

ТВОРЧЕСТВО В ПЕСОЧНОМ ПОДНОСЕ

Игра с песком – это процесс творческого самовыражения, в котором песочный поднос становится местом проживания человеком какого-то отрезка жизни по своему усмотрению. Небольшой деревянный поднос, покрашенный внутри в голубой цвет, позволяет имитировать воду, землю, воздух и небо, – основные сферы существования людей. По своему желанию человек выставляет в поднос и многочисленные миниатюрные фигурки. Когда-то К.Г. Юнг испытал на себе целительное воздействие игр с песком. Он жил на берегу озера, где можно было строить крепости и города из мокрого песка, отыгрывая те ситуации детства, которые продолжали травмировать его и в зрелом возрасте. Спустя много лет он поддержал намерение своей ученицы Доры Калфф создать психологическую методику, которая использовала бы целительные возможности песочных построений.

Игру с песком как методику коррекции детей еще в 40-е годы начали применять англичане. С тех пор она претерпела значительные изменения, покорила весь мир и нашла применение не только у детей, но и у взрослых. Суть ее заключается в обеспечении связи и равновесия между внутренними, бессознательными влечениями человека любого возраста и окружающим его внешним миром. Нарушить эту связь могут сотни самых разных обстоятельств жизни, и мало кому удастся сохранить душевное равновесие на всю жизнь, не прибегая к поддержке извне. По мнению Юнга, каковы бы ни были причины эмоционального неблагополучия человека, процесс игры и драматизации освобождает заблокированную энергию и активизирует возможности самоисцеления, заложенные в психике любого человека. Каждое человеческое существо изначально имеет чувство целостности, способное победить внутренний разлад, боли и сомнения. Песочная терапия особенно полезна для тех людей, которые не могут высказать словами своих проблем, людей молчаливых и замкнутых, страдающих неврозами, подвергавшихся насилию разного рода. Она хорошо влияет на детей, имеющих вредные привычки, повышенную агрессивность, упрямство. Песок сыплется и льется, он проходит сквозь пальцы. На него можно, как на огонь, смотреть часами и представлять себе все, что существует на свете. Игра с песком может стать истинным творчеством, исцеляющим душу.

К.Г. Юнг много путешествовал и пришёл к мысли, что повсюду в мире встречаются одинаковые внутренние образы, то есть элементы психики, которыми наделено всё человечество. Юнг назвал эти образы «архетипами». Он подчеркивал, что у человека существует два базовых топографических начала: сознание и бессознательное. Внутри них различаются общие и специфические структуры. Общие предполагают архетипические образы и

человеческие комплексы. Количество архетипических образов подсчету практически не подлежит, но хочется отметить особо примечательный из них – архетип Самости, который является центральным архетипом порядка в психике, регулирующим центром всего психического. Сами архетипы в большинстве своем непосредственно не наблюдаемы, но четко прослеживаются по своему влиянию на зримое содержание сознания. При обсуждении понятия архетипа К.Г. Юнг сравнивал его с кристаллическим образованием в насыщенном растворе. Решетчатая структура отдельного кристалла следует определенным правилам или принципам, а действительную форму проявления заранее предсказать невозможно. Например, существует универсальная тенденция создавать образ матери, базирующийся на универсальном человеческом архетипе, но у каждого человека это свой, неповторимый образ. Процесс формирования всегда остается вне сознания формирующего. При этом сами глубины человеческой психики имеют такую же степень объективной реальности, как и внешний, «реальный» мир сознательного опыта. Самость, как ее видел Юнг, является регулирующим центром всего психического мира человека, а вот так называемое Эго является лишь центром личного сознания. Поэтому феноменологически Самость неотделима от явления, традиционно именуемого Богом.

Интеграция Эго с Самостью есть конечная цель совершенствования личности или так называемая индивидуация. Индивидуация – это процесс психического развития, приводящего к осознанию целостности человека. Чтобы добиться психической целостности или по меньшей мере к ней приблизиться, необходимо пройти процесс, в котором добиться контакта с бессознательной сферой и согласиться на интеграцию бессознательных частей в повседневную жизнь. Индивидуация является естественным явлением, а помехи на её пути в результате преобладания ориентации на коллективные мерки означает нанесение вреда индивидуальной жизнедеятельности. Говоря более простыми словами: индивидуация обозначает становление своей собственной Самости. Наше "Я", по Юнгу, не является подлинным центром психики, его считает таковым лишь современный человек, сознание которого оторвано от бессознательного. Необходима "амплификация" (что в переводе означает «расширить, раздуть, увеличить, вынести на яркий свет») – расширение сознания в сторону глубинных слоев бессознательного. Трагический разрыв между природой и культурой породил, по Юнгу, универсальный человеческий невроз.

Феномен "мертвой матери" был выделен, назван и изучен известным французским психоаналитиком Андре Грином сравнительно недавно. В работе

"Мертвая мать", вышедшей в свет в 1983 году, и пока не переведенной на русский язык, Грин использовал в качестве парадигмы изучения психических явлений детский ответ на травматическое разрушение связи между ребенком и матерью на самых ранних периодах жизни индивидуума. Эта работа поднимает определенные фундаментальные теоретические вопросы в отношении взаимосвязи между травмой в младенчестве и раннем детстве и последующим ответом на нее психопатологией. В качестве главного фактора, способствующего психической травматизации, он выделяет депрессию матери. Что же может стать причиной, погружающей мать в депрессию? А. Грин выделяет следующие жизненные стрессовые ситуации: обман мужа, смерть его или родителей, вынужденное прерывание беременности, выкидыш. Видимо, могут быть и еще десятки других. Эмоционально отвергающая ребенка мать, находясь рядом с ребенком, не может понять его и, соответственно, дать то, что ребенку надо. Сложившаяся ситуация приводит к серьезным изменениям в психике ребенка, который не знает, что же на самом деле происходит. Именно в этот момент для ребенка теряют всякое значение отношения с матерью, что в последствии найдет отражение в **обесценивании и потере отношений с другими людьми.**

Чувство, сопровождающее самые ранние отношения с матерью, является базовым, и поэтому так важно, чтобы эти отношения с матерью были положительными и теплыми. Не исключением является и психоаналитик. Приходя в терапию много лет спустя, пациенты с такими трудностями психического функционирования **не могут поверить**, что аналитик может помочь им в их тяжелой жизненной ситуации. Ими, как правило, владеет **сильный страх формирования отношений.** По этой причине они проецируют на психотерапевта образ своей депрессивной матери, видят терапию как "мертвые отношения", некоторое добавочное страдание к уже имеющемуся у них. Феномен "мертвой матери" может также иметь место в случае, если **мать отрицает, что у ее ребенка есть внутренний индивидуальный мир, отдельный от ее собственного.** Этот факт может быть связан с полным отсутствием у нее опыта переживания чувственного мира других людей. Необходимым шагом в этом направлении будет вывод о том, что **такие чувственно неспособные матери, никогда не признают психическую индивидуальность своих детей.** Такому ребенку не пожаловано разрешение быть личностью, существовать как имеющему мир, уникальный и отдельный от материнского. Последствия такого видения матерью внутреннего мира ребенка могут быть опустошающими. Выделенное в этом тексте нам очень важно в применении к конкретным примерам из практики.

В качестве примера покажем работу мужчины 39 лет, инженера. С ним была проведена 21 сессия Песочной

терапии. Запрос он сформулировал следующим образом: «У меня плохие отношения с женой и матерью. Не думаю, что песочная терапия мне поможет, но попробую»

Из его немногословного повествования можно было понять, что ребенок был покинут матерью в возрасте 8 месяцев. Она уехала на Север зарабатывать на жизнь себе и ему, а также 12-летней сестренке от первого брака. Объяснить ребенку, что мама делает полезное для всех их дело, было невозможно. Ребенок ничего не понимал, когда звал маму, а на крик все время приходила старая бабуля, с очень резким голосом. Закономерно, что мальчик, потерявший мать, в первичном протоколе сценария жизни записал: «Меня бросила мама, я ей не нужен, видимо, я плохой». Мать мальчика неоднократно пробовала забрать его к себе после устройства на новом месте, но бабушка не позволяла это сделать. Время от времени мама приезжала в отпуск или брала мальчика к себе в гости на некоторое время. Затем мальчик опять возвращался бабушке и оставался жить у нее до 10 класса. Бабушка – коммунистка и общественница – постоянно была занята чужими делами и дома отсутствовала. А там порой не было ни крошки хлеба. Часто мальчика «таскала в гости», хотя ему там было крайне скучно. Она никогда не хвалила мальчика, была с ним жестка и даже поколачивала время от времени. Воспоминания его о детстве очень грустны: «Незнакомые люди несли апельсин. Я спросил: «Сколько стоит один апельсин?». Они угостили меня, а потом вернулись и дали еще один». «В фонтане собирал деньги. Иногда хватало на мороженое». «Меняли деньги будто бы для телефона-автомата, а многие люди давали монетки просто так». Самое радостное воспоминание – пребывание в больнице. Тогда мама и старшая сестра принесли конструктор, который дети сейчас же растащили по частям, но уже сам подарок был приятен. До этого игрушки давали чаще соседи.

О матери бабушка при мальчике отзывалась очень плохо. Она считала ее очень неудачным ребенком, ненавидела с детского возраста и хотела, чтобы «лучше она умерла тогда». Обвиняла ее абсолютно во всем, но более всего в том, что та бросила сына и 12 – летнюю дочку, которая жила у своей подруги. По воспоминаниям мальчика, она всегда отрицала факт наличия у дочери своих мыслей, воли, порядочности и вообще психической активности, что позволяет отнести ее (бабушку) к разряду «мертвых матерей». Она не только не признавала существования внутреннего мира дочери, но и подтолкнула своим отношением к трудностям общения с окружающими, избеганию контактов и к замкнутости. Женщина постоянно напоминала во взрослом возрасте загнутого в угол малыша, у которого тряслись руки почти постоянно, когда надо было вступить в контакт с кем-либо или что-то предпринять. Так, по кинофильмам и литературным свидетельствам, выглядят дети, перенесшие плен, насилие, заключение или замурованность. Несмотря на два

неудачных брака, она на всю жизнь осталась одиночкой. Дочь была нежна и заботлива по отношению к матери, но постоянно где-то искала себе «место под солнцем» и не находила его, а сын под любым предлогом избегал встреч, хотя и жил с матерью в одном городе. Она всегда боялась проявить свое отношение к детям, улыбаться им, гладить их по голове, хотя и никогда не повышала на них голоса и не била. Ее состояние в течение долгих лет было депрессивным, но она никогда не посещала врача. Она почти не знала своего сына и дочь. Тем более терялась, если речь заходила о логике их поступков, о значимых событиях. Создавалось впечатление, что она хочет, но не может понять внутренний мир своих детей. Эти позиции в последствии она передала сыну. Он неловко чувствует себя в компании, норовит быстро уйти, не находя тему для разговоров и даже не пытаясь ее найти. Свою потребность в общении мать удовлетворяет с помощью телесериалов, он – пребыванием в Интернете. Выражение его лица постоянно грустное, он не находчив, рассеян, все забывает (скорее, вытесняет). На фото он почти всегда отличается от окружающих по настроению, даже если называет их друзьями. При любой возможности оценки людей говорит о них плохо. Особенно охотно – о жене и матери. Первую жену считает холодной и расточительной эгоисткой, вторую – истеричкой, не дающей жить. Вторую считает любимой. От критики себя тут же приходит в ужас. Тепло отзываться только о тех, кто его когда-нибудь оценил высоко или простил за проступок без наказания или нотации. Последнее делала и мать, но к ней он тепло все-таки не относился. Как видно, первая женщина в его жизни – мать – бросив его, была вычеркнута из списков близких людей раз и навсегда. Ребенок бессознательно зафиксировал это в «первичном протоколе». С нею вместе и те, которые совпадают по полу (данные Э.Берна). Как правило, на

жену проецируются отношения с матерью в огромном количестве случаев из практики. В нашем случае отношения до сих пор не клеятся как с той, так и с другой стороны. Ведь бессознательное – это часть психики, лежащая вне сознания. Материал бессознательного состоит из вытесненных воспоминаний и неосознанных подавляемых переживаний. Даже объяснить своего отношения чаще всего без специалиста нельзя, тем более – исправить то, что было сломано. На своем первом подносе он показал, что вся его жизнь разломлена, и он ее оплакивает.

Первый поднос его назывался «Разделившийся мир» (Рис.1). Первый поднос, построенный клиентом, наиболее важен для понимания его внутреннего состояния. Важен порядок выбора фигур и все изменения и колебания, которые происходят во время построения. Важно также, что он говорит о своем подносе. Рассказ был таким: «На берегу стоит церковь. В ней молится женщина, похожая на Деву Марию (На самом деле, это старый тибетский монах). Все чисто и возвышенно. Тут же плывет дельфин – доброе существо. Он играет с детьми». Здесь мы видим, что мир на подносе действительно разделится пополам на прошлое и будущее. Центр и настоящее затоплены водой. Центру личности угрожают хищные рыбы: дельфин и акула. В этом же направлении сосредоточены обезьяна («противная и злая»), солдат из сознательного прошлого, две бабочки, два орла и мирная рыба. Такое ощущение, что там должно что-то начаться. Из трех мужчин, выставленных на поднос, Клиент больше всего заботился о том, который в нижнем левом углу, перенося его несколько раз в разные пространства. Судя по тому, что он так и остался в бессознательном прошлом, будучи воином без оружия, сидящим на песке, его следовало бы считать образом самого Клиента и страдальцем, неудачником.



Рис.1 Разделившийся мир

Главное, что необходимо понять, – это психологический механизм, вследствие которого каждое «открытие» - это всего лишь раскрытие чего-то латентного, и весь культурный процесс - это создание мира человеком по собственному желанию, образу и подобию. На подносе аналитик фрейдистского толка скорее всего увидел бы, что страдалец-воин обратил взор на разведенные ноги матери (берега водного бассейна), во чреве которой молится тибетский монах. Это – место и пространство, в котором до рождения человек чувствовал тепло и защищенность. Замок с его множественными углублениями, поставленный в центр сознательного, может, как грот пещеры и полые деревья, гнезда, укрывающие птенцов, превратиться в модель теплой и защищенной утробы. под влиянием инстинктивных воспоминаний Там все «чисто и возвышенно»: Иисус благословляет поднятым перстом, Ангел («божественно чистый») готов прийти на помощь, монах творит молитву. Зажженные свечи либо соединяют автора с Богом и небом, либо оплакивают (воском) его тяжелую судьбу. А, может быть, и то, и другое. Это защищенный город, по Отту Ранку, или мираж желаемого, от чего далеко отстоит наш герой, разрешая себе лишь мечтать и любоваться всем этим издалека. На подносе (этом и последующих) есть мужчина и женщина с множеством маленьких детей, беззащитные, слабые животные и насекомые. Можно предположить, что его детское начало нуждается в поддержке.

Дальнейшая работа подтвердила описанные

предположения. Он рисовал картины бытового характера, имеющие грустные названия: «Грустный мир», «Грусть», «Путник перед выбором», - в которых неизменно присутствовали оплакивающие свечи, множественные проявления SELF (камни, дома, иконы) густая растительность, могущая укрыть и защитить, заборы, плавсредства, зонты. Несколько подносов были построены в виде острова. Что это? Место уединения или защиты от окружающих? Скорее всего, это место уединения и тишины. Лебедева О.Л. по этому поводу пишет: «Внутри тебя можешь быть только ты сам. И тишина оказывается необходимым условием, чтобы услышать голос Самости. А пустота – необходимое место, которое начинает заполняться знанием из глубин бессознательного. Только в тишине возможно творчество и медитация. Это движение от Суэты к Вечности». И его образ мужчины – Анимус – представлен то Ворчуном, то Клоуном, то Гномом, т.е. несовершенными мужскими фигурами, что может говорить о низкой самооценке мужского образа себя. На многих подносах постоянно появляются дети под деревьями или зонтами. Много растительности – не от желания ли спрятаться, охранить себя от чего-то? Да, видимо, его детское серьезно нуждается в защите

Несколько подносов изображают мандалу – священный круг из камней, фруктов, грибов и бабочек. Во многих случаях мандала строится на острове. Сам остров тоже есть мандалическое построение. Это как центр личного сознания бывает нестабильно, отягощенное событиями бытия и перенесенными травмами. В этом случае Самость

может напомнить о себе мандалой в качестве успокаивающего и подбадривающего символа порядка и архитипической основы Эго. В восточных религиозных традициях мандалические композиции часто содержат бого-образы и используются в медитативной практике. Так как в феноменологическом отношении Самость неотделима от явления, традиционно именуемого Богом, то можно считать, что клиент испытывал нуминозный, чарующий тонус переживания Самости в срединной части построения подносов. На протяжении всей своей жизни К.Г. Юнг проявлял глубокий интерес к религиозному переживанию. Он выявил ряд преобразующих ритуалов, которые не потеряли своей силы в Западной христианской традиции. Так, как Самость феноменологически возникает в той же самой образной структуре, что и другие, связанные с Божеством, она воздействует ровно так же, как и Бого-образ. Нуминозные переживания, замеченные Юнгом, проявляются часто в сновидениях и оказываются способными в случае их ассимилирования к созданию глубоких и длительных изменений в личностной структуре. Аналогичным может быть воздействие песочных построений мандалического характера. Компенсаторная и целеполагающая функция мандалы, много раз выступающая в процессе коррекции, явно меняет содержания последних подносов.

На самом последнем подносе, построенном через 8 месяцев, в центре композиции стоит моряк на катере Он (катер) ярко красного цвета. В таком же цвете одежда женщины и крыша дома (Возможно, их дома). Не очень уверенный в себе, «полосатый», он готов, впервые за время работы с ним, сделать шаг вверх – к Самости. Может быть, слабеет сценарий неудачника. Авторская фигура прочно обосновывается в центре построения в виде действующего и значимого лица, перед ней появляется дорога, ведущая вверх. Она широка, прочна. Она зовет подняться. И он поднимется, так как двое сверху явно зовут его и ждут (См. рис 2). «Моряк приплыл домой. Дети играют под зонтиками.

Дом, куры, утки» – это его рассказ. Для человека с серьезными проблемами общения, с избеганием контактов – это неплохое решение.

Как мне кажется, будущее уже открыто для него, оно способно научить его думать и говорить о жизни иначе, развивать в себе сильный Анимус, так необходимый для удачной семейной жизни, поднимать самооценку в целом и переписывать сценарий Неудачника. Процесс индивидуации, описанный К.Г. Юнгом, происходит в непрерывного диалоге между Эго – ответственным центром сознания, – и таинственным религиозным центром всеобщей психики, центром, который Юнг назвал Самостью. Одновременно и центр Эго, и центр Самости понуждают Эго к процессу индивидуации с тем, чтобы развернуть в общий строй Эго-состояния, все еще кажущиеся отдельными и независимыми.

Работа с клиентом была непростой. Если мы диагностируем синдром "мертвой матери" у обратившегося в психотерапию, то работа должна начинаться с создания безопасной атмосферы лечения, с принятия такой личности со всеми ее тяжелыми переживаниями. Но всегда ли можем мы принять его, испытываем ли мы эмпатию по отношению к данному человеку? Дальнейшая тактика работы была направлена на создание внутреннего принимающего и любящего образа «матери». Приходилось уметь молчать, не фрустрируя пациента, терпеливо ждать, пытаясь эмпатически вчувствоваться и понять, что он хочет сказать. Очень важно в этом отношении для терапевта попытаться дать подпитку слабой части «Я» пациента. Такие пациенты, не получая поддержки, стремятся быстрее покинуть терапевта или пытаются причинить ему страдания. Полезно иметь наличие некоторой базы теоретических знаний о феномене "мертвой матери". Это может стать важным фактором, способствующим своевременному распознаванию и верной диагностики синдрома "мертвой матери", что в свою очередь будет залогом продвижения и успешности терапии.



Рис.2. Спокойная жизнь

ЛИТЕРАТУРА

1. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. – СПб: Изд. «Братство». 1992.
2. Лебедева О.Л. Наедине с богом. Одиночество: материалы VI конференции Развивающейся группы Аналитической Психологии Санкт-Петербурга «Проблемы одиночества в терапии и культуре»/Под ред. Е. Замфир – СПб: Янус, 2007
3. Павлова О. Феномен «Мертвой матери». «Психоаналитический вестник». – №10, – 2002
4. Ранк О. Травма рождения. – М.: Аграф, 2004.
5. Стерн Д. Дневник младенца: Что видит, чувствует и переживает ваш малыш/ Пер. с англ. – М., 2001.
6. Фрейд З. Художник и фантазирование / Пер. с нем. Под ред. Р. Додельцева, К. Долгова. – М., 1995.
7. Холл Д. Юнгианское толкование сновидений. Практическое руководство. – СПб: Б.С.К., 2004.

Подано до редакції 17.04.07

РЕЗЮМЕ

У роботі показаний процес відновлення індивідуальності засобами творчого самовираження через пісочну терапію. Випробувавши у віці немовлят феномен "мертвої матері" з його негативним впливом

на судьбу дитини, чоловік зумів перебороти внутрішній розлад побудовою пісочних композицій. Це технологія, гра й корекція способу життя одночасно.

SUMMARY

The article shows the process of reestablishing psychological equality between consciousness and unconsciousness by means of creative self-expression during a session of sand therapy. An individual who in his early childhood experienced the "death mother"

phenomenon with its negative influence on life could overcome his inner chaos via forming sand compositions. It is a technology, a game and the way to correct one's life.