

ФОТОТЕРАПИЯ



Использование
фотографии
в психологической
практике

Под редакцией
А.И. Копытина

Сборник

**Фототерапия: использование
фотографий в
психологической практике**

«Когито-Центр»

2006

Сборник

Фототерапия: использование фотографий в психологической практике / Сборник — «Когито-Центр», 2006

ISBN 5-89353-161-2

Фототерапия является одним из относительно новых направлений психотерапевтической практики. Авторы статей, вошедших в данный сборник, по-разному обосновывают терапевтическое воздействие фотографии: одни рассматривают фототерапию как форму творческого самовыражения, другие пытаются найти ей применение с позиций глубинной психологии, визуально-нарративного подхода и т.д. Описаны основные принципы организации и проведения фототерапевтических занятий, приведены примеры из практики, демонстрирующие возможности данного метода. Книга будет полезна для практических психологов и врачей-психотерапевтов, педагогов и социальных работников, а также художников и профессиональных фотографов, пытающихся применить свой талант и умения в целях оздоровления и творческого развития личности. В формате a4.pdf сохранен издательский макет.

ISBN 5-89353-161-2

© Сборник, 2006
© Когито-Центр, 2006

Содержание

Введение	5
А.И. Копытин	7
Определение фототерапии	7
Психотерапевтические факторы, обеспечивающие лечебно- коррекционное и здоровьесберегающее воздействие занятий творческой фотографией	10
Фактор художественной экспрессии.	10
Психотерапевтические функции фотографии	
Фактор психотерапевтических и групповых отношений	14
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Фототерапия: использование фотографии в психологической практике (сборник статей)

Введение

Данная книга является первым русскоязычным изданием, посвященным психотерапевтическому использованию фотографии, включая как восприятие готовых фотоснимков, так и процесс их создания и последующего обсуждения. Наряду с опубликованной нами в 2003 г. небольшой по объему работой «Тренинг по фототерапии», она призвана повысить интерес специалистов в области психического здоровья, образования и социальной работы к богатым возможностям фотографии и стимулировать ее применение в качестве лечебно-коррекционного и развивающего средства.

Составитель сборника убежден, что фотография может стать частью эффективной здоровьесберегающей «технологии». Ее разноплановые возможности и потенциальная доступность для многих клиентских групп способны сделать ее ценным инструментом работы практических психологов и врачей-психотерапевтов, педагогов и социальных работников, а также художников и профессиональных фотографов, пытающихся применить свой талант и умения в целях оздоровления и творческого развития личности.

Возможности фотографии как исцеляющего и развивающего средства нередко проявляются в ходе самостоятельных занятий фотоделом или бытовой съемкой. На сегодняшний день нам было бы трудно представить свою жизнь без фотографии, сопровождающей человека с момента его рождения. Для большинства людей фотоснимки являются ценными документами, свидетельствами их личной истории. Они способны сближать людей и «рассказать» гораздо больше, чем любое многословное повествование. Конкретность и наглядность фотографий делает их «сгустком» реальности и материальным воплощением наших чувств и желаний, а также средством сохранения и передачи опыта.

Фотографируя друг друга и окружающий мир, мы способны ощутить радость игры и творческого отношения к жизни. Благодаря фотографии мы в какой-то мере можем «овладеть» и «управлять» предметами и создавать для себя новую реальность. Мы также можем попытаться «остановить» время, зафиксировав образы мира и свое состояние, чтобы затем постичь красоту и магию повседневности.

И, наконец, мы можем «овладеть» самими собой, своими чувствами и телом, организуя контекст съемки, осознанно или интуитивно «выбирая» тот образ себя, который нам нужен. Посредством фотографии мы также можем «реконструировать» забытую или утраченную целостность своего «я» и даже изменять самого себя.

Несмотря на то, что искусство фотографии существует сравнительно давно, до последнего времени оно редко применялось в лечебно-коррекционных и развивающих целях. Нам известны лишь редкие публикации, в которых описывается практика использования фотографии как средства оздоровления, психотерапии и реабилитации. Отчасти это связано с тем, что в «разговорной» психотерапии зримые свидетельства жизненного опыта клиента, как правило, обходились стороной, и фотоснимки лишь иногда привлекались в качестве материала для обсуждения. В то же время психотерапевтический и развивающий потенциал фотографии привлекает специалистов в области психического здоровья, заставляя их искать возможности для ее включения в свою работу.

Представители различных направлений психотерапии и консультирования, использующие фотографию, по-разному обосновывают ее лечебно-коррекционное, психопрофилактическое и развивающее воздействие: одни руководствуются клинико-психиатрическими представлениями и рассматривают занятия фотографией как одну из форм терапии творческим самовыражением, другие пытаются найти ей применение в рамках феминистского, глубинно-психологического, визуально-нарративного, системного, игрового и иных подходов.

Применение фотографии с целью лечения, психокоррекции и реабилитации иногда именуют фототерапией. На сегодняшний день фототерапия объединяет в себе те формы работы, которые применяются с целью решения психологических проблем и психосоциальной адаптации лиц с разнообразными эмоциональными и психическими расстройствами, а также физическими недостатками, и предполагают создание, восприятие и обсуждение ими фотографических образов. В гораздо меньшей степени, чем фотографирование и обсуждение снимков, в фототерапии пока используются другие виды творческой активности, в том числе элементы литературного творчества и изобразительной деятельности, движения, танца или ролевой игры, хотя такие формы работы также иногда имеют место.

Поскольку фотография связана с созданием визуальных образов, было бы естественно ожидать определенного интереса к ее использованию со стороны арт-терапевтов – то есть тех, кто в своей работе с клиентами пользуется преимущественно средствами визуальной коммуникации. Однако, как это ни парадоксально, публикации о применении фотографии в арт-терапевтической работе пока редки. Стремясь компенсировать этот недостаток, некоторые авторы данного сборника обосновывают практику лечебного использования фотографии с учетом достижений современной арт-терапии.

Было бы также весьма заманчиво исследовать здоровьесберегающий потенциал фотографии с точки зрения экспрессивной психотерапии искусством, включая такие ее направления, как драма-терапия и танце-двигательная терапия, а также психотерапевтическое литературное творчество. Планируя создание данной книги, мы поставили перед собой следующие задачи:

- объединить в одном сборнике публикации, отражающие разные варианты, формы и области применения фотографии в психотерапии и тренинге;
- представить различные способы теоретического обоснования применения фотографии, включая те, которые опираются на концептуальные разработки и принципы арт-терапевтической деятельности;
- показать, какие факторы определяют психотерапевтические эффекты фототерапии, а также то, какие приемы работы, а также конкретные техники и упражнения позволяют сделать ее применение более эффективным и разносторонним.

Хотя предлагаемые нами способы психотерапевтического использования фотографии не исчерпывают ее богатых возможностей, мы надеемся, что книга существенно расширит представления специалистов о возможных формах построения практической работы. Она демонстрирует основные принципы организации и проведения фототерапевтических занятий и, мы надеемся, убедит читателей в том, что фотография действительно служит самовыражению и самопознанию, принося значительную пользу здоровью людей.

А. И. Копытин

А.И. Копытин

Применение фотографии в психотерапии

Определение фототерапии

Фототерапией называют лечебно-коррекционное применение фотографии, ее использование для решения психологических проблем, а также развития и гармонизации личности. Она может предполагать как работу с готовыми фотографиями, так и создание оригинальных авторских снимков. Основным содержанием фототерапии, таким образом, является создание и/или восприятие клиентом фотографических образов, дополняемое их обсуждением и разными видами творческой деятельности. Это может быть сочинение историй, применение дополнительных изобразительных техник и приемов (рисование, коллажирование, инсталлирование готовых снимков в пространство), изготовление из фотографий фигур и последующая игра с ними, сценическое представление и работа с костюмами и гримом, движение и танец, художественные описания и т. д.

Развивающее и исцеляющее воздействие, оказываемое восприятием или созданием фотографий, может проявляться и в повседневной жизни людей, однако фототерапия обязательно включает в себя общение со специалистом (психологом, врачом-психотерапевтом). Представители разных психотерапевтических школ и направлений могут по-разному подходить к процессу фототерапии: одни делают акцент на работе со снимками в русле психоаналитической традиции; другие уделяют преимущественное внимание тренировке навыков и развитию умений; третьи стимулируют клиента к укреплению посредством фотографии отношений с окружающими его людьми и предметами и т. д.

Если следовать психоаналитическим взглядам, то сутью процесса фототерапии является выражение посредством фотографических образов внутренних конфликтов, потребностей и переживаний клиента. Благодаря фотографии он может их словесно описать и осознать, а также изменить свое отношение к ним. В процессе создания и обсуждения фотографий в человеке оживляются как осознаваемые, так и неосознаваемые потребности и переживания, связанные с психическими травмами и незавершенными ситуациями прошлого. Выражение травматического опыта и завершение прошлых ситуаций в психотерапевтических отношениях или групповой работе является основой для психологических изменений.

Для детей и некоторых взрослых естественнее выражать свои мысли и чувства посредством образов, а не словами, поэтому фотография способна выступать для них важнейшим средством общения с миром и организации внутреннего опыта. Для некоторых людей фотографический образ может являться объектом для переноса различных содержаний психики и «овладения» ими, благодаря чему, например, такие чувства, как страх, боль или гнев могут утратить свою интенсивность и стать подконтрольными клиенту. Искусство фотографии, как одна из форм художественного творчества, может быть средством обогащения субъективного опыта и давать человеку возможность заново воспроизводить, варьировать и дифференцировать его.

Для того чтобы создание и обсуждение снимков имело психотерапевтическую направленность, необходимо взаимодействие между клиентом и специалистом. Последний в этом случае не только вовлекает клиента в процесс фотографирования и стимулирует иные виды его творческой активности (включая художественные описания, изобразительную деятельность и т. д.), но и побуждает к описанию своих чувств и поиску смысла созданных им либо готовых фотографических образов. Принципиально важно, что специалист изначально создает для клиента

безопасную среду, в которой тот может позволить себе быть спонтанным, свободно выражать свои чувства, мысли и фантазии, «играть» с реальностью и экспериментировать с новыми формами опыта.

Как правило, эстетические стандарты не имеют в фототерапии особого значения. Специалист, работающий с клиентом, не обучает его технике фотографии (по крайней мере, такое обучение не является первоочередной задачей фототерапии). В отличие от занятий в условиях фотокружка или художественной студии, где люди также могут заниматься фотографией, фототерапия фокусируется на исследовании уникальной жизненной истории клиента, его потребностей и системы отношений. Она ориентирована на выражение различных содержания внутреннего мира клиента и достижение благодаря этому изменений в структуре его опыта, установках и взглядах на себя и окружающий мир. Таким образом, цель фототерапии – не обучение клиента, но восстановление и укрепление его здоровья и улучшение качества жизни.

Искусство фотографии само по себе многогранно, однако в любом случае в его основе лежит создание художественных образов. Это позволяет рассматривать фотографию как одну из форм визуального искусства, хотя, в отличие от живописи, графики или скульптуры, фотография невозможна без определенных технических средств. Таким образом, она является «технизированным» видом изобразительного искусства. С одной стороны, это делает ее более сложной для освоения и в каком-то смысле ограничивает спонтанность и творческую свободу. С другой стороны, это предполагает дополнительные возможности для творческого самовыражения, связанные, в частности, с возможностью тиражирования снимков, варьирования их формата и цветности, создания особых визуальных эффектов, а с развитием цифровой фотографии – трансформации и корректировки образов.

«Технизированность» фотографии как одного из жанров изобразительного искусства означает относительно высокую осознанность действий художника. Это, однако, не исключает проявления в процессе фотографирования неосознаваемых чувств и потребностей.

Фотографию также можно рассматривать как игру. Она действительно позволяет «играть» с реальностью и ее зримыми отображениями – выбирать то, что для художника наиболее интересно и важно, творчески комбинировать разные элементы реальности друг с другом и даже создавать иную, фантастическую реальность.

В фотографии может происходить соприкосновение и соединение реальности и фантазии, благодаря чему снимок становится своеобразным «транзитным объектом», инструментом наглядно-действенного освоения художником мира и собственной внутренней реальности. Благодаря своим игровым возможностям фотография может приносить удивительное ощущение свободы, возможно, сходное с тем, которое переживает во время игры ребенок.

По своей природе фотография социальна: она связана с контактами между людьми и передачей значимых для них чувств и представлений. Ее можно рассматривать как своего рода ритуал, обеспечивающий социализацию и формирование идентичности, включение в разные группы людей с характерной для них системой ценностей, а также ролевое развитие и трансформацию. Все это обуславливает тесную связь фотографии со сценическим искусством, а также возможность использования представлений и техник современной драматерапии применительно к терапевтической фотографии.

Фотографирование часто связано с саморепрезентацией – представлением себя реальной или воображаемой аудитории в определенном образе. Хотя мы часто не осознаем, насколько изменяются при этом наши внешность и поведение, а «сценарий» разыгрываемой перед фотоаппаратом драмы нам неведом, в момент фотографирования все равно происходит нечто напоминающее мини-спектакль, воздействие которого и на его участников, и на зрителей порой весьма значительно.

В большинстве случаев фотография связана с запечатлением внешнего облика человека и тех или иных его значимых действий. Она позволяет сохранить во времени ощущения тела, опыт его покоя и движения. На фотографии мы можем увидеть разные позы и выражения лица, передающие те или иные реакции и состояния, в том числе вызванные находящимися рядом с нами людьми и предметами, а также нашим пребыванием в той или иной среде. Это позволяет использовать фотографию в качестве инструмента исследования телесного образа «я», пластического выражения чувств и потребностей, а также получения нового телесного опыта и его интеграции. В терапевтическом же контексте это дает возможность применять фотографию в сочетании с техниками телесно-ориентированной и танцедвигательной терапии, используя их теоретический базис для обоснования механизмов исцеляющего воздействия фотографии.

Чаще всего, показывая кому-либо фотографии, мы сопровождаем это рассказом. Рассказ позволяет не только передать наше отношение к тому, что изображено на фотографии, и прояснить то, что скрыто «за кадром», но и обозначить смысл событий и переживаний, связать воедино разные аспекты опыта. Рассказы, сопровождающие показ фотографий, подчас весьма затейливы и красочны, что не только усиливает воздействие зрительных образов, но и позволяет полнее и глубже выразить связанные с ними чувства и мысли. Потому *нарративный*, или повествовательный элемент фотографии очень важен, он имеет большое значение для достижения терапевтических эффектов. Данное обстоятельство можно использовать при проведении фототерапевтических занятий, предлагая их участникам сочинить на основе фотографий различные истории в форме рассказов, притч или сказок, либо создать своеобразные мини-сценарии, позволяющие обозначить основные действующие персонажи, их поступки, то, что могло предшествовать изображенному на фотографии событию и то, что может за ним последовать.

Таким образом, фотография сочетает в себе множество форм творческой деятельности, которые могут использоваться в ходе занятий в различных вариантах и сочетаниях, обеспечивая многостороннее исцеляющее, гармонизирующее и развивающее воздействие на участников.

Психотерапевтические факторы, обеспечивающие лечебно-коррекционное и здоровьесберегающее воздействие занятий творческой фотографией

В этом разделе будут рассмотрены предполагаемые механизмы лечебно-коррекционного и здоровьесберегающего воздействия фототерапевтических занятий. При этом мы будем руководствоваться предложенной нами ранее классификацией психотерапевтических факторов арт-терапии (Копытин, 2001б, 2002, 2003а), которая является результатом обобщения данных, представленных в зарубежной и отечественной арт-терапевтической литературе. Согласно этой классификации, можно говорить о следующих психотерапевтических факторах занятия творческой фотографией:

- факторе художественной экспрессии;
- факторе психотерапевтических отношений (применительно к групповой работе – факторе внутригрупповых отношений);
- факторе интерпретации и вербальной обратной связи.

Фактор художественной экспрессии. Психотерапевтические функции фотографии

Фактор художественной экспрессии связан с выражением чувств, потребностей и мыслей клиента посредством различных изобразительных материалов и создания художественных образов. В настоящее время представители различных психотерапевтических школ и направлений по-разному обосновывают психотерапевтический эффект художественной экспрессии: представители поведенческой психотерапии связывают его с отвлечением внимания клиента от болезненных переживаний и развитием посредством изобразительной деятельности более адаптивных моделей реагирования; представители гуманистического подхода – с самоактуализацией и развитием самодирективности клиента; представители психодинамического направления – с выражением и осознанием ранее неосознаваемых чувств и потребностей и т. д.

Следует учитывать, что в определенных условиях и при работе с некоторыми клиентами изобразительная деятельность может не предполагать создание законченных визуальных образов, но, тем не менее, иметь определенный терапевтический результат. Это может быть, например, сенсорная стимуляция, развитие моторики, снятие напряжения, развитие навыков саморегуляции, «выплеск» негативных переживаний и т. д.

Большое значение имеет также и то, что происходит, когда клиент заканчивает создание визуального образа. Автор работы может, например, создавать на основе своего рисунка художественные описания, воплощать связанные с рисунком темы и образы на сцене либо превращать произведение в своеобразный «талисман». Деструктивные и агрессивные переживания в ходе фототерапевтических занятий могут быть отреагированы посредством различных манипуляций с готовой продукцией, например, путем разрывания или сжигания снимков, разрезания фотографий или вырезания из них отдельных персонажей или объектов, «деструкции» журналов в ходе создания коллажей или фото-ассамбляжей.

В условиях групповой работы изобразительная деятельность протекает во многом иначе, чем при индивидуальной работе. При этом большое значение имеют особенности группы и организация ее работы. Следует учесть, что перемещение фокуса внимания с межличностного взаимодействия на изобразительную деятельность будет существенно влиять на групповую динамику.

В работе арт-терапевтических групп особенно важен момент показа созданной их участниками продукции (в том числе фотографий) друг другу. Ведущий должен обращать внимание на то, как члены группы располагают готовые фотографии в пространстве. Через расположение фотографий можно увидеть личные границы участников, понять их роли и позиции в группе, часто расположение фотографий выражает чувства, возникающие в групповых отношениях. В некоторых случаях психотерапевт может предлагать членам группы задания, помогающие им обозначить и укрепить свои личные границы и сформировать подгруппы. Например, можно ненавязчиво предложить им создать для своих рисунков рамки, подчеркнув, что при создании рамки у них имеется неограниченная свобода выбора и что они могут ее не создавать, если им этого делать не хочется. Создавая рамку, они могут использовать любые материалы, придавать ей любую форму и использовать при этом какие угодно цвета. Развитию групповых отношений и установлению личных границ также может способствовать использование некоторых фототерапевтических техник парной или коллективной работы, которые будут специально описаны в главе 6.

В групповом арт-терапевтическом процессе фотография может выступать в качестве важного средства проективно-символической коммуникации, служа формированию групповой культуры и групповой сплоченности. Различные аспекты групповой культуры отчетливо проявляются в создаваемых членами группы фотографиях: в выборе ими объектов и тем для съемки, содержательных и формальных особенностях фотографических образов и т. д.

А теперь обозначим психотерапевтические функции фотографии, тесно связанные с фактором художественной экспрессии.

1. Коммуникативная функция фотографии состоит в том, что она может передавать чувства и представления, а в более широком смысле – быть средством восприятия, переработки и передачи информации. При этом следует иметь в виду как межличностный, так и внутриличностный аспекты коммуникации. Если межличностный аспект коммуникации связан с передачей чувств и представлений от одного человека к другому, то внутриличностный аспект заключается в возможности диалога с самим собой и «трансляции» психического материала с бессознательного уровня на уровень сознания.

2. Фокусирующая/актуализирующая функция связана со способностью фотографии оживлять воспоминания и приводить к повторному переживанию событий прошлого – как положительно, так и отрицательно окрашенных. Хотя повторное переживание неприятных и травматических событий может быть для человека психологически небезопасным, в рамках психотерапии это зачастую необходимо для того, чтобы прийти к их переосмыслению либо завершить прошлую ситуацию с новыми, более положительными последствиями. Данная функция фотографии связана также с проявлением латентных, ранее скрытых свойств личности, ее потребностей и тенденций. Человек может открыться самому себе и окружающим с новой стороны благодаря, например, тому, что снимки запечатлели его в непривычном или ранее не столь очевидно проявлявшемся состоянии, или в момент совершения какого-либо действия, которое раньше было для него не характерно. Как и при повторном переживании событий прошлого, такая «встреча» человека с ранее несвойственными ему либо «невидимыми» для него проявлениями своей личности иногда может быть неприятной или даже пугающей, и многое зависит от того, в каких условиях это происходит и какими интервенциями психолога или психотерапевта сопровождается. Если такая ситуация переживается им болезненно, скорее всего это связано с «теньными» и неосознаваемыми проявлениями его внутреннего мира. Именно на этом основана психоаналитическая работа с фотодокументами. Это, конечно же, не значит, что при работе с фотографией наибольшее психотерапевтическое значение имеют негативные переживания. Когда «встреча» человека с ситуациями из прошлого и неведомыми ему ранее проявлениями своего «Я» приятна и желанна, фотографии могут выступать в качестве средства раскрытия и укрепления внутренних ресурсов, а также в

качестве стимула к дальнейшему развитию. Личность может освоить новые грани своего «Я» и более активно задействовать их в деятельности и отношениях.

3. Стимулирующая функция связана с тем, что при создании и восприятии снимков происходит активизация разных сенсорных систем – прежде всего зрения, кинестетики и тактильной чувствительности. Фотографируя, человек вступает в активные отношения с миром. Выбирая объекты для съемки и производя ее, ему порой приходится прилагать немалые усилия для мобилизации своих чувств, воли и изобретательности. Этим обусловлена мобилизующая функция фотографии.

4. Фотосъемка, последующее восприятие фотографий и их художественное оформление связаны с координацией разных сенсорных систем, с появлением разнообразных ассоциаций: вначале – с объектом съемки, а затем – с готовым образом. При этом могут оживать воспоминания, стимулироваться творческое воображение, формироваться новые представления. И, конечно же, фотосъемка немыслима без способности человека осуществлять свой выбор и определенным образом «встраивать» объект восприятия в систему личных значений, соотносить его со своими потребностями и опытом. Все это составляет еще одну – организующую (интегрирующую) функцию фотографии.

5. Объективирующая функция в определенной степени связана с фокусирующей/актуализирующей функцией и заключается в способности фотографии делать зримыми переживания и личностные проявления человека, отражающиеся в его внешнем облике и поступках. Благодаря объективирующей функции фотографии человек может лучше осознать свою принадлежность к определенной социальной группе (профессиональной, культурной, национальной и т. д.). В этом случае она будет отражать его значимые отношения с людьми и предметами – то есть основу его самоидентификации. Человек может понять, в какой степени его мимика и поза, прическа, одежда, а также интерьер, его собеседники в кадре и т. д. связаны с его чувством культурного, гендерного или профессионального «Я» и потребностями в его изменении.

6. Фотография также позволяет увидеть и осознать эти изменения, равно как и те метаморфозы, которые происходят с ним вследствие тех или иных событий или психотерапевтической работы. Таким образом, отражение динамики внешних и внутренних изменений – еще одна важная психологическая функция фотографии. Данная функция проявляется в том случае, если имеется достаточное количество снимков, позволяющих провести ретроспективный анализ определенных этапов жизни человека и увидеть, насколько его внешность, поведение и окружающая среда различаются в разные моменты времени.

7. Смыслообразующая функция фотографии заключается в ее способности помогать человеку увидеть смысл поступков и переживаний – как своих собственных, так и других людей. В повседневной жизни мы часто действуем и реагируем неосознанно либо приписываем поступкам и переживаниям определенный, как нам кажется, очевидный смысл. Фотография же позволяет «остановить мгновение» и сфокусироваться на нем, что в обыденной жизни многим людям недоступно. Она также обеспечивает необходимую для саморефлексии отстраненность, благодаря чему человек может увидеть свои переживания и поступки в новом свете и постичь их иное, зачастую более глубокое либо альтернативное содержание. Происходит переосмысление опыта и установление смысловых связей между событиями и различными элементами внутреннего мира. Применительно к фототерапии это может, в частности, означать осознание клиентом причин появления у него тех или иных проблем в межличностных отношениях, а также особенностей своего развития и потребностей. Если говорить не только о восприятии, но и о создании снимков, смыслообразующая функция фотографии в определенной мере состоит в выборе объектов, времени и контекста съемки, благодаря чему осуществляется «селекция» наиболее значимого материала и его содержательная переработка. Выступая в этой функции, фотография нередко позволяет обозначить «истину» бытия, переживаний и человеческих отношений.

8. Деконструирующая функция фотографии дополняет ее смыслообразующую функцию: она помогает человеку осознать, что тот смысл, который он приписывает своим поступкам и переживаниям, а также действиям и переживаниям других людей, не является объективной данностью: он привнесен в его сознание и бессознательное в процессе социализации. С точки зрения представлений постмодерна, смыслы наших поступков и переживаний представляют собой «конструкты» – порождения различных языковых и неязыковых знаковых систем, которыми мы пользуемся на разных этапах своей жизни. Культура и социум учат нас приписывать нашим чувствам и действиям вполне определенный смысл, хотя они, в принципе, могут иметь неограниченное множество иных значений. Такое приписывание чувствам и действиям определенного смысла, как правило, носит адаптивный характер, хотя в некоторых случаях может быть причиной более или менее выраженной дезадаптации. Последнее особенно вероятно в том случае, если само общество и его культура являются инструментами насилия или контроля одних групп населения над другими. При этом те группы населения, которые занимают в нем привилегированное положение, в том числе за счет ущемления интересов других групп, будут вольно или невольно стремиться использовать разные знаковые системы (включая кино, изобразительное искусство, музыку, телевидение, прессу и другие медиа-средства) для того, чтобы утвердить в обществе ту систему значений, которая служила бы сохранению сложившегося порядка вещей. Однако, поскольку данная система значений призвана поддерживать неравноправие, она будет в той или иной мере искажать реальный смысл человеческих отношений и переживаний, а также выступать одним из факторов патогенизации. В таких условиях одной из задач фототерапии может быть «освобождение» человека от ложных, «сконструированных» значений и формирование новой системы значений, более достоверно отражающих внутреннюю и внешнюю реальность. Так, в результате фототерапии женщина может прийти к осознанию того, что ее гендерные предпочтения, например, использование макияжа, одежды определенного типа, выражение лица и т. д. не являются ни «природно заданными», ни отвечающими ее реальным потребностям.

9. Функции рефрейминга и реорганизации тесно связаны с предыдущей функцией. Слово «рефрейминг» в переводе с английского означает «помещение в иную рамку», этим понятием обозначают включение объекта (каковыми могут также являться поступки, чувства и мысли человека) в иной контекст восприятия, что приводит к изменению его смысла. В случае фотографии это может быть, в частности, применение фотоколлажа или фотомонтажа, позволяющих соединить определенный визуальный образ (например, изображение человека) с тем материалом, который на оригинальном снимке отсутствовал. При этом человек может увидеть свои чувства и поступки в совершенно новом свете. Так, например, молодой человек может увидеть себя героем киносериала или перенестись в прошлое и оказаться на одном корабле с первооткрывателями Америки.

10. Контейнирующая (удерживающая) функция состоит в том, что фотография может «удерживать» чувства от их бессознательного отреагирования в реальности. Данная функция обусловлена тем, что фотографические образы часто выступают в качестве инструментов символической экспрессии, которые, как это следует из психодинамических представлений, служат «канализации» психической энергии и ее трансформации в более высокоорганизованные психические проявления. На этом, в частности, основана идея о сублимации.

11. Экспрессивно-катарсическая функция фотографии реализуется как через восприятие готовых снимков, так и через их создание. Повторное, иногда более глубокое переживание чувств и их вербальное и невербальное выражение во время просмотра фотографий, особенно если оно происходит в присутствии достаточно эмпатичных и понимающих собеседников, способно приводить к эмоциональному «очищению» и освобождению от тягостных переживаний. Что же касается создания снимков, то экспрессивно-катарсическая функция фотографии отчасти связана с тем, что фотографические образы могут не только «рассказывать» о чувствах, но

и «воплощать» их. Последнее основано на феноменах проекции и проективной идентификации, когда субъект в результате идентификации с объектом восприятия (каковым может быть растение, животное, неодушевленный предмет или другой человек) «переносит» на него свои собственные переживания либо начинает переживать то же, что и объект. Если при создании снимков человек находится в кадре, экспрессивно-катарсическая функция фотографии осуществляется за счет выражения чувств посредством жестуляции, позы, мимики, костюма. Дополнительные возможности для выражения чувств дает использование музыки, различных аксессуаров, а также сама среда, в которой проводится съемка. При этом большое значение может иметь сам процесс съемки и подготовка к нему: порой в течение довольно продолжительного времени человек может входить в определенное состояние и переживать его в присутствии окружающих, что обеспечивает заметный катарсический эффект.

12. Защитная функция фотографии, отчасти смыкающаяся с ее контейнирующей и объективирующей функциями, связана с ее способностью обеспечивать дистанцирование от травматичных и малопонятных переживаний, а также определенный контроль над ними. Так, например, человек может какое-то время скрывать от близких некоторые из своих фотографий, если их демонстрация и обсуждение для него психологически небезопасны. При этом он может ощущать, что именно он, и никто другой, определяет момент, когда снимки могут быть показаны. Возможность контролировать ситуацию и свои эмоции очень важна для достижения чувства психологической безопасности и, в конечном итоге, может помочь ему решиться на показ фотографий.

Фактор психотерапевтических и групповых отношений

Как было отмечено выше, в отличие от самостоятельных занятий творческой фотографией, сопровождающихся определенными исцеляющими и развивающими эффектами, фототерапия обязательно включает в себя общение со специалистом (психологом, врачом-психотерапевтом). Выражение различных содержаний психики клиента (чувств, воспоминаний, фантазий и т. д.) в присутствии специалиста является основой для психологических изменений.

Поскольку в психотерапии искусством проективно-символическая коммуникация имеет особое значение, специалист не только напрямую общается с клиентом, помогая ему словесно выражать свои переживания и обеспечивая его эмоциональную поддержку, но и выступает в качестве посредника в «диалоге» клиента с той продукцией, которую он создает. Таким образом, психотерапевтические отношения опосредованы изобразительной деятельностью клиента.

В настоящее время считается, что фактор психотерапевтических отношений является одним из наиболее значимых для достижения лечебно-коррекционных эффектов, независимо от конкретной модели или формы психотерапии. Применительно к занятиям фототерапией фактор психотерапевтических отношений связан, прежде всего, со следующими функциями специалиста:

- а) созданием атмосферы высокой терпимости и безопасности, необходимой для свободного выражения клиентом содержаний своего внутреннего мира – как в художественной работе, так и иных творческих проявлениях;
- б) организацией деятельности клиента, осуществляемой путем формирования определенной системы правил его поведения, фокусировки его внимания на творческой работе, собственных чувствах и потребностях, предложения клиенту определенных способов работы и т.д.;

в) установлением с клиентом эмоционального резонанса (раппорта), необходимого для взаимного обмена чувствами, образами и идеями;

г) использованием различных специальных приемов (внушение, совет, интерпретация и др.), помогающих клиенту осознать причины его проблем, а также его потребности и переживания.

Начиная с психоанализа, в зарубежной психотерапевтической практике психотерапевтические отношения рассматриваются через представления о переносе и контрпереносе. Как известно, эти понятия обозначают как неосознаваемые, так и частично осознаваемые реакции клиента, возникающие у него в присутствии психотерапевта, а также аналогичные реакции психотерапевта, возникающие в присутствии клиента. Современное толкование этих понятий предполагает признание того, что отношения клиента и психотерапевта являются живым диалогом двух личностей, в котором проявляется все многообразие их человеческих качеств. Перенос и контрперенос представляют собой взаимосвязанные реакции, разворачивающиеся во времени с определенной последовательностью, зависящей от глубины взаимодействия клиента и психотерапевта.

Если в ходе психотерапевтических встреч клиент создает ту или иную творческую продукцию, например, фотографии, то эта продукция становится частью «психотерапевтического пространства» – то есть той среды, в которой формируются и развиваются психотерапевтические отношения. Эта продукция также приобретает особую значимость как дополнительный фактор переноса и контрпереноса. Она также становится специфическим объектом для проекции переживаний клиента, с одной стороны, и проективной идентификации психотерапевта с переживаниями клиента, с другой стороны.

Можно предположить, что визуальные, в том числе фотографические, образы способны благодаря феноменам проекции и проективной идентификации «накапливать» и «удерживать» в себе чувства клиента и психотерапевта, возникающие в переносе и контрпереносе, и способствовать тем самым их постепенному осознанию.

Особое игровое пространство, столь характерное для психотерапии искусством, воссоздает среду «первичной материнской заботы», в которой изобразительные материалы выступают в качестве «переходных объектов» (Д. Винникотт). Поскольку такие формы терапии предполагают общение между клиентом и психотерапевтом в основном на невербальном уровне (по крайней мере, на некоторых этапах их совместной работы), это может способствовать проявлению переживаний клиента, связанных с его ранними отношениями.

Однако природу психотерапевтических отношений следует рассматривать не только с точки зрения психодинамического подхода, в рамках которого, как известно, основное внимание обращается на ранние отношения клиента. Очевидно, что клиент и специалист привносят в психотерапевтические отношения опыт не только детства, но и других этапов своей социализации и отношений с широким кругом лиц. Использование социальной теории позволяет лучше понять, как социальный опыт клиента и психотерапевта влияет на их отношения и динамику психотерапевтического процесса. Психотерапевтические отношения не являются «закрытым» для влияний извне, они выступают в качестве составной части мира социальных отношений. Соответственно, и создаваемая клиентом творческая продукция также может являться средством их отражения и «переработки».

Здесь было бы уместно процитировать Бергер, отмечающую, что «задача... фотографии состоит во включении человека в социальный и политический контекст; личное отнюдь не должно подменять социально-политическое бытие и вести к атрофии тех качеств, которые с ним связаны... Фотография должна стать основой для конструирования общей системы, включающей личные, политические, экономические, драматические, повседневные и исторические связи» (Berger, 1980, p. 58, 63).

Творческая продукция клиента, появляющаяся в процессе психотерапии, является результатом его взаимодействия как с психотерапевтом, так и с обществом, которому присуще многообразие культурных «текстов» (визуальных и лингвистических дискурсов). При этом культурные тексты являются не только средством передачи чувств клиента, его потребностей и того смысла, который он в них вкладывает, но и инструментом создания новых смыслов и новой «реальности». С помощью фото-средств клиент может создавать множество «виртуальных» реальностей: «Затрагивая различные формы знания, отражения и репрезентаций, фотография становится инструментом общения. Поскольку цитирования неизбежны, наиболее значимым становится то, каким образом осуществляется выбор материала. На выбор же оказывает влияние борьба дискурсов и политика репрезентации» (Мартин, 2002, с. 213).

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.