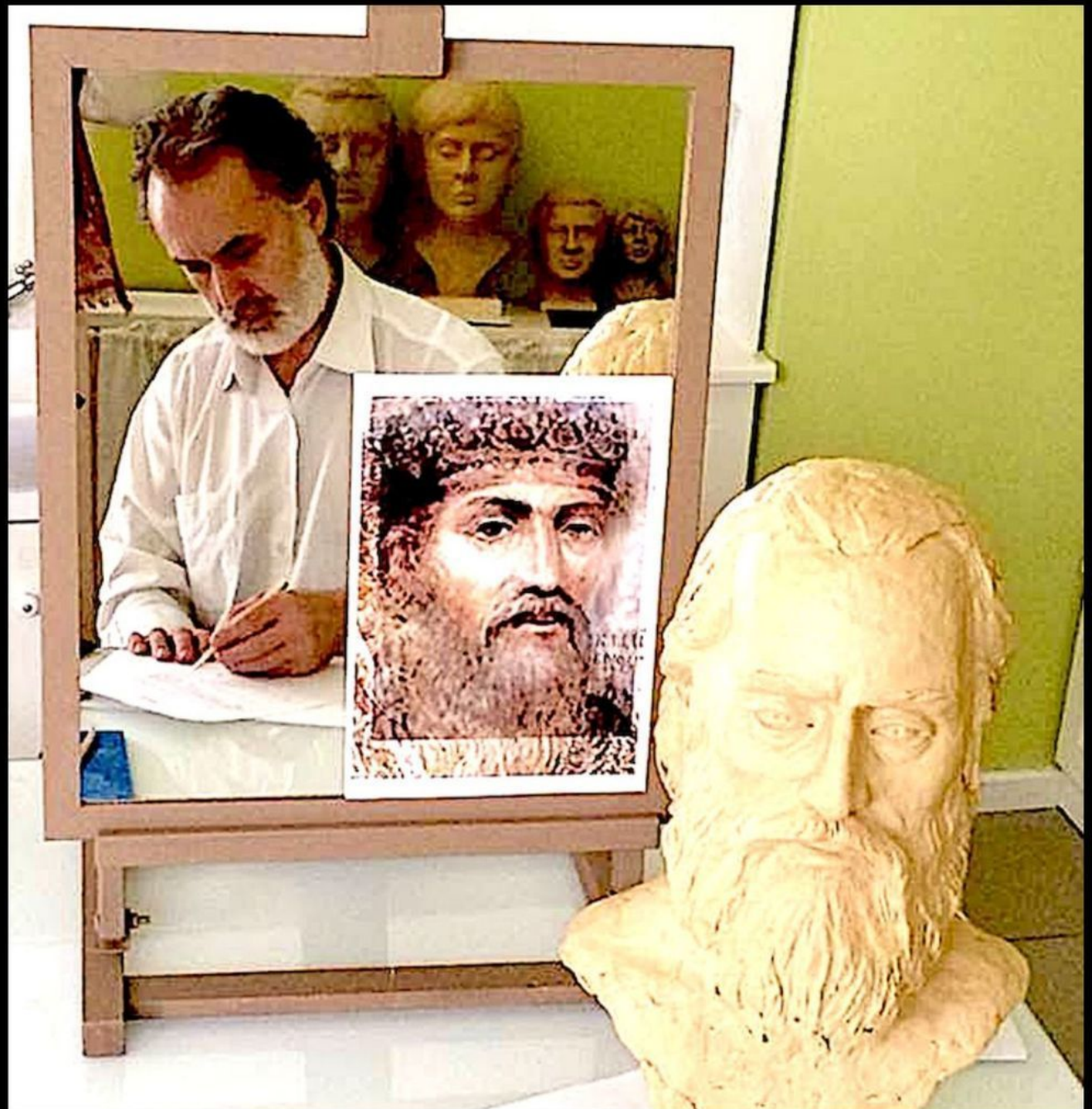


Сергей Антонович Кравченко

МАСКОТЕРАПИЯ-2



КАК НАЙТИ СВОЕ ЛИЦО

Сергей Кравченко

МАСКОТЕРАПИЯ-2.
Как найти свое Лицо

«Издательские решения»

Кравченко С. А.

МАСКОТЕРАПИЯ-2. Как найти свое Лицо / С. А. Кравченко —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-501454-2

Маскотерапия — компас в дремучем лесу социальных масок, свет в сумерках бессмысленной жизни, спасательный круг в океане безумия; земная ось, вокруг которой вращаются материки, моря и острова современной психотерапии. К таким выводам пришел автор после двадцатилетнего опыта применения метода. Краткое изложение книги «Маскотерапия-1. Как портрет открывает, развивает и лечит личность». Для психологов и психотерапевтов.

ISBN 978-5-00-501454-2

© Кравченко С. А.
© Издательские решения

Содержание

О книге	6
Обращение	7
Введение	11
Почему маскотерапия?	13
Суть современной маскотерапии	16
Методология в рамках клинической практики	19
Конец ознакомительного фрагмента.	22

МАСКОТЕРАПИЯ-2

Как найти свое Лицо

Сергей Антонович Кравченко

Корректор Анна Абрамова

© Сергей Антонович Кравченко, 2020

ISBN 978-5-0050-1454-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Посвящается памяти Гагика Микаэловича Назляна



Назляян Гагик Микаэлович (1947—2016 гг.) – автор психотерапевтического метода маскотерапии.

О книге

Лицо – космическое зеркало. Оно неисчерпаемо по своей природе, как и его основа – душа. Несомненно, если у души есть форма, то она должна быть похожа на лицо с множеством масок. Пришло время осознать мир масок и научиться с ними жить в гармонии.

В терапевтических отношениях с тысячами пациентов различных клиник накоплены большой опыт и знания. Здесь они обобщены в компактную форму.

Первые заметки относятся к 1998 году, когда я только стажировался у Г. М. Назлояна. С тех пор прошло более 20 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 все 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.

Книга является сокращенным, переработанным и дополненным вариантом вышедшего в 2019 г. издания «Маскотерапия-1. Как портрет открывает, развивает и лечит личность».

Сентябрь 2019 г.

С. А. Кравченко.

Обращение

Уважаемый читатель, треть жизни я применяю маскотерапию в своей практике. Познакомился же с методом Г. М. Назлояна еще в начале 90-х. И какой бы пациент ни 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 соскльзывать 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 С. А. Кравченко, 2019 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.

Назлоян 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, 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 так же 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 1 000 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 все равно почувствует переживание вечности, выйдет за пределы настоящего, почувствует отраженную в лице бессмертную душу.

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 – просто 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 все, 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, нет отвлеченных мыслей, если вы держите в руках портрет. Более того, все, что происходит вокруг него, – 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. Назлоян 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. Назлояна, 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 ее ценностях. Образный метод портрета дает 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.



Портрет в процессе отливки из гипса.

Здесь мы можем наблюдать и сугубо библейский сюжет о сотворении человека: создал Бог человека из праха земного по образу Своему и подобию. А предвидел ли Он последствия своего творения? Сложно сказать. Но при сотворении изначально присутствовала своевольная

неопределенность. Творил и наблюдал: что же получится в результате? А сотворенный образ взял и проявил свою волю, нарушил закон и вышел за пределы ожиданий Творца.

Не так ли и при создании автопортрета человеком? Творит человек свой образ, но шестым чувством ощущает, что в результате его подобие проявит скрытую волю и начнет жить своей жизнью.

И первой очевидностью самопознания в портрете будет неминуемый крах всех ожиданий о полной управляемости своего творчества. Автопортрет начинает жить своей жизнью, отделившись от творца. И этот факт следует признать как общий закон любого творчества – результат выходит за рамки ожиданий творца и живет самостоятельно.

Портреты, несомненно, часто являются и предметом искусства. При наблюдении некоторых из них, если они достаточно глубоки, всегда возникает чувство, что можно без конца углубляться и расширять смыслы изначальной идеи лица. Источник сам задает содержание, появляются целостность и смысловые нити, порождающие новую жизнь.

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 ее 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 прическе 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. 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, надевая 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 ее 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, человек может научиться осознанно вести с ними гармоничный внутренний диалог.

В самых тяжелых случаях, которые хорошо описаны в работах Г. М. Назлояна, 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 понятие «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 положительный 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 современной маскотерапии

Маскотерапия – развивающая, диагностическая, психотерапевтическая или консультативная работа, в процессе которой в первую очередь создается скульптурный или графический портрет. Синхронно с портретом могут выполняться работы по росписи лица театральным гримом, фотопортретирование или киносъемка 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 восприятие которых 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;
- 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 клиента на своем портрете. Портрет может развиваться в течение нескольких встреч на протяжении месяца. Иногда портреты создаются годами. Общее количество встреч варьируется 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 всего переживал своего хозяина и нес память о нем потомкам, сохраняя образ его в вечности.

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

Суть маскотерапии и ее эффективность в том, что при создании портрета легко можно подвести клиента к тем особым состояниям силы души, которые преображают личность и дают ей код доступа к вечности. 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.¹

Важно подчеркнуть, что маскотерапия не всегда есть психотерапия. Она может быть просто развивающей или корректирующей методикой; выступать и как центр 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.²

Лечение с помощью масок через их определение и разыгрывание диалогов между ними наиболее реально именно в скульптурном портретировании. В итоге – гармонизация отношений, решение внутренних конфликтов и определение «Я».

Если же снять одну маску из папье-маше с лица, как это делают некоторые специалисты, то этого будет недостаточно, так как у человека масок больше, чем социальных ролей. Смотрите дополнительно книгу С. А. Кравченко «Маски, Лица, Образа», где исследованы маски различных типов, их функции и роль в жизни человека. Книга С. А. Кравченко «Записки отшельника» раскрывает ту свободу от социальных ролей и масок, что приближает к состоянию чистого «Я».

Умение лепить дано всем изначально

При знакомстве с методом скульптурного портретирования, как правило, задают вопрос: «А что делать, если я не умею лепить?»

Важно то, что такие вопросы чаще всего задают взрослые, тогда как дети, не задумываясь, приступают к лепке, и у них что-то получается. Оказывается, лепить умеют все. Даже те, кто никогда или несколько десятилетий не брал в руки пластилин. Разница только в отношении к труду. Деловые и решительные люди, не имея никаких художественных навыков, обычно неплохо справляются с лепкой и быстро выдают конечный результат. Пусть их автопортрет

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

² И об этом важно упомянуть в настоящей книге, анонсируя книгу С. А. Кравченко «Лицо личности», которая в скором времени будет издана.

далек от совершенства и в нем мало сходства, но всегда присутствуют искренность наивного искусства и свое неповторимое лицо.

Есть и такие клиенты, которые с опаской берутся за любое новое дело. Они к пластилину относятся как к чему-то такому, что можно испортить, за что можно получить плохую оценку. Но если маскотерапевт лепит синхронно с портретируемым точно такой же портрет, то на любом затруднительном этапе можно обменяться изделиями, передав пациенту более совершенную форму, тем самым помогая ему продвинуться в работе. Через некоторое время маскотерапевт из менее худшего делает более совершенное, и обмен происходит вновь. Создается сразу два портрета. И сложно сказать, кто что лепит. Клиент принимает участие в обоих автопортретах. Чтобы они не путались между собой, лучше создавать портреты из пластилина разных цветов, например, основной – из пластилина телесного цвета, а дополнительный – из более темного оливкового.



Два портрета одного пациента

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. Назлояну, 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 мы имеем следующее: 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, 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 чаще всего применяется скульптурный портрет (или автопортрет) обладающий неоспоримым преимуществом по сравнению с живописным или графическим. Он позволяет полностью воссоздать лицо, тогда как живопись или графика только имитируют объемные изображения и затрудняют процесс отождествления пациента со своим портретом и лицом.



Скульптурные автопортреты на этапе 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. Назлояна, адаптировал данный метод к психологической практике и модифицировал его. Лечение или развитие осуществляется поэтапно, согласно структуре личности аналитической психологии К. Г. Юнга и изменениям 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 ее 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, где некоторые клиенты могут участвовать в создании портретов друг друга, отмечать 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. Назлояна 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 отношения человека к миру.

Второй этап – общечеловеческий, когда слепок напоминает примитивные скульптуры древних людей. Задача – выявление и коррекция отношения 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 отношения 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 засматриваются только вскользь.³

³ Смотрите их описание в книге С.А.Кравченко «Лицо Личности», где автор развивает свои взгляды в одноименном методе психологического консультирования.

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.