І. А. Даўгулёва, Н. М. Дробыш
г. Гомель, ГАІРА

ВЫКАРЫСТАННЕ ТРАДЫЦЫЙНЫХ БЕЛАРУСКІХ ЛЯЛЕК У ПРАКТЫЦЫ АРТ-ТЭРАПІІ

На сённяшні дзень адным з распаўсюджаных накірункаў работы псіхолага з’яўляецца лялькатэрапія. Прадстаўляючы класіфікацыю карэкцыйных напрамкаў арт-тэрапіі (тэрапіі мастацтвам), К. Краплак адносіць лялькатэрапію да імагатэрапеўтычнага адгалінавання. На яго думку, у аснову імагатэрапіі пакладзена тэатралізацыя псіхатэрапеўтычнага працэсу [1]. Тэарэтычнае абгрунтаванне лялькатэрапія знаходзіць у адзінстве асобы і вобразу, выкарыстанні ідэнтыфікацыі і абасаблення ў якасці асноўных механізмаў развіцця асобы. У мэтанакіраванай тэрапеўтычнай практыцы ляльку пачалі прымяняць з пачатку XX ст.: у 1926 г. неўрапатолаг М. Райт выкарыстоўваў лялечны тэатр з мэтай лячэння неўрозаў. У 1917–1922 гг. першыя савецкія «лялечнікі» працавалі над стварэннем методык рэабілітацыі непаўналетніх пасля стрэсаў, лячэння дзяцей, абмежаваных у руху, выкаранення заікання.

На сённяшні дзень магчымасці лялькатэрапіі дазваляюць вырашаць разнастайныя задачы: павышэнне эмацыянальнай устойлівасці, фарміраванне механізмаў самарэгуляцыі, пашырэнне рэпертуару роляў пры самавыражэнні. Найлепшыя вынікі яна паказвае пры карэкцыйным уздзеянні на сферу паводзін, у адаптацыйным працэсе, вырашэнні канфліктаў, а таксама ў рабоце з фобіямі разнастайнага генезу. Прынята выдзяляць наступныя функцыі лялькатэрапіі: *рэлаксацыйная* – зняцце эмацыянальнага напружання; *выхаваўчая* – карэкцыя паводзінавых праяўленняў асобы ў гульнёвых мадэлях жыццёвых сітуацый; *развіваючая* – развіццё асноўных псіхічных працэсаў (успрыняцця, памяці, увагі, мыслення і інш.); *навучальная* – узба-

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

гачэнне ведаў аб навакольным асяроддзі; *камунікатыўная* – развіццё навыкаў міжасобасных зносін.

Традыцыйна арт-тэрапія ўключае тры асноўныя кампанеты: псіхатэрапеўта (псіхолага), кліента і арт-прадукт, які знаходзіцца паміж імі. Такім чынам, лялька, якая ствараецца кліентам у ходзе арт-тэрапеўтычных сесій, з'яўляецца тым дзейсным сродкам, які дазваляе кліенту перанесці на яе свае пачуцці, эмоцыі і ўнутраны стан. З дапамогай лялькі кліент мае магчымасць адрэагаваць эмоцыі, актуалізаваць наяўныя і скрытыя рэсурсы, павысіць самаацэнку, прапрацаваць вобраз «Я» і праблемы ўспрыняцця асабістай знешнасці.

Псіхакарэкцыйны працэс з выкарыстаннем лялькатэрапіі праходзіць у некалькі этапаў: а) фарміраванне запыту (сутнасць праблемы, што «баліць», што кліент жадае даследаваць); б) творчы працэс стварэння лялькі, якая адпавядае запыту (выбар канкрэтнага вобразу і матэрыялаў, прапрацоўка асобных элементаў і дэталяў, адрэагаванне кліентам эмоцый у працэсе работы); в) рэфлексія (пачуцці і эмоцыі, якія адчуваў кліент у працэсе стварэння лялькі; ступень задаволенасці вынікамі працы).

Работа з традыцыйнай беларускай тканевай лялькай мае свае адметныя рысы. У даўнія часы існавалі своеасаблівыя правілы вырабу такіх лялек. Любая лялька-абярэг рабілася з паношанага адзення, пры ўмове, што гэта аддзенне не насілася, калі чалавек хварэў. Жанчына, калі садзілася рабіць ляльку, павінна была быць здаровай, з чыстымі думкамі. Таму лялькі рабіліся ў адзіноце і маўчанні, выключэнне складалі абрадавыя нагаворы і песні.

Галоўнай асаблівасцю вырабу менавіта беларускіх тканевых лялек лічылася недапушчальнасць выкарыстання колючых і рэжучых прадметаў, якімі чалавек мог параніцца. Таму лапікі і ніткі для будучых лялек трэба было не рэзаць, а рваць. Усе славянскія лялькі-засцярогі падобныя ў адным: у іх няма твару і вуснаў. «Няма вачэй – не ўбачыць! Няма вуснаў – не раскажа!». Традыцыйная беларуская тканевая лялька – безаблічная. Лічылася, што калі лялька будзе ўжо вельмі падобнай на чалавека, то ў яе абавязкова ўселіцца злы дух. А лялька без твару лічылася прадметам неадушаўлёным, недаступным для ўсялення ў яго злых сіл, а значыць, і бясшкоднай для дзіцяці. Яна павінна была прынесці гаспадару дабрабыт, здароўе, радасць.

Цікавасць выклікае той факт, што і сусветна вядомая «вальдорфская» лялька ніколі не надзялялася яўным выразам твару. У працэсе гульні дзіця надавала ёй розныя эмоцыі, прымушала смяяцца ці сумаваць. Такім чынам у дзіцяці развівалася эмацыянальная сфера асобы, эмпатыя і ўменне суперажываць. Р. Штайнер адзначаў: «Трэба вы-

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

ключыць цацкі, якія празмерна ўдасканалены, тэхнічна завершаны, якія не пакідаюць месца для ўяўлення дзіцяці» [2].

Абрадавыя лялькі ў славянскай культуры адыгрывалі асаблівую ролю: розныя «абярэгі» ствараліся ў адпаведнасці з асаблівымі падзеямі ў жыцці чалавека. У паўночных вёсках Беларусі ў старажытныя часы будучая маці рабіла ляльку-пелянашку і падвешвала яе над люлькай будучага дзіцяці. Гэта лялька вісела і тады, калі дзіця ўжо з'ўлялася на свет, бавячы і засцерагаючы яго ад нячыстай сілы. Так яе і звалі – берагіня ці засцярог. Пасля хрышчэння над зыбкай падвешвалі няцотную колькасць лялечак, зробленых з аднатоннага каляровага матэрыялу, вельмі яркіх, каб прыцягнуць увагу дзіцяці.

Многія зробленыя лялькі жылі ў хаце. Сярод іх Берагіня, якая аберагала род і дом. Радасць – лялька, апранутая ў тры спадніцы, якія сімвалізуюць дух, душу і цела. У руках яе сімвал сумлення – званочак. Набітая араматнымі травамі Траўніца дапамагала тым, у каго назіраліся праблемы са сном. Падарожніцу, якая трымала зернейкі у руцэ, бралі ў дарогу, каб ахоўвала падарожнага. У яе торбачку клалі крыху солі і зямлі, каб не забывалі аб малой Радзіме.

Лялька Сяброўка з доўгай касой, зробленай з нітак, даравалася маладым незамужнім дзяўчатам як сімвал шчаслівай долі. Лічылася: чым даўжэй каса, тым большага шчасця зычыць сяброўка сяброўцы. Калі ж такую ляльку дзяўчына рабіла для сябе, то лялька выконвала ролю «сапраўднай сяброўкі» і менавіта ёй дзяўчына выгаворвала таемныя думкі, што былі ў яе на сэрцы. Заплеценыя косы лялькі былі сімвалам «правільных» думак. Лялька Ліхаманка аберагала ад хвароб, а Зернавуха, унутры якой знаходзілася збожжа (сімвал хлеба), прыносіла дастатак

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

у хату. Лялькі-абярэгі – гэта своеасаблівая кніга ведаў, на старонках якой зашыфравана інфармацыя аб сіле народа [3].

Работа з традыцыйнай беларускай абрадавай лялькай дазваляе не толькі адпрацаваць праблемныя пытанні кліента, але і далучыць яго да таямніц беларускай народнай творчасці, якія, на жаль, да гэтага часу недастаткова вывучаны, не заўсёды выкарыстоўваюцца ў рабоце арт-тэрапеўтаў, але пры гэтым выклікаюць вялікую цікавасць сярод дзяцей, школьнікаў і моладзі.

Для кліентаў лялька пачынае сваё псіхатэрапеўтычнае ўздзеянне ўжо на стадыі знаёмства з невядомым светам беларускіх традыцый. Аднак найбольшы ўплыў «арт-прадукт» аказвае на стадыі ўласна яго стварэння. У гэтым творчым працэсе чалавек становіцца больш спакойным і ўраўнаважаным, у яго развіваюцца ўяўленне, навыкі канцэнтрацыі ўвагі, адвольнасць псіхічных працэсаў. Ладзячы ляльку, яе вопратку, аздабленні, жанчына стварае свой ідэальны вобраз, прапрацоўвае сваю знешнасць.

Калі лялька нечым не падабаецца, яе заўсёды можна перарабіць, удасканаліць. Пры гэтым неабходна помніць, што кожная дэталь мае свой сакральны сэнс: галава – сувязь з небам і вышэйшай мудрасцю, валасы – космы, сувязь з сусветам, рукі – повязь з зямлёй, падол спадніцы – цэлы набор моцы і мудрасці зямлі, а фартух, пацеркі не проста ўпрыгожванні, а мацнейшыя штучныя абярэгі [3].

Пад час арт-сесіі псіхолаг выконвае ролю не толькі суразмоўцы, ён імкнецца да ўдзелу ў сутворчасці: тлумачыць, удакладняе, падказвае, матывуе. Кожны крок у рабоце над лялькай мае для спецыяліста пэўны сэнс і адыгрывае вялікую ролю ў адпрацоўцы кліентам сваіх «крытычных кропак». Лялька абавязкова ўказвае на пытанні, якія непакояць кліента і патрабуюць вырашэння. У ходзе творчага працэсу чалавек прыслухоўваецца да сябе, імкнецца зразумець, аб чым «хоча сказаць» яму яго лялька. У выпадку, калі нешта не атрымліваецца, кліент вучыцца спраўляцца з праблемай, шукае шляхі яе вырашэння. Пры гэтым лялькі атрымліваюцца ўсё лепш, а вырашэнне праблем прыходзіць хутчэй з кожным новым станоўчым вынікам працы.

Многія з нас прызвычаіліся да таго, што лялька – гэта выключна сродак для забавы. Аднак для нашых продкаў на працягу стагоддзяў лялька была сапраўдным спадарожнікам у жыцці. Таму не дзіўна, што зараз, дзякуючы намаганням спецыялістаў, лялька дапамагае людзям вандраваць ад неўсвядомленага да ўсведамлення сябе, сваіх таемных пачуццяў і адчуванняў.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

Спіс выкарыстаных крыніц

1 Гребенщикова, Л. Г. Основы куклотерапии. Галерея кукол / Л. Г. Гребенщикова. – СПб. : Речь, 2007. – 80 с.

2 Татринцева, А. Ю. Куклотерапия в работе психолога, педагога и логопеда / А. Ю. Татринцева. – СПб. : Речь, 2006. – 102 с.

3 Качан, Г. К. Куклы: обереги, обрядовые, игровые / Г. К. Качан. – Минск : Беларуская энцыклапедыя імя Петруся Броўкі, 2017. – 88 с.