

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ЭКО-АРТ-ТЕРАПИИ*

Копытин А.И.

Копытин Александр Иванович

доктор медицинских наук, профессор кафедры психологии; государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования «Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования», ул. Ломоносова, 11-13, Санкт-Петербург, 191002, Россия. Тел.: 8 (812) 572-25-49;

доцент кафедры психотерапии; федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Западный государственный медицинский университет им. И.И. Мечникова» Министерства здравоохранения Российской Федерации, ул. Кирочная, 41, Санкт-Петербург, 191015, Россия. Тел.: 8 (812) 303-50-50.

E-mail: alkopytin@rambler.ru

Аннотация

Дается характеристика экологического подхода в арт-терапии, обозначаемого как эко-арт-терапия. Появление данного подхода рассматривается в контексте глобальных тенденций противодействия ухудшению экологической обстановки и более активного использования лечебно-профилактического потенциала природных факторов саногенеза. Обозначается связь эко-арт-терапии со средовой психологией и экопсихологией.

Особое внимание обращается на возможности использования искусства, средовой творческой активности в качестве средств изменения отношения людей к природе и реализации саногенного потенциала их взаимодействия с природной средой. Рассмотрены следующие функции художественно-эстетической деятельности как формы средовой творческой активности, релевантные задачам экотерапии: развитие экоцентрического мировоззрения, формирование позитивных связей человека с природой и его желания и способности заботиться о ее благополучии; осуществление непрагматического контроля над средой (персонализации); развитие осознанности и чувства присутствия в среде.

Представлены ключевые положения формирующейся теории и методологии данного направления арт-терапии, касающиеся психологической концепции личности, патогенных факторов и концепции терапевтического вмешательства. Существенные отличия экопсихологической концепции личности от большинства психологических моделей субъектности связываются при этом с рассмотрением отношений человека к природе в качестве одного из важнейших элементов системы отношений. Эти отношения, наряду с иными значимыми отношениями, характеризуют личность на разных этапах психического развития, существенно влияют на ее представления о себе, самоотношение. Рассмотрены особенности развития субъективного отношения к природе в онтогенезе.

Дискутируются психологические механизмы творческой деятельности как составляющие важнейший аспект экопсихологической концепции личности и имеющие особое значение для эко-арт-терапии и некоторых иных направлений постмодернистской психотерапии. Кратко рассмотрены факторы эковиопсихосоциогенеза и эко-арт-терапевтическая концепция терапевтического вмешательства. Особое внимание при рассмотрении эко-арт-терапевтической концепции вмешательства отводится понятию терапевтической среды на основе модели «Зеленой студии», рассматриваемой как особое пространство, предназначенное не только для укрепления здоровья получателей лечебно-профилактической помощи (микроуровень), но и заботы о благополучии природной среды (макроуровень). Поясняется триадический характер терапевтических отношений в эко-арт-терапии, связанный с

* Статья подготовлена на основе главы 2 "Environmental and ecological expressive therapies: the emerging conceptual framework for practice" в книге "Environmental expressive therapies: nature-assisted theory and practice" (Eds. A. Kopytin and M. Rugh). – New York: Routledge/Taylor & Francis, 2017.

рассмотрением природы не только как мира объектов, но и как активного участника терапевтического процесса, на которого распространяются этические нормы субъект-субъектных отношений.

Ключевые слова: арт-терапия; эко-арт-терапия; средовая психология; экопсихология; экотерапия; экологический; природа; персонализация; эко-идентичность; биофилия; «Зеленая студия».

УДК 159.9:615.851.82:504.75

Библиографическая ссылка

Копытин А.И. Концептуальные основы эко-арт-терапии // Медицинская психология в России. – 2019. – Т. 11, № 1. – С. 4. doi: 10.24411/2219-8245-2019-11040

Поступила в редакцию: 25.07.2018 Прошла рецензирование: 15.12.2018 Опубликовано: 11.02.2019

Искусство как фактор сотворчества и взаимной поддержки человека и природы

Многие известные художники воспевали красоту и ценность природных форм. Некоторые признавали решающую роль природы в своем творчестве, подчеркивали глубинные связи человека с миром природы. Известны такие высказывания Леонардо да Винчи: «Природа — единственный учитель любого гения», «Природа — источник любого истинного знания».

Пейзажисты часто прекрасно чувствуют и понимают природу, умеют передавать силу и гармонию жизни, ощущаемую ими в природном ландшафте и объектах. Ваг Гог, создавший большое количество поэтико-визионерских произведений на пленере, обозначает решающее влияние природы на свое творчество в письмах брату Тео. Так, в одном из писем (июнь, 1879) он отмечает: «Искусство — это человек плюс природа — но та природа, которая наполнена содержанием и проинтерпретирована художником, проявила свой характер благодаря его мастерству. Он раскрывает, высвобождает, проясняет ее».

В другом своем письме (Гаага, 3 сентября 1882 г.) он поясняет суть своего творческого метода следующим образом: «...в своей работе я нахожу отзвук того, что поразило меня. Я вижу, что природа говорила со мной, сказала мне что-то, и я как бы застенографировал ее речи. В моей стенографической записи могут быть слова, которые я не в силах расшифровать, могут быть ошибки или пропуски: но в ней все-таки осталось кое-что из того, что сказали мне лес, или берег, или фигура, и это не бесцветный, условный язык заученной манеры или предвзятой системы, а голос самой природы. Прилагаю еще один набросок, сделанный в дюнах. На нем изображены маленькие кусты, листья которых — с одной стороны — белые, с другой — темно-зеленые — непрерывно шуршат и сверкают. На заднем плане — темные деревья...».



Рис. 1. Винсент Ван Гог: «Валуны и дуб» (1888).

Некоторые представители арт-терапии подчеркивают особую роль искусства как средства общения с природной средой. Р. London [26] считает, что изобразительное искусство — прекрасное средство для восстановления утраченной человеком способности жить в единстве с природой: «Когда мы приближаемся к Природе в процессе занятий изобразительным искусством, мы одновременно соединяемся со своей Самостью и начинаем по-новому, на более аутентичной основе постигать в себе творческое начало, полноту и богатство жизни» [Ibid. P. 34].

Е. Ulman — одна из родоначальниц американской арт-терапии — следующим образом определяет понятие «изобразительное искусство»: «Изобразительное искусство — это инструмент познания себя и мира и той глубинной связи, которая между нами существует». Она также рассматривала изобразительное искусство как «место встречи внутреннего мира личности и мира внешнего» [39].

Еще до зарождения экотерапии и эко-арт-терапии как одного из ее направлений Е. Ulman, изучавшая традиционную китайскую живопись и искусство восточного ландшафтного дизайна, тонко чувствовала и понимала органичную связь искусства и природы. Когда другого пионера американской арт-терапии, J. Rubin, спросили, кто ее любимый художник, она после недолгих раздумий ответила: «Мать Природа».

Известный деятель арт-терапии S. McNiff убежден, что способность к творчеству является духовной функцией человека в его единстве с природой [30].

Искусство выступает не только средством общения между людьми, но и средством установления и развития связи со средой обитания, разными формами жизни. Творческий акт может способствовать настройке на экологическую систему, средовые процессы и проявления жизни. Благодаря этому начинают более ярко переживаться и осознаваться определенные аспекты человеческого опыта, связанные с эволюционными, биологическими предпосылками антропогенеза в его взаимосвязи с целостной средой обитания и разнообразными формами жизни. Это вносит вклад в оздоровление и эмоциональное благополучие людей, поддерживает их восприятие себя как «экологических субъектов», их *экоидентичность*.

Задолго до того, как в лоне западной культуры сформировалось представление о творческой деятельности как форме индивидуального самовыражения, разные формы творческой экспрессии использовались людьми в качестве средств взаимодействия с внешним миром. Более широкий, чем это принято для западной традиции, взгляд на природу творческой деятельности свойствен иным культурам, особенно тем, для которых характерны «представления о взаимосвязи всего и вся, непрерывном процессе самопорождения и изменчивости, перехода на более высокие уровни развития живых систем на основе накопления едва уловимых изменений» [Ibid. P. 12].

Значительное сходство в понимании механизмов и направленности творческой активности отличает современные концепции средовой и экологической психологии, с одной стороны, и традиционные культуры, с другой стороны. Для последних зачастую характерен коллективный характер творческой экспрессии как формы средовой активности, порождения и передачи системы смыслов, отражающих связи человека с окружающим миром. Современная экотерапия и традиционные культуры подчеркивают важное значение средовой творческой активности для сохранения здоровья и благополучия человека и среды, признают то, что мир природы может быть интересен человеку не только как объект прагматической выгоды, но и благодаря возможности удовлетворения познавательных, эстетических и духовных потребностей.

Наглядным выражением подобных представлений в традиционных культурах могут являться мегалитические постройки из камней, символические формы «медицинского колеса» в культуре коренного населения Северной Америки и иные архаические памятники. Современные художники, работающие в жанрах лэнд-арт (искусство земли), искусства среды и эко-арт при реализации своих проектов стремятся охватить целостную среду, часто воспринимаемую ими как живое пространство. Они выявляют и подчеркивают ее гармонические формы и процессы природной саморегуляции. Данные направления современного искусства развиваются в тесной связи с растущим осознанием экологических проблем, начиная с 1960-х годов. Однако «поначалу отражая экологическую озабоченность лишь небольшой части художественного сообщества, искусство, затрагивающее экологические проблемы, в последние годы превратилось в художественный мейнстрим» [8, p. 6].



Рис. 2. Светлана Остаповичи: «Переработка металла» (2009).

Благодаря развитию средовой и экологической психологии обозначается новая перспектива понимания роли изобразительного искусства в человеческой истории в качестве одного из важнейших факторов экосистемной адаптации и поддержки человеческих и природных ресурсов. Эко-терапия и иные близкие ей направления психотерапевтической практики, наряду с «зеленым движением» и постмодернистским искусством среды, эко-артом, становятся все более востребованными средствами формирования экологического сознания.

В сентябре 2010 года художник Леонид Тишков вместе с международной экспедицией, состоящей из ученых, художников, писателей и музыкантов, совершил путешествие на шхуне в арктические широты на острова Шпицбергена и Северо-Восточная Земля. Эта экспедиция имела целью привлечение внимания общественности к проблемам изменения климата на Земле и поиску решений выхода из экологического кризиса.

Во время путешествия художником была создана серия фотографий и инсталляций («Путешествие частной луны в Арктику»), предполагавших включение светящейся рукотворной «частной луны» в ландшафты Заполярья. В дальнейшем серия фотографий послужила основой для организации выставок, повествующих средствами современного изобразительного искусства, эко-арта, о невероятно красивом, волшебном арктическом мире. Как пишет Тишков: «В нем возможны разные чудеса: луна спускается с небес, сияющие полярные медведи гуляют по льдинам, в море среди синих китов плывут белые облака, а в небе — голубые айсберги, лед поет, снег излучает свет, а тающий ледник взывает к нам, людям, безмолвно говоря: "Я еще жив". Частная луна превращает землю в волшебное пространство игры и творчества, которое должно быть сохранено как высшая ценность» (www.privatemoon.ru).



Рис. 3. Леонид Тишков: «Путешествие частной луны в Арктику» (2010).

Искусство обладает своими средствами обозначения и решения экологических проблем. В большинстве случаев художник не дает прямых ответов на вопросы сосуществования человека и природы. «В отличие от ученого, использующего валидные методы исследования, художник обладает свободой, необходимой для постановки задач и их решения, независимо от степени их сложности, используя широчайший набор экспрессивных средств» [Ibid. P. 8]. Это позволяет ему выражать, прежде всего, эмоциональные и ценностно-смысловые аспекты явлений, увязывая внешние проблемы с внутренними проблемами человека. В результате «художественные проекты могут допускать более высокие риски, чем это характерно для научно-исследовательских проектов, связанных с ожиданиями определенных результатов и определенной экономической отдачи. Художники могут вовлекать в свои проекты представителей местных сообществ и получать более широкую поддержку в обществе, чем деятельность ученых. Они обладают средствами социально-психологической рефлексии, дискуссии и действий, которые формируют новый образ мыслей и поведения. Они также могут вызвать в обществе реальные изменения, иногда осознанно к этому стремясь, иногда — неосознанно, но оставляя стойкий след в общественном сознании» [Ibid.]. Способы взаимодействия с природной средой в искусстве могут быть самими разными, предполагая разность позиций субъекта в его отношениях с миром природы — начиная с относительно пассивного созерцания и заканчивая актами активного воздействия на среду.

Идеи средовой психологии (environmental psychology) и экопсихологии позволяют расширить понимание роли искусства в построении, развитии и коррекции отношений человека со средой. Одна из ключевых идей средовой психологии, поддерживающая

применение искусства как фактора формирования экологического сознания, заключается в том, что большинство людей готовы эмоционально включаться в отношения со средой и целенаправленно ее обустроить в своих интересах [12]. «Хотя нам предстоит еще многое изучить в отношении людей со средой обитания... модель осознанного личностного средового взаимодействия, сформированная на основе серии экспериментов, служит реальной основой для построения системы обучения людей оптимальным формам контакта с окружающим миром, помогая проявиться лучшим человеческим качествам. Данная модель позволяет выйти за рамки традиционного представления о субъекте как получателе информации из среды и от экспертов» [Ibid. P. 32].

Средовая активность с использованием искусства может быть одной из ярких форм самореализации личности, действующей в качестве активного агента средовых преобразований, в соответствии с концепцией S. Levine [23; 24], и обладающей «базовой способностью и потребностью... формировать среду своего обитания. Человек отличается от других видов тем, что он не зависим от конкретных условий среды, но может сам формировать ее, ориентируясь на свои потребности, адаптируясь к самым разным природным ландшафтам. Создавая мир вокруг себя, человек формирует ландшафт своей жизни и одновременно формирует себя. Формирование окружающей среды одновременно является и формированием себя самого» [24, p. 23–24].

Функции искусства, релевантные задачам экотерапии

Занятия изобразительным искусством как форма средовой поведенческой активности, приводящая к изменению отношения к природной среде

Изучение истории искусства позволяет признать, что занятия искусством формируют и транслируют систему представлений и ценностей, связанных с отношением людей к миру природы. Данная функция искусства может быть использована для решения основных задач средовой и экологической психологии, различных направлений современной экотерапии, включающих: поддержку и сохранение человеческих и природных ресурсов, здоровья и защитно-адаптационного потенциала людей и экосистемы на основе развития субъективного экоцентрического отношения к природе.

В соответствии с представлениями средовой психологии, поведенческая активность является необходимым условием решения проблем сохранения среды и здоровья населения. Это может быть связано с такими формами поведенческой активности людей в их отношениях с природой, которые реализуют прагматические (обеспечение человечества природными ресурсами) и непрагматические (не связанные с получением от природы каких-либо выгод) принципы экологической коактивности (от латин. — «содействие»). Соблюдение этих принципов предполагает субъектно-этические отношения к природным объектам в процессе осуществления человеком деятельности, направленной на мир природы, а также освоение экологически целесообразных стратегий и технологий этой деятельности.

Для того чтобы приобрести систематический и осмысленный характер, поведенческая активность людей, связанная с решением экологических проблем, должна предполагать ощущение ими того, что их мнение и действия имеют значение. Данные исследований указывают на то, что если поведение, направленное на сохранение окружающей среды, признается как значимое и приносит реальные плоды, это поддерживает мотивированность людей на дальнейшую активность [14] и приносит удовлетворение. Средовая творческая активность людей, связанная с искусством эко-арта, может выступать эффективной формой вовлечения людей в такую деятельность, которая позволяет им увидеть и передать красоту и смысл природного ландшафта и разных форм жизни.

Известный представитель средовой психологии R. De Young [12] отмечает, что для повышения эффективности экологических мероприятий важно поддерживать множество различных видов средовой экологической активности населения, активизирующих факторы «поведенческой эстетики»: «Они связаны с таким повседневным взаимодействием с природой, которое приобретает характер искусства. Мы можем начать жить проще и скромнее, и при этом в нашей жизни может быть больше красоты» [Ibid. P. 34].

Одним из важных эффектов, достигаемых в результате средовой творческой активности, является придание природным объектам и среде «особого значения, релевантности и положения» [36, p. 28], постижение смысла и красоты природных форм, даже если поначалу они так не воспринимаются. С точки зрения этологической концепции искусства [13], творческая экспрессия в единстве с природой может рассматриваться как «поведенческий акт искусства», связанный с «созданием особенного» (making special), в результате которого природные феномены — объекты, живые существа и целостные экосистемы — могут обрести особый статус произведений искусства. Исходя из данных представлений, можно признать, что даже если субъект видит «депрессивный, бесцветный и грустный» пейзаж, то, переходя к средовой творческой активности (например, фотографируя или рисуя пейзаж или отдельные природные объекты), он может увидеть его особую красоту, уникальность и наполненность жизнью.

В своей работе, посвященной формированию экологического сознания, известный российский эксперт в сфере экологического образования В.А. Ясвин [3; 4; 5] также подчеркивает значение художественно-эстетической деятельности с целью развития экоцентрического мировоззрения. Выделяя четыре компонента интенсивности отношения к природе (перцептивно-аффективный, когнитивный, практический и поступочный), он подчеркивает, что достижение высокого уровня развития перцептивно-аффективного компонента обеспечивается, если процесс экологического образования опирается на следующие ориентиры:

1) определение эстетической ценности всего многообразия объектов и явлений в мире природы, их эстетической неповторимости и выразительности;

2) актуализацию действия комплекса естественных (визуальных, аудиальных, тактильных, обонятельно-вкусовых, поведенческих) и социальных (эстетического и этического характера) психологических релизеров в процессе восприятия личностью природных объектов;

3) развитие способности эмоционально и деятельно откликаться на встречу с природными объектами: чувством, оценкой, ассоциацией, творческим сопоставлением, трансформацией воспринимаемого образа в воображении, творческим действием с ними или их образами (изобразительным, литературным, музыкальным, пластическим и т.д.).

Искусство как аутентичное выражение позитивной связи и заботы человека о природе

С позиций средовой и экологической психологии занятия искусством в контакте с природой могут рассматриваться как форма средовой активности, удовлетворяющей комплекс физических, эмоциональных, познавательных и духовных потребностей и обеспечивающей взаимные поддерживающие отношения человека и природы. Направленность интереса человека на мир природных объектов может отчасти объясняться феноменом биофилии [21; 37; 41; 42] (биофилия — в перев. «любовь к живому»). Данный феномен объясняет устойчивую потребность большинства людей во взаимодействии с животными, растениями, минералами и другими природными объектами и процессами, воспринимаемыми как источник витальных энергий, ярких ощущений и положительных эмоций, демонстрирующих богатство и разнообразие форм жизни и ее динамику. Биофилия также может рассматриваться как выражение

характерного для человека восприятия контактов с природными объектами как имеющими значительный здоровьесберегающий, защитно-адаптационный потенциал, а не только сугубо прагматическую ценность.

Гипотеза биофилии была первоначально выдвинута Е.О. Wilson [41; 42] и в дальнейшем разработана им совместно с S.R. Kellert как обозначение «врожденной склонности человека к эмоциональному отклику на разные проявления природной жизни» [21, p. 31]. S.R. Kellert предположил, что биофилия «основана на зависимости человека от природы, выходящей далеко за рамки его физических, материальных потребностей и затрагивающей его эстетические, интеллектуальные и даже духовные интересы» [Ibid. P. 18].

Занятия искусством во взаимодействии с природой могут поддерживаться биофилией как важнейшей предпосылкой средовой творческой активности, хотя также требуют иных психологических, личностных предпосылок такой деятельности. Средовая творческая активность как выражение интенсивности личностного отношения к природе, помимо перцептивно-аффективного компонента, также нуждается в сформированности трех других компонентов — когнитивного, практического и поступочного. Когнитивный компонент предполагает определенный объем знаний и умений, связанных с изучением мира природы. Практический компонент связан со способностью личности к непрагматическому практическому взаимодействию, общению с представителями мира природы, т.е. субъект-субъектному взаимодействию с ними, а также с развитием высокой сензитивности к витальным проявлениям природных объектов.

Поступочный компонент интенсивности отношения к природе, который также участвует в процессе средовой творческой активности, требует высокой чувствительности к тем ситуациям, в которых природные объекты нуждаются в активной помощи со стороны людей; способности личности заботиться о благополучии природных объектов, «выходить из человеческой скорлупы навстречу миру природы, превращая свое сердце в место встречи» [10], практикуя «искусство биофилии» [22], преодолевая благодаря этому психологические и физические барьеры, образовавшиеся на протяжении многовековой истории отчуждения человека от мира природы.

Занятия «искусством биофилии» [Ibid.] — средовой творческой активностью, — базируясь на позитивной эмоциональной связи человека с миром природы и его способности заботиться о ней как живом субъекте, вполне реальны, ибо «мы не утратили и не можем утратить глубинную интенцию единения с природой. Она лишь нуждается в адекватном выражении. Задача заключается не столько в том, чтобы примириться с природой, постигая метафизические тонкости наших отношений с ней, сколько в нахождении более непосредственного и простого способа активного контакта с природой, по-своему реализующего свою целебную метафизику» [35, p. 40].

Искусство как средство контроля над средой и заботы о ее благополучии

Цель экотерапии заключается не только в достижении людьми лечебно-профилактических эффектов (эффекты микроуровня), но и в сохранении и оздоровлении окружающей среды (эффекты макроуровня) на основе развития поступочного компонента отношения к природе. Это связано с развитием сензитивности к тем ситуациям, в которых природные объекты и среда нуждаются в активной помощи со стороны людей и готовности осуществлять такую помощь ради их благополучия. Экотерапия развивает в людях восприятие себя как способных вносить свой вклад в заботу об окружающей среде. Средовая психология использует представление об участии (*participation*) граждан в организации среды и поддерживает в них активную позицию в отношениях с природными объектами и ландшафтами, вовлекая их в инициативы по планированию, обустройству «зеленых зон» и поддержанию их в

благополучном состоянии. Искусство среды, эко-арт может быть одним из видов деятельности, включенным в программы эко-арт-терапии, наряду с иными видами деятельности, имеющими непрагматический характер.

Благодаря вовлеченности в разные виды средовой творческой активности, участники таких программ осуществляют акты символического присвоения или персонализации среды [15; 17]. При этом может быть задействован механизм субъективизации природных объектов [5], предполагающий экологическую идентификацию, эмпатию и рефлексивность, и реализованы поведенческие программы, связанные с «созданием особенного» в соответствии с этологической концепцией искусства E. Dissanayake [13], поскольку «люди испытывают естественную потребность вносить смысл в окружающую среду, оказывать на нее влияние, упорядочивая ее, и делать ее более понятной» [Ibid. P. 113–114].

Средовая творческая активность способствует упорядочиванию природной среды, часто воспринимаемой как хаотичная и неподвластная человеку. Это может иметь особое значение в тех случаях, когда эко-арт-терапевтические занятия организуются частично или всецело в природном ландшафте, не преобразованном человеком. Искусство может помочь поддерживать оптимальный баланс между естественной динамикой природных процессов и статикой, характерной для творческой продукции, сохраняющей свою форму и содержание.

L. Burls [9] использует понятия «современная экотерапия» или «экотерапия в действии» для обозначения таких видов экотерапевтической практики, которые характеризуются более выраженным поступочным компонентом. Она ссылается на результаты сравнительных исследований лечебно-профилактических эффектов, связанных с разными видами взаимодействия с природной средой и объектами. Данные виды взаимодействия с природой могут включать как относительно более пассивные, такие как созерцание реальных или изображенных природных ландшафтов, так и более активные, связанные с вовлечением участников занятия в разные виды деятельности, связанные с заботой о среде.

По мнению D. Halpern and C. Bates [16], поведенческие интервенции, как правило, оказываются более эффективными в тех случаях, когда получатели и провайдеры услуг имеют равные возможности влияния на среду, и когда и те, и другие в равной степени заинтересованы в достижении результатов [Ibid. P. 25]. Это в равной степени относится к системе медицинских, социальных и образовательных услуг. Применительно к экотерапевтическим вмешательствам, ориентированным на активизацию получателей психотерапевтической и психосоциальной помощи, это означает формирование в них большей ответственности за собственное эмоциональное благополучие на основе реализации разных форм заботы об окружающей среде.

L. Burls [9] считает, что «современную экотерапию отличает более высокий уровень ответственности получателей услуг: позиции контроля и влияния (на среду), обычно характерные для провайдеров услуг, используются теми, на кого оказывается лечебно-профилактическое воздействие. Изменяя свое поведение и образ жизни и получая более выраженные лечебно-профилактические эффекты, они выходят на более высокий уровень социальной и средовой ответственности, ... учатся рационально использовать доступные экологические ресурсы для сохранения здоровья и благополучия» [Ibid. P. 35].

Средовая творческая активность как форма персонализации среды

Значимое место в средовой психологии занимает концепция *средовой персонализации*, с помощью которой могут быть обоснованы определенные виды творческой активности в рамках средового и экологического подходов в арт-терапии. Под персонализацией среды [15; 17] понимается ее индивидуальное структурирование субъектом или группой. Через акты персонализации среды выражается

индивидуальность субъектов и групп в их пространственных и временных отношениях со средой.

Концепция персонализации среды определяет характер взаимодействия участников занятий с окружающим их ландшафтом в рамках средовых арт-терапевтических проектов. Она позволяет обосновать пути решения таких задач эко-арт-терапии, как средовая социализация, экологическое воспитание, коррекция нарушенных отношений личности со средой, формирование здорового, зрелого Я, средовой (экологической) идентичности как одного из его аспектов, совершенствование адаптивных моделей поведения, основанных на творческом взаимодействии со средой, обретение экзистенциальных, духовных ориентиров и смыслов существования.

В рамках эко-арт-терапии персонализация среды достигается на основе художественно-творческой деятельности, ориентированной на самовыражение посредством творческого взаимодействия со средой. В процессе творческой персонализации среды происходит опредмечивание («материализация») в пространстве человеком своей индивидуальности, деятельностное отождествление с окружающим пространством в процессе его творческого осмысления и преобразования. За счет персонализации среды в ней не только фиксируются уже сформировавшиеся качества личности человека, его идентичности, но и происходит их дальнейший рост, развитие и трансформация.

Разные способы творческой персонализации среды могут быть использованы специалистами по арт-терапии в деятельности медицинских, образовательных и социальных учреждений. Подобные инициативы могут рассматриваться в качестве одной из эффективных форм не только коррекции субъективного отношения к среде обитания, но поддержки механизмов творческой адаптации личности, и играть важную роль в реабилитации и социальной инклюзии разных контингентов.

В результате построения терапевтических отношений и разных видов деятельности, осуществляемых в пределах выделенной территории и направленных на ее творческое освоение, у участников занятий может формироваться чувство большей безопасности, предсказуемости и порядка. Повышенная идентификация с этой средой в результате художественно-творческой деятельности способствует ее субъективизации, проявлению эмпатии и иных феноменов, отличающих субъект-субъектные отношения со средой и ее элементами.

Разные виды средовой творческой активности, связанные с феноменом персонализации среды, предполагают ее рассмотрение не только как совокупности физических объектов и живых существ, но и как «потенциальное пространство», поддерживающее процессы символаобразования. Такое пространство формирует универсальную систему смыслов, отражающих различные содержания человеческого опыта в его соотнесении с природными процессами. Природная среда становится зеркалом психической, физической и духовной реальности субъекта.

Понятие «Зеленая студия» [22] обозначает особого рода терапевтическую среду экологической персонализации, формируемую в процессе эко-арт-терапии. В такой среде с ее богатством природных символов и метафор могут быть отражены и переработаны различные содержания человеческого опыта, с трудом поддающиеся выражению в обычной социальной среде, с помощью более привычных способов речевого общения [25, р. 16].

Персонализация среды может быть связана с внесением в нее персональных маркеров в виде изображений, ландшафтной скульптуры, созданием «личного пространства» (например, в виде «дома» или «алтаря»), персональной рабочей зоны, посадки растений, выступающих в качестве символов Я. Далеко не всегда, однако, персонализация среды связана с ее физическими изменениями. Она может осуществляться в воображении, на основе формирования устойчивых ассоциаций и внутренней связи субъекта с природной средой и объектами, а также посредством

создания фотографий, подготовки и исполнения персональных и групповых ритуалов, танцевально-двигательной и повествовательной активности, использования ландшафтной музыкальной терапии, позволяющей внести в звуковой природный ландшафт собственное звучание.

Средовая творческая активность как форма нарративной практики

Создание нарратива является одной из эффективных форм персонализации среды. Описывая природные ландшафты и объекты, внося в них определенные смыслы, связанные с личной или коллективной историей, субъект или группа осуществляют акт их символического «присвоения». Подобная средовая повествовательная активность формирует и поддерживает индивидуальную и групповую идентичность, позволяет передать опыт, связанный с отношениями человека со средой. Благодаря построению средового нарратива проявляются такие качества субъектов, как их способность к целенаправленной деятельности, связанной с реализацией высших смыслов и задач существования.

Нарратив может включать как описание, так и «переписывание» событий [40]. Как отмечает J.-P. Sartre [34], мы не можем изменить того, что уже произошло, но можем по-разному осознавать произошедшее, воспринимая его с позиций настоящего. Биографические описания, уделяющие особое внимание среде происходящих событий, предоставляют богатые возможности для нового осмысления личностного опыта. Повествовательная активность может включать описание разных сред, с которыми связаны определенные вехи развития субъекта или группы, частью которой он себя воспринимает (семьи, рода, народа и др.), предполагать отражение и рефлексию исторических и биографических событий, происходивших в определенной среде.

При описании различных сред, связанных с личной и коллективной историей, могут быть актуализированы следующие вопросы:

- В какой среде вы (семья, группа, община и т.д.) проводите больше всего времени — в закрытом помещении, на природе и т.д.? С чем или кем вы при этом наиболее активно взаимодействуете?
- Находясь в какой среде вы чувствуете себя наиболее комфортно, ощущаете высокий жизненный тонус и испытываете удовлетворение?
- Какую среду вы воспринимаете как особенную — «священную», «целебную» и т.д.
- С каким ландшафтом вы ощущаете наибольший внутренний резонанс, переживая его «родственность» и «созвучие» собственной личности?

Как отмечают M.R. Thompson and K. Thompson [38], ключевым вопросом самосознания является не вопрос «Кто я?», а вопрос «Где я?».

Средовая повествовательная активность может быть связана с созданием дневников (включая дневники, иллюстрируемые рисунками и фотографиями природной среды и объектов), биографических эссе с повышенным вниманием к описанию значимых мест [Ibid.], созданием рассказов на основе прогулок, иллюстрированием поэтических, мифологических и иных текстов.

Нарратив может отражать события, связанные с прогулками или иной деятельностью на природе. Описание таких событий служит передаче различных природных феноменов, синхронизированных с физиологическими и психическими процессами рассказчика. Нарратив может предполагать передачу определенного природного явления (пейзажа, объекта, живого существа и др.) в контексте отношений личности и ее взаимодействия со средой на протяжении разных отрезков времени.

R. Macfarlane [28] пишет: «Меня всегда интересовало то, как люди познают себя через ландшафт. Каждому человеку свойственна определенная внутренняя психологическая топография, карта внутреннего мира, как правило, основанная на восприятии определенных сред. Эта карта позволяет нам ориентироваться не только во внешней, но и внутренней реальности... Мне кажется важным относительно любого ландшафта, приобретающего особое значение для личности, задаться следующими вопросами: "Что я постигаю, оказавшись в этом месте, чего не могу постичь, находясь в любом другом?" и "Что это место знает обо мне, чего я не знаю о себе?"» [Ibid. P. 26–27].

Средовая творческая активность как средство развития осознанности и чувства присутствия в среде

Средовая творческая активность объединяет символические средства самовыражения и переживание непосредственного физического присутствия в среде. Некоторые ее виды могут предполагать в основном фокусировку на соматических феноменах, переживаемых в процессе взаимодействия со средой, помогая развитию телесного образа Я и восприятию внутренней картины ощущений.

В процессе эко-арт-терапии могут быть использованы специальные техники телесно-ориентированного характера, как правило, на начальном этапе программы, формируя некоторые базовые навыки, необходимые для выполнения более сложных видов деятельности. Они также могут применяться на последующих этапах программы, в начале каждого занятия, в качестве «разогревающих» практик, актуализируя действие комплекса естественных (визуальных, аудиальных, тактильных, обонятельно-вкусовых, поведенческих) релизеров, связанных преимущественно с перцептивно-аффективным компонентом отношения к природе и феноменом биофилии. Такие техники могут использоваться как при индивидуальном, так и групповом варианте проведения занятий и включать:

- использование некоторых базовых приемов релаксации и визуализации, а также дыхательных и фокусирующих приемов;
- упражнения, направленные на повышение восприимчивости к средовым стимулам и объектам, настройку на среду, исследование;
- выполнение перипатетических практик — прогулок на свежем воздухе, требующих внимания к внутренним психическим и соматическим процессам с одновременным взаимодействием с окружающей средой.

Такие техники могут предполагать использование разных экспрессивных средств — наряду с изобразительными средствами могут применяться: ландшафтное инструментальное и голосовое звучание, танцевально-двигательная активность, перформанс и разные виды ландшафтных ритуальных практик. В процессе их выполнения может иметь место идентификация с природными объектами и процессами, затрагивающая психосоматические/соматические проявления и способствующая их объективации и более точному выражению на основе экологических, средовых метафор. Как показали исследования, привлечение внимания к психосоматическим/соматическим проявлениям в их взаимосвязи с эмоциональными процессами и характеристиками окружающей среды определяет целебное воздействие природного ландшафта [27].

С целью отражения телесных феноменов в их связи с эмоциональными реакциями и характеристиками среды могут быть использованы дневниковые описания и рисунки внутренней картины ощущений, а также фотографии или изображения природной среды и ее объектов. При проведении паллиативной арт-терапевтической программы с онкобольными С. Peterson [32] рекомендовала им во время прогулок на территории больницы фотографировать места и объекты, обладающие наибольшей и наименьшей привлекательностью, после чего, вернувшись в кабинет, они распечатывали фотографии и создавали на их основе фотоколлаж.

Основные теоретические положения эко-арт-терапии

Экопсихология и связанные с ней практикоориентированные подходы — экотерапия и экология здоровья — ставят принципиальные вопросы методологического характера, касающиеся понимания процесса психического развития, структуры и динамики личности на разных этапах жизни, целей терапии, критериев психической нормы, характера и форм взаимодействия человека со средой, терапевтических отношений и терапевтической среды. Лишь в последние годы они стали более активно дискутироваться в психологической и психотерапевтической литературе.

По мнению А. Brown [7], «развитие экопсихологии способствует пересмотру представлений о душевном здоровье, которое оказывается тесно связанным с отношениями человека с природной средой. Сохраняющаяся практика рассмотрения понятия психического здоровья в отрыве от экологического контекста отражает присущую человечеству саморазрушительную слепоту» [Ibid. P. xvi].

J. Hillman [18] утверждает: «Смена научной парадигмы в психологии требует решающего выбора. Мы можем продолжать идти проторенным путем, признавая, что психика является исключительно человеческим феноменом, формирующимся на основе биологического субстрата человеческого тела. Такая точка зрения имеет свои очевидные плюсы, поскольку позволяет строить «мир человека», изолированный от всех иных форм жизни. Однако это привело к доминированию эгоцентрической, нарциссической культуры, замыкающейся на себе самой» [Ibid. P. xxii].

Экопсихология и некоторые иные направления современной психологии, философии и антропологии предлагают альтернативные концепции психической деятельности, позволяющие гармонизировать отношения человека с миром природы на основе построения модели эгоцентрического экологического сознания, дополняющей модель антропоцентрического экологического сознания [5].

Хотя разработка теории и методологии эко-арт-терапии, так же как и теории и методологии экотерапии в целом, находится на начальном этапе, ниже будут представлены основные концептуальные положения данного подхода. Они касаются трех основных теоретических блоков, выделенных в соответствии с моделью системной арт-терапии (САТ) [2]:

1. *Психологической теории личности*, с помощью которой описываются основные структурные элементы психики в процессе их развития в онтогенезе, формирующие основу социального функционирования человека, а также его идентичность и самоотношение в норме, при разных психических расстройствах и разном уровне психосоциальной адаптации. Применительно к арт-терапии данный блок также, как правило, включает определенную психологическую концепцию творческой личностной активности, по-разному проявляющейся на разных этапах онтогенеза, обоснование ее роли в процессе адаптации, в состоянии здоровья и болезни.
2. *Концепции экобиопсихосоциогенеза заболевания или психологических проблем личности*, предполагающей рассмотрение трех основных групп факторов патогенеза и сохранения здоровья — экологических (средовых), биологических, психологических и социальных.
3. *Концепции лечебного или профилактического вмешательства*, с помощью которой в арт-терапии обосновывается роль психотерапевтической среды, психотерапевтических и групповых отношений, факторов терапевтических изменений, изобразительных материалов и форм художественной экспрессии, общих и более частных (специфических для тех или иных психических расстройств, нарушений развития, возрастных групп и т.д.) арт-терапевтических техник и программ.

Психологические теории личности как компонент теории и методологии экопсихологии и экотерапии

Экопсихология рассматривает отношения человека к природе в качестве одного из важнейших элементов системы отношений. Эти отношения, наряду с иными значимыми отношениями, характеризуют личность на разных этапах психического развития, существенно влияют на ее представления о себе, самоотношение. Роль отношений к природе в процессе онтогенеза наиболее полно рассматривается в работах некоторых российских [5] и зарубежных [6; 7; 18; 19; 20; 33] ученых.

Этими авторами признается, что категория природы и отношения субъекта с миром природы должны занимать одно из центральных мест в концепциях личности, в отличие от большинства традиционных психологических концепций, отводящих отношению к природе незначительную роль. Положительные эмоциональные связи личности с миром природы, наряду с ценностно-смысловыми и поведенческими компонентами отношения к природе, развивающимися на протяжении всего жизненного цикла человека, рассматриваются экопсихологами как важнейшее условие психического и физического здоровья, высокого качества жизни и адаптивности.

Нарушенные отношения к природе, характеризующиеся антропоцентрическим экологическим сознанием, ставящим интересы человека выше интересов экосистемы, отличают ложное, потребительское Я (*consumer false self*) [20, p. 83], противопоставляемое экологическому Я, или экоидентичности. Как утверждают A.D. Kanner and M.E. Gomes [20], «...потребительское Я является ложным, поскольку связано с серьезным дисбалансом всей системы потребностей человека. Утраченная способность жить в гармонии с природой должна быть восстановлена, помогая клиентам обнаружить в себе, пробудить и развивать дремлющие способности и потребности в аутентичном контакте с природой, которые были подавлены ложным потребительским Я» [Ibid. P. 84].

Экопсихология признает, что процесс психического развития может (и должен) осуществляться в более широком, чем это признается классическими концепциями психического развития, контексте отношений с различными элементами глобальной экосистемы (живыми существами — растениями и животными, минералами, природными средами), обеспечивающих формирование экоидентичности. Она рассматривается как динамическая система регуляции самоотношения на основе отношения к миру природы, связана с экоцентрическим типом экологического сознания, этическим и эстетическим восприятием природной среды [22]. Взаимодействуя с природной средой на экологической основе, личность восстанавливает и развивает свою экологическую идентичность, связанную с переживанием и осознанием своей неразрывной связи с природой («миром природы»), умением соотносить свои потребности с потребностями природной среды, заботиться о ее благополучии.

A. Barrows [6] отмечает, что некоторые концепции известных психологов, исследовавших процесс онтогенеза (Пиаже, Штерн, Винникотт), содержат ценные положения, поддерживающие новые экопсихологические модели развития. «Новая парадигма психического развития, формирования субъектности, может по-новому рассмотреть категорию переходных феноменов (если принять во внимание концепцию Винникотта). Они могут выступать в качестве «проницаемой мембраны», которая, с одной стороны, связана с границами Я, а с другой стороны, является достаточно прозрачной, позволяющей нам чувствовать себя включенными в мир природы. Благодаря этому различия между субъектами и объектами становятся размытыми, допуская межсубъективный опыт в наших отношениях с природой» [Ibid. P. 106—107].

Характерное для экопсихологии признание возможности и необходимости реконструкции экоидентичности как важнейшей предпосылки конструктивных отношений человека с природной средой поддерживается рядом ключевых положений средовой психологии. Одна из центральных идей средовой психологии состоит в том, что человеческие существа способны к активному взаимодействию со средой, в том

числе в интересах своего выживания [12]. Данная идея находит свое выражение в концепции рационального человека (*reasonable person model*) и экспериментальной модели адаптивного оформления среды (*adaptive muddling*).

Подробное описание процесса развития субъективного отношения к природе с позиций отечественной психологии отношений содержится в работах В.А. Ясвина [2; 3; 4]. Автором конкретизированы различные параметры субъективного отношения к природе и разработаны специальные психодиагностические методики, позволяющие исследовать структуру и динамику отношения к природе в разные возрастные периоды. Также разработана системная модель процесса развития субъективного отношения к природе, охватывающая три «канала»: перцептивно-эмоциональный, когнитивный и практический.

Основные особенности системной модели процесса развития субъективного отношения к природе заключаются в следующем [4]:

1. От перцептивно-эмоционального к практическому каналу возрастает роль сознательной регуляции человеком процесса формирования отношения к объектам природы. Если в перцептивно-эмоциональном канале воздействие природных релизеров связано в основном с влиянием на бессознательную сферу личности, то в когнитивном канале ведущую роль начинает играть уже вторая сигнальная система, а в практическом плане этот процесс детерминирован характером мотивов и целей личности.
2. От перцептивно-эмоционального к практическому каналу происходит нарастание роли собственной активности личности. При развитии отношения по перцептивно-эмоциональному каналу человек выступает как достаточно пассивное начало: он подвергается воздействию релизеров, определяющих этот процесс. Когнитивный канал предполагает как влияние на человека поступающей к нему извне информации, так и его собственную активность в поиске информации об объектах природы, ее переработке и интерпретации. Практический же канал подразумевает обязательную собственную активность личности.
3. Развитие субъективного отношения к природе — это не одномоментный акт, а процесс, протекающий в течение значительных временных промежутков, идущий неравномерно и неоднаправленно. Он определяется, с одной стороны, структурой деятельности субъекта, с другой стороны, существуют определенные сензитивные периоды, например, для воздействия психологических релизеров, действующих по разным каналам.
4. Процесс развития субъективного отношения к природе носит циклический и ступенчатый характер. Степень интенсивности субъективного отношения с каждым циклом увеличивается за счет включения новых элементов системы. К развитию нового цикла приводит повышение степени активности личности, ее стремление к взаимодействию с природными объектами, формируемое в результате предыдущего цикла.
5. На отдельных этапах процесса развития субъективного отношения к природе происходит усложнение, дифференциация, трансформация различных структурных элементов этой системы.
6. Личность является системообразующим фактором развития субъективного отношения к природе, механизмов возникновения и взаимодействия его структурных элементов.

К сожалению, системная модель процесса развития субъективного отношения к природе разработана В.А. Ясвиным [2; 3; 4] преимущественно на основе экспериментально-психологического исследования разных возрастных групп детей и подростков. Выявленные им структура и динамика субъективного отношения к природе в этих возрастных группах не позволяют сформировать целостной картины таких

отношений на протяжении всего жизненного цикла человека. Есть основания полагать, что целый ряд существенных изменений субъективного отношения к природе происходит во второй половине жизни.

Не случайно один из основоположников экопсихологии Т. Roszak [33] рассматривает пожилой возраст как имеющий ключевое значение для возвращения личности в лоно природной среды, качественного изменения экологического сознания. На особое значение пожилого возраста как обладающего значительным потенциалом качественного изменения отношения к природе также указывает J. Hillman [19]: «Мир природы ожидает триумфа старости. Возрастающая доля пожилого населения планеты может привести к революционным изменениям, затрагивающим основы западной культуры, и на смену хищному капитализму с его эксплуатацией природных ресурсов придет культура кротости и умеренности в отношениях человека с окружающей средой» [Ibid. P. xx]. Он считает, что пожилой возраст открывает человеку глаза на красоту природных форм, знаменуя собой новое эстетическое восприятие реальности.

На развитие субъективного отношения к природе оказывают существенное влияние различные ведущие деятельности в разные периоды жизни человека, такие как: игровая, познавательная, природоохранная деятельность, занятия спортом, туризмом, садоводством, искусством и т.д. Эко-арт-терапия придает особое значение тем механизмам развития субъективного отношения к природе, которые связаны с разными видами творческой деятельности, а также эстетическими компонентами опыта. В результате действия перцептивно-эмоционального и когнитивного каналов развития отношения к природе у субъекта появляется устойчивая потребность в художественно-творческой деятельности, основанной на взаимодействии с природой. Для него становятся привлекательными не только достигаемые результаты, но и сам процесс деятельности.

Благодаря художественно-творческой деятельности во взаимодействии с природой формируются такие типы отношений, как объектно-эстетическое или субъектно-эстетическое. Они дополняют либо даже могут быть противопоставлены объектно-прагматическому, потребительскому отношению. Оба эти типа отношения к природе характеризуются особой сензитивностью к чувственной выразительности природы, способностью непосредственно постигать природные объекты и среду на основе эстетической восприимчивости, передавать их объективные материальные признаки (цвет, форму, пропорции, ритмы, размеры, симметрию, динамику, звучание и т.п.). Однако если при объектно-эстетическом отношении к природе она воспринимается в качестве «объекта», то при субъектно-эстетическом отношении природа как эстетически переживаемый объект становится также партнером в процессе субъект-субъектного взаимодействия с ней.

Развитие субъективного отношения к природе в разные периоды жизни требует социального подкрепления, без которого невозможно эффективное развитие экологической культуры. Такое подкрепление может осуществляться в семье, в образовательных учреждениях, благодаря развитию определенных видов макросоциальной и общинной практики, внедрению экологически-ориентированных подходов в системы медицинского и социального обслуживания.

Экопсихологические концепции творческой личностной активности

Психологическая теория личности, выступающая в качестве общеметодологического фундамента экопсихологии и экотерапии, требует также рассмотрения феномена творческой художественно-эстетической деятельности как вносящей заметный вклад в развитие непрагматических видов субъективного отношения к природе, прежде всего, объектно-эстетического и субъектно-эстетического, а также экологической культуры личности и ее представлений о себе — экологической

идентичности. Представления о механизмах и функциях творческой деятельности в разные периоды жизни имеют особое значение для эко-арт-терапии и иных родственных ей практикоориентированных подходов к лечебно-профилактической работе.

В последнее время в тесной связи с развитием экопсихологии, экотерапии, эко-арт-терапии и некоторых иных постмодернистских терапий формируются новые концепции творческой личностной активности. Некоторые из них при объяснении механизмов и задач творческой личностной активности обращаются к философским, антропологическим представлениям, характерным для иных культур, в частности традиционных восточных культур.

Один из лидеров экспрессивной терапии выразительными искусствами — S. Levine [23; 24] — развивает концепцию поэзиса (*poiesis*) как творческой функции личности. Он пишет, что «в сфере искусства поэзис можно определить как способность выражать свое отношение к миру, откликаться на него. Мы страдаем на индивидуальном и коллективном уровне, если по какой-то причине не можем реализовать эту способность... Задача в сфере искусства, художественного образования заключается в том, чтобы поддерживать эту деградирующую способность...» [24, p. 27].

Данный автор также полагает, что творческая функция поэзиса наилучшим образом проявляется при коллективном характере творчества: «Особая роль выразительных искусств применительно к социальным изменениям заключается в том, чтобы совместно построить новое общество. Только так мы можем передать будущим поколениям достойную среду обитания» [Ibid. P. 29].

Видный представитель американской арт-терапии и терапии выразительными искусствами S. McNiff [29; 30] в своих представлениях о творческой деятельности придерживается холистических позиций и апеллирует к культурам Востока. В книге «Воображение в действии. Секреты раскрытия творческих способностей» [30] он определяет творческие способности как фундаментальное свойство человеческого духа и в то же время проявление природной созидательной энергии. Он отмечает, что такие представления не свойственны западному мышлению, которое отличается узостью восприятия творческих проявлений и того, как они развиваются в онтогенезе и в системе художественного образования, кто должен, а кто не должен заниматься искусством, и как творческая активность может изменять мир. «Следует отказаться от ограничивающих представлений о том, что творческие способности являются прерогативой лиц с особыми талантами, а не универсальной способностью, присущей любому человеку и всему живому» [Ibid. P. 10].

«Обращалось много внимания на то, что искусство отражает и интерпретирует реальность. В то же время явно недооценивалось то, что творческий процесс протекает наподобие любого природного процесса. Он действительно имеет много общего с тем, как возникают и развиваются новые формы жизни в мире природы...» [Ibid. P. 10–11]. Как и S. Levine, S. McNiff подчеркивает ценность коллективного творчества, которое позволяет людям вместе друг с другом и природой достигать тех эффектов, которые невозможно достичь, занимаясь творчеством индивидуально. При рассмотрении творческой деятельности как имеющей аналогию с природными процессами он ссылается на классическую китайскую философию, в частности, даосизм и конфуцианство, для которых характерно представление об энергии жизни (*ци*) как проявляющей себя в самых разных трансформационных процессах.

Традиционные культуры Востока характеризуются выраженными экологическими установками, поддерживаемыми особыми технологиями, структурирующими взаимодействие человека с миром природы. В культурной традиции Японии, например, получили широкое распространение чайная церемония, искусство икебаны, обустройство садов, выращивание бонсай и т.д. Экологические установки выражают ценностное отношение человека или определенного сообщества людей к объектам

природы, которое возникает в процессе их деятельности, направленной на эти объекты. Формирующиеся при этом отношения к природным объектам в результате обобщения, закрепления и дифференциации становятся устойчивыми свойствами личности и культурной традиции.



Рис. 4. Резервуар для набора воды, используемый во время чайной церемонии.

Этологическая концепция искусства, рассматривающая занятия искусством в качестве универсального поведенческого проявления [13], идеи S. Levine [23; 24], S. McNiff [29; 30] и некоторых других современных представителей экопсихологии и экотерапии, наряду с представлениями традиционных культур о роли искусства в регулировании отношений людей с миром природы, позволяют признать, что творческая активность может служить построению отношений с природной средой, синхронизации человеческих и природных энергий, реализуя универсальную способность живых систем к адаптации.

Представления о творческой функции человеческой психики и природы могут быть рассмотрены в соотнесении с понятием экологической идентичности (экоидентичности). Одним из ее проявлений является способность к средовой творческой активности, реализующей программы саморегуляции и активной (опережающей) средовой адаптации с участием трех основных каналов развития субъективного отношения к природе — перцептивно-аффективного, когнитивного и поведенческого.

Концепции патогенеза

Другим важнейшим компонентом теории и методологии эко-арт-терапии и экотерапии в целом (включающей, наряду с эко-арт-терапией, анималотерапию, садовую терапию, терапию погружением в дикую природную среду и другие формы экологически ориентированной лечебно-профилактической практики) является концепция патогенеза (экобиопсихосоциогенеза). В соответствии с представлениями экопсихологии и экологии здоровья, нарушенным отношениям человека с окружающей средой отводится важная патогенетическая роль. Снижение стрессоустойчивости и адаптационного потенциала, ухудшение здоровья, развитие психических и соматических заболеваний, нарушений развития воспринимаются при этом с точки зрения воздействия средовых, экосистемных факторов.

Некоторыми авторами даже обозначаются определенные синдромы и заболевания, такие как «синдром природного дефицита» и «расстройство природного дефицита» [27] с характерными для них симптомокомплексами и закономерностями течения, в развитии которых определяющую роль имеют нарушенные отношения с природной средой. Дефицит контактов с природной средой также рассматривается как определяющий переживание пустоты и бессмысленности существования.

Концепции вмешательства

Применительно к эко-арт-терапии и экотерапии в целом, концепция вмешательства является той системой представлений, с помощью которой обосновывается роль терапевтической среды, психотерапевтических отношений, факторов терапевтического воздействия в их сочетании друг с другом. В отличие от традиционных психотерапий, представления о важной роли психотерапевтических отношений как определяющих успешность терапии дополнены представлениями о важности трехстороннего взаимодействия между клиентом, терапевтом и природой (как совокупностью объектов и субъектов отношений). Укрепление связей с «миром природы» как экологический фактор саногенеза рассматривается в качестве важнейшего условия эффективной терапии, а в более широком контексте жизнедеятельности также укрепления здоровья, повышения адаптивности и стрессоустойчивости, осмысленной и комфортной жизни.

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

В соответствии с таким пониманием терапевтической среды в эко-арт-терапии была выдвинута идея «Зеленой студии» [22] как особой формы организации терапевтической среды, являющейся частью природного ландшафта либо включающей в себя определенный комплекс природных факторов и процессов. «Зеленая студия» может представлять собой доступную природную зону, в том числе часть институциональной среды больницы, реабилитационного центра, образовательной организации или учреждения культуры, либо природный анклав (парк, ботанический сад, место более дикой природы).

В результате построения терапевтических отношений и разных видов деятельности, осуществляемых в пределах выделенной территории и направленных на ее творческое освоение, у клиентов может формироваться чувство большей

безопасности, предсказуемости и порядка. Повышенная идентификация с этой средой в результате художественно-творческой деятельности способствует ее субъективизации, проявлению эмпатии и иных феноменов, отличающих субъект-субъектные отношения. «Зеленая студия» является местом для укрепления не только собственного здоровья и психофизического благополучия (микроуровень), но и здоровья и благополучия сообщества и среды (макроуровень).

В соответствии с представлениями экопсихологии, природа рассматривается не только как мир объектов, поддерживающих интенсивное воздействие психологических релизеров и обладающих дополнительным саногенетическим потенциалом, но и как активный участник терапевтического процесса, на которого распространяются этические нормы субъект-субъектных отношений. Природные факторы не только формируют особое физическое и символическое пространство и тем самым влияют на динамику терапевтических отношений, но и через механизм субъективизации становятся участниками терапевтических отношений. В одних случаях психотерапевт может во взаимодействии с клиентом использовать природу как источник стимулов или изобразительный материал. В других случаях психотерапевт выступает в качестве посредника в отношениях клиента с природой, воспринимаемой клиентом как субъект.

С.Д. Дерябо и В.А. Ясвин [1] также отмечают, что если отражение природного объекта происходит в парадигме субъект (человек) — объект (животное или растение), то взаимодействия между ними на психологическом уровне не происходит. Речь может идти только об одностороннем воздействии субъекта на объект — например, природный объект, выступающий как материал художественно-творческой деятельности. Если же объект природы подвергнут субъективизации, то появляется возможность психологического взаимодействия с ним, его включения в сферу действия этических норм [31, р. 19]. Таким образом, субъективизация личностью какого-либо природного объекта выступает как системное качество в процессе развития субъектно-этического типа отношения личности к данному объекту, обеспечивая дополнительные возможности для получения клиентом межсубъектного опыта.

L. Corbett and M. Milton [11] подчеркивают, что включение мира природы в терапевтический процесс усиливает проявления переносов и межсубъектного фактора терапии. Использование природы (в самых разных ее проявлениях) при осуществлении психотерапевтических интервенций также способствует актуализации и гармонизации опыта привязанности. Если природа на протяжении многих миллиардов лет поддерживала появление и развитие разных форм жизни, включая человека и его биологических предков, то это может служить предпосылкой формирования привязанности к природной среде как субъекту отношений, поддерживаемой терапевтическими отношениями клиента и терапевта.

Заключение

В статье представлены некоторые ключевые положения формирующейся теории и методологии эко-арт-терапии как системы лечебно-профилактических воздействий, основанных на взаимодействии человека с природной средой на основе использования искусства и творческой активности. Были раскрыты функции искусства, релевантные задачам эко-арт-терапии и способствующие развитию субъективного экоцентрического отношения к природе как основного условия эффективного решения терапевтических задач.

Рассмотрение основ теории и методологии эко-арт-терапии включало: анализ психологической концепции личности и формирования субъективного отношения к природе в онтогенезе на основе психологии отношений; патогенных факторов, обусловленных отчуждением человека от мира природы, и концепции терапевтического вмешательства. Предложена более широкая трактовка творческой личностной активности, связанная с экосистемными представлениями.

Пояснено содержание целого ряда ключевых понятий («средовая персонализация», «экоидентичность», «искусство биофилии», «Зеленая студия») связанных с эко-арт-терапией и обозначающих уникальные характеристики данного инновационного направления. Особое внимание обращено на возможности использования искусства, средовой творческой активности в качестве средств изменения отношения людей к природе и реализации саногенного потенциала их взаимодействия с природной средой.

Литература

1. Дерябо С.Д., Ясвин В.А. Методики диагностики и коррекции отношения к природе. – М.: ЦКФЛ РАО, 1995.
2. Копытин А.И. Современная клиническая арт-терапия. Учебное пособие. – М.: Когито-Центр, 2015.
3. Ясвин В.А. Исследование структурных характеристик личностного отношения к природе // Психологический журнал. – 1995а. – Т. 16, № 3. – С. 70–73.
4. Ясвин В.А. Особенности личностного отношения к природе в подростковом и юношеском возрасте // Вопросы психологии. – 1995б. – № 4. – С. 19–28.
5. Ясвин В.А. Психология отношения к природе. – М.: Смысл, 2000.
6. Barrows A. The ecopsychology of child development // *Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind* / ed. by T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. – San Francisco: Sierra Club Books, 1995. – P.101–110.
7. Brown A. *Art and ecology now*. – London: Thames & Hudson, 2014.
8. Brown L. *Ecopsychology and environmental revolution: an environmental foreword* // *Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind* / ed. by T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. – San Francisco: Sierra Club Books, 1995. – P. xiii-xvi.
9. Burls A. People and green spaces: promoting public health and mental well-being through eco-therapy // *Journal of Public Mental Health*. – 2007. – Vol. 6, № 3. – P. 24–39.
10. Chalquist C. The environmental crisis is a crisis of consciousness: Bringing the psychological dimension into the discussion. Speech delivered at "Voices for Change", organized by students at Sonoma State University, November 2007. – Available at: <http://www.chalquist.com/writings/crisis/> (Accessed 20 July 2018).
11. Corbett L., Milton M. *Ecopsychology: a perspective on trauma* // *European Journal of Ecopsychology*. – 2011. – Vol. 2. – P. 28–47.
12. De Young R. *Environmental psychology overview* // *Green organizations: driving change with IO psychology* / ed. by S.R. Klein, A.H. Huffman. – New York: Routledge, 2013. – P. 17–33.
13. Dissanayake E. *What is art for?* – Seattle and London: University of Washington Press, 2002.
14. Greese R.E., Kaplan R.L., Ryan J. *Psychological benefits of volunteering in stewardship programs* // *Restoring nature: perspectives from the social sciences and humanities* / ed. by P.H. Gobster, R.B. Hill. – Washington, DC: Island Press, 2000. – P. 265–280.
15. Gregory L.A., Fried Y., Slowik L.H. "My space": a moderated mediation model of the effect of architectural and experienced privacy and workspace personalization on emotional exhaustion at work // *Journal of Environmental Psychology*. – 2013. – Vol. 36. – P. 144–152.
16. Halpern D., Bates C. *Personal responsibility and changing behavior: the state of knowledge and its implications for public policy*. – London: Cabinet Office, 2004.
17. Heimets M. The phenomenon of personalization of the environment // *Journal of Russian and East European Psychology*. – 2004. – Vol. 32, № 3. – P. 24–32.
18. Hillman J. A psyche the size of the Earth: A psychological foreword // *Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind* / ed. by T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. – San Francisco: Sierra Club Books, 1995. – P. xvii–xxiii.

19. Hillman J. The force of character and the lasting life. – New York, NY: Random House, 1999.
20. Kanner A.D., Gomes M.E. The all-consuming Self // *Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind* / ed. by T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. – San Francisco: Sierra Club Books, 1995. – P. 77–91.
21. Kellert S.R. Introduction // *The Biophilia hypothesis* / ed. by S.R. Kellert, E.O. Wilson. – Washington, DC: Shearwater Books/Island Press, 1993. – P. 18–25.
22. Kopytin A. Green studio: eco-perspective on the therapeutic setting in art therapy // *Green studio: nature and the arts in therapy* / ed. by A. Kopytin, M. Rugh. – New York: Nova Science Publishers, 2016. – P. 3–26.
23. Levine S.K. Poiesis: The language of psychology and the speech of the soul. – Toronto: Palmerston Press/Jessica Kingsley, 1992.
24. Levine S.K. Art opens to the world: expressive arts and social action // *Art in action. Expressive arts therapy and social change* / ed. by E.G. Levine, S.K. Levine. – London; Philadelphia: Jessica Kingsley, 2011.
25. Linden S., Grut J. The healing fields: working with psychotherapy and nature to rebuild shattered lives. – London: Frances Lincoln, 2002.
26. London P. Drawing closer to Nature: making art in dialogue with the natural world. – Boston; London: Shambhala Publications, 2004.
27. Louv R. Last child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder. – Chapel Hill, NC: Algonquin Books of Chapel Hill, 2005.
28. Macfarlane R. The old ways, a journey on foot. – London: Hamish Hamilton, 2012.
29. McNiff S. From the studio to the world // *Art in action. Expressive arts therapy and social change* / ed. by E.G. Levine, S.K. Levine. – London; Philadelphia: Jessica Kingsley, 2011. – P. 78–92.
30. McNiff S. Imagination in action. Secrets for unleashing creative expression. – Boston; London: Shambhala Publications, 2015.
31. Palmer C. An overview of environmental ethics // *Environmental ethics: an anthology* / ed. by A. Light, H. Roston. – Oxford: Blackwell, 2003. – P. 34–42.
32. Peterson C. Mindfulness-based art therapy: applications for healing with cancer // *Mindfulness and the arts therapies: theory and practice* / ed. by L. Rappaport. – London: Jessica Kingsley, 2013. – P. 64–80.
33. Roszak T. The Voice of the Earth. – New York: Simon & Schuster, 1992.
34. Sartre J-P. Being and nothingness. – New York: Washington Square Press, 1992.
35. Shepard P. Nature and madness // *Ecopsychology: restoring the earth, healing the mind* / ed. by T. Roszak, M.E. Gomes, A.D. Kanner. – San Francisco: Sierra Club Books, 1995. – P. 21–40.
36. Sontag S. On photography. – New York: Straus and Giroux, 1990.
37. The biophilia hypothesis / ed. by Kellert S.R., Wilson E.O. – Washington, DC: Island Press, 1993.
38. Thompson M.R., Thompson K. Inner and outer landscapes: bringing environment into the therapeutic relationship through expressive writing // *Environmental expressive therapies: nature-assisted theory and practice* / A. Kopytin, M. Rugh. – New York: Routledge/Taylor & Francis, 2017. – P. 78–99.
39. Ulman E. The power of art in therapy // *Psychiatry and art* / ed. by I. Jakab. – New York: S. Karger, 1991. – Vol. 3. – P. 93–102.
40. White M., Epston D. Narrative means to therapeutic ends. – New York: W.W. Norton & Company, 1992.
41. Wilson E.O. Biophilia. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1984.
42. Wilson E. Biophilia and the conservation ethic // *The biophilia hypothesis* / ed. by S.R. Kellert, E.O. Wilson. – Washington, DC: Shearwater Books/Island Press, 1993. – P. 31–40.

Conceptual foundations of eco-art therapy

Kopytin A.I.^{1, 2}

E-mail: alkopytin@rambler.ru

¹ Saint Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education
11-13 Lomonosov str., Saint-Petersburg, 191002, Russia
Phone: +7 (812) 572-25-49

² North-Western State Medical University named after I.I. Mechnikov
41 Kirochnaya str., Saint-Petersburg, 191015, Russia
Phone: +7 (812) 303-50-50

Abstract. Characteristics of the ecological approach to art therapy defined as "eco-art therapy" have been presented. The development of this approach is considered in the context of the global tendencies of countermeasures to the worsening ecological situation and more active use of therapeutic and preventive potential of natural salutogenic factors. The connection of eco-art therapy to environmental psychology and ecopsychology is emphasized. Some key ideas of theory and methodology of this approach that concern the theory of personality, pathogenic factors and the theory of therapeutic intervention have been presented. Particular attention is drawn to the use of arts, environmental creative activity as a means of changing people's attitude to nature and revealing the salutogenic potential of their interaction with the natural environment.

Key words: art therapy; eco-art therapy; environmental psychology; ecopsychology; ecotherapy; ecological; nature; personalization; eco-identity; biophilia; "Green Studio".

For citation

Kopytin A.I. Conceptual foundations of eco-art therapy. *Med. psihol. Ross.*, 2019, vol. 11, no. 1, p. 4. doi: 10.24411/2219-8245-2019-11040 [in Russian, abstract in English].