

ПРЕДИСЛОВИЕ

Наблюдая за развитием психотерапии, трудно не заметить, что она оказалась захваченной процессами информационного ускорения, свойственными многим другим областям современного мира. В середине XX-го века методов психотерапии насчитывалось десятки, сейчас – уже многие сотни. Наверное, это и неплохо: как говорится, «много – не мало». Если психотерапия так активно развивается, то, как минимум, это означает, что она является актуальной и необходимой частью культуры.

И всё же, представляя ещё один метод, я пребываю в некоторой неуверенности. Насколько он необходим? Надеюсь, грех его рождения несколько оправдывается тем, что никакого метода я создавать не намеревался. Тем не менее, он родился и хочет жить. Он не спрашивал меня о своём праве быть, а стал для меня неизбежностью: я лишь отзывался на внутренний интерес и вопросы, которые меня вели и побуждали к размышлениям, поискам и экспериментам. Долгое время я сомневался, что в методике, к которой я пришёл, есть нечто новое, мне казалось, что все так и должны работать. (Не могу не признать, что своим рождением она во многом обязана моему незнанию: находить свои ответы для меня всегда было интереснее, чем довольствоваться чужими). Однако посещая занятия других арт-терапевтов, арт-терапевтические конференции, фестивали, симпозиумы, я всякий раз с удивлением убеждался в обратном. Несомненно, есть довольно близкие методы и по духу, и по практическому воплощению. Но в них есть и существенные отличия.

Метод рождался постепенно на занятиях арт-терапевтической группы, которую я вёл. Поначалу это была всего лишь арт-терапевтическая методика. Надо сказать, что повод для её первоначального теоретического осмысления был довольно формальным. Некоторое время, когда основная методика уже существовала, теоретического обоснования её внутренних механизмов ещё не было. Просто сама практика, её естественное развитие и мой поиск привели именно к такому способу работы. Но однажды руководство психологического центра, в котором я тогда работал, поручило мне написать методическое пособие по ведению арт-терапевтической группы для специалистов смежных центров. Тогда и начало рождаться теоретическое обоснование особенностей метода, которому сначала было дано название «Присутственная арт-терапия», а позже – «Терапия творческим присутствием».

Эта книга в значительной части посвящена арт-терапии, поскольку описываемый метод осуществляется в основном в артовой модальности. Однако содержательно в *Терапии творческим присутствием* (ТПП) гораздо большее внимание уделяется смысловой, когнитивной и поведенческой составляющей терапии, нежели собственно артовой. Поэтому, кроме арт-терапии и описания практики «творческого присутствия», в книге рассматриваются вопросы, связанные с возникновением и развитием психогенных расстройств с точки зрения данного подхода.

Тем не менее, эта книга не академическая, и вряд ли её можно воспринимать как классический учебник. В ней довольно много субъективного: я решился поделиться своими мыслями, своим видением и опытом, но они, разумеется, охватывают далеко не всё и уж точно не являются истиной в последней инстанции.

Это первая книга, в которой описываются не только все нюансы практики *Терапии творческим присутствием* (групповой, индивидуальной, самостоятельной), но и теория, без которой правильное понимание метода затруднительно¹.

Читать книгу лучше всего последовательно. Каждая последующая глава исходит из предыдущей. По мере чтения у вас сложится целостное представление о методе, вы

¹ Прежде выходила книжка, кратко описывающая метод: *Ляшенко В.В. Арт-терапия как практика самопознания: присутственная арт-терапия*. – М.: Психотерапия, 2014. – Здесь и далее примечания автора.

найдёте ответы не только на вопросы «что и как делать?», но и «почему и для чего делать именно так?»

В качестве развёрнутой иллюстрации арт-терапевтической работы, организованной с применением данного метода, приводятся записи четырёх сессий, по которым можно детально проследить, как метод осуществляется в практике личной психотерапии.

И перед тем, как перейти к содержательному разговору, хочу высказать слова благодарности моей жене Татьяне, которая является и первым читателем всех моих работ, и их литературным редактором – без неё эта книга не состоялась бы.

Я также признателен участникам моих открытых занятий и учебно-терапевтических семинаров, интерес, вопросы и опыт которых помогают развитию метода.

И наконец, я не могу не высказать благодарности отважным *искателям* (клиентам, участникам арт-терапевтической группы), выбравшим меня в качестве попутчика и проводника: вы являетесь самыми непосредственными участниками и соавторами метода!