
ВНУТРЕННИЙ МИР ЧЕЛОВЕКА

Т.В. Пушкарева, Е.В. Пушкарева, М.В. Саркисян

МАТЕРИАЛИЗАЦИЯ АРХЕТИПА: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ МАСТЕРСКОЙ «Я И МОЯ КУКЛА»

Аннотация. Предметом статьи является авторская методика психологической мастерской «Я и моя кукла» как терапевтический ответ на социокультурные вызовы современности. Раскрываются теоретико-методологические основы и анализируются практические результаты проведения мастерской. Мастерская рассматривается как оригинальная разновидность арт-терапии, призванная компенсировать психологические трудности современного человека, связанные с проблемами идентификации, повышением тревожности, снижением самооценки, а также способствовать удовлетворению общих потребностей личности в самопознании и самореализации. В статье раскрывается методика проведения авторской психологической мастерской с анализом конкретных примеров. Теоретико-методологической базой мастерской стали гештальт-подход и аналитическая психология, реализованные в практике по созданию и интерпретации образа народной славянской куклы-мотанки, которая выступает здесь как материализованный архетип. Опыт проведения двенадцати психологических мастерских «Я и моя кукла» на базе публичной библиотеки № 221 СЗАО г. Москвы показал эффективность разработанной методики и может быть рекомендован для работы как с профессиональной, так и с широкой аудиторией. Суть психологического механизма, лежащего в основе мастерской, заключается в следующем. Образ Другого, воплощенный в кукле, становится своеобразной идентификационной версией самого себя, которая позволяет исследовать, принять и затем вновь интегрировать обнаруженную таким образом субличность в актуальную структуру личности человека, тем самым прояснить для него самого сложные процессы идентификации и в значительной мере снять психологическое напряжение, неизбежно сопутствующее поискам социально-культурной идентичности в современном мире. Одновременно материализация архетипа, осуществляемая в процессе психологической мастерской, способствует переводу бессознательного в сознание и в конечном итоге направлена на обретение человеком целостности и гармонии с собой и миром.

Ключевые слова: «текущее общество», проблемы идентификации, архетип, «персона», «тень», современный человек, кукла, арт-терапия, гештальт-подход, психоаналитическая психология.

Review. The subject of the research article is the author's psychological master class 'Me and My Doll' as the therapeutic response to the socio-cultural challenges of the modern age. In their research the authors describe theoretical and methodological grounds and analyze practical results of the master class. The master class is viewed as an original kind of art therapy aimed at compensation of psychological difficulties of modern human resulting from the problems of identification, increased anxiety, low self-esteem as well as satisfaction of personality needs for self-knowledge and self-realization. The authors describe the details of carrying out the master class and accompany their description with the analysis of particular examples from practice. The theoretical and methodological basis of the master class is the Gestalt approach and analytical psychology that are put to practice during creation and interpretation of the image of a folk Slavic rag doll that in our case represents the materialized form of an archetype. The experience of the twelve psychological master classes 'Me and My Doll' at the public library No. 221 of Moscow has proved the method to be efficient and therefore the method can be recommended for work with both professional and wide audience. The main point of the psychological mechanism lying in the basis of the master class is the following. The image of the Other represented in the doll becomes some kind of an identification version of one self that allows to investigate, accept and integrate the just discovered subpersonality into the personality structure, thus clarifying the most difficult processes of identification to a person and considerably increasing the psychological tension that inevitably accompanies his searches for socio-cultural identity. Moreover, materialization of the archetype that happens during the psychological master class stimulates the transfer of unconscious elements to consciousness and as a result aims at acquisition of human's integrity and harmony with himself and the world.

Keywords: art therapy, doll, modern man, 'Shadow', 'Persona', archetype, problem identification, liquid society, Gestalt approach, psychoanalytic psychology.

*Глубоко ошибается тот, кто полагает,
будто бессознательное есть нечто безобидное
и может быть предметом игры и развлечения.*

(К.-Г. Юнг)

Современное общество, описываемое в научной литературе как глобальное и постмодернистское, несёт новые вызовы для человеческой экзистенции, для человеческой души, для человека как чувствующего и мыслящего существа. Ещё Виктор Франкл замечал, что у каждого времени свои невроты, и каждому времени требуется своя психотерапия. В этой статье мы представляем психологическую мастерскую «Я и моя кукла» как попытку адекватного терапевтического ответа на современные социокультурные вызовы.

Человек в «текущем обществе»: постановка проблемы

Известная метафора Зигмунда Баумана, выпустившего пятнадцать лет назад книгу под названием «Текущая современность», по сути, зафиксировала завершение культурно-исторического процесса, начавшегося в истории Европы и Америки в конце средних веков: разрушения жёстких социальных структур традиционного общества и одновременно тотальной эмансипации человека. Освобождение от власти традиции и ритуала вместе с освоением новых духовных пространств и смыслов на протяжении многих веков неизменно приводило к новым психологическим проблемам, встававшим перед человеком: проблемой смысла жизни, экзистенциального вакуума, фрустрации, тревоги [17]. Научное осмысление этих процессов привело в конечном итоге к обнаружению и разработке целой философско-антропологической проблематики «расколотости человеческого бытия» [3].

Среди множества социопатических факторов, оказывающих влияние на внутреннюю жизнь человека в «текущем обществе», на наш взгляд, ключевое место занимают *фактор множественной идентичности* и *фактор сакрализации скорости и темпа*.

Неуклонное расширение реального (обеспечиваемого возможностью передвижения) и виртуального (обеспечиваемого информационными технологиями) жизненного пространства приводит к тому, что индивид принадлежит одновременно к нескольким социальным группам и постоянно ощущает приток новых идентификационных пер-

спектив, относительно принятия которых ему постоянно приходится делать внутренний выбор [8]. Наряду с этим происходит стремительное усложнение традиционных параметров самоидентификации человека: по возрасту, полу, этнической и расовой принадлежности.

Возможности биомедицинских технологий и бурное развитие индустрии красоты теперь позволяют человеку выбирать то, что ранее задавалось ему изначально и не могло быть предметом выбора. Возможности существования в чужом теле [14], с новым лицом, другим цветом кожи и проблемы интерпретации таких изменений в Другом поставили перед современным человеком не только биомедицинские и правовые проблемы, но новые экзистенциальные проблемы.

Смешение множества идентификационных перспектив создают напряжённую ситуацию для индивида, не справляющегося со всем многообразием конкурирующих выборов, не дают возможности сориентироваться и выстроить стратегию поведения. Так, Зигмунд Бауман описывает состояние тотальной ночной тревоги современного человека, заставляющего его целыми днями «изгонять призраков неопределённости» ритуальным шопингом [1, с. 89].

Все эти драматические процессы проходят в ситуации острого ощущения зависимости человека от времени, о котором можно в полной мере говорить уже со второй половины XX в. [16, с. 5]. Увеличение скорости протекания социально-экономических и социально-культурных процессов, хроническое «неуспевание» человека в этих условиях становится источником дополнительной тревоги и снижения самооценки.

В России парадоксы «текущего общества» усугубляются состоянием цивилизационного сдвига, произошедшего на теперь уже бывшем советском пространстве. Формирование новых социальных моделей, их изменчивость и неоднозначность, латентность и противоречивость многих социокультурных процессов в транзитивных обществах, а также нерешённость многих социально-экономических проблем, отсутствие «подушки благополучия» и государственной социальной поддержки, которая есть у индивида в экономически развитых обществах, заставляют нашего соотечественника ещё более остро переживать психологические проблемы современности.

Общепсихологические следствия обозначенных выше процессов таковы. Обилие, изменчи-

вость и скорость изменения внешних факторов заглушают вызовы «самости» индивида, заставляют тратить энергию на постоянную внешнюю идентификационную настройку, забирая энергию тождественности «я». Эрих Фромм писал о деперсонализации, или потере себя, в результате дисбаланса личной и социальной идентичности, когда индивид обретает единство с людьми и с миром, заплатив «полным отказом от индивидуальности и целостности человеческого «я»» [18, с. 291]. Данная ситуация сказывается на социальном самочувствии людей, может привести к развитию патологии на индивидуальном уровне или просто оказывать негативное влияние, фрустрируя личность и отнимая жизненную энергию.

Куклотерапия как разновидность практики арт-терапии имеет комплексный характер, но, как показывает наш опыт проведения психологической мастерской «Я и моя кукла», оказывается особенно действенными при работе с ситуациями и последствиями идентификационных кризисов разного рода, в ситуации повышенной тревожности и низкой самооценки, и в любом случае направлена на удовлетворение потребностей личности в самопознании и самореализации.

Кукла как терапевтическое средство

Психологическая мастерская «Я и моя кукла» [12] – социокультурный проект, который осуществляется на базе библиотеки № 221 СЗАО г. Москвы. Психологическая мастерская «Я и моя кукла» основана на принципах и методах гештальт-подхода. Она сочетает в себе элементы арт-терапии, групповой терапии, традиционных женских практик. В процессе мастерской участники изготавливают народную куклу, творчески переосмысливая традицию. При сохранении основных параметров куклы-мотанки (тряпичная кукла, изготавливаемая без иголки) допускаются все возможные варианты творческой интерпретации образа (размер куклы, цвет волос, наряд, украшения, атрибуты). Важным результатом мастерской становится самостоятельно выполненный арт-объект в технике хэнд-мейд. Мастерская проводится в рамках различных образовательных программ, программ личностного роста, тренингов в организациях (например, тимбилдинг), а также в рамках программ медицинской реабилитации.

Кукла имеет универсальное значение на протяжении всей истории культуры человечества, на-

чиная с первобытных прообразов, это своеобразное «проявление силовых линий культуры» [11, с. 23]. Трёхмерное изображение человека или животного, предназначенное для творческих манипуляций с ними (игры или религиозно-мистических ритуалов), – кукла – в истории культуры имела и до сих пор имеет разные функции [13]. В отличие от скульптуры (требующей созерцания, постижения авторского замысла, а также дистанции между воспринимающим и автором), кукла предполагает манипуляции – «смыслопорождающую игру» [9, с. 378]. Именно это свойство превращает куклу в мощное терапевтическое средство, возможности которого оказываются поистине неисчерпаемыми.

Известно, что куклотерапия задействует следующие механизмы преобразования психической энергии: проекцию, замещение, сублимацию, идентификацию [2, с. 14]. По нашим наблюдениям, созданная кукла всегда выступает как вариант идентичности самого человека, так как бессознательным образом человек визуализирует вариант субличности, актуальный в данный момент. В процессе изготовления куклы человек неизбежно попадает в ситуацию позитивного принятия себя, т.е. оказывается в ситуации позитивной идентификации [2]. В нашем случае это общее для куклотерапии свойство проявляется чрезвычайно ярко, так как в процессе психологической мастерской изготавливается тряпичная кукла-мотанка – аутентичная народная кукла, простая и изящная технология изготовления которой была на протяжении длительного времени отработана в традиционной славянской культуре и практически не содержит риска возможного неудачного воплощения образа. Можно сказать, что участники буквально «обречены» на создание эстетичной куклы – своего метафорического образа. Демократический характер народной культуры позволяет здесь каждому участнику, преодолев возможную неуверенность, создать свой арт-объект за обозримый промежуток времени (3-4 часа).

Как и все арт-терапевтические практики куклотерапия предполагает диссоциирование с проблемой (возможность и способность посмотреть со стороны на созданный объект как на себя и даже откорректировать его (а значит, себя)) [2; 6]. Кукла (в силу своего антропоморфного характера) по сравнению с другими продуктами творчества обладает свойствами своеобразной и наиболее точной метафоры человека; изменяя образ куклы, человек оказывается способен изменить

и себя. Причём сделать это в безопасной, условно игровой форме [6].

По нашим наблюдениям, работа с куклой возвращает человека к его телесным переживаниям, установлению потерянной связи со своим телом, и создается возможность в работе самоидентификации опереться на свои физические ощущения, а не только на образ себя. Изготовление куклы, как все практики, выводящие человека за рамки повседневности, заряжают энергией. Кроме того, кукла в нашей мастерской становится особым средством общения в группе: вступать в контакт от имени куклы оказывается не только интересно, но полезно.

Технология психологической мастерской в контексте гештальт-подхода

Технология психологической мастерской «Я и моя кукла» была разработана нами в русле гештальт-терапии – направления психотерапии, возникшего в 50-х гг. XX в. благодаря работе германо-американского психолога Фредерика Соломона Пёрлза (1893-1970). В отличие от других направлений психотерапии (психоанализа, юнгианского анализа, транзактного анализа, роджерсианской психологии и других) гештальт предполагает равное творческое участие и взаимную ответственность клиента и терапевта в процессе работы, что обуславливает широкое использование творческих методов в гештальт-терапии. Текущий, переменчивый характер травмирующих и оздоравливающих жизненных ситуаций выступает как важный исходный постулат теории и практики гештальта [10, с. 7]. Используя такие категории, как «фигура», «фон», «поле», «контакт», «цикл контакта», гештальт-терапевты способствуют осознанию и своего рода «обживанию» клиентом изменяющейся ситуации, не претендуя на генерализации относительно всей его жизни (что характерно для классических школ психотерапии).

В процессе проведения мастерской (занимает 3-4 часа, количество участников от 3 до 15 человек) общение между ведущим и участником проходит в диалоговом режиме. В начале мастерской ведущий просит рассказать участников об их ожиданиях, подумать об актуальной, волнующей их, проблеме, а также поделиться своим состоянием и физическими ощущениями. Ведущий может прокомментировать то, что говорят участники, с целью уточнения и фокусировки актуальной проблемы, а также поддержать участника в его переживании, особенно если оно острое. Своим комментарием в самом на-

чале мастерской ведущий подчеркивает, что он слышит каждого участника, что каждый участник важен для работы группы. В начале мастерской производится интервенция, которая будет развиваться в течение всего мероприятия: настройка внимания к своим физическим ощущениям, своим чувствам, своим реакциям, изменению состояния. Всё это, как правило, не характерно для повседневности людей, живущих в бешеном ритме современного города. Современная культура отнюдь не способствует формированию привычки «замечать себя», уважительного отношения к своим чувствам и сигналам своего тела. Таким образом, в начале мастерской её участник имеет возможность не только «замечать себя» с помощью слов ведущего (а быть замеченным Другим – одна из основных потребностей человека), но также развивать способность «замечать себя» в напряжённом ритме своей жизни.

Когда ведущий даёт инструкцию по изготовлению куклы, он просит участников обратить внимание на свои чувства во время изготовления куклы, постараться выделить то, что было для них трудно и что было особенно интересно. Во время изготовления куклы ведущий может комментировать происходящее, отвечать на вопросы, побуждая рассматривать процесс изготовления куклы и сам арт-объект как своеобразную метафору деятельности участника и метафору его личности, при этом воздерживаясь от высказывания собственных соображений о творчестве конкретных участников, даже если встречается прямой вопрос (например: «Какие у моей куклы длинные руки! А что это значит?»). Здесь важно стимулировать процесс творческой интерпретации происходящего каждым участником. По завершении изготовления куклы ведущий просит рассказать о своей кукле, возможно, дать ей имя, придумать историю. Возможны игры и упражнения по взаимодействию кукол участников («де-филе», «знакомство», «документальный театр», «расскажи мне обо мне» и др.).

Когда участники рассказывают про свою уже сделанную куклу, ведущий исходит из того, что кукла – это своеобразная проекция личности участника и отмечает в рассказе участника и его кукле какие-то характерные качества и черты, которые могут присутствовать в самом участнике. Ведущий подчеркивает при этом, что участник обладает свободой: присвоить (согласиться), отвергнуть замеченные ведущим качества или предложить свои трактовки. Ведущему здесь очень важно сохранить безоценочность суждений. Если же дан-

ная группа ещё не занималась психологической работой и (или) уровень доверия в ней невысокий, то допустимы позитивные коннотации высказываний ведущего. (Например: «Ваша кукла скромно одета, похоже, она ценит простоту и искренность».) Согласно практике гештальт-терапии, в результате такого личного обнаружения и присвоения качеств изготовленной куклы высвобождаются дополнительные психические ресурсы, которые ранее расходовались на игнорирование и «задвижение» неудобных частей личности. Успех работы по преодолению проблем самоидентификации в нашей мастерской связан, скорее всего, в первую очередь, с возможностью в практике куклотерапии *овеществления субличностей человека*. Понятие субличности выступает здесь как синоним идентификационной модели.

В конце мастерской ведущий спрашивает, какие открытия совершил для себя участники, что произвело на них впечатление, а также беседует об их физическом состоянии. Мастерская способствует чувству замедления течения времени у участников, что можно рассматривать в качестве самостоятельного терапевтического эффекта. Внутренний мир участников в процессе мастерской опредмечивается, что добавляет ясности и опоры в переживаниях. После мастерской рекомендуется поспать, чтобы дать бессознательному провести свою важную работу по переструктурированию сознания (часть неосознанного во время мастерской становится достоянием сознания). Обычно для осмысления и интеграции нового опыта требуется от недели до двух.

Несмотря на то, что куклотерапия и в мире, и в России развивается довольно интенсивно, нам удалось обнаружить лишь один вариант куклотерапии, близкий нашей психологической мастерской. Речь идёт об опыте, изложенном в книге Т.Ю. Колотимы и Г.В. Тимошенко «Марионетки в психотерапии» [6, с. 7]. В книге представлен и проанализирован опыт работы с психиатрическими клиентами на основе создания куклы-марионетки. Авторы придерживаются подхода трансперсональной психологии. Книга здесь была уже не раз процитирована, неожиданная для нас похожесть технологий, также как и различия, заставляют нас остановиться на этом тексте отдельно.

Марионетки, в отличие от куклы-мотанки (которая по канонам народной традиции выполняется без иголки), требуют довольно жёстких приёмов изготовления: протыкания пластмассовой головы марионетки, сделанной из основы кин-

дер-сюрприза, для прикрепления ниточек. Авторы книги признаются, что многие клиенты просто не в состоянии этого сделать сами, так как кукла на этом этапе уже воспринимается как «живая», и они вынуждены прибегать к помощи терапевта. Такую «нейрохирургическую операцию» (выражение авторов!) вряд ли можно признать терапевтической.

Ведущие в куклотерапии марионеток предпочитают забирать сделанных кукол после сеанса куклотерапии себе, отмечая, что готовность клиента отдать сделанную марионетку терапевту можно считать критерием хорошей терапии и завершённого растождествления. В нашей мастерской куклы остаются у участников, и зачастую работа над ними (анализ, совершенствование, обсуждение с близкими, гордая демонстрация и т.п.) продолжается и вне рамок мастерской, что совершенно естественно и полностью соответствует известному тезису о том, что настоящая терапевтическая работа имеет пролонгированный характер. Без самой куклы продолжать её было бы сложно. Наш опыт показывает, что индивидуальная работа с куклой (самоосознание) может длиться в некоторых случаях до двух недель.

Авторами куклотерапии с помощью марионеток предложены формальные критерии анализа сделанных кукол – по размеру, цвету, другим особенностям. Наш опыт показывает, что любые формальные критерии здесь носят условный характер, и все детали должны интерпретироваться самим участником, которому принадлежит роль эксперта. А ведущий выполняет роль консультанта-модератора. Все отмеченные выше различия нашей психологической мастерской «Я и моя кукла» и методики «Марионетки в психиатрии», на наш взгляд, объясняется спецификой гештальт-метода, которого мы придерживаемся: избегание суггестивных методов воздействия и подчёркнуто партнерский характер отношений клиента и терапевта [19].

Необходимо отметить, что авторы книги «Марионетки в психиатрии» резюмируют результаты своей методики, которые оказываются значимыми и для нас. Они замечают, что человек в общении с произведением искусства, с куклой в особенности, «тренирует свою множественность» [6, с. 42], т.е. способность быть разным в разных ситуациях, способность к множественной идентичности, которая, как мы писали выше, является вызовом современного общества. (Следует отличать понятия «множественная личность» (психиатрическая патология) и «множественность личности» (психологическая ценность).)

Авторы показывают важность не только механизма идентификации и отождествления, но также разотождествления с куклой (что действительно особенно важно делать при материализации «тени»). Репрезентируют удивительный опыт компенсации довольно тяжёлых расстройств и одновременно называют ограничения применения куклотерапии: метафизическая интоксикация клиента, тяжёлые расстройства в стадии обострения, любая медикаментозная терапия.

Нельзя не согласиться с авторами, когда они говорят о «пугающей эффективности» психотерапевтической работы по изготовлению куклы, дают понять о том, что здесь ещё много таинственных загадок, требующих не только внимательного изучения, но и профессиональной осмотрительности.

Технология психологической мастерской в контексте учения об архетипах и традиций народной культуры

Любой продукт творчества человека несёт отпечаток личности человека. И таким же универсальным принципом бытия культуры можно считать и то, что через культурные артефакты человек постигает себя самого [4]. Кукла в нашей психологической мастерской оказывается тоже отпечатком человека, его метафорическим образом, который может фиксировать как внешние, так и внутренние черты своего автора. В любом творческом процессе происходит таинственный процесс овеществления бессознательного. В нашем случае с куклой – антропоморфным изображением – речь идёт о материализации юнговского архетипа, проявленного в индивидуальном бессознательном. Архетип, по одному из определений Юнга – динамический образ коллективного бессознательного, фрагмент объективной психики, который переживается как живой, реально существующий [21, с. 129]. Матрица юнговских архетипов (персона, тень, ребенок, анима, анимус, мать, ребёнок, мудрый старец, животное) разумеется, не исчерпывает всё их многообразие. Ведь даже такие культурные универсалии, или архетипы, как «божественное» и «бесовское» выступают в культуре в конечном итоге (и вне зависимости от того, трактуем мы их онтологически или психологически) как порождение раздвоенного человеческого сознания или же как закономерное следствие попыток человека разобраться со своей судьбой и совестью [7].

Согласно Юнгу, образы-архетипы с рождения присутствуют в психике человека и могут быть активированы любой ситуацией, соответствующей данному архетипу. Наша ситуация психологической мастерской – групповая работа в малознакомом коллективе – способствует тому, что чаще всего активизируется «персона». По определению Юнга, это идеальный образ, в который человек «стремится себя отлить», «произвольный сегмент психического» [21, с. 182], или то, как человек хочет выглядеть в глазах других. «Персона» формирует психосоциальную идентичность человека и совпадает с социальной ролью. «Персона» по своей сути множественна (представляет собой набор субличностей), и в мастерской материализуется «персона», актуальная в данный момент, или определённая субличность, которая определяется данной ситуацией. В развитии «персоны» могут присутствовать две крайности. Первая: чрезмерная идентификация человека с персоной (отождествление себя с социальной ролью, преувеличивается важность социального признания). Вторая: игнорирование требований социума, которое может выступать как «негативная идентификация» (демонстрация негативных черт без оглядки на требования социума) или уход во внутренний мир – своеобразный отказ от «персоны» (о таких людях часто говорят, что у них отсутствует кожа) [15]. Эти крайности зачастую просматриваются и в кукле.

В практике нашей психологической мастерской чрезмерную идентификацию с «персоной» можно предположительно обнаружить в особом внимании к платью для куклы: такие участники заявляли, что будут создавать платье «высокой моды», наряд отличался необычными деталями, эти участники тратили на его изготовление большую часть отведённого времени. Одна участница довольно вычурное платье закрепила сзади клейкой бумажкой с ценником (она сняла её с лоскута). Когда ведущий обратил внимание на странный характер такого решения, то участница ничуть не смутилась: «Мне просто хотелось закрепить платье... но ведь действительно у каждого из нас есть своя цена!». Другая участница сделала платье прозрачным, что предположительно можно трактовать как неразвитость «персоны» (человек «без кожи») и возможно недостаток социальной адаптации. Приведённые выводы подтверждаются опытом общения с участниками за пределами мастерской. Но окончательный вывод о том, что значит каждая деталь в образе куклы, остаётся

всегда за её автором, задача ведущего – показать диапазон и метафорическую логику возможных интерпретаций.

Практика психологической мастерской показала, что и в кукле-персоне бессознательно проступает «тень», – архетип, инстинктивные силы жизненной энергии, вступающие в противоречие с правилами и моральными устоями общества. Неожиданное их обнаружение и осмысление, а зачастую и обсуждение способствует общей задачей психического развития, постулируемого большинством направлений психологии: интеграции и обретению целостности. Кроме того, как мы уже выше замечали, такая безопасная легализация «неудобных» частей личности приводит к освобождению жизненной энергии. Так, на одной из мастерских появилась кукла с необычайно длинными руками. На вопрос ведущего, что означают такие руки, автор куклы не без некоторого вызова ответила: «Да! Моя кукла – с загребущими руками, и она не боится чёрной работы!».

Как известно, архетипы располагаются на разных уровнях культурно-исторических общностей, имеют свою иерархию: архетипы человечества, расы, культуры, рода, семьи. В ряде наших психологических мастерских была использована не только модель и технология изготовления куклы-мотанки, но были использованы сами *архетипы славянской народной культуры*, воплощённые в традициях кукол-оберегов и ритуальных тряпичных кукол. Уже более чем полтора века (со значительными перерывами в советское время) изучается феномен народной куклы в этнографических экспедициях, результатом чего стало появление в России двух коллекций народных кукол [5]. Народная кукла – синкретичный феномен, соединяющий в своем традиционном варианте разные функции, оказывается одним из самых удобных путей к личному и коллективному бессознательному и интеграции его в сознание. Удачным оказался опыт создания в психологической мастерской таких типов ритуальной народной куклы (выступающих одновременно как архетипы), как «Дестиручница», «Неразлучники», «Кубышка-травница», «Спиридон-Солнцеворот».

Народная культура по своему существу эзотерична, в ней личность предстаёт не в виде целостности, а скрыта в виде социальных ролей [20, с. 40], проживание которых в процессе изготовления куклы и последующих взаимодействий в процессе мастерской оказывается также продуктивным.

Основные практические и теоретические результаты

В течение полугода с октября 2014 г. по апрель 2015 г. было проведено двенадцать психологических мастерских с разными участниками (всего около 120 человек разного возраста, преимущественно женского пола), в результате которых большинство участников отметили следующие позитивные изменения: улучшение настроения, стабилизацию эмоционального состояния, желание повторить опыт создания куклы, осознание своих персональных психологических реакций, принятие себя, повышение самооценки.

Около половины участников продолжили работу с куклой дома, внося необходимые с точки зрения самосовершенствования коррективы. Что касается работы с идентификационными моделями, то, по наблюдению ведущих, реализованное желание повторить опыт создания куклы приводит к уточнению и стабилизации идентификационных моделей. Несколько участников приняли повторное участие в мастерской, последовательно создавая варианты своих субличностей. В среднем повторное изготовление кукол такими участниками происходило около трёх раз. Максимальное количество кукол, изготовленных одним участником за полгода по собственной инициативе, дошло до семи. Ситуация множественности идентичностей, характерная для современного человека, и современной женщины, в особенности, нашла отражение в этом случае.

Опыт проведения психологической мастерской «Я и моя кукла» ещё раз продемонстрировал широкие возможности арт-терапевтических методик в решении психологических проблем современного общества. Образ Другого, воплощённый в кукле, становится своеобразной идентификационной версией самого себя, которая позволяет исследовать, принять и затем вновь интегрировать обнаруженную таким образом субличность в актуальную структуру личности человека, тем самым прояснить для него самого сложные процессы идентификации и в значительной мере снять психологическое напряжение, неизбежно сопутствующее поискам социально-культурной идентичности в современном мире. Одновременно материализация архетипа, осуществляемая в процессе нашей психологической мастерской, способствует переводу бессознательного в сознание и в конечном итоге направлена на обретение человеком целостности и гармонии с собой и миром.

Список литературы:

1. Бауман З. Индивидуализированное общество. М.: Логос, 2005. 390 с.
2. Гребенщикова Г.Г. Основы куклотерапии. Галерея кукол. СПб.: Речь, 2007. 86 с.
3. Гуревич П.С. Расколотость человеческого бытия. М.: ИФ РАН, 2009. 199 с.
4. Гуревич П.С. Постижение человека через артефакты культуры // Философия и культура. 2014. № 6. (DOI: 10.7256/1999-2793.2014.6.12263).
5. Дайн Г.Л., Дайн М.Б. Русская тряпичная кукла. Культура, традиция, технология. М.: Традиции и культура, 2007. 121 с.
6. Колотима Т.Ю., Тимошенко Г.В. Марионетки в психотерапии. М.: Изд-во Института психотерапии, 2001. 192 с.
7. Консон Г.Р. Божественное и бесовское в психологии личности с раздвоенным сознанием (по материалам избранных литературных произведений) // Филология: научные исследования. 2014. № 1. С. 22-31.
8. Крылов А.Н. Эволюция идентичностей: кризис индустриального общества и новое самосознание индивида. М.: Изд-во НИБ, 2010. 272 с.
9. Лотман Ю.М. Куклы в системе культуры // Лотман Ю.М. Избранные статьи. В 3-х тт. Т. I. Таллин, 1992. С. 377-380.
10. Манн Д. 100 вопросов про гештальт. Часть 1. М.: Московский гештальт институт, 2013. 96 с.
11. Морозов И.А. Феномен куклы в традиционной и современной культуре (Кросс-культурное исследование идеологии антропоморфизма). М.: Индрик, 2011. 352 с.
12. Психологическая мастерская «Я и моя кукла». (URL: <https://vk.com/club81645024> (Дата обращения: 20.07.2015)).
13. Пушкарева Т.В. «Тайна куклы» в истории культуры // Музыка в информационном пространстве культуры третьего тысячелетия: проблемы, мнения, перспективы. Сборник научных трудов. Вып. X. М.: РГСУ, 2015. С. 80-88.
14. Спирова Э.М. Пластическая операция и образ тела // Психология и психотехника. 2010. № 1. С. 79-89.
15. Стайн М. Юнговская карта души. Введение в аналитическую психологию. М.: Когито-Центр, 2010. 256 с.
16. Трубников Н.Н. Время человеческого бытия. М.: Наука, 1987. 255 с.
17. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Нобель-Пресс, 2015. 427 с.
18. Фромм Э. Бегство от свободы. М.: АСТ, 2011. 288 с.
19. Хломов Д.Н. Русский гештальт // Гештальт 92. М.: Московский гештальт институт, 1992. С. 2-6.
20. Чеснов Я.В. Философская антропология народной культуры. М.: «Канон+» РООИ «Реабилитация», 2014. 496 с.
21. Юнг К. Очерки по психологии коллективного бессознательного. М.: Когито-Центр, 2010. 352 с.

References (transliteration):

1. Bauman Z. Individualizirovannoe obshchestvo. M.: Logos, 2005. 390 s.
2. Grebenshchikova G.G. Osnovy kukloterapii. Galereya kukol. SPb.: Rech', 2007. 86 s.
3. Gurevich P.S. Raskolotost' chelovecheskogo bytiya. M.: IF RAN, 2009. 199 s.
4. Gurevich P.S. Postizhenie cheloveka cherez artefakty kul'tury // Filosofiya i kul'tura. 2014. № 6. (DOI: 10.7256/1999-2793.2014.6.12263).
5. Dain G.L., Dain M.B. Russkaya tryapichnaya kukla. Kul'tura, traditsiya, tekhnologiya. M.: Traditsii i kul'tura, 2007. 121 s.
6. Kolotima T.Yu., Timoshenko G.V. Marionetki v psikhoterapii. M.: Izd-vo Instituta psikhoterapii, 2001. 192 s.
7. Konson G.R. Bozhestvennoe i besovskoe v psikhologii lichnosti s razdvoennym soznaniem (po materialam izbrannykh literaturnykh proizvedenii) // Filologiya: nauchnye issledovaniya. 2014. № 1. S. 22-31.
8. Krylov A.N. Evolyutsiya identichnostei: krizis industrial'nogo obshchestva i novoe samosoznanie individa. M.: Izd-vo NIB, 2010. 272 s.
9. Lotman Yu.M. Kukly v sisteme kul'tury // Lotman Yu.M. Izbrannye stat'i. V 3-kh tt. T. I. Tallin, 1992. S. 377-380.
10. Mann D. 100 voprosov pro geshtal't. Chast' 1. M.: Moskovskii geshtal't institut, 2013. 96 s.
11. Morozov I.A. Fenomen kukly v traditsionnoi i sovremennoi kul'ture (Kross-kul'turnoe issledovanie ideologii antropomorfizma). M.: Indrik, 2011. 352 s.
12. Psikhologicheskaya masterskaya «Ya i moya kukla». (URL: <https://vk.com/club81645024> (Data obrashcheniya: 20.07.2015)).
13. Pushkareva T.V. «Taina kukly» v istorii kul'tury // Muzyka v informatsionnom prostranstve kul'tury tret'ego tysyacheletiya: problemy, mneniya, perspektivy. Sbornik nauchnykh trudov. Vyp. X. M.: RGSU, 2015. S. 80-88.
14. Spirova E.M. Plasticheskaya operatsiya i obraz tela // Psikhologiya i psikhotehnika. 2010. № 1. S. 79-89.
15. Stain M. Yungovskaya karta dushi. Vvedenie v analiticheskuyu psikhologiyu. M.: Kogito-Tsentr, 2010. 256 s.
16. Trubnikov N.N. Vremya chelovecheskogo bytiya. M.: Nauka, 1987. 255 s.
17. Frankl V. Chelovek v poiskakh smysla. M.: Nobel'-Press, 2015. 427 s.
18. Fromm E. Begstvo ot svobody. M.: AST, 2011. 288 s.
19. Khlomov D.N. Russkii geshtal't // Geshtal't 92. M.: Moskovskii geshtal't institut, 1992. S. 2-6.
20. Chesnov Ya.V. Filosofskaya antropologiya narodnoi kul'tury. M.: «Kanon+» ROOI «Reabilitatsiya», 2014. 496 s.
21. Yung K. Ocherki po psikhologii kollektivnogo bessoznatel'nogo. M.: Kogito-Tsentr, 2010. 352 s.