

Терапия творческим самовыражением Бурно — российский клинико-психотерапевтический метод-школа — в отличие от терапии творческим самовыражением, терапии творчеством (Creative therapy) в широком, западном, понимании (как вспомогательная терапия, "главным образом, в рамках общего лечебного плана с учётом психоаналитической концепции"; I. Bonstedt-Wilke, U. Rüger, 1997).

Т. т. с. Б. привносит конкретные занятия целебным творчеством, духовную культуру в естественнонаучную традиционную российскую клиническую психотерапию А. И. Яроцкого (1866—1944) и С. И. Консторума (1890—1950). В отличие от арт-терапевтических, экзистенциально-гуманистических и религиозных подходов Т. т. с. Б. предполагает природную, телесную основу в самых сложных движениях души и отправляется в своих психотерапевтических воздействиях не от Духа, а от Природы. (Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением, 1999; Бурно М. Е. Клиническая психотерапия, 2006; Бурно М. Е., Добролюбова Е. А. (ред.).

Практическое руководство по Терапии творческим самовыражением, 2003).

Психотерапевтом исследуется защитно-приспособительная работа природы, более или менее понятным клиницисту языком начертанная в клинической картине, в личностной почве, чтобы помочь стихийным природным силам совершеннее защищаться от вредоносных внешних и внутренних воздействий.

Например, деперсонализационное страдание понимается как защитно-приспособительная неестественность чувствования, переживания ("чувствую, переживаю не по-своему, например, немею душой"), смягчающая душераздирающую тоску. Это стихийное несовершенство природной защиты поправляется, по возможности, психотерапевтическим творчеством, помогающим пациенту чувствовать себя собою, посветлеть в творческом вдохновении.

Теоретическая основа метода — положение П. Б. Ганнушкина (1933) о "жизненной компенсации психопатов" и "мягких шизофреников и эпилептиков"; (выявление или невыявление данной патологии в зависимости "от внешних воздействий, от их суммы, от их содержания") и подобные, созвучные Ганнушкину, размышления Э.

Кречмера (1934) с последующим выводом о том, что «здесь лежат психотерапевтические задачи». Речь идет о кречмеровской психотерапевтической концепции — «созидание личности по ее конституциональным основным законам и активностям» (Е. Kretschmer, 1975).

Т. т. с. Б. вышла из психиатрии и показана для разнообразных пациентов с болезненным переживанием неполноценности с чувством своей вины, несостоятельности (патологическая дефензивность (пассивная оборонительность) — в противовес агрессивности). Однако особенно в последние годы, метод стали применять для лечения душевно здоровых соматических, неврологических пациентов с дефензивными особенностями характера, для помощи здоровым дефензивным детям (в школе, в детском саду) и т. д.

Сущность метода. Пациент или здоровые люди с дефензивными трудностями под руководством психотерапевта изучают элементы клинической психиатрии, характерологии (в том числе, характеры художников, ученых), элементы психотерапии, естествознания в разнообразном творческом самовыражении, дабы обрести свое, поднимающее из «каши» переживаний целительное осмысленное творческое вдохновение. Обрести себя как уникальную, но все же, сообразно природе своей, аутистическую, психастеническую, синтонную, полифонически-шизотипическую и т. д. личность. Природные характеры, симптомы болезни понимаются здесь не как «бирки», а как важные природные ориентиры (наподобие, например, мужской или женской, юношеской или стариковской природной душевной особенности), помогающие найти тропинку в свою творческую аутистическую, психастеническую и т. д. неповторимость, свою Любовь и свой Смысл. Подобно тому, как студент консерватории, по совету преподавателя исполняя какое-то любимое музыкальное произведение так, как исполняет его душевно созвучный ему музыкант, приходит из подражания к своей, словами Равеля, «бессознательной неточности».

Практика метода. Индивидуальные психотерапевтические встречи, творческие домашние задания, группа творческого самовыражения в камерной обстановке психотерапевтической гостиной, реалистический психотерапевтический театр. Конкретные методики терапии творчеством, переплетающиеся между собой: 1) терапия созданием творческих произведений; 2) терапия творческим общением с природой; 3) терапия творческим общением с литературой, искусством, наукой; 4) терапия творческим коллекционированием; 5) терапия проникновенно-творческим погружением в прошлое; 6) терапия ведением дневников и записных книжек; 7) терапия перепиской с психотерапевтом; 8) терапия творческими путешествиями; 9) терапия творческим поиском одухотворенности в повседневном. «Творческий» — означает здесь всюду познание-поиск себя аутистического, психастенического и т. д. в общении с искусством, природой и т. д. с целью обрести свою вдохновенно-творческую неповторимую жизненную дорогу.

Долгосрочная Т. т. с. Б. продолжается 2—5 лет, краткосрочные варианты метода — от недели до 4-х месяцев. Идеал терапевтической эффективности — формирование творческого стиля жизни: возможности обретенными способами приводить себя в

состояние творческого вдохновения, способность подолгу жить в состоянии вдохновения.

Т. т. с. Б. бесконечно развивается вместе с клинической психиатрией, характерологией, искусством, всеми областями духовной жизни, из которых метод выбирает необходимый ему материал, преломляя его клинко-психотерапевтически. Подобно тому как хирургия преломляет клинически по-своему все новые и новые технические открытия.

М. Е. Бурно