

# Исцеляющее Искусство

международный журнал арт-терапии

№ 3

лето 2020

мультидисциплинарное издание  
ТОМ 23

# Международный журнал арт-терапии «Исцеляющее искусство»

Редактор: Александр Копытин

Редакционная коллегия:

Марк Бурно (Россия)

Лин Коссолопов (Германия)

Шон МакНифф (США)

Кэти Мальчиоди (США)

Кристине Мартинсоне (Латвия)

Ги Ру (Франция)

Ганс-Отто Томашофф (Австрия)

Диана Уоллер (Великобритания)

Руфь Хампе (Германия)

Сьюзан Хоган (Великобритания)

Журнал зарегистрирован 25 июля

1997 г. Северо-Западным региональным

управлением Комитета РФ по печати.

Регистрационный номер П 2601.

Учредитель: РОО Арт-терапевтическая  
ассоциация.

Выходит один раз в три-четыре месяца.

Статьи и иные материалы, а также книги  
для рецензирования и предложения о раз-  
мещении рекламы направляются редактору  
по адресу:

187342, Ленинградская обл., г. Кировск,

ул. Горького, д. 5, кв. 13, Копытину А. И.

e-mail: [alkopytin@rambler.ru](mailto:alkopytin@rambler.ru)

Правила подписки:

Для оформления подписки на журнал  
необходимо перечислить 1500 рублей на  
расчетный счет Ассоциации почтовым или  
телеграфным переводом или платежным  
поручением с пометкой «подписка на жур-  
нал». После этого необходимо отправить  
по адресу Ассоциации заявку, указав в ней:  
форму оплаты, полный почтовый адрес  
и фамилию получателя. Оплата может быть  
произведена в любое время и гарантирует  
получение четырех очередных номеров  
журнала.

Банковские реквизиты Ассоциации: р/с 40703810355000000345

Северо-Западный Банк ПАО «Сбербанк» в Санкт-Петербурге.

БИК 044030653. КПП 782601690 Корр. счет 30101810500000000653.

ИНН 4706039399

# International Journal of Art Therapy «The Healing Art»

Editor: Alexander Kopytin

Editorial Board:

Mark Burno (Russia)

Ruth Hampe (Germany)

Susan Hogan (UK)

Line Kossolapow (Germany)

Cathy Malchiody (USA)

Kristine Martinsone (Latvia)

Shaun McNiff (USA)

Guy Roux (France)

Hans-Otto Thomashoff (Austria)

Diane Waller (UK)

The Journal is registered 25 July, 1997 by

North-West Regional Board of The Press

Committee of Russian Federation. Regist-

ration No П 2601.

Founder: Art Therapy Association, St.-Pe-  
tersburg.

The Journal is published 3–4 times a year.

Papers in Russian, English, German and

French languages as well as books for

review and advertising proposals should be

submitted to the Editor Alexander Kopytin

(ul. Gorkogo 5–13, Kirovsk, Leningradskaya

oblast, 187342 Russia).

e-mail: [alkopytin@rambler.ru](mailto:alkopytin@rambler.ru)

Subscriptions:

All orders accompanied with payment by

check should be sent directly to Art Thera-

py Association, P. O. Box 87 St.-Petersburg

190000 Annual subscription rate is equivalent

to \$ 30 including postage, single copy \$ 10.

# Содержание

## Новости

- Первая международная научно-практическая онлайн конференция «Экологическая/природоцентрированная арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы» ..... 4

## Доклады

### *Копытин Александр*

- Экологическая арт-терапия и смена парадигм. Что могут сделать арт-терапевты перед лицом новых глобальных вызовов ..... 20

### *Левин Стивен*

- Путь поэзиса: экопоэзис, ву-вэй и ненасилие..... 31

### *Робертс Лэсли Кэрол и Фальерс Кристофер*

- Экопоэзис как праксис современности. Как мы сейчас слышим: звуки и языки среды ..... 41

### *Лопухова Ольга и Газизов Каюм*

- «Моральное последствие искусства» в контексте экопсихологического подхода ..... 52

### *Пфейфер Эрик*

- Природа, музыка, здоровье и благополучие: эмпирические и терапевтические перспективы ..... 63

### *Э'Коурт Беверли*

- Искусство нежности в экологической арт-терапии ..... 72

## Новости

# Репортаж о первой международной научно-практической онлайн конференции «Экологическая арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы»

Проведение 8–9 августа 2020 г. международной научно-практической онлайн конференции «Экологическая арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы» является важным событием в российской и мировой арт-терапии, а также терапии искусством/ экспрессивной терапии в целом. Конференция отражает активное развитие экологического направления в арт-терапии в его тесной связи с экологическим движением, экотерапией, экopsихологией, экологическим образованием, «зеленым» искусством. Хотя все больше специалистов в сфере терапии искусством обращают внимание на терапевтический потенциал взаимодействия с разными видами сред, в частности, с природной средой, до последнего времени экологическая арт-терапия не была сколь-либо последовательно и весомо представлена

на международной арене. Ранее не было проведено ни одного крупного научно-практического форума по данному направлению.

Экологическая арт-терапия, экологическая терапия искусством в целом являются сравнительно новым явлением, вызывающим разночтения. В частности, зачастую к таким терапиям относят любые формы лечебно-профилактической, оздоровительной практики, которые используют целебные возможности природной среды и взаимодействия с природными объектами. Однако этого недостаточно, чтобы рассматривать их как связанные с экологическим подходом. Наряду с другими задачами, конференция решала задачу уточнения границ и основного содержания данного направления, его принципов и отличий от внешне схожих с ним форм работы.

Важной задачей конференции также являлось объединение специалистов разных стран, использующих разные виды субъект-средовых взаимодействий в медицине, образовании и социальной работе с целью оздоровления и развития человеческого потенциала, экологического образования (образования в интересах устойчивого развития), гармонизации отношений человека с природной средой. Организаторы конференции рассчитывали, что международный состав участников поддержит межкультурный диалог и актуализирует экологические основы традиционных культур и практик оздоровления и, тем самым, позволит увидеть предпосылки экологического направления в терапии искусством, существующие в разных регионах планеты, связанные со спецификой местных культур и экосистем.

Одним из значимых факторов развития экологического направления в терапии искусством является растущее понимание значительного здоровьесберегающего потенциала определенных форм субъект-средовых взаимодействий, прежде всего, связанных с творческой активностью и использованием разных видов искусств. Спектр инновационных подходов, основанных на субъект-средовых взаимодействиях

с разными видами окружающей среды и используемых в медицине, образовании и социальной сфере на основе применения искусства и доступных видов творческой активности, постепенно расширяется. Однако они остаются плохо известными большинству специалистов, в частности, занимающихся вопросами психического здоровья и экологического образования (образования в интересах устойчивого развития).

За последние два с лишним десятилетия был проведен большой объем исследований, подтверждающих разнообразные лечебно-профилактические эффекты таких взаимодействий. Это было связано, прежде всего, с экопсихологическими исследованиями и формированием теоретической базы экопсихологии, что позволяет рассматривать ее сейчас в качестве фундаментальной науки, располагающей солидной эмпирической и доказательной базой.

Другим важнейшим фактором развития экологического направления в терапии искусством является экологическое движение, вызванное негативными последствиями хозяйственной деятельности человека и направленное не только на изменение форм такой деятельности и подходов к использованию природ-

ных ресурсов, но и на изменение экологического сознания и ценностей. Очевидно, что экологические проблемы регионального и глобального масштабов не могут быть решены только путем реализации природоохранных мероприятий и принятия соответствующих законов, но требуют изменения позиции людей по отношению к жизненной среде, миру природы с антропоцентрической на эгоцентрическую и природоцентрическую. В последние годы решение экологических проблем согласовывается с принятой ООН программой устойчивого развития.

Искусству может быть отведена особая роль в формировании экологического сознания, изменении субъективного отношения людей к природе. Оно может стать фактором становления эгоцентрического или природоцентрического экологического сознания, составляющего альтернативу более привычному антропоцентрическому экологическому сознанию, ставящему во главу угла интересы человека в его отношениях с природой и обуславливающему утилитарно-потребительскую позицию в отношениях с миром природы. Эгоцентрическое и природоцентрическое экологическое сознание, поддерживаемое современным экологически-ориенти-

рованным искусством, характеризуются субъектно-этической позицией в отношении человека с миром природы, ее одушевлением, восприятием в качестве субъекта, проявлением человеком способности к сопереживанию, эмпатии в отношениях с природными объектами и идентификацией с ними.

Развитие экологической арт-терапии и терапии искусством в целом (включая, наряду с арт-терапией, также драматерапию, танцевально-двигательную терапию, музыкальную терапию, полимодальную терапию выразительными искусствами, креативную повествовательную терапию) связано с расширением набора средств и видов творческой экспрессии, использованием природных сред и объектов (часто также воспринимаемых как субъекты), художественно-эстетическим освоением природного ландшафта, жизненной среды.

Она также допускает сочетание разных форм изобразительной и иной творческой средовой активности с теми формами работы, которые свойственны разным направлениям экотерапии — садовой терапии или гартенотерапии, терапии погружением в природную среду, терапии на основе восстановления природной среды, терапии

с участием животных — анималотерапии и других.

Хотя использование целебных факторов природной среды известно издревле, в экологической арт-терапии оно осуществляется на новой идейной основе, характеризуется иной системой представлений о человеке и его отношениях с миром природы, механизмах и направленности творческой деятельности, функциях искусства, факторах и условиях оздоровления, а также специфическими средствами и технологиями работы.

Конференция явилась форумом инновационных идей и практик, основанных на идеях и ценностях экологического движения, экпсихологии и глубинной экологии, способствующих оздоровлению и развитию человека в тесной связи с его взаимодействием с миром природы, жизненной средой.

Заявленный в процессе подготовки конференции спектр тем был весьма широк и включал следующие основные темы:

- влияние экологического движения на развитие арт-терапии;
- современная арт-терапия и экологическая эстетика, искусство среды, эко-арт;
- социальная справедливость и экологическая арт-терапия;
- использование экологической арт-терапии в медицине, образовании, социальной сфере;
- экологическая арт-терапия в работе с детьми и подростками, семьями и сообществами, людьми пожилого и преклонного возраста;
- экологическая арт-терапия и перинатальная психология;
- экологическая арт-терапия и связанные со стрессом посттравматические расстройства;
- экологическая арт-терапия в лечении и профилактике соматических заболеваний и психосоматических расстройств;
- экологические основы традиционных культур и традиционных практик оздоровления;
- использование экологической арт-терапии и арт-педагогики для экологического воспитания и развития экологического сознания;
- ландшафтная музыкальная терапия, драматерапия (ландшафтный театр), полимодальная терапия искусством, танцевально-двигательная терапия в природной среде;
- современные цифровые технологии и медиа (фотография, видео и др.) в практике экологической арт-терапии;

- интеграция арт-терапии и анималотерапии, садовотерапии и других направлений современной экотерапии;
- новые концепции и модели терапевтической среды.

Организаторами конференции выступили:

- Национальная ассоциация для развития арт-терапевтической науки и практики «Арт-терапевтическая ассоциация»;
- журнал «Экопоэзис: экогуманитарные теория и практика»;
- Лаборатория экopsихологии развития и психодидактики ФГБНУ «Психологический институт Российской академии образования»;
- Международная школа арт-терапии (Москва);

Партнеры конференции:

- Институт Пратта, отделение креативных терапий искусством (Нью-Йорк);
- Европейская школа последипломного образования (Саас-Фе, Швейцария);
- Калифорнийский колледж искусств, Лаборатория архитектурной экологии (Сан-Франциско, США);
- Флоридский государственный университет, факультет художественного образования (Талахасси, шт. Флорида, США);

- Ecologia Youth Trust (Шотландия);
- Институт практической психологии «Иматон»;
- Ассоциация интермодальной терапии искусством (РФ);
- Ассоциация танцевально-двигательной терапии (РФ);
- Портал «Медицинская психология в России».

В конференции приняли участие около ста специалистов в области терапии искусством, психологии, психотерапии, образования, художники, дизайнеры, студенты и аспиранты, в основном те, кто осваивает или уже использует лечебно-профилактические, реабилитационные, воспитательные и социализирующие возможности искусства в его единстве с природной средой. Среди докладчиков и ведущих мастер-классов были представители шести стран — России, США, Канады, Германии, Украины и Великобритании. Весьма значительным было общее количество зарубежных участников конференции, выступающих в качестве слушателей, а также спектр представляемых ими стран и регионов планеты — Канада, Перу, Индия, Турция, Китай.

Программа состояла из линейки пленарных докладов и множества мастер-классов, идущих в трех параллелях в первый день конференции 8 августа, и семи



докладов и трех практических семинаров зарубежных специалистов 9 августа.

Открывая конференцию, с приветственным словом к ее участникам обратился Шон МакНифф — автор книг «Воображение в действии: секреты раскрытия творческого самовыражения», «Доверься процессу: руководство художника по отпусканью», «Искусство лечит», «Искусство как лекарство», «Интеграция искусств в терапии», оказавший значительное влияние на развитие арт-терапии в разных странах мира, один из родоначальников экспрессивной терапии, почетный член Американской арт-терапевтической ассоциации, почетный профессор Университета Лесли (Кембридж, шт. Массачусетс, США).

Он от всего сердца поддержал инициативу проведения этой конференции и признал ее «самым важным вкладом в будущее терапий искусством», заявив, что специалистам в сфере терапий искусством действительно нужна новая парадигма, основанная на новой глубинной психологии природы и новой глубинной психологии искусства, то есть такой психологии, которая находится в согласии с природой. По мнению МакНиффа, «...центральная идея этой конференции — признание природы как участника

всех ситуаций, в которые мы вовлечены как художники, психотерапевты и личности. И это возможно везде — и на природе, и на улицах городов, в студии, даже в самых сложных ситуациях, а не только среди красивых природных ландшафтов», творя вместе с природой и привнося тем самым целебное начало естественного творческого самовыражения в повседневность, где бы мы ни оказались.

Пленарные доклады обозначали содержание и границы основного предмета — экологической арт-терапии, терапии искусством — как развивающихся на основе междисциплинарной интеграции философских, психологических, медицинских, антропологических и экологических представлений в их единстве с искусством. Это было, в частности, связано с тем, что докладчики — представители России (А.И. Копытин и С.В. Алексеев), Соединенных Штатов Америки (Л.К. Робертс и К. Фальер) и Канады (С. Левин), за счет своих разных профессиональных позиций (медицины, психологии, педагогики, философии, литературы, дизайна и архитектуры) и культурного опыта смогли обозначить широкую полидисциплинарную основу экологической арт-терапии, сочетающей в себе экологическую и гуманитарную составляющие.

В докладе А.И. Копытина «Экологическая арт-терапия и смена парадигм: что могут сделать арт-терапевты перед лицом новых глобальных вызовов» представлены ключевые принципы и теоретические положения экологической арт-терапии в текущей ситуации экологического кризиса и оформления экогуманитарной парадигмы. Им рассмотрены связи формирующейся экогуманитарной парадигмы с глубинной экологией и экофилософией, особая роль искусства и творческой активности в развитии отношений человека с жизненной средой, в процессе смены парадигм и развития экологического сознания, решения задач устойчивого развития.

В выступлении Стивена Левина (доктора философии, заслуженного профессора Йоркского университета в Торонто, декана докторантуры в области экспрессивных искусств в Европейской школе последипломного образования в Швейцария, основателя Международной ассоциации выразительных искусств (IEATA) и Института креативности в Торонто) «Путь поэзиса: экопоэзис, ву-вэй и ненасилие» рассмотрены три принципиально разные позиции в отношениях человека с миром природы — инструментальная (антропоцентрическая), романтическая

и поэзная (экопоэзная), знаменующая собой более экологичный способ построения отношений с миром природы. Для обоснования последней как обозначающей оптимальный путь развития цивилизации в эпоху антропоцена докладчиком использованы представления философии даосизма, Ф. Ницше, М. Хайдеггера и собственная авторская концепция творческой деятельности как средовой активности человека. Обозначая мультикультурные основы концепции экопоэзиса как пути гармонизации отношений человека с жизненной средой, докладчик обратился к даосскому понятию ву-вэй, которое подразумевает не пассивность, а ненасильственный подход к восприятию различных форм природной жизни, который уважает целостность другого. Понятие ву-вэй рассмотрено через призму философского понятия поэзиса, обозначающего творческую природу человека, который творчески реагирует на окружающую среду, раскрывая заложенные в ней потенциалы. Понятия ву-вэй и поэзиса (экопоэзиса) рассмотрены как емкие философские категории, с помощью которых может быть обоснована альтернативная система отношений человека с миром природы, противостоящая доминирующему в настоящее время

в эпоху антропоцена отношению человека к природе, основанному на насилии. Понятия ву-вэй и поэзиса (экопоэзиса) были также привлечены докладчиком при рассмотрении психотерапевтического процесса.

Совместный доклад Лэсли Кэрл Робертс — писателя, журналиста, профессора, руководителя программы литературного творчества, сотрудника Лаборатории архитектурной экологии Калифорнийского колледжа искусств (Сан-Франциско, США) и Кристофера Фальера — доцента, преподавателя Лаборатории архитектурной экологии Калифорнийского колледжа искусств, руководителя лаборатории ULA Design в Университете Беркли, «Экопоэзис как праксис современности. Как мы сейчас слышим: звуки, языки, среда» был посвящен мероприятиям, проведенным в течение 2019–2020 гг. в рамках проекта «Экопоэзис» сотрудниками лаборатории архитектурной экологии. Проект является междисциплинарной исследовательской инициативой, направленной на изучение меняющегося философского и онтологического контекста отношений человека с жизненной средой, поддержку экологического повествования на стыке искусства, гуманитарных наук и дизайна. В докладе пояснен

генезис проекта и его первые два мероприятия — неформальная встреча представителей разных научных дисциплин в 2019 году и звуковая и художественная инсталляция 2020 года «Как мы сейчас слышим», отражающая экологию пандемии.

Каждый участник проекта создал звуковую запись своего окружения 22 апреля 2020 года, в день празднования пятидесятой годовщины Дня Земли, и представил описание экологических или культурных явлений. Аудиозаписи и описания окружающей среды объединены в многоуровневый поток звука и текста, визуальный и звуковой ландшафт экологических наблюдений, собранных в это уникальное время. Индивидуальные вклады объединяются вместе с визуализацией сейсмических данных, собранных 22 апреля, и представляющих параллельную геологическую активность, происходящую в масштабе планеты. Доклад «Экогуманитарный подход в науке и образовании» доктора педагогических наук, профессора, заведующего кафедрой педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека Санкт-Петербургской Академии постдипломного педагогического образования, профессора Российского государственного педагогического

университета им. А.И. Герцена, академика Международной академии наук экологии и безопасности (МАНЭБ), академика Российской экологической академии (РЭА), Сергея Владимировича Алексеева представлял собой попытку теоретического осмысления необходимости «озеленения» и гуманитаризации науки и образования в контексте глобальных социокультурных вызовов. Была рассмотрена проблема интеграции экологии, медицины, психологии, педагогики и искусства для становления экосистемы образования будущего (образовательной экосистемы). Определены основания реализации принципов целостности (единства) и дополнительности указанных научных направлений и сфер образования для функционирования системы развития человека. Рассмотрены единство и дополнительность арт-терапии и арт-педагогики как интегративных областей науки и образовательной практики. Обозначены перспективные направления системной интеграции естественных и гуманитарных наук в формировании экологической культуры человека 21 века. Проходящие затем в трех параллелях девять мастер-классов включали теоретическое обоснование и элементы практической работы, связанные с разнообраз-

ными видами экологически-ориентированной деятельности специалистов разных направлений терапии искусством. На нескольких мастер-классах обсуждались и демонстрировались возможности создания художественной продукции с использованием разных природных материалов — растений, глины, песка, камней и других, а также практика создания пейзажей или использования готовых пейзажных образов в качестве проективного средства в деятельности арт-терапевтов и других помогающих специалистов. Это было, в частности, показано на мастер-классах Ярославовой Виктории «Использование пейзажной живописи в онлайн-арт-терапии: ландшафт детско-родительских отношений в контексте сепарации», Дворниковой Александры «Эстетика гербария. Что растения могут рассказать о нас?», Шарафиевой Лилии «Природный ландшафт как место встречи с собой и значимым другим», Сидоровой Варвары «Поэзия камней: натур-ориентированная терапия экспрессивными искусствами», Ивженко Инны «Манда seasons души и тела». Использование полимодального подхода в экологической терапии искусством, в частности, связанные с использованием движения и танца, поэзией и повество-

вательной активностью, музыкальной экспрессией в форме голосовых практик было показано на мастер-классах Грейселн Чунг-Ян Лау «Земля моего тела, вода моей крови: деколонизация нашей сущности», Кирилловой Александры «Дыхание природы. Наблюдение и празднование циклических изменений в природе в контексте терапевтических голосовых практик», Лебедевой Людмилы «Модель эко-арт-терапевтической сессии онлайн: проективные стимулы и природные ресурсные опоры» На мастер классе Ольги Орнаты «Ленд-арт (современное искусство в ландшафте: возможности для экологической арт-терапии» был показан потенциал ленд-арта как способа художественного освоения пространства, катализатора «нахождения своего места в мире» не только в работе арт-терапевта с клиентом/группой, но и в собственной личной художественной практике арт-терапевта. Мастер класс позволил глубже познакомиться с современным «искусством земли» и повысить художественную компетентность специалистов помогающих профессий. Множество граней и форм современного искусства как проводника экологических ценностей и особого средства развития отношений человека с миром

природы было показано на международной выставке, организованной на сайте конференции. На выставке были представлены работы десяти художников из России (Леонида Тишкова, Александры Дворниковой, Анны Амирхановой, Светланы Пастуховой, Ольги Орнаты), Соединенных Штатов Америки (Шона МакНиффа, Дианы Судики, Тиган Уайт, Джин Дэвис) и Великобритании (Беве́рли Э'Коурт). Разнообразие авторских стилей, техник и видов изобразительной деятельности было объединено общей направленностью творчества художников на культивирование альянса человека и мира природы, их умением тонко ее чувствовать и черпать в ней источники для исцеления и духовного роста.

Полвека назад развитие ленд-арта и искусства среды совпало с растущим экологическим сознанием. Это породило экологическое движение, формировало основы экологической политики на государственном и гражданском уровнях. В настоящее время искусство играет все более значимую роль в экологической повестке дня человечества. Сопровождая конференцию выставкой, организаторы и участники конференции, среди которых немало профессиональных художников, подчеркнули,

сколь важную роль искусство как средство решения экологических проблем приобрело в настоящее время, и что современная экологическая арт-терапия не может рассматриваться вне стремительно развивающегося «зеленого» искусства.

Программа второго дня конференции 9 августа открылась выступлениями ключевых фигур российской экопсихологии и экологической психопедагогики. Панов Виктор Иванович — доктор психологических наук, профессор, заведующий лабораторией экопсихологии развития и психодидактики Психологического института РАО, член-корреспондент РАО, член Научного совета по проблемам экологического образования при Президиуме Российской академии образования — представил экопсихологическую гипотезу о природе психотравматических состояний. Согласно экопсихологическому подходу к развитию психики, она исходно рассматривается онтологически — как форма бытия, которая обретает реальность существования в виде психических феноменов в процессах взаимодействия в системе отношений «индивид — окружающая среда». Согласно такому подходу, психическое состояние, как и любая форма бытия, представляет

собой творческое событие (своего рода «поэзис»), которое в своем становлении должно пройти разные стадии целостного цикла. Прохождение этих стадий может быть затруднено вследствие нарушений в системе индивид-окружающая среда, обуславливая развитие психогенных нарушений адаптации и нарушений развития, а также формирование дисфункциональных механизмов адаптации, в частности, связанных с деструктивными формами взаимодействия человека с жизненной средой. В сообщении В.И. Панова фактически рассмотрены основания нового понимания механизмов и ведущих факторов патологии саногенеза, вытекающего из экосистемных представлений о природе психических состояний и экопсихологии развития. В докладе Ясвина Витольда Альбертовича, доктора психологических наук, профессора, лауреата премии Правительства Российской Федерации в области образования, профессора института педагогики и психологии образования Московского городского педагогического университета, члена Научного совета по проблемам экологического образования при Президиуме Российской академии образования (Москва) «Опыт формирования отношения к природе»,

подчеркнута важная роль художественно-эстетического восприятия жизненной среды, связанного с формированием мыслеобразов как обеспечивающих интеграцию когнитивных, сенсорных, эмоциональных и ценностно-смысловых аспектов опыта взаимодействия с миром природы. Это помогает развивать эмоциональные, эстетические и этические основы отношения к природным объектам, связанные с феноменом их субъектификации.

Далее в двух линейках были представлены доклады зарубежных и российских специалистов. Эрик Пфейфер — зарегистрированный музыкальный терапевт, профессор факультета эстетики и коммуникаций Католического университета прикладных наук Фрайбурга (Германия) — рассмотрел исторические и современные данные, касающиеся использования природы в психотерапии, в том числе психотерапевтические прогулки на свежем воздухе, «зеленые» микро-брейки. Особое внимание он уделил средовой музыкальной терапии, представив результаты исследования эффектов средовой музыкальной терапии и влияния тишины и природных фоновых звучаний.

Арт-терапевт, специализирующийся на экологической терапии, содействующей устойчивому развитию в работе с мест-

ными сообществами коренных народов провинции Онтарио (Канада), аспирантка Арт-терапевтического института Кутеней Сара Уэст поделилась опытом использования технологии «Тройной спирали», которая обеспечивает сопровождение в процессе принятия решений и общественных консультаций по вопросам окружающей среды. Лопухова Ольга Геннадьевна — кандидат психологических наук, доцент Института психологии и образования Казанского федерального университета (Казань), и Газизов Каюм Касимович — клинический психолог, тренер-преподаватель верховой езды Международного конно-спортивного комплекса (Казань) рассмотрели эффект «морального последствия искусства» (впервые описанный Л.С. Выготским), связанный с творческой личностной активностью. По мысли Л.С. Выготского, погружение человека в творческий процесс является основным условием развития личности и источником сил для преодоления кризисной ситуации. Одним из положений экпсихологического подхода к развитию психики, разработанного В.И. Пановым и его коллегами, является понимание, что развитие психики и отношение к природе имеет творческую основу, которая требует созда-

ния соответствующих образовательных и воспитательных условий. Докладчики рассмотрели арт-терапию и арт-педагогика как методы создания специфических средовых условий, не только способствующих развитию экологического сознания, но и формирующих личность, ее морально-ценностные основания и динамическую устойчивость, благодаря использованию определенных форм творческого взаимодействия человека с окружающей средой.

Заведующая лабораторией экоарт-терапии Ботанического сада Тверского государственного университета (Тверь) Шарфиева Лилия Раисовна в своем докладе рассмотрела опыт взаимодействия человека с природными материалами и объектами и ландшафтом в целом в процессе занятий экологической арт-терапии, обозначая их как «дары природы». Каждый дар представлен с точки зрения его природных свойств, художественной выразительности образа и символического значения.

В докладе Лебедева Алексея Анатольевича — врача-психотерапевта психотерапевтического отделения госпиталя ветеранов войн, старшего преподавателя кафедры общей и клинической психологии Волгоградского го-

сударственного медицинского университета (Волгоград) — представлен опыт применения средового (экологического) подхода в процессе клинической системной арт-терапии (КСАТ) пациентов с пограничными психическими расстройствами. Работа проводилась на базе психотерапевтического отделения госпиталя ветеранов войн и предполагала использование найденных природных и неприродных объектов и фотографирования среды. Рассмотрены терапевтические механизмы экологического подхода, их качественное своеобразие и роль в оптимизации и повышении эффективности лечебно-реабилитационной программы КСАТ с учетом личностных особенностей пациентов, групповой динамики и условий прохождения лечения.

Большая часть времени второго дня конференции отводилась на семинары трех зарубежных специалистов в области экологической арт-терапии — Беверли Э'Коурт, работающей на базе Финдхорн Фонда (Шотландия, Великобритания), Мэдлин Руг — доцента Университета Св. Григория в Шони и адъюнкт-профессора Института Пратта (Нью-Йорк), и Джин Дэвис — профессора кафедры терапии искусством Института Пратта (Нью-Йорк).



На семинаре Беверли Э'Коурт было показано, как может развиваться и проявляться чувство нежности и бережное отношение к природе, в том числе, понимаемой как часть собственной телесной основы индивида, в условиях экологической арт-терапии. Практическая часть занятия была связана с созданием серии рисунков и нарративов на основе телесно-ориентированных упражнений, включающих медитацию, сканирование телесных ощущений и аутентичное движение.

Семинар Мэдлин Руг состоял из двух переходящих друг в друга частей и позволял получить представление о базовых практиках, принципах и философии природоцентрированной арт-терапии. В первой части семинара был показан процесс выбора и организации места для пребывания на природе как важнейшего условия переживания безопасности и принадлежности к миру природы. Также показана последующая созерцательная и художественно-творческая практика взаимодействия с выбранной природной средой и ее объектами. В ходе второй части семинара была продемонстрирована «техника рисования прикосновениями», выступающая инструментом настройки на среду и внутренние процессы тела и пси-

хики. Пояснены направленность и психологические механизмы такой практики, сопровождающейся эффектами полисенсорной стимуляции, изменениями восприятия среды и активацией творческого воображения как важных предпосылок изменения отношения к природе и развития экологического сознания. Техника рисования прикосновениями в условиях природоцентрированной арт-терапии представляет собой интуитивный рисунок, форму монопечати, и требует высокого уровня чувствительности к среде. Благодаря этому мир природы начинает «говорить» на языке искусства, и процесс изобразительной деятельности становится формой поддержки резонанса человека с миром природы.

Семинар Джин Дэвис был посвящен рисованию природных объектов, с которыми участники занятия встречались во время прогулки и исследования среды. Показано, как подобная практика позволяет установить более глубокую, чем в обычных условиях, связь с жизненной средой, раскрывая и поддерживая психические состояния и формируя определенные личностные качества индивида. Практика рисования природных объектов была проиллюстрирована клиническим примером.

Первая международная научно-практическая онлайн конференция «Экологическая арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы» явилась заметным событием в развитии российской и мировой арт-терапии, привлекла внимание к данному направлению и помогла обозначить ее основные идейные, ценностные и теоретические предпосылки и принципы, показать особенности ее технологий и областей практического применения. Она заставила задуматься, какую роль экологическая арт-терапия, терапия искусством в целом играют в решении задач сохранения здоровья человека в тесной связи с заботой о благополучии мира природы и глобальной экосистемы, в развитии экологического сознания и поддержке природосообразного образа жизни. Одним из важных результатов конференции явилось также то, что она позволила объединить представителей экологического, природоцентрированного направления в арт-терапии, выработать общую повестку дня для его дальнейшего развития, создать международную сеть единомышленников — не только арт-терапевтов, но и экопсихологов, представителей экологической психопедагогики и педагогики в интересах устойчивого

развития, экотерапевтов и экологически ориентированных художников и дизайнеров среды. Она укрепила межкультурные связи экологического движения в арт-терапевтической среде и актуализировала запрос на создание образовательных программ со специализацией по направлению экологической, природоцентрированной арт-терапии и терапии искусством.

Конференция показала не только активное развитие экологической арт-терапии и терапии искусством и их внедрение в медицинскую и психологическую практику, образование и социальную сферу, но и определенные проблемы и дефициты, касающиеся теоретических и практических аспектов, требующие более активной работы по их преодолению. Что касается теории экологической арт-терапии и терапии искусством в целом, то несмотря на произошедшее за последние годы оформление основ их методологии, связанной, прежде всего, с привлечением представлений экогуманитарного подхода, экопсихологии и экологической психопедагогики, недостаточно разработанными остаются многие аспекты экопсихологии развития. Это, в частности, касается структуры и динамики формирования личностных характеристик, связанных с концепцией

экологической идентичности и ее развитием в онтогенезе; роли средовой творческой активности и субъект-порождающего взаимодействия (В.И. Панов) индивида с разными компонентами жизненной среды в этом процессе; факторов и механизмов пато- и саногенеза, рассматриваемых с точки зрения экосистемных, экогуманитарных представлений. Весьма слабо на конференции были представлены вопросы институциональной и макросоциальной динамики, касающейся экологических представлений и ценностей, и ее опосредованностью дискурсивными, репрезентативными системами, связанными, в частности, с искусством и СМИ. Данный социологический (социально-психологический) компонент экогуманитарных

исследований крайне слабо пока представлен как в российской, так и зарубежной литературе. Оставляет пока желать лучшего уровень разработки технологий экологической арт-терапии (терапии искусством). Большинство практических форм работы, представленных на мастер-классах, пока не могут рассматриваться как технологии в силу их недостаточной обоснованности с точки зрения психологии (экопсихологии), педагогики или медицины, а также отсутствия доказательной базы. Во многих случаях представляемые виды деятельности могут быть отнесены к оригинальным эмпирическим находкам, являющимся адаптацией известных психологических и культурных практик.

*Репортаж подготовил:  
А.И. Копытин*

Доклады

## Экологическая арт-терапия и смена парадигм. Что могут сделать арт-терапевты перед лицом новых глобальных вызовов

### Ecological art therapy. What art therapists can do in the face of new global challenges

**Копытин Александр (Kopytin Alexander)**

*Данное сообщение подготовлено на основе доклада А.И. Копытина, представленного на первой международной научно-практической онлайн конференции «Экологическая/природоцентрированная арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы». В докладе представлены ключевые принципы и теоретические положения экологической арт-терапии в текущей ситуации экологического кризиса, актуальных социокультурных трендов и оформления экогуманитарной парадигмы. Обсуждаются связи формирующейся экогуманитарной парадигмы с идеями глубинной экологии и эко-философии. Рефлексируется роль искусства и духовной культуры в процессе смены парадигм, развития экологического сознания и экологических ценностей, решения задач устойчивого развития.*

*This paper is based on the keynote presented by Alexander Kopytin at the first international web-based conference, "Ecological/Earth-Based Arts Therapies: International and Multi-Cultural Perspectives." The paper explores the key position of ecological/Earth-based art therapy in the current situation of ecological crisis, sociocultural trends and the eco-human paradigm. The author discusses the relationship of the emerging eco-human paradigm with the ideas of deep ecology and eco-philosophy. The paper further highlights the role of the arts in the process of paradigm change, in the development of environmental awareness and values, and in moving towards the goals of sustainable development.*

## ВВЕДЕНИЕ

Я с гордостью открываю первую научно-практическую конференцию «Экологическая арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы». В этот критический период человеческого существования конференция проводится как форум инновационных идей и практик, основанных на идеях и ценностях экологического движения, экпсихологии и глубинной экологии, способствующих оздоровлению и развитию человека в тесной связи с его взаимодействием с миром природы, жизненной средой.

Конференция подчеркивает экпоэзную сущность человека, его способность формировать мир, удовлетворяя свои потребности и, в то же время, заботясь об окружающей среде, справедливости и красоте. Сейчас, когда население всего мира находится под угрозой, мы должны спросить себя: Что нам нужно сохранить? На что направить свои усилия? Что мы можем предпринять, реагируя на этот вызов?

Пандемия коронавируса и ее масштабное воздействие на социальном, психологическом и экономическом уровнях во всем мире побуждает нас искать ответы на эти вопросы с позиции целостного восприятия, при-

нимая во внимание не только возможности медицины, психологии, педагогики, но и экологии, гуманистики, искусства и культурных знаний. Глобальная цивилизация оказалась очень уязвимой в ситуации нарастающей энтропии, спровоцированной пандемией. Однако люди демонстрируют свою способность к ее преодолению, используя для этого не только медицинские и социальные меры, но и свой творческий потенциал, способность к экпоэзису.

Природа и культура работают как относительно автономные, но синергетические системы, являющиеся двумя основаниями жизни на этой планете. И природа, и культура должны быть вовлечены, чтобы дать людям возможность эмоционально справляться с текущей и иными сложными ситуациями. Я имею в виду здесь устойчивость людей, питаемой как природой, так и культурой, их способностью к творчеству, которая позволяет нам и Земле преодолевать разные вызовы и развиваться. Реализуя свои творческие, поэзные способности вместе с более чем человеческим миром, мы поддерживаем внутреннюю и внешнюю экологию.

Идея этой конференции возникла из этого духа, нашего стремления развивать далее арт-терапию

на основе нового понимания роли гуманитарных наук, экологии и искусства в человеческой и планетарной жизни. Наиболее подходящими понятиями, обозначающими основной предмет этой конференции как профессиональной и культурной инициативы, являются «экологическая» или «природоцентрированная» арт-терапия. Такая арт-терапия основана на способности людей реагировать на трудности и страдания и преобразовывать жизненную ситуацию благодаря созвучию своих творческих проявлений и планетарной жизни, экосферы.

### ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ, ПРИРОДОЦЕНТРИ- РОВАННОЙ АРТ-ТЕРАПИИ

Появление экологического, природоцентрированного направления в арт-терапии знаменует собой решающий момент для нашего дальнейшего профессионального развития. Экологическая арт-терапия означает нечто большее, чем просто набор инновационных методик и идей, которые могут быть реализованы в рамках уже сформировавшихся терапевтических подходов. Экологическая арт-терапия связана с необходимостью формирования качественно новой идейной

и ценностной платформы для эмпирических форм работы. Такая арт-терапия объединяет искусство и природу, чтобы обеспечить целебные, положительные эффекты как для человеческого, так и для нечеловеческого мира.

Наряду с экологической психологией, экпсихологией, экологическим образованием, глубинной экологией и другими научными дисциплинами, а также с экологическим искусством и природоохранной социальной активностью, экологическая арт-терапия выступает в качестве составной части экологического движения. Это движение оспаривает основы современной цивилизации и по сути связано со сменой парадигм, поскольку парадигма, согласно Т. Куну, — это не только новая теория, а целое мировоззрение. Экологическое движение связано с качественным изменением личных убеждений, научного мышления и форм праксиса, организующих социальную жизнь и психологию человека.

Вместе с другими ветвями экологического движения, связанными со сменой парадигм, экологические методы лечения формируют новый взгляд на то, что такое здоровье и болезнь, и каковы причины и способы лечения личных и общественных недугов. Экологическая арт-терапия также

основана на новом понимании роли искусства в сохранении здоровья населения и окружающей среды на основе перестройки отношений людей с природой. Экологическая арт-терапия основана на использовании целебных факторов творческой личностной активности в их сочетании с факторами, связанными с общением людей друг с другом и жизненной средой.

Спектр форм средовой творческой активности, характерных для экологической арт-терапии, широк и включает в себя визуальное искусство, драму и ритуалы, музыку, танец и движение, творческое письмо, а также практики, объединяющие занятия искусством с взаимодействием с животными и растениями, путешествиями, созерцательным присутствием в природе и т. д. Экологическая арт-терапия, вместе с экотерапией, экофилософией, экологическим образованием, образованием в интересах устойчивого развития, а также искусством окружающей среды поддерживают формирующийся экогуманитарный подход и расширяющуюся область конструктивных инноваций, которые могут быть применены в образовании, медицине, в социальной сфере для противодействия экологическому кризису и обеспечения

более гармоничной ко-эволюции людей и более чем человеческого мира.

Средовая творческая активность может сопровождаться настройкой на различные природные явления и формы жизни, посредством которых определенные аспекты человеческого опыта, в частности, те, которые связаны с нашей биологической историей и нашим «экологическим бессознательным» (Т. Roszak), могут быть интегрированы в сознание, поддерживая наше восприятие себя как «экологических субъектов», нашу экологическую идентичность (А. Næss).

Основные особенности экологической или природоцентрированной арт-терапии можно обозначить следующим образом. Она предполагает мероприятия на свежем воздухе или в помещении, которые включают взаимодействие с окружающей средой, природными объектами и разными формами жизни и часто связана с их восприятием в качестве субъектов, тем самым формируя этическое отношение к миру природы. Помимо разных видов средовой творческой активности, занятия могут включать в себя упражнения, направленные на развитие средовой осознанности, целостного восприятия среды и себя как ее части.

Экологическая арт-терапия направлена на достижение разных целей, охватывающих как микро-, так и макроуровень. Она работает не только с индивидуальными потребностями и проблемами здоровья людей, но и проблемами окружающей среды. Каким же образом мы можем решить те проблемы, которые обычно игнорируются в большинстве традиционных методов лечения?

Как специалисты в сфере искусства, арт-терапии, психологии и педагогики, мы можем предложить нашим клиентам новые возможности, позволяющие им освоить различные виды творческого непрагматического взаимодействия с жизненной средой, миром природы, развивать их способность видеть и создавать красоту вокруг себя в качестве эффективных форм саморегуляции и стратегий совладающего поведения, которые можно использовать как в терапии, так и в повседневной жизни в интересах сохранения здоровья. Мы также можем помочь нашим клиентам обогатить их экологические знания, развить их экологическое мировоззрение и тем самым предупредить их возможное разрушительное воздействие на природную среду и риски развития соматических и психических расстройств

в результате нездорового, неэкологичного образа жизни и воздействия патогенных факторов окружающей среды. Мы можем сделать это, в частности, путем сокращения отходов и использования неэкологичных художественных материалов.

Экологические методы лечения признают, что люди имеют фундаментальную потребность и право жить в «здоровой», красивой и безопасной среде, и что такая потребность и право должны быть удовлетворены. В соответствии с концепцией устойчивого развития необходимо согласование задач экономического роста с заботой об окружающей среде и социальным благополучии.

К сожалению, арт-терапевты не обучены работать в соответствии с экологической парадигмой, не имеют ни теоретической, ни практической подготовки в этой области. Я считаю, что необходимо включение соответствующих образовательных модулей в программы подготовки по арт-терапии, а также формирование специализации по направлению экологической, природоцентрированной арт-терапии.

В настоящее время экологическая арт-терапия, наряду с экоксихологией и разными направлениями экотерапии, психологией и педагогикой окружающей среды и устойчивого развития



начинают играть все более значимую роль, помогая обществу сформировать конструктивный ответ на возникающие экологические проблемы. Это серьезная задача, поскольку она связана с необходимостью разработки и реализации эффективных мер по формированию экологического сознания и поведения на предстоящий длительный период значительного снижения природных и человеческих ресурсов.

ПОЛИДИСЦИПЛИНАРНЫЙ  
ЭКОГУМАНИТАРНЫЙ  
ПОДХОД КАК  
ОБЩЕТЕОРЕТИЧЕСКАЯ  
ОСНОВА  
ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ АРТ-  
ТЕРАПИИ

При рассмотрении постулатов и основных теоретических идей, которые могут иметь отношение к новой области экологической арт-терапии, особая роль может быть отведена полидисциплинарному экогуманитарному подходу, формирующемуся в условиях растущего экологического и гуманитарного кризисов. Как отмечает один из ведущих экофилософов современности Арран Гар, в современной ситуации гуманитарного и экологического кризиса «...наиболее перспективный путь защиты гуманитар-

ных наук и их ценностей состоит в том, чтобы защищать значимость любых форм жизни. Кризис в гуманитарных науках наступает во время ускорения экологического кризиса, угрожающего не только большинству земных видов, но и будущему человечества. Это обуславливает необходимость поддержки гуманитарных наук, гуманистики как последнего оплота, чтобы избежать политических последствий отрицания иной ценности любых живых существ, включая и человека, кроме как в качестве инструментов» (Гар, 2020).

Экогуманитарный подход направлен на преодоление экологического кризиса и кризиса гуманитарного знания, укрепление связей современной гуманистики с экологией (как наукой и, в то же время, мировоззрением, направленным на сохранение условий жизни на планете), задачами устойчивого развития. Этот подход видится как путь согласования технологических, экологических и гуманитарных запросов современной культуры. Он предполагает новое понимание человека как интегрированного со своей природной сущностью и миром природы, обладающего развитым экологическим сознанием и экологической культурой — то есть, как «экологического субъекта»,

характеризующегося «экологической идентичностью».

Следуя картезианской логике, в значительной мере определяющей современное понимание человека и психической деятельности, вряд ли можно решить задачу утверждения образа «экологического субъекта», формирования экологического сознания, как ключевого условия устойчивого развития. Мы можем признать: экология в широком смысле — как мировоззрение — нуждается в новой гуманитарной доктрине в такой же мере, как современная гуманистика нуждается в экологии, экологическом мышлении.

Предметом исследования экогуманитарного подхода выступает сущность человека как субъекта, включенного в отношения с жизненной средой, миром природы, воспринимаемым не только в качестве совокупности объектов, но и субъектов. Как познающий субъект человек вступает со своей жизненной средой в диалог, общается с ней, используя разные способы общения, стремится раскрыть и понять в процессе такого диалога собственную субъектность и субъектность среды.

Новизна экогуманитарного подхода определяется тем, что он строится на постулировании *поэзной* (от др.-греч. слова «поэ-

зис» — ποιέω — делаю, творю; «ποίησις» — творчество) сущности человека, связанной с его способностью создавать для себя целостную жизненную среду, включающую как природные, так и культурные формы, в определенном смысле «очеловечивать», формировать ее в соответствии со своими биологическими, социальными и культурными потребностями.

Развивая представления о поэзной сущности индивида, экогуманитарный подход использует понятие экопоэзиса (от др.-греч. слов «οἶκος» — дом, жилище, и «ποίησις» — творчество). Это понятие обозначает то, что, создавая для себя целостную жизненную среду, включающую как природные, так и культурные формы, индивид выступает не только в качестве субъекта социума и культуры, но и «экологического субъекта», способного заботиться о своем «земном доме» как среде обитания для разных биологических видов и их сообществ и вступая с ними в отношения как субъектами, поддерживая и творя красоту как системное качество человека в его единстве с жизненной средой.

Понятие экопоэзиса является производным емкой и имеющей длительную историю философской категории поэзиса. Исполь-

зование категории экопоэзиса в рамках экогуманитарного подхода обозначает те качественные изменения, которые должны произойти в сознании и самосознании человека, прежде всего, в его экологическом сознании и самосознании, а также его отношении к жизненной среде как необходимое условие устойчивого развития.

Одной из предпосылок развития экогуманитарного подхода выступает такое направление экологической мысли, экофилософии, как «глубинная экология» (deep ecology) Арне Несс (Næss, 1989, 2003), противопоставляемая «поверхностной экологии» (shallow ecology). Глубинная экология подняла важные мета-этические вопросы и породила конструктивные дискуссии о концепциях личности, мировоззрения и актуальности различных философских и религиозных традиций для экологического движения. Помимо академической философии, глубинная экология помогла сформировать радикальное экологическое движение, дала новое понимание экологического кризиса и доминирующих концепций взаимоотношений человека и природы.

Для экогуманитарного подхода глубинная экология представляется ценной, прежде всего, тем, что сформулировала представ-

ления об экологической идентичности индивида как качественно нового, радикального основания для экологического движения. Согласно Арне Несс, главной причиной экологического кризиса выступает психологическая организация человека, сформировавшегося на волне индустриализации и сциентизма. Соответственно, для преодоления экологического кризиса необходимо формирование иной психологической организации личности, основанной на концепции экологической идентичности. Представления об экологической идентичности делают возможным разработку (а) более экологических или экосистемных представлений о человеке; (б) понимание того, как расширенное, экологическое самовосприятие может повлиять на отношения человека с окружающей средой и (в) изменить его идентичность.

### РОЛЬ ИСКУССТВА В ОБЕСПЕЧЕНИИ ЗНАЧИМОЙ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ СВЯЗИ С ПРИРОДОЙ

Особые возможности арт-терапии для сохранения здоровья и благополучия человека и окружающей среды и развития экологического сознания тесно

связаны с той ролью, которую искусство и творческая активность играют в процессе взаимодействия с жизненной средой, миром природы. Искусство обладает своими уникальными средствами решения проблем окружающей среды и здоровья человека. Спектр форм возможного взаимодействия с природой через искусство широк и включает как рецептивные, основанные на созерцательной практике, так и активные, экспрессивные формы. Можно выделить следующие функции искусства, которые могут иметь непосредственное отношение к экологической арт-терапии:

*Занятия искусством, средовой творческой активностью обуславливают изменения в восприятии природной среды, обогащая его в эмоциональном, сенсорном, эстетическом, духовном плане.* Изучение истории культуры помогает осознать, что занятия искусством придают новый, непрагматический (то есть не связанный с получением материальной выгоды) смысл отношениям человека с природой; позволяют чувствовать и осознавать взаимосвязь человека с жизненной средой. Занятия искусством в природной среде и вместе с природой также способствуют исцелению и переживанию благополучия на

физическом, психологическом и духовном уровнях.

*Занятия искусством, средовой творческой активностью помогают людям чувствовать контроль над окружающей средой и участвовать в ее управлении и восстановлении.* Такие занятия могут использоваться для формирования активной позиции отдельных лиц и сообществ в их отношениях с окружающей средой и восприятия себя как тех, кто способен оказать на нее определенное влияние.

*Участвуя в средовой творческой активности, люди могут «персонализировать» окружающую среду.* Это может быть важным условием переживания безопасности и контроля над пространством. Это особенно важно в экотерапевтической практике, протекающей в более открытой среде, по сравнению с привычной для большинства форм терапевтической и образовательной практики кабинетной средой. Персонализация окружающей среды тесно связана с психосоциальными аспектами творческой средовой активности, выраженными через территориальность, потребность людей поддерживать чувство принадлежности к среде и овладение пространством. Под персонализацией понимается поведение человека, направленное на при-

внесение в окружающую среду индивидуальных особенностей индивида или группы.

*Занятия искусством, средовой творческой активностью поддерживают субъектификацию природной среды и объектов, то есть их восприятие как обладающих собственной субъективностью, как способных мыслить, чувствовать, действовать и взаимодействовать с человеком. Субъектификация играет решающую роль в процессе развития отношений человека с природной средой и объектами и формирует этическое восприятие природы. Занятия средовой творческой активностью поддерживают осознанность и чувство физического присутствия в окружающей среде, соединяя символические формы искусства и языка с опытом непосредственного, физического присутствия в среде. Некоторые виды деятельности, основанные на искусстве окружающей среды, могут рассматриваться как средства развития соматической осознанности и воплощенного переживания среды.*

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Завершая свое выступление, я хотел бы следующим образом подытожить его основные идеи для арт-терапевтов и иных помо-

гающих специалистов, которые стремятся интегрировать природу в свою практику.

Человек существует не только в сфере реального, но и сфере возможного. Мы можем формировать мир и себя таким образом, чтобы сделать реальностью то, что пока представлено в основном как потенциальная возможность для нас самих и наших клиентов, построить природосообразную реальность. Существование не только в сфере реального, но и в сфере возможного связано с нашими творческими, поэзными способностями. Мы можем формировать окружающий нас мир, в котором поддерживаются здоровье и благополучие среды и человека. Мы можем использовать эту функцию для того, чтобы сделать мир более устойчивым и пригодным для существования людей и иных форм жизни. Однако, для того чтобы стать реальными, эта перспектива и возможность требуют нашего творческого воображения, мотивации и активности, реализуемых вместе с более чем человеческим миром.

Этот международный форум является одним из первых шагов по формированию нашего мультикультурного полипрофессионального сообщества, стремящегося реализовать эту воз-

можность. Я считаю, что наше сообщество может стать жизнеспособным и активно развивающимся, помогающим нашим клиентам и обществам выживать, быть здоровыми и формировать позитивный ответ на нарастающие экологические, природные и социальные вызовы.

### Литература

#### **Гар А.**

Отчет о 19-ом ежегодном научном форуме по биосемиотике в Москве // Экопоэзис: экогуманитарные теория и практика. — 2020. — Т. 1, № 2. [Электронный ресурс]. — URL: <http://ecopoiesis.ru>

#### **Næss A. (1989).**

Ecology, community and lifestyle: outline of an ecosophy. — Cambridge: Cambridge University Press.

#### **Næss A. (2003).**

The deep ecology movement: some philosophical aspects. In H. Rolston (Ed.), *Environmental Ethics*. — Oxford: Blackwell, P. 112–127.

### Сведения об авторе

**Копытин Александр** — д.м.н, проф. кафедры психологии СПбАППО, председатель Арт-терапевтической ассоциации, учредитель и исполнительный редактор журнала «Экопоэзис: экогуманитарные теория и практика».

## Путь поэзиса: экопоэзис, ву-вэй и ненасилие

### The way of poiesis: eco-poiesis, wu-wei and non-violence

**Левин Стивен (Levine Stephen)**

*Данное сообщение подготовлено на основе доклада С. Левина, представленного на первой международной научно-практической онлайн-конференции «Экологическая/природоцентрированная арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы». Чем мы должны руководствоваться в наших отношениях с природой? В докладе рассматривается даосская концепция ву-вэй или бездействия как фундаментальной способности человека, необходимой для решения проблем в эпоху антропоцена. Ву-вэй подразумевает не пассивность, а ненасильственный подход к восприятию различных форм природной жизни, который уважает целостность другого. Такой подход также характеризует принцип поэзиса, связанного с творческой природой человека, который творчески реагирует на окружающую среду, раскрывая заложенные в ней потенциалы. Ву-вэй и поэзис рассматриваются как емкие философские категории, с помощью которых может быть обоснована альтернативная система отношений человека с миром природы, которая может противостоять доминирующему в настоящее время, в эпоху антропоцена отношению человека к природе, основанному на насилии.*

*This paper is based on the keynote presented by Stephen Levine at the first international web-based conference, "Ecological/Earth-Based Arts Therapies: International and Multi-Cultural Perspectives." What principle should guide environmental action? This paper will explore the Taoist concept of wu-wei or non-action as a fundamental method for the remediation which is required by the depredations of the Anthropocene. Wu-wei does not imply passivity but rather a non-violent approach to otherness which respects the integrity of the other. Such an approach also characterizes poiesis, a way of making or creating that responds to what is given by developing its intrinsic possibilities. Wu-wei, poiesis and nonviolence are presented as an alternative to the "rape of nature" that characterizes the Anthropocene.*

## ВВЕДЕНИЕ

В своем докладе я постараюсь рассмотреть новый путь построения наших отношений с природой. Думаю, что можно в целом говорить о двух основных направлениях экологической мысли. Один подход можно было бы назвать «инструментальным». При этом природа рассматривается как нечто, отделенное от человека, как нечто, чем человек может овладеть, оказывать на нее влияние, адаптировать для себя. Такое восприятие природы является следствием разделения человека как субъекта и природы как объекта. Данный подход достаточно хорошо представлен в определенных направлениях экологической мысли. Это предполагает такое восприятие человека, когда он доминирует в отношениях с природой. И это не только означает стремление человека управлять природой, но и повышенный риск негативных последствий человеческой деятельности для его жизненной среды.

Иной подход к рассмотрению отношений человека и природы можно было бы связать с движением Нью Эйдж или романтическим восприятием природы. Этот подход идеализирует природу, связан с ее восприятием как абсолютного блага и представле-

нием о том, что она может сохраниться в нетронутом виде. Это означает невмешательство человека в мир природы и надежду на то, что она может быть сохранена в «первозданном» виде.

Я предлагаю такой путь построения отношений человека с природой, который основан на понятии поэзиса. Слово «поэзис» в переводе с древнегреческого означает творчество, создание. Исторически оно больше относится к искусству. Интересно, что на староирландском языке поэзия также обозначается словом «создание», а поэт — словом «создатель». На древнегреческом языке поэзис таким образом — это акт создания чего-бы-то-ни-было, придание формы любому материалу. Это может относиться как к занятиям искусством, так и разным отношениям человека с жизненной средой. И хотя это слово больше относится к художественному творчеству, оно имеет более широкое значение. А именно, может относиться к взаимодействию человека с природой, в процессе которого и природа оформляет, создает человека, и человек оформляет, творит среду своего обитания. Очевидно, что в процессе своей творческой деятельности человек не только формирует мир вокруг себя, но и сам подвергается воздействию среды. Она также



составляет его собственную природную основу. Очевидно, что доминирование человека в его отношениях с природой связано с возможным деструктивным воздействием на среду.

Я хотел бы рассмотреть далее такой способ построения отношений человека с природой, который связан с даосской философской традицией. Это такой способ, который не предполагает ни доминирования человека над природой, ни его пассивного подчинения условиям существования. Даосский путь восприятия отношений человека с природой связан, в частности, с таким ключевым понятием, как ву-вей, часто переводимым как бездеятельность. Буквальный перевод этого понятия действительно означает «не делать». Но это означает не полную пассивность человека, а отказ от насильственного, противоречащего природе воздействия. Ву-вэй значит не отказ от построения отношений с кем-либо или чем-либо, а такие отношения, которые основаны на взаимности.

В одном из африканских диалектов есть слово бун-ту, означающее «я есть я, потому что ты есть ты». Очевидно, что человек является частью природы и не может быть от нее отделен. И дыхание, и кровообращение, и иные акты биологической жизнедеятель-

ности, и сама телесная основа человека представляют собой его природные, биологические предпосылки. Это также может включать в себя определенную экологическую составляющую, связанную с тем, в каких отношениях мы находимся со своей внутренней природой.

### ПОЭЗИС И ВУ-ВЭЙ

Далее я хотел бы рассмотреть понятие поэзиса с необычной точки зрения. Традиционным для рассмотрения этого понятия в философии является представление о поэзисе как придании человеком определенной формы чему-то материальному. Это также длительное время было связано с представлением о том, что любой акт творчества связан с доминированием разума, что именно разумная деятельность человека формирует мир. Действительно, человек как разумное существо обладает способностью оперировать понятиями, и эта способность является основной познавательной способностью человека, способности понимать мир и себя.

При таком рассмотрении поэзиса он действительно означает акт разумного воздействия человека на какой-либо материал, среду обитания, в процессе которого человеческая мысль обретает

свою зримую форму. При этом акт создания формы рассматривается как связанный с познавательной активностью, посредством которой человек строит отношения с миром природы. Это также в классической философии связано с представлением об объективном знании, о том знании, которое имеет вневременную ценность и истинность. Эти представления отчасти связаны с развитием математики, начиная с Древней Греции. Поразительно, но достижения математики легли в основу формирования более широких представлений о процессе познания в целом и о природе социального бытия человека. Так, начиная с Древней Греции, у Платона, в его работе «Республика» сформировались представления о том, что философы правят городами-государствами, что означает, что знание объективных законов позволяет человеку поддерживать порядок в мире, в отношениях с природой и социумом. Это также связано с представлением о неизменности законов природы.

Все это также означает, что есть более совершенная форма, основанная на объективном знании, и менее совершенная, противоречащая объективному знанию. Объективное знание может справиться с хаосом и противо-

речиями. Эта мысль хорошо проявляется в древнегреческих представлениях, в «Республике» Платона о том, что знание способно обуздать конфликты. Классические представления о поэзисе связаны с таким процессом творчества, когда он также представляет собой акт познания, когда человек постигает сущность чего-либо в процессе творчества. Поэзис таким образом — это знание через создание.

В работах Ницше понятие поэзиса приобретает принципиально иное значение. Он отказывается от классических представлений о том, что существует вечное, объективное знание и оно является основой человеческой деятельности. Напротив, он считает, что знание отчуждает человека от реальности. Он переносит акцент на чувственный, эмоциональный опыт как основу человеческих поступков. Его отношение к природе как источнику ценного эмоционального, чувственного опыта также принципиально отличается от того, как отношение к природе понималось в классической философии, а именно, как нечто противостоящее вечному и неизменному объективному знанию. Понятие поэзиса получило центральное место в философии М. Хайдеггера. Он формулирует идею конфликта между Миром

(сущностью) и Землей (материалом), где мир рассматривается как основа знания, а природа — как то, чему человек придает форму в процессе познания. Он также рассматривает произведение искусства через призму конфликта Мира и Земли, между нашим стремлением придать форму материалу и сопротивлением материала человеческому воздействию.

Могут ли отношения человека с миром, с природой быть иными, чем навязыванием соей воли? Пытаясь обозначить эти отношения, Хайдеггер вводит понятие *Sein-Lassen*, где *Sein* значит бытие, а *Lassen* — позволять. Зайнлассен означает содействие проявлению, становлению чего-либо потенциально возможного. Это не означает пассивности человека. Содействие становлению означает активность определенного рода.

Мы можем рассмотреть эту идею Хайдеггера с точки зрения представлений о психотерапевтическом процессе, в процессе экспрессивной терапии, терапии искусством. Психотерапевт не только реализует функцию поддержки, но и выполняют «формирующую» функцию, он помогает клиенту осуществить акт *децентрирования*, перейти в альтернативную реальность творческого воображения. И когда клиент

переместился в эту альтернативную реальность, психотерапевт также помогает ему проявить свою способность к эстетическому реагированию. Под эстетическим реагированием мы понимаем не реакцию в традиционном смысле этого слова, как в бихевиоризме, а способность к восприятию реальности в особом свете, опираясь на представление об *эстезисе* — то есть, восприятию с определенной перспективы, позволяя в материале проявиться скрытому потенциалу, способности обрести определенную форму, образ.

Это означает активное участие, сопровождение, фасилитацию со стороны психотерапевта. Мы также говорим об эстетической ответственности психотерапевта — его способности сопровождать клиента таким образом, чтобы клиент обрел способность к эстетическому реагированию на реальность. Эстетическое реагирование не означает эстетическое переживание, возникающее при восприятии «совершенного объекта», как это характерно для традиционного представления об эстетическом опыте. В данном случае это связано с аффективно окрашенным восприятием реальности, с эмоциональной вовлеченностью человека в процессе его взаимодействия с миром, и когда он испытывает эти пере-

живания, это позволяет ему осознать истинность, ценность чего-либо для себя.

Это имеет непосредственное отношение к понятию поэзиса в нашей трактовке. Если вспомнить про Винникота, то это будет связано с развиваемым им представлением о психологической трансформации, о переходных объектах и переходных феноменах. О том психологическом опыте, когда в сознании ребенка первоначально возникает представление о себе и другом человеке. И хотя первоначально Винникотт рассматривает этот феномен в отношениях матери и ребенка, он также может относиться к иным субъект-субъектным отношениям, в частности, отношениям клиента и психотерапевта.

По сути, любые формы творческого взаимодействия с реальностью возникают из этого момента переживания субъект-субъектного взаимодействия двух людей. И в этих отношениях стороны отказываются от стремления контролировать друг друга и, в то же время, проецировать свои потребности на другого. Этот момент сопровождается переживанием утраты контроля, поскольку партнеры оказываются в ситуации, когда они не могут прогнозировать ситуацию и контролировать другого, когда утра-

чивается ощущение устойчивости и предсказуемости ситуации. Если же мы все же решимся отказаться от контроля над другим человеком, над реальностью, это создает ситуацию, в которой могут начать постигаться их скрытые смыслы. Для Винникотта это момент проявления интенции творчества. По этим же соображениям он отказывается от использования интерпретации в психотерапии. Для него очевидно, что в большинстве случаев интерпретация используется аналитиком, когда он не может справиться с тревогой, вызванной неопределенностью, не может контролировать то, что происходит во время сеанса. Если же он прибегает к интерпретации, то тем самым на реакции и поведение клиента накладываются определенные значения, и тогда аналитик может управлять клиентом, вместо того чтобы помогать клиенту находить свои способы оформления своего опыта и своих мыслей.

Таким образом, относительно психотерапевтической ситуации понятие поэзиса означает акт сотворчества клиента и психотерапевта, создание той реальности, которая формируется в «зазоре» между двумя субъектами. Относительно этой ситуации также следует рассмотреть понятие индивида,

на котором основаны психологические концепции личности в соответствии с западными, капиталистическими моделями субъектности. Одним из ярких обозначений такой индивидуалистической морали является работа Дж. Батлера. Они связаны с тем, что субъект полностью владеет собой, распоряжается собой и выражает свою суверенную позицию в общении с другими, распоряжается своей собственностью. Если же вернуться к определению субъект-субъектных отношений, как я их пояснил, ссылаясь на Винникотта и мое понимание поэзиса, то переживание собственной субъектности возможно лишь в той мере, в какой индивид включается в отношения с другим субъектом. Эти отношения могут быть любыми, даже связанными с моментами отчуждения. Я все равно нахожусь в отношениях с другим. Даже если отворачиваюсь от него.

Я уже говорил о том, что у племени бунту есть выражение «я есть я, потому что ты есть ты». Думаю, это может относиться к психотерапевтической ситуации, описываемой как процесс развития отношений. А теперь предлагаю обратиться к более подробному рассмотрению даосского понятия ву-вей. Оно, как я уже пояснил, означает

«не-делание». Ву-вэй — это особая форма построения отношений с другим, с миром. Любые субъективные отношения предполагают активность. Ву-вэй — это не пассивность, а отказ от активного влияния на другого путем навязывания ему своей воли, от доминирования в отношениях, от завоевания позиции превосходства. При этом мы позволяем другим быть самими собой, «иметь свой голос». Это ярко проявляется на макросоциальном уровне в феминистском движении, в борьбе афроамериканцев за свои права, в стремлении сексуальных меньшинств «обрести свой голос» в отношениях с иными социальными группами.

Таким образом, в соответствии с представлениями о ву-вей, мы вступаем в отношения, не связанные с доминированием и подчинением, и эти отношения динамичны, предполагают возможность разным сторонам отношений проявлять себя, раскрывать через отношения свои потенциалы. Мне импонируют следующие строки стихов Элизабет МакКин, поэта-лауреата Европейской высшей школы, где я преподаю:

*Возьми с собой хрупкого проводника,  
Ступая на это хрупкий мост*

Это не тот проводник, который подталкивает вас двигаться по мосту, или говорит, как и куда вам следует идти, но помогает вам найти свою дорогу, прислушиваясь к своей собственной природе. Это хорошо проявляется в психотерапевтическом процессе, когда вы создаете для клиента пространства для его самовыражения, а он «заполняет» это пространство, проявляя себя как творческая личность. Это проявляется в терапии искусством, экспрессивной терапии, где клиент использует разнообразие форм творческой экспрессии, опираясь на игру и творческое воображение. Гадамер пишет о проявлении структуры через процесс игровой деятельности. Это возможно, когда игра развивается по своим законам, постепенно оформляясь в нечто целостное, позволяя играющему чувствовать в определенный момент удовлетворение и завершенность процесса.

### ЭКОПОЭЗИС

Таким образом, я постарался пояснить понятия ву-вей и поэзиса. А теперь я обращусь к понятию эकोпоэзиса. Так же как в соответствии с пониманием поэзиса индивид не рассматривается как нечто отдельное от другого субъекта, с которым он

вступает в отношения, индивид не является чем-то отделенным от мира природы, от жизненной среды, с которой он также вступает в субъективные отношения. Очевидно, что мы ни в коей мере не можем быть отделены от своей жизненной среды, поскольку мы дышим воздухом, потребляем продукты, получая их из внешней среды, поддерживая свою жизнь на основе хозяйственной деятельности на земле. В этом смысле мы зависимы от среды обитания, и в отношениях со средой мы не пассивны, но активно ее формируем. Думаю, что путь поэзиса — это путь культивирования. Культивирование же я понимаю не как навязывание чего-то среде, ориентируясь исключительно на человеческие потребности, поскольку в этом случае наши отношения со средой становятся часто деструктивными, например, сопровождаются критическим уменьшением лесных массивов. Это происходит во многих регионах планеты, в частности, в Бразилии, в бассейне Амазонки.

Очевидно, что эти последствия связаны со стремлением человека доминировать над природой, заставить ее служить своим интересам. Хотя, конечно, это не относится ко всему населению Бразилии, а преимущественно к определенным группам людей,

принимающих определенные экономические решения. Это относится, в частности, к фигуре Болсонару, имеющему также значительный политический вес и доминирование в стране.

Я считаю, что мы можем не только доминировать в отношениях с природой, но и можем культивировать природу. Это тот путь, который находится посередине между доминированием и пассивным подчинением природе. Мы можем действовать в своих отношениях с природой таким образом, чтобы проявлять свое естество, обретать те формы, которые потенциально возможны. В некоторых случаях это требует значительных усилий, напряжения, дискуссий, проявляющихся в отношениях с другими. Я, тем не менее, полагаю, что при этом следует руководствоваться принципом ненасилия. Когда я воспринимаю другого, с кем вступаю в отношения, не как отделенного от меня, но как включенного в совместный процесс общения, проявление любых форм насилия в отношении другого означало бы насилие в отношении себя самого. Это в полной мере относится к нашим отношениям к жизненной среде, Земле. Проявление насилия в отношениях с жизненной средой означает насилие по отношению к себе.

Это означает, что нам следует пересмотреть многое из того, что было нормой за прошедший исторический период отношений человека с жизненной средой. Это означает необходимость отказа от некоторых сложившихся стереотипов. Так же, как и в отношениях с садом, который человек выращивает, заботясь о нем и о том, что нем произрастает, и стараясь понять и удовлетворить потребности разных растений, в наших отношениях с жизненной средой мы могли бы стремиться распознавать ее потребности и стремиться их удовлетворять. Переноса это в контекст образования, например, можно признать, что возможно построение таких отношений между педагогом и обучающимся, когда последний обучается посредством своей деятельности, когда педагог не столько является источником информации и руководящей фигурой в отношениях с обучающимся, сколько создает условия, при которых обучающийся может раскрыть свой потенциал, свою природу.

Это можно также рассмотреть на примере двух типов сада — французского и английского, о которых пишет Руссо. Французский сад, как он его описывает, разработан по четкому геометрическому плану. Все, что есть

в этом саду, посажено человеком и организовано в соответствии с его волей. Английский сад выглядит диким, как если бы он развивался «естественным путем». На самом деле, он был тщательно проработан, требовал значительных затрат труда, но при его формировании учитывались «естественные» возможности земли и растений, которые могут там расти.

Это может являться ярким выражением представления о том, что природа и культура могут быть согласованы и формировать хороший альянс. Культура — это сфера человеческого бытия, способ его существования. Мы субъекты культуры, и от этого никуда не уйти. Слова «культура» и «культивирование» имеют общий корень. И то, и другое означает акт оформления, трансформации, но такой трансформации, которая осуществляется на основе реализации внутреннего потенциала. Именно такое значение обретает понятие экопоэзиса как обозначающего способ экологического бытия человека. Путь экопоэзиса — это путь, основанный на уважении иного, признании фундаментальных отличий природы и культуры. В то же время, иное качество, которым обладает природа, Земля, не исключают того, что в своих отношениях

с ними человек не может их признавать и культивировать. Если вспомнить про ву-вей, то это также означает отказ от деяния в том смысле, когда мы оказываем насильственное воздействие на жизненную среду. Мы можем руководствоваться принципом ву-вей не только в отношениях друг с другом, но и в отношениях с Землей.

Надеюсь, в своем выступлении я смог показать, что возможен способ восприятия друг друга, своих отношений и отношений с природой, чем это было характерно для наших отношений с природой на протяжении длительного исторического периода. Полагаю, что он поможет нам в решении экологических проблем.

### Сведения об авторе

**Левин Стивен** — доктор философии, заслуженный профессор Йоркского университета (Торонто), декан докторантуры в области экспрессивных искусств в Европейской школе последипломного образования (Швейцария), основатель Международной ассоциации выразительных искусств (IEATA) и Института креативности в Торонто. Главный редактор журнала «Экопоэзис: экогуманитарные теория и практика».



## Экопоэзис как праксис современности. Как мы сейчас слышим: звуки и языки среды

### Ecopoesis as praxis in these times. How we hear now: environmental sounds and languages

**Робертс Лэсли Кэрол и Фальерс Кристофер  
(Roberts Leslie Carol and Falliers Christopher)**

*В докладе представлена коллективная инициатива под названием «Как мы сейчас слышим» сотрудников лаборатории архитектурной экологии, инициировавших проект «Экопоэзис» на базе Калифорнийского колледжа искусств. Инициатива была реализована в первые недели пандемии COVID-19 и предлагала участникам записывать и передавать записи звуков, свидетельствующих о слышимых изменениях в среде. Когда во время пандемии люди оказались в изоляции, природные звуки стали заметно более слышимыми. Каждый участник создал звуковую запись своего окружения 22 апреля 2020 года, в день празднования пятидесятой годовщины Дня Земли, и представил описание экологических или культурных явлений, которые связаны со звуками. Аудиозаписи и описания окружающей среды объединены в поток звука и текста — своеобразный ландшафт экологических наблюдений. Индивидуальные вклады объединяются вместе с визуализацией сейсмических данных, собранных 22 апреля, представляющих параллельный геологический звук, происходящий в масштабе планеты.*

*В докладе представлены два мероприятия в области искусства и дизайна, проведенных в 2019–2020 гг. в рамках проекта «Экопоэзис» на базе Калифорнийского колледжа искусств. Проект является междисциплинарной исследовательской инициативой, направленной на изучение меняющегося философского и онтологического контекста отношений человека с жизненной средой, поддержку*

экологического повествования на стыке искусства, гуманитарных наук и дизайна. Этот проект генерирует знания и междисциплинарные формы практики и педагогики по вопросам экологии, которые бросают вызов дисциплинарным нормам. В документе будет обсуждаться генезис проекта, его первые два мероприятия — неформальная встреча представителей разных научных дисциплин в 2019 году и звуковая и художественная инсталляция 2020 года «Как мы сейчас слышим», отражающая экологию пандемии.

*This paper presents two collaborative art/design activities (2019–2020) as the first two events from the Ecopoesis Project at California College of the Arts (CCA), an interdisciplinary curricular initiative exploring a shifting philosophical and ontological context of human relationships to nature, committed to investigating ecological storytelling at the intersection of the arts, humanities, and design. This project generates knowledge and interdisciplinary forms of practice and pedagogy around questions of ecologies that challenge disciplinary norms. The paper will discuss the genesis of the project, its first two iterations — the 2019 gathering of invited guests from across disciplines and the 2020 sound and art installation responding to the ecology of pandemic, How We Hear Now.*

## ВВЕДЕНИЕ

Практика экологических повествований, формируемых писателями, дизайнерами и художниками, предполагает создание текстов, образов, объектов и выработку согласованных представлений, часто имеющих полемический и межпредметный характер. История экологических повествований, от палеолитических наскальных рисунков до утопических обещаний и антиутопических предупреждений разных исторических периодов, иллюстрирует развитие представлений о связи людей с миром природы,

когда человек не ставит себя выше природы и не отделяется от нее. Поскольку вся жизнь на Земле в настоящее время испытывает воздействие изменений климата, мы работаем над созданием новых нарративов, чтобы критически обновить эко-язык, позволяющий более адекватно описывать реальность отношений человека с жизненной средой. В этом сообщении представлены два совместных проекта в области искусства / дизайна, реализованные в 2019–2020 гг. в рамках проекта «Экопоэзис», инициированного на базе Калифорнийского колледжа искусств.

Проект является междисциплинарной исследовательской инициативой, направленной на изучение меняющегося философского и онтологического контекста отношений человека с жизненной средой, поддержку экологического повествования на стыке искусства, гуманитарных наук и дизайна. Этот проект генерирует знания и междисциплинарные формы практики и педагогики по вопросам экологии, которые бросают вызов дисциплинарным нормам.

### МЕРОПРИЯТИЕ 2019 ГОДА

Первое мероприятие в рамках этого проекта — это семинар, состоявшийся в апреле 2019 года, в котором приняли участие тридцать четыре участника из разных областей — искусства, дизайна, науки, политики и философии. Концептуальная рамка мероприятия была сформирована на основе работ философа-эколога Тимоти Мортонa, который также стал одним из участников семинара.

Инициаторы проекта «Экопоэзис» считают, что с учетом изменений климата и экологической ситуации на планете в целом, мы должны создавать новые нарративы, которые критически переосмысливают язык, синтак-

сис, формы и средства массовой информации, предназначенные для передачи экологической информации и экологического опыта людей. Поэтому на первом семинаре 2019 года, а также на собрании инициативной группы 2020 года, с целью организации обсуждений мы использовали набор лингвистических подсказок для участников. Мы подбирали такой набор слов, которые обычно ассоциируются с современными дебатами об экологии и о том, как реагировать на изменение климата. Организаторы семинара учитывали то, что такие слова, как «устойчивость» превратились в клише и не являются больше эффективными для выработки согласованных ответов на экологические изменения.

Намерение организаторов также заключалось в том, чтобы привить дух экологического повествования, организуя обсуждения вокруг определенных слов, которые связаны с разговорами о шестом массовом вымирании видов. Организаторы использовали слова, начинающиеся с приставки «ре», которые предлагают разные способы размышления о насущных проблемах. В конечном итоге выбор остановился на трех словах: «отступить», «оставаться» и «сопротивляться» (“*retreat*,” “*remain*,” and “*resist*”), представляя три разных вектора для рас-

смотрения роли и деятельности человечества во времена экологической неопределенности.

Мы разделили участников семинара 2019 г. на три рабочие группы, соответствующие этим словам, и попросили их рассмотреть приставку «ре», что означает «снова» или «назад», и то, какие действия по охране окружающей среды могут быть дальновидными или близорукими. Мы попросили их подумать об этих словах как обозначающих человеческие и нечеловеческие позиционные действия, связанные с изменением окружающей среды. Например: «ледник отступает», «мы готовим для себя отступление» и т. д. Одна из важнейших задач при разработке заданий, предлагаемых участникам семинара, заключалась в том, чтобы найти баланс между открытостью и возможностью творческих реакций, с одной стороны, и структурой, рамками обсуждения, с другой стороны. Архитекторы и дизайнеры в нашей команде привыкли к строго прописанной последовательности действий, обусловленной профессиональными стандартами, в то время как писателю гораздо удобнее проводить эксперименты, отказываясь от заданной дидактической структуры. Интересным и неожиданным итогом семинара стало то, что и архитекторы, и писатели

признали ценность как неограниченных, так и предписывающих рабочих процедур.

В педагогическую структуру семинара 2019 года была вплетена серия из трех общих обедов, приготовленных организаторами семинара и поданных в студии писателей и в саду Калифорнийского колледжа искусств. Стартовый обед стал возможностью для участников встретиться друг с другом, а для организаторов — представить краткое содержание семинара. Еда была ключевой частью мероприятия, давая участникам возможность приостановить работу и пообщаться друг с другом. Мы обнаружили, что домашняя еда способствовала созданию более сплоченной и интимной атмосферы, чем обычно во время академических мероприятий.

Чтобы инициировать взаимодействие между участниками симпозиума, им был предложен общий словарь или своеобразный атлас, который мог пополняться самими участниками семинара, продолжая оставаться живым документом. Весьма примечательным моментом, который мы учитывали, планируя этот семинар, являлась эволюция языка, его терминов и значений, отражающих изменение отношения к окружающей среде. Так, например, в стихотворении «Монблан» (1817 г.) Перси Биши Шелли

передает характерное для людей той эпохи благоговейное, романтическое отношение к природным явлениям, связанное также с переживанием страха.

*Ледники ползут*

*Как змеи, наблюдающие за своей добычей из дальних источников, Медленно катится... презрение к смертной власти.*

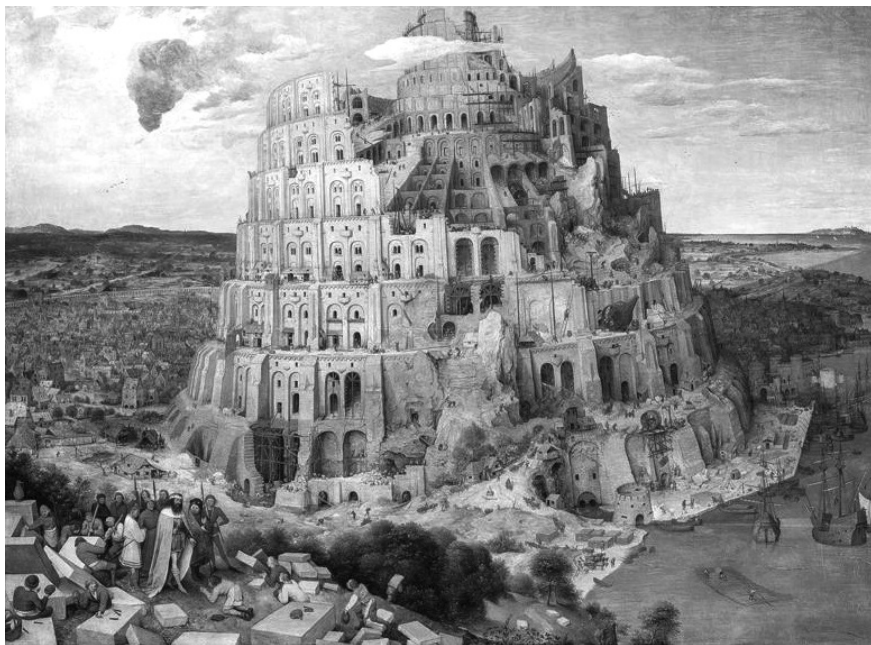
Времена меняются, и, по утверждению принстонского профессора гуманитарных наук Роба Никсона, слово «ледник» уже не несет сколь-либо ясного смысла, и что под влиянием потепления это слово становится связанным с надвигающейся экологической катастрофой.

Параллельно мы обратили внимание на использование новых изображений, влияющих на массовое сознание, связанное с отношениями людей со средой обитания.

Например, Стюарту Брэнду пришлось в свое время усердно поработать, чтобы правительство США опубликовало в СМИ первые изображения Земли, сфотографированной с борта космического корабля. Брэнд продолжал использовать эти изображения в качестве иконок, передавая сообщения посредством распространения изображений через СМИ.

Мы попросили участников рассмотреть темы и понятия, которые представляют текущую эпоху. Пластигломераты, например, представляют собой ранний артефакт эпохи Антропоцен, который «совместно производится» человеческими и экологическими системами. Мы иллюстрировали во время семинара разные исторические представления о социальном и природном мире произведениями искусства и предлагали рассмотреть их как предметы социальной критики. Например, «Вавилонская башня» Брейгеля Старшего (1563) была заказана и первоначально выставлена в Антверпене финансовым магнатом того времени. Картина использовалась в качестве основания для научного разговора за ужином о нынешнем состоянии города XVI века.

Американский художник-пейзажист XIX века Томас Коул в свое время критиковал цивилизационные процессы, используя представления об окружающей среде. В его творчестве можно найти символы противостояния цивилизации. В рамках наших инициатив мы выступаем за развитие таких представлений об окружающей среде, в соответствии с которыми окружающая среда, а не только человек, является субъектом.



*Рис. 1. Питер Брейгель Старший — «Вавилонская башня» (1563)*

Для нас очень важно, что художники часто рассматривают человеческий опыт во взаимосвязи с различными средами (природной, городской, социальной) как обеспечивающими посредниче-

ство между внутренним и внешним опытом. Это часто связано с исследованием художником опыта взаимопроникновения внутреннего и внешнего мира, его интимного перцептивного опыта.



Рис. 2. Томас Коул — «Империя: опустошение» (1836)

В последнее время эксперименты в области изобразительного искусства и дизайна исследуют опыт погружения в разные среды. Здесь архитектура выступает как особого рода жизненная среда, объединяющая архитектурную форму, искусственную атмосферу и природную среду. При этом конструкции одновременно являются архитектурным интерьером и, в то же время, пространством для природы.

Наряду с исследованием новой семантики среды и экологии, проведенным в рамках семинара 2019 г., мы также исследовали разные изображения, которые являются основными медиа

для художников, архитекторов и дизайнеров. На всех мероприятиях мы стремились создать условия для создания коллективных визуальных или звуковых артефактов — рисунков, коллажей или графических плакатов. Все эти продукты совместной творческой деятельности отражали индивидуальные мнения и знания.

Ранее мы рассмотрели ряд прецедентов такого рода коллективных усилий, связанных, например, с совместными крупномасштабными рисунками немецкой дизайнерской группы *Raumlabor* на Венецианской биеннале 2008 года — «Stick-on City», когда

группа начала рисовать утопический город и призвала посетителей выставки что-либо добавлять в рисунок. В ходе семинара 2019 г. мы также предлагали участникам коллективно разви-

вать предлагаемые им готовые изображения путем добавления, стирания, модификации и игры, объединяя текст, графику и нарисованные «пятна» внутри базового чертежа.



Рис. 3. Работа группы Raumlabor на Венецианской биеннале 2008 года — «Stick-on City» («Архитектура за пределами здания»)

Мы снова и снова возвращались к изображению земли, созданному художником Дэвидом Опдайком, как к захватывающей и увлекательной работе, позволяющей обмениваться экологическими сообщениями. Его рисунки достопримечательностей США отражают сцены экологического кризиса, отфильтрованные через ностальгические образы старинных открыток. Он работает одновременно в нескольких масштабах и использует изображения для получения мно-

жества возможных версий. Нас интересовало, как коллективно созданная работа может обрести перцептивную множественность, и каким образом можно экспериментировать с представлениями о ландшафте как месте созерцания, критики и общения о состоянии окружающей среды. Для семинара 2019 года мы также адаптировали кадры из работы Анселя Адама, чтобы создать базовые чертежи для семинара. Мы предлагали участникам семинара реагировать на них с помо-



щью текстовых и графических манипуляций. В одном случае, например, двумерное изображение было преобразовано в трехмерную структуру.

### МЕРОПРИЯТИЕ 2020 ГОДА

В 2020 году на нашу деятельность оказала влияние пандемия. Проект «Как мы слышим сейчас» возник в условиях, когда человеческая активность стала менее заметной и, в свою очередь, более заметной стала нечеловеческая активность, приметы которой стали более слышны и видимы. Проект основан на создании аудиозаписей, сделанных в разных точках планеты. Подобно тому, как в 2019 году использовались слова «отступить», «оставаться» и «сопротивляться», в 2020 году продолжалось использование слов с приставкой «ре», означающей «повторно», «снова» или «назад». Учитывая, что участники проекта в 2020 году в разгар пандемии были изолированы, мы попросили их рассмотреть возможности «регистрации», «восстановления» и «повторного преобразования» как способов сбора и обмена наблюдениями и описаниями окружающей среды, отражающими ту уникальную реальность, в которой мы находимся.

Как недавно сообщала The New York Times, Земля стала намного тише. Наши коллеги из Лаборатории архитектурной экологии работают с морскими экологами над исследованием с использованием датчиков, чтобы изучить изменения звукового ландшафта под водой, и то, как эти изменения звукового ландшафта влияют на нечеловеческую жизнь в заливе Сан-Франциско и вокруг него.

В рамках проекта участникам предлагалось поделиться видеозаписями и описанием их нынешнего отношения к местной экологии. Записи должны были быть сделаны 22 апреля 2020 года, на 50-летие Дня Земли. Этот день в 2020 году совпал с пиковым периодом социального карантина, вызванного пандемией. Чтобы иметь возможность осмыслить то, как люди воспринимают свою собственную экологию и свою роль во времена изменения климата, мы просили их создать и отправить нам аудиосообщение, отражающее местную и специфическую для них окружающую среду. Эти записи были затем заархивированы и представлены на онлайн-форуме, который включает в себя собрание экологических мыслей и высказываний, созданных в этот уникальный период в человеческой истории.

Участникам предлагалась следующая инструкция:

- Поразымышляйте о человеческих и нечеловеческих проявлениях, связанных с экологическими изменениями и реакциями окружающей среды в настоящее время, исследуя разные коннотации таких слов, как «регистрация», «восстановление» и «повторное преобразование»;
- 22 апреля 2020 г. создайте 30-секундную аудиозапись звуков окружающей вас среды, которые бы определенным образом соотносились с этими словами и характерными для них значениями. Окружающая среда может при этом варьироваться от городских до сельских, от микро до макро, человеческих, нечеловеческих или экологических ландшафтов;
- Сопроводите запись звуков среды своим устным кратким комментарием. При желании можно добавить цифровое изображение или короткое видео (прибл. 10 секунд);
- Не стесняйтесь поделиться этим приглашением с другом или коллегой, которым было бы интересно исследовать среду и выразить свое отношение к ней в это уникальное время. Пожалуйста, отправьте свои записи до 24 апреля

2020 года, используя форму Google.

Данные инструкции с приглашением к участию в проекте были разосланы 120 коллегам, идейным лидерам и друзьям. Мы также разослали приглашение через различные профессиональные сети. Получателям также предлагалось поделиться приглашением с друзьями или коллегами. Исследование было организовано таким образом, чтобы сделать возможным создание экологических записей и описаний окружающей среды в заданной структуре и формате, легко загружаемых на наш сайт. Работы участников были затем включены нашей командой в визуальный и звуковой дизайн. Разработка дизайна и программирование были выполнены в сотрудничестве с художником / архитектором, выпускником нашей программы. Дизайн предполагал две параллельные и перекрывающиеся звуковые и голосовые дорожки, включая записи звуков окружающей среды и описание местоположения. Было также использовано цветное поле, выступающее в качестве визуального трека. Это было медленно меняющееся поле цветных пикселей, являющихся визуальным переводом глобальных сейсмических данных, записанных и опубликован-

ных учеными 22 апреля 2020 г. Работа в целом представляет собой сборник индивидуальных наблюдений и мыслей об интимной связи людей с окружающей средой в День Земли 2020 года. В этом сборнике отдельные записи расположены в случайном порядке и позволяют в будущем включать в него новые записи.

### Сведения об авторах

**Робертс Лэсли Кэрл** — писатель, журналист, профессор,

руководитель программы литературного творчества и сотрудник Лаборатории архитектурной экологии, Калифорнийский колледж искусств (Сан-Франциско, США), член редакционного совета журнала «Экопоэзис: экогуманитарные теория и практика».

**Фальер Кристофер** — доцент, преподаватель Лаборатории архитектурной экологии Калифорнийского колледжа искусств (Сан-Франциско), руководитель лаборатории ULA Design в Университете Беркли.

## «Моральное последствие искусства» в контексте экопсихологического подхода

### The moral after-effect of art in the context of ecological approach

**Лопухова Ольга и Газизов Каюм  
(Lopukhova Olga and Gazizov Kayum)**

*Данное сообщение подготовлено на основе доклада Ольги Лопуховой и Каюма Газизова, представленного на первой международной научно-практической онлайн конференции «Экологическая/природоцентрированная арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы». Развитие психики человека сопряжено с различными кризисами, эффективное разрешение которых обеспечивает динамику личностного роста. Выражение «Моральное последствие искусства» принадлежит Л.С. Выготскому, по мысли которого погружение человека в творческий процесс является основным условием развития личности и источником сил для преодоления кризисной ситуации. Одним из положений экопсихологического подхода (В.И. Панов) является понимание, что развитие психики имеет творческую природу, которая требует создания соответствующих образовательных и воспитательных условий. В настоящее время арт-терапия является методом создания специфических средовых условий, развивающих личность, включая ее морально-ценностные экологические основания.*

*This report is based on the paper presented by Olga Lopukhova and Kayum Gazizov at the first international web-based conference, "Ecological/Earth-Based Arts Therapies: International and Multi-Cultural Perspectives." The development of the human psyche is associated with various crises, the effective resolution of which ensures the dynamics of personal development. The expression «moral after-effect of art» belongs to L.S. Vygotsky, according to whom the immersion of a person in the creative process is the main condition for the development of personality and a source of strength*

*to overcome a crisis situation. One of the provisions of the ecopsychology approach (V.I. Panov) is the understanding that the development of the personality and its attitude to nature have a creative basis, which requires the creation of appropriate educational conditions. Art therapy practice can involve creating specific environmental conditions as a significant factor in personality development and forming environmental awareness.*

## ВВЕДЕНИЕ

Развитие психики человека сопряжено с различными кризисами, эффективное разрешение которых обеспечивает динамику личностного роста. Мы занимаемся разработкой и апробацией технологий ипповенции, которая представляет собой психокоррекционные и развивающие мероприятия, основанные на взаимодействии человека с лошадьми. Термин «ипповенция» переводится с латыни как «путь к лошади», «движение навстречу к лошади». Основную суть техник ипповенции составляет феномен восприятия лошади человеком. Лошадь для человека выступает не просто природным объектом (животным), и мощным психологическим релизером, вызывающим глубокие эмоциональные переживания, и также значимым символом культуры, семантически связанным с понятиями благородства, красоты, силы, энергии, защиты, помощи. Образ лошади всегда выступал мощным вдохновляющим нача-

лом во всех видах искусства и литературы, начиная с первых наскальных рисунков и ранних мифов. Также издавна люди стремились украшать своих лошадей, обозначая этим их важность, ценность, а также личную связь и близость с ними. Бывает, что лошадь ассоциируется с угрозой, опасностью, необходимостью крайнего напряжения сил для достижения желанной цели.

Отношение к лошади олицетворяет всю гамму отношений человека с природой. Исходное (естественное) отношение человека к природе связано с борьбой, противостоянием, основанным на страхе перед мощью и враждебной стихией природной среды. Естественный страх и беспомощность перед явлениями природы может быть преодолен через ее подчинение, порабощение, что выливается у человека в потребительское отношение, либо через отождествление с природой, одухотворение и обожествление природных объектов, поэтизацию природы, что выливается в эстетическое отношение к природе.

Потребительское и эстетическое (одухотворяющее) отношение к природе являются двумя полюсами одного континуума, отражают культурно-опосредованное отношение к природе. Человек отличается способностью эстетического и духовного восприятия элементов природной среды и мира природы в целом. В таком, эстетическом, индивидуально-творческом восприятии, природа, ее отдельные элементы, становятся источником психологических ресурсов, давая силы и поддержку для сохранения устойчивости и развития личности. Однако, эстетическое отношение к природе не является естественно развивающейся функцией человеческого сознания. Для развития такого качества сознания необходимо специальное средовое воздействие, воспитание эстетического отношения к природе. Заложенный в основе человеческого сознания потенциал эстетического и одухотворяющего взгляда на природу требует поддерживающих и развивающих воздействий культурной среды: присвоение соответствующих символических и знаковых форм опосредованного взгляда на природу, объектов и явлений природной среды. В противном случае, формируется антропоцентрический тип экологического сознания, для

которого характерно переживание превосходства человека в его отношениях с миром природы, дефицит непрагматического, в частности, эстетического восприятия природных объектов. Еще в начале XIX века, американский философ-трансценденталист Ралф Уолдо Эмерсон в своем программном произведении «Природа» (1836 г.) писал: «...немногие взрослые люди способны видеть природу... Большинство из них не замечает и солнца. Во всяком случае, взгляд их очень поверхностен... Природу любит тот, чьи обращенные вовне и внутрь чувства по-прежнему подлинно соответствуют друг другу; тот, кто и в зрелом возрасте сохранил дух детства. Общение с небом и землей становится его ежедневной пищей... В присутствии природы человеком овладевает первозданное наслаждение, какие бы горести ни выпадали ему в каждодневной жизни.... А ведь несомненно, что способность даровать такое наслаждение заключена не в природе, а в человеке или в гармонии природы и человека» (Эстетика американского романтизма, 1977, С. 181–182).

Мы считаем, что все методы и техники эко-терапии включают в себе потенциал эко-арт-терапии, поскольку они как пра-

вило предусматривают развитие в человеке способности воспринимать природу эстетически и реагировать на нее творчески. Ресурсное начало несет в себе именно экопоэзис как творческая способность человека, реализуемая через его взаимодействие с жизненной средой, то есть не природа, как таковая, а то эстетически-творческое отношение к ней, которое может быть воспитано, развито только у человека в условиях определенной культурной среды. Концепция экопоэзиса постулирует творческую сущность человека, связанную «с его способностью создавать и поддерживать свою жизненную среду в соответствии с собственными потребностями и заботясь о ее благополучии, принося красоту в окружающий мир и в собственную жизнь» (Копытин, 2020).

Интерииоризация культурных значений, символов, знаковых систем, опосредствующих отношение к миру природы и отдельным природным объектам, воспитывает то специфическое отношение к природе (прагматическое, потребительское или непрагматическое, эстетическое), связанное с разными типами экологического сознания человека (антропоцентрического или природоцентрического). Одной из задач разных видов

экотерапии, включая эко-арт-терапию, является эстетическое воспитание, развитие в личности способности к эстетическому восприятию мира природы и созданию красоты вокруг себя в согласии с природой.

РОЛЬ ЭСТЕТИЧЕСКОГО  
ВОСПРИЯТИЯ  
И ЭСТЕТИЧЕСКОГО  
ОТНОШЕНИЯ  
К ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТИ  
В РАБОТАХ Л.С.  
ВЫГОТСКОГО

Пожалуй, одним из первых психологов, обращающихся к изучению творческой природы человека и его эстетических потребностей как условию разрешения внутренних конфликтов, был Л.С. Выготский. В работе «Педагогическая психология» (Выготский, 1996), написанной около ста лет назад, он большое значение придает собственно эстетическому воспитанию, освобождая его от целей познания, морального и эмоционального воспитания. Не употребляя самого термина «поэзис», он на первое место в воспитании и коррекции личности ставит эстетическое постижение мира в целом, включая мир природы. Мы убеждены, что эти воззрения Л.С. Выготского весьма близки современным концепциям экоп-

сихологии развития и экологической арт-терапии.

Он утверждал, что «...творчество является глубочайшей потребностью нашей психики в смысле ... трансформации низших видов психической энергии, нерастраченных и не нашедших себе выхода в нормальной деятельности организма, в высшие виды» (Выготский, 1996, С. 234). Л.С. Выготский обращает внимание, что мы не можем говорить о прямом воздействии искусства на личность. Вместо понятия «воздействие» или «влияния» на личность он вводит термин «последствие», подчеркивая тем самым нелинейность процессов личностной динамики при погружении в эстетическое восприятие.

Смысл выражения «Моральное последствие искусства» в том, что эстетическое воспитание, вхождение в мир искусства, знакомство с литературными, художественными произведениями не выступает прямым инструментом формирования моральных качеств и личности в целом. По мысли Выготского: «...Моральное последствие искусства несомненно существует, и обнаруживается ни в чем другом, как в некоторой внутренней проясненности душевного мира, в некотором изживании интимных конфликтов, и, следова-

тельно, в освобождении некоторых скованных и оттесненных сил, в частности, сил морального поведения» (Выготский, 1996, С. 237). Это выражение отражает мысль о том, что в ситуации опосредования отношения к себе и к миру через эстетические формы, через продукты творчества, в человеке происходят глубинные психологические процессы, требующие времени и определенной внутренней свободы для их реализации. Причем, эти психологические трансформационные процессы всегда имеют высоко вероятностный характер: мы не можем предугадать в каждом конкретном случае, в какой индивидуальной траектории развернется личностная система, какие семантические пространства будут актуализированы при соприкосновении с миром через искусство и творчество.

Терапевтичность эстетического восприятия мира состоит в самом акте творческой деятельности. По словам Л.С. Выготского «...Правилom должно служить не украшение жизни, но творческая переработка действительности... которая проясняет и подымает повседневные переживания до уровня творческих» (Выготский, 1996, С. 245).

Л.С. Выготский отмечал также, что мы не можем противопоставлять восприятие культур-



ной, социальной и природной среды. Природа для человека всегда представлена в образах, творчески трансформированных в системе культурных значений и смыслов. Он пишет, что «Среда для человека в конечном счете есть социальная среда, потому что там, где она выступает даже как природная, все же в ее отношении к человеку всегда имеются налицо определяющие социальные моменты... Если, глядя на лес, реку, деревья мы сознаем, что это — лес, река и дерево, мы называем их, мы понимаем, что они собой обозначают — следовательно, мы подходим к ним с такими сложными операциями социального опыта, которые можно не замечать только в силу того же закона, по которому мы не замечаем того, что мы дышим, растем, вертимся вместе с Землей, то есть всех тех изменений, которые происходят непрерывно и постоянно. Поэтому противопоставлять социальную среду среде природной можно только в очень узком, ограниченном и условном смысле...» (Выготский, 1996, С. 57). Таким образом, природная среда человеком всегда воспринимается через призму символов, значений и семантически наполненных образов, где эстетическая функция играет ведущую роль.

Эти мысли логично развиваются в принципах экопсихологического подхода к развитию психики, где психика понимается как форма бытия, фундаментальной особенностью которой является творческая природа развития» (Панов, 2014).

ИППОВЕНЦИЯ КАК  
ТЕХНОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ  
ЭКОЛОГИЧЕСКОГО  
СОЗНАНИЯ,  
ТВОРЧЕСКОГО,  
ЭСТЕТИЧЕСКОГО  
ОТНОШЕНИЯ К МИРУ  
ПРИРОДЫ

С позиций экопсихологического подхода в ипповенции мы рассматриваем общение с лошадью в качестве средства развития личности. Общение с лошадью в технологиях ипповенции — это символически обусловленное «вхождение в пространство лошади», где лошадь, благодаря созданным психологом особым средовым условиям взаимодействия, выступает не просто элементом природной среды, но и субъективно значимым «другим» и задающим семантическое пространство взаимодействия символическим «образом». Следовательно, ключевым механизмом личностной динамики является «субъектификация лошади, как природного объекта». Задача

психолога в процессе ипповенции — обеспечить активизацию рефлексии возникающих ощущений, эмоциональных состояний и значений от контакта с лошадью, сопровождение процессов осознания личностной динамики через механизм субъектификации лошади во взаимодействии с ней (как с реальным животным), либо с ее образом. Субъектификация лошади в ипповенции выполняет следующие важные функции:

- обеспечивает воспринимателю переживание его собственной личностной динамики;
- опосредует построение его отношений с миром;
- и позволяет воспринимать объект природы в качестве субъекта совместной деятельности, порождая тем самым субъект — субъектные отношения (Ясвин. 2000).

Лошадь, как субъектифицированный природный объект, может выступать по отношению к человеку в качестве «значимого другого», изменяя существующий у него образ мира, при этом их взаимодействие во многом приобретает субъект-субъектный характер.

Можно также отметить, что технологии ипповенции имеют выраженный развивающий потенциал и для лошадей: у лошадей фор-

мируется доверие к человеку, происходит интеллектуальное развитие, что благоприятно сказывается на их психофизиологическом состоянии (наиболее полно этим требованиям отвечает работа с лошадью на свободе, игра с лошадью). Феномен такой взаимной динамики относится к субъект-порождающему виду взаимодействия человека и лошади.

Согласно В.И. Панову (2014): «...Способ взаимодействия членов межвидовой группы не может определяться функцией, свойственной лишь одному участнику (в противном случае взаимодействие окажется невозможным), он должен определяться функциями обоих. ... В случае межвидового взаимодействия функции должны перекрещиваться, что ведет к видоизменению способов взаимодействия, в результате чего и у человека, и у животного постепенно образуется некоторый набор элементов коммуникативного взаимодействия, который преобразуется в качественно иную психологическую структуру, обеспечивающую психологический контакт и взаимодействие между человеком и животным как представителями разных биологических видов... Этот совместно порожденный и усвоенный каждым членом межвидовой группы набор элементов, преобразован-

ный в изначально несвойственную для человека и для животного структуру, становится условием их конструктивного взаимодействия и открывает перспективы новому этапу развития образуемой ими межвидовой группы». Такая межсубъектная динамика отношений закладывает основы особой межвидовой функциональной системы отношений человек-лошадь. Наиболее явно такого рода отношения представлены в игре человека с лошадью. Именно в игре с лошадью проявляется истинный характер субъект-порождающего взаимодействия.

Арт-методы выступают в ипповенции средством обеспечения рефлексии образа лошади как объекта природы, как «значимого другого» и как архаичного образа культуры, семантически связанного с представлениями о защите и силе, добре и мудрости. Активизация творческого потенциала, лежащая в основе арт-терапевтических техник, обеспечивает психическую динамику, выполняя функцию «морального последствия».

На основе данных представлений нами разрабатываются групповые техники иппопедагогические. Их можно использовать при работе с детьми, например, в условиях летнего лагеря, или в рамках дополнительной

к школьной программы, с целью формирования природоцентрированного сознания, поддержки психологического благополучия, развития коммуникативных навыков и групповой сплоченности. Разрабатываемые нами иппопедагогические технологии представляют собой комплексы занятий, строящиеся на иерархически организованных составляющих, выполняющих разные функции: информационную, экспериенциальную, рефлексивную, развивающую.

*Информационная функция* реализуется через получение знаний, необходимых для развития сознания и самосознания, анализа и трансформации отношений: с собой, с окружением, с миром. Занятия, реализующие эту функцию, могут проводиться в виде бесед, мини-лекций, проектных групповых технологий. Целью их является получение знаний о специфике общения с лошадью, о ее психологии, физиологии, экологии, а также значении лошади для человека в культурно-философском и историческом контексте, актуализация этих значений в индивидуальном сознании. Такие занятия составляют основу для остальных составляющих иппопедагогической системы.

*Экспериенциальная функция* реализуется на занятиях, где

осуществляется собственно контакт с лошадью, попытка выстроить с ней отношения. Возможными видами взаимодействия с лошадьми, которые могут применяться как технологии иппопедагогике, являются: наблюдение за лошадью или табуном; тактильный и кинестетический контакт, кормление, чистка и уход за лошадью; работа с лошадью «на земле» (вербальное и невербальное управление), игры с лошадьми; освоение навыков верховой езды, вольтижировки и гимнастики на лошади. На таких занятиях происходит получение эмоционального, сенсорно-кинестетического, перцептивного опыта, который подкрепляется организацией его рефлексии психологом или педагогом.

Лошадь представляет собой активное и крупное животное, вызывающее опасение, преодоление которого при кормлении и тактильном контакте развивает чувство доверия к миру и веры в свои силы на глубоком психическом уровне. Выстраивание отношений с лошадью на основе понимания своих текущих состояний дает человеку глубинное ощущение целостности, искренности, открытости отношений. Обсуждение с психологом поведения лошади помогает человеку осознать и отрегулировать свои

текущие состояния, их причины. Арт-методы, реализуемые на таких занятиях, представляют собой раскрашивание, украшение лошади, плетение хвоста и гривы. При этом задействуется сенсорно-перцептивные компоненты опыта, благодаря ощущению мягкости шерсти, тепла, движения, что затрагивает глубинные структуры мозга, обеспечивая психический регресс. *Рефлексивная функция* реализуется также посредством различных творческих видов деятельности: написание эссе, ведение дневника, символизации своих чувств и своего отношения в рисунке с последующим обсуждением, составление индивидуальных и групповых рассказов, сказок и т.п.

*Развивающая функция* реализуется на занятиях, которые подразумевают субъектную трансформацию полученного опыта на ценностно-смысловом уровне. Целью таких занятий является изменение системы отношений к себе и к миру, где отношения с природной средой, посредством выстроенных отношений «с лошадью» и «к лошади» выступают источником ресурсов в сложных жизненных ситуациях. Арт-методы здесь играют ключевую роль. На данных занятиях могут использоваться техники фото-арт-терапии, основанные

на реализации собственных фотопроектов или работе с готовыми фотографиями. В реализации собственных фотопроектов на заданную тему развивается активное, лидерское начало, повышается самооценка и самодостаточность личности, уверенность в себе. Презентация выполненных фотопроектов позволяет педагогу или психологу в работе с группой детей, подростков и даже взрослых обсуждать индивидуальные ценностно-смысловые основы отношений, что довольно сложно сделать в обычных условиях обучения.

Одно из направлений фото-арт-терапии — работа с готовыми фотографиями, реализована на основе применения набора ассоциативно-метафорических фотокарт «Образ лошади». В этом наборе представлены образы лошадей в разных эмоциональных состояниях, индивидуальных и групповых отношениях, в межвидовом общении, а также во взаимодействиях с окружающей средой. Развивающий, диагностический и психотерапевтический потенциал этой техники заключается в том, что образы лошадей на фотокартах являются эмоционально мотивирующими, эстетически привлекательными и способствуют актуализации разных аспектов личного и культурного опыта.

Образы лошадей на фотокартах выглядят реально, акцентируя мощное природное начало в себе и связь с природой, как значимой средой. Работа с этими фотокартами через эмоционально-метафорическое погружение в творческий процесс позволяет человеку вырваться из контекста информационно-технократической среды и погрузиться в ресурсное состояние связи с природой. Техники работы с данной колодой, благодаря мощному экологическому, культурологическому, эмоционально-мотивационному, эстетическому потенциалам позволяют развивать образное и ассоциативное мышление, морально-нравственную и гуманистическую составляющие сознания, экологическое сознание, речевую и коммуникативную компетентность, эмоциональный интеллект.

Другим видом творческой активности в процессе занятий ипповенцией является изготовление различных арт-объектов на основе рукоделия. В частности, мы предлагаем технику изготовления ресурсных амулетов «На счастье» с использованием подков, конского волоса и других натуральных материалов. Такая техника близка по механизму известным в НЛП техникам «якорения», когда при изготовлении своего изделия, «амулета» про-

исходит субъективное наделение его функциями защиты, поддержки, помещение его в семантическое пространство силы, энергии, что позволяет впоследствии обращаться к нему как триггеру и символическому образу, актуализирующему разные аспекты опыта общения с лошадью, миром природы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, мы можем предложить целостную систему иппопедагогических программ, ориентированных на разные возрастные группы (как детей, так и взрослых), позволяющих формировать экологическую культуру, способствующих психологическому благополучию, развитию эмоционального интеллекта и природоцентрированного сознания. Эти программы основаны на создании специалистом (психологом, педагогом, арт-терапевтом) специфических средовых условий, оказывающих не прямое, а нелинейное влияние на личность, обеспечивающих, по сути, «моральное последствие», глубокую индивидуальную интимную динамику личности.

## Литература

**Выготский Л. С. (1996).** Педагогическая психология (Под ред. В.В. Давыдова). — М.: Педагогика-Пресс.

**Дерябо С.Д., Ясвин В.А. (1995).** Методики диагностики и коррекции отношения к природе. — М.: ЦКФЛ РАО.

**Копытин А.И.** Архетипическая психология в контексте экогуманитарного подхода // Экопозис: экогуманитарные теории и практика. — 2020. — Т. 1, № 2. [Электронный ресурс]. — URL: <http://ecopoiesis.ru>

**Панов В.И. (2014).** Экопсихология. Парадигмальный поиск. — М.; СПб.: Психологический институт РАО; Нестор-История.

Эстетика американского романтизма (Под ред. М.Ф. Овсянникова) (1977). — М.: Искусство, С. 178—223.

**Ясвин В.А. (2000).** Психология отношения к природе. — М.: Смысл.

## Сведения об авторах

**Лопухова Ольга** — доцент Института психологии и образования, Казанский федеральный университет.

**Газизов Каюм** — клинический психолог, тренер-преподаватель верховой езды, Международный конно-спортивный комплекс «Казань».

# Природа, музыка, здоровье и благополучие: эмпирические и терапевтические перспективы

## Nature, music, health, and well-being: empirical and therapeutic perspectives

**Пфейфер Эрик (Pfeifer Eric)**

*Данное сообщение подготовлено на основе доклада Эрика Пфейфера, представленного на первой международной научно-практической онлайн конференции «Экологическая/природоцентрированная арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы». В докладе представлены исторические и современные данные, касающиеся использования природы в психотерапии и музыкальной терапии. Автор комментирует работы Зигмунда Фрейда, К. Г. Юнга и Виктора Франкла. Рассматриваются различные практики оздоровления на основе взаимодействия с природной средой, психотерапевтические прогулки на свежем воздухе, «зеленые» микро-брейки. Особое внимание уделяется средовой музыкальной терапии. Представлены результаты использования средовой музыкальной терапии и данные исследований о влиянии тишины и природных фоновых звучаний на психические состояния участников музыкальной терапии.*

*This report is based on the paper presented by Eric Pfeifer at the first international web-based conference, "Ecological/Earth-Based Arts Therapies: International and Multi-Cultural Perspectives." The presentation begins with few fundamental insights into historic and current aspects of nature in psychotherapy and music therapy. These include references to Sigmund Freud's, C. G. Jung's, and Viktor Frankl's works. Proceeding with nature-related concepts and aspects such as walk and talk, green micro-breaks and the importance of hiking in nature, the presentation finally introduces Outdoor Music Therapy and the outcomes of a series of studies on the effects of silence in natural settings.*

ВВЕДЕНИЕ.  
КРАТКАЯ ПРЕДЫСТОРИЯ  
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ  
ЦЕЛЕБНЫХ ФАКТОРОВ  
ПРИРОДНОЙ СРЕДЫ  
В ПСИХОТЕРАПИИ

Мне очень приятно выступать сегодня перед вами, в рамках конференции по экологической терапии искусством, на которой будет представлен российский и международный опыт. Прежде всего, я хотел бы коснуться исторических фактов, касающихся связи психотерапии и природы. При этом я коснусь идей известных лидеров некоторых психотерапевтических направлений, прежде всего, аналитической психотерапии — З. Фрейда, К.Г. Юнга, а также Ганса Зуллигера. Возможно, эта фамилия менее известна, однако я чуть позже представлю этого автора. Согласно всем этим авторам, природа играет важную роль в психотерапии. Сейчас никто не вспоминает о таком интересном факте, что в процессе психоаналитической терапии З. Фрейд выходил вместе со своими пациентами на улицу и вместе с ними совершал прогулки, проводя при этом аналитические сеансы. Это происходило в Вене, где он с клиентами гулял в общественных парках. К.Г. Юнг, один из последователей психоанализа,

проживая в Швейцарии, проводил иногда свои сеансы, катаясь на лодке с клиентами по Цюрихскому озеру. По всей видимости, оба эти выдающихся представителя психоанализа хорошо знали о достоинствах использования природных факторов в процессе аналитической психотерапии.

Известный швейцарский психоаналитик Г. Зуллигер, внесший заметный вклад в создание психотерапевтической системы для работы с детьми и подростками, заметил, что дети крайне неохотно ложились на кушетку во время психоаналитических сеансов, поскольку им трудно было оставаться неподвижными. Он решил использовать для общения с детьми и подростками небольшой сад, располагавшийся перед зданием, где находился его кабинет. Иногда, когда дети приходили на сеанс раньше времени, Ганс работал в саду, и он заметил, что дети охотно включаются в эту работу вместе с ним. Продолжая работать в саду вместе с ними, он в то же время начинал общаться с ними на темы, связанные с психотерапией.

Кроме того, он стал предлагать проходящим психотерапию подросткам совершать вместе с ним психотерапевтические прогулки в расположенный неподалеку лес. Он фактически изобрел



такую форму психотерапии, как лечебные прогулки. Это была форма психотерапевтического лечения подростков. Можно говорить о том, что Г. Зуллигер одним из первых еще в 50–70 годы прошлого века стал применять элементы средовой психотерапии. Связь между природой, смыслами и здоровьем также подчеркивается в работах таких направлений психотерапии, которые работают со смыслами. Это логотерапия и некоторые другие направления, которые стали развиваться на основе психоанализа, в частности, индивидуальная психология Альфреда Адлера. Виктор Франкл был основателем психотерапии, ориентированной на поиск смыслов. Он, например, подчеркивал фундаментальную роль общения человека с природой в его поисках смысла жизни. Он отмечал, что человек нередко постигает смысл жизни в результате общения с природой. От писал о некоторых путях обретения смысла жизни. Один из путей основан на творчестве, создании чего-либо. Он, например, отмечал, что, если человек делает, создает что-то на природе, как это часто делают дети, благодаря этому человек актуализирует смыслы. Другой путь обретения смысла основан на получении непосредственного опыта физического

и эмоционального взаимодействия с реальностью. При этом Франкл обращал внимание на то, что, когда человек находится на природе, прислушивается, например, к природным звукам, созерцает природный пейзаж или пребывает в потоке ощущений, переживая красоту природных форм, он также постигает смысл жизни.

Таким образом, мы можем убедиться, что не только лидеры аналитической психотерапии, Фрейд и Юнг, но и такой крупный психотерапевт, как Франкл, также признавал важную роль природы в психотерапии. Далее рассмотрим такое интересное явление, как психотерапевтические прогулки на природе, связанные с деятельностью австрийского альпийского клуба. Являясь студентом университета, я провел исследование, познакомившись с деятельностью этого клуба. Благодаря этому, я убедился в том, что общение с природой тесно связано с психическим здоровьем и благополучием. Прогулки на природе очевидно благотворно отражаются на психическом состоянии человека. Они повышают настроение и снижают тревогу, депрессивные и суицидальные настроения. Прогулки благотворно сказываются на уровне кортизола, улучшают

качество жизни, степень субъективной удовлетворенности ею. Я хочу обратить ваше внимание на психотерапевтический потенциал прогулок, сопровождаемых общением клиента и психотерапевта. Это отнюдь не новая форма психотерапии. Она имеет весьма давнюю историю, нередко является частью психотерапевтического процесса. В настоящее время прогулки, сопровождаемые беседами, становятся одним из ключевых элементов терапии. Появляется все больше данных исследований, подтверждающих эффективность этого варианта проведения психотерапевтических сеансов. В частности, показано, что прогулки на природе, сопровождаемые общением клиента и психотерапевта, способствуют осознанию важных психологических аспектов. Это положительно сказывается на общих терапевтических эффектах консультирования и психотерапии.

Я также хотел бы коснуться такого важного фактора лечебно-профилактического воздействия, как «зеленые» микро-перерывы (*'green' micro breaks*). Есть данные исследований, свидетельствующие о том, что микро-перерывы продолжительностью всего в 40 секунд оказывают положительный эффект, восстанавливая внутреннее равновесие

и внимание. План исследований был достаточно простым. Сравнивались две группы участников эксперимента, которым предлагалось решить некоторые интеллектуальные задачи, находясь при этом в городе, в обычных офисных помещениях. При этом участникам одной группы предлагалось периодически переключать свое внимание на то, что происходит за окном, в частности, на панораму крыш, составляющую часть городского пейзажа. Эти участники созерцали зеленые крыши на протяжении 40 секунд. Оказалось, что это положительно сказывается на качестве их внимания. Таким образом даже такая простая форма переключения внимания, которая предполагает созерцание городского пейзажа, может повышать качество произвольного внимания.

### СРЕДОВАЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

А сейчас, после того как мы рассмотрели некоторые наиболее общие вопросы, связанные с ролью природной среды в психотерапии, я предлагаю обратиться к рассмотрению средовых терапевтических факторов в музыкальной терапии. Я останавливаюсь на том, что называется средовая музыкальная терапия. Я написал несколько статей на эту

тему. Я также буду ссылаться на работы С. Клара (Klar, 2011, 2012) и В. Фассера (Fasser, 2011, 2012). Эти авторы писали о сочетании музыкальной терапии с природными факторами.

Одной из форм такого сочетания является так называемая средовая музыкальная терапия. Такая музыкальная терапия представляет собой не самостоятельный метод терапии, музыкальную терапию, проводимую в природной среде. Данная форма терапии актуализирует вопрос о том, какие именно природные среды могут быть использованы в процессе музыкальной терапии, в зависимости от потребностей клиентов (пациентов) и их состояния. В процессе музыкальной терапии специалист может определять, когда, с учетом показаний, может быть полезно проводить занятия на свежем воздухе. При этом природа может восприниматься как ко-терапевт, как дополнительный терапевтический фактор, включающийся в психотерапевтические отношения. Таким образом, помимо клиента, психотерапевта и музыки, появляется такой участник терапии, как природа, которая не пассивна, но выступает активным терапевтическим агентом. При проведении занятий на природе, она начинает влиять на то, что

происходит в терапевтическом взаимодействии.

Природа при этом также может выступать источником дополнительных экспрессивных средств или инструментов. Имеется в виду то, что в распоряжении клиента появляется разнообразие физических объектов природного происхождения, которые он может собирать и использовать в качестве средств музыкальной экспрессии. Так, например, он может использовать палки или камни для создания звуков. Многие традиционные техники или методы музыкальной терапии могут быть реализованы с использованием природных объектов, выступающих в качестве музыкальных инструментов. Мы также можем рассматривать природу как среду, в которой происходят занятия музыкальной терапии. Мы можем, например, в индивидуальной терапии вместе с клиентом осуществлять поиск наиболее подходящей терапевтической среды на свежем воздухе. Клиент может выбрать для себя как наиболее комфортную и подходящую среду берег озера. При этом легкий плеск волн и пение лягушек могут становиться частью звуковой терапевтической среды. Это может оказаться очень ценным, поскольку звучание этого места почему-то важно для клиента,

давая ему ощущение комфорта и безопасности.

Кроме того, есть основания считать, что природа в процессе музыкальной терапии становится важным терапевтическим фактором, воздействующим на весь процесс терапии, оказывая разностороннее положительное воздействие на клиента. Так, природа может стимулировать иммунную систему. Клиент может воспринимать природу как отражение своих внутренних процессов. Он может настраиваться на звуковой ландшафт и слышать его ритмы. Он может придавать значение природным циклам, тому, как ночь сменяется днем, а день — ночью, или смене времен года. Он начинает лучше чувствовать и осознавать природные ритмы и их проявления в своем состоянии, в частности, в функционировании иммунной системы. Природа становится не только зеркалом состояний человека, но и его помощником. Она также помогает человеку выйти на новый уровень восприятия себя, осознать себя как часть природы. Таким образом, мы можем рассматривать природу как выступающую в процессе психотерапии в трех важнейших ипостасях: в качестве дополнительного источника материалов, в качестве терапевтической среды и в качестве помощника.

## ИССЛЕДОВАНИЯ

Мы провели ряд эмпирических исследований во Фрайбурге (Pfeifer, Sarikaya, Wittmann, 2016; Pfeifer, Fiedler, Wittmann, 2019a, b), связанных с изучением возможностей и эффектов средовой музыкальной терапии. Некоторые из них очень просты. Это, например, исследования, которые определяли терапевтическую роль тишины. Это была относительная тишина, связанная с пребыванием на лоне природы. Участниками экспериментов были здоровые взрослые лица, в частности, студенты. Мы определяли то, как пребывание в тишине на лоне природы влияет на их состояние, ощущение комфорта и эмоционального благополучия.

В процессе исследования мы сравнивали эффекты, связанные с пребыванием участников в тишине на лоне природы, в одном из городских парков, с эффектами, полученными, когда они находились в полной тишине в закрытом помещении. Мы обнаружили, что, нахождение в течение шести с половиной минут в тишине на природе снижает интенсивность неприятных навязчивых мыслей. Они могут быть характерны для депрессии, переживания агрессии или иных патологических состояний. Таким

образом, шесть с половиной минут тишины на лоне природы в сопровождении квалифицированного музыкального терапевта позволяют значительно ослабить такие неприятные навязчивые мысли и больше настроиться на восприятие и переживание реальности здесь-и-сейчас. Также пребывание в тишине ослабляло переживание будущего и прошлого. Участники больше становились сфокусированными на текущем моменте времени.

Способность человека быть в контакте с реальностью, с ситуацией здесь-и-сейчас очень важна для психического здоровья. При разных психических расстройствах, связанных с переживанием сниженного настроения, злости и патологических пристрастиях, пребывая на природе в тишине человек может гармонизировать свое состояние, больше фокусируясь на здесь-и-сейчас. В результате этих исследований мы также обнаружили, что пребывание в тишине на природе в течение шести с половиной минут углубляет релаксацию в большей степени, чем когда люди находятся в тишине в закрытом помещении. Причем, глубина релаксации, вызываемая тишиной на лоне природы, не зависит от навыков самонаблюдения.

Другое проведенное нами исследование было связано с применением метода глубинной релаксации в сочетании с музыкальной терапией. Иногда это называют гипнотической музыкальной терапией. Участники экспериментальной группы в течение 16 минут подвергались воздействию на основе глубинной релаксации и музыкальной терапии, а затем в течение шести с половиной минут пребывали в тишине на лоне природы в присутствии музыкального терапевта.

При этом участники контрольной группы в течение 16 минут участвовали в семинаре на тему музыкальной релаксации. Но это была лекция, переходящая в обсуждение того, насколько важно использовать тишину в процессе консультирования и психотерапии. После этого они также выходили на лон природы и находились в тишине в течение шести с половиной минут. Таким образом в обоих случаях к музыкальной терапии или к семинару и дискуссии добавлялась часть, связанная с тишиной на лоне природы. Однако, мы обнаружили, что более выраженный терапевтический эффект был все же связан с проведением музыкальной терапии, хотя пребывание в тишине на природе оказывало определенный терапевтический эффект в обеих группах.

В этом эксперименте также было показано, что отдых на природе способствует снятию тревоги, достижению релаксации и переключению внимания с прошлого и будущего опыта на текущий момент времени. Навязчивые мысли, благодаря тишине на природе, также ослабевали. В обоих экспериментах мы убедились в том, что прибывание в тишине на природе изменяет восприятие времени. Оно начинает восприниматься как протекающее более медленно. Мы не говорили участникам эксперимента, что тишина будет продолжаться шесть с половиной минут, но они полагали, что прошло явно больше времени, нежели шесть с половиной минут. Они воспринимали тишину как способствующую релаксации, и при этом релаксация казалась им более продолжительной, чем это было на самом деле. Это весьма интересное наблюдение.

Мы можем использовать эти данные для понимания того, как использовать данную методику в клинических условиях. Мы можем признать, что тишина на природе в сочетании с техниками музыкальной терапии может быть весьма эффективным лечебным приемом. Следует подчеркнуть, что все эти воздействия предполагали

участие профессионального музыкального терапевта, проводились в его присутствии. Очевидно, что психотерапевтические отношения существенно влияют на достижение тех эффектов, которые были показаны в исследованиях.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Если вас заинтересовало мое сообщение, можете связаться со мной. Буду рад продолжить обсуждение интересующих вас вопросов. Если же вы работаете в медицинском учреждении, мы могли бы рассмотреть возможности для сотрудничества, связанного с проведением исследований, связанных с использованием природы, музыки и тишины с целью лечения и повышения психологического благополучия. Спасибо за внимание. Надеюсь, я смог донести до вас интересную и важную информацию. Надеюсь на продолжение сотрудничества. Желаю вам здоровья и благополучия.

## Литература

**Fasser W. (2011).**

Die Kunst des Hörens: Horchen und lauschen mit Hilfe der Musiktherapie. Retrieved from <http://www.wolfgang-fasser.ch/00%20Die%20Kunst%20des%20Hoerens.doc>.

**Fasser W. (2012).**

Naturhörbilder in der musiktherapie. Theoretische hintergründe und implementation von naturaufnahmen in die musiktherapeutische praxis (Masterarbeit). Zürcher Hochschule der Künste in Kooperation mit der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik, Zürich.

**Klar S. (2011).**

In ko-respondenz mit dem heilenden der natur: Reflexionen und konnektionen: Integrative therapie — integrative musiktherapie und natur-therapie. Retrieved from <http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/polyloge/klar-in-ko-respondenz-mit-dem-heilenden-der-natur-reflexionen-polyloge-21-2011.pdf>.

**Klar S. (2012).**

Wir hören nur mit dem herzen gut: Hören und wahrnehmen in ko-respondenz mit der natur. In Deutsche musiktherapeutische Gesellschaft e. V. (DMtG) (Ed.) // Jahrbuch Musiktherapie. Music Therapy Annual. Das Hören des Therapeuten (Vol. 8, pp. 157–176). — Wiesbaden: Dr. Ludwig Reichert Verlag.

**Pfeifer E, Sarikaya A, Wittmann M. (2016).**

Changes in states of consciousness during a period of silence after a session of Depth Relaxation Music Therapy (DRMT) // Music Med., Vol. 8, P. 180–186.

**Pfeifer E, Fiedler H, Wittmann M. (2019a).**

Enhanced relaxation in students after combined Depth Relaxation Music Therapy and Silence in a natural setting // Arts in Psychotherapy, Vol. 63, P. 68–76. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2019.02.006>.

**Pfeifer E, Fiedler H, Wittmann M. (2019b).**

Increased relaxation and present orientation after a period of silence in a natural surrounding // Nordic Journal of Music Therapy. DOI: 10.1080/08098131.2019.1642374.

### Сведения об авторе

**Пфейфер Эрик** — зарегистрированный музыкальный терапевт, профессор факультета эстетики и коммуникаций, Католический университет прикладных наук Фрайбурга (Германия), также сертифицированный логотерапевт / экзистенциальный аналитик и системный семейный психотерапевт.

# Искусство нежности: воплощенная мудрость в экологической арт-терапии

## The art of tenderness: embodied wisdom in ecological art therapy

**Э'Коурт Беверли (A'Court Beverley)**

*Данное сообщение подготовлено на основе доклада Беверли Э'Коурт, представленного на первой международной научно-практической онлайн конференции «Экологическая/природоцентрированная арт-терапия: международные и мультикультурные перспективы».*

*В докладе раскрывается свойство нежности как обращенное к разным формам жизни и реализуемое не только в отношениях между людьми, но и их отношениях с миром природы. Многие психотерапевты проводят свои сеансы на открытом воздухе, однако «природа» — это не просто фон или «супермаркет» ресурсов, а динамичное, живое поле разнообразных феноменов и субъектов. Голос каждого живого существа имеет место в «оркестре», вносит вклад во всю «симфонию» и должен использоваться для благополучия и выживания всех представителей экосистемы. Арт-терапия при этом выступает в качестве средства развития этого драгоценного качества в повседневной жизни и как вносящая вклад в восстановление коллективного благополучия и гармоничных отношений с природой.*

*This report is based on the paper presented by Beverley A'Court at the first international web-based conference, "Ecological/Earth-Based Arts Therapies: International and Multi-Cultural Perspectives." This paper reveals the property of tenderness as addressed to different forms of life and implemented not only in relationships between people, but also in their relations with the more-than-human world. Many therapists are taking their sessions outdoors, however 'Nature' is not just a backdrop or resource 'supermarket', but a dynamic, living field of diverse intelligences and subjects. The voice of every living being has a place in the 'orchestra', contributes to the whole 'symphony' and must be attended to for psycho-*



*ecological well-being and survival. Art therapy can be used as a gentle and powerful path back to rediscovering this precious quality within individual daily lives and as a contribution to restoring collective well-being.*

## ВВЕДЕНИЕ

Это сообщение частично основано на моих исследованиях роли нежности в практике осознанности и сохранения психологического здоровья в процессе психотерапии.

Традиции коренных народов часто отдают предпочтение «глубокой демократии» (Næss, 1989), где голос каждой жизненной формы в природе может быть воспринят человеком и имеет свою ценность, поскольку рассматривается как вносящий свой вклад в общее дело и должен уважаться и использоваться для благополучия и выживания всей экосистемы, экосферы. Эта идея пронизана холизмом, подчеркивает взаимозависимость всех форм жизни и показана в древних мифах, духовных традициях и фольклоре во всем мире и является особенностью квантовой науки. Важно то, что знание этого также живет внутри нас, тесно связано с генетической, экологической и культурной памятью. В настоящее время с характерными для него проявлениями распада и деградации экосистем и культур, экотерапия становится многопрофильной и междисци-

плинарной. Ее теория, практика и философия возникают из разнообразных источников знаний. Экологическая арт-терапия — изменчивая, постоянно развивающаяся система среди многих направлений экологической терапии, основанная на текущих исследованиях и постоянно поддерживаемая спонтанными творческими проявлениями клиентов.

## НЕЖНОСТЬ И ЕЕ СВЯЗЬ С ВНИМАНИЕМ И МОЛЧАНИЕМ

В английском языке выражения «проявлять внимание и нежность», «заботиться», «быть терпеливым» имеют общие основания. Для развития этих качеств необходимы особые условия, одним из которых является замедление привычного темпа жизнедеятельности и повышенное внимание к собственным реакциям и состоянию субъектов, с которыми мы взаимодействуем, будь то люди или иные живые существа. Во многих древних культурах терпеливое и бдительное молчание необходимо поддерживать перед лицом серьезных испытаний, что позволяет приблизиться к истине, развивать целостность,

проницательность и зрелость, а также формировать зрелое чувство Я. Когда мы молчим, не пытаюсь поспешно вербализовать свой опыт, например, в процессе создания и восприятия художественной работы, то тем самым мы оставляем время для молчаливого созерцания работы и своих внутренних реакций на нее, в процессе которого актуализируются разные ассоциативные связи, воспоминания, воображение и телесные ощущения. Используя молчание как важную часть терапевтического процесса, мы освобождаем клиента от необходимости поспешно

выражать свой еще сырой творческий опыт.

Регулируя в процессе молчания свое собственное психическое и соматическое состояние во время сеансов, психотерапевты поддерживают стабильность и открытость перед лицом неизвестного, а в случае работы с детьми — предупреждают стимулирование стереотипных, приятных для терапевта реакций со стороны ребенка. При этом мы также оставляем место для других форм языка — для спонтанного движения в ответ на искусство, для поэтических высказываний, для музыкальных ответов.



*Рис. 1. Петергофский парк зимой. Фото Беверли Э'Курт*

Внимание и внутренняя устойчивость психотерапевта помогают пациенту справиться с тревогой и другими сложными эмоциональными состояниями и обеспечивают ясность восприятия. Однако неумелое молчание может спровоцировать тревогу, подозрения и враждебность у травмированного взрослого или ребенка, с которыми нужно работать очень аккуратно. Совместное молчание в арт-терапии нередко становится ритуальным совместным действием, воспринимаемым как «ласковое молчание», как описывает его Джек Корнфилд.

При этом психотерапевт также рискует, поскольку чувства, вызванные произведением искусства, без завесы словесного определения и толкования, дающего чувство выполнения своей профессиональной роли, являются достаточно сложными. Молчание означает отказ от некоторого контроля над ситуацией. Однако, отказываясь от контроля, мы даем возможность природе говорить — изнутри клиента-художника, из самого процесса терапии и окружающего живого поля.



*Рис. 2. Художник в загородной мастерской. С благодарностью Франсуа Моне.  
Фото Беверли Э'Коурт*

Поэты, астрономы и натуралисты часто говорят, что в тишине есть все, и что мир находится в великом безмолвии, океанской тьме мифа, мерцающей бесформенности, из которой возникают все формы. Тишина возникает порой в общении между друзьями или незнакомцами, терапевтом и клиентом. Она может показаться бездной, беременной потенциалом. Язык поэтической экспрессии больше всего подходит для того, чтобы выражать смыслы, рождающиеся в тишине. Я иногда призываю супервизируемых не забывать брать своего внутреннего поэта на свои сеансы

терапии и использовать поэзию в своих размышлениях о терапии, чтобы более целостно передавать качество ключевых моментов и процессов, включая их собственный контрпереносный опыт. Поэзия активизирует нашу способность воспринимать детали непосредственного момента через призму нашего культурного и экологического наследия, через ритмичную музыку тела, состоящую из дыхания, сердцебиения, жестов и речи. Это целостный язык, который воплощает в себе сущность и силу одного момента, одновременно раскрывая его универсальность.



Рис. 3. В салоне тату. Фото Беверли Э'Коурт

Я хотела бы проиллюстрировать это некоторыми изображениями (Рис. 1–3). Для меня эти образы отражают одновременно человека в его уязвимом состоянии наедине с самим собой, эмоциональную атмосферу и ассоциации, связанные со средой.

Эффектом молчания является эмпатическая близость; состояние уравновешенности, творческой открытости и готовности к новому, что очень ценно для психотерапии. Следующее изображение (Рис. 4) было одним из более чем ста фотоснимков, сделанных во время трехчасо-

вого сеанса, на котором клиентка хотела показать свое тело, отразить его красоту, то, что представляется ей наиболее ценным, а также отреагировать опыт своих многочисленных потерь и подготовиться к операции, которая должна радикально изменить ее тело. Используя выбранный ею реквизит, ткани и цветы, она двигалась, исследуя свое тело через множество поз и выражений лица, переживая при этом слезы и радость, направляя мою камеру и позволяя мне «запечатлеть» спонтанные моменты нашего игрового взаимодействия.



Рис. 4. «Жемчужина-подпись»: фотопортрет клиентки

Эта фотография (Рис. 4) оказалась для клиентки очень важна. Клиентка призналась, что находящаяся в кадре жемчужная сережка является ее своеобразной «подписью». И она, и я чувствовали, что фотография увековечивает красоту ее тела. Тихая, сдержанная чувственность, представленная на фотографии, напоминает картину Вермеера «Девушка с жемчужной сережкой» с ее универсальной историей и многозначностью, вызывающей нежные чувства.

Поэтэсса Эмили Дикинсон писала: «Разум шире неба», поскольку, когда мы находимся в тишине, мы можем удерживать широкую перспективу восприятия и многое другое в сознании. Когда клиенты испытывают это, такие моменты наполняются интимностью и универсальностью. В этом состоянии поэзия является утонченным языком, пробуждающимся в моменты одновременной трансценденции и заземления. В такие моменты в сознании клиента могут возникать яркие новые связи, метафоры и прозрения с сопутствующими соматическими сдвигами. Молчание часто приравнивается к пустоте и может вызывать тревогу и страх. Однако, научиться находить пространство, мир и экзистенциальную безопас-

ность в тишине — это значит обрести внутреннюю опору. Примером могут служить творческие состояния, монашеские и йогические духовные практики. Моменты молчания отличают арт-терапию, а также процесс погружения человека в пространство природы. Тем не менее, природа — это не инертная, пассивная сцена для терапии, а динамичное, чувствительное поле разнообразных проявлений и коммуникаций, активного «общения субъектов» (по выражению Т. Берри).

Разные существа говорят с нами на разных языках, они участвуют в нашей человеческой деятельности и отвлекают от нее, как это описывают многие мифы и шаманская традиция.

Когда мы вывозим людей из учреждений и знакомых городских ландшафтов в более дикую природную среду, они первоначально говорят что-то вроде: «Здесь ничего нет». «Просто трава, только деревья, просто пустое пространство», не видя множества обитателей этого места.

Это также относится и к более масштабным человеческим инициативам, когда, например, выбирается место для строительства плотин, шахт или иных промышленных объектов. Часто для них выбираются места, в которых

кажется «ничего нет», но при этом редко когда проектировщики считаются с мнением местных жителей, считающих, что на этих территориях протекает активная природная и человеческая жизнь. В этих ситуациях проектировщикам, видимо, необходимо было бы сначала пережить опыт медитации и молчания, что позволило бы им услышать голоса многих существ, обитающих в этих местах.

В экологической арт-терапии мы часто переживаем опыт соединения с миром, когда «проблема» клиента словно проявляется в межличностном пространстве, в динамических отношениях с окружающей средой. Мы можем явиться свидетелями резонансов, например, когда деревья начинают «подавать человеку сигналы», сбрасывая на клиента шишки, причем, если проводится групповое занятие, то только на того, для кого это становится важным сигналом. Животные появляются и ведут себя как «зеркала», когда на глазах у клиента разыгрываются некие спектакли, в которых они видят нечто важное для себя.

Процессуально-ориентированная психотерапия Минделла предоставляет терапевтам концептуальную основу и определенный язык, чтобы научиться обращать внимание не только

на основной канал выражения и общения, который использует клиент, но и на более тонкие сигналы, поступающие через другие «каналы» информации, о которых клиент может не знать и которые, кажется, рассказывают другую историю. Работая на открытом воздухе, обращая внимание на представителей мира природы, клиенты часто находят для себя новые каналы для получения ранее скрытой информации.

Во время работы с одним клиентом, являющимся успешным предпринимателем, мы использовали жестовый рисунок, создаваемый, когда клиент лежит на полу. Клиент смог глубоко расслабиться и находиться в молчании. При этом он улыбался. Он заметил, что ему очень приятно лежать на солнце без дела, и что при этом он, наконец, смог отпустить от себя все ненужное. В это время появился рой пчел, которые собирали нектар среди цветов рядом с ним. Я осторожно обратила на них его внимание. Он засмеялся, сказав, что понимает, что его бизнес не остановится внезапно, и что другие люди продолжают работать за кулисами и будут продолжать действовать, если он возьмет отдых, к которому так стремился.

Такая настройка на поле живых существ преподается во многих

культурах коренных народов. Напротив, защитно-агрессивная позиция доминирующего эгоистического Я часто проявляется в физическом напряжении, онемении и ожесточении, ограничении эмпатии и чувствительности, состоянии, которое Макинтош назвал нашей «психопатологией нечувствительности» (McIntosh, 2008).

### ОТКРЫТИЕ ТЕЛА КАК ПЕРВОГО ОСНОВАНИЯ ДЛЯ КОНТАКТА СО СРЕДОЙ

Терапевтическое путешествие к выздоровлению часто включает в себя обучение ощущению собственного тела, развитие соматического чувства как важного шага к самосознанию и саморегуляции. Мышечное усилие создает своего рода «шум», который заглушает наше восприятие тонких телесных изменений и может маскировать нашу чувствительность к соматическим сигналам (Kurtz, 2008, P. 9).

Деятельность, не требующая достижения заранее запланированного результата, например, спонтанное жестовое рисование, может ослабить защиты, чтобы мы могли почувствовать и осознать собственное тело и «проникнуть в его внутреннюю живую среду» (Brach & Kornfield,

2020). Мы можем чувствовать блаженное ощущение жизни, проявляющейся во всем теле, и то, что (Dellinger, 2016) назвал «чувством биологического оптимизма в наших костях». Мы также становимся чувствительными к живой жизни вокруг нас, восприимчивыми к тонким коммуникациям.

Подобное пробуждение телесной чувствительности происходит в арт-терапии во время жестового рисования и создания отпечатков. Создание произведения искусства создает подходящие условия для исследования телесного опыта, и арт-терапия может сделать такое исследование относительно легким процессом «бездействия», таким же естественным, как дыхание или медитация. Погружение в процесс «бездействия» влияет на нашу физиологию, оживляя физические ощущения, пробуждая чувство удивления и спонтанности, восстанавливая чувство единения с разными формами жизни.

### САМОРЕГУЛЯЦИЯ В ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ АРТ-ТЕРАПИИ И ОБЩЕНИЕ С ПРИРОДОЙ

Экологическая арт-терапия позволяет стихийному художественному выражению протекать



естественным образом, поддерживаясь взаимодействием со средой. В течение многих лет я исследовала, как получить доступ к природным и экологическим процессам в арт-терапии, и хотела бы поделиться несколькими принципами и примерами вопросов, которые я считаю имеющими особую терапевтическую ценность. Однако их всегда надо адаптировать к клиентам для удовлетворения их конкретных потребностей.

Я обычно начинаю занятия на свежем воздухе с простых телесно-ориентированных упражнений на саморегуляцию, простых поз, жестов и способов дыхания, которые физиологически помогают успокоиться. Возможно, самое важное из всего, что я предлагаю, куда бы мы ни шли на природе, это напоминание клиенту о том, что нас видят лес, деревья, растительность и разные иные существа. Они реагируют на наше присутствие на каком-то уровне, поэтому мы можем ожидать их приближения или взаимодействия.

Для многих людей это становится поворотным моментом в восприятии, который открывает дверь новому ощущению себя во взаимодействии с миром. Церемониальные песнопения «Путь красоты» народа динех из Нью-Мексико

и Аризоны\*\* говорят о том, что нас видят природа и разные обитатели природного царства, и что они многое о нас знают. В традициях многих коренных народов признается, что природа говорит, а люди ей внимают.

Следующие вопросы могут помочь направить наше внимание в нужное русло и поддержать дальнейшие терапевтические процессы:

- Кто еще находится со мной в этом месте?
- Кто может разделить опыт присутствия в этом месте со мной?

Коренные народы нескольких континентов имеют для этого прекрасные выражения: они говорят о людях из горных пород, о людях, обитающих в воде, о людях, живущих в небесах, признавая, что окружающая их природа имеет свой разум. Эти вопросы сразу же направляют внимание на реальность как некое общее событие, в котором мы участвуем вместе с другими существами. Наше мышление

---

\* For an introduction to The Beauty Way, Dineh (Navajo) philosophy, spirituality and earth-based teachings, <https://tribalcollegejournal.org/beauty-walk-navajo-harmony/>.

отвлекается от того, что мы считаем единственно важной, эгоистической перспективой человеческого восприятия реальности. Можно также использовать следующие вопросы:

- Кто сейчас говорит? Кто приглашает меня сейчас прислушаться к нему?
- Кто меня здесь видит?
- Кто идет мне навстречу?

Когда мы выходим на природу, чтобы гулять, искать материалы и заниматься искусством, мы можем думать о существах, которые стремятся приблизиться к нам, возможно, для того чтобы что-то нам передать. С каждым вопросом мы углубляемся в исследование среды, поддерживая открытость и внимание. Мы прислушиваемся к тонким сигналам и ожидаем ответов в неожиданных модальностях и из неожиданных источников.

Важно отметить, что у нас есть возможность ослабить нашу когнитивную привычку мгновенно оценивать каждый объект восприятия, включая себя, как положительный или отрицательный, понравившийся или не понравившийся, хороший или плохой. Важно погрузиться в процесс восприятия, освобожденный от этой предвзятости. При этом мы можем пересечь демаркационные линии, которые материали-

стическая культурная парадигма использует для определения действительной реальности, и погружаемся в иную реальность, где могут встретиться человеческие и нечеловеческие проявления.

Мы можем также спросить:

- Что я получаю прямо здесь и сейчас?
- Что мне дано в восприятии?

Эти простые вопросы позволяют увидеть, как говорит учитель Динэ Пэт МакКейб, «чистое изобилие и бесстрашную щедрость природы», которую мы тоже можем практиковать. Часть из того, что нам оказывается дано в процессе такого открытого восприятия, может быть затем включено в произведение искусства. Наконец, мы можем спросить:

- Что нужно этому месту, и о чем оно хочет спросить меня?

Этот вопрос подводит нас к восприятию взаимности).

## ВЗАИМНОСТЬ

Культуры коренных народов подчеркивают важность взаимности. Всякий раз, когда мы что-то получаем, мы должны что-то отдать взамен. Баланс в отношениях должен постоянно восстанавливаться. Нам следует с уважением входить в любую среду, признавая, что она уже наполнена, и что, если мы что-то

в ней берем, мы должны что-то отдать взамен.

Мы просим разрешения реализовать свои действия там, где уже кто-то живет. Мы просто можем не знать историю этого места, кто там родился или похоронен, какие травмы могло пережить это место, или какие текущие конфликты там происходят. Мы можем сделать подарки в честь места и тех, кто его хранит, преподнося их в знак благодарности за место и его дары. Мы можем преподнести этому месту в качестве благодарности воду, изюм, немного овса, сказать «спасибо», произнести молитву и т. д.

Таковыми действиями мы включаемся в матрицу культурной и природной экосистемы, реализуем постоянную заботу о здоровье людей и планеты. Надеюсь, что я дала повод для специалистов оценить и развить их способность молчаливого внимания к миру природы и его обитателям на основе парадигмы экологической арт-терапии.

Дополнительную информацию, практические примеры, данные исследований и ссылки можно найти в следующих моих публикациях:

- A'Court B. (2016). A Communion of subjects // Green Studio: Nature and the arts in Therapy (Eds. A. Kopytin & M. Rugh). —

New York: Nova Science Publishers.

- A'Court B. (2017). The Art of mindful walking in art therapy // Environmental expressive therapies: nature-assisted theory and practice (Eds. A. Kopytin & M. Rugh, M. — New York: Routledge/Taylor & Francis, P.
- A'Court B. (2010). Speaking with listening: Art therapy and poetic practice. ATOL (Art therapy online). Vol. 1.
- A'Court B. (1996). The great play of mind: some reflections on spontaneous speech in art therapy. In Spoken English; ideas and developments in education // Journal of English-Speaking Board (International), Vol. 29, № 2, P. 15–20.

## Литература

**Berry T. (1988b).**

The new story in the dream of Earth. — San Francisco: Sierra Club Books.

**Bernstein J. (2005).**

Living in the Borderlands. New York: Routledge.

**Brach, T. & Kornfield, J. (2020).**

Quotations from online meditation retreats contact@tarabrach.com.

**Dellinger S. (2016).**

<https://movelikeachild.wordpress.com/2016/03/03/feeling-the-sounds-of-biological-optimism-in-your-bones>.

**Kurtz R. (2008).**

A little history // The Hakomi Forum, 19–20–21.

**Næss A. (1973).**

The shallow and the deep, long-range ecology movement. A summary // Inquiry: Interdisciplinary Journal of philosophy, Vol. 16, Issue 1–4, P. 12–19.

**Næss A. (1989).**

Ecology, community and lifestyle. Cambridge, MA: Cambridge University Press.

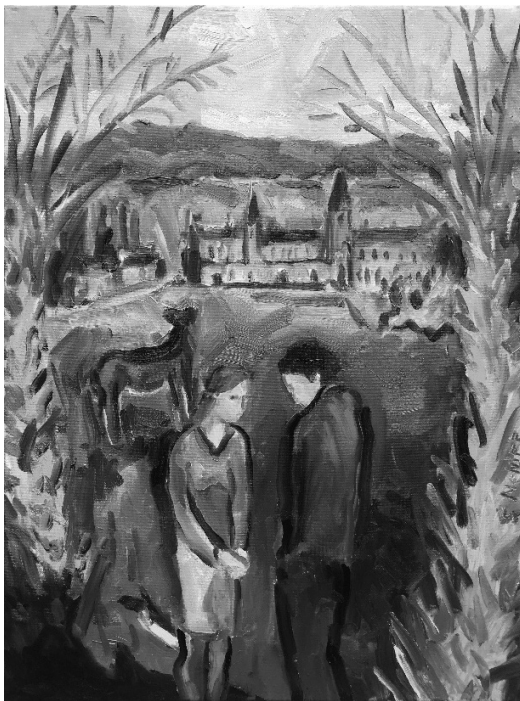
**Bernstein J. (2005).**

Living in the Borderlands. Routledge.

*Сведения об авторе*

**Э'Коурт Беверли** — сертифицированный арт-терапевт, работает на базе Финдхорн Фонда, участвует в международных социальных арт-терапевтических проектах, ведет частную практику (Великобритания).





*Шон МакНифф: Уинстонский цикл 4, 2018 (масло, холст)*

## **И**сцеляющее **И**скусство

*Журнал арт-терапии  
Мультидисциплинарное издание  
том 23 №3 лето 2020*

*Предпечатная подготовка — «Скифия-принт».  
Подписано в печать 2.10.2020.  
Отпечатано в типографии ООО «Скифия-принт».  
Санкт-Петербург, Б. Пушкарская ул., д. 10. Тел. 644-41-63.  
Заказ № 6852. Тираж 290 экз.  
Цена свободная*