

СПОСОБЫ САМОРЕГУЛЯЦИИ В СИСТЕМЕ НАРОДНЫХ СРЕДСТВ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ

© 2013 Н.А.Нагорнова, В.М.Привалова

Поволжская государственная социально-гуманитарная академия

Статья поступила в редакцию 08.10.2012

Статья посвящена фольклорной традиции как практической психотерапии, а также орнаментальной культуре, которая организует и сопровождает жизнедеятельность человека как очень древняя, архетипическая форма знаково-символической деятельности. Использование народного опыта по лоскутному шитью позволяет сохранить психоэмоциональное здоровье и приумножить творческую самореализацию людей различного возраста, особенно важен психотерапевтический эффект мозаики лоскутного шитья в реабилитации пожилого возраста.

Ключевые слова. Народный опыт по организации повседневности. Орнаментальная культура, как основа лоскутного шитья и психоэмоционального оздоровления – одновременно.

*«Все-таки Время, куда ни глянь, сплетает
все вещи и события в одно непрерывное полотно...
Мы привыкли кромать эту ткань, подгоняя
отдельные куски под свои персональные размеры –
и потому часто видим Время лишь как
разрозненные лоскутки своих же иллюзий;
на самом же деле связь вещей в ткани Времени
действительно непрерывна».
Х.Мураками «Охота на овец».*

Спектр выработанных в народном опыте активных форм долголетия и способов саморегуляции многообразен, что позволяет его изучать, а также использовать в практической работе по восстановлению и сохранению полноценной жизнедеятельности людей в позднем и старческом возрасте. «Обращаясь к работам историков, памятникам культуры, фольклорному наследию, этнографическим описаниям, можно констатировать, что этот спектр широк... Можно говорить о целой системе народных средств психологического и психотерапевтического воздействия, поддающихся определённой структуризации»¹.

Таким образом, в первую очередь, анализируя непосредственное окружение самого человека, а также продукты его труда и рукоделья, обнаруживаем, что одним из многих элементов такой системы является лоскутное одеяло, присутствующее в быту у многих народов. Оно есть у гавайцев, канадцев, австралийцев, итальянцев, индийцев, южно-американцев, на севере Скандинавии, Русском севере, в Сибири, и у каждого народа – со своим колоритом. Его рукодельные аналоги, например, называются – пэчворк (patchwork), квилт, курак. В азиатской культуре повседневности такое продление жизни старых и отслуживших тканей расценивается как упражнение духа и обладает символическим смыслом. Таким образом, создание лоскутного полотна, а также, на этой основе, изготовление одеяла, напрямую рассматривается как «ручная работа», которая отражается в душе человека.

В этом контексте важна ссылка на автора, который непосредственно рассматривает само понимание и понятия «душа», «духовность». «Научное представление о душе совпадает с понятиями «психики», «сознания», «внутренний мир», «переживание». Отдельными проявлениями психики (сознания) выступают внимание и память, эмоции и чувства, ощущения и восприятие, мышление и воля. Эти свойства образуют круг «душевных качеств». Сложности возникают при стыковке научного и обыденного представления о душе. Действительно, не всякого человека мы называем душевным, духовным, но, очевидно, каждый обладает всеми приведенными выше качествами души»².

Многомерность духовного мира человека, его когнитивные возможности к самореализации предполагают и самовосстановление его психики в определенных условиях, которые в известной мере, совпадают с его возрастными и другими особенностями. Творческий труд в лоскутной мозаике сопряжен с обновлением своего взгляда на привычный уклад жизни, поскольку перекраивание полотна, которое сопровождает жизнь человека много лет в новую композицию и, соответственно, новый взгляд на вещь, который

¹ *Нагорнова Наталья Анатольевна, секретарь научной части. E-mail: nagornoffa@yandex.ru
Привалова Вера Михайловна, выпускающий редактор Известий Самарского научного центра РАН, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, докторант Мордовского государственного университета им. Н.П.Огарева. E-mail: privalova@ssc.smr.ru*

² *Акопов Г.В. Сознание и Время: апология ментальности и поэтического сознания. – Самара: 2010. – С. 54 – 55.*

² *Он же. Российское сознание. Духовность и культура. – Самара: 2002. – С.29.*

принят в народной культуре как определенная традиция, имеет очень высокий антропологический потенциал.

Так что же приобщает человека в этом рукоделье к особому аутотерапевтическому способу жизнедеятельности? Каждая культура, этнос, а также национально-этническая общность в определенное историческое время использует определенные технологические способы и приемы изготовления продуктов и образцов текстильного производства. Каждому текстильному представителю своей национальной культуры свойственны особая техника исполнения ткани и специфика ее декорирования. Таким образом, образцы различных тканых материалов несут информацию о месте и времени изготовления – через качество тканей, их сочетание, рисунок, а также орнамент, как свойственный всем культурам без исключения, знаково-символический элемент картины мира человека, в целом. «Различные стили орнаментов, как ориентиры эпох, составляют картину мира в культурном сознании человека»³.

Лоскутное творчество у разных народов явление повсеместное и, видимо у каждого народа есть своя история этого домашнего и хозяйственного художественного промысла. Периоды расцвета, нового подхода, а также экономическая ситуация, могли стимулировать как появление, так и сокращение предметов быта и окружения в технике лоскутного шитья. Даже в изолированных от большого мира деревнях во времена, когда не было обмена информацией через газеты, журналы, Интернет, даже если это занятие не передавалось из поколения в поколение, оно всё равно самовозрождалось, придумывалось заново (пример – в отдаленных поселениях семей отшельников). В целом, лоскутное шитье, следует рассматривать как знаково-символическую деятельность, которая способствует самовыражению человека. Не случайно сопровождает человека такое рукоделье с незапамятных времен, поскольку сообщает знаково-символическую ритуальность его сознанию. «Знаковые системы, как любой вид искусства, конвенциональны, сложились в глубокой древности человечества и являются в культурно-историческом контексте, определенными метками той или иной социальной общности»⁴.

Способствовало изготовлению лоскутных полотен и одеял стремление к безотходному ведению хозяйства, а также и нехватка материалов, или их дороговизна. Позже, когда нужда отступала, и не было необходимости в жёсткой эко-

номии, оно из разряда рачительного домоводства переходило в разряд творчества – как в пределах одного домохозяйства, так и в масштабе модной тенденции какого-либо региона. И тогда лоскутное одеяло становилось атрибутом уюта, рода, символом семейной уникальности, гордостью хозяйки, показателем благополучия и достатка в доме. Применение лоскутов – хороший способ «сделать что-то из ничего» и возможность продемонстрировать свои декоративно-прикладные способности. Лоскутное шитьё – это тот вид творчества для обывателя, который ему доступен: не затратное, из отходов, полная свобода фантазии и импровизации.

Из психологического наблюдения автора Н.А.Нагорновой. «Мне довелось много лет назад наблюдать, как одна неграмотная бабушка создавала лоскутные одеяла – яркие, разноцветные, замысловато простёганные. Сначала она делала «начинку» из ватина, потом шли в ход накопленные лоскуты, которые сострачивались на ножной швейной машинке «Зингер». Последняя технологическая операция – простёгивание. Процесс выглядел как таинство, ритуал. Возникло определенное медитативное состояние, которое делает нас особенно восприимчивыми к посланиям внутреннего мира, путешествие в себя, проникновение в неосознаваемые глубины психики»

Через лоскуты различных геометрических форм, как работа в знаке и символе, самореализуется знаково-символический ритуал, поскольку символы в целом, существуют в культуре и искусстве как заместители реальных действий на действия в знаке и символе. «Орнаментальная культура неотделима от человека, как антропийный принцип его знаково-символической деятельности, а следовательно, она ритуальна по своей сути...»⁵. Родившись на Земле вместе с человеком, символы пронизывают всю культуру, создавая ее «семиосферу»⁶. Вместе с тем «...психологическая очевидность орнаментального послания представляет собой проективное воплощение конкретного ментально обусловленного этапа во времени и деятельности человека по преобразованию материала (уровень технологического развития культуры и цивилизации, а также личностного творческого преобразования материала по законам «красоты и пользы»)»⁷. Известно, что ручная работа, женское рукоделие издавна считались одним из видов психотерапии. Увлекаясь, творя какое-либо изделие, чело-

³ Привалова В.М. Орнамент: штрихи психологического портрета. – Самара: 2005.

⁴ Рок И. Введение в зрительное восприятие. – М.: 1980. – С. 49 – 206.

⁵ Привалова В.М. Когнитивные предпосылки орнамента как знаково-символического ритуала культуры. – Самара: 2012. – С. 11 – 13.

⁶ Лотман Ю.М. Семиосфера. – СПб.: 2000.

⁷ Привалова В.М. Орнамент. Восприятие, оценка и понимание. Знаковый текст и контекст. – Самара: 2007. – С.22.

век как будто обновляется. «Активизируется работа правого полушария головного мозга, что способствует улучшению интуиции, образного мышления, пространственной ориентации. И всё это способствует установлению баланса в эмоциях, чувствах, жизнеощущении»⁸. Что в этот момент происходит в недрах души? Вслед за стыковкой лоскутов, принадлежащих нарядам из определённых жизненных периодов, происходит их соединение в единый узор. Вовлекая куски разной ткани в единое полотно, рисунок, принимается ранее отрицаемое. Какой лоскут допускается до конкретного узора, по каким критериям он выбирается, эта логика – почти магия. Она работает подсознательно. Без неё готовое изделие не покоряло бы тогда своей гармонией. Это свой микрокосмос. Черпаются силы из бессознательного и реструктурируются отношения с внешним миром. Изготовление лоскутного одеяла и созерцание его обладают терапевтическим воздействием и используются в качестве инструмента исцеления.

Поздно или рано приходит ощущение *отождествления процесса шитья с принятием своего жизненного пути*, об этом говорят почти все лоскутницы. Ж.Лакан сравнивал появление смысла с внезапным появлением на поверхности острия швейной иглы, пронизывающей и соединяющей несколько слоев прожитого⁹. В лоскутном одеяле это явление мысли метафорически происходит в реальности, подобно тому, как происходит процесс осознания проблемы в символдраме. Мастерница пронизывает большой иглой несколько разных слоёв ткани – и тонкий ситец, и ватин, и кусочки шерсти для тепла, и снова ситец, как многослойный пирог на одну большую штопальную иглу. Она соединяет все эти слои по-настоящему, вживую, руками. Отдавая этому занятию своё свободное время, старание, фантазии, продумывая всё до мелочей, мастерница отождествляет свои действия по соединению слоёв ткани с соединением периодов своей жизни в единый рисунок своей судьбы, подводит к их принятию, к объяснимой логике. Вместе с лоскутами из прошлой жизни она как будто интегрирует периоды из прошлой жизни в её нынешний контекст.

У многих лоскутниц знакомство с ремеслом унаследовано от матери. «Я начала шить из лоскутков лет в 7 – 8 вместе с мамой, когда она шила мне платье»¹⁰. Иногда матери, сами найдя способ с помощью рукоделия справляться со

своими эмоциями, передают его дочерям, оставляя в наследство, как духовную практику, поддержку для трудных периодов жизни.

Игуменья Евгения Мещерская, основательница Борисо-Глебо-Аносина девичьего монастыря, в своих письмах-беседах к своей дочери в 1807 году писала: «Для женщины рукоделие необходимое занятие. Оно бывает ей нужно в бедности, в которой человек, какое бы он не имел состояние, находиться может; или даже как удовольствие, ибо случается работать для любезных нам людей, в знак памятования о них, и для себя, в дом (свой труд всегда приятнее иметь на глазах, нежели чужой), или еще когда находишься в таком состоянии здоровья, что не можешь ни читать, ни рассуждать, – сие часто бывает с людьми слабого здоровья, – тогда, чтобы не быть в праздности, занимаешь себя каким-либо рукоделием и время проходит не так скорбно. Я это по себе знаю, ибо часто, по болезни своей, бываю в таком положении, а не быв смолоду приучена к рукоделию, провожу много тягостных часов, почему паче и советую тебе любить рукоделие»¹¹.

Многолетнее сотрудничество с лоскутницами проходило на протяжении многих лет на базе различных общественных объединений, и является психологическим наблюдением, которое реализовано на различных экспериментальных площадках, например: 1) «Воскресение» клуб лоскутного творчества при МДОУ № 54; 2) «Жить, чувствовать, любить, свершать открытья!» – клуб рукоделия, как тренинг-площадка эмоционального здоровья пожилых людей»¹² (проект принял участие в XIII Национальном психологическом конкурсе «Золотая Психея», организованном «Психологической газетой», в номинации «Проект года в психологической практике»); 3) «MyQuilt Пэчворк, квилтинг, лоскутное шитье» в специализированных группах в социальных сетях¹³, позволяет предположить, что все, кто занимались лоскутным шитьём – занимались этим неспроста, а реализуя какую-то жизненно важную потребность. Приход в лоскутное шитье, как правило, происходил в сложный, кризисный период жизни, иногда неосознанно, когда необходимо «залечь на дно», отключиться от болезненного вос-

⁸ Психологическая газета.....

⁹ Шутценбергер А.А. Синдром предков. – М.: 2001. – С. 240.

¹⁰ MyQuilt Пэчворк, квилтинг, лоскутное шитье // [Электронный ресурс] Режим доступа: http://vk.com/club16761391_27058719 (14.10.2012).

¹¹ Игуменья Евгения. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://krotov.info/history/19/55/mescher-skaya.htm> (Дата обращения 14.10.2012).

¹² Психологическая газета // [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.psy.su/psyche/projects/338> (14.10.2012).

¹³ MyQuilt Пэчворк, квилтинг, лоскутное шитье; Пэчворк // [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://vk.com/club569959> (14.10.2012); Лоскутное одеяло // [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://vk.com/club6821668> (14.10.2012).

приятия окружающего, своего рода уход от травмирующих обстоятельств действительности. В этом рукоделье, невольно, происходит интуитивный поиск самого себя, а также пересмотр сложившихся представлений, так называемая – «инвентаризация» того, что накоплено, но с чем расстаться ещё не готов человек. Как в старых привычках, сценариях, окружении, так и в лоскутах. Таким образом, психологическое замещение действия на его знак в мозаиках лоскутков и является тем самым динамичным самовосстановлением самочувствия, то есть эмоциональным восстановлением.

В целом такое развитие орнаментальной традиции общеизвестно в истории культуры, когда происходит «вынужденное, подобное взрыву, «культурное проявление сознания человека» связанное со сменой мироощущения и мировоззрения. Этот этап филогенеза был выражен через сплошное орнаментирование всего жизненного и хозяйственного обихода человека. Жилище, предметы культа и быта, само человеческое тело служило семантическим полем... Динамика кодовой культуры, через сознание человека была замещена визуальным ритмом окружения, так как земледельческая культура имела сезонный ритм и не предполагала постоянного движения человека в поисках жизнеобеспечивающих ресурсов (еды, одежды, дома и т.д.), а была, скорее «выжидательной», а не «настигающей». Ожидание, как отсутствие реальных ритмических проявлений жизнедеятельности, сформированных в филогенезе, согласно закономерностям природы человеческого сознания, замещается культурными ритмами, созданными человеком... Человечество продемонстрировало факт замещения предметно-реальных действий на образно-символические»¹⁴.

Возвращаясь к рукоделью и мозаике лоскутного шитья важно заметить также, что есть узоры, которые создаются экспромтом, в них заранее не задано, какой лоскут ляжет на покрывало следующим. Всё зависит от сиюминутного визуального выбора, «как рука возьмёт». Такая техника называется – крейзи (от английского слова «crazy» – «безумный», «сумасшедший»). Но чем дальше развивается само ремесло, чем больше мастерица создаёт одеял, приобретая опыт и мастерство, тем отчётливее в композициях лоскутов просматриваются очертания правильного рисунка, то есть орнамента. «Орнамент – (от лат. Ornamentum – украшение) – узор, построенный на регулярном ритмическом чередовании и организованном расположении абстрактно-геометрических или изобразительных элементов (раппортов)»¹⁵.

Откуда народ берёт темы для своих изделий? В сказе Бажова «Каменный цветок» Данила Мастер за узорами ходил в лес. «Листики да цветки всякие домой притаскивать стал, а все больше из объеди: черемицу да омег, дурман да багульник, да резуну всякие. ... – По дурман-цветку свою чашу делать буду»¹⁶. И на лоскутном одеяле часто схема-рисунок имеет растительное содержание (известны мотивы интерпретации: «подсолнух», «пашня», «розы», «ананас», «розетки») или отражает животный мир («обезьянья лапа», «соты», «гусиный клин», «крылья птицы»), складываясь в орнаментальную композицию.

В этой связи существует определенная динамика от простого – к сложному, поскольку «...при сравнительном анализе основной атрибуции орнаментальной культуры в культурно-историческом контексте, самыми ранними орнаментами, после простых наскальных насечек, считаются геометрические формы, затем условные растительные трансформации этих форм, следующий этап – анимализация и антропологизация орнаментальных форм»¹⁷. Вместе с тем, геометрический принцип является основным символопорождающим принципом орнамента, поскольку само сознание человека и «особенности наших когнитивных структур и психических процессов, которые обусловлены не только биологически, но и по некоторым данным – это генетический фактор или базовый принцип самоорганизации жизни»¹⁸. Когда узор создаётся по схеме, приходится полностью погружаться в её соблюдение, просчитывать шаги, чтобы задуманное начало работы привело к удачному её завершению. Здесь узор – уже система, даёт ощущение стабильности и покоя.

Лоскутная техника требует от мастерицы владения и цветом, и мастерством шитья. Чтобы добиться безупречного результата, нужна абсолютная точность кроя и такая же точность при сшивании лоскутков, учитывать свойства ткани различной фактуры, владеть ручной и машинной стежкой, служащей дополнительным украшением лоскутного изделия. Именно поэтому работу над совершенствованием техники исполнения своих изделий вполне можно рассматривать как кропотливую, упорную работу над собой, дисциплинируя собственные движения, глазомер, усидчивость. «Трудовой и социальный ритм, танец, музыка, вынесенный в визуально-обозримое пространство времени и культуры феномен самого человека, рассматривается как способ упорядочивания жизни, овладения своими чувственными модальностями – зрением, слухом,

¹⁶ Бажов П.П. Малахитовая шкатулка. – М.: 2003.

¹⁷ Привалова В.М. Орнамент. Восприятие..... – С.22.

¹⁸ Она же. Когнитивные предпосылки орнамента.... – С.80.

¹⁴ Привалова В.М. Орнамент. Восприятие..... – С.27 – 28.

¹⁵ Она же. Орнамент: штрихи психологического....

обонянием, осязанием, неизбежно порождает культурные перцептивные регуляторы ритмов»¹⁹. Через внешние проявления – подчинения своих рук, глаз, позы своей воле и своим намерениям – к урегулированию своего внутреннего состояния – чёткости мыслей, приведению их в систему, созданию иерархии, главного центра (как в орнаменте). И когда орнамент удаётся, свершается *созерцание созданной гармонии, что укрепляет в сознании идею о возможности упорядочивания своими усилиями своих эмоций, мыслей, об их чётком структурировании*.

«Изображения орнаментов при их восприятии стимулируют психические процессы. Закономерности ритмической организации и формообразования в орнаментальных сообщениях обусловлены сенсорно-биологическими, нейропсихическими закономерностями и кодами, носителем которых является сам человек. Продукты деятельности человека в культуре созданы человеком и, по сути, представляют собой проекцию сознания и бессознательной активности человека в самоосуществлении деятельности»²⁰.

Как только мастерица переходит рубеж изготовления хаотичного узора и изучает технику какой-либо схемы, в основе которой заложен орнамент, она, тем самым, через своё творчество попадает в социум, иногда даже не выходя из своего дома. То есть – берёт уже чей-то узор, исполняет отработанную до неё кем-то технику и презентует её (себе, близким, членам семьи). Таким образом, она причисляет себя к тем, кто умеет делать так же, кто в этом тоже компетентен, что является подступом к некоему сообществу мастеров. И теперь уже орнаментальное послание, сообщение транслирует через символы «свёрнутые в них смыслы»²¹ и передаёт в них контекст жизнедеятельности и её декоративное сопровождение.

И чем сильнее у мастерицы тяга к самопрезентации, тем сильнее её желание приобщиться к сообществу достигших чего-либо в этом деле, тем более сложный она осваивает и исполняет орнамент. Она, тем самым, как бы сообщает миру, что она – есть, что она способна творить, что она ценит красоту и способна её создавать. И она оставляет после себя вещественное доказательство своей уникальности, своего бытия, вкуса, фантазии. «В отношениях человека с окружающим миром обнаруживается культурно-ценностный потенциал человеческой общности. Приобщение к нему осуществляется через посредника – медиатора, к которому можно при-

числить знак, слово, символ, миф, жест, движение, ритуал, также этнокультурные признаки...»²², которые выражены орнаментальной культурой, прежде всего. В зависимости от того, для какой цели создаётся лоскутное одеяло (экономия ткани, досуг, творческое самовыражение), можно судить о мотивации его.

Через ритм рисунка в орнаменте человек переадаёт ритм своей жизнедеятельности. Он может быть плавным, мягким, скачкообразным, резким, сообразно темпераменту автора. «Ритмы являются основной характеристикой временной организации жизненного цикла биологических систем»²³. *Пример*. После мастер-класса по лоскутному шитью, трех женщин встречает супруг одной из них. Когда ему показали три разных образца каждой из них, сделанных по одной схеме, из одного ассортимента тканей, он сразу правильно определяет авторство каждой. Их лоскутные орнаменты отличались ритмом рисунка, остротой углов, как отличались темпераментами и характерами сами мастерицы.

Таким образом «...орнаментальный принцип есть антропоморфный ритмический принцип. В силу этого обстоятельства в нем осуществляются и сплетаются воедино – полноценное биологическое, экологическое, человекообразное функционирование, воспроизводство природы человека и гармоничное сознательное, а также бессознательное пространство самовыражения, ментальной актуализации человека в социуме через орнаментальную традицию, возникшую вместе с человеком, оставшуюся до настоящего времени»²⁴. При создании лоскутного одеяла, получая эстетическое удовлетворение от именно тех фрагментов, которые получились наиболее гармонично, стимулируется поиск наиболее благоприятного эстетического эффекта. Как от музыки, когда мелодия вызывает приятные ощущения, если в ней есть гармоничные, периодически повторяющиеся звуки. «Очевидно, что среди внешних стимулов есть предпочитаемые – те, чьи свойства наиболее «удобны» для обработки внутренними механизмами зрительной системы. Быть может, именно такие стимулы образуют в совокупности то, что получает положительную оценку. В связи с этой мыслью, вспоминается утверждение Канта: мы находим форму прекрасной, если она облегчает восприятие»²⁵. Кроме того сам механизм восприятия, оценки и понимания, как единый когнитивный процесс, опирается на базовые функции самоорганизации

²² Выготский Л.С., Лурия А.Р. Этюды по истории поведения. – М.: 1993. – С. 9.

²³ Сингуров А.Ю. Резонансы взаимодействия в природе // Синергетика и методы науки. – СПб.: 1998.

²⁴ Привалова В.М. Орнамент. Восприятие..... – С.32.

²⁵ Там же. – С.32 – 3.

¹⁹ Привалова В.М. Орнамент. Восприятие..... – С.20.

²⁰ Там же. – С.21 – 22.

²¹ Лосев А.Ф. Цит. по Привалова В.М. Орнамент. Восприятие..... – С.34.

всего человеческого мозга, который, собственно, имеет биологические предпосылки функционирования по «самовознаграждающей стратегии – то есть получать удовольствие от красоты».

Находятся определённые лично созданные формулы сочетания цвета, рисунка. Развивается критическое восприятие, вырабатывается навык признания неудавшихся, «не зазвучавших» фрагментов. Как в жизни – признание своих неудач и ошибок. Лоскутное одеяло, когда оно уже отвечает формату орнамента, переходит из простого утилитарного предмета в изделие, которое наделено функцией согласования внутреннего мира изготовителя с внешним отражением гармонии, сообщения автора своему окружению – домочадцам, гостям, потомкам – каких либо сведений о состоянии своей души, о степени своей внутренней организованности. Это как путь от безумного стиля «crazy» к системности, упорядочиванию. Таким образом «...полнота жизни в её психологической триаде «знание – переживание – действие» неизменно достигается в непрерывном структурировании как внешнего по отношению к человеку мира, так и внутреннего, психологического мира»²⁶. Использование узора, орнамента в бытовом предмете – спонтанное проявление самопрезентации человека, его индивидуальности, сущности, вкуса, пристрастий через ритм, форму, темп орнаментальных элементов. Цвет, рисунок, фактура ткани несут в себе дополнительную усложнённую систему сообщений. Степень приближения рисунка лоскутного одеяла к орнаменту, схематичному узору отражает степень упорядочивания своей жизни, своих мыслей, уравнивания своей психики, приведение её к некоему алгоритму, гармонии,

внутренней схеме. Это как внешнее свидетельство достижения внутренней гармонии.

Ссылаясь на теоретический анализ народной культуры, важно подчеркнуть, «...функции непрерывной трансляции культуры присутствуют во всех сферах жизнедеятельности (труд, быт, развлечения) и охватывают любые проявления активности человека: посредством обычаев, обрядов, ритуалов транслируется деятельность и поведение; посредством этикетных норм общение; через мифы, предания – сферу сознания»²⁷.

Вывод. Декоративно-прикладное наследие фольклора в традиции лоскутного шитья и лоскутной мозаики, например: patchwork, квилт, курак, использовалось в культуре повседневности всеми народами и во все времена. Вместе с тем, эта народная традиция, не угасает и сегодня, получая все более широкое признание в быту, а также в практике достижения психоэмоционального оздоровления людей различного возраста, как терапия творческим самовыражением. Однако, особенно актуальна, такая психотерапевтическая практика для пожилых людей, поскольку мелкая моторика движения рук в процессе рукоделия, не только стимулирует работу по составлению различных орнаментальных мотивов в ручном труде, но и способствует сохранению и развитию личности человека, позволяет не угасать интеллекту и активности человека, который сохраняется в творчестве.

²⁶ Аюпов Г.В. Сознание и Время: Апология... – С. 53.

²⁷ Он же. Российское сознание. Народная культура в контексте психологии и психотерапии. – Самара: 2002. – С. 34.

WAYS OF SELF-CONTROL IN SYSTEM OF NATIONAL MEANS OF PSYCHOTHERAPEUTIC INFLUENCE

© 2013 N.A.Nagornova, V.M.Privalova^o

Samara State Academy of Social Sciences and Humanities

Article is devoted to folklore tradition as to practical psychotherapy, as well as ornamental the sack-round which will organize and accompanies with ability to live of the person as very ancient, Archetype the form of Sign-symbolical activity. Use of national experience on scrappy sewing allows keeping psychological emotional health and to increase creative self-realization of people of times-personal of age, the psychotherapeutic effect of a mosaic of scrappy sewing in rehabilitation advanced age is especially important.

Key words: national experience on the organization of daily occurrence. Ornamental culture, as a basis of scrappy sewing and psychological emotional improvements – at the same time.

^o Natalia Anatolyevna Nagornova, Scientific Secretary, of PGSGA. E-mail: nagornoffa@uandex.ru
Vera Mikhailovna Privalova, copy editor of Izvesty of the Samara centre of science of the Russian Academy of Science, Candidate of Psychological Sciences, Senior Scientific Researcher SSASSH, doctoral candidate of the Mordovian State university it. N.P.Ogareva. E-mail: privalova@ssc.smr.ru