

Скорик Т.В.,

канд.пед.н., доцент

Сутність арт-терапії у сімейному вихованні

Постановка проблеми. Розвиток особистості засобами мистецтва є одним найефективніших способів її соціалізації та самореалізації. Розвиваючи почуття, пробуджуючи емоції, мистецтво формує духовний світ людини, і в цьому аспекті мистецька діяльність має значні переваги над іншими видами діяльності людини. Використання різноманітних можливостей арт-терапевтичних технік у сімейному вихованні сприятиме більш глибоком порозумінню між членами родини, реалізації творчого потенціалу кожного з них.

Сучасна українська наука розкриває потенціал та сутність впливу мистецтва на особистість у процесі її розвитку, формування естетичного досвіду, розвитку креативності у мистецькій діяльності (Зязюн І., Рудницька О., Олексюк О., Гончарова О., Кірсанов В. та ін.); розглядаються результати позитивного впливу мистецтва на дітей та підлітків у соціально-педагогічній діяльності (А.Й.Капська); функціонують арт-терапевтичні асоціації (м.Київ, м.Сімферополь); діє навчальна програма з підготовки арт-терапевтів, зокрема, навчально-практичний комплекс „Використання арт-терапевтичних технік в освіті та соціальній сфері” для психологів та педагогів, розроблений Центральним інститутом післядипломної педагогічної освіти АПН України (м.Київ).

Відзначаючи незаперечні здобутки вчених у дослідженні теоретичних і практичних аспектів впливу мистецтва на особистість, слід наголосити на необхідності подальшої розробки важливих теоретико-методологічних питань, пов’язаних з посиленням уваги до мистецтва і мистецької діяльності як засобу соціалізації особистості, виявлення потенціалу сімейної арт-терапії і переведення її в русло більш широкого використання.

Мета публікації – розкрити сутність арт-терапії та визначити зміст деяких технік сімейної арт-терапії.

Аналіз публікацій. Зарубіжні публікації містять досить широкий спектр розробок у арт-терапевтичній діяльності. Перші техніки арт-терапевтичної діяльності з дітьми були розроблені В.Ловенфельдом (Lowenfeld, 1939, 1947) та Е. Кейном (Cane, 1951). Вони розглядають зображувальну діяльність дитини у безпосередньому зв'язку з розвитком її пізнавальної та емоційної сфер і вбачають в ній багатий потенціал для гармонізації її психіки. Класичними роботами, як зазначає російський вчений А.І.Кисельов, в області дитячої арт-терапії стали публікації Е. Крамер «Арт-терапия в сообществе детей», «Арт-терапия с детьми», «Детство и арт-терапия» (Kramer, 1958, 1971, 1979). Дуже багато публікацій присвячено використанню арт-терапії в навчальних закладах, зокрема у США (Аллан, 1997; Ирвуд, Федорко, Хольцман, Монтанари, Сильвер, 2005; Холт, Кейзер, 2004; American Art Therapy Association, 1986; Bloomgarden, Schwarts, 1997; Bush, Hite, 1996; Bush, 1997; Dunn-Snow, 1997; Essex, Frostig, Hertz, 1996; Henley, 1998; McNiff, 1974, 1976, 1979; McNiff, Knill, 1976, 1978; McNiff, McNiff, 1976; Riley, 1999; Silver, 1975, 1976, 1977, 1978, 1988a,b, 1989, 1993 2005; Silver et al. 1980, Silver, Ellison, 1995) та Великобританії (Боронска, 2000; Уэлсби, 2001; Case, Dalley, 1992; Liebmann, 2004; Prokofiev, 1998; Waller, 1993) [1,с.12].

На прикладі використання у загальноосвітніх школах США графічних методів діагностування, клінічні арт-терапевти Ч. Ирвуд, М. Федорко, Е.Хольцман, Л. Монтанарі та Р. Сільвер (Silver, 2005), а також Е. Холт і Д.Кейзер (Холт, Кейзер, 2004) доводять можливість раннього виявлення у дітей та підлітків групи підвищеного ризику розвитку емоційних та поведінкових розладів та проведення з ними превентивних арт-терапевтичних програм.

Останнім часом багато британських публікацій присвячені діяльності арт-терапевтичних груп на базі шкіл (Case, Dalley, 1992; Liebmann, 2004; Prokofiev, 1998; Waller, 1993). Активно обговорюється питання про те, які варіанти групової арт-терапії найбільш сприятливі для навчальних закладів і

як слід організувати завершення групових сесій, щоб забезпечити м'який перехід дітей від умов арт-терапевтичного кабінету до шкільних занять. Наголошують, що організоване завершення арт-терапевтичних сесій готує дітей до зміни діяльності і попереджує імпульсивне реагування почуттів образи та втрати (Prokofiev, 1998) [1].

Вітчизняний досвід застосування арт-терапії в школах відображено в роботах М.Ю. Алексеєвої, О.Р. Кузьміної, Л.Д. Лебедєвої, А.В. Гришиної, Л.А. Аметової, О.А. Медведєвой, І.Ю. Левченко, Л.Н. Комісарової, Т.А. Добровольської.

Відомі дослідження російських авторів М.В.Кисельової, І.В.Сусаніної, А.І.Копитіна, які дають ґрунтовний аналіз зарубіжного досвіду арт-терапії, визначають форми та методи арт-терапії у практичній психології та соціальній роботі.

Основна частина. Ще в Древній Греції вважали, що мистецтво, діючи на духовний світ людини, виховує і виправляє її характер, формує її психологічний настрій – «етос». Тому, система виховання молоді вибудовувалась на основі гімнастики, хорового співу, інструментальної музики, поезії та хореографії.

Лікування душі через мистецтво було відомо задовго до появи відповідного терапевтичного методу. На вході до бібліотеки в древніх Фівах було написано «Лечебница для души» [3, 153]. Кращі зразки архітектури, культових споруд, релігійний живопис та скульптура були завжди спрямовані на оздоровлення душі, народження світлих почуттів, позбавлення деструктивних імпульсів та станів. Люди з давніх часів вірували в магічну силу художніх символів. Художні образи були частиною ритуалів, спрямованих на захист людей від шкідливих проявів зовнішнього середовища, нападів диких тварин, від усього невідомого.

У багатьох сучасних культурах мистецтво продовжує використовуватись як символічний засіб фізичної і психологічної відбудови особистості. Індійські племена використовують спеціальні пісні

та ритуальні танці для лікування різноманітних захворювань. Тібетці використовують пісчані рисунки у формі мандал – магічного кола, на якому вони концентруються під час медитації, молитов. Духовна концентрація на мандалах має за мету зцілення, звільнення від старждань [4, 7].

Лікування мистецтвом називають арт-терапією (від грец. «арт» - мистецтво). В перекладі з англійської «арт-терапія» – лікування, засноване на заняттях художньою творчістю. Це відносно новий метод психокорекції, а сам термін „арт-терапія” введений Андріаном Хілом у 1938 році.

Арт-терапія, як самостійна практична діяльність, виникла в 40-50-х роках ХІХст. у Великобританії та США. Поступово проходило становлення арт-терапії і як наукової дисципліни, водночас відбувався розвиток системи підготовки спеціалістів та отримання статусу особливої професійної діяльності.

На початкових етапах свого розвитку арт-терапія знаходилась під впливом психоаналізу, відповідно до теорії якого кінцевий продукт творчості клієнта розцінювався як вираження неусвідомлених процесів, що відбувались у його психіці. Наприклад, для Карла Юнга терапія творчістю була шляхом вивчення безсвідомого. Ідеї Юнга про персональні та універсальні символи й активну уяву пацієнтів мали значний вплив на арт-терапевтів.

Мистецтво як терапевтична техніка вперше була застосована Маргарет Наумбург, яка в рамках психоаналізу робила акцент на вільній асоціації та інтерпретації. Наумбург пропонувала використовувати спонтанний малюнок, як допоміжну техніку, на основі якого психологи проводили інтерпретацію конфліктних ситуацій клієнтів. У своїй роботі Наумбург спиралась на ідею Зігмунда Фрейда про те, що першочергові думки та переживання, які виникають у підсвідомості, частіше за все мають форму символів чи образів. Образи художньої творчості відтворюють всі

види безсвідомих процесів, страхи, конфлікти, спогади дитинства, мрії, тобто ті феномени, які досліджують терапевти під час психоаналізу [2,12].

Послідовницею М.Наумбург у 1950-х роках стала Едіт Крамер, яка працюючи з дітьми, практикувала інший напрям арт-терапії. Вона вважала, що художній процес сам по собі має оздоровче значення і не потребує вербальної інтерпретації. Тобто, Крамер наголошувала на терапевтичному інсайті, що виникає у процесі мистецької діяльності, тоді як Наумбург підкреслювала творчий аспект художнього досвіду.

Значний вплив на розвиток арт-терапії мала Х.Квятковська, яка використала її в процесі діагностування та лікування сімей. Вона встановила, що художня сесія за участю всіх членів сім'ї діє терапевтично і закріплює сімейні стосунки в цілому. Сімейні малюнки давали велику кількість діагностичної інформації про зв'язки між членами сім'ї і про те, як вони бачать свої ролі в сім'ї.

Насьогодні арт-терапію розуміють як використання всіх видів мистецтва. Виділяють драматерапію, музикотерапію, зображувальну терапію, дансингтерапію та інші напрями. Арт-терапія визначається як загальний метод розвитку та зміни свідомих та безсвідомих сторін психіки особистості шляхом різних форм та видів мистецтв [2,15].

Сімейна арт-терапія – один із самих популярних методів групової роботи з батьками, сімейними парами та дітьми. Процес спільної творчої діяльності допомагає сім'ям усвідомити і розібратись у таких питаннях: сімейній взаємодії, особливостях спілкування членів сім'ї, походження сім'ї, сімейні історії, сімейні проблеми, індивідуальні проблеми членів сім'ї. Арт-терапія пропонує новий досвід спілкування і самовираження та дає терапевту інформацію про те, яким чином взаємодіють члени сім'ї та вирішують свої проблеми. Потрапляючи в нову ситуацію, створену арт-терапевтом, члени сім'ї починають поводитись так само як і при звичних умовах сімейної взаємодії – проявляються лідерські якості, креативність, взаємодопомога, підтримка, чи навпаки, висуваються невиправдані вимоги один до одного.

Ефект від використання сімейної арт-терапії – в її здатності надати відповідні засоби для самовираження і комунікації всім членам родини. Діти часто не вступають у взаємодію з дорослими, некомфортно себе почувають у присутності незнайомих. Художня експресія може запропонувати найбільш виправдані засоби для участі у терапії, так як мистецтво є природнім способом самовираження для дітей.

Існують різноманітні техніки сімейної арт-терапії, їх вибір зумовлюється потребами і проблемами сім'ї чи конкретного члена родини. В рамках даної публікації ми не можемо розглянути всі, тому зупинимось на деяких з них.

Зображувальна терапія пропонує наступні вправи у роботі з сім'єю[2,250]:

1. „Сімейний портрет”: реалістичне, символічне, абстрактне зображення членів сім'ї (у вигляді предметів, тварин; скласти діалоги між ними; підібрати ілюстрації, що відображають стосунки між членами родини).
2. „Спільна діяльність”: зображення членів сім'ї у процесі спільної діяльності (зобразити себе в тій ролі, яку ви граєте в сім'ї; зобразити вашу квартиру чи будинок, доповнити членами сім'ї, які щось роблять).
3. „Стосунки дітей і дорослих”: обмін ролями „батьків” і „дітей” та створення малюнку для батьків і дітей дійсних.
4. „Сімейні теми”: намалювати себе з бідь-яким членом сім'ї чи намалювати якусь сімейну подію.
5. „Емоційні портрети”: члени сім'ї малюють портрети один одного у певному емоційному стані, потім передають один одному для доповнень і виправлень.
6. „Сімейні проблеми”: кожен член сім'ї зображує сімейну проблему так, як він її бачить і те, як вона впливає на його життя.

Після малювання відбувається обговорення малюнків: що малювали, які почуття при цьому виникали, що найбільше сподобалось у роботі, а які моменти викликали тривогу і т.д.

Арт-терапія пропонує різні напрями роботи з дитиною та сім'єю – музичну терапію, ігрову, казкотерапію, бібліотерапію та інші. Різні напрями арт-терапії мають різні можливості та переваги і використовуються залежно від потреб та інтересів, а також можливостей кожної особистості.

Висновок. Застосування арт-терапевтичних технік у сімейному вихованні спрямовується на розвиток творчих здібностей дитини, підвищення самооцінки, розвиток емоційного потенціалу та вмінь виражати емоції, формування вмінь вирішувати сімейні проблеми, розвиває комунікативні здібності, навички соціальної підтримки та взаємної довіри. Арт-терапевтичні методи є універсальними і можуть адаптуватись до вирішення різноманітних виховних завдань.

Технологія «виховання мистецтвом» виступає унікальним засобом для створення умов повноцінного життя дітей з відхиленнями у фізичному і інтелектуальному розвитку (порушення слуху, зору, мовлення, опорно-рухового апарату, нервової системи). Крім того, різноманітність форм та засобів арт-терапії дає можливість кожному обрати найбільш прийнятний для неї вид діяльності, забезпечивши повноцінну життєдіяльність, спілкування, саморозвиток.

Література

1. Копытин, А.И., Теория и практика арт-терапии [Текст] / Копытин, А.И., - Спб.: Питер, 2002.- 368с.: ил.
2. Киселева, М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе [Текст] / Киселева, М.В. - Речь, 2007.- 336с., илл.
3. Ройз, С.А. Волшебная палочка для родителей [Текст] / Ройз, С.А. - К.: Ника-Центр, 2005.- 226с.
4. Сусанина, И.В. Введение в арт-терапию [Текст]: учебное пособие / Сусанина, И.В.- М.: «Когито-Центр», 2007.- 95с.: ил.