

ŠIAULIŲ UNIVERSITETAS TĘSTINIŲ STUDIJŲ INSTITUTAS
CONTINUING STUDIES INSTITUTE SIAULIAI UNIVERSITY

LIETUVOS MENO TERAPIJOS ASOCIACIJA
LITHUANIAN ARTS THERAPY ASSOCIATION

MENO TERAPIJA: REALIJOS IR PERSPEKTYVOS

Tarptautinės mokslinės konferencijos medžiaga

Proceedings of the International Scientific Conference

ARTS THERAPY: REALITIES AND PROSPECTS



VŠĮ Šiaulių universiteto leidykla
2013

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕКСТИЛЯ И ШЕРСТИ В АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ В УКРАИНЕ

Елена Вознесенская

Институт социальной и политической психологии НАПН Украины

Аннотация. Исследовано символическое значение мотивов ткачества и прядения. Определены возможности использования тканей и шерсти в арт-терапевтической практике. Обозначены диагностические критерии и терапевтические возможности такой работы.

Ключевые слова: арт-терапия, работа с шерстью, ткани.

Арт-терапия на современном этапе своего развития находится в стадии непрерывного поиска новых методик и техник работы. Сегодня в рамках постмодернистского подхода использование народного творчества, как одного из наиболее древних и действенных методов самопомощи личности, является очень актуальным, особенно для украинцев, для которых характерна опора на символы и архетипы древнеславянской культуры, на традиции, передаваемые из поколения в поколение. Использование в арт-терапии различных форм народного творчества можно рассматривать как одну из отличительных особенностей развития арт-терапии в Украине.

Повсеместное и интенсивное развитие рукоделия в Украине можно объяснить не только технократическим характером развития общества, новыми технологиями информационной эпохи, преобладающим урбанистическим пейзажем, но и потребностью людей сохранить контакт между поколениями, родовые связи, обращение современного клиента – клиента постмодернистской эпохи – к своему прошлому, прошлому своего народа. Украина всегда славилась своими народными промыслами – вышитой одеждой, глиняной посудой, расписанными к Пасхальным праздникам яйцами. Сегодня люди снова открывают для себя красоту работы с текстильным материалом, которому можно придать разную форму, объем, украсить вышивкой, аппликацией, бисером. Именно поэтому арт-терапевты, работающие сегодня в Украине, не могут обойти своим вниманием использование тканей и шерсти в своей работе.

Целью статьи является анализ возможностей использования тканей и шерсти в арт-терапевтической работе, особенностей и диагностических возможностей этих материалов, исследование перспектив применения.

История ткачества и валяния (фелтинга, фильцевания) насчитывает тысячелетия. Валяние – самая древняя на земле техника изготовления шерстяных изделий. Такой универсальный материал, как шерсть, использовался многими народами с древних времен: от кочевников Азии и Монголии к воинам Китая и Рима. Валяние как техника создания тканей возникло, когда были одомашнены овцы и козы. Некогда войлок был единственным видом текстиля для многих народов, особенно кочевых: им покрывали юрты, делали из него ковры, матрасы и подушки, головные уборы и многое другое.

Рассмотрим, как архетипический *мотив «прядения»* или *«ткачества»* реализуется в мифопоэтических традициях разных народов. Образ пряжи, пряжи и прядения имеет богатую символическую нагрузку. Процесс ткачества или вязания иллюстрирует «женский» вариант мифа о сотворении мира: сплетение созданных руками женщин нитей в некое целое как символ создания нового. Во многих сказочных и мифологических мотивах встречается образ божественной девы-пряжи или ткачихи. Близость образов связана с близостью двух процессов – прядения и ткачества и двух результатов – пряжи-нити и ткани. И Мойры, и славянская богиня Мокошь, и Среча, и германские норны, и римские парки, и хеттские богини подземного мира – пряжи.

Относящееся к реальности жизни понятие «пряжа» мифологическое сознание связывало с метафорическим «прядением нити судьбы». В древнерусском пантеоне роль пряжи играла Мокошь (Мокуша) или Кикимора (Мокошь в переводе – «мокрая» или «прядущая»). Этот образ соотносился с образом матери-сырой-земли – земли в единстве с водой. Она распоряжалась влагой, плодородием, домашним хозяйством, являлась покровительницей женских работ. Но

в первую очередь Мокошь – божество-пряха, от нее зависели *судьбы обитателей дома* (Рыбаков, 1981). Здесь мы улавливаем связь ткачества и «мокрого» валяния.

В мифологии индейцев племени навахо есть Na'ashje'ii Asdzaa, Женщина-Паучиха, которая передала им дар прядения. Мать Жизни-Смерти-Жизни учит Женщин чувствовать, что должно умереть и что должно жить, что нужно извлечь из ткани и что в нее воткать (Эстес, 2001).

Встречается *мотив прядения* и в *волшебных сказках* – источнике ресурсов коллективного бессознательного: вспомним путеводный клубочек бабушки-задворенки и нить Ариадны, которая помогла Тесею найти выход из лабиринта Минотавра, Василису Премудрую, за одну ночь выткавшую ковер, на который «уложились вся красота поднебесная», Пенелопу, которая в течение трех лет ожидания Одиссея распускала натканное ею за день полотно, постоянно возвращая тем самым время к исходной точке, Бабу Ягу, которая сидит в избушке на курьей лапке, на веретеной пятке «за пряслицей, прядет шелкову кудельку на золотое веретенце...» и указывает герою или героине путь к цели (*Народные русские сказки*, 1984, 1985). В сказке «Лягушка-Царевна» царь наказывает невесткам соткать «за единую ночь по ковру» (там же). Если обратиться к глубинной символике ковра и ткачества, царь желает оценить способность невесток переводить информацию в Знания (Черненко, 2006). А в сказке «Три перышка» король отправляет сыновей искать самый красивый ковер, чтобы унаследовать трон (Франц, 1998).

Ткачество можно рассматривать как *ритуальное действие*: ритуалы и обряды давали человеку возможность выразить то, что не проявлялось в обыденной жизни; соединиться с силами природы, соприкоснуться с архетипическими частями своей сущности, глубоко запрятанными в бессознательное, но требующими выражения. Есть свидетельства, что прядение и ткачество были религиозными практиками, которые использовались для постижения циклов жизни и смерти и потустороннего мира (Эстес, 2001).

В древнерусских селениях девочку в семь лет бабушка посвящала в пряжи: теперь она непосредственно *участвовала в создании собственной судьбы*. Прядение нити – синонима жизни, судьбы, мысли, времени – являлось в славянской традиции актом священным, аналогичным творению жизни. «Женщины-пряжи, выполняя божественную функцию, сами становились богинями, творящими мир» (Рейли, 2002, с. 100). Начало тканья соотносилось с рождением

человека, окончание – со смертью (Чепурнова, 2006).

Как известно, продуктом прядения является *нить*. В мифопоэтических традициях разных народов пряжа *символизировала жизнь*, ее пространственно-временной континуум. Слово «сутки» означает «то, что соткано». Ткачиха не только создает форму, т. е. *пространство*, но и *увязывает* его *со временем* (Рыбаков, 1981). Мотив обработки растительного материала содержит мифологему умирания и воскрешения: бросание семени в землю (символическое умирание), прорастание (воскрешение), его вытягивание, расчленение, вымачивание и т. д. (повторное умирание), производство материи и одежды (воскрешение в измененном виде). Когда пряжа делается из животного материала, реализуются мотивы плодородия. Пряжа, нить, веревка, паутина может функционировать и как смертельное, и как оберегающее, защищающее, укрывающее средство. Энергия архетипа Ткачихи обладает амбивалентной разрушающей и созидательной способностью.

Нить символизирует синтез, соединение, взаимосвязь еще и таких категорий как причина, следствие, социальные отношения и т. д. Образы нити, прядения выражают одну из знаковых доминант женской субкультуры: пуповина, преемственность, очередность, ряд, судьба. Отсюда и образ нити как связи неба с землей, мужского с женским, а иногда и с нижним миром.

Теперь рассмотрим *символическое значение полотна, ткани*. В мифологии тканое полотно или узорчатый ковер используются для обозначения комплексных символических паттернов и таинственных предначертаний судьбы. Миф ферекидов о творении говорит о земле как об огромном льняном холсте с вытканными на нем узорами, расстеленном вокруг мирового дуба. Языком *орнамента* наши предки передавали свое представление об устройстве мира. Ковер – не только символ матери-земли, но и внутренняя основа жизни в целом (Франц, 1998).

Если рассмотреть психологическое значение этой символики, то ковер – это некий жизненный сценарий, как правило, неосознанный. Погружение в глубины бессознательного позволяет человеку получить информацию о собственном предназначении, избежать ошибок, следовать судьбе. И именно ковер символически дает ощущение собственной значимости, уникальности, исключительности. В сказках ковер, который ищут братья или прядет ночью Василиса, символизирует мудрость бессознательного и тайный промысел судьбы. Сплетения узоров

ковра, рожденного фантазией бессознательного, превосходят все, что сознание человека может предположить. Это – таинственное и неизвестное нечто, присутствующее в нашей психике и впечатляющее своей гениальностью (Хлюпин, 2009). Но осознать свое предназначение, свою судьбу, оценить целостность и тонкость узора, возможно лишь увидев свой ковер со стороны, с некоторой, обеспечивающей объективность дистанции, из метапозиции творца и зрителя одновременно.

Всилумалогораспространенияиспользования тканей и шерсти в терапевтической работе, рассмотрим возможные *техники* их применения.

При использовании символического смыслового поля «ткачества» речь идет о работе с их современными моделями – готовыми тканями, лентами, пряжей, нитками, тесьмой и т. д. при сохранении сути процесса творения, создания. Сохраняется также символизм нити как судьбы, заложенный древними мифами, преданиями и сказками.

В работе с тканями, наиболее используемой техникой в русле постмодернистского подхода является коллаж – прикрепление (приклеивание) к какой-либо основе разнообразных материалов, отличающихся от нее по цвету и фактуре. Предполагается выбор различных текстильных материалов для общей творческой активизации клиентов и развития сенсомоторных навыков: лоскуты ткани различного размера разных цветов (в том числе, однотонные и с рисунком в горошек, полоску, цветочек и т. д.), качества (лен, хлопок, бархат, трикотаж) и фактуры (толщины, пластичности, прозрачности, блеска или матовости), кусочки меха. Важно не количество лоскутов ткани, а их вариативность. Выбор цвета и фактуры становится диагностичным для терапевта и терапевтичным для клиента. Нити в клубочках также различаются по цвету, толщине, качеству, плотности, эластичности и т.д. В качестве примера использования техники коллажа можем привести авторскую методику «Ковер судьбы», где клиенту предлагается после направленной визуализации создать коллаж на тему «ковер своей судьбы» из лоскутов ткани и различных нитей.

Нельзя не упомянуть также об использовании тканей в куклотерапии, что может стать темой отдельного исследования. И невозможно обойти вниманием шитье как технику работы с тканями, которое не используется арт-терапевтами в полной мере, а ведь вышивка, шитье, вязание – занятия, близкие менталитету славян – гармонизируют и успокаивают. В качестве примера можем привести

методику «Мантия состоятельности» нашей коллеги, где длительная работа, основанная на шитье, предполагает создание мантии (Самышкина, 2009).

Валяние как процесс изготовления шерстяных изделий основан на особенностях строения волосков шерсти, имеющих чешуйчатую поверхность, и чешуйки, располагаясь в один слой, налегают друг на друга напоподобие черепицы. Когда в процессе валяния шерстяные волокна хаотично переплетаются друг с другом, чешуйки начинают играть роль «замочков», не позволяя им высвободиться (Андреева, 2010).

Различают два способа валяния шерсти: с помощью игл (сухое валяние), с помощью мыла и воды (мокрое валяние). Сухое валяние – это уплотнение шерсти специальными иглами с насечками, и этот способ напоминает лепку и позволяет получать объемные изделия. При мокром валянии – шерсть обильно пропитывают мыльным раствором, уминают и тщательно трут руками, получая полотно – войлок (Шинковская, 2009).

Рассмотрим теперь *диагностические и терапевтические возможности* использования тканей и шерсти в арт-терапевтической работе.

Цвет – один из диагностических критериев в работе с этими материалами. В работе с шерстью есть техника «акварели», когда плоские изображения создаются из нечесаной шерсти: отдельные волоски различных цветов, соединяясь, накладываясь друг на друга, образуют новую цветовую гамму.

Выбор *фактуры* полотна клиентом также способствует пониманию его переживаний: оценивается плотность ткани, ее текстура, толщина. Выбор ткани может определять творческий продукт клиента. В этой работе возможно использовать феноменологический подход, исследовать вместе с клиентом с помощью свободных ассоциаций его восприятие выбранной ткани.

При использовании шерсти важен выбор клиентом *техники*: если мокрое валяние ассоциируется больше с женским началом, то в сухом использовании иглы – очевидного фаллического символа – свидетельствует о его связи с мужским. Кроме того, клиент может варьировать *плотность* валяния (изделие может быть гибким, мягким, напоминающим легкую вуаль или плотным с точными, резко очерченными краями).

В методике «Мантия состоятельности» диагностическим является не только цвет и фактура выбранных тканей, а также покроя и богатство отделки. Важным оказывается *фасон*, длина мантии, детали – то, насколько она свидетельствует о состоятельности человека.

Терапевтические эффекты использования тканей и шерсти в арт-терапии с разными категориями клиентов разнообразны. Как и в любом виде арт-терапии одним из терапевтических факторов в этой работе будет собственно творчество в первичном смысле – возможность создавать, творить – сам процесс и результат – как субъективно новый для клиента творческий продукт. Изделия из шерсти и тканей выглядят оригинально, приемы работы просты и предоставляют безграничные возможности для творческого самовыражения.

Возрастных ограничений для этих видов работ практически нет. Валяние можно использовать при работе с детьми уже 3,5–4 лет (исходя из техники безопасности, лучше – мокрое валяние), также как и шитье. В созданном при Киевской городской клинической психоневрологической больнице №1 имени академика Павлова театре пациенты не только дают спектакли для широкой публики, но и сами делают декорации и шьют себе костюмы. Шитье в этом учреждении используется и как терапия занятостью, и даже в театре мод на этапе реабилитации пациентов.

Для арт-терапии важно, что в процессе валяния происходит непосредственный контакт человека и материала – с шерстью, которая нейтрализует позитивные ионы. Позитивная ионизация отрицательно влияет на организм человека, вызывая усталость, боли, повышенную чувствительность. Шерсть меняет ионизацию на отрицательную, что естественно для человеческого организма. Также важным нам представляется массажный эффект, который дает как работа с шерстью при мокром валянии, так и при взаимодействии с тканями с разной фактурой. В работе с тканями и валянии задействована телесность человека, а именно – мелкая моторика рук, связанная со всем телом. Включение кисти руки позволяет клиенту лучше ощутить свое тело.

Взаимодействие с тканями, шерстью способствует погружению клиентов в свой внутренний мир, позволяет установить связь между сознанием и архетипами коллективного бессознательного. Благодаря этому такая работа оказывается всегда глубинной и позволяет работать с экзистенциальной проблематикой, решать вопросы жизни и смерти, телесности, предопределенности и выбора, смысла бытия, одиночества и контакта с самим собой. Будучи сродни медитативным занятиям, она показана также в кризисные периоды жизни человека, т. к. способствует одновременно расслаблению и концентрации, погружению в себя и пребыванию в «здесь и теперь».

Фильцевание – техника с огромным терапевтическим потенциалом: она развивает ощущение цвета, композиции и гармонии, содействует формированию абстрактного мышления, позволяет включить творческие ресурсы человека и раскрыть скрытые раньше таланты.

При мокром валянии, как уже говорилось, используется вода – исконно женская стихия, выражающая эмоциональную сферу жизни. Валяние мылом позволяет работать с вытесненными эмоциями, способствует расслаблению, растворению и таким образом способствует развитию способности к сосредоточению. Сухое валяние используется в арт-терапии для отреагирования негативных эмоций, регуляции агрессии. Этот вид валяния связан с целеполаганием, концентрацией. Этот метод способствует направлению мыслей на решение поставленной задачи или проблемы, на анализ и синтез. Валяние возможно использовать и с людьми упрямыми, ригидными для развития их спонтанности, и с несобранными, легковозбудимыми – с целью развития у них способности к сосредоточению.

Для арт-терапии важно, что валяние и шитье – процессы трудоемкие и длительные. Использование их в терапии или консультировании занимает не одну сессию, необходимо планирование. В начале любой работы предполагается продумывание формы изделия, деталей, возможно использование направленной визуализации. Приступая к изготовлению объемного изделия, рекомендуется делать эскизы, прорисовывая исходные формы. Если в работе будет использоваться мокрое валяние, можно сделать из бумаги выкройку будущего изделия в натуральную величину. Клиенту важно предоставлять как можно больший спектр материалов для работы, возможно использование материалов, специально приобретенных и принесенных клиентом.

Валяние можно использовать для накопления ресурсов, работы с агрессией и страхами. Кроме того, возможно использование шитья и валяния в семейном консультировании и терапии.

Заключение

В качестве заключительных положений статьи для нас важно выделить позитивные эффекты использования тканей и шерсти в психотерапевтической работе. Для начала отметим, что материал для рукоделия – нити, лоскуты тканей, шерстяные волокна – обеспечивает клиентам связь со своими «корнями» через символизм нити и через сам процесс как исконно женский обыденный труд. Благодаря этому происходит восстановление нарушенных про-

цессов преемственности поколений, связи с родом, гармонизация отношений в семье, с родителями. Во-вторых, работа с текстильными материалами включает тактильные ощущения, что актуализирует в психотерапевтическом процессе уровень тела и приводит к осознанию своих глубинных потребностей, вниманию к своим чувствам, телу, а также к соматическим эффектам. В-третьих, клиент получает возможность повлиять на свою судьбу, стать субъектом и творцом своей жизни, а не объектом «в руках» неких высших сил, благодаря чему развивается активная жизненная позиция, вера в свои силы, оптимизм. И, наконец, созданные из тканей и шерсти изделия, могут стать мощным ресурсом, отражая состояние человека в момент их создания или становясь целью – отражением того состояния, к которому клиент стремиться.

Литература

1. Андреева О. История появления войлока, его свойства и способы валяния. [Электронный ресурс.] Режим доступа: <<http://video.rukodelof.ru/publ/3-1-0-6>>.
2. *Народные русские сказки А. Н. Афанасьева*: В 3 тт. Издание подготовили Л. Г. Бараг и Н. В. Новиков: Т. 1. (1984). 511 с.; Т. 2. (1985). 465 с.; Т. 3. (1985). 495 с. Москва: Наука.
3. Рейли М. В. (2002). *Истоки жизни: русские обряды и традиции*. Санкт-Петербург: ИК «Невский проспект». 256 с.
4. Рыбаков Б. А. (1981). *Язычество древних славян*. Москва: Наука. 608 с.
5. Самишкіна О. (2009). Мантія заможності: досвід застосування шиття в арт-терапевтичній практиці. *Простір арт-терапії*: Зб. наук. ст. ДВНЗ «УМО» АПН України, ГО «Арт-терапевтична асоціація». Редкол.: Семиченко В. А., Чуприков А. П. та ін. Вип. 2 (8). Київ. С. 93–105.
6. *Словарь античности*. (1989, пер. с нем.). Москва: Прогресс. 704 с.
7. Франц М.-Л. (1998). *Психология сказки: Толкование волшебных сказок. Психологический смысл мотива искупления в волшебной сказке*. Санкт-Петербург: Б.С.К. 360 с.
8. Хлюпин В. Чудесное дитя протeya. Исследование архетипических паттернов по материалам «Сказки о Салтане» А. С. Пушкина. <http://www.jungland.ru/vladimir_hlyupin_chudesnoe_ditya_proteya_issledovanie_arhetipicheskikh_patternov_po_materialam_skazki_o_saltane_a_s_pushkina>.
9. Чепурнова А. (2006). *Живая нить*. Газета «Искусство», № 20/2006. Москва: Изд-й дом «Первое сентября»..
10. Черненко М. Ю. (2006). *Мифозрение*. Москва: Материк-Альфа. 199 с.
11. Шинковская К. А. (2009). *Художественный волок*. Москва: АСТ-ПРЕСС КНИГА. 80 с.: ил. (Мастер-класс на дому).
12. Эстес К. П. (2001). *Бегающая с волками*. Київ: София, ИД «Гелиос». 495 с.

USE OF TEXTILE AND WOOL IN ART THERAPY PRACTICE IN UKRAINE

Elena Voznesenskaya

Summary

Use of various forms of folk art, in particular, felting and sewing, is one of the distinctive features of art therapy development in Ukraine. The process of weaving or felting illustrates the “female” version of the myth of creation: interweaving threads in a certain whole symbolizes creation of a new one. Weaving can be perceived as a ritual act. Earlier such occupation was considered as a religious practice that had been used to promote comprehension of life and death cycles as well as other world. The thread is the product of spinning, which symbolizes life.

The techniques include working with textile, ribbons, yarn, thread, lace, unkempt wool, while maintaining the essence of the process of creation.

Textile is used for creating collages; it is also used in doll therapy, as well as for sewing. Felting as the process of fabrication of wool can be of two types – dry and wet.

The following are the diagnostic criteria of using textile and wool in art-therapeutic work: color, selection of textile which has a certain texture, density, thickness, certain cuts, felting technique etc. There are almost no age limits for using these techniques.

Direct contact between a person and material happens while working with textiles and felting. Corporeality is involved as wool neutralizes positive ions and promotes client’s diving into his/her inner world, enables to establish the relationship between consciousness and the archetypes of the collective unconscious, enables working with existential issues, in a crisis situation, contributes to formation of abstract thinking allows activation of creative resources of a person. Working with repressed emotions promotes the ability to concentrate, as well as the ability to direct thoughts on solving the task or the problem, the analysis and synthesis.