

## Средовый и экологический подходы в арт-терапии

Копытин А.И. д.м.н., профессор кафедры психологии<sup>1</sup>, доцент кафедры психотерапии<sup>2</sup>

1 — ГБУ ДПО «Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования», Санкт-Петербург

2 — ФГБОУ ВО «Северо-Западный государственный медицинский университет им. И.И. Мечникова», Санкт-Петербург

Автор для корреспонденции. Копытин Александр Иванович; e-mail: alkopytin@rambler.ru

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Поступила: 25.08.2016.

*Дана характеристика средового и экологического подходов в арт-терапии в контексте глобальных тенденций противодействия ухудшению экологической обстановки и более активного использования саженного потенциала природной среды. Обозначается связь данных направлений арт-терапии с такими научно-практическими дисциплинами, как средовая психология, экпсихология и экология здоровья. Рассматриваются ключевые положения формирующейся теории и методологии данных подходов, касающиеся психологических концепций личности, патогенных факторов и концепций терапевтического вмешательства. Представлен обзор терапевтических подходов и публикаций, связанных с использованием фактора средовой творческой активности пациентов.*

**Ключевые слова:** арт-терапия, терапия искусством, природа, творчество.

### Введение

Использование потенциала искусства и творческой активности — один из факторов сохранения психического здоровья населения, успешной социализации и реабилитации разных контингентов. Здоровьесберегающие возможности искусства составляют основу арт-терапии (более широко — терапии искусством), поддерживают развитие инновационной форм лечебно-профилактической и реабилитационной практики. В разных странах мира происходит оптимизация медицинской и социальной помощи, в том числе за счет более активного использования разнообразных внешних и внутренних ресурсов, связанных с природой, культурой, общением и творческой деятельностью (*strength-based intervention models*), духовными основами жизнедеятельности, комплексом регулятивных и адаптационных метанавыков. Именно эти ресурсы использует арт-терапия.

Последние годы отмечены появлением новых форм и методологических подходов в арт-терапии, таких, в частности, как экологический и средовый подходы [7, 19, 38]. Повышение внимания к среде как одному из условий эффективности лечебно-профилактических, реабилитационных и образовательных мероприятий также выступает одной из тенденций развития современной медицины, социальной работы и образования [2, 4, 8, 9, 11—13, 15, 16].

Средовый подход представляет собой междисциплинарный, метапредметный общеметодологический подход, раскрывающий любые процессы, объекты и явления в разных средах, описывающий влияние фак-

торов среды на функционирование и развитие рассматриваемых системных образований, и наоборот — влияние системных образований на состояние и качество окружающей среды (природной, культурной, техногенной, лечебной, образовательной и др.). Применительно к лечебно-профилактической практике медицины, в частности такой ее сферы, как охрана психического здоровья, средовый подход чаще всего связан с использованием факторов терапевтической среды.

Представления о терапевтической среде охватывают широкий набор факторов, связанных с отношениями между получателями и провайдерами лечебно-профилактических услуг, работой полипрофессиональной бригады специалистов, терапевтическим сообществом, медицинским и иным оборудованием лечебно-профилактического учреждения, родственниками пациентов, общественными организациями волонтеров, пациентов и их родственников. К терапевтической среде также относятся архитектура и дизайн помещений, искусство, природа и иные факторы, привлекаемые в процессе оказания медицинской помощи. Все они призваны создать атмосферу наибольшего комфорта для получателей и провайдеров услуг и обеспечить оптимальные лечебно-реабилитационные эффекты.

Экологический подход выступает частным аспектом средового подхода. Он связан с изучением влияния человеческой деятельности на природные процессы и среду обитания, а также воздействия природной среды на состояние и функционирование человека. Экологический подход характеризуется рядом принципиальных отличий, затрагивающих философ-

ские (антропологические), ценностные, парадигмальные основы науки. Одним из стимулов развития среднего и экологического подходов является ухудшение экологической обстановки вследствие человеческой деятельности и, как следствие, возрастание роли средовых патогенных факторов.

Средовый и экологический подходы в сфере охраны психического здоровья все больше характеризуются направленностью на формирование активной позиции получателей медицинских, психотерапевтических услуг в их отношениях со средой, развитие адапционных возможностей человека посредством разных видов средовой активности [22]. Признается, что лечебно-профилактические программы и психотерапевтические методы, реализуемые на основе тех или иных форм средовой активности, могут способствовать сохранению здоровья, повышению эмоционального комфорта и благополучия людей, качества жизни [23, 29, 43].

Средовый и экологический подходы в сфере охраны психического здоровья, основаны на представлениях средовой психологии (*environmental psychology*) [28, 29], экопсихологии [30, 43, 44] и экологии здоровья (*ecohealth*), тесно связанных с экотерапией. Методы экотерапии разнообразны и предполагают взаимодействие с животными, посадку растений, создание садов (анималотерапия и гарденотерапия), созерцание природных ландшафтов. К методам экотерапии также относят терапию дикой природой (*deep wilderness therapy/wilderness therapy*) [32], терапевтический метод восстановления среды (*environmental restoration*) [45], метод экологического восприятия [46], терапию приключениями (*adventure therapy*) и другие. Для экотерапии характерно использование природных зон — садов и парков, ботанических садов, заказников, а также анклавов более дикой природы в целях укрепления здоровья.

Отдельную группу экотерапевтических методов составляют методы средовой и экологической арт-терапии [19, 38], основанные на творческом взаимодействии с природной средой с использованием разных видов творческой активности, прежде всего образцательной деятельности. Данные подходы могут быть связаны с проведением занятий в природной среде, использованием природных материалов и включать разные виды средовой активности, связанные с заботой о природе.

Спектр лечебных методов и форм психосоциальной помощи, основанных на целебном взаимодействии пациентов с природной средой, расширяется. Однако они остаются плохо известными большинству специалистов, занимающихся вопросами психического здоровья. Как отмечает S.A. Conn [24], «... многие психотерапевты озабочены необходи-

мостью изменения отношений человека с миром природы и хотели бы затрагивать эту тему в их работе с клиентами, но не знают, как это можно сделать. Нас никто не учил выходить за пределы терапевтического кабинета, и как работать с проблемами экологического сознания ни в теории, ни на практике...».

Хотя определенные формы взаимодействия со средой и использование природных факторов отмечалось в медицине, в сфере охраны психического здоровья и раньше, лишь последние годы подобная практика стала постепенно приобретать регулярный, теоретически и методически более обоснованный характер. Значительный здоровьесберегающий потенциал творческой активности, реализуемый в процессе взаимодействия человека с природной и антропогенной средой, обуславливает широкую применимость средовой и экологической арт-терапии. В то же время, актуальными задачами, связанными с развитием данных направлений, являются: уточнение их теоретической базы, разработка методических рекомендаций, организация программ дополнительного образования и программ специализации, связанных с использованием методов средовой и экологически-ориентированной психотерапии, а также исследование их терапевтической эффективности.

### **Использование терапевтических факторов среды в сочетании с разными видами творческой активности в сфере охраны психического здоровья**

Идеи о благотворном влиянии окружающей среды на психическое здоровье человека использовались при обустройстве психиатрических клиник, начиная со второй половины XIX века. В скромном арсенале методов лечения психических расстройств в то время, вплоть до середины XX века, режимным и средовым факторам отводилась далеко не последняя роль. Многие крупные психиатрические клиники, создаваемые в конце XIX — начале XX века, имели определенное сходство с санаториями, находились за пределами городов, в живописной местности. Если же клиника располагалась в черте города, то для нее старались найти более спокойное место и по возможности окружить парковой зоной. В основе создания подводящей среды в учреждениях психиатрического профиля в тот период лежали представления о ее отвлекающем и успокаивающем воздействии на больных. Подобные представления иногда дополнялись уставками на активизацию и занятость пациентов посредством их посильной трудовой деятельности на территории клиники.

Начиная с 20—40-х гг. XX века стали развиваться первые концепции психотерапевтического применения окружающей среды. Они иногда воплоща-

лись в тесной связи с представлениями о благотворном влиянии творческой активности больных, что было характерно для первых форм арт-терапии, терапии искусством, начавших формироваться в середине XX века. В качестве одного из первых примеров воплощения подобных идей в деятельности психиатрических учреждений можно привести инициативы британцев, супругов Чампернон, создавших частную клинику под названием Уитмидский центр. В нескольких зданиях, где размещался центр, были созданы мастерские для занятий изобразительным искусством, музыкой, гончарным делом. Поддерживалось участие пациентов в работе на территории клиники, включая их работу в саду.

Примером использования средовой творческой активности больных с психотерапевтической целью может также служить модель динамической психиатрии Г. Аммона, реализуемая в деятельности мюнхенской психотерапевтической клиники Менгершвайге [17, 18]. Модель динамической психиатрии включает разные виды вербальной и невербальной психотерапии, в том числе арт-терапию, танцевально-двигательную терапию и терапию средой (так называемую милье-терапию). Психотерапевтическая работа с ландшафтом характерна для терапии средой как ведущей формы психотерапевтического лечения в системе динамической психиатрии.

В качестве одного из исторических предшественников терапии средой в концепции динамической психиатрии может рассматриваться деятельность Э. Зиммеля, связанная с организацией им в 1920-е годы психоаналитического санатория в Берлине. В санатории проходили лечение в основном пациенты с нарциссическим расстройством, признаваемым Э. Фрейдом не подлежащим психотерапевтической коррекции. На разработку концепции терапии средой повлияли также идеи гештальт-терапии, способствовавшие развитию представлений о полевых эффектах социальной группы, включенной в какую-либо совместную деятельность.

Аналогичные идеи были в 1940-е гг. использованы американскими психоаналитиками, братьями Меннингером, при создании психиатрической клиники в г. Топека (США). В ней начинали свою деятельность такие известные пионеры американской арт-терапии, как Д. Джонс и Р. Олт. По мнению К. Меннингера [40], среда обеспечивает психическую стабилизацию пациентов с нарушенной регуляцией энергии либидо и не осознающих внутреннего конфликта. Работая на базе клиники с 1956 по 1965 г., Г. Аммон впервые объединил эгопсихологические и групп-динамические аспекты в концепции терапии средой и вскоре, после переезда в Германию, стал реализовывать ее на базе мюнхенской лечебницы [17, 18].

В процессе лечения на базе психиатрической клиники Менгершвайге участие в терапии средой является обязательным для всех пациентов. Терапия средой предполагает разработку и реализацию группой больных какого-либо проекта, связанного с созданием на территории клиники какого-либо арт-объекта или постройки с определенным функциональным назначением. В группу, как правило, входят пациенты преимущественно с личностными расстройствами, депрессией, аддикциями и иными психическими заболеваниями, как правило, более тяжелыми, чем неврозы.

Интересным примером организации среды психиатрического учреждения в интересах более эффективной реабилитации больных может выступать «Живой музей», представляющий собой комплекс художественных мастерских на базе Кридмурской психиатрической больницы в Нью-Йорке. Имея значительное сходство с мастерскими для занятий пациентов изобразительной деятельностью, «Живой музей» имеет ряд особенностей, что позволяет говорить о важной роли средовой составляющей. Просторный центральный зал окружен многочисленными более мелкими помещениями, которые используются в качестве индивидуальных художественных мастерских и выставочных залов. Многие создаваемые пациентами художественные объекты находятся на улице, отражая их потребность освоить окружающее пространство и превратить его в арену для творчества. Любопытна тематическая и концептуальная организация пространства мастерских. Каждое помещение оформлено художественными работами пациентов на темы, которые имеют в их жизни наибольшее значение — «Родной дом», «Больница», «Сад» и т.д. Одно из помещений посвящено теме «Сад» и представляет собой своеобразный «внутренний двор», озелененный растениями, выющихся вокруг картин, объектов и скульптурных композиций. Многие пациенты реализуют в этой части креативного пространства свои идеи, размещают в нем свои художественные работы или найденные объекты.

Музей является открытым для посещения. Он не только является местом для восстановительного лечения и социализации на основе творческой деятельности, но и выставочным залом, который могут посетить все желающие при условии подачи предварительной заявки. В теплое время года многие пациенты отдыхают или занимаются творчеством на прилегающей к мастерским территории. Пытаясь осмыслить уникальную атмосферу «Живого музея» периодически работающая на его базе художница и арт-терапевт Р. Ееман считает, что он формирует творческую общину, пространство для совместной художественной деятельности: «Опыт успешного осуществления творческой задачи способствует росту самоуважения. По-

лучая в свое распоряжение отдельные помещения и целое здание с прилегающей к нему территорией, пациенты могут экспериментировать не только с разными материалами, но и разными сторонами своей сущности, формируя новое самосознание» [3]. Она считает «Живой музей» одним из наиболее интересных новаторских средовых проектов в психиатрии, реализующих идею многофункциональности помещений и проницаемости внутренних и внешних границ.

В арт-терапевтических публикациях можно найти и другие интересные примеры работы с природным и антропогенным ландшафтом [14, 26, 27, 35, 42]. Описывая свою работу с ветеранами войны на базе специализированного психиатрического отделения, М. Хеселер [14] подчеркивает важную роль их работы в саду госпиталя в процессе лечения и реабилитации. Обзор публикаций, связанных с применением целебных факторов среды и творческой активности онкобольных и некоторых других категорий пациентов представляет собой статья А. Cutillo, N. Rothore, N. Reynolds, L. Hilliard, et al. [25]. Авторы отмечают, что привлечение данных факторов положительно влияет на эмоциональный фон у раковых больных, снижает выраженность депрессивных и астенических симптомов. В работе с онкобольными С. Peterson [42] использовала инновационную программу арт-терапии, включающую прогулки по территории лечебного центра с целью фотографирования среды с последующим созданием фотоколлажей.

Использование садовой терапии на базе педиатрического стационара для преодоления госпитального стресса описано van der Riet et al. [47]. Работа с детьми проводилась в «Саду эльфов». При этом поддерживалось игровое взаимодействие детей с растениями, активизирующее воображение и их контакт друг с другом. В статье С. Montgomery и J. Courtney [41] описано применение растительной оранжировки, основанной на использовании представлений и техник арт-терапии, экопсихологии и садовой терапии. Растительная аранжировка связана с использованием цветов и иных растительных элементов в качестве метафорических средств самовыражения и изобразительной деятельности.

Различные формы психотерапевтической практики, связанной с использованием саногенного потенциала природной среды и творческой активности, представлены в недавно выпущенной книге «Зеленая студия: природа и искусство в психотерапии» [38]. Издание отражает современное состояние экологической терапии искусством (*eco-arts therapies*), включающей разные терапевтические специализации — арт-терапию, музыкальную терапию, драматерапию, танцевально-двигательную терапию и полимодальную

терапию выразительными искусствами (*expressive arts therapy*).

Как отмечает один из рецензентов книги, специалист по садовой терапии, руководитель реабилитационного отделения Научно-исследовательского медицинского центра Лэнгон при Нью-Йоркском университете М. Вихровски, «Книга «Зеленая студия: природа и искусство в терапии» открывает новые перспективы использования природных факторов в лечении. Она показывает богатый потенциал возможностей проведения занятий с использованием этих факторов, расширяет представления о терапевтическом процессе и среде, механизмах лечебного воздействия. Книга ... закладывает фундамент для дальнейшего успешного развития теории и практики экологической терапии искусством» [1, с. 59-60].

Другой рецензент данного издания, преподаватель кафедры психиатрии Питтсбургского университета, сотрудник Питтсбургского психиатрического центра Джудит А. Рубин, признается, что «... книга открывает глаза на возможность возвращения арт-терапии и психотерапии в целом к своему первоисточнику, ... является вдохновляющим собранием работ клиницистов многих стран мира, которые думают и работают «за рамками коробки» [10, с. 64].

#### **Основные идеи экопсихологии, влияющие на формирование теории и методологии средового и экологического подходов в арт-терапии**

Актуализируя ценности, связанные с развитием экологического сознания, «экологической революцией», средовая психология и экопсихология ставят принципиальные вопросы методологического характера, связанные с пониманием целей терапии, критериев психической нормы, характера и форм взаимодействия человека со средой, терапевтических отношений и терапевтической среды. Лишь в последние годы они стали более активно дискутироваться в профессиональной среде. Как отмечают А. Корутин and М. Ругх, «лишь в редких публикациях вплоть до последнего времени предпринимались попытки сформировать системное видение психотерапевтического процесса на основе использования отношений человека с природой в качестве важнейшего звена системы отношений» [37].

По мнению L. Brown [21], вопросы, поднимаемые экопсихологией, касаются определения основ психической деятельности. Экопсихологии свойствен позитивный взгляд на природу человека, вселяющий надежду на то, что революция экологического сознания на основе укрепления позитивных эмоциональных связей с природной средой обитания возможна. Раз-

витие экопсихологии способствует пересмотру представлений о душевном здоровье, которое оказывается тесно связанным с отношениями человека с природной средой. Сохраняющаяся практика рассмотрения понятия психического здоровья в отрыве от экологического контекста отражает присущую человечеству саморазрушительную слепоту [21].

Экопсихология в значительной мере определяет новую политику в области охраны окружающей среды и, в то же время, новую политику в сфере охраны здоровья населения. Задачи сохранения здоровья населения и задачи сохранения здоровья среды оказываются взаимосвязанными. По мнению А. Burls [22], решая задачи охраны здоровья населения, экологической подход предусматривает баланс заботы о личном здоровье граждан (микроуровень) и заботы о здоровье среды обитания (макроуровень).

Хотя разработка теории и методологии средовой и экологической арт-терапии находится на начальном этапе, ниже будут представлены основные концептуальные положения данных подходов, связанные со средовой и экологической психологией. Они касаются трех основных общетеоретических блоков, оставляющих основу любого психотерапевтического метода:

1. *Психологической теории личности*, с помощью которой описываются основные структурные элементы психики в процессе их развития в онтогенезе, формирующие основу социального функционирования человека, а также его идентичность и самоотношение в норме, при разных психических расстройствах и разном уровне психосоциальной адаптации. Применительно к арт-терапии, данный блок также, как правило, включает определенную психологическую концепцию творческой личностной активности, по-разному проявляющейся на разных этапах онтогенеза, обоснование ее роли в процессе адаптации, в состоянии здоровья и болезни;

2. *Концепции биопсихосоциогенеза заболевания* или психологических проблем личности, предполагающей рассмотрение трех основных групп факторов патогенеза и сохранения здоровья — биологических, психологических и социальных;

3. *Концепции лечебного или профилактического вмешательства*, с помощью которой в арт-терапии обосновывается роль психотерапевтической среды, психотерапевтических и групповых отношений, факторов терапевтических изменений, изобразительных материалов и форм художественной экспрессии, общих и более частных (специфических для тех или иных психических расстройств, нарушений развития, возрастных групп и т.д.) арт-терапевтических техник и программ.

## Психологическая теория личности как компонент теории и методологии средовой и экологической арт-терапии

В соответствии с представлениями экопсихологии, средовой и экологической подходы в арт-терапии связаны с признанием важной роли отношений человека с разными элементами среды, «миром природы». Эти отношения, наряду иными значимыми отношениями человека, прежде всего, его отношениями в семье и социуме, формируют основные структурно-динамические и функциональные особенности личности, существенно влияют на ее представления о себе, самоотношение.

Особенности отношений человека с антропогенной и природной средой, «миром природы» [16], проявляющиеся на разных этапах жизненного пути, рассматриваются как важная характеристика психического здоровья. Нарушения в этой сфере отношений являются показателем ложного, потребительского Я (*consumer false self*) [34, p. 83] противопоставляемого экологическому Я, или эко-идентичности. Как утверждают А.Д. Kanner and М.Е. Gomes, «... потребительское Я является ложным, поскольку связано с серьезным дисбалансом всей системы потребностей человека. Утраченная способность жить в гармонии с природой должна быть восстановлена, помогая клиентам обнаружить в себе, пробудить и развивать дремлющие способности и потребности в аутентичном контакте с природой, которые были подавлены ложным потребительским Я» [34, p. 78].

Взаимодействуя с природной средой на экологической основе, личность восстанавливает и развивает свою экологическую идентичность (эко-идентичность) как важнейший аспект средовой идентичности. Эко-идентичность связана с переживанием и осознанием личностью своей неразрывной связи с природой («миром природы»), умением соотносить свои потребности с потребностями природной среды. В соответствии с представлениями экопсихологии, в качестве основы позитивного, бережного отношения к природной среде нередко обозначается феномен биофилии («любви к живому») [48], связанный с эмоциональными, смысловыми и поведенческими компонентами личностного опыта в сфере отношений с природой.

Творческая средовая личностная активность, характерная для экологической арт-терапии, иногда также рассматривается как действенное выражение биофилии и называется «искусством биофилии» [36]. Искусство биофилии проявляется в творческих актах, связанных с конструктивным взаимодействием с природой и позволяющих субъекту раскрывать и интегрировать разные аспекты своего биологического и социального опыта в его соотношении с «миром природы». Искусство био-

филии мотивировано потребностью в сохранении разных форм жизни, и хотя имеет глубинные бессознательные, инстинктивные основы, реализуется на основе согласованной работы всех психических функций, включая высшие психические функции и сложные, социально и культурно обусловленные поведенческие стратегии. Искусство биофилии затрагивает духовную сущность человека и связано с высшими смыслами его существования как субъекта и вида [36].

Художественно-творческая деятельность, связанная с искусством биофилии, рассматривается как сложный, иерархически организованный, системный вид преобразующей средовой активности, целенаправленного поведения, интегрирующего разные сферы психического функционирования личности [36], связанные с тремя каналами развития субъективного отношения к природе, в соответствии с концепцией экологического сознания — перцептивно-эмоциональным, когнитивным и практическим каналом [16].

Характерное для экопсихологии признание принципиальной возможности и необходимости реконструкции экоидентичности как важнейшей предпосылки здоровых отношений человека с природной средой поддерживается рядом ключевых положений средовой психологии. Одна из центральных идей средовой психологии состоит в том, что человеческие существа способны к активному взаимодействию со средой, в том числе в интересах своего выживания [28]. Данная идея находит свое выражение в концепции рационального человека (*reasonable person model*) и экспериментальной модели адаптивного оформления среды (*adaptive muddling*).

Психология окружающей среды поддерживает идею участия (*participation*) граждан в обустройстве среды обитания и ставит в качестве одной из задач «повышение уровня вовлеченности граждан... различные инициативы, направленные на поддержание ее в благополучном состоянии. Данное направление работы связано не только с экологическим просвещением, но и формированием у людей готовности к заботе о среде обитания» [28, р. 224].

Значимое место в средовой психологии занимает также концепция *средовой персонализации*. Она связана с рассмотрением процесса формирования отношений личности со средой в их тесной связи с самоотношением. Концепция средовой персонализации также позволяет обобщать определенные виды средовой активности, имеющие отношение к формированию экологического сознания [16], реализации программ экологической и средовой арт-терапии и экотерапии в целом. Под персонализацией среды [33] понимается ее субъективизация и оформление субъектом или группой. Через акты персонализации среды выражается индивидуальность субъектов и групп в их пространственных и временных отношениях со средой.

Концепция персонализации среды позволяет обосновать пути решения таких, связанных с лечебно-профилактической, образовательной и социальной работой задач, как средовая социализация, экологическое воспитание, коррекция нарушенных отношений личности со средой, формирование средовой (экологической) идентичности, совершенствование адаптивных моделей поведения, основанных на взаимодействии со средой, обретение экзистенциальных, духовных ориентиров и смыслов существования.

В рамках средового и экологического подходов в арт-терапии персонализация среды достигается, главным образом, на основе художественно-творческой деятельности. В процессе персонализации среды, осуществляемой на основе программ средовой и экологической арт-терапии, происходит опредмечивание («материализация») в пространстве человеком своей индивидуальности, деятельностное отождествление с окружающим пространством в процессе его чувственного восприятия, осмысления и творческого преобразования. За счет персонализации среды в ней не только фиксируются уже сформировавшиеся качества человека, его идентичности, но и происходит их дальнейший рост, развитие и трансформация [6].

Разные способы творческой персонализации среды могут быть использованы специалистами по арт-терапии и арт-педагогике в деятельности медицинских, образовательных и социальных учреждений. Подобные инициативы могут рассматриваться в качестве одной из эффективных форм не только коррекции субъективного отношения к среде обитания, но и поддержки механизмов творческой адаптации личности и играть важную роль в реабилитации и социальной инклюзии разных контингентов. Идеи психологии среды и экопсихологии способствуют реализации таких программ работы с населением, которые раскрывают заложенные в людях способности к исследованию и пониманию среды, повышению своей компетентности, исполнению ответственных ролей, необходимых для решения задач не только сохранения здоровья и психосоциальной адаптации, но и сохранения среды и ее ресурсов.

Как отмечает А. Burls, «в экотерапии клиенты становятся активными субъектами деятельности. Они перестают быть исключительно теми, на кого направлено воздействие, а сами начинают оказывать определенное воздействие на окружающую среду. За счет этого более успешно достигаются лечебно-реабилитационные эффекты, меняются поведение и образ жизни. Они начинают чувствовать себя как способных влиять на окружающую среду и общество. Все большее число людей учатся заботиться о природе, начинают воспринимать имеющиеся в их распоряжении природные очаги как источники здоровья и благополучия» [22, р. 35].

### Концепция патогенеза

Другим важнейшим блоком теории и методологии средовой и экологической арт-терапии является концепция патогенеза (биопсихосоциогенеза). В соответствии с представлениями экопсихологии и экологии здоровья, нарушенные отношения человека с окружающей средой рассматриваются в качестве одного из центральных факторов патогенеза. Снижение стрессоустойчивости и адаптационного потенциала, ухудшение здоровья, развития психических и соматических заболеваний рассматриваются при этом с точки зрения воздействия средовых, экосистемных факторов.

Некоторыми авторами даже обозначаются определенные синдромы и заболевания, такие как «синдром природного дефицита» и «расстройство природного дефицита» [39], с характерными для них симптомокомплексом и закономерностями течения, в развитии которых определяющую роль имеют нарушенные отношения с природной средой. Дефицит контактов с природной средой также рассматривается как определяющий переживание пустоты и бессмысленности существования. К. J. Gergen [31] вводит понятие «пустого Я» для обозначения специфического комплекса нарушений эмоционально-волевой, поведенческой и ценностно-смысловой сфер личности, формирующегося на основе дисфункциональных отношений со средой. Автор отмечает, что вместо того, чтобы стремиться к сближению с другими людьми и природой как основному условию переживания счастья и осмысленности существования, современные люди пытаются все больше потреблять. Это не только приводит к истощению природных ресурсов, но и переживанию пустоты, духовному и эмоциональному голоду.

### Концепция вмешательства

Применительно к средовой и экологической арт-терапии, концепция вмешательства является той системой представлений, с помощью которой обосновывается роль терапевтической среды, психотерапевтических и групповых отношений, факторов терапевтического воздействия, а также изобразительных материалов, форм художественной экспрессии, терапевтических приемов в их сочетании друг с другом.

В отличие от традиционных методов психотерапии, представления о важной роли психотерапевтических отношений как определяющих успешность терапии дополнены представлениями о важности трехстороннего взаимодействия между клиентом, терапевтом и природой, рассматриваемой как совокупность объектов и субъектов отношений [19, 37]. Укрепление связей с «миром природы» рассматривается в качестве важнейшего условия эффективной терапии, а в более широком контексте жизнедеятель-

ности — также укрепления здоровья, повышения адаптивности и стрессоустойчивости, осмысленной и комфортной жизни.

Концепция арт-терапевтического воздействия, согласно представлениям средового и экологического подходов, уделяет повышенное внимание средовым и экологическим факторам саногенеза. Контакты с природой рассматриваются как важнейшее условие, позволяющее более активно использовать шесть основных копинговых факторов [20], связанных с физической, познавательной, эмоционально-волевой сферами, социально-семейным окружением, воображением и духовностью.

Оригинальные теоретические положения, связанные с разработкой концепции арт-терапевтического вмешательства в соответствии с экологическим и средовым подходами, касаются представлений о терапевтической роли среды. Если в традиционных психотерапевтических подходах терапевтическая среда рассматривается преимущественно как «нейтральная», устойчивая и находящаяся под внешним контролем (со стороны терапевта и социальных институтов), то в экологической и средовой арт-терапии она представляется как более открытая, живая и динамичная. Она способна превращаться в «творческую арену», предоставляя личности возможность для ее персонализации и творческого преобразования.

В соответствии с таким пониманием терапевтической среды в экологической арт-терапии была выдвинута идея «Зеленой студии» [36]. Она представляет собой особую форму организации терапевтической среды, являющейся частью природного ландшафта, либо включающей в себя определенный комплекс природных факторов и процессов. «Зеленая студия» может представлять собой доступную природную зону, в том числе часть институциональной среды больницы, реабилитационного центра, приюта, интерната, либо какой-либо природный анклав (парк, ботанический сад, место более дикой природы).

В результате построения терапевтических отношений и разных видов деятельности, осуществляемых в пределах выделенной территории и направленных на ее творческое освоение, у клиентов может формироваться чувство большей безопасности, предсказуемости и порядка. Повышенная идентификация с этой средой в результате художественно-творческой деятельности способствует ее субъективации [16], проявлению эмпатии и иных феноменов, отличающих субъектные отношения со средой. «Зеленая студия» как часть персонализированной среды обитания существует позволяет пациентам заботиться не только о своем здоровье и эмоциональном благополучии (микро-уровень), но и о здоровье и благополучии окружающей среды (макро-уровень) [22].

В соответствии с представлениями экопсихологии, природа рассматривается не только как мир объектов, обладающих дополнительным саногенетическим потенциалом, но и как активный участник терапевтического процесса. Природные факторы не только формируют особое терапевтическое пространство и влияют на динамику терапевтических отношений, но и, субъективизируясь, становятся участниками терапевтических отношений. В одних случаях психотерапевт может во взаимодействии с клиентом использовать природу как источник стимулов или изобразительный материал. В других случаях психотерапевт выступает в качестве посредника в отношениях клиента с природой, воспринимаемой клиентом как живое существо, субъект [19].

R. Berger [19] использует понятие «прикосновение к природе» для обозначения ведущего механизма исцеляющего воздействия в терапиях искусством, связанных с использованием природных факторов. «Прикосновение к природе» означает, что, устанавливая контакт и взаимодействуя с природной средой, человек одновременно входит в более активное взаимодействие с природой в себе самом как важным условием оздоровления, обретения большей аутентичности и повышения качества жизни.

### **Принципы и организационные аспекты, связанные с реализацией средового и экологического подходов в арт-терапии**

Средовый и экологический подходы в арт-терапии могут быть реализованы по-разному, с учетом особенностей контингента участников занятий и условий их проведения. Отношения клиента с природной и антропогенной средой составляют основное содержательное ядро занятий. Вокруг него организуются иные содержательные аспекты работы, затрагивающие разные сферы отношений, включая отношение к значимой деятельности, здоровью (и болезни), в случае работы с клиентами, имеющими те или иные соматические или психические расстройства), семейные отношения и иные. Художественно-творческая деятельность, определяемая в соответствии с экологической концепцией личности как искусство биофилии [36], поддерживает творческую направленность личности, определенным образом связанную со средовой идентичностью (эко-идентичностью).

В процессе реализации средовой и экологической арт-терапии, благодаря разнообразию видов художественно-творческой деятельности и прохождению клиентами разных этапов целостного цикла средовой творческой активности (подготовительного — установочного и «разогревающего» этапа; основного вида деятельности и этапа рефлексии опыта), последова-

тельно и по возможности целостно включаются все каналы и аспекты психического функционирования.

Так, по перцептивно-эмоциональному каналу может формироваться влечение к природным объектам, тесно связанное с феноменом биофилии. Основное значение при этом имеет система естественных релизеров, характерных для этих природных объектов [16]. Определенные упражнения, рекомендуемые для включения в занятия экологически-ориентированной арт-терапии в качестве подготовительных или разогревающих видов деятельности, используют преимущественно перцептивно-эмоциональный канал субъективного отношения к природе. Они призваны усилить биофилические основы средового взаимодействия, влечение к природной среде на основе повышения восприимчивости к средовым стимулам и ориентации участников занятий на наиболее привлекательные природные объекты.

По когнитивному каналу происходит формирование интереса личности к разным элементам природной и антропогенной среды. Психологические закономерности действия стимулов когнитивного канала связаны с приданием участниками занятий определенного личностного содержания разным элементам среды и своей творческой продукцией в их сочетании друг с другом. Возможна дозированная актуализация богатого метафорического содержания средовых объектов и процессов на основе привлечения как персонального, так и культурно-исторического, мифологического, фольклорного материала. Это может осуществляться на этапе подготовке к выполнению основного задания, предусмотренного в рамках занятий, а также в процессе предъявления и обсуждения творческих работ, благодаря использованию различного повествовательного материала и техник повествовательного (нарративного) подхода. Сообщение определенной экологической информации, благодаря использованию тех или иных природных материалов и целостных ландшафтов, а также взаимодействию с растениями и животными, также возможно.

Психологические закономерности действия механизмов практического канала [16] развития субъективного отношения к среде также выдвигают ряд специфических требований. На основе действия механизмов практического канала у участников занятий формируется склонность к взаимодействию с природными и неприродными объектами и целостным ландшафтом, прежде всего, на основе художественно-творческой деятельности. Это могут быть как пассивные, рецептивные виды художественно-творческого отражения среды, связанные с эстетически окрашенным созерцанием (любованием) выбранными объектами и ландшафтами, так и активные, экспрессивные формы, связанные с созданием собственной средовой творческой продукции (фотографии, рисунки, объекты, ландшафтные скульптуры и дизайн и др.).



На основе обобщения информации, касающейся использования средового и экологического подходов в арт-терапии [5, 16, 19, 20, 36, 37], могут быть обозначены следующие методологические принципы:

1. Личностно-ориентированный характер арт-терапии, предполагающий работу в направлении актуализации, коррекции и развития значимых отношений со средой, прежде всего, отношений с миром природы, а также самоотношения, средовой эко-идентичности, рассматриваемой как такой аспект самоотношения, который развивается в процессе взаимодействия с природой;

2. Поддержка средовой творческой личностной активности участников занятий как обеспечивающей более полное использование саногенного потенциала среды и связанной с адаптационными способностями человека. Применительно к экологической арт-терапии средовая творческая активность рассматривается как реализующая искусство биофилии;

3. Художественно-творческая деятельность выступает ведущим видом деятельности, на основе которого актуализируются, развиваются и корректируются отношения участников занятий к природной и антропогенной среде и самим себе. Опора на художественно-творческую деятельность позволяет реализовать специфические для арт-терапии возможности и преимущества, активизировать комплекс психологических механизмов, связанных с искусством биофилии как формы проактивного средового поведения;

4. Принцип комплексности стимульного воздействия заключается в необходимости организовать воздействие на личность целой системы разнородных стимулов, охватывающих все возможные каналы развития субъективного отношения к природе. Для реализации данного принципа необходим подбор комплекса стимулов. Некоторые из них действуют по перцептивно-эмоциональному, другие — по когнитивному, третьи — по практическому каналу. Их переработка и интеграция происходят на основе творческой средовой личностной активности;

5. Принцип соответствия средовых арт-терапевтических воздействий клиническим особенностям и функциональным возможностям клиентов, особенностям развития их экологического сознания и средовой идентичности. Данный принцип также определяет необходимость специфичности вмешательств, требующей дифференцированного применения различных арт-терапевтических воздействий и связанных с ними коррекционных факторов, с учетом специфики контингента (клиники и биопсихосоциогенеза расстройства, психосоциальных проблем и личностных особенностей клиентов, динамики развития их отношения к природной и антропогенной среде и других особенностей);

6. Этапный характер средовых арт-терапевтических воздействий, требующий их согласования с общей логикой построения лечебных, профилактических и реабилитационных мероприятий, динамикой терапевтических изменений, включением разных каналов средового стимульного воздействия, фазами творческой активности.

Организационные аспекты средовой и экологической арт-терапии включают определение общей продолжительности программ, периодичности, продолжительности и структуры занятий, а также видов деятельности. Существенное влияние при организации программ средовой и экологической арт-терапии имеют институциональные условия проведения занятий, особенности контингента (в частности, связанные с возрастом, состоянием здоровья и т.д.). Продолжительность программ может варьировать в широком диапазоне — от проведения отдельных интенсивов, рассчитанных на одно или несколько занятий, до программ средней и большой продолжительности, рассчитанных на несколько месяцев или лет.

Занятия, как правило, имеют трехчастную структуру и включают следующие этапы:

1. Вводная часть, предполагающая оценку состояния и запросов участников занятия, их «разогрев» и настрой на работу с использованием техник, как общих для разных условий проведения арт-терапии, так и характерных преимущественно для средовой и экологической практики;

2. Основная часть, связанная с выполнением основной деятельности, предусмотренной в рамках конкретного занятия, завершающейся обсуждением произведений и процесса их создания;

3. Заключительная часть, связанная с подведением итогов занятия и, в некоторых случаях, определением плана последующей работы или «домашних заданий».

В некоторых случаях структура занятий может быть более сложной. Выбор и комбинирование конкретных арт-терапевтических техник и видов деятельности, а также тем для творческой работы определяется текущим состоянием и запросами участников занятий, тактическими и стратегическими задачами вмешательства, включающими формирование средовой и экологической культуры, средовой идентичности (эко-идентичности), связанных с защитно-адаптационными возможностями личности.

## Заключение

Развитие средового и экологического подходов в арт-терапии связано с ухудшением экологической обстановки и негативным воздействием средовых патогенных факторов на здоровье населения. В то же время, в разных сферах человеческой деятельности,

в медицине, социальной работе и образовании в последнее время проявляются тенденции более активно использования саногенного потенциала природной и антропогенной среды. В сфере охраны психического здоровья более активно, чем в предыдущие годы, применяются инновационные подходы, основанные на средовой активности клиентов (пациентов) в целях повышения эффективности лечебно-профилактических и реабилитационных мероприятий. Средовая активность также нередко оказывается направленной не только на сохранение здоровья и эмоционального благополучия граждан, но и на сохранение и благополучие природной среды.

Средовой и экологический подходы в арт-терапии представляют собой инновационные здоровьесберегающие подходы, основанные на идеях и ценностях средовой психологии, экопсихологии и экологии здоровья, и предполагающие участие клиентов (пациентов) в разных формах средовой творческой активности. Художественно-творческая деятельность клиентов (пациентов) выступает основным средством взаимодействия со средой, ее активного освоения и персонализации. Она позволяет задействовать различные факторы терапевтических изменений, связанные как с взаимодействием со средой, так и творческой активностью.

Представленный аналитический обзор отечественных и зарубежных публикаций, посвященных данным направлениям в арт-терапии, позволяет обозначить ряд их существенных отличий от известных методов лечения и психологической помощи. Эти отличия затрагивают три основных блока теории и методологии психотерапии, включая психологическую концепцию личности, концепцию патогенеза и концепцию психотерапевтического вмешательства. Наиболее существенные отличия касаются структурно-динамических характеристик личности, связанных с ее отношениями с природной и антропогенной средой, обозначения средовой идентичности (эко-идентичности) в качестве важнейшего компонента самовосприятия и самоотношения. Обозначен целый ряд дополнительных содержаний, связанных с понятиями терапевтических отношений и терапевтической среды. Охарактеризованы методологические принципы и организационные условия средового и экологического подходов в арт-терапии.

### Список литературы

1. Вихровски М. Рецензия на книгу «Зеленая студия: природа и искусство в психотерапии». *Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии* 2016; 19(2): 59-61.
2. Дерябо С.Д. Экологическая психология: диагностика экологического сознания. М.: Московский психолого-социальный институт, 1999.
3. Еман Р. Живой музей Нью-Йорка. Арт-терапия в эпоху постмодерна. Под ред. А.И. Копытина. СПб.: Речь-Скифия, 2003. С.70-84.

4. Калашникова И.В. Экологическая терапия как коррекционно-педагогический элемент в комплексном подходе при лечении логоневроза у дошкольников. Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности. Под ред. А.И. Копытина. Материалы всероссийской научно-практической конференции (21-22 июля 2016 г., г. Грязи ЛО). Санкт-Петербург: Скифия-Принт, 2016. С. 94-96.

5. Копытин А.И. Современная клиническая арт-терапия. М.: Когито-Центр, 2015. 526 с.

6. Копытин А.И. Арт-терапевтическая среда с точки зрения клинического, социального и экологического подходов. *Медицинская психология в России* (электронный научный журнал) 2016; 1.

7. Копытин А.И., Корт Б. Техники ландшафтной арт-терапии. М.: Когито-Центр, 2013. 104 с.

8. Лопухова О.Г., Газизов К.К. Арт-терапевтические техники в психокоррекции и развитии личности с участием лошадей. Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности. Под ред. А.И. Копытина. Материалы всероссийской научно-практической конференции (21-22 июля 2016 г., г. Грязи). Санкт-Петербург: Скифия-Принт, 2016. С.98-99.

9. Панов В.И. Экологическая психология. Опыт построения методологии. М.: Наука, 2004. 197 с.

10. Рубин Д. Рецензия на книгу «Зеленая студия: природа и искусство в психотерапии». *Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии* 2016; 19(1): 62-64.

11. Рубцов В.В., Ивошина Т.Г. Проектирование развивающей образовательной среды школы. М.: Изд-во МГППУ, 2002.

12. Слободчиков В.И. О понятии образовательной среды в концепции развивающего образования. Материалы 2-ой Российской конференции по экологической психологии (Москва: 12-14 апреля 2000 г.). М.: Экопсицентр РОСС. С.172-176.

13. Уханова А.В. Использование техник ландшафтной арт-терапии в процессе творческой загородной лагерной смены для детей с ОВЗ, нормально развивающихся сверстников и их родителей. Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности. Под ред. А.И. Копытина. Материалы всероссийской научно-практической конференции (21-22 июля 2016 г., г. Грязи). Санкт-Петербург: Скифия-Принт, 2016. С. 88-90.

14. Хеселер М. Межкультурные аспекты работы с ветеранами войн. *Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии* 2010; 13(3): 40-59.

15. Шарафиева Л. Ландшафтная арт-терапия как метод социальной интеграции семьи с особым ребенком. *Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии* 2013; 16(1): 23-43.

16. Ясвин В.А. Психология отношения к природе. М.: Смысл, 2000. 456 с.

17. Ammon G. *Handbuch der dynamischen psychiatrie*. Hrsg. G. Ammon. Munchen: Reinhardt, 1981.

18. Ammon G. *Milieu therapy*. *Dynamische Psychiatrie* 1994. S.144-145.

19. Berger R. *Nature Therapy developing a framework for practice*. A Ph.D. School of Health and Social Sciences. Dundee: University of Abertay, 2009.

20. Berger R., Lahad M. *The healing forest in post-crisis work with children*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2013.

21. Brown L. *Ecopsychology and environmental revolution: an environmental foreword* // *Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind*. Eds. T. Roszak, M.E. Gomes and A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books. 1995, P. xiii-xvi.

22. Burls A. *People and green spaces: Promoting public health and mental well-being through eco-therapy*. *Journal of Public Mental Health* 2007; 6(3): 24-39.

23. Buzzell L. and Chalquist C. *Ecotherapy: healing with nature in mind*. San Francisco: Sierra Club Books, 2009.

24. Conn S.A. When the earth hurts, who responds? Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind. Eds. T. Roszak, M.E. Gomes and A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P.156-171.
25. Cutillo A., Rothore N., Reynolds N., Hilliard L., Haines H., Whelan K., Madan-Swainet A. A literary review of nature-based therapy and its application in cancer care. *Journal of Therapeutic Horticulture* 2015; 25(1): 27-48.
26. Davis D. Building from the scraps: Art therapy within a homeless community. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association* 1997; 14(3): 24-31.
27. Davis D. Report: Environmental art therapy metaphors in the field. *The Arts in Psychotherapy* 1999; 26(1): 45-49.
28. De Young R. Environmental psychology overview. In S.R. Klein and A.H. Huffman (Eds.). *Green organizations: Driving change with IO psychology*. New York: Routledge, 2013. P. 17-33.
29. Doherty T.J. Psychologies of the environment. *Ecopsychology* 2011; 3(1): 75-77.
30. Fisher A. Radical ecopsychology: psychology in the service of life. New York: State University of New York Press, 2005.
31. Gergen K.J. The shattered self: dilemmas of identity in modern life. NY: Basic Books, 1991.
32. Harper S. The way of wilderness. Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind. Eds. T. Roszak, M.E. Gomes and A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P.183-200.
33. Heimets M. The phenomenon of personalization of the environment. *Journal of Russian & East European Psychology* 1994; 32(3): 24-32.
34. Kanner A.D. and Gomes M.E. The all-consuming self. Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind. Eds. T. Roszak, M.E. Gomes and A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P. 77-91.
35. Kellen-Taylor M. Imagination and the world: a call for ecological expressive therapies. *The Arts in Psychotherapy* 1998; 25(5): 303-312.
36. Kopytin A. Green studio: eco-perspective on the therapeutic setting in art therapy. Green Studio: nature and the arts in therapy. Eds. A. Kopytin and M. Rugh. New York: Nova Science Publishers, 2016. P.3-26.
37. Kopytin A., Rugh M. Introduction. Green Studio: nature and the arts in therapy. Eds. A. Kopytin and M. Rugh. New York: Nova Science Publishers, 2016. P.vii-xviii.
38. Kopytin A., Rugh M. (Eds.). Green Studio: nature and the arts in therapy. New York: Nova Science Publishers, 2016.
39. Louv R. Last child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder. Chapel Hill, North Carolina: Algonquin Books of Chapel Hil, 2008.
40. Menninger K. Theory of psychoanalytic technique. NY.: Basic Books, 1958
41. Montgomery C.S. and J.A. Courtney. The theoretical and practical paradigm of botanical arranging. *AHTA Journal of Therapeutic Agriculture* 2015; 25(1): 16-26.
42. Peterson C. «Walkabout: looking in, looking out»: a mindfulness-based art therapy program for cancer patients. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association* 2015; 32 (2): 78-82.
43. Roszak T. The Voice of the Earth. New York: Simon & Schuster, 1992.
44. Roszak T., Goomes M.E. and Kanner A.D. (Eds.). Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind. San Francisco: Sierra Club Books, 1995.
45. Shapiro E. Restoring habitats, communities, and souls. Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind. Eds. T. Roszak, M.E. Gomes and A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P. 224-239.
46. Sewall L. The skillof ecological perception. Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind. Eds. T. Roszak, M.E. Gomes and A.D. Kanner. San Francisco: Sierra Club Books, 1995. P.201-215.
47. van der Riet P., Jitsacorn C., Junlapeeva P., Dedkhard S., and Thursby, P. Nurses' stories of a 'Fairy Garden': healing haven for sick children. *Journal of Clinical Nursing* 2015; 1(3): 23-32.
48. Wilson E.O. Biophilia. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1984.

## ENVIRONMENTAL AND ECOLOGICAL APPROACHES IN ART THERAPY

**Kopytin A.I.**

**For correspondence:** Kopytin Alexander; e-mail: alkopytin@rambler.ru

**Conflict of interest.** The author declare no conflict of interest.

**Funding.** The study had no sponsorship.

**Received:** 25.08.2016.

The characteristics of the environmental and ecological approaches to art therapy in the context of global tendencies of resistance to the deteriorating ecological situation and the more active use the environmental therapeutic potential has been given. The connection of these approaches to such scientific and practical disciplines as environmental psychology, ecopsychology and ecohealth has been defined. Key ideas of the developing theory and methodology of these approaches that concern psychological theories of personality, pathogenic factors, and therapeutic intervention have been considered. An overview of therapeutic approaches and publications related to the therapeutic application of environmental creative activity of patients has been presented.

**Keywords:** art therapy, arts therapies, environmental, ecological, nature, creativity