировании.

\*\*\*

Мои ученики всегда спрашивают, а можно ли стать маскотерапевтом, если не являешься художником, если не умеешь рисовать или лепить?

Здесь очень важно подчеркнуть, что если вы и дальше будете продолжать думать, что не умеете лепить или рисовать, то вы действительно не сможете это делать. В процессе обучения самое важное, что должно произойти, так это просто надо вспомнить, что вы можете лепить и рисовать. Как об этом помнят дети, которые иногда бывают в моем кабинете. Если я им даю пластилин или краски, то они никогда даже не сомневаются в своих способностях творить.

Как только очнется эта вера, как только она зародится в вашей душе, в это же мгновение – вы станете художниками и скульпторами. А использовать скульптуру или рисунок в терапевтических целях при создании портрета или автопортрета я вас научу. Другими словами, неверие в то, что вы художник – определит и уровень вашей арт-терапевтической работы. Если вы не чувствуете, что вы художник, то пробудите это чувство. Пока оно не проснулось, не занимайтесь арт-терапией, тем более, маскотерапией.

Опыт показывает, что совершенно неподготовленный в художественном плане человек способен за несколько недель превратиться в первоклассного скульптора, который может талантливо слепить свой автопортрет. В моей практике сотни людей создали свои автопортреты, и подавляющее большинство из них при первых встречах говорили, что они не художники, что они не умеют лепить или рисовать.

\*\*\*

Берите смело кусок пластилина или глины. Садитесь перед зеркалом, наблюдайте свое лицо и творите образ и подобие. Не слушайте никого из тех, кто будет вам внушать, что вы

не художник или не скульптор. В процессе работы глубина вашей души всегда отзовется сокровенным, тихим и истинным Я, которое подскажет как создать своего двойника.

В зеркале постепенно вы увидите всё, что вам надо создать. В зеркальном двойнике через неделю-две ежедневных часовых усилий вы сможете увидеть гораздо больше, чем ожидали. Ведите дневник и фотографируйте развивающийся портрет каждый раз, как только заметите в нем что-то интересное. Никакая другая работа по самопознанию не заменит этой.

Особенно важно внимательно отслеживать ассоциации, которые будут возникать у вас во время создания автопортрета. Они отражают черты масок-субличностей, скрывающих личность. Ассоциации, возникающие синхронно с портретом, подсказывают нам, что в глубине души в настоящий момент является важным, что в первую очередь нам надо осознать, переосмыслить, прочувствовать, сделать объектом нашего мышления для гармоничной и счастливой жизни.

Еще более продуктивной ваша работа будет, если вы синхронно с портретом не полнитесь записывать ваши чувства, ассоциации, мысли и видения. На первый взгляд они иногда кажутся совершенно отвлеченными от портрета. Но, уверяю вас, что нет отвлеченных мысли, если вы держите в руках портрет. Более того, всё, что происходит вокруг него – всё это есть проявление вашего Я.

\*\*\*

Сложно сказать, что влияет в первую очередь, портрет – на окружающую нас жизнь, или окружающая действительность и люди в ней – на портрет. Можно прийти к компромиссу, утверждая, что портрет и окружение связаны между собой и развиваются синхронно.

И здесь ключевым понятием, которое нам поможет продвинуться в глубь океана душевной природы, является Диалог. Г.М.Назлов ставил диалог в центр маскотерапии, подчеркивая, что отсутствие внутреннего диалога характеризует человека с душевным расстройством.

Можно сказать больше – отсутствие внутреннего диалога предполагает отсутствие диалога внешнего. Если же мы развиваем внутренний диалог благодаря портрету и зеркальному двойнику, отражая в дневнике, то подобный диалог будет совершенствоваться и в окружающей нас действительности.

Идя дальше, отрабатывая фигуры высшего пилотажа во внутреннем диалоге, мы можем перенести эти образцы виртуозного владения внутренней речью на внешнюю действительность, развивая жизненную ситуацию.

Таким образом, не просто портрет, но и тот диалог, который происходит вокруг портрета, важные элементы насыщения арт-терапевтического процесса под названием маскотерапия.

Подводя итог моего обращения к вам, Уважаемый читатель, я хочу предостеречь от механистического подхода к данному методу. Не ждите, что портрет сам чудесным образом изменит чью-то душу к лучшему, хотя бывает и такое. Портрет более напоминает мне универсальный инструмент, которым умелые руки мастера могут преобразить действительность души и реальность окружающего мира.

Портрет переживает чаще всего натуру, он устраняет время и увековечивает душу. Искусством портрета мы не просто реализуем арт-терапию, мы прикасаемся к бессмертию.

Мудрец сказал: каждый поступок художника отзывается эхом в вечности. А мне подумалось: каждый портрет отражается в зеркале вечной души.

Создавайте портреты – творите себя и окружающую нас действительность. Возможно, именно в этом высший смысл жизни, наших отношений с людьми и со своей душой.

Удачи вам!

## ВВЕДЕНИЕ

Маскотерапия в моей практике представляет собой метод Г.М.Назлюяна, адаптированный к диагностике, консультированию и психотерапии отдельной личности и/или группы людей. Маскотерапию принято причислять к арт-терапии, но с моей точки зрения она отличается по сути от современных методов арт-терапии и превосходит их по эффективности.

В культуре накоплен значительный опыт познания и укрепления человека с помощью портретирования. Художники тысячи лет знакомы с силой портрета в определении и подчеркивании уникальных черт личности. Мы его используем в современной психологической практике. Данный подход является естественным и интуитивно понятным, так как в огромной степени черпает материал для своих методов из истории культуры и эволюции человечества.

Метод объединяет в себе достижения искусства и науки. Автопортрет в рамках маскотерапии – в чистом виде научный метод в искусстве. В нем реализуются как сознательные, так и неосознаваемые установки автора, например, отношение к людям, этносам, полу, роду, семье и к себе. Скрытое ранее, становится явным даже для постороннего наблюдателя, что расширяет наше знание о личности и о её ценностях. Образный метод портрета даёт нам шанс и на преобразование глубоких пластов души.

Автопортрет – всегда эксперимент по выявлению и познанию, определению и развитию, выражению и утверждению личности. Но он не дает автору до конца предвидеть результат творчества.

Экспериментальная составляющая в портрете всегда не дает автору до конца предвидеть то, что появится на свет белый в результате его творчества.

Здесь мы можем наблюдать и сугубо библейский сюжет о сотворении человека: создал Бог человека из праха земного по образу своему и подобию. Вместе с этим так и остаётся вопрос, а предвидел ли Бог последствия своего творения? По всей видимости, да. Но при сотворении изначально присутствовала и экспериментальная неопределенность – творил Он и наблюдал: а что же получится в результате? А в результате – сотворенный образ проявил свою волю, нарушил законы Рая и вышел за пределы сознательных ожиданий Творца.

Не так ли и при создании автопортрета человеком? Творит человек свой образ, но шестым чувство предчувствует, что в результате его подобие проявит скрытую в нем волю и выйдет за пределы всех ожиданий.

И первой очевидностью самопознания при автопортретировании будет неминуемый крах всех ожиданий о полной управляемости результатом своего творчества. Возникает чувство, что автопортрет начинает жить своей жизнью, отделившись от творца. И этот факт следует признать, распространив его смысл на более общий закон любого творчества – результат творчества всегда выходит за рамки ожиданий его творца и начинает жить самостоятельно.

Источником мыслей для этой заметки была статья о методах искусства. Портрет, несомненно, всегда является предметом и центром искусства.

У некоторых портретов, если они достаточно глубоки, всегда возникает ощущение, что можно без конца углубляться и расширять смыслы и доказательства изначальной идеи лица. Более того, источник сам задаёт план и содержание. В таком случае, в жизни появляется целостность и смысловые нити, порождающие свои новые живые конструкции, независимо от нас.

## Почему маскотерапия?

Иногда меня спрашивают: почему метод называется маскотерапией?

В этом вопросе есть много смыслов и один из них заставил меня изменить название метода в другой книге на «Лицо личности». Но это уже – развитие. Что же касается самой маскотерапии, то название в последние десятилетия прижилось по нескольким причинам.

Одна из них – простота и запоминаемость слова, которое пусть и не отражает, на первый взгляд, сути метода, но живет среди специалистов и пациентов своей жизнью. Подобное делает маска, которую человек часто носит всю жизнь, скрывая свое истинное лицо, а иногда и не зная его.

Если же присмотреться к методу поближе, то возникает мысль, что иного названия у него и быть-то не может. Что имеется в виду?

При создании портрета (автопортрета), который является основой маскотерапии, сходство на первых этапах часто отсутствует, но во всей красе возникают другие неслучайные образы. Почему они неслучайны? Потому, что при повторном создании портрета (автопортрета), но только в более крупном размере, они часто возникают вновь. Более того, эти «неслучайные» образы всегда напоминают кого-то иного, кто оказал в свое время значительное влияние на жизнь и формирование личности портретируемого. И что самое удивительное, эти «неслучайные» образы проявляются как при портретировании, так и при автопортретировании. Возникает мысль, что они нераздельно связаны как с личностью портретируемого, так и с его лицом. Их можно назвать масками, сопутствующими жизни лица.

Таких масок всегда несколько и они могут быть названы именами. Другими словами, во время портретирования, словно из тумана, проступают лица людей, которые в свое время были запечатлены в душе и стали частью её структуры. Внешне же эти запечатленные ранее лица всегда проявляются в виде биологических масок, закрывая истинное лицо человека. Порой маска становится более видима, нежели истинное лицо. Например, в причёске и в манере держаться человек представляет собой двойника своего кумира – знаменитого певца, политика или вождя.

Есть даже мнения среди ученых с мировым именем, что истинного Я (истинного лица) у человека и не существует. А один из моих достаточно продвинутых пациентов однажды спросил: «А что если там ничего нет? А что если истинного лица, которое вы пытаетесь найти в каждом из нас, не существует?»

Самое удивительное в том, что обе точки зрения имеют место быть. Первая, которой придерживаюсь я, что истинное лицо человека (настоящее Я) существует, и оно может быть найдено или создано. Вторая, что истинного Я человека не существует, а в нашем методе – истинного лица человека нет, а есть только маски.

Как может быть, что обе точки зрения истинны?



### Примитивные автопортреты

Решение кажущегося противоречия пришло мне не так уж давно. Суть его в том, что истинное лицо (Я человека) – сущность неопределенная и мерцающая, словно квант света. Она может быть найдена только в облаке масок, которыми человек всегда пользуется, порой не осознавая этого. Истинное лицо может быть и за пределами этого облака, но оно всегда связано с высшим состоянием души человека, которое достигается как горная вершина. Высшее состояние души – всегда состояние Творца, состояние творящего мир человека. Но не подражающего и не потребляющего. В состоянии подражания кумирам мы невольно уподобляемся им, теряя свое лицо; в состоянии потребления – служим своим потребностям, забывая о своей природе.

Таким образом, маски скрывают или подменяют наше истинное лицо, порой не давая ему проявиться, состояться и быть замеченным другими людьми и самим его носителем. Более того, проявившись однажды, истинное лицо не обязательно будет оставаться всегда таковым и, тем более, наблюдаемым. Чем слабее личность, тем легче она теряет свое лицо в присутствии других людей, одевая маску и подстраиваясь под актуальную роль. Но самое важное в том, что во время психотерапевтических сеансов, которые проходят «лицом к лицу» клиента (пациента) со специалистом, участники диалога невольно отражают, принимают и впитывают лица друг друга в виде масок-двойников. Пациент после сеанса уносит маску специалиста, и некоторое время она его поддерживает, а специалист – маску пациента, от которой ему важно быстро избавиться. В противном случае, он принесет её в свою жизнь.

Другое дело, когда во время маскотерапии пациент сидит напротив зеркала, всматривается в свое лицо и создает свой портрет, а терапевт находится на втором плане, в тени.

Подводя итог и отвечая на основной вопрос, почему маскотерапия, можем с уверенностью сказать, что мы всегда и везде работаем не с лицами, а с масками. Истинные лица личностей тоже могут встречаться. Они, как драгоценные камни, могут быть найдены совершенно случайно и в самых неожиданных местах, но они всегда очень редки. И этому есть причины, так как общество любит маски и усиленно распространяет их, а человек изначально создан так, чтобы эти маски эффективно принимать для использования.

Маскотерапия помогает изучить маски человека и стоящие за ними субличности, установить и развить внутренние диалоги, которые всегда невольно осуществляются между субличностями. В идеальном случае, когда выявлены основные маски личности, то человек может научиться осознанно вести с ними гармоничный внутренний диалог.

В самых тяжелых случаях, которые хорошо описаны в работах Г.М.Назлюяна, внутренний диалог на первоначальных этапах работы у пациента совершенно отсутствует, что и является основой его душевного расстройства – патологическим одиночеством. Когда же с помо-

щью портрета, зеркального двойника и лица личности диалог зарождается, то он постепенно возникает и между субличностями как диалог внутренний.

Образное выражение «маска» (ключевое в методе маскотерапии) не является только теоретическим конструктом, а может всегда наблюдаться в каждом случае применения метода. Более того, возникающие в портретах маски, не всегда носят положительных характер, и часто являются причиной тяжелых переживаний, но в портрете они уже частично внешние объекты наблюдения. С ними можно вести диалоги, которые отражают всецело внутренние отношения. В них можно внести новые элементы, новых участников и наблюдателей.

Если метод работает с масками, то как он может называться еще?

## Суть маскотерапии

Маскотерапия – познание, развитие, диагностика, психотерапия или консультирование в процессе создания скульптурного или графического портрета. Синхронно с портретом могут выполняться работы по росписи лица театральным гримом, фотопортретирование или кино-съемка диалога клиента с психологом-психотерапевтом и со своим портретом.

Маскотерапия способствует развитию истинного видения человеком самого себя, открывая, дополняя и развивая видение тех пластов личности, которые были ранее скрыты от восприятия или их восприятие было искажено. К таким пластам можно отнести следующие:

- Животная основа личности и сопутствующие ей инстинкты и потребности.
- Антропный (общечеловеческий) пласт природы человека и его связь с миром.
- Этно-родовой пласт личности и его связи с памятью предков.
- Социальный (семейный) пласт.
- Пласт индивидуальных особенностей.
- Личностный пласт и
- Лидерский.

Сосредоточение на каждом уровне психики, находящем отражение в скульптурном или графическом портрете, способствует раскрытию тех душевных сил личности, которые до этого могли быть ущемлены или полностью заблокированы. Освобождение душевных сил влечет за собой увеличение психической энергии и проявление скрытых способностей личности, что в свою очередь совершенствует восприятие мира и взаимодействие с людьми и самим собой, улучшает адаптацию и устраняет душевные расстройства.



Первоначальные этапы работы над портретом

Сеансы маскотерапии отличаются по своему характеру, длительности и частоте. Они могут проходить от нескольких минут до нескольких часов. Развитие портрета или автопортрета происходит синхронно с диагностическими, консультативными или психотерапевтическими беседами, что не исключает и длительного молчаливого сосредоточения на портрете. Портрет может развиваться в течении нескольких встреч на протяжении месяца. Иногда портреты создаются годами. Общее количество встреч варьирует от 5—10 до 10—20 и более, в зависимости от случая и внутреннего потенциала клиента. В любом случае, чаще всего именно клиент определяет свою готовность к встрече с психологом-психотерапевтом и со своим портретом.

Маскотерапия имеет свои естественные корни в искусстве скульптурного, живописного и графического портретирования. Изображения лиц древних культур дошли до наших дней. Нет сомнений, что художник всегда понимал силу портрета, который придавал портретируемому дополнительную стойкость в жизни; чаще портрет переживал натуру и нес память о ней потомкам, сохраняя образ вне времени.

Оттенок бессмертия изначально заложен в любом портретном искусстве, что позволяет использовать эту тему и при психологическом консультировании в процессе маскотерапии.

Суть маскотерапии и её эффективность в том, что при создании портрета легко можно подойти к тем особым состояниям души, которые преобразуют личность и дают ей неугасимый код. Опыт переживания чувства вечности способствует взаимодействию со всеми измерениями времени (прошедшим, настоящим и будущим), расширяя горизонты и источники силы жизни. Наиболее же важным данный опыт становится в преодолении ловушек Безвременья, характеризующихся состояниями безобразности и депрессии.<sup>1</sup>

Важно подчеркнуть, что маскотерапия не всегда есть психотерапия. Она может быть просто развивающей или корректирующей методикой. Может выступать и как метод организации других методов психотерапии, педагогики или психологии с целью самопознания, диагностики, развития, коррекции, совершенствования личности, открытия способностей и талантов, поиска своего жизненного пути и уникального лица.

Маскотерапия работает до индивидуального уровня (пятый пласт психики), но особенно она показана для работы с патологией, например, когда человек не принимает свое тело или его часть, считая себя иной личностью, и плохо осознает окружающую его жизнь.

Для дальнейшего познания, развития и коррекции личности можно использовать метод «Лицо личности», разработанный на основании маскотерапии. Он идет дальше, и выводит нас на личностный уровень и на уровень лидера. В этих пластах психики тоже не исключены патологические состояния, но они уже совершенно другой природы. И об этом важно упомянуть в настоящей книге, анонсируя книгу С.А.Кравченко «Лицо личности», которая в скором времени будет издана.

Лечение с помощью масок, через их определение и разыгрывание диалогов между ними, наиболее эффективно именно в скульптурном портретировании. В итоге: гармонизация отношений внутренних и внешних, решение конфликтов и определение Я личности.

Если же снять одну маску из папье-маше с лица, разрисовать её и поиграть с ней в театр, как это делают некоторые специалисты, то этого будет недостаточно, так как у человека масок больше, чем социальных ролей.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Более подробно смотрите книгу С.А.Кравченко «Темпоральная психология», где описана неразрывная связь душевных процессов с измерениями времени.

<sup>2</sup> Смотрите дополнительно книги С.А.Кравченко: «Маски, Лица, Образа», где исследованы маски различных типов, их функции и роль в жизни человека, и «Записки отшельника» – иллюстрация свободы от социальных ролей и масок, приближение к состоянию чистого Я.

## Методология в рамках клинической практики

Особенностью данного комплекса психотерапевтических технологий является то, что пациент изначально рассматривается не как носитель психопатологических симптомов, а как личность, имеющая ряд различных психологических проблем, приводящих к социальной дезадаптации. В первую очередь, это внутриличностные конфликты, возникающие нарушения самоидентификации и патологическое одиночество (по Г.М.Назлюяну – общий симптом для всех психических расстройств).

В современной культуре личность перестала быть объектом достаточного внимания. Существует тенденция к обезличиванию (бессубъектности), что приводит к возрастанию проблем самоидентификации и к нарушениям внутреннего диалога, психологическим проблемам и психическим расстройствам.

«Потеря своего лица» лежит в основании искажения восприятия себя и своей жизни, своего места в мире, к дефектам самосознания и понимания других людей. В финале: разрыв адекватных взаимодействий с самим собой, с людьми и со всем материальным миром. Возникают проблемы в личной, семейной, профессиональной или общественной жизни. Нарушения самоидентификации могут достигать крайних форм, когда человек настолько отрицает свою сущность, что предпочитает называться другим именем, и воспринимает себя представителем другого этноса, культуры и пола.

С помощью маскотерапии, в первую очередь, мы получаем возможность «восстановить лицо» и гармонию между реальным физическим лицом и сознанием личности. Это способ реконструкции утраченного образа «Я», позволяющий пациенту наладить внутренний диалог с самим собой, а впоследствии – с окружающим миром, что приводит к исчезновению болезненных симптомов.

В маскотерапии преимущественно применяется скульптурный портрет (или автопортрет) обладающий неоспоримым преимуществом по сравнению с живописным или графическим. Он позволяет полностью воссоздать лицо больного, тогда как живопись или графика не дают объемного изображения и затрудняют иногда процесс отождествления пациента со своим портретом и лицом.



Портреты на этапе распознавания признаков рода

Особенностью маскотерапии, по сравнению с другими видами психотерапевтической работы, является и тот факт, что в процессе реабилитации участвуют: психотерапевт, пациент

и его портрет. Это позволяет терапевту не навязывать свою волю, а лишь направлять эмоциональные и рациональные переживания пациента в нужном направлении. Терапия, основанная на равноправии и доверии, позволяет добиться лучших результатов, чем директивные методы.

С.А.Кравченко, являясь учеником и последователем Г.М.Назлаяна, адаптировал данный метод к психологической практике и модифицировал его. Лечение или развитие осуществляется поэтапно, согласно структуре личности аналитической психологии К. Юнга и измерениям времени теории темпоральной психологии.

Методы терапевтического портретирования:

- словесный портрет;
- роспись лица;
- фотопортрет;
- графический портрет;
- живописный портрет;
- скульптурный портрет и лепка по живому лицу.

Маскотерапия является развивающим и корректирующим методом. Например, в клинике Rehab Family данный метод используется для лечения депрессий, неврозов, различных форм химической зависимости и др.

Улучшение эмоционального фона при депрессии достигается уже после 3—4 сеансов маскотерапии.

Эффективность метода позволяет значительно снизить потребность пациента в базовой медикаментозной терапии и повышает её эффективность. Уже на первой встрече, в течение 1—2 часов человек пробует воспроизвести себя; используя скульптурный пластилин, начинает моделировать образ своего лица, образ души.

Важной частью маскотерапии является групповая работа. Некоторые клиенты в группе могут участвовать в создании портретов друг друга, фиксировать заметные черты характера в портрете, что способствует объективному восприятию личности. Работа проходит при открытых дверях, чтобы и родственники или сотрудники клиники, при случае, могли свободно войти и подтвердить сходство скульптурного лица с пациентом, что ускоряет процессы обретения «своего лица».

Модификацией метода маскотерапии Г.М.Назлаяна является не только этапность движения к вершине личности, но и скрытая инициация. Переход на следующий уровень развития портрета сопровождается обычно кризисным состоянием, что улучшает восприятие не только своего лица, но и лиц окружающих людей.

Первый этап – животный уровень (форма яйца) – пренатальные и постнатальные вредности, родовые травмы. Интуитивно на физиологическом уровне человек отражает проблемы раннего возраста, и при тяжелом психическом расстройстве он не может слепить яйцо. Задача – выявление и коррекция отношений человека к миру.

Второй этап – общечеловеческий, когда слепок напоминает примитивные скульптуры древних людей. Задача – выявление и коррекция отношений человека к людям.

Третий этап – родовой уровень – человекоподобное лицо с признаками пола. Часто пациенты испытывают трудности в выражении пола, что может указывать на проблемы в психосексуальной сфере. На этом этапе решается задача выявления и коррекции отношений человека к полам.

Четвертый этап – семейный. В скульптуре проступают семейные признаки (черты бабушек, дедушек и др.). Задача – выявление и коррекция отношения человека к своим родным и предкам. У зависимых людей, например, всегда наблюдается разрыв отношений с некоторыми предками, или неосознанная идентификация с теми из них, кто умер насильственной смертью.

Пятый этап – индивидуальный. Считается завершением лечения, так как наступает стадия душевного благополучия – открытие своего лица. Задача – выявление и коррекция отношения человека к самому себе во всех измерениях времени (прошлое, настоящее, будущее, безвременье и вечность. Преодоление темпорального невроза.

Со временем, особенно когда портрет был призван решать не психотерапевтические проблемы пациента, а экзистенциальные вопросы, были добавлены еще два этапа портретирования: личностный и лидерский. Данные этапы выходят за рамки традиционной маскотерапии и здесь рассматриваются только вскользь. Смотрите их описание в книге «Лицо Личности», где автор развивает свои взгляды в одноименном методе психологического консультирования.

Начинается работа маскотерапии с маленького пластилинового яйца. С каждым следующим этапом увеличивается форма, при этом предыдущий портрет не уничтожается, а остается внутри (в идеале к окончанию работы размер должен совпадать с натуральным лицом). Переход к следующему этапу происходит только после успешного воплощения образа в предыдущем.

Основой для психотерапевтической работы на сеансах маскотерапии являются образы и ассоциации, возникающие во время создания скульптурного портрета или автопортрета.

Для психотерапевта не столько важен портрет пациента, сколько синхронно всплывающие ассоциативные связи при создании образа личности. Так женщины часто видят в своем портрете образ любимого мужчины, у кого-то обнаруживается сходство с известным актером, деятелем искусства или родственником, значимом на подсознательном уровне.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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