

Вознесенська О.Л. Ініціаційні техніки в арт-терапії / Вознесенська О.Л. ; Наукові записки Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України: В 4-х томах / За ред. академіка С.Д. Максименка. – К.: Главник, 2005. – Вип. 26 – Т. 1. – С. 267–271. *Стаття в авторській редакції*

Вознесенська О.Л., к. пс. н.

## ІНІЦІАЦІЙНІ ТЕХНІКИ В АРТ-ТЕРАПІЇ

У всіх традиційних культурах існували обряди посвяти, в яких юнаки й дівчини діставали статусу рівноправного члена суспільства, що є найважливішим етапом соціалізації особистості. Щоб „стати дорослим” було потрібно гідно пройти всі випробування. У більшості цивілізованих суспільств, в умовах соціальних трансформацій нині збереглися лише «рудименти» ініціацій, що втратили свій глибинний зміст і структуру. Деякою подобою ініціації можливо вважати вступ у піонерію й комсомол у радянські часи, деякі релігійні обряди, скаутські табори й загони, які були етапами дорослішання. Перекрученими є в сучасному суспільстві й ініціації мужності й жіночності як природних внутрішніх проявів особистості людини.

Для дослідження використання арт-терапевтичних ініціаційних технік розглянемо деякі поняття. **Ініціація** є діями, в більшості обрядовими, за допомогою яких відбувається й формально закріплюється зміна соціального статусу індивіда, відбувається включення його в яке-небудь замкнуте об'єднання, придбання їм особливих знань, функцій або повноважень. З погляду езотеричних вчень, **ініціація** є посвятою учня в таємне знання. Звичайно ініціація „являє собою **особливий ритуал**, який містить очищення й освячення учня, різні випробування й символічні обряди” [11]. Таким чином, ініціація є іспитом на відповідність новому рівню своєї особистісної й соціальної зрілості й „інструкція” для правильного проходження наступної стадії життя.

Таким чином, будь-яка ініціація є, по суті, **трансформацією**, певною зміною особистості, що позначається на внутрішньому стані, „Я”- концепції й проявляється в зміні поведінкових проявів і змін відносин з навколишнім світом людей і речей зовні. Це деяка **трансценденція** або вихід за межі форм

„простору у свідомості й особистості людині, де вона має умови для спонтанного самостворення, де стає вільною і самоактуалізується...” [6, с. 90].

Ініціацію можливо розглядати з екзистенційної точки зору як зустріч з екзистенційними даностями через символічну смерть колишньої особистості й народження нової, припинення існування, свідоме саморуйнування, відмову від своїх власних почуттів, бажань, руйнування Его. Після проходження ритуалу ініціації, що приводить до „розширення свідомості й буття”, відбувається возз’єднання з Батьком, з Божественним і придбання рис божественного. Кожна традиція створює свій міф, свого Героя, але пропонує людині особисто пройти шляхом, що прокладений Героєм, перебороти труднощі, випробування й дістати „зцілювальний еліксир” або „божественну мудрість”. Кожний, хто приймає ініціацію, „спускається” у глибини несвідомого й пізнає світ сутнісний, світ нуменів і стає Героєм, що є обраним Богом [7].

Таким чином, ініціація займає важливе місце в психічному житті індивіда, і зовнішні церемонії відповідають психологічному зразку зміни й зростання. Розглянемо тепер ініціацію з погляду психотерапевтичного впливу.

Дослідження з глибини психології й міфології (К.Г. Юнг, М. Еліаде, С. Гроф) показують, що переживання «смерті – відродження», «переходу» є архетипічним процесом, проявом механізмів «колективного несвідомого». Це означає, що ініціація відповідає динаміці архетипічних процесів і є її вираженням у даний період розвитку особистості. Ритуали переходу, ініціації архайчних культур програвали зовні теми несвідомого, дозволяючи зустріти їх усвідомлено, знімаючи внутрішню напруженість, властиву даному віку. Вони спрямовували й супроводжували несвідомий потік, створюючи безпечний контекст для його прояву. Ініціація передбачає відмирання застарілих, неадекватних паттернів поведінки й реагування та народження нових, відповідних новому статусу після трансформації того, хто ініціювався. „Вираження „ритуал переходу” показує, що людина перейшла з одного рівня свого досвіду на інший. Здійснення ритуалу переходу говорить про соціально визнане право на

зміну або трансформацію – право вступити на новий рівень свого розвитку...” [10, с. 128].

У психологічному значенні ініціація відбувається тоді, коли людина всупереч природним інстинктам рухається до усвідомлення. З тим, хто ініціюється, відбувається онтологічна зміна, що потім знаходить своє вираження в усвідомленій зміні зовнішнього статусу. Важливо відзначити, що в процесі ініціації суб'єкт прилучається не просто до знання, але до таємниці.

Юнг відзначав той факт, що ініціація тісно пов'язана зі зціленням. По суті, лікування й ініціація в давнину багато в чому збігалися як за формою, так і за змістом. Сучасний психотерапевтичний процес і процес ритуальної ініціації або посвяти мають багато спільного. Незважаючи на різні форми самого дійства, його метою завжди є трансформація душі того, хто посвячується, переведення його усвідомлення на якісно новий рівень.

Останнім часом ряд психологів розробили психотехнології, що засновані на практиці ініціацій. Ці ініціації сприяють соціально-психологічному росту в потенційно кризові періоди зміни й переходу від юності до зрілості, на життєво важливих стадіях формування образу свого «Я», самоідентифікації. Досвід успішного переживання труднощів підтверджує внутрішню силу особистості і є народженням зрілого „Я”. З'являється довіра до себе, впевненість, відбувається зміна обмежуючих стереотипів і поведінкових шаблонів.

Д. Хендерсон розробив модель терапії як відтворення древнього ритуалу ініціації. Ініціація переспрямовує психічну енергію, дозволяє символічно прожити смерть колишньої ідентичності й відродження в новому обличчі. Той, хто ініціюється, звільняється від влади батьківських архетипів і отримує незалежність та нову, більш свідому, зрілу цілісність. Це ритуальне дійство з'єднує зовнішні й внутрішні зміни, приводячи до зміни соціального статусу [9]. Орієнтація на проживання ініціації вносить зміни в позицію терапевта й модель роботи. Психотерапевт виступає в ролі священнослужителя, містагога, гіда в ритуалі посвяти. Він відповідає за успішне проходження кожної стадії й підштовхує відомого до наступного кроку. Критики Д. Хендерсона

розцінювали елемент ініціації при аналізі як такий, що значно більш спонтанний і непередбачений, та заперечували необхідність керувати ним.

Підхід В.В. Летуновського – екзистенціально-ініціальна терапія – допомагає людині змінитися в напрямку більш аутентичної форми, знайти свій унікальний шлях у житті, стати самою собою й розвинути свої таланти. В екзистенціально-ініціальному підході мова йде не про момент ініціації, а про ініціальний шлях, тобто шлях екзистенціальний, шлях пошуку дійсності існування. Бути справжнім, у його розумінні, значить жити у всій повноті своєї істоти, бути цілком присутнім у ситуації й у своєму тілі [8].

Крім того, психотерапевтична процедура часто несвідомо розглядається клієнтом як щось сакральне, ініціатичне дійство; клієнт неусвідомлено сам шукає священне, незважаючи на спроби терапевта будувати відносини на раціональному рівні. По суті, ми готові разом із С.В. Авакумовим виділити несвідомий запит клієнта на ініціацію [1]. В історичній ретроспективі посвята супроводжувала перехід людини в іншу соціальну нішу. Успішність подолання випробувань приводить до задовільного соціального функціонування, неуспішність – до виключення із соціуму, вигнання, самотності й, в кінці кінців, до смерті. Проблеми сучасних клієнтів екзистенціальні – самотність, страх смерті, відчуття непотрібності, вони є запитом на ініціатичне дійство. Сучасний клієнт шукає психотерапевтичної допомоги, неусвідомлено сприймаючи себе як того, хто не пройшов ініціацію. Психотерапевтична процедура може носити характер посвяти, що передбачає особливості зовнішніх атрибутів психотерапії: оформлення кабінету, одяг і поведінка терапевта повинні будуватися із цієї передумови. Особливу роль здобуває „закритість” особистості терапевта для клієнта, його „вибраність”, володіння „таємним знанням”.

Арт-терапія – один із найбільш м'яких і в той же час глибоких методів в арсеналі психологів і психотерапевтів. Малюючи, займаючись ліпленням або описуючи в літературній формі свою проблему або настрій клієнт має можливість отримати символічне послання від самого себе, із власного не-

свідомого. Цей метод можливо віднести до найбільш древніх й природних форм корекції емоційних станів, який багато хто використовує спонтанно, щоб зняти накопичену психічну напругу, заспокоїтися, зосередитися. Малюнок в арт-терапії є способом пізнання й особливим видом комунікації, унікальний метод уникнути внутрішньої цензури. Форма, колір, розмір та інші характеристики продуктів творчості можуть розкрити правдиві, глибинні бажання, страхи, надії, щире відношення, настрої (часто не усвідомлювані).

Символічна мова образотворчого мистецтва є найбільш адекватною для вираження змістів особистісного й колективного несвідомого (К.-Г. Юнг). *Арт-терапія, як засіб вільного самовираження й самопізнання*, пов'язана з розкриттям творчих здібностей і сутнісного потенціалу людини, мобілізацією внутрішніх механізмів саморегуляції й зцілення [2]. Спираючись на трансцендентні властивості символів і власний творчий потенціал, учасник здатний досягти зцілення. Творчість у групі приводить до вираження складних змістів психічного життя, пов'язаних з міфологією, поезією, сновидіннями. Створення учасниками групової мифопоетичної картини світу дозволяє кожному за рахунок взаємодії досягти психічної цілісності. Крім надання можливості зрозуміти самого себе, арт-терапія – спосіб внутрішньої гармонізації, розвитку глибинної впевненості в собі, підвищення гнучкості мислення.

Ініціаційні арт-терапевтичні техніки використовуються нами в програмі „Чоловік та його Жінка. Жінка та її Чоловік”, що існує з 2003 року [3]. Метою програми є робота з гармонізації внутрішніх чоловічих і жіночих феноменів „Я” людини. У програмі беруть участь чоловіки та жінки, ті, для кого актуальна потреба в ініціаціях, які, будучи дорослими людьми, ще не досягли зрілості у стосунках з партнером. У програмі учасники мають можливість пройти ініціації в символічній формі.

Змістовно *теоретичною базою роботи* є юнгіанська аналітична психологія й дослідження юнгіанських аналітиків архетипичних образів, що представлені у казковій культурі кожного народу (Франц М.-Л., Джонсон Р.А., Естес К.П., Василець Т.Б.). У програмі за допомогою арт-технологій ві-

дбувається звертання до *ресурсів колективного несвідомого*, що містяться в *архетипах слов'янських народних казок, билин і сказань* та описують етапи розвитку людської особистості, шляхи досягнення чоловічої й жіночої зрілості. *Міфи й чарівні казки* відображають шлях *успішної ініціації* як кроків до „індивідуації” (К.-Г.Юнг), поступового виділення індивідуальної свідомості з колективної, зміни співвідношення свідомого й несвідомого в особистості. Прослуховування казки може стати символічною й навіть реальною ініціацією. Передача чарівної казки це і є передача ініціалтичного знання.

Як приклад ініціаційної арт-терапевтичної техніки опишемо ініціацію «*Фея*». Не секрет, що в сучасному суспільстві жінка страждає від *дефіциту істинно жіночих якостей*. Материнський дозвіл бути жінкою, необхідний кожній жінці, пов'язаний із пробудженням можливості контакту зі своїми внутрішніми природними силами – здатністю до відновлення і гармонізації станів, відносин, ситуацій, процесів, насиченню усього радістю й життєствордуючим смислом [4, 5]. Це є змістовним наповненням образу «Феї».

Ірреальна природа казок свідчить, що їхнім предметом є процеси внутрішнього життя людини. Фея – казковий образ і має світлу творчу природу, він найбільш близький до характеристик істинної жіночності. Чарівництво феї є цілющим, воно відновлює й допомагає переборювати труднощі зростання. Ресурси, які стають доступними для жінок завдяки контакту з колективним несвідомим через образ феї, підпитують жіноче. Можливості зрілої жіночності, що відроджують й зцілюють, дістають найбільш органічного й природного втілення в цьому образі. Фея є феноменом *чистої жіночності*, символічною формою усвідомлення могутності жіночого в глибинній природі жінки [4]. Фея часто є хрещеною, здійснює духовне водійство, відповідає за етичний розвиток дітей.

*Арт-терапевтична ініціація “Феї”* відбувається в такий спосіб. На першому етапі використовується метод направленою уявлення й ті, що ініціюються (можливо попереднє розслаблення учасників), уявляють себе фесю й збирають «властивості гештальту» (як виглядаю, у що одягнена, яка чарів-

на паличка й т.і.). Цей етап призначений для занурення учасників у простір внутрішньої казки, створення ефективного психотерапевтичного середовища для наступної ініціації. На другому етапі відбувається *створення чарівних паличок* для фей (за участю й інтеракціями ведучого). Цей етап відповідає етапу випробувань у будь-якій ініціації. Тому, хто ініціюється, необхідно довести свою готовність до «створу чудес». Третій етап є властиво ініціацією. Учасники сідають у коло, і кожному з них пропонується взяти свою чарівну паличку й зробити чарівництво (варіанти: зробити чарівництво для кожного учасника групи; зробити три чарівництва або сім чудес – символіка цифр може включатися в обряд ініціації).

*Висновки.* Таким чином, арт-терапія є найбільш адекватним методом включення ініціації в процес терапії, з урахуванням вимог сучасного суспільства й у відповідь на несвідомий запит клієнта в ініціюванні та його потребу в екзистенціальному досвіді.

#### Література:

1. *Авакумов С.В.* Мотив инициации в сновидениях и психотерапевтическом процессе // Журнал практической психологии и психоанализа. – № 4. – Декабрь 2003 г. – <http://psychol.ras.ru/psypsa/>
2. *Арт-терапия в эпоху постмодерна* / Под ред. *А.И.Копытина*. – СПб.: Речь, Семантика-С, 2002. – 224 с.
3. *Василец Т.Б.* Мужчина и женщина – тайна сакрального брака. Инициационная терапия. – Ростов-на-Дону, [http://zhurnal.lib.ru/w/wasilec\\_t\\_b/tv\\_sb.shtml](http://zhurnal.lib.ru/w/wasilec_t_b/tv_sb.shtml), 2004. – 150 с.
4. *Вознесенская Е.Л.* Арт-терапевтические технологии в формировании зрелых мужских и женских феноменов «Я» в пространстве внутренней сказки // Простір арт-терапії: можливості та перспективи. – К.: КИТ, 2005. – С. 33-44.
5. *Горлова М.Ф.; Ефимкина Р.П.* Психологическая инициация женщины // Семейная психология и семейная терапия. – М., 2000. – № 4.
6. *Козлов В.В.* Психотехнологии измененных состояний сознания. Личностный рост. Методы и техники. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2001. – 384 с.
7. *Кэмпбелл Д.* Герой с тысячью лицами / Пер. с англ. К. Семенова. – К.: „София”, ltd., 1997. – 336 с.
8. *Летуновский В.В.* Экзистенциальная психотерапия и телесность человека // Вопросы ментальной медицины и экологии. – 2002. – Том 8. – №3. – С. 85–87.

9. *Хендерсон Д.Л.* Древние мифы и современный человек // Человек и его символы / Под общ. Редакцией С.Н.Сиренко. – М.: Серебряные нити, 1996. – С. 104–154.

10. *Эрриен Э.* Путь четырех дорог/ Пер. с англ. Н.Кононенко. – К.: ИД«София», 2003. – 208 с.

11. Энциклопедия мистических терминов /Сост. *С.Васильев* и др. – М.: Локид-миф, 2000. – 576 с.