

Центральний інститут  
післядипломної педагогічної освіти АПН України  
Інститут соціальної та політичної психології АПН України  
Національна медична академія  
післядипломної освіти ім. П.Л. Шупика  
Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова  
Центр психології руху і танцю „Малюма і Такете”  
Арт-терапевтична асоціація

# ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ: ОБРАЗИ, ПРОБЛЕМИ, РЕСУРСИ

IV Міждисциплінарна  
науково-практична конференція  
з міжнародною участю  
(Київ, ЦІППО АПН України)  
1-2 березня 2007 року

ГЕНЕРАЛЬНИЙ ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПАРТНЕР

ВСЕУКРАЇНСЬКА ГАЗЕТА  
**Психолог**

ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС - 23316

ВИДАВНИЦТВО “ШКІЛЬНИЙ СВІТ”



Арт-терапевтична  
**АСОЦІАЦІЯ**

Київ – 2007

**УДК 159.9**  
**ББК**

**Простір арт-терапії: образи, проблеми, ресурси:** Матеріали IV Міждисциплінарної науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Київ, ЦППО АПН України, 1–2 березня 2007 р.) / За наук. ред. А.П. Чуприкова, В.А. Семиченко, О.А. Бреусенка-Кузнєцова, О.Л. Вознесенської. – К., 2007. – 118 с.

Редакторська група – *А.П. Чуприков,*  
*В.А. Семиченко,*  
*О.А. Бреусенко-Кузнєцов*  
*О.Л. Вознесенська*

У збірнику представлено тези доповідей та концепції майстер-класів IV Міждисциплінарної науково-практичної конференції з міжнародною участю „Простір арт-терапії: образи, проблеми, ресурси” (м. Київ, ЦППО АПН України, 1–2 березня 2007 р.), які відбивають сучасний стан теорії та практики арт-терапевтичної допомоги особистості у вирішенні життєвих проблем та пошуку внутрішніх ресурсів особистісного зростання. Для арт-терапевтів, психологів, педагогів, психіатрів, мистецтвознавців, для всіх, хто цікавиться вітчизняним та світовим досвідом арт-терапії.

© ГО «Арт-терапевтична асоціація», 2007

## ЖИТТЯ ЯК ТВОРЧІСТЬ

Психологи, педагоги, соціальні працівники, психіатри та інші митці людських душ давно замислюються над питанням формування та розвитку здорової, гармонійної особистості. Творчість в якості інструменту обрана не випадково.

**Арт-терапія – це метод розвитку особистості за допомогою творчості.** Мистецтво стає не лише суспільним проектом, а й індивідуальним інструментом людини для особистісного користування з метою розвитку. Арт-терапія формує оптимістичний погляд на світ, активну життєву позицію і підводить до розуміння того, що **життя – це безперервний творчий процес.** Використання досвіду духовної культури людства робить арт-терапію ефективним засобом формуванням творчої позиції людини.

Нині як ніколи людині будь-якого віку й професії потрібні творчість, спілкування і досвід внутрішньої гармонізації.

Вже вчетверте **Міждисциплінарна науково-практична конференція „Простір арт-терапії: можливості та перспективи”** збирає однодумців-практиків, які щоденно використовують різні види творчості у роботі з дітьми та дорослими. Танець, малюнок, ліплення, музика, проза, поезія, драматизація – завдяки цьому ми можемо пізнавати хвилюючі життєві переживання, почуття й фантазії.

**Вознесенська О.Л.,**  
*Президент ОО «Арт-терапевтична асоціація»*

**ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:  
ОБРАЗИ, ПРОБЛЕМИ, РЕСУРСИ**  
**IV Міждисциплінарна науково-практична конференція**  
**з міжнародною участю**  
**(Київ, 2007)**

**ТЕКСТИ ДОПОВІДЕЙ**

## **ТВОРЧА ДІЯЛЬНІСТЬ – ШЛЯХ ДО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ**

***Бернадська Дарія Петрівна,***

*кандидат мистецтвознавства, каф. сучасного мистецтва  
Київського національного університету культури і мистецтв (Київ)*

Мова мистецтва постає як найбільш адекватна і плідна можливість створити нову реальність, звести «артистичний ковчег спасіння» на уламках старої культури. Мистецтво як діяльність, властива людині, – це реалізація здатності людської свідомості до синтезу.

Синтез мистецтв – це органічна єдність художніх засобів і образних елементів різних мистецтв, у якій втілюється універсальна здатність людини естетично опанувати світ.

Сутність синтезу як явища мистецтва найповніше виражається саме у вершинних «зонах» історії культури, коли синтез як основа художньої творчості виявляє себе постійно, у нерозривному зв'язку з прагненням людини втілити світ, в якому вона живе, в ідеальному образі художнього твору.

Синтезизм творчості впливає з найдавніших традицій синкретичного сприйняття людиною навколишнього світу. Тому в моменти перегляду канонічних художніх систем, руйнування попередньої ієрархії й посилення хаотичності традиційних елементів художнього буття актуалізується прагнення повернутися до синкретизму мислення.

Проблема художнього синтезу має немовби два полюси. Один із них являє собою результат діяльності людини (штучно створену модель багатогранного світу), другий демонструє джерело можливості адекватного відбиття об'єкта в суб'єкті (цілісність людської природи, аналогічної цілісності всього універсуму).

Передумовою виникнення синтетичних систем у мистецтві є притаманна людині здатність моделювати образ історично змінюваного світу. Прагнення до синтезу, особливо в мистецтві, – це прагнення людини злитися із світом за умови самовизначення.

Традиційному мистецтву притаманні «розчинення» митця в організованому ним світі й цілеспрямована творчість у межах зовнішнього канону, у сучасному мистецтві – тільки відповідність внутрішньому канону. Діалектичне ж заперечення цього мистецтва ґрунтується на вірності внутрішньому канону як точці опори перед новим «стрибком у світ», новою формою освоєння простору зовнішнього світу.

Справжня творчість являє собою нероздільний, сконцентрований процес і результат, який інтегрує множинність у цілісність, що й усвідомлюється як певний синтез.

## ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ДИТЯЧИМ БУДИНКАМ СІМЕЙНОГО ТИПУ

**Божор Олена Володимирівна,**

*психолог, арт-терапевт, тренер з арт-терапії*

*Центр психологічної діагностики та консультування МАУП (Київ)*

Для будь-якого суспільства характерно, що зі зниженням потенціалу загальнолюдських і духовних цінностей в ньому активно проявляється феномен розвитку сирітства – зростає кількість дітей, які залишилися без батьківського піклування. Ця риса, на жаль, не обминула й Україну. Становище дітей, що втратили опіку біологічних батьків, нині дуже складне. Як проблема національного значення, що потребує першочергового розв'язання, а також для стабілізації демографічного розвитку України, має розглядатись питання поліпшення умов розвитку дітей, які вже опинились в скрутному становищі, а також запобігання поширенню цього явища в суспільстві.

*Дитячий будинок сімейного типу* – це окрема сім'я, що створюється за бажанням родини або окремої особи, яка не перебуває в шлюбі, і бере на виховання і загальне проживання не менше 5 дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування.

У емпіричному дослідженні взяла участь родина Гедзів – перша в місті Києві, що отримала статус ДБСТ. Сім'я складається з батьків-вихователів Сергія й Наталії та дітей Іллі, Катерини, Миколи, Ріккардо, Дарини, Тетяни, Христини, Тамари та Антоніо. Психологічна робота в родині Гедзів здійснювалася в межах волонтерської роботи психолога-волонтера Соціальної служби Святошинського району м. Києва. За результатами соціометричного дослідження нами зафіксовані такі дані: коефіцієнт взаємодії (КВ) між дітьми ДБСТ дорівнював 30 %; 44,4% дітей мали соціометричний статус «популярний» і 55,6% дітей – «малопопулярний». Під час емпіричного дослідження були виявлені проблеми, що потребували термінового вирішення. Так, на основі аналізу результатів методик «Дерево», «Малюнок сім'ї» та «Неіснуюча тварина» було зафіксовано, що 24% дітей мали занижену самооцінку; 100% дітей – емоційні проблеми та труднощі взаємин у сім'ї та високу тривожність; 67% – мали порушення міжособистісних взаємин; 89% дітей постійно конфліктували між собою; 56 % – мали проблеми у спілкуванні з членами родини; критерії емоційної спільності та позитивних переживань стосовно членів родини мали нульові показники; 89% дітей переживали негативні почуття до членів родини; показники ревності були у 89% респондентів; супризництва – 78%; 67% дітей були невдоволені сімейною ситуацією.

На основі результатів емпіричного дослідження ми створили **Програму психологічної допомоги дитячому будинку сімейного типу з формування дружніх взаємин між його членами**, що включала великий спектр методів корекційно-розвивальної роботи з дітьми та консультативно-просвітницьку роботу з батьками-вихователями. Корекційно-розвивальний напрям програми був спрямований на самопізнання, формування почуття власної індивідуальності та дружніх взаємин в ДБСТ, сприяння всебічному розвитку особистості кожного учасника. Психотерапевтичним напрямком роботи з родиною Гедзів був системний підхід в арттерапії сім'ї.

Корекційно-розвивальна робота здійснювалась в системі тренінгових занять та мала декілька **етанів**: самопізнання, розвиток емоційної сфери; формування комунікативних навичок; формування навичок співпраці; формування вміння знаходити вихід із конфліктної ситуації. Заняття проводилися раз на тиждень по 45–60 хвилин. Всього було проведено 18 занять.

В результаті впровадження програми відбулися позитивні зміни щодо розподілу соціометричних статусів «популярний» і «малопопулярний», розвитку взаємин у сім'ї Гедзів та особистісних характеристик вихованців ДБСТ. А саме: кількість «малопопулярних» дітей знизилась з 55,6 % до 22,2 %, а кількість «популярних» дітей зросла з 44,4 % до 77,8 %. Коefіцієнт взаємодії між дітьми ДБСТ після впровадження програми психологічної допомоги виріс на 26%; кількість взаємних виборів зросла на 20%. Середні показники особистісних взаємин змінилися таким чином:

- показники порушення міжособистісних взаємин знизилися з 67 % до 44%;
- конфліктність взаємин знизилася з 89% до 33%;
- ворожість знизилася з 55% до 11%;
- показник ревності знизився з 89% до 44%;
- показник суперництва знизився з 78% до 56%;
- невдоволеність сімейною ситуацією зменшилася з 67% до 33% тощо.

В особистісних характеристиках вихованців ДБСТ у середньому відбулися такі зміни:

- особиста значущість зросла з 22% до 33%;
- показники низької самооцінки та невпевності у собі знизилися з 67% до 33%;
- рівень тривожності знизився з 89% до 78%;
- прояви демонстративності, навпаки, збільшилися з 11% до 33%;
- показник агресивності знизився з 56% до 22%;
- позитивне ставлення до себе зросло з 11% до 22%, а негативне – знизилося з 44% до 11%;
- впевненість та рішучість зросла з 11% до 33% тощо.

Отже, порівняльний аналіз результатів діагностики членів ДБСТ до і після впровадження Програми психологічної допомоги ДБСТ свідчить про появу позитивних зрушень в особистісних характеристиках та показниках міжособистісних взаємин. Це дає нам підстави стверджувати, що програма була ефективною.

## ПРОБЛЕМЫ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ДВИЖЕНИЯ В ЗЕРКАЛЕ СОВМЕСТНОЙ СКАЗКИ

*Бреусенко-Кузнецов Александр Анатольевич,*

*кандидат психологических наук, доцент кафедры  
психологии и педагогики НТУУ «КПИ»,*

*Член Правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Совместная сказка, создаваемая спонтанно (без заданной ведущим заранее тематической и ролевой направленности) терапевтической или тренинговой группой, может выступать хорошим диагностическим средством того круга личностных и межличностных проблем, которые актуализируются в момент сочинения, – на глубинном уровне складывающегося «группового мифа». Впрочем, проблемы, актуализируемые в процессе сочинительства, не обязательно имеют личностный характер; они могут характеризовать и *текущую ситуацию профессионального действовани*я – в случае, когда сказка сочиняется коллегами, встретившимися на мастер-классе некоего научно-практического форума. Профессиональное действование (как задающее основной вектор развития человеком своей экзистенции) предполагает присутствие того глубинного пласта проблематики, который может быть отрефлексирован сказкой. И особенно – если речь идёт о профессиональном действовании в области арт-терапии.

В данной связи для нас особенно показательна сказка, сочинённая группой участников нашего мастер-класса на I Крымском симпозиуме по телесно-ориентированной и арт-терапии «Тело – сознание – творчество» (1–3 июля 2006 г.):

*Цикл 1. В лесу жила маленькая фея и ждала, пока она вырастет. После того, как она вырастет, она хотела бы получить крылья, чтобы летать и творить волшебство (1). До получения крыльев маленьким феям творить волшебство не разрешалось – таковы были суровые законы леса. За тем, чтобы феи эти законы не нарушали, следили столетние дубы, которые оплели своими корнями всё лесное пространство (2). Но маленькой фее очень хотелось получить эти крылья, и она решила, что если она сделает что-то особенное, ей эти*



крылья дадут вне очереди (3). И вот однажды утром маленькая фея собрала корзинку в дорогу, вышла из дому и пошла по дорожке вдоль столетних дубов. И, поскольку лес был волшебным, её путешествие должно было быть интересным (4). За свои 100 лет дубы ещё не видели такой феи, которая попыталась нарушить законы леса, и потому они ещё не знали, как им поступить в данной ситуации (5). Тем временем фея шла по лесу всё дальше и дальше; она увидела поляну, на которой росли голубые, белые, жёлтые цветы. Ей на этой поляне очень понравилось, и она решила отдохнуть (6). Как только она прикрыла глаза, вокруг раздался шорох и потрескивание веток, дубы расступились, и она увидела прекрасное море, а над морем... Фантастика, – подумала она (7). А над морем были неопишуемой красоты облака, они были жёлтые, красные, оранжевые, большие белые и тёмные, чёрные тучи, все вместе они рисовали картину её мечты (8). И вдруг эти облака исчезли, и на большой грозовой туче появилась тёмная фея. Она спустилась на край моря, подошла к девочке, посадила её на колени и спросила: «Что ты ищешь, девочка? (9).

**Цикл 2.** Разве ты не знаешь, что за нарушение закона ты получишь не светлые крылья, а тёмные, и будешь творить не чудеса, а пакости? Лучше дожждаться срока – и тогда твоя мечта исполнится» (1). Маленькая фея, вспомнив о старой легенде, которую ей рассказывала наставница, хотела было вернуться в лес, но старые дубы за её спиной оглушительно расхохотались. И тогда, повернувшись к тёмной фее, наша героиня решительно сказала: «Я согласна, выдавай мне тёмные!». (2). «Ну что ж, бери эти тёмные крылья и помни, ты не сможешь поменять их на светлые». Маленькая фея с радостью поблагодарила тёмную волшебницу и упорхнула (3). Поскольку маленькая фея была радостным ребёнком, летя над волшебным лесом, она думала: «А не попробовать ли мне творить весёлые пакости, которые бы смешили людей и приносили бы радость? Может, тогда мои крылья станут хотя бы серыми, а потом и белыми» (4). И она тут же решила попробовать. Вместо леса она полетела в деревню. Но сначала она решила присмотреться к людям и их жизни (5). В деревне, в которую она прилетела, стояли красивые маленькие домики, возле каждого домика росло много красивых цветов. Жители деревни обожали разнообразные цветы, и каждый год проводили конкурс на лучшую клумбу в деревне (6). Маленькая фея, восхищённая красотой цветов, решила сделать приятное другим феям, сорвала самые красивые цветы и полетела в лес (7). Но она немножко замешкалась и увидела, как у одной из клумб горько плачет девушка: «Я растила эти прекрасные розы, чтобы их увидел мой любимый, который скоро должен был вер-

нуться домой!» (8). Фея подлетела к этой девушке и сказала: «Не плачь, я сделаю так, что твой любимый вернётся к тому времени, когда вырастут новые цветы». Девушка обрадовалась и пошла домой (9).

**Цикл 3.** Подумав, маленькая фея решила исправить то, что она сделала, побыстрее. Она взмахнула своей тёмной палочкой, и все сорняки превратились в розы. Удовлетворённо посмотрев на свою работу, она поднялась в небо. Но она не знала, что за ней наблюдают светлые и тёмные наставники (1). Сидя на самом белом облаке, совет тёмных наставников постановил: «Девочка недостаточно устойчива в тёмном направлении и заслуживает наказания!». А белый волшебник, подглядывавший за происходящим из-за дощатого забора, незаметно для тёмных выдернул созданные маленькой феей розы, поскольку они источали ядовитый аромат, от которого уже начала засыпать вся деревня (2). Вместо выдернутых роз белый волшебник оставил золотистые лилии, которые помогали бы маленькой фее делать пакости не такими злыми. А маленькая фея полетела совершать подвиги на море (3). Погода была солнечная, море – тихое и бирюзовое. На море фея увидела много корабликов с белыми парусами. И тут фея подумала: было бы намного красивее, если бы паруса у корабликов были разноцветные. Люди на берегу точно знали бы, корабль с какими парусами они ждут. Маленькая фея взмахнула своей палочкой, сказала заклинание и, закрыв глаза, легонько дунула на кораблики. Открыв глаза, она увидела такую картину...(4). Вместо того, чтобы паруса превратились в разноцветные, большие корабли стали маленькими лодками и вынуждены были плыть к берегу. Но на удивление маленькой феи, на одной из этих лодок плыл любимый той девушки, которую она видела в деревне, – и он вернулся в деревню раньше (5). У маленькой феи была подруга, которая обеспокоилась тем, что давно не видит своей подруги. И она решила её поискать (6). Подруга маленькой феи была старше, и поэтому у неё уже были белые крылья; она без труда отыскала маленькую фею и сказала ей «Куда ты пропала? Сегодня же всем маленьким феям вручают белые крылья». Маленькая фея призадумалась (7). Маленькая фея призадумалась и рассказала о всех своих горестях старшей подруге. Они сели на большой камень на берегу моря и стали думать, что делать; и тут старшая подруга вспомнила один пункт в законе о получении крыльев. Если фея с тёмными крыльями вдруг случайно соединит два любящих сердца, её крылья станут белыми, и она сможет творить добрые волшебства. Она рассказала об этом маленькой фее (8). Тем временем совет тёмных фей решил наказать маленькую фею, отобразив

*маленькой феи одно крылышко и половинку волшебной палочки. А потом, обнаружив в заборе щель, приказали слугам заколотить её (9).*

**Цикл 4.** *В это время маленькая фея с подружкой поднялись в небо и опустились в лодку с парнем девушки. Осыпав его золотым порошком, чтобы он заснул и стал невесомым, две феи подняли его и перенесли к невесте. Как только невеста его поцеловала, он проснулся. Влюблённые соединились – и маленькая фея исполнила свою мечту, получив белые крылья (1). А происходило это так: в очереди за белыми крыльями маленькая фея стояла, спрятав под мышкой своё оставшееся чёрное. И, получив свои белые крылья, она не успела далеко уйти, как была окружена строгими белыми феями спереди и не менее строгими чёрными – сзади. «В пункте закона шла речь о случайном соединении сердец, ты же действовала целенаправленно!» – сказали чёрные и белые волшебники (2). Белые крылья маленькой волшебницы тут же были изъяты, но с условием, что они могут быть возвращены. Маленькая фея подошла к золотистым лилиям совсем расстроенная и в слезах (3). Но так случилось, что белый волшебник был дядей феи, и он был Волшебником Времени и умел возвращать время вспять. Поскольку в этих лилиях была частичка его волшебства и его самого, то, почувствовав слёзы племянницы, он появился перед ней и сказал: «Я поверну время к тому моменту, когда вы узнали о поправке в законе (4). Фея опять очутилась на камне. Подружка предложила ей помочь жениху девушки добраться в деревню. А маленькая фея отказалась, и лишь наблюдала за тем, с каким трудом матросы плывут к берегу (5). Решила она посмотреть, что происходит в данный момент с девушкой в деревне. Прилетев в деревню, она вдруг с радостью обнаружила, что девушка посадила новые цветы, и они почти уже расцвели (6). Маленькая фея подумала: розы почти расцвели, а его всё нет; она в отчаянии бросила свой остаток волшебной палочки. Палочка с такой силой ударилась о забор, что забор свалился – таким образом, что один конец был в море, другой на земле, – и чуть не задел лодочку с женихом. Жених подумал: «Какая удача!», – прыгнул на забор и пошёл на берег (7). Девушка вышла и увидела, что её розы расцвели, и она была такая счастливая, что побежала к морю, но, увидев забор, решила, что по забору будет быстрее. Они встретились с женихом, обнялись и были счастливы, а маленькая фея получила белые крылья навсегда, и все жили долго и счастливо (8).*

Выбор феи в качестве главной героини совместной сказки профессиональных психологов и арт-терапевтов не случаен: фея – это тоже представитель помогающей профессии. Актуализация проблемы поколений в профессии (маленькая фея – столетние дубы), а также проблемы

выбора конструктивного / деструктивного для клиентов пути карьерного роста (белые и тёмные крылья, даруемые в ходе профессиональной инициации) также предстаёт в прозрачных метафорах. Индивидуальная судьба героини прочно вписана в профессиональный контекст.

Противоречие «светлого» и «тёмного», специфицированное по отношению к социальной роли героини, в юнгианских терминах может быть описано как взаимодействие архетипов «персоны» и «тени». В связи с профессиональной принадлежностью авторов (и феи) в нашем истолковании данной сказки есть основание обратиться за смысловыми параллелями к юнгианскому анализу проблемы деструктивности помогающих профессий, данном А. Гуггенбулем-Крейгом в книге «Власть архетипа в психотерапии и медицине». Согласно этому автору, персона *социального работника* дополняется теневой фигурой *инквизитора*, а персона *терапевта* – фигурой *шарлатана, мнимого пророка*. Возможность преодоления деструктивной теневой стороны терапевтического действия А. Гуггенбуль-Крейг связывает с архетипическим образом *«раненого целителя»*, по отношению к которому терапевт и клиент могут взаимодействовать в равноправном диалоге. К сожалению, о разработке системы объективных критериев, позволяющих отсеять случаи *теневого функционирования (или даже развития)* терапевта (в частности, в области арт-терапии) можно пока что говорить лишь в умозрительном ключе. Реально же самые опасные мнимые пророки – как раз те, которые имеют высокопревознесённые ранговые персоны.

Заметим, что терапевт приносит теневую фигуру *шарлатана, мнимого пророка* в свою профессиональную деятельность уже самим фактом построения именно такой персоны (сертифицируясь, получая учёные степени и звания, обретая «харизму» в некоей профессиональной тусовке). Эта фигура действует как в отношении пациентов, так и в отношении учеников, младших коллег. Её действия злокачественны. В результате её «эффективной» деятельности под именем терапевтической школы формируется терапевтический культ.

Возвращаясь к сказочному тексту, созданному на упомянутом мастер-классе, отметим, что открытый в истолковании пласт его значения несомненно исходил из символической рефлексии участников над I Крымским симпозиумом – явлением интересным и неоднозначным, содержащим в своей неоднозначности и несомненно позитивные профессиональные события, и явно «теневые» интенции к декларативной сакрализации происходящего (сертификаты участников симпозиума выдавались в здании действующего храма), и вихрящуюся конкуренцию трикстеров, реализующуюся в актах карнавальной арт-культуры на фоне раскинувшейся в ожидании гостей Ялты.

## **ТРИ ВЗГЛЯДА НА ФУНКЦИИ АРТ-ТЕРАПЕВТА**

**Вознесенская Елена Леонидовна,**

*кандидат психологических наук, с.н.с. Института социальной и политической психологии АПН Украины,  
Президент ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Отсутствие единых стандартов, как образования, так и оценки деятельности арт-терапевта, приводит к необходимости изучения и анализа функций арт-терапевта и стиля арт-терапевтической работы.

Традиционно в арт-терапии, как и психотерапии в целом, используется *психодинамический подход*, который предполагает наличие определенной системы взглядов (часто «единственно правильной»). Эта реальность арт-терапевтического процесса является *внешней* и данной «априори» по отношению к исследуемому «объекту» – клиенту или продуктам его творчества. Причем, клиент, его чувства, переживания, мысли, потребности, образы являются именно объектами исследования и психотерапевтического воздействия. Парадигма, сквозь призму которой смотрит арт-терапевт (теория, концепция, схема), задает систему координат, в которые помещается «объект». Поведение, чувства, мысли – проявления личности клиента – *объясняются* с помощью присущей данной парадигме терминологии. И главная задача – на основе исповедуемой концепции поставить свой «диагноз». Такой подход исторически обусловлен влиянием психодинамической парадигмы и основан на традиционной культуре клинической диагностики, бихевиоральных методах изучения психопатологической экспрессии, особое значение придается рабочему альянсу и безопасности психотерапевтического пространства.

Взгляд арт-терапевта направлен на конечный продукт изобразительного творчества и связанные с ним ассоциации, символические образы, явления переноса и контрпереноса, психологические защиты. Арт-терапевт воспринимает изобразительную продукцию с точки зрения содержания образов, созданных в психотерапевтическом контексте, которые отражают неосознаваемые процессы, что требует от арт-терапевта знания механизмов смыслообразования. Стратегия интерпретации (понимания, осмысления) творческого продукта клиента определяется парадигмой арт-терапевта, объектом интерпретации, верованиями и ценностями, которые ставятся во главу угла каждого подхода, неким априорным знанием, исповедуемым в данном подходе. Как правило, такие интерпретации предполагают анализ формальных признаков изобразительной продукции, и оставляют за кадром то, что невозможно объяснить с точки зрения той парадигмы, которой придерживается арт-терапевт. Важным оказывается

вербальное, но не поведенческое выражение аффекта. В то же время мы знаем, что нарратив является способом описания, относительно «дистанцированным» от художественного произведения.

И при этом, интерпретация психического опыта клиента арт-терапевтом возможно рассматривать как одну из форм контроля над ним и манипулирования. Терапевт – Всезнающий Родитель, а клиент не умеет себя понять сам, ему требуется помощь в виде истолкования его чувств, потребностей, образов.

Альтернативной парадигмой является **феноменологический подход**, в котором важен опыт восприятия явления и отказ от готового, иногда предвзятого и стереотипного отношения к «данностям» психического опыта. Клиент и арт-терапевт состоят в отношениях сотворчества и являются «исследовательским сообществом». Такой взгляд арт-терапевта предполагает, что феномены внутреннего мира (как и любые другие), образы существуют независимо от теорий и систем взглядов, с помощью которых он может их объяснять. Согласно феноменологическому подходу, не может существовать адекватной теории, модели или концепции, описывающей то, что происходит во внутренней реальности человека. Для понимания внутренней реальности клиента подходит только ЕГО система координат. От арт-терапевта требуется не проекция на внутренний мир клиента готовой теории, а «высокая степень открытости переживанию опыта творческой трансформации», «погружение» в этот опыт, выход за границы теории, препятствующие постижению реальной природы явлений. Клиенту необходимо помочь **описать** этот мир, его собственную Я-концепцию в его терминологии, на основе того понимания, которое уже существует у него. В этом подходе между клиентом и арт-терапевтом происходит «творческий диалог», в отличие от отношений подчинения и контроля в психодинамической арт-терапии. Задача арт-терапевта создать пространство, в котором клиент сможет отреагировать подавленные чувства, установить контакт с собственными потребностями. Безусловно, оба подхода имеют целью **понимание** человека и помощь ему в понимании себя, хотя и достигается эта цель разными способами.

В отличие от аналитического и феноменологического подходов **пост-модернистская эстетика** освобождает и терапевта, и любого «свидетеля терапии» от какого-либо понимания автора и продуктов его творчества. Невозможно понять человека не только с помощью какой-либо теории, но также невозможно каким-либо образом «заглянуть к нему в душу». Постмодернизм признавая неустойчивый, произвольный, спонтанный характер, как художественного творчества, так и содержания худо-

жественного продукта, не пытается решать задачи понимания этого содержания. В рамках постмодернистского подхода мир и творец не оцениваются с точки зрения определенных критериев, происходит некое моделирование реальных жизненных процессов, которое приводит к трансформации и принятию новых паттернов взаимодействия. Все, что может сделать внешний наблюдатель, арт-терапевт или зритель, – встретиться со своими **собственными** чувствами и впечатлениями, которые имеют отношение, в первую очередь, к нему самому, а не к внутреннему миру автора (клиента). Арт-терапевт или зритель получают возможность, в первую очередь, лучше понять самого себя.

Искусство модернизма и авангардизма – выражения постмодернистской эстетики – близки арт-терапевтическому пространству. Представители художественного авангарда пытались решать в процессе своего творчества и взаимодействия с аудиторией именно «психотерапевтические» задачи. Это попытка «устранить границы между искусством, жизнью и воображением...» (Ш. Мак-Нифф). Современное искусство не берет на себя функции Всезнающего Учителя, не проповедует «вечные истины». Его задача состоит в творчестве, созидании, сотворчестве художника и зрителя.

Арт-терапевты, работающие в рамках постмодернистского подхода, вступают с клиентами в активную, динамическую коммуникацию посредством невербальной экспрессии, основываясь на своей «постмодернистской чувствительности». Арт-терапевт отказывается от постановки задач и направления клиента в ходе работы, фокус внимания находится преимущественно на взаимодействии с творческим продуктом, тех чувствах, которые он вызывает, как векторов психотерапевтического процесса. Клиент и терапевт занимают по отношению, как к самим себе, так и друг к другу и творческому продукту, воспринимающую позицию.

Акциальный элемент психотерапевтического процесса занимает ведущее место во взаимоотношениях арт-терапевт – творческий продукт – клиент. Акционизм связан с использованием человеческого тела как инструмента и материала в творческом процессе. Акция (поступок) может представлять собой произведение искусства уже сама по себе. Арт-терапевт может демонстрировать различные формы креативного поведения, творческого самовыражения, вступая в активную невербальную коммуникацию. «Если я не рисую вместе с группой, группа меня не чувствует...» (Ш. Мак-Нифф).

При использовании постмодернистского взгляда в арт-терапии групповой процесс имеет интерактивный и самопрезентационный харак-

тер поведения членов группы. Действия каждого превращаются в **значимое событие для всех**, затрагивающее чувства каждого. Происходит переход в иную реальность, попытка включить себя, свои чувства, свое тело в процесс творческой экспрессии, найти новый, более спонтанный способ взаимодействия с художественным продуктом, узнать, как он влияет на тело и чувства и «открыть для себя иное измерение в переживании и осознании рисунков» (Ш. Мак-Нифф). Отношения арт-терапевта и клиента или группы определяются высокой степенью спонтанности, чувствительностью ко всей системе отношений, как к собственному состоянию, так и состоянию других. Полученный в ходе такой работы опыт находится на границе контакта внутренней и внешней реальности. Это не подготовленный заранее спектакль, а жизнь и переживание в «здесь-и-сейчас», что оказывается необычайно трудно для многих арт-терапевтов, привыкших «прятаться» за художественный образ, собственные убеждения и стройные системы интерпретаций.

Литература:

1. Арт-терапия в эпоху постмодерна/ Под ред. А.И.Копытина. – СПб.: Речь, Семантика-С, 2002. – 224 с.
2. *Мак-Нифф Ш.* Творчество за рамками привычного: расширение возможностей психологических исследований с помощью искусства //Арт-терапия – новые горизонты/ Под ред А.И. Копытина. – М.: Когито-центр, 2006. – 336 с.
3. *Трунов Д.* Перформанс как арт-терапевтическая техника // XX Мерлинские чтения: Мат-лы межрегиональной юбилейной науч.-практ. конференции (19–20 мая 2005 г.). – В 3 ч. – Ч. II. – Пермь: Перм. гос. пед. ун-т, 2005. – С. 312–321.

## **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИЙ ПРОСТІР ПОВЕРТАЄ ДОВІРУ**

**Газолишин Владислав Анатолійович**

*психотерапевт, психоаналітик,*

*навчаючий тренер АППУ*

*Голова Тернопільського осередку УСП (Тернопіль)*

*«Ми говоримо про довіру щодо думки особистості (котра може бути і сумнівною), а не про довіру до його знань (котрі можуть бути тільки такими, якими вони є); ми вимагаємо довіри до особистісного вибору (котрий може бути і тим і іншим), а не довіри до таких повністю визначених форм поведінки ( в принципі цілком передбачуваних), як рефлексии чи биття серця. Коротше кажучи, ви-*



*Простір арт-терапії: образи, проблеми, ресурси  
ходить так, що довіра потрібна нам саме тоді, коли ми  
менше всього знаємо, вчинить людина саме ТАК, чи ні»  
Held. Y. On the Meaning of Trust [2, p. 157; 6, p. 341]*

Саме ці слова підходять для повнішого розкриття теми арт-терапії, оскільки така довіра, яка проявляється в ході роботи, в процесі арт-терапії є найбільш щирішою і відвертішою.

Проекція втраченої довіри і знаходження її в арт-терапевтичному просторі / процесі є відображенням сімейної історії кожного з учасників цього процесу. Втрата довіри веде, в свою чергу, до втрати впевненості і зростання тривоги життя – екзистенціальної тривоги.

Адам Селігман сказав: «Людина все життя шукає підтвердження тому, що імовірність збутись її страхам є мінімальною чи навпаки максимальною...» [1, с. 23]. «Коли людина знаходить в житті підтвердження першому – вона, долаючи неймовірні труднощі досягає успіху в житті; в такої людини набагато більше шансів бути успішною і щасливою. Коли ж людина в житті знаходить (вірогідніше казати – шукає) підтвердження другому – вона має всі шанси назвати себе з часом невдахою, починає жаліти себе і страждати від цього» [1, с. 27].

А тепер ми спробуємо розглянути судження А. Селігмана в призмі бачення клієнтів, які звертаються до психологів, психотерапевтів по допомогу; чи багато серед них є людей, які шукають підтвердження своїх страхів? Я думаю, багато колег можуть згодитись зі мною – так, багато. Чи мають ці люди проблему з довірою що до оточення і в першу чи довіряють вони самі собі? Чи можуть ці люди сказати: «Я вірю в себе, я довіряю своїм почуттям»? Напевно ні.

А тепер, коли ми уявимо собі, що таких людей не одиниці, що їх багато, тисячі, а може й більше – згадаємо слова Селігмана «...шукає підтвердження збутись чи не збутись страхам...», ми можемо увити собі, що такі люди збираються разом, вони живуть, виховують своїх дітей, внуків, вчать їх так, що страхи (фантазії, мрії...) обов'язково збуваються – вони створюють невдах, які в свою чергу також створюють невдах і тоді створюється суспільство невдах.

Арт-терапія дає можливість позбутись переконаності в тому, що світ наповнений небезпекою і невдачами, оскільки має унікальну можливість, а саме: проходячи крізь арт-терапію можна змінити структурні переживання часу і простору і замінити їх на нові – конструктивні і здорові. Пригадаємо слова М. Мерло-Понті: «Захищає людину від галюцинацій чи маячення не перевірка реальністю, а структура її простору» [9, с. 302]. Заміна і набуття досвіду переживання безпечного простору і усвідомле-

ного часу дає відчуття екзистенційного змісту життя, що в свою чергу знижує тривогу і дає відчуття довіри.

Довіра не тільки як суб'єктивного переживання впевненості що буде саме «так», як пише Вірджинія Хельд, але і як базова потреба кожної людини. Набуття довіри є набуттям здатності розуміти фрустрації, які в беззмістовному стані були невротичними симптомами.

Ерік Еріксон писав: «Батьки мають виховувати свої дітей не тільки і не стільки за принципом «можна» – «неможна», скільки через передачу дитині відчуття, що в тому, що вона робить (дитина) є глибоке значення і зміст, можливо – це, насправді можна зробити тільки тоді, коли є довіра між батьками і дітьми» [10, с. 402].

Коли довіра була втраченою дуже рано, ще в превербальний період, то тільки через глибинну терапію, яка досягається в арт-терапії є шанс відновити довіру, що дозволить сформувати здорову ідентичність з відчуттям : «в мене все Ок, і тому я також Ок».

#### Література:

1. *Seligman A.B.* The Problem of Trust. – Princeton: Princeton university press, 1994. – P. 23–27.
2. *Betensky M.G.* «What do you see?» phenomenology of therapeutic art expression. – Jessica Kingsley Publishers, 2001. – P. 142–158.
3. Экзистенция – новое измерение психиатрии и психологии // Экзистенциальная психология / Под редакцией Р. Мэя. – М.: АпрельПресс, 2001. – 160 с.
4. *Каплан-Уильямс С.* Работа со сновидениями. М.: Духовные традиции, 1997. – С. 38–47.
5. *Томэ Х., Кехеле Х.* Современный психоанализ. – Том 1. – СПб.: Издательская группа «Прогресс» – «Литера», 2004. – 328 с.
6. Клиническая психология 2-е международное издание / Под. ред. М. Перре, У. Бауманна. – СПб.: Питер 2002. – С. 341–356.
7. *Берк Л. Е.* Развитие ребенка 6-е издание. – СПб.: Питер, 2006. – С. 231–238.
8. *Приц А., Викукаль Е.* Групповий психоаналіз. Теорія. Техніка. Застосування. – Львів: Астролія, 2006. – С. 104–116.
9. Энциклопедия глубинной психологии. – Том 1. – М.: MGM-Interna, 1998. – С. 302–318.
10. *Мэш Э., Вольф Д.* Детская патопсихология //Нарушения психики ребенка. – М.: Олма-Пресс, 2003. – С. 402–412.
11. *Чабан О.С., Газолишин В.А.* Простір та час в позасвідомому або про деякі константи в психотерапії. – Тернопіль, 2006. – 128 с.

## **ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНІК У НАВЧАЛЬНО- ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ**

*Деркач Оксана Олексіївна,*

*кандидат педагогічних наук,*

*доцент Вінницького державного педагогічного  
університету імені Михайла Коцюбинського (Вінниця)*

Одним із стратегічних завдань реформування освіти в Україні, згідно з державною національною програмою «Освіта», є формування освіченої, творчої особистості, становлення її фізичного, психічного і морального здоров'я. Розв'язання цього завдання передбачає обов'язкове психолого-педагогічне обґрунтування змісту і методів навчально-виховного процесу, а також вимагає від вчителів переосмислення свого ставлення до дитини, її потреб, прагнень та бажань. Однак іноді нам не вистачає знань про ці особистості, на які ми б хотіли орієнтувати свою педагогічну діяльність, адже кожна з них – надзвичайно своєрідна і неповторна, і не так легко прочинити дверцята у потаємний світ дитячої душі. Та є шлях, який може допомогти досвідченому, мудрому вчителю пізнати та зрозуміти внутрішній світ дитини – це доволі незвичне для шкільних аудиторій поєднання творчості, мистецтва та елементів психотерапії, адже **творчість**, як зазначав видатний український психолог В. Роменець, це засіб самопізнання і засіб саморозвитку, це дивовижне дзеркало, в якому відображаються найтонші намагання й очікування людини, найпотаємніші її думки, вся велич її духу, її неповторного «Я».

На думку провідних психологів, опанування вчителем деяких потужних психотерапевтичних прийомів та форм роботи дозволить цілеспрямовано, свідомо та систематично піклуватися про психічний стан учнів. Аналіз останніх психолого-педагогічних публікацій свідчать, що саме використання елементів арт-терапії (як синкретичного поєднання ізотерапії, казкотерапії, танцювально-рухової та музичної терапії) може стати тим психотерапевтичним засобом, який є цілком доступним для педагога, оскільки ефективно впливатиме на психічний стан дитини та носитиме не стільки лікувальний, скільки психогігієнічний (профілактичний) і корекційний характер.

Використання терапії творчістю у роботі з дітьми дає надзвичайні результати, адже процес творення (не за вимогою, не за зразком) завжди приносить радість, і це вже важливо не залежно від того, народжується

ця радість в глибинах підсвідомості чи вона є результатом розуміння можливості порозважатися чи навіть покепкувати.

Останнім часом можна констатувати становлення нового напрямку розвитку арт-терапії – *педагогічного*, що передбачає не пошук психічних розладів чи відхилень особистості, а розглядається швидше як різновид творчої діяльності з деяким «лікувальним ефектом» і полягає в певній «соціальній терапії» особистості та корекції стереотипів її поведінки за собою художньої творчості. Художня творча діяльність вже є своєрідним арт-терапевтичним процесом і розглядається як надзвичайно делікатна можливість спостерігати за дитиною в процесі спонтанної творчості, наблизитися до розуміння її інтересів, цінностей, побачити її неповторність та внутрішній світ. Тут діагностичний і терапевтичний процеси протікають водночас завдяки захоплюючій спонтанній творчості, в результаті якої налагоджуються емоційні, довірливі комунікативні контакти між дорослим та дитиною.

Експериментальне дослідження Л. Лебедевої засвідчило, що система арт-терапевтичних занять, як одна з інноваційних форм позакласної роботи, дозволяє розв'язати ряд наступних педагогічних задач, а саме:

- **діагностичні** – арт-терапія дозволяє отримати унікальні дані про індивідуальні особливості розвитку учня, його психічний та емоційний стан. Це коректний спосіб спостереження за дитиною під час навчальної та позакласної діяльності, що дає змогу краще дізнатися про її інтереси, цінності, побачити внутрішній світ, відчуті її неповторність та особистісну своєрідність, виявити проблеми, що підлягають спеціальній корекції. В процесі занять легко проявляється характер міжособистісних стосунків і реальне становище кожного учня у колективі, розкриваються деякі закономірності найближчого соціального оточення;
- **корекційні** – достатньо успішно коректується образ «Я», який раніше міг бути деформованим, покращується самооцінка, зникають неадекватні форми поведінки, налагоджуються способи взаємодії з іншими людьми. Позитивні результати можуть бути досягнені в роботі з деякими відхиленнями у розвитку емоційної та вольової сфери дитини, оскільки арт-терапевтичні техніки застосовуються для корекції тривожності, агресивності, страхів, сором'язливості та гіперактивності молодших школярів;
- **психотерапевтичні** – «лікувального» ефекту можна досягнути завдяки тому, що у процесі творчої діяльності створюється атмосфера

емоційної теплоти, доброзичливості, емпатійного спілкування, визнання цінності особистості іншої людини, її почуттів та переживань;

- **виховні** – використовуючи групові форми роботи, вихователь буде взаємодію в дитячому колективі таким чином, щоб учні навчались коректному спілкуванню, співчуттю, взаєморозумінню, взаємоповазі та взаємопідтримці, що, в свою чергу, позитивно впливатиме на формування міцного, дружнього колективу, забезпечуватиме орієнтацію в системі моральних норм та сприятиме формуванню у дітей морально-етичних цінностей;
- **розвивальні** – завдяки використанню різноманітних форм художньої експресії виникають умови, за яких кожна дитина переживає успіх в даній діяльності, оскільки побічним результатом арт-терапії зазвичай є почуття задоволення, що виникає в результаті виявлення прихованих талантів. Це не лише розвиває художні здібності, а й підвищує самооцінку дитини, сприяє виникненню віри у власні сили, почуттю гідності та самоповаги.

Таким чином, на сьогоднішній день набуває актуальності питання підготовки майбутніх вчителів-класоводів (соціальних педагогів, практичних психологів) до використання елементів терапії творчістю (арт-терапії, казкотерапії музичної терапії тощо), що допоможе налагодити ефективну комунікативну взаємодію з учнем у ході спільної художньо-творчої діяльності, більш глибоко пізнати внутрішній світ кожної дитини, відчути її неповторність, особистісну своєрідність, визначити домінуючі потреби та інтереси, діагностувати емоційний та психічний стан школяра, рівень шкільної та соціальної дезадаптації.

## **КВАЛИТАТИВНОЕ СООТВЕТСТВИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТСКОГО ВОЗРАСТА И КОЛОРИСТИКИ ЗДОРОВОЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ**

*Ещенко Наталья Александровна,  
ассистент кафедры дизайна интерьера и мебели  
Киевского национального Университета технологий и дизайна,  
член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

**Цвет в окружении человека** предстает в трех видах: цвет природных материалов, цвет красителей и цветной свет. С развитием ребенка роль, значение и воздействие каждого из этих видов на ребенка изменяется.

**Первое семилетие.** Ребенок первого семилетия проходит очень заметный путь изменений от младенца к дошкольнику. Это естественный процесс развития, и окружение должно не мешать, а поддерживать эти процессы, не отвлекать яркими цветами и неестественными материалами от познания мира.

Если говорить о цвете в окружении детей до 3–х лет, особое внимание следует обратить на пурпурный цвет. Известно, что еще нерожденный ребенок уже обладает способностью видеть – а свет, проникая через материнские ткани, создает в лоне именно пурпурный колорит. Психологи рекомендуют сохранять эту цветовую атмосферу и в первые годы жизни ребенка – тогда чувство любви, защищенности, уверенности будет сопровождать человека на протяжении всей последующей жизни.

**Цвета природных материалов и объектов** наиболее соответствуют потребностям развития дошкольников. Для интерьера и обстановки детской комнаты нужно ориентироваться на гармоничный природный образ. Такой образ побуждает ребенка к творчеству, а мир его фантазии наполнен красками такой силы, что любая искусственная цветовая гамма затормозит развитие творческих способностей.

**Второе семилетие.** Как в первые семь лет человек изменяется телесно, так во втором семилетии ребенок изменяется душевно. И как развитию тела помогают цвета природных материалов, так развитие души происходит **в красках**. Мир младшего школьника расцвечен всеми цветами, но и в этой пестроте присутствует система, призванная помочь развитию ребенка. Для применения цвета в окружении детей важно воспринимать цвет в его душевных качествах, опираясь на цветовую теорию Гете.

**Третье семилетие.** Подростковый возраст – период критичного отношения к окружающему, время идеализма и максимализма, черного и белого, света и темноты. Идеалам совершенства соответствует только **цветной свет** во всей своей первозданной силе. Речь идет как о естественном освещении (витражи, вид из окна и т.д.), так и о искусственном свете (театральный свет, цветомузыка и т.д.).

Следовательно, основные принципы использования цвета в окружении детей можно сформулировать таким образом: **в первом семилетии преобладают цвета природных материалов, во втором – цвета красителей, в третьем – цветной свет.**

Литература:

1. Гете И.-В. Очерк учения о цвете// Избранные сочинения по естествознанию: Пер. с нем. – М.: Наука, 1954. – 512 с.
2. Кох Э., Вагнер Г. Индивидуальность цвета: Путь упражнений по живописи и переживанию цвета. – М.: Антропософия, 2000. – 111 с.

3. Луизов А.В. Цвет и свет. Л.: Энергоатомиздат, Ленинградское отделение, 1989. – 256 с.
4. Миннарт М. Свет и цвет в природе// Пер. с нидерл. – М.: Физматгиз, 1958. – 246 с.
5. Степанов Н.В. Цвет в интерьере. К.: Будивельник, 1978. – 176 с.
6. Штайнер Р. Воспитание ребенка с точки зрения духовной науки. Пер. с нем. – М.: Парсифаль, 1993. – 40 с.
7. Яньшин П.В. Введение в психосемантику цвета: Изд. 2-е. – Самара: Сам-ГПУ, 2001. – 368 с.
8. Damm E.-L. Malen mit Seelenpflege-beduerftigen Kindern im Schulalter. – Stuttgart: Verlag Freies Geistesleben, 1984. – 376 p.

## **АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ МЕТОД РОЗВИТКУ І ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ У ПРОФОРІЄНТАЦІЙНІЙ РОБОТІ З УЧНІВСЬКОЮ МОЛОДДЮ**

*Злочевська Людмила Степанівна,*

*науковий співробітник Інституту психології і педагогіки  
професійної освіти АПН України, психолог, арт-терапевт, кінезіолог,  
член ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ).*

Професійне самовизначення особистості можна розглядати як одну із сторін її цілісного життєвого **самовизначення**, яке має зв'язок з процесами самопізнання, самооцінювання, саморозвитку, формування світогляду і знаходження власної життєвої позиції.

Юнацький вік традиційно вважається періодом інтенсивного розвитку самосвідомості особистості, коли зміна соціального статусу, нові соціальні ролі, умови та обставини, розширення соціальних контактів і новий зміст соціальних вимог до молодої людини спонукають до соціального самовизначення та формування усвідомленого образу «Я».

Важливе наукове і практичне значення має цілісна психологічна характеристика особистості учнівської молоді і насамперед її творчих можливостей у період вибору і опануванню професією, коли формуються навички з обраного фаху, вимальовуються індивідуальні професійні якості. Професійна здатність до конкретної діяльності вимірюється не тільки рівнем розвитку здібностей, але і багатьма особистісними чинниками, такими як: змістом мотивів, цінностями, інтересами, когнітивними стратегіями, очікуваннями і образами майбутнього, планами поведінки та ін.

Існує багато вже відомих методів і підходів, які допомагають віднайти та розвинути неповторні індивідуальні здібності і якості особистості,

підвищують мотиваційний рівень творчого ставлення до професійного майбутнього.

Методи арт-терапії через самовираження і самопізнання допомагають зрозуміти й оцінити своє минуле, розглянути сьогодення, створити образи і перспективи майбутнього. Арт-терапія – це метод терапії творчості. Виходячи із релятивності поняття «Тегареіа» (з грецької – турбота, доглядання, лікування), його вводять у понятійний апарат психології і педагогіки. Пріоритетним значенням стає турбота про людину, де лікування розуміється як «соціально-психологічне лікування», як зміну стереотипів поведінки і підвищення адаптаційних здібностей особистості засобами художньої діяльності. В цьому контексті і сам термін «лікування» має ще один сенс відтінок – позбавлення від чогось, що можна співвідносити до корекційних і реабілітаційних функцій арт-терапії.

Учнівська молодь, приймаючи участь у арт-терапевтичному процесі, набуває досвід позитивних змін, поступово приходять заглиблене самопізнання, самосприйняття, гармонізація особистісного розвитку, що стає фундаментальними основами професійного самовизначення. Потенційний шлях до професійного самовизначення, самореалізації, самоактуалізації в учнівській молоді, відкриває нові риси характеру, те потаємне і незвідане, активізує вольові і мотивуючі фактори.

Метод арт-терапії має певні переваги порівняно з іншими методами. Насамперед – це можливість кожної людини, незважаючи на вік, стать, рівень освіти, приймати участь у арт-терапевтичній роботі. Арт-терапія є засобом невербального спілкування, який дає змогу свої переживання, почуття, роздуми, життєві ситуації розглянути і висловити символічною мовою, яка є однією з основ образотворчого мистецтва. Використовуючи арт-терапевтичні методи у роботі з учнівською молоддю з метою розвитку і професійного самовизначення, ми бачимо як образотворча діяльність створює своєрідні «мости», які допомагають віднайти той особистісний творчий професійний шлях, який приводить до суттєвих змін у пошуках професії. Активізуючи і збагачуючи комунікативні можливості людини, арт-терапія сприяє створенню нових моделей спілкування, покращує міжособистісну взаємодію, що є дуже важливим професійній самореалізації.

Метод арт-терапії дає унікальну можливість людині для дослідження своїх несвідомих процесів, вираження й актуалізації прихованих ідей і станів, тих соціальних ролей, явищ і форм поведінки, які допомагають віднайти новий шлях реалізації своїх здібностей і можливостей. Форми роботи можуть бути як групові так і індивідуальні.



Результати образотворчої діяльності відображають об'єктивний стан людини, що дають можливість використовувати їх для ретроспективної оцінки проведення аналізу, досліджень, порівнянь. У творчому процесі людина має можливість виражати свої думки, почуття, емоції, потреби – така робота дає високий позитивний емоційний заряд, формує активну життєву позицію і впевненість у своїх власних силах.

Хочеться звернути увагу на перевагу групової роботи арт-терапевтичним методом, яка дозволяє розвивати ціннісні соціальні навички, формує адекватну самооцінку і веде до зміцнення особистої ідентичності. Завдяки взаємній підтримці, групова робота дозволяє спостерігати результати своїх дій і їхній вплив на оточуючих; дозволяє засвоювати нові ролі, розвиває навички прийняття рішень, а головне, розвиває комунікативні навички і здатність адаптації до групових «норм».

Юнацький вік – це благодатний період для використання арт-терапевтичних методів. Спілкування через експресивну продукцію дуже часто дає більш ефективний результат, ніж вербальна комунікація, оскільки допомагає молодій людині «сховати» свої особисті переживання в візуальних образах і усунути від прямого контакту з дорослими (психологом, вчителем). Через усвідомлення своїх внутрішніх проблем молоді люди набагато легше переходять на вербальні контакти. Характер мотивації професійного самовизначення у учнівської молоді (конкретні мотиви і мета, направленість, широта і інтенсивність) обумовлюється особливостями професійного поетапного становлення: вибір професії, реалізація вибору, в подальшому трудова діяльність. Психічний розвиток особистості виявляє такі особливості, які спонукають до яскравого вираження індивідуальності, коли творче ставлення до професійного самовизначення допомагає розкрити її здібності, можливості та нахили.

Метод арт-терапії дає людині унікальну можливість для дослідження своїх несвідомих процесів, вираження й актуалізації прихованих ідей і станів, тих соціальних ролей, явищ і форм поведінки, які допомагають віднайти новий шлях реалізації своїх здібностей і можливостей. Форми роботи можуть бути як групові так і індивідуальні.

Результати образотворчої діяльності відображають об'єктивний стан людини, що дають можливість використовувати їх для ретроспективної оцінки проведення аналізу, досліджень, порівнянь. У творчому процесі людина має можливість виражати свої думки, почуття, емоції, потреби – така робота дає високий позитивний емоційний заряд, формує активну життєву позицію і впевненість у своїх власних силах.

В контексті арт-терапевтичної роботи з учнівською молоддю метод спонтанного творчого малюнку наряду з відтворенням соціального простору дійсності може створювати і модель майбутнього. Художня діяль-

ність збагачує комунікативні можливості і соціальний репертуар, що дає можливість реалізувати той внутрішній потенціал молодої людини, який і буде складати в подальшому основу позитивних змін у особистості. Можливості використання арт-терапевтичного методу у роботі з учнівською молоддю у напрямку особистісного розвитку і професійного самовизначення відкривають широкий простір для створення нових форм роботи.

## **РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И АКТИВИЗАЦИЯ САМОПОЗНАНИЯ БУДУЩИХ ПСИХОЛОГОВ**

*Калашиник Анастасия Викторовна,  
аспирант кафедры возрастной и педагогической психологии  
Белорусского государственного педагогического  
университета им. Максима Танка (Минск, Беларусь)*

В последнее время возрастает значимость психологического знания в различных сферах жизни человека. Это обусловлено усилением интереса личности к себе, своему внутреннему миру, стремлением общества к прогрессу. Получение психологического знания является одним из путей совершенствования как отдельной личности, так и общества в целом. Развитые государства заботятся о своем будущем, поэтому образование для них является приоритетной статьёй в распределении средств. Глобальная задача образования заключается не столько в передаче знаний, формировании умений и навыков, сколько в развитии интеллектуальных способностей человека, под которыми, согласно Н.П. Локаловой, понимается степень сформированности познавательных процессов, зрелости мотивационно-эмоциональной, волевой, произвольно-регуляторной, аффективно-поверхностной сфер.

Особое значение в подготовке специалистов-психологов занимает развитие их эмоционального интеллекта, так как одним из профессиональных качеств психолога является наличие у него знаний, умений и навыков в области эмоциональной сферы человека: способности к различению собственных эмоций и эмоций других людей; использованию эмоций для повышения эффективности мыслительной деятельности, пониманию значения эмоций, управлению ими [1, с. 78–86]. Все это входит в структуру эмоционального интеллекта, изучение и развитие которого – предпосылка увеличения удельной доли психологической науки в обществе. В учебных стандартах по специальности «Психология» заложено конкретное содержание, включающее в себя разделы «знать» и «уметь» по каждой дисциплине. Актуальным видится изучение проблемы соответствия имеющихся у студентов, обучающихся психологии, знаний и их

применение. В отличие от привычного процесса приобретения знаний, в области психологии их применение в повседневной жизни требует значительных усилий. Совершенствование психики происходит за счет регулярного использования знаний психологической теории [2, с.6].

В психологической науке, на текущем этапе ее развития, наметился определенный разрыв между так называемыми академическим и практическим знанием. Это проявляется в превалировании объяснительно-иллюстративного метода преподавания психологии. При подобном подходе к обучению учащийся получает «готовое» знание, что не требует от него активной позиции в преобразовании и присвоении информации. Студент не пропускает через себя, а как бы «проглатывает» знания, что при необходимости решения конкретной жизненной проблемы, ставит его в затруднительное положение [7, с. 15–16].

В связи с этим существует ряд причин неэффективности психологической помощи. Одной из таких причин является психологическая непроработанность личности практического психолога. В то время как в профессиональную ментальность психолога должна входить особая система безусловных установок самопринятия, самоотношения, самоуважения, самопрезентации, то есть позитивного самовосприятия [8, с. 31] и активного самопознания [6]. В своих работах М. Келеси определяет самопознание как познание, обращенное на себя, являющееся гносеологической стороной процесса самосознания и формой сознания [5, с. 1–2]. Также самопознание определяется в современной психологии как «вся сумма информации о себе, представленная в индивидуальном сознании» [3, с. 34].

Согласно исследованиям В.В. Столина, в структуре личности и сознании человека существуют так называемые внутренние преграды, которые могут препятствовать или содействовать выполнению отдельных действий. К таким преградам относятся следующие образования личности: ожидание негативных общественных санкций; ожидание негативных семейных санкций; гордость, самолюбие; совесть; робость; слабоволие; потребность в свободе и творчестве; потребность в благополучии; боязливость; стыдливость [9].

Особую важность, на наш взгляд, в преодолении внутренних преград личности приобретают исследования роли психологических знаний, стимулирующих самопознание, способствующих развитию и совершенствованию эмоционального интеллекта.

Практика показывает, что для развития эмоционального интеллекта и активизации самопознания будущих психологов, в программах психологических специальностей необходимо существенно увеличить пространство, занимаемое активными методами обучения: арт-терапевтическим и музыкотерапевтическим тренингом, в частности [4, с. 44–47].

Литература:

1. *Андреева И.Н.* Эмоциональный интеллект: исследования феномена // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 78–86.
2. *Ерчак Н.Т.* Общая психология. Тестовые задания /Н.Т. Ерчак. – Мн.: Новое поколение, 2005. – 126 с.
3. *Знаков В.В., Павлюченко Е.А.* Самопознание субъекта // Психологический журнал, 2002. – Т. 23. – № 1. – С. 38–52.
4. *Калашиник А.В.* Мастер-класс: „Самопознание и самораскрытие средствами музыкальной терапии” // Простір арт-терапії: можливості та перспективи: Том 2: Матеріали III міждисципл. науково-практ. конф. з міжнар. участю (м. Київ, ЦППО АПН України, 2-3 березня 2006 року) / За наук. ред. А.П. Чуприкова, О.А. Бреусенка-Кузнецова, О.Л. Вознесенської. – К: Міленіум, 2006. – С. 41–44.
5. *Келеси М.* Развитие самопознания личности в раннем юношеском возрасте. – Учебно-методическое пособие /Под. ред. Л.Ф. Бурлачука. – К, 1996.
6. *Коптева С.И.* Развитие самопознания личности посредством художественной перцепции: Дис... канд. психол. наук. – Мн., 1997. – 20 с.
7. *Краснова Т.И.* Развитие рефлексии старшеклассников в процессе активного обучения психологии: Дис... канд. психол. наук. – Мн., 2000. – 20 с.
8. *Сапогова Е.Е.* Психолог в современной России: ожидания общества и самовосприятия // Возрастная, педагогическая и коррекционная психология. – Сборник научных трудов. Выпуск 2. – Мн.: Карандашев Ю.Н., 2000. – С. 14–26.
9. *Столин В.В.* Самосознание личности. – М.: Издательство Московского университета, 1983. – 284 с.

## **НЕКОТОРЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ АРТ-ТЕРАПИИ ВОСТОЧНОЙ ЕВРОПЫ В ОБЩЕЕВРОПЕЙСКОМ КОНТЕКСТЕ**

***Копытин Александр Иванович,***

*доцент каф. психотерапии Санкт-Петербургской Медицинской академии им. И.И. Мечникова, председатель Российской Арт-терапевтической ассоциации, вице-президент Секции искусства и психиатрии Всемирной психиатрической ассоциации, руководитель программы профессиональной переподготовки по арт-терапии при Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования (Санкт-Петербург, Россия)*

Специалисты из Российской Федерации, Украины и других стран Восточной Европы в последние годы становятся участниками интересно и продуктивного диалога с представителями арт-терапевтических сообществ из разных стран и регионов Большой Европы. Подтверждением этого является не только участие восточноевропейских специалистов в международных конференциях и их частные контакты с зарубежными кол-

легами, но и институциональное сотрудничество в форме двусторонних и многосторонних проектов в сфере арт-терапевтического образования и научных исследований, а также обмен практическим опытом между лечебными, образовательными и социальными учреждениями разных стран.

Так, например, начиная с 2006 г. стала действовать программа обменов группами студентов и преподавателей Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования и Университета Ниймегена (Нидерланды). За последние четыре года на страницах ведущих зарубежных периодических арт-терапевтических изданий и сборников научных трудов было опубликовано более десяти научных работ, подготовленных студентами и преподавателями арт-терапевтической программы вышеназванной Академии. В стадии активной разработки в настоящее время находится проект совместного обучения аспирантов, занимающихся исследованиями в области арт-терапии, силами профессорско-преподавательского состава из России и стран Западной Европы. Реабилитационное отделение одной из психиатрических больниц Санкт-Петербурга развивает сотрудничество с голландской психиатрической клиникой в плане обмена арт-терапевтическим опытом, и голландский студент даже планирует пройти у нас клиническую стажировку. Это лишь некоторые примеры «набирающего обороты» сотрудничества.

Насколько готовы восточноевропейские специалисты и организации к диалогу с западными арт-терапевтами? Как показал опыт нашего общения с ними, помимо языкового барьера, эффективным контактам могут препятствовать и иные факторы – административные процедуры, разница в менталитетах и этических нормах, плохая «переводимость» некоторых ключевых понятий и представлений российской психологической школы и многое другое.

Включаясь в такой диалог, знакомясь с разными национальными и региональными арт-терапевтическими традициями, все больше начинаешь осознавать многоликость европейской арт-терапии. Являясь частью общего информационного, культурного, экономического и политического «пространства», европейские арт-терапевтические центры, в то же время, отражают своеобразие местных менталитетов, культур и укладов, а также разную степень «зрелости» самого метода в той или иной части Европы.

Не секрет, что между отдельными группами специалистов внутри профессионального сообщества арт-терапевтов порой могут существовать глубокие различия и противоречия. Анализируя разные точки зрения на арт-терапию и используя при этом социологические представления, Д. Уоллер (Waller 1991) предлагает использовать «процессуальную» модель арт-терапии, в соответствии с которой эти точки зрения и конфликты внутри сообщества специалистов являются факторами осознания

ими своей миссии и того, что становление и развитие арт-терапии представляет собой сложный эволюционный процесс.

«Различные сегменты (профессионального сообщества арт-терапевтов) могут обладать разной идентичностью, разным пониманием своего прошлого и целей своей дальнейшей работы, включаясь, в то же время, в разные виды организованной совместной деятельности, помогающей им отстоять свои институциональные позиции и реализовать свою социальную миссию. Соревнование и конфликт между разными сегментами профессионального сообщества приводят к изменениям в профессиональных позициях. Благодаря использованию этой модели можно было бы показать, как конфликты в арт-терапевтическом движении, часто воспринимаемые как потенциально разрушительные, в конце концов, могут быть разрешены, обуславливая переход профессионального сообщества на новый уровень его развития» (Waller 1991, pp xiv-xv).

Более того, если говорить о развитии современной психотерапии, к одной из форм которой можно отнести арт-терапию, то существование множества ее вариантов и направлений с характерными для них и далеко не всегда согласующимися системами взглядов является вполне естественным и отвечающим реалиям современного общества. Толерантность к различиям в европейской арт-терапии и психотерапии, в целом, выступает в качестве предпосылки профессионального диалога и синтеза разных систем взглядов и отвечает принципам Страсбургской декларации по психотерапии (EAP 1991).

Подобная толерантность характерна и для такой международной организации как Европейский консорциум арт-терапевтического образования – ЕКАТО (ЕСArTE 1999a, 1999b, 2000), членом которой в 2005 г. стала Санкт-Петербургская государственная академия постдипломного педагогического образования.

Выступая на одной из конференций консорциума в Лондоне, почетный президент ЕКАТО, профессор Мюнстерского Университета Лин Коссолопов подчеркнула, что «аккумуляция национальных, этнических и культуральных ингредиентов является альтернативой конформизма и источником дивергентного мышления и поведения в среде профессионалов... Каждая страна и каждый регион имеют свои собственные арт-терапевтические традиции. Эти местные традиции являются основой европейской арт-терапии как целостного феномена» (Kossolapow 1999a).

Таким образом, часто произносимый в последнее время лозунг «Единство в многообразии», отражающий активно протекающие в мировом сообществе интегративные процессы, в полной мере соответствует современному этапу развития европейской арт-терапии, для которой характерно стремление специалистов разных стран сопоставить свои точки

зрения и создать условия для наиболее продуктивной профессиональной коммуникации.

Наличие разных точек зрения на арт-терапию в европейском и мировом контексте представляется тем более естественным, если учесть, что она является относительно молодой областью профессиональной практики. Дальнейшее поступательное развитие восточноевропейской арт-терапии в общеевропейском контексте тесно связано с решением следующих задач:

1. Эффективный обмен информацией, касающейся организационных, теоретических и практических вопросов арт-терапии, а также вопросов профессиональной политики в этой области (что связано с переводом и публикацией разных арт-терапевтических изданий, подготовкой совместных книг, созданием транснациональных профессиональных периодических изданий и электронных информационных ресурсов).

2. Развитие научных исследований в арт-терапии и практики, отвечающей требованиям научной доказательности (evidence based practice). Немаловажная роль при этом может принадлежать совместным двусторонним и многосторонним исследовательским проектам с арт-терапевтами разных стран, проведению международных конференций и другим мероприятиям.

3. Участие в разработке и согласовании общих для разных стран Европы образовательных стандартов в области арт-терапии и развитии системы обменов студентами и преподавателями разных стран. В настоящее время существуют региональные и национальные арт-терапевтические образовательные стандарты, однако общеевропейские стандарты еще не вполне определены. В то же время, уже создан проект общеевропейской учебной программы «Европейский магистр арт-терапии», поддержанный Европейским Союзом.

Обсуждая вопросы формирования общеевропейских стандартов в области арт-терапевтического образования и практики, в качестве некоторых важнейших следствий их принятия Л. Коссолапов (Kossolapow 2000) называет:

- европейскую интерактивность, позволяющую арт-терапевтам работать с представителями разных культурных сообществ, различающихся по признакам их расовой, этнической, классовой, конфессиональной принадлежности,
- европейскую самокритичность, связанную со способностью специалистов критически оценивать свои взгляды и профессиональные позиции,

- европейскую мобильность и ориентированность специалистов в правовых, этических и административных вопросах арт-терапевтической деятельности в разных странах,
- европейский профессионализм – способность специалистов в области арт-терапии к эффективному рабочему взаимодействию со своими коллегами из других стран и включаться в институциональную среду медицинских, образовательных и социальных учреждений в разных регионах Европы,
- европейскую мультикультуральность – способность специалистов сравнивать глобальные, национальные и региональные социо-культурные традиции, принимать различия в образе жизни, обычаях и верованиях жителей разных стран и регионов Европы и терпимо к ним относиться.

Европейская арт-терапия отнюдь не стремится выработать стандартные подходы и способы решения проблем. Она ориентирована на исследование и интеграцию разного опыта, вырастая из местных культур и впитывая в себя иные культуры. Использование разных техник и подходов, с учетом конкретных условий жизни людей и их проблем является ее несомненным достоинством.

Литература:

1. ECArTE (1999a) A Directory of European Training Courses. – 1999. – 36 p.
2. ECArTE (1999b) Arts Therapies 2000: Abstract Book of the 5th European Arts Therapies Conference. – Munster-Hamburg-London: Lit Verlag, 1999. – P. 36-42.
3. *Kossolapow L.* (1999) In ‘ECArTE: A Directory of European Training Courses’, 1999. – P. 13-20.
4. *Kossolapow L.* (2000) In ECArTE Newsletter, 2000. – P. 1-3.
5. *Waller D.* (1991) Becoming a Profession. – London: Routledge, 1991. – 364 p.

## **ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ДЕЙСТВИЕ ФОРМООБРАЗУЮЩИХ ПРИНЦИПОВ В ОФОРМЛЕНИИ ИНТЕРЬЕРОВ**

*Косенко Даниил Юрьевич,*

*ассистент кафедры дизайна интерьера и мебели  
Киевского национального Университета технологий и дизайна (Киев)*

На протяжении тысячелетий оформление интерьера помещений подчинялось определенным нормам господствующей в данное время культуры. Однако начиная с 1920-х годов единого общепринятого стиля в интерьере не существует, сегодня репертуар стилей и форм, которые может использовать дизайнер интерьера, по сути безграничен.



Как и другие виды искусства, дизайн интерьера воздействует на душевную сферу человека посредством художественных образов. Однако, в отличие от, скажем, живописи или литературы, художественный образ в дизайне интерьера обладает двумя важными особенностями, которые заставляют рассматривать это искусство с точки зрения здоровья. Во-первых, образы дизайнера не прямо изобразительны, то есть с большим трудом поддаются сознательной интерпретации. Во-вторых, образы дизайнера интерьера воздействуют на человека, находящегося в помещении, постоянно, а не только тогда, когда реципиент сознательно обращается к ним как к образам искусства. Следовательно, искусство дизайнера интерьера в значительной степени воздействует на человека в обход сознания, что заставляет с намного большей осторожностью относиться к формотворчеству в этой области.

Из сказанного выше следует, что недостаточное внимание к формированию интерьера помещений может нанести серьезный вред человеку, пребывающему в этом помещении. А потому, опираясь на принцип «все есть яд, и все есть лекарство», формы в интерьере также могут быть рассмотрены с точки зрения их терапевтического воздействия.

Для методического обоснования такого исследования необходимо привести к общей системе категорий вопросы психологии человека и формообразования интерьера. Современный уровень развития теории искусства позволяет сделать это. Наиболее плодотворным в этом направлении представляется рассмотрение с использованием качественных методов. Рассматривая методы формообразования в современном интерьере, можно выделить два основных принципа – структурный и функциональный. Первый качественно связан со способностью человека к рациональному логическому мышлению, структурно организованные формы безусловно поддерживают и стимулируют в человеке эту способность, однако обладают «омертвляющим» действием в отношении динамических процессов как в психике, так и в соматике. Функциональный принцип формообразования, напротив, стимулирует как творческую деятельность, так и процессы жизнедеятельности, но «усыпляет» действует на мышление. Разумеется, речь идет о двух крайностях (что может быть плодотворным при планировании конкретного терапевтического воздействия), но и поиск «золотой середины» оказывается не таким простым. Достаточно указать на два очевидно нездоровых (но тем не менее часто встречающихся в практике) способа одновременного использования обоих принципов – это эклектика (незакономерное, случайное соединение разнохарактерных форм) и деконструкция (сознательно разрушение закономерностей). Работа по планированию здорового оформле-

ния помещений (в особенности помещений терапевтического назначения) должна включать, таким образом, точное определение направления действия и «дозировку» того или иного формообразующего принципа.

Дальнейшее расширенное рассмотрение обозначенных вопросов должно привести к разработке конкретных рекомендаций по оформлению помещений, в первую очередь терапевтического назначения (кабинетов терапевтов, больничных палат, процедурных и т.д.), а также помещений для длительного пребывания людей, прежде всего детей (школы, детские сады, кружковые помещения), с учетом оздоравливающего действия принципов формообразования и конкретных форм. Сегодня нормы и рекомендации по проектированию таких помещений основаны по большей части только на требованиях гигиены, что безусловно важно, но в современных условиях представляется уже недостаточным.

## **ДЕТИ, КОТОРЫХ БЬЮТ, И ИХ РИСУНКИ**

*Латуненко Юлия Евгеньевна,*

*практический психолог детской клинической больницы №9,  
арт-терапевт, гештальт-консультант (Киев)*

Тезисы доклада, прозвучавшего в рамках Междисциплинарной научно-практической конференции с международным участием (м. Київ, ЦППО АПН України, 2-3 березня 2006 р.)

Во всех своих видах, от строгой дисциплины до садистского избиения, насилие над ребенком, во всяком случае, в нашей культуре, встречается, достаточно часто, чтобы считаться всеобщим фактором. Жестокое обращение родителей со своими детьми является частью истории человеческого рода. Попытка объяснить родительское насилие, как вызванное тревогой, виной, раздражением и т. д. ни в коей мере не уменьшает его травмирующее воздействие на ребенка. Для него суровое обращение – намеренное выражение родителем отвержения. В таких детско-родительских отношениях ребенок приобретает огромную потребность в проявлении агрессивных чувств, но собственно из-за страха наказания вынужден в той или иной степени подавлять свой гнев, с годами трансформируя его в ненависть, подпитывающуюся обидами, столь сильные чувства, не находя выхода «размещаются» в теле ребенка. И рано или поздно он окажется на больничной койке. Симптомы боли могут быть самыми разнообразными.

Свои наблюдения и практическую работу я проводила в детской клинической больнице №9 города Киева в отделении гастроэнтерологии. За полтора года работы приблизительно половина обследованных детей, в той или иной мере, являлись жертвами физического и психоло-

гического насилия в семье. Работая с этими детьми, я искала наиболее эффективный метод арт-терапевтического воздействия, который бы был легко доступен в первичном и последующем контакте ребенка с психологом. Этот метод подсказали сами дети. Наблюдая за их спонтанными рисунками, которые часто не имели визуального сюжета, а были похожи на мазню, смешение красок, я опиралась на свои ощущения и чувства. Первая реакция на продукты их творчества – это сильная тревога и ощущение тошноты, отвращения. Как известно, симптом тошноты сопутствует многим гастроэнтерологическим заболеваниям. Это наводит на мысль, что эмоциональное переживание ребенком сложившихся отношений со значимыми людьми, спроецировано в область ЖКТ.

Присутствие сильной тревоги у ребенка выражается часто в том, что он не может долго, иногда всё занятие приступить к нанесению краски на лист бумаги, и всё отведенное на работу время занимается смешиванием красок в баночках, а потом это действие переносит на бумагу.

В случае существования в семье запрета на какое-либо проявление агрессии ребенком и вытеснение им этого чувства на соматический уровень, гамма смешиваемых красок может быть довольно нежной, пастельной, но в ней, как правило, присутствует розовый, лиловый или телесный цвет. Ребенок как будто находит возможность сообщить арт-терапевту, куда он спрятал свой гнев.

Дети, менее склонные к подавлению агрессии, также проявляют сильную тревогу перед началом рисования, которая проявляется в значительной отсрочке нанесения краски на бумагу. Здесь гамма смешиваемых красок может быть более яркой. Появляется тёмный оттенок, часто черный и красный. Коричневый цвет в этой гамме характерен для переживания страха физического наказания на соматическом уровне у детей данной выборки и проецирования этого переживания на область ЖКТ.

Наблюдения на арт-терапевтических группах за действиями этих детей заставляют думать, что логичнее всего построить особенно первое занятие с ребенком, испытывающим жестокое обращение со стороны взрослых так, как подсказывает сам ребенок, а именно, предложить ему выбрать понравившиеся цвета красок и нарисовать мазню, лучше, если это будут пальчиковые краски.

Весьма терапевтичными оказались занятия, на которых ребенку предлагалось разрывание бумаги на мелкие кусочки.

Часто дети совершали импульсивные агрессивные действия, ударяя деревянным концом кисти внутрь баночки с гуашью. Таким детям предлагался пластилин. Задание состояло в отрывании маленьких кусочков пластилина и налепливание, и размазывание их по листу бумаги. Это своеобразная пластилиновая мазня.

Цель таких занятий – снять первичную тревожность, напряжение в теле, высвободить часть накопившегося гнева, не ставя особых требований к продукту творчества и его автору. Со временем ребенку предлагалось нарисовать или слепить мазню в определённом контуре, например в контуре собственной ладони или ступни, что способствовало формированию навыков управления своими эмоциями.

Включение подобных арт-терапевтических занятий, в сочетании с музыкальной терапией в обычный режим психокоррекции было весьма терапевтичными. Наблюдалось снижение интенсивности симптомов тошноты, рвоты и болей в животе. Ребенок становился более контактным и эмоционально-устойчивым.

Эти данные являются результатом практических наблюдений выборки детей с заболеваниями ЖКТ, подвергавшихся насилию в семье и в школе, и требуют более глубокого изучения. Они могут быть использованы в комплексе с другими арт-терапевтическими методиками для работы с детской психотравмой.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА: ПСИХОИММУНОЛОГИЧЕСКИЙ И ЭКОФАСИЛИТАТИВНЫЙ КОНТЕКСТЫ АНАЛИЗА**

*Лушин Павел Владимирович,*

*доктор психологических наук, профессор, зав. каф.  
практической психологии ЦИППО АПН Украины (Киев).*

**Постановка проблемы.** Мы являемся свидетелями и участниками не только кризиса психологии как науки, но и тех возможностей, которые он нам предоставляет в связи с переосмыслением психических феноменов, а также – с пониманием того, что сопровождает психологов в процессе их работы с сознанием клиентов последние десятилетия. В частности, в одном из наших исследований мы обратили внимание на появлении в зарубежной медицине такого направления исследований как психонейроиммунология (PNI) [5-9]. В связи с этим мы поставили вопрос о расширении предмета психологии в аспекте переосмысления места и содержания понятия «психологическая защита», а также введения в содержание сугубо психологических исследований таких понятий как «иммунная система личности», ее «иммунитет», «толерантность иммунной системы личности» и многие другие. По сути, мы имеем дело с появлением новой отрасли психологии, которая может развиваться под мало пока кем используемым термином «психоиммунология». В ее предмет входит изучение проблем сохранения оснований личности в условиях, например, радикальных перемен и переходных ситуаций личности.

**Цель исследования.** Раскрыть психологическое содержание понятия «психологическая защита» в новом психоиммунологическом контексте, а также проанализировать и развить основания одного из новых направлений в психологии как науке и практике.

**Анализ исходных материалов и литературных данных.** Защита может рассматриваться с разных сторон.

1. Наиболее общим логическим определением может являться следующее: сохранение идентичности («Я») открытой динамической системы личности в условиях внешней или / и внутренней угрозы. Если исходит из того, что здоровье открытой системы – это ее развитие посредством непрекращающейся коммуникации с окружающей средой, то все, что мешает этому – угроза. Отсюда, признаком угрозы является не столько наличие негативных воздействий, сколько отсутствие новообразований, обеспечивающих прогресс и переход на новые витки развития, то есть отсутствие постоянного движения и личностного изменения, которое позволяет отмирать старому и появляться новому и, следовательно, быть целостным и здоровым.

В этой связи представляется важным отметить, что в психологии принято считать, что психологическая защита это механизм, который, **хотя бы временно**, но предотвращает личность от негативных последствий изменения собственного «Я»-образа в процессе адаптации к окружающей среде.

2. Эта дает нам основания ассоциировать психологическую защиту с «переходной формой» (П.В. Лушин [1-2]) или, по выражению М. Мамардашвили [3], с так называемой «превращенной формой», суть которой – во временном сохранении личности путем обеспечения преемственности ее оснований в процессе движения к новой идентичности.

Известно, что «переходная форма» отличается высокой парадоксальностью, противоречивостью, неопределенностью и даже известной абсурдностью (М. Мамардашвили иронично называл их «жареными логарифмами» [3]).

3. Подобная их природа позволяет относиться к ним как к проявлениям хаоса и даже патологии. С одной стороны, они есть тем, что завершает / ограничивает прежний контекст развития, с другой – раскрывает его или задает программу дальнейшего развития.

4. Одни авторы рассматривают защиту в терминах сохранения идентичности посредством ухода или изоляции от травмирующих или угрожающих факторов внешней или внутренней среды. Другие – как борьбу с этими факторами, а третьи – в качестве их принятия или адаптации к чужеродному [1]. На самом деле во всех этих и других случаях (механизмов психологической защиты) речь идет о разных формах коммуника-

ции с факторами окружающей среды и, следовательно, о развитии личности. Например, когда субъект изолировался («ушел» от воздействия) – это вовсе не говорит о том, что от него не исходит никакой информации, или о том, что он не принимает ее от других чужеродных субъектов. Вероятнее всего, защищающемуся нужно время, для адаптации и самоизменения: снижение уровня коммуникации, которое при внешней оценке может интерпретироваться в качестве изоляции, хотя подобный способ защиты может служить в качестве важного обстоятельства для выработки новых оснований жизнедеятельности, то есть новой идентичности. Во втором случае защиты как агрессии или борьбы, давно известно, что победитель изменяется не меньше побежденного, например, принимая на себя его свойства. Аналогичное можно сказать и о принятии чужеродного: принимающий субъект изменяется за счет расширения внутреннего пространства, позволяющего сосуществовать с ранее неприемлемым, по иммунологическому принципу «ген-антиген-антитело».

5. Если связать в единый контекст вышеизложенное, то психологическая защита может интерпретироваться во временном аспекте, то есть в качестве своеобразного «тайм аута», временной задержки, или даже периода застоя необходимого субъекту для адаптации к новому или для прохождения революционных или радикальных изменений.

6. Если спроецировать феномен психологической защиты, например, в психотерапевтическую реальность, то все известные механизмы психологической защиты часто ассоциируются с термином «сопротивление», особенно в тех контекстах, когда речь идет о трудности психотерапевта в работе с «защищающимся» клиентом. Суть подобной трудности, может состоять, например, в невозможности психотерапевта осознать логику или содержание субъективной реальности (модель) клиента.

**Основной материал исследования.** Анализ рассмотренных выше позиций в отношении психологической защиты приводит нас к выделению еще одной ее трактовки в несколько более общем иммунологическом контексте, а именно понимании психологической защиты в терминах *работы иммунной системы личности*, которая обеспечивает сохранность и целостность личности в условиях угрозы.

Хотя, если вернуться к логике развития личности как здоровья, то ее целостность обеспечивается не столько избеганием и преодолением признаков неблагоприятности и проблемности в окружающей среде, сколько – в качестве источников реконструктивной активности личности. Тем самым, работу иммунной системы может представлена не только как процесс, стоящий на «страже» прошлого, но, что есть главным, – ее будущего. (Данная логика адекватна разделяемому нами представлению о

необратимости времени, процесса личностного изменения и развития как его формы.)

Подобное понимание «психологической защиты» существенным образом меняет представление о природе и содержании, например, психологической и любой другой помощи. В частности, мы, прежде всего, имеем ввиду то, что обращение за таковой, по сути, есть признанием необходимости субъекта иммунной системы (личности) перейти *на ее социальный уровень*. Именно поэтому «патология» – есть не признак разрушения, но созидания, или, точнее сказать, одной из переходных форм перехода на социальный уровень личности в аспекте работы ее многоуровневой иммунной *экосистемы*. С другой стороны, быть психологически защищенным означает не только принимать помощь со стороны, но тем самым а) утверждать основания своего индивидуального существования и б) участвовать в построении более совершенного общественного устройства, более совершенных социально-психологических *иммунных или защитных реакций*.

В соответствии с этим, быть помощником («защитником») означает подходить к патологии как к источнику развития социальной экосистемы, ее возможности интегрировать индивидуальные ограничения в возможности социального развития. Клиент социальной или психологической службы становится социальным фасилитатором, то есть таким элементом экосистемы социального иммунитета, который, приступая к работе со своей «патологией», свидетельствует, с одной стороны об изживании определенного контекста социального иммунитета, а с другой – о необходимости и возможности перехода к новому. Психолог – элемент этой же экосистемы, функций которого, например, – в ускорении данного процесса. Подобная психоиммунологическая трактовка дает возможность переосмыслить и место психологической защиты в механизме психоиммунологической реакции как проявления работы механизма экосистемы (т.е. социально-психологического уровня) иммунитета личности.

Для этого обратимся к анализу процесса оказания психологической помощи, которая, по своей природе, и есть сфера проявления психоиммунологической реакции (далее ПИ-реакцию) на социально-психологическом уровне иммунитета личности.

Мы далеки от мысли того, что психолог в этой ситуации является исключительно ведущим или тем, кто определяет защитную ПИ-реакцию. Психолог как элемент социальной экосистемы является *«экофасилитатором» или наравне с клиентом со-ведущим*. Психолог предоставляет определенный *антитезис* или в иммунологических терминах «антиген» на предоставленный *тезис* или «ген» (заданный в нарративе или описании проблемы) клиента. В случае, если их взаимодействие порожд-

дает противодействие в виде классической «психологической защиты» или тенденции ухода или приостановки взаимодействия, можно рассчитывать на возможность развития и появления нового *синтеза* или ПИ-реакции в виде «анти-тела».

Таким образом, психологическая защита является иммунной реакцией на столкновение антагонистических агентов, которая может интерпретироваться, с одной стороны, как сопротивление или приостановка (задержка или застой) в развитии, с другой – как «переходная форма» развития.

Эффект ускорения психологической помощи происходит именно в последнем случае, когда психолог продолжает свою работу, относясь к психологической защите или сопротивлению как к переходной форме или анти-телу, то есть как к здоровой ПИ-реакции.

Таким действием или, точнее, отношением, которое проявляется в наборе определенных действиях экофасилитатора, происходит «дефибриляция» (восстановление) *ритма* реконструктивной активности. Мы не случайно «перебиваем» логику иммунологического описания психологической защиты использованием термина из области термпоральных исследований. Это обусловлено тем, что в ситуации психологической защиты-переходной формы мы имеем дело с временной категорией ускорения, а именно с прохождением этапа *нарушения* ритма центрального времени субъекта («фазовой сингулярности») [4].

В нашей интерпретации метода проработки психической травмы Ф. Шапиро (ДПДГ. – десенсибилизация и проработка травм движениями глаз, англ. – EMDR) мы определили, что патология – это приостановка развития личности, проявляющаяся в нарушении ритма реконструкции или переработки информации, а в категориях центрального времени субъекта – в хаотичном движении глаз [1]. Эффект проработки как ускорения помощи, в рамках данного подхода, достигается с помощью индукции (навязывания) психотерапевтом определенного для клиента ритма саккад (движений глаз).

Если рассмотреть данный подход к оказанию помощи в качестве модели к любой другой психотерапевтической или консультативной модальности, то можно прийти к следующим заключениям.

- Психологическая, равно как и любая другая помощь, представляет собой процесс ускорения работы иммунной системы личности на социальном уровне.
- Критическим моментом для ускорения является замедление работы иммунной системы, связанной *появлением механизмов психологической защиты* как переходных форм дальнейшего ее развития.



- Содействие («экофасилитация») данному процессу, как со стороны клиента, так и со стороны психолога, приводит к стабилизации иммунной экосистемы на новом витке развития личности.
- Феноменами подобной стабилизации являются признаки выздоровления клиента: ритмические движения глаз, появление новых перспектив и жизненных смыслов, повышение самооценки и многих других известных явлений полноценного функционирования личности.

#### Литература:

1. *Лушин П.В.* Личностные изменения как процесс: теория и практика. – Одесса: Аспект, 2005. – 334 с.
2. *Лушин П.В.* Личностное изменение как “управляемая метаморфоза” // Мир психологии. – 2002.– № 2 (30). – С. 70–76.
3. *Мамардашвили М.* Как я понимаю философию. – Москва: Прогресс, 1992. – 415 с.
4. *Цуканов Б.И.* Время в психике человека. – Одесса: АстроПринт, 2000. – 220 с.
5. *Ader, R., Felten, D.L., & Cohen, N.* (Eds.) Psychoneuroimmunology (2nd Edit.).– San Diego, Ca.: Academic Press. –1991. – 322 p.
6. *Cohen N. & Herbert T.* Health Psychology: Psychological factors and physical disease from the perspective of human psychoneuroimmunology // Annual Review of Psychology. – 1996. – № 47. – P.113-147.
7. *Dreher, H.* The Immune Power Personality. Traits you can develop to stay healthy. –Plume/Penguin. – 1996. – 458 p.
8. *Martin, P.* The Sickening Mind: Brain, Behaviour, Immunity & Disease.– London: Harper Collins. –1997. – 390 p.
9. *Miller, E.* Deep healing. The essence of Mind-Body Medicine. – California. Hay House. –1997. – 280 p.

## **ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВИЙ ШЛЯХ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ СВІДОМОСТІ ПСИХОЛОГА**

***Мова Людмила Вікторівна,***

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри ПВШ і  
прикладної психології ЦППО АПН України, керівник танцювально-  
рухового відділення ГО „Арт-терапевтична асоціація” (Київ)*

Психологічна робота танцювально-рухового характеру, працюючи з м'язовими патернами і концентруючись на взаємовідношенні між психологічними та фізіологічними процесами, допомагає людині розпізнати, виразити, пережити свої почуття і конфлікти. Людина має можливість через рухи і рухову взаємодію розвинути самосвідомість, відпрацювати емоційні затиски, дослідити альтернативні моделі поведінки, отримати більш ясне сприймання себе та інших, визвати такі зміни у власній пове-

дінці, які призведуть до більш здорового фізіологічного функціонування та психологічного стану.

Людина, виконуючи різноманітну роботу зі своїм тілом, тілом партнера, збагачує власний внутрішній зміст, розвиває спонтанність, емпатію, усвідомлює та вирішує непорозуміння, що виникають під час рухового спілкування, набуває навички релаксації та вміння користуватись ресурсними станами, знаходити можливість свідомо реагувати на ситуації, що виникають та творчо підходити до їх вирішення.

Фундаментальною психологічною умовою творчої реалізації людиною її власних професійних цілей та цінностей є перехід на більш високий рівень розвитку професійної самосвідомості.

Більшість існуючих видів роботи зі студентами-психологами спрямовано на подолання обмежень і подолання труднощів, що заважають оптимальному розвитку тих чи інших боків їхньої особистості, ефективної життєдіяльності, розкриття внутрішніх потенціалів і розширення самосвідомості. Використовуються в основному вербальні методи роботи. Більшість існуючих видів роботи зі студентами-хореографами спрямовано на відпрацювання танцювальних технік. Недостатньо уваги приділяється особистісному розвитку.

Студентам необхідно усвідомити, що механізмом творчості є переосмислення стереотипів і подолання конфліктності, а це забезпечується рефлексією, яка знімає з пізнання обмеження і включає суб'єкт у конструктивне розуміння вимог ситуації; що рефлексивні прийоми активізують глибинне осмислення, аналіз та переосмислення свого емпіричного досвіду (професійні інтереси, наміри, очікування), допомагають у концептуалізації та розвитку цінностей професійного життя, показують можливості професійного саморозвитку. Саме використання в роботі зі студентами елементів імпровізації та контактної імпровізації дозволяє сприяти розвитку професійної і особистісної самосвідомості студентів.

## **АРТ-ТЕРАПІЯ В ІНФОРМАЦІЙНУ ЕПОХУ: ВІД ВІРТУАЛЬНОСТІ ДО СПРАВЖНОСТІ**

*Найдьонова Любов Антонівна,*

*кандидат психологічних наук, заступник директору з наукової частини  
Інституту соціальної та політичної психології АПН України (Київ)*

Розвиток арт-терапії є закономірним відгуком на виклики інформаційної епохи. Світ, в якому живе сьогодні людина, змінюється і поступово переходить в пост-віртуальний формат, тобто стираються грані між інформацією, за якою стоїть реальна подія, та інформацією, похідною від симулякрів (інформаційних прецедентів, схожих на реальні події, але

створених за відсутності об'єктивного референта). Інформаційне середовище не просто сприяє маніпуляціям свідомістю, воно відбиває ті пост-віртуальні зрушення в існуванні людства, зміни в розумінні справжності, які потребують переосмислення з нової точки зору.

Мета цієї роботи – розглянути ключові особливості інформаційної епохи з точки зору її впливу на психологічне благополуччя людини, проаналізувати потенціал розмаїття арт-терапевтичних методів у подоланні негативних наслідків інформаційної епохи.

Ключові особливості пост-віртуального формату, виділені в нашому аналізі: руйнування меж природних спільнот внаслідок глобалізації і перехід до віртуальної ізоляваності; зростання мульти-суб'єктності внаслідок розвитку мережових комунікацій і стирання меж між реальними цінностями окремого людського життя і заданими віртуальною референтною групою; зростання кількості центрів створення неспівпадаючих систем цінностей і наростання динамізму та невизначеності оточуючого соціального світу, зокрема нечіткість і війни дискурсів; збільшення розриву між змінами у розвитку образного мислення і організації сприйняття за допомогою запропонованих нових когнітивних одиниць (схем, фреймів, інтраектів, патернів тощо) і розвитком мовних можливостей висловити себе і бути по-справжньому зрозумілим.

Негативним наслідком розвитку інформаційної епохи є втрата стабільності, забезпеченої зовнішніми нормами і механізмами примусу, насильства – в глобальному масштабі людства. Навантаження на ціннісне самовизначення непомірно зростає, до чого суспільні інститути освіти виявляються системно не готовими, щоб відповідно підготувати нове покоління. Знаходячись у системній кризі пост-віртуальності і намаганнях його подолати реформуванням системи, інститути освіти не забезпечують учасникам процесу відчуття справжності і виправданості тих норм, які транслиують, розвивається «психосоціальний невроз несправжності» (О.А. Донченко).

Пропонується перебудувати дискурс, починаючи з наукового, і надалі через ЗМК, впроваджувати ідею про замкнене коло боротьби із віртуальністю, необхідність переходу від дискурсу боротьби, війни із наслідками, до дискурсу пошуку способів, методів, прийомів забезпечення благополуччя існування в пост-віртуальному світі, виходячи із виховання почуття справжності свого суб'єктного центру, в якому завдяки самовизначенню і відмові від альтернативних цінностей може бути забезпечена стабільність. Емоційний компонент суб'єктивного світу при такій постановці питання набуває принципової важливості, як своєрідний індикатор, критерій, фільтр свідомості, принаймні орієнтир благополуччя світобудови. Проте, існують нерозв'язані проблеми невідповідності розвитку

мовлення і мови в цілому для обслуговування самоуправління життєвим світом суб'єкта, заснованого на рефлексії емоційного компоненту життя.

Арт-методи виступають осередками розвитку нових мовних (невербальних) засобів, які на відміну від мистецтва, знаходяться не в форматі усталених зразків, які організують сприйняття і задають нормативи оцінки досягнень. В арт-методах, як іновативному підході, відбувається напруження так званих відкритих форматів – відкритих до змін, незалежних від зразків оцінок. Саме такий формат розкриває нові можливості для самоінтерпретації та взаємодії із власними емоційними станами, що мають автоматизми розвитку і можуть бути самокеровані і самоперетворені через спілкування, опосередковане арт-методами. Особливо хочеться наголосити на великій різноманітності арт-методів і, зокрема, таких напрямів, як ландшафт-терапія, архітектуро-терапія, що залучають до переосмислення не тільки власні твори, але й стабільні аспекти зовнішнього світу для відновлення відчуття його справжності й сталості.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СКАЗКОТЕРАПИИ ПРИ РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ**

*Плетка Ольга Тарасовна,*

*м.н.с. Института социальной  
и политической психологии АПН Украины (Киев)*

Подростковый возраст весьма противоречив. С одной стороны желание интегрироваться во взрослое общество, с другой разобраться в себе. Дихотомия противоречий вызывает бурю эмоций, провоцирует деструктивное поведение. Многие относительно благополучные подростки, не найдя ответы на мучающие их вопросы, либо замыкаются в себе либо ищут ответ среди себе подобных. Родители, школа – каждый со своей стороны пытаются объяснить происходящее, но не всегда методы воздействия имеют позитивный характер. Педагоги «направляют» поведение подростков в социально-одобряемое русло доступными им методами: давление, внушение, морализирование и т.п. Родители «учат жизни» с точки зрения своего личного опыта, порой игнорируя те трансформации, которые происходят в обществе. Задача психолога в данном контексте прежде всего стоит не только в том, чтобы «достучаться» к формирующейся личности, но и в том, чтобы минимизировать негативное влияние социального поля подростка. Какими методами и приемами можно заинтересовать подростка не вызывая у него агрессии, сопротивления? Как нам кажется, наиболее приемлемым способом взаимодействия с данной категорией детей есть совместное творчество, где в непринужденной форме дается необходимый объем знаний путем активного восприятия, слушания и непосредственного включения в процесс. Наиболее

универсальным способом презентации себя, на наш взгляд, является сказка. С самого раннего детства ребенок учится понимать и воспринимать мир через призму сказочного сюжета, иносказательно. Волшебный мир сказки понятен всем, в нем всегда побеждает добро, всегда счастливый конец. Подростки еще свежо помнят сказки своего детства, т.е. это наиболее доступный способ «достучаться» к ним.

Перед нами стояла задача не только снабдить школьников необходимыми знаниями, но и дать возможность им самим почувствовать потребность в этих знаниях. Первоначально задача была довольно узкой: в рамках факультатива по Этике научить пользоваться приобретаемыми знаниями в повседневной жизни. Была разработана программа, где учитывались возрастные особенности и потребности школьников. Факультатив предусматривал 3-х годичный цикл занятий с 5 по 7 классы. В процессе апробации программы выяснялись наиболее продуктивные методы работы, уточнялась форма и структура занятий. Программа апробировалась на базе Мелитопольской ООШ № 1 с 1997 по 2002 учебный год.

За основу была взята тренинговая форма занятий, где сидя в кругу, школьники могли свободно высказывать свое мнение, свое отношение к происходящему, вносить свой голос в канву тематической сказки. Учитывая стремление школьников к активному познанию мира, интеграции себя в этот мир, в процесс сочинения сказки «вплели» элементы ТРИЗа (героев сказки «помещали» в необычные условия, с необычным набором атрибутики и героических возможностей). На начальных занятиях нарабатывались навыки «общения» с информацией: изучались карты Проппа, принципы ТРИЗа. На первых занятиях сказки были скорее стереотипны и обезличены. К концу первого учебного года окончательно оформилась структура и процесс занятий. Занятия состояли из 6-х этапов: приветствие, презентация темы, выбор героя, места действия сказки и музыкальной канвы, непосредственный процесс создания сказки и ее анализ. Занятие начиналось с приветствия друг друга различными способами, например, как жители других стран: носами, жестами, нетрадиционными для нашей культуры словами. Затем следовал «разогрев»: называлась тема занятия (обычно несколько участников ее уже знали и подготовили сообщение), обсуждались основные моменты необходимых знаний по ней, выбирался сказочный герой, наиболее подходящий для презентации темы (например, колобок), подбирались условия и место действия сказки (например, пляж), музыкальное сопровождение (использовалась музыка (стереофоническая запись симфонического оркестра) к детским музыкальным спектаклям запорожского композитора, преподавателя Запорожского музыкального училища Николая Попова). Процесс сочинения коллективной сказки сопровождался свободным рисованием (либо самой

сказки, либо героя, либо просто настроения, навеянного процессом составления сказки). Зачастую сказка завершалась, пройдя несколько кругов, т.е. каждый участник несколько раз формировал ее сюжет. После окончания сказки школьники дорисовывали свои рисунки (музыка продолжала звучать). В конце занятия подростки делились своими впечатлениями о получившейся сказке, показывали свои рисунки, рассказывали о своих переживаниях и чувствах, которые возникали на занятии.

Результаты работы первого года занятий высказывались и школьниками, и учителями. Дети говорили о том, что хотят продолжить занятия, они стали лучше разбираться в себе, научились «создавать» настроение, поверили в себя. Мнения учителей сходились на том, что участники факультатива стали более грамотно высказываться, уверенней отвечать на уроках, появился интерес к общественной жизни школы.

Составленная программа была утверждена МГПИ и ЗОИПО как факультатив для учащихся 5-7 классов, презентовалась на научно-практическом семинаре для завучей по воспитательной работе г. Мелитополя.

В программе различные методы работы позволяли «прикоснуться» к разным граням формирующейся личности. Творчество школьника не оценивалось с точки зрения эстетики – это был свободный процесс на заданную тему. Сказка совместно с музыкой и рисунком раскрывала внутренний мир ребенка, помогала решать возникающие проблемы.

Учитывая опыт апробации и внедрения в практику работы школы данного метода считаем, что он может быть эффективен при работе с подростками в условиях школьной и внешкольной систем образования для формирования здорового психологического климата, повышения творческого потенциала, личностного роста как в групповой, так и в индивидуальной работе.

## **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ПСИХОТЕХНОЛОГІЇ У РОЗВИТКУ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ САМОРЕГУЛЯЦІЇ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА-ПРАКТИКА**

*Пов'якель Надія Іванівна,*

*доктор психологічних наук, професор, завідувач каф.  
практичної психології НПУ імені М.П.Драгоманова (Київ)*

Арт-терапія зумовлює терапію, що базується на заняттях художньою (зображувальною) діяльністю. Однак застосування арт-терапії інтенсивно поширюється за межі первинного психотерапевтичного змісту, що вкладається в означений термін, в різні його форми й види [1; 5; 8; 11]. У сьогоденні арт-терапія є, водночас технологією психічної гармонізації й розвитку людини (зокрема, в освітній практиці), засобом розв'язання

внутрішніх конфліктів особистості, засобом активізації творчого потенціалу особистості, технологією активізації ресурсів і поширення діапазону саморегуляції [4; 6; 7; 10].

Сучасне розуміння арт-терапії зумовлює, по-перше, використання мови зображувальної та інших видів експресії, по-друге, безпосередню участь особистості в різних формах і видах творчої діяльності.

Арт-терапевтичним технологіям властиві суттєві переваги перед іншими формами психотерапевтичної роботи. Арт-терапія є засобом вільного самовиразу, вільного самопрояву й самопізнання. Арт-терапевтичні технології мають значною мірою «інсайт-орієнтований» характер, зумовлюють атмосферу довіри, розуміння до внутрішнього світу людини. Арт-терапія не має меж і обмежень у застосуванні. Арт-терапевтична робота у більшості випадків викликає у людей позитивні емоції, допомагає долати апатію, безініціативність, формувати активну життєву позицію та позитивне світосприйняття. Арт-терапія базується на мобілізації творчого потенціалу особистості, внутрішніх механізмів саморегуляції та само-мобілізації. Вона відзначається особливою «м'якістю» прийомів і психокорекційних впливів. Арт-терапевтичні технології є засобом переважно невербальних комунікацій. Це робить ці технології особливо продуктивними у тих випадках, коли особистість має проблеми із спілкуванням, труднощі у вербальному описі своїх переживань, вербалізації внутрішніх конфліктів. Символічна мова є однією з основ зображувального мистецтва, дозволяє особистості більш конструктивно проявляти свої емоції, переживання, по-новому бачити проблемні і конфліктні ситуації, і завдяки цьому – шляхом включення механізмів саморегуляції самостійно знаходити конструктивні шляхи до їх вирішення й подолання. Зображувальна діяльність, що становить одну з базових технологій арт-терапії, є унікальним засобом єднання людей, тісно зв'язує спеціаліста (психолога, педагога, психотерапевта) і клієнта. Це є особливо значущим у ситуаціях взаємного відчуження, при ускладненні в контактах, при складних міжособистісних конфліктах тощо. Зображувальна діяльність в арт-терапії надає унікальну можливість для дослідження неусвідомленого, прояву та актуалізації латентних станів і витиснутих із свідомості форм поведінки, що дозволяє їх побачити, усвідомити, й удосконалити або подолати. Продукти зображувальної діяльності в арт-терапії є об'єктивним свідомством і проявом настрою і думок особистості, що дозволяє використовувати їх для ретроспективної, динамічної оцінки станів, проведення відповідних досліджень і співставлень.

Особливе місце займають арт-терапевтичні психотехнології в системі вищої професійної підготовки фахівців в галузі практичної психоло-

гії. Саме арт-терапія, враховуючи її вищеозначені можливості, сприяє професійному розвитку творчого потенціалу саморегуляції особистості майбутнього психолога-практика, розвитку професійно-важливих творчих здібностей.

Саморегуляція в контексті її професійного розвитку є формою внутрішнього управління, де «Я» співвідноситься з центром особистісної сутності, саморегуляція обумовлює прислуховування до своїх почуттів, своєї свідомості й несвідомості, довіру собі з урахуванням своїх можливостей та обмежень. Суттєву частину творчого потенціалу саморегуляції особистості утворює конструктивність та гнучкість рішень, а також рефлексивна культура саморегуляції.

Розглянемо особливості застосування специфічних відмінностей арт-терапії в програмі *рефлексивно-творчого тренінг-практикуму* (РЕТТ) як засобу професійного розвитку творчого потенціалу саморегуляції особистості, творчих мисленневих здібностей у майбутніх психологів-практиків в системі їх фахової підготовки.

Суттєвим у розробленій нами програмі є, з одного боку, її технологічність та орієнтація на професійно-важливі класи завдань з практичної психології, а з іншого – становлення й розвиток конструктивної та гнучкої рефлексії як методичного прийому й психотехніки професійного розвитку творчих мисленневих здібностей фахівця. Крім того, у розробленій програмі РЕТТ активно використовуються психотехнічні прийоми та техніки арт-терапії. Програма РЕТТ містить п'ять взаємопов'язаних тематичних блоків: особистісно-орієнтований блок (усвідомлення особистісних відмінностей, оптимізація відношення до себе); мотиваційно-орієнтований блок (усвідомлення професійних мотивів саморегулювання мислення); емоційно-вольовий та стильовий блок (усвідомлення й прийняття себе та своєї системи саморегулювання); когнітивно-орієнтований блок (усвідомлення власних інтелектуальних можливостей); технологічно-орієнтований блок (усвідомлення технології та необхідних вимог саморегуляції мислення) [10].

Розроблений нами творчий тренінг, в якому застосовано рефлексивні, творчі та арт-терапевтичні технології, як показали результати формульованої частини дослідження, активізує творчі ресурси студентів, спрямовує пошукову активність студентів, сприяє розвитку творчих здібностей особистості. Так, наприклад, загальна кількість творчих, продуктивних і гармонійних рішень у досліджуваних студентів після РЕТТ підвищилася, знизилася інертність, обережність та імпульсивність рішень.

Процес створення в арт-терапії будь-якого творчого продукту базується на таких психологічних чинниках як активне сприйняття, продук-



тивна уява, фантазія й символізація. Застосування арт-терапевтичних методів в процесі спеціалізованих професійних тренінгів дозволяє отримати наступні позитивні результати: забезпечує ефективне емоційне відреагування майбутніх фахівців, надає йому соціально бажані, припустимі форми; полегшує процес комунікацій для замкнених, сором'язливих або погано орієнтованих на спілкування клієнтів; надає можливість невербального контакту (опосередкованого продуктом арт-терапії); сприяє подоланню комунікативних бар'єрів і психологічних захистів; створює сприятливі умови для розвитку довільності й здатності до саморегуляції; додатково впливає на усвідомленість студентами своїх почуттів, переживань і емоційних станів; створює передумови для регуляції емоційних станів і реакцій та перенесенню сформованих умінь на роботу з клієнтами психолога; суттєво підвищує особистісну цінність, сприяє формуванню впевненості в собі за рахунок соціального визнання цінності створеного творчого продукту.

#### Література:

1. *Бурно М.* Терапия творческим самовыражением. – М.: Медицина, 1989. – 245 с.
2. *Вачков И.В.* Психологический тренинг как средство развития профессионального самосознания педагогов // Школа здоровья. – 1995. – № 3. – С. 73–84.
3. *Гаджиева Н.М., Никитина Н.Н., Кислинская Н.В.* Основы самосовершенствования: Тренинг самосознания. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. – 144 с.
4. *Деркач А.А., Кузьмина Н.В.* Акмеология: пути достижения вершин профессионализма. – М.: РАУ, 1993. – 32 с.
5. *Инновационная психотерапия / Под ред. Дж.Джоунса.* – СПб: Питер, 2001. – 384 с.
6. *Кузнецов С.В., Семенов И.Н.* Рефлексивно-акмеологические аспекты развития профессионального мастерства // Рефлексия, образование и интеллектуальные инновации. – Новосибирск, 1995. – С. 124–137.
7. *Макшанов С.И.* Профессиональный тренинг // Психология профессиональной подготовки / Под ред. Г.С.Никифорова. – СПб: Изд-во СПб ун-та, 1993. – С. 44–81.
8. *Осипова А.А.* Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ «Сфера», 2000. – 512 с.
9. *Пов'якель Н.І.* Професійна рефлексія психолога-практика // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 6–7. – С. 3–6.
10. *Пов'якель Н.І.* Професіогенез саморегуляції мислення практичного психолога: монографія. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2003. – 294 с.
11. *Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И.Копытина.* – СПб: Питер, 2000. – 448 с.

## **ИГРЫ НА ПЕСКЕ КАК СПОСОБ МОДЕЛИРОВАНИЯ И КОНСТРУИРОВАНИЯ РЕАЛЬНОСТИ**

**Сакович Наталья Александровна**

*сказкотерапевт, арт-терапевт, sandplay-терапевт,  
ведущий психолог отдела прикладной педагогической психологии  
Академии последипломного образования г. Минска,  
член Белорусской ассоциации психотерапевтов,  
член Российской ассоциации Арт-терапевтов,  
член Сообщества сказкотерапевтов (Минск, Беларусь).*

Sandplay – загадочное и малознакомое для психологов и клиентов направление психотерапии. Отсюда много мифов и вопросов: «А правда, что по песочной картине можно получить профиль личности?», «А что, поиграет в песочнице и драться перестанет?» и т. п.

В поднос (лотке) с влажным или сухим песком клиент располагает миниатюрные объекты и создает картины. Клиент через контакт с песком и миниатюрами облакает в физическую форму свои самые внутренние сознательные и бессознательные мысли и чувства. Песочная терапия, с помощью активного воображения и творческой символической игры, является практическим, основанным на опыте методом, который может создать мост между бессознательным состоянием и сознательным, между рациональным и эмоциональным, между духовным и физическим, и между невербальным и вербальным.

Часто клиент не может найти слов для объяснения своих трудностей, боли или конфликта. Он не понимает источника, происходящего с ним, не видит решения возникших проблем. Песочная терапия может обеспечить клиенту возможность представить в образах то, что происходит во внутреннем или внешнем мире человека. То есть образы становятся языком, через который клиент может сообщить бессознательный материал психологу и себе. Через понимание приходит изменение поведения.

Как написал в своем эссе «Превосходящая функция» К.Г. Юнг (1960): «Часто необходимо разъяснение относительно неопределенного содержания, придавая этому видимую форму.... Часто руки знают, как решить загадку, с которой интеллект боролся напрасно».

Так что же фактически является песочной терапией? В песочной терапии психолог обеспечивает поднос с песком, воду и множество объектов и материалов, чтобы создавать сюжеты в ограниченном пространстве. Рут Амманн (1994) сравнивала поднос с песком с «садом души». Это своего рода контейнер для показа психической жизни клиента. Поднос с песком – «промежуточное место», где внутренняя и внешняя жизнь клиента может развиваться и показывать себя. Поднос – то сво-

бодное и пустое место, где клиент имеет возможность создать свой собственный мир и преобразовать свой существующий мир с новым пониманием. Психолог обеспечивает защиту и атмосферу принятия, в которой клиент может позволить своему внутреннему голосу говорить. В продолжение метафоры Рут Амманн, это «промежуточное место», в котором сознательный и бессознательный материал может развернуться, объединяться и стать целым, а так же мост между клиентом и психологом. Это – место, где бессознательное состояние и ощущения психолога и клиента встречаются и взаимодействуют.

Песочная терапия обеспечивает доступ клиента к своему самому внутреннему ядру чувств. В песочной терапии клиент представляет в образах, что происходит в его внутреннем и внешнем мире. Создавая то, о чем говорит внутренний голос, клиент привносит во внешнюю действительность его собственные отношения с собой и позволяет бессознательному материалу быть видимым. Это конкретное, заметное проявление подпорогового материала дает осознание того, что прежде подавлялось или было неизвестным.

В ходе жизни люди создают персону, чтобы с ее помощью связываться с внешним миром. Они часто подавляют чувства и мысли и теряют контакт с их Самостью, центром их души. Постоянная активность и каждодневные требования жизни индивидуумов, разобщенность от страха травматического и болезненного опыта, позволяют людям «отключать», вытеснять свои чувства. Люди становятся рациональными, думают линейно, приспособливают и подчиняют свое воображение. Все это служит для того, чтобы блокировать свою Самость. «Чем глубже эмоции и чувства скрываются, тем более дистанцированно от воспоминаний сознание, и менее вероятно то – что мы можем найти слова, которые их выражают» (Р. Амманн, 1993).

Песочная терапия принимает много форм. Связь с песком помогает основательно сосредоточиться в себе и регрессировать к месту, которое нуждается в терапии. Одна из причин, по которой это происходит – большинство людей в детстве играло в песке и в грязи. Песочная терапия часто возвращает человека к памяти детства. Одни клиенты не используют никаких объектов; они касаются, перемещают формы и делают постройки в песке. Некоторые используют немного объектов.

Одни используют сухой песок, другие смачивают песок водой. Одни строят свою картину быстро, другие работают медленно. Одни создают статический мир, другие создают продолжающиеся истории. Одни представляют мир очень сосредоточенно и спокойно. Другие наслаждаются игрой. Иногда проявляются очень глубокие эмоции, повторное проживание прошлой боли. Нет никакого правильного пути или пра-

вильного результату. Важно довіряти тому, що кожен клієнт зробить в той чи інший момент. Це також важливо для психолога, як знання його передубеждень, цінностей, і неразрешених проблем. Розуміння вищесказанного дозволяє психологу бути відкритим для прийняття того, що клієнт відчуває.

«Піщана терапія – головний помічник для процесу індивідуалізації» (Weinrib, 1983). К. Юнг говорив, що душа природно рухається до одужання і цілості. Це прагнення до цілості, з яким клієнт, можливо, боровся підсвідомо, стає все більш і більш зрозумілим, оскільки несвідоме стан переходить до свідання. Клієнт дізнає різні аспекти своєї індивідуальності. Піщана терапія схожа на мрію, в якій в свідання приходять те, що клієнт не бачить в дійсності.

Піщана терапія це доповнення до інших видів терапії. Для психологів і психотерапевтів важливо дотримуватися їх власний стиль і теоретичні орієнтації. Піщана терапія доповнює різні терапевтичні підходи. Гештальт, візуалізація, психодрама, робота з тілом і рухом, когнітивна психотерапія, художня терапія, гіпноз – це деякі з терапевтичних стратегій, які можна поєднувати з процесом піщаної терапії.

#### Література:

1. *Boik Barbara Labovitz, Goodwin E. Anna. Sandplay therapy.* – London: W.W. Norton and Company, 2000. – 344 p.
2. *Kalff Dora. Sandplay. A Psychoterapeutic Approach to the Psyche.* – Santa Monica: Sigo Press, 1980. – 168 p.
3. *Hegeman Grethen. The Sandplay Collection// Sandplay Journal.* – 2001. – P. 144–152.
4. *Mitchell Rie Rojers, Friedman. Harriet S. Sandplay. Past, Present and Future.* – 2002. – 256 p.
5. Штейнхард Л. Юнґіанська піщана психотерапія. – СПб.: Пітер, 2001. – 320 с.

## **РОЛЬ ТВОРЧОЇ ВЗАЄМОДІЇ ДІТЕЙ З БАТЬКАМИ У РОЗВИТКУ ДИТИНИ**

*Сидоркіна Марина Юрївна,*

*молодший науковий співробітник Інституту соціальної та політичної психології АПН України, психолог БДТ Подільського району, член ГО „Арт-терапевтична асоціація” (Київ)*

Більшість батьків, які прагнуть організувати якомога краще спільне проведення часу з дітьми, намагаються створити всі умови для різномі-

ного розвитку дитини. Проте, як показало анкетування, проведене серед батьків дітей віком 5–10 років, які відвідують «Арт-терапевтичну майстерню для батьків та дітей», більшість батьків (75%) не мали досвіду спільної творчої діяльності зі своїми батьками в дитинстві. Спільний час, який вони проводили з батьками, був переважно присвячений відвідуванню театрів, цирку та музеїв. На питання, чи відчували вони в дитинстві потребу у спільній творчій діяльності з батьками, 90% опитуваних відповіли «так». Отже, можна констатувати наявність такої специфічної потреби, як потреба у спільній творчій діяльності дітей з батьками, та значну незадоволеність цієї потреби (більшість опитуваних відзначили, що їм дуже рідко до початку відвідування майстерні вдавалося присвячувати час спільному малюванню, ліпленню, співу або танцям разом з дітьми).

Спостереження за взаємодією дітей та батьків під час роботи в майстерні показали, що значний відсоток батьків, висуваючи досить високі вимоги до дітей, значно більше турбуються про те, щоб діти створювали «досконалі» образи, практично не усвідомлюючи, що для розвитку дитини набагато більш важливим є позитивний емоційний фон спільної діяльності. Поступово такі, схильні до перфекціонізму, батьки навчаються знаходити баланс між прагненням спрямувати дитину на створення «досконалого» образу та отриманням задоволення від творчості.

Спільна творча діяльність дітей та батьків позитивно впливає на розвиток дітей, зокрема створює умови для покращення емоційного контакту, атмосферу безпосереднього взаєморозуміння дітей та батьків. Такі заняття покращують навички партнерського співробітництва та навички конструктивної комунікації дітей.

В разі, якщо батьки підтримують творчі ідеї дітей, діти з легкістю стверджуються в ролі активного творця зовнішнього предметного світу, що є дуже важливим в подальшому житті. Підтримка, яку діти отримують від батьків в процесі творчої взаємодії, також сприяє формуванню позитивного Я-образу дітей.

У результаті застосування образотворчих матеріалів в процесі творчої діяльності відбувається розвиток дрібної моторики дітей. Це сприяє розвитку артикуляційного апарату, що є особливо важливим в дошкільному віці.

Спільні з батьками заняття творчою діяльністю сприяють розвитку творчих здібностей, фантазії та розвитку індивідуальності, формуванню естетичного смаку дітей та можуть сприяти розвитку інтересу до мистецтва в майбутньому. Спільна творча діяльність дітей та батьків, окрім задоволення потреб самих дітей, додатково створює умови для задоволення потреб батьків, більшість з яких не мають іншої нагоди, аби зайнятися образотворчою діяльністю.

## **СПЕЦИФІКА ПРОГРАМИ МУЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ**

**Скрипник Тетяна Вікторівна**

*кандидат психологічних наук,  
с.н.с. Інституту спеціальної педагогіки АПН України, (Київ)*

Діти з раннім дитячим аутизмом (РДА) мають особливий потяг до музики, є емоційно вразливими і прискіпливими при її сприйманні. За науковими дослідженнями [напр., 1; 3] йдеться про те, що емоційна чутливість на музику і особлива потреба у ній пов'язані передусім з рівнем нейротизму: тривожні індивіди, незалежно від походження їхньої тривоги, мають високу енергетичну мобілізацію, яка породжує чисельні емоційні реакції і важко піддається контролю, тоді як у «неемоційних» індивідів спостерігаються передусім пристосувальні реакції. Доречність застосування музики дітей з РДА обумовлена наступним:

- як відомо, однією з головних проблем при налагодженні взаємодії з аутичною дитиною є відсутність її уваги, перебування на «своїй хвилі». Особливо підібрана музика привертає увагу та організує відносно стійкість процесу сприймання дитини з РДА;
- виявлена більша прихильність аутистів у ставленні до предметів, ніж до людей обумовлює ефективність налагодження діалогу з ними опосередковано, наприклад, через музичні інструменти;
- музика і рухи, щільно пов'язані одне з одним, здатні сформувати у дитини образ власного тіла і відчуття упорядкованості рухів.

Методи, які застосовує сучасна музикотерапія, на нашу думку, є відповідними до актуальних проблем дітей з аутичним типом розвитку. Так, у класифікації сучасних методів музикотерапії за критерієм переважної лікувальної дії зазначається [5]: методи, спрямовані на відреагування, а також емоційну активацію; тренінгові методи, які застосовуються у контексті поведінкової терапії; релаксаційні і регулятивні методи; комунікативні методи; творчі методи у формі інструментальної, вокальної, рухової імпровізації тощо.

Сенс застосування цих методів для дітей з РДА полягає в їх спрямованості на складові основного спектру аутичної проблематики: порушення в соціальній взаємодії і комунікації, неадекватність функціонування емоційної сфери, відсутність гнучкої поведінки у відповідності із соціальним контекстом та різноманітної спонтанної соціальної гримітації, стереотипні види їхньої поведінки.

З урахуванням зазначених орієнтирів нами розроблено методику музичної терапії для дітей з аутизмом. Головним завданням методики ви-

значено наступне: налагодити слухо-вокальну, слухо-рухову та зоро-рухову координацію, здатність синтезувати їх в одній діяльності.

Орієнтовна структура занять: привітання як ритуал; регуляційна вправа (активізація зорової, слухової, рухової уваги) з метою налагодження психофізіологічний стан дитина в плані її залучення до дії; корекційно-розвивальні вправи (головний блок завдань); прощання як ритуал.

Принципи побудови занять: принцип психічної екології: починати і закінчувати заняття спокійною негучною музикою; протягом заняття відстежувати емоційний стан кожної дитини з РДА і відповідно корегувати інтенсивність заняття; поступове ускладнення матеріалу, що є доцільним при формуванні будь-якої діяльності: від певних операцій і дій до цілісного вокально-пластичного самовиявлення; максимальне задіяння довільних рухових реакцій у комплексі із роботою слухового, зорового, тактильного аналізаторів. Важливість орієнту на цей принцип обумовлена тим, що кінестезія є обов'язковим елементом будь-якої асоціації та центральною поєднувальною функцією відчуття (адже відчуття будь-якої модальності, за Б.Г. Анан'євим, породжується кінестетичним відчуттям, тобто рухом). Виходячи з того, що будь-яке повноцінне сприймання музики є ритмічним сприймання [2], ми робимо процес сприймання музики, активним, співтворчим, таким, що включає різноманітні осмислені рухи і стає слухо-руховим процесом.

Завдяки опрацьованій Програмі вдалося суттєво покращити можливість рухових проявів дітей з аутизмом через позитивний вплив на рівновагу і координацію рухів, збільшити їхній життєвий тонус. Це своєю чергою позитивно вплинуло на розвиток їхніх комунікативних умінь та способів взаємодії з іншими людьми.

#### Література:

1. *Алвин Дж., Уорик Э.* Музыкальная терапия для детей с аутизмом. – М.: Теревинф, 2004. – 208 с.
2. *Иванченко Г.В.* Психология восприятия музыки: подходы, проблемы, перспективы. – М.: Смысл, 2001. – 264 с.
3. *Пасынкова Н.Б.* Влияние музыкального движения на эмоциональную сферу личности // Психологический журнал. – 1993. – Т.14. – N4. – С.142.
4. *Тарасун В.В.* Этапы формування когнітивних стратегій поведінки у дітей з аутизмом (програмування, контролю, обробки інформації) // Дефектологія. – 2005. – № 1. – С. 44–52.
5. *Clarke E.-F.* The perception of expressive timing in music // Psychological Research. –1989. – Jun.– Vol. 51 (1). – P. 2–9.

## **ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА ДЕТСКОГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ**

*Стадник Владимир Анатольевич,*

*доцент кафедры психологии*

*Университета экономики права «КРОК» (Киев)*

В настоящее время в обеспечении функционирования детского оздоровительного лагеря (ДОЛ) выделяются следующие психологические задачи: сопровождение детей отдыхающих в ДОЛ, помощь в поддержке благоприятного психологического климата в коллективе сотрудников, разъяснительная работа с родителями детей.

Основное применение элементов арт-терапии производится, разумеется, в работе с детьми, т.к. это наиболее крупная по объему задача, а также в силу предрасположенности данной возрастной группы к указанному направлению работы.

Выбор направленности работы производился в соответствии со стандартными возрастными группами: младшие, средний и старший школьный возраст. На протяжении смены занятия в каждой из групп проводились на трех этапах: 1 – знакомства, 2 – развитие навыков общения, 3 – анализа опыта полученного во время отдыха в лагере.

В зависимости от численности отряда на занятии присутствовали все дети сразу или вначале одна половина отряда, а затем другая. Занятия преподносились как встречи клуба «Сказки и фантазии». Каждый отряд в среднем участвовал в 4–6 занятиях за смену (21 день).

На первом этапе детям предлагалось нарисовать любимого героя фильма, мультфильма или литературного произведения, представить себя и нарисованного персонажа. Для тех, кто стеснялся рисовать, предлагалась возможность лепить из пластилина. На втором этапе предлагалось сочинить совместную сказку с участием нарисованных персонажей. Этот этап мог длиться несколько занятий. Начиная со второго или третьего занятия, применялось рисование с помощью прямоугольников из прозрачного пластика, были использованы прозрачные части футляров для компакт-дисков. Краска наносилась кистью по замыслу автора на пластик, а затем делался оттиск на ватман. В начале применялось рисование на отдельных индивидуальных листах формата А4, а затем на большом общем плакатном листе. Такая последовательность работы позволяла сформировать у участников позитивное отношение к формированию общего творческого пространства. После этого проводилась интерпретация получившейся композиции, что позволяло детям узнать новые грани друг друга, проявление которых в повседневном общении было затруд-



нено в силу ряда причин. На следующем занятии в старших отрядах предлагалось сделать рисунок на темы: «Мир мальчиков» и «Мир девочек» с соответствующим делением на подгруппы. В младших и средних отрядах, после деления на несколько подгрупп, предлагалось нарисовать вымышленную планету описать ее обитателей и их жизнь.

На третьем этапе предлагалось рисование на тему «Мой мир» в которую затем предлагалось включить подтему «Отдых в ДОЛ». В обсуждении делался акцент на позитивном опыте, приобретенном в ДОЛ, который ребята хотели включить в свой мир, и предоставлялась возможность расстаться с негативным опытом при помощи соответствующих упражнений. В завершении занятия детям предлагалось поблагодарить друг друга за помощь и поддержку, которую они оказали, часто не догадываясь об этом. Как правило, в средних и старших отрядах, а иногда и в младших данная процедура переходила в обмен номерами телефонов и обсуждение совместных планов на общение после лагерной смены и приезд в ДОЛ на следующих сменах.

## **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОТОГРАФИИ**

*Старовойтов Андрей Владимирович,*

*кандидат психологических наук, арт-терапевт,*

*Таврический национальный университет им. В.И.Вернадского  
Крымская школа экспериментального тренинга (Симферополь)*

Узнаваемость является значимым экзистенциальным событием, источником экзистенциальной встречи. Мы можем *встретиться* только с теми, кого способны *узнать* или *вспомнить*. И не важно, каков источник этой памяти. Это может быть интуиция. Это может быть что-то из сновидений или фантазий. Простое узнавание на основе сходства, аналогии. Либо необъяснимое притяжение.

Фотография – это всегда встреча *Меня* (как субъекта вероятной экзистенциальной встречи) с *Другим*, осуществляемая в пространстве симультанных образов, копирующих [удваивающих] реальность.

Природа фотографии заключается в способности создавать аналоговые/цифровые копии реальности, в связи с чем, данное искусство приобретает особое значение для понимания ряда процессов, которые происходят в пространстве аутокоммуникаций, коммуникации и отношений с миром и между людьми. Помимо прочего, фотография отвечает основному принципу этих взаимоотношений – *зеркальности* и *подобию*. Сущность фотографического образа / фигуры все время приближена к контексту, изначальному объекту фотосъемки, сама же по себе фотография оказывается в той или иной степени вообразимой, иллюзорной данностью.

**Разрыв и отсутствие**, связанные с содержанием фотографии, ее нереальность – это то, что позволяет субъекту осмысливать ее и самостоятельно формировать свои представления, свой мир, оформлять его и концептуализировать, заполняя «пустоту», которая формируется на стыке прошлого (к которому отсылает фотография) и настоящего (в котором находится тот, кто ее рассматривает).

Фотография, как средство воздействия на сознание человека и трансформации его восприятия, используется с момента ее выделения в самостоятельный жанр художественного действия. По мере автоматизации процесса создания фотоснимков (на этапе фотосъемки, проявки и печати фотографий) ее распространение значительно расширилось и в настоящее время фотография, по всей видимости, занимает основное место в процессе **биографирования** личной истории отдельно взятого человека и различного рода групп.

Потенциал, содержащийся в фотографии, выраженный в ее многоплановости, многозначности и наглядности, обеспечивает широкий спектр возможностей использования процесса фотосъемки и его результатов в ходе **психотерапии** и смежных с ней областей психологического развития личности. В связи с этим в психотерапии могут быть использованы:

- фототехника (фотоаппарат, фотовспышка, приборы освещения),
- процесс создания фотографии (фотосъемка),
- готовые фотографии.

В психотерапии фотография, в качестве средства анализа бессознательного, используется, начиная с 70-х гг., когда акцент делался на исследовании индивидуальных ассоциаций на образы фотографий, на репрезентации внутренней картины реальности клиента и его системы ценностей (Мартин, 2002). Источником биографического материала выступали семейные альбомы, позволявшие реконструировать прошлое личности.

С точки зрения использования фотографий в психотерапии, можно выделить ряд функций (см. Копытин, 2003): 1) **фокусирующая** – связана со способностью актуализировать воспоминания и приводить к повторному переживанию ранее имевших место событий; 2) **стимулирующая** – связана с необходимостью установления активных отношений с миром в ходе выбора объекта для фотосъемки и концентрации внутренних усилий; 3) **интегрирующая** – наличие субъективного смыслового поля определяет специфику и динамику восприятия человеком объектов и ситуаций, что предполагает индивидуальную особенность «встраивания» объектов восприятия в систему субъективных смыслов; 4) **объективирующая и отражающая** – заключается в способности «делать зримыми переживания и субъективные проявления человека», что связано со способностью фотографии мгновенно фиксировать события и процессы, ко-

торые человек инициировал или участником которых он является; 5) **смыслообразующая** – дает возможность понять значения, скрытые смыслы и метопослания, заключенные в поступках и переживаниях людей; 6) **деконструирующая** – данная функция описывает механизм «дробления» посредством фотографии отражаемых в ней реальных событий, ситуаций и образов на формирующие их элементы, что позволяет более детально и акцентировано понять их смысл и природу, а также порождающие их причины; 7) **реорганизующая** – смысл данной функции касается возможности помещения объекта анализа в иной контекст восприятия, что повлечет за собой изменение (реорганизацию) его смысла; 8) **конттейнирующая** – фотография способна удерживать в себе чувства и переживания человека, предотвращая их неконтролируемое бессознательное отреагирование; 9) **катартическая** – связана со способностью фотографии актуализировать латентные переживания и образы, и перенаправлять их содержания на запечатленные в фотографии объекты; 10) **защитная** – обеспечивает возможность «связывания» аффектов и контроля над их психотравмирующим потенциалом.

В процессуальном аспекте фототерапия включает ряд этапов: **диагностический** – определение идентичности – выявление конструктов, языков и моделей, которые использует человек для обозначения себя; **деконструктивный** – расщепление и детализация образа мира и образа себя; **реконструктивный** (воссоздающий) – восстановление представлений с позиций их большей адекватности и сниженного психогенного потенциала, достраивание смысловых пробелов; **трансгрессивный** – осуществление перехода к другой концептуальной модели описания событий / себя / мира, переход к другой системе смыслов.

Все технические приемы фототерапии организуются вокруг трех основных процессов:

- фотографирование,
- позиционирование,
- анализ готовых фотографий, которые, в свою очередь, могут быть:
  - авторскими, креативными (в данном случае сделанными специально и целенаправленно с учетом психотерапевтического контекста),
  - домашними, семейными (из домашнего фотоальбома),
  - «терапевтическими» (подборка фотографий, которые использует психолог в терапевтических целях).

Если более детально, то среди технических приемов фототерапии мы можем выделить следующие (во всяком случае, это те, которые мы используем в своей практике):

- создание идеального образа и поиск идеального объекта;

- фотоколлаж;
- ретроспективный анализ;
- деконструктивный анализ;
- жизнеописание;
- иллюстрация и восстановление (событий, переживаний, чувств, встреч, тревог, и пр.);
- трансгрессия (трансгрессивные техники).

Не следует забывать, что любая фотография является авторским продуктом, распоряжаться в полной мере которым в праве лишь тот, кто его создал, и он же решает судьбу созданных фотографий. В связи с этим фотография может стать основанием для создания произведений, выполняющих роль посредника между личной и социальной сферой человека, а также фотография выступает одним из ключей к осознанию реальности и переходу в ее иные смысловые области.

## ВЛИЯНИЕ ИСКУССТВА ШРИ ЧИНМОЯ НА ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

*Хужина Надежда,*

*психолог, педагог высшей категории (Челябинск, Россия)*

***Ребенок в поисках гармонии в современном мире.*** Ребенку изначально присуще стремление к высоким идеалам, к красоте, доброте, любви, радости. Как помочь ему сохранить эти качества? В гармоничном мире вырастает гармоничный ребенок, и мы, взрослые, отвечаем за ту атмосферу, которую мы создаем для него. От сегодняшних детей зависит завтрашнее будущее.

***Актуальность арт-терапии (способ гармонизации внутреннего мира ребенка).*** Существует много способов и новейших технологий гармонизации внутреннего мира ребенка. Приоритетным направлением для меня стало искусство индийского художника и музыканта Шри Чинмоя, чье творчество было исследовано специалистами Военно-медицинской академии на базе Санкт-Петербургского городского медицинского Центра «Мединвест» с целью оценить влияние творчества этого художника на биоэнергетическое, психосоматическое и биоэлектрическое состояние человека. Член-корреспондент Международной академии наук экологической безопасности, Кандидат медицинских наук, доцент В.В.Лесничий в своем докладе на международном семинаре по культуре здоровья отметил такие результаты: обретение человеком состояния внутреннего покоя, гармонии, душевного равновесия; позитивные изменения в состоянии позвоночника и внутренних органов; улучшение работы сердечно-сосудистой системы, головного мозга. В свете вышеперечисленного ученый рекомендовал ак-

тивное применение музыки и картин Шри Чинмоя в качестве мощного оздоравливающего средства в образовательных учреждениях, реабилитационных центрах, кабинетах психологической разгрузки, офисах.

**Практика в дошкольном учреждении.** На протяжении 10 лет, работая в Центре развития ребенка МДОУ № 293 по авторской программе «В гармонии с самим собой и со Вселенной», я использовала музыку и картины Шри Чинмоя. Под музыку дети рисовали, засыпали и даже разговаривали с душой в уголках уединения. Репродукции картин использовались в интерьере детской комнаты. Самой любимой книгой для детей была книга Шри Чинмоя «Королевство цвета», в которой он предлагает лечить себя любимым цветом через духовное качество этого цвета. В программе был раздел, посвященный цвету – «Радуга внутри нас». Результатом работы по программе стало издание книжечки «Радостные сказки сердца», в которой были собраны «цветные» сказки, написанные детьми на занятиях по арт-терапии (одна сказка зачитывается). Мой опыт показал, что сердце ребенка очень чутко и эмоционально откликается на творчество Шри Чинмоя.

**Практика в школах.** В течение 15 лет в г.Челябинске проходят выставки картин Шри Чинмоя в средних школах. Проводятся экскурсии и уроки, на которых ребенок может погрузиться в свой внутренний мир, ощутить его богатство и выразить это через рисунок. Например, в средней школе №18 вся школа (40 классов) посетила выставку картин, и психологами была создана коррекционно-развивающая программа «Гармонизация внутреннего мира человека с помощью арт-терапии». По их заключению особенно эффективным стало размещение этих картин в интерьере классной комнаты над доской или рядом с ней. Это помогает ребенку снять напряжение, преодолеть страхи перед выполнением трудного задания. Многие психологи города рекомендовали выпускникам школ использовать закладки с репродукциями картин Шри Чинмоя как средство саморегуляции и самовосстановления перед экзаменами. Особенно уникальным является опыт психолога и музыканта школы искусств г. Бакала Челябинской области Вороновой Е.С., с чьей работой все желающие могут познакомиться.

**Практика в ВУЗах, лечебно-оздоровительных учреждениях** (размещение картин в интерьере). С большой радостью и благодарностью картины приняли студенты Гуманитарного института и Государственной Челябинской Академии Культуры и Искусства. По отзывам студентов, картины очень помогали им в нелегкую зачетную неделю и период сессии. Соприкосновение с красотой такого искусства способно вдохновить, наполнить жизнь новыми позитивными переживаниями, поднять настроение, вселить оптимизм, что неизбежно приведет к улучшению здоровья.

## **ТВОРЧИСТЬ – УНІВЕРСАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ**

**Чорна Лідія Григорівна,**

*н.с. Інституту соціальної та політичної психології  
АПН України (Київ)*

Творчість – сутнісна властивість людини, її загальна здібність. Під нею розуміють діяльність, яка породжує щось якісно нове. І таке визначення дає підстави застосовувати цю категорію до будь-яких видів діяльності, будь-якого віку, професії, досвіду людини. Вислів «людина творчої професії», до різновидів якої буденна свідомість зараховує тільки деякі обрані професії (наприклад, музикантів, художників), а всі інші відкидає, не має смислу.

На сьогодні до тих видів творчості, які традиційно виокремлювались у психології (наукової, художньої та ін.), додають ігрову, побутову, ситуаційну, комунікативну тощо (В.О. Моляко), а серед серед проявів творчої обдарованості як розвиненої здібності людини, яка забезпечує творчий процес, виділяють такі: продуктивне мислення, прийняття рішення, прогнозування, спілкування, планування, втілення або виконання рішень, побудова взаємин, бачення можливостей (К.Тейлор). У контексті питань, які розглядаються нами, постають логічні питання: чи завжди художню, наукову діяльність можна назвати творчими? що саме визначає творчий рівень діяльності?

Існують два підходи до розуміння психологічної природи творчості: когнітивний і екзистенціональний (П.П. Горностай). Перший – інтерпретує творчість як процес, розкладає його на етапи, складові, аналізує продукт творчості, а другий – визначає її як певний особистісний стан, засіб самореалізації індивіда. Такий поділ не є випадковим, він відбиває структуру творчості: операціональні та мотиваційно-особистісні сутності, психічні процеси та опосередковані суб'єктивними, особистісними та індивідуальними властивостями людини змісти її діяльності. На прикладі розвитку ранніх вундеркіндів, «зірка яких занадто рано потухла», можна особливо яскраво побачити розрив між когнітивним і особистісним розвитком. Тільки єдність цих складових розвитку людини забезпечує справжню творчу її самореалізацію. Наповнення об'єктивного (інформації, знань) індивідуальним змістом (В.А. Роменець), взаємні переходи свідомих процесів у несвідомі (Я.О. Пономарьов) – механізми появи оригінального продукту, які в знятому вигляді відбивають питання взаємодії всіх рівнів розвитку людини в процесі творчості. Породження людиною власних індивідуальних смислів діяльності (можливо, і не завжди усвідомлених), насолода від процесу діяльності, її індивідуалізація, бажання вдос-

коналювати власні можливості, внутрішня мотивація та внутрішні стани, які наповнюють енергією ці мотиви, є тими критеріями, які визначають психологічні ознаки творчості. Саме тому не завжди певний вид діяльності, яким би незвичним для повсякденного мислення він не здавався, не може бути названим творчим. Саме тому різноманітні навчальні, розвиваючі творчі тренінги мають передбачати не тільки виконання вправ, які розвивають оригінальність, гнучкість мислення, легкість продукування ідей, а й осмислення цінностей власного буття, цілей діяльності, індивідуальних здібностей, поринання в стани спонтанності, активізацію особистісної рефлексії. І тут первинною є мотивація творчості, особистісні потреби, індивідуальні уподобання дитини чи дорослого, вторинними – її операційні складові.

Більшість напрямків психотерапії декларує за мету особистісний розвиток людини, активізацію її творчого потенціалу. Серед них можна назвати такі, що, так би мовити, цілеспрямовано «провокують» клієнта на прояви творчості. Це насамперед психодрама та арт-терапія. Завдяки тому, що людина в процесі психотерапевтичних сеансів утягнута в види діяльності, які відрізняються від її звичних занять, може передати свої думки, почуття за допомогою програвання різноманітних життєвих ситуацій, образів, інтуїтивних здогадок, інтегрувати в єдине ціле різні модальності свого сприйняття світу, здавалось би творчість має автоматично продукуватись у клієнта. Але чи завжди під час художньої діяльності людина розкриває свою індивідуальність, смисли власного Я, пропускає кризь внутрішнє бачення, цінності, настановлення зовнішнє (тему завдання, вправу). Чи завжди незвичні, нестандартні малюнки, в яких наявне найдиво-вижніше комбінування образів, є творчими? Чи завжди реалістичні, повсякденні, «звичайні» малюнки є нетворчими? Тут критерій творчого продукту необхідно шукати в цілісній характеристиці діяльності індивіда, глибинності її смислів, суб'єктності інтерпретацій, новизні особистісних відкриттів самої людини.

## **GENERAL INFORMATION ABOUT THE COURSE IN ART THERAPY IN THE NETHERLANDS**

*Schuld Heleen, Hulshof Egbert*

*Department of Arts Therapies*

*University of Professional Education of Arnhem & Nijmegen*

*(Nijmegen, Netherlands)*

In the course of the educational training students will learn about:

1. technics in arts ;
2. psychology and pathology in various forms of human behaviour;

3. their role as a therapist to support changes or improve quality of life.

**First year – Preparation.** The first year training is arranged according to five competencies a therapist needs to have (indicating, designing a treatment plan, executing a treatment plan, research and innovation and functioning in a professional organisation). In the first year, students of Creative Arts experience the power of their medium. By discovering their own skills and making their own experiences in their medium, the students learn to distinguish therapeutic qualities. Students are also trained in communication- and therapeutic skills as well as in psychopathology. The acquired knowledge is practiced in simulated therapy settings such as performance assessments. A short internship allows the student to familiarize him or herself with some practical work.

**Second, third, fourth year – Main Study.** The student increases competence concerning theoretical knowledge, personal insight and practical skills. Throughout the training the student will experience his or her own strengths and weaknesses and learn to work with them accordingly. In this main phase of the course, the student learns to increase his or her professional attitude as Creative Arts in the educational as well as in a practical setting. One year of the course, the student works as an intern four days a week with the support of a supervisor. The student also carries out a research project in a high quality professional setting.

## **ВІДОМОСТІ ПРО КУРС АРТ-ТЕРАПІЇ В НІДЕРЛАНДАХ**

***Шульд Хелесн, Хулсхоф Езберт,***

*кафедра арт-терапії Університету професійної освіти  
Арнхема і Ніймегена (Ніймеген, Нідерланди)*

У курсі навчання студенти дізнаються:

1. про техніки в мистецтвах;
2. про психологію та патологію різних форм людської поведінки;
3. про роль терапевта, який підтримує зміни та покращує якість

життя.

**Перший рік – підготовка.** Перший рік навчання побудований у відповідності до п'яти компетенцій, які повинен мати терапевт (визначення проблеми; розробка плану терапії; виконання плану терапії; дослідження та інновації; функціонування в професійній організації). Протягом першого року навчання, студенти креативних мистецтв пізнають потенціал медіуму арт-терапії. Відкриваючи власні можливості та отримуючи власний досвід у медіумі арт-терапії, студенти навчаються кваліфікувати якості терапевта. Крім того, студенти опановують комунікативно-терапевти-



чні уміння, а також отримують знання в галузі психопатології. Набуті знання студенти застосовують у модельованих терапевтичних ситуаціях, таких як характеристика виконання. Коротка інтернатура дозволяє студенту безпосередньо ознайомитись з практичною роботою.

**Другий, третій, четвертий рік** – основний курс. Студенти підвищують компетентність стосовно теоретичних знань, особистісного розуміння та практичних навичок. Протягом всього навчання студент пізнає свої слабкі та сильні сторони та вчиться відповідним чином з ними працювати. Впродовж цієї головної стадії навчання студент покращує свої професійні якості в навчальному та практичному середовищі. Протягом одного року навчання студент працює як інтерн чотири дні на тиждень під керівництвом супервізора. Студент також проводить дослідження у високопрофесійному середовищі.

**ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:  
ОБРАЗИ, ПРОБЛЕМИ, РЕСУРСИ**  
**IV Міждисциплінарна науково-практична конференція**  
**з міжнародною участю**  
**(Київ, 2007)**

**МАТЕРІАЛИ  
ТВОРЧИХ МАЙСТЕРЕНЬ  
І ЛАБОРАТОРІЙ**

## СОВМЕСТНОЕ КАРТОГРАФИРОВАНИЕ МИРА ФЭНТЕЗИ

***Бреусенко-Кузнецов Александр Анатольевич,***

*кандидат психологических наук, доцент кафедры  
психологии и педагогики НТУУ «КПИ»,*

*Член Правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Данный мастер-класс продолжает фэнтезийную тему, заявленную на предыдущей конференции в нашем мастер-классе «Мир фэнтези и его феноменологические координаты», где в качестве основной креативной задачи предлагалась прорисовка «карт местности» личных фэнтезийных миров участников. Эти индивидуальные мирки членов работающей группы вступали во взаимодействие между собой лишь в финальной процедуре «выбора соседей», когда перед картографами была поставлена задача расположить готовые карты в едином поле («с чьими мирами Вам бы хотелось граничить?»).

На сей раз участникам группы будет предложено создать совместный рисунок, картографирующий не индивидуальные миры, а общегрупповую фэнтезийную геополитическую феноменологию. Есть ли смысл в такой совместной карте? Разумеется! Мир фэнтези – это не всегда индивидуальное убежище от текущих геополитических, идеологических, экономических и пр. конвенций социума (таково оно для автора мира, но отнюдь не для зрителя, читателя, игрока в компьютерные стратегии – с их воссоздающим актом воображения). Это и мир встречи взаимовлияющих индивидов с разными стратегиями ухода в грёзы, и мир новых конвенций, принимаемых членами фэнтезийных субкультур. Это и мир, вновь (вдогонку) покоряемый социумом, ибо сам жанр фэнтези развивается в рамках институтов массовой культуры, низводящей личность до ранга единичного потребителя. В пределе это мир «Матрицы», где убежавшие в грёзы индивиды на самом деле надёжно пойманы. Итак, разгуливая по *собственному миру фэнтези*, можно порой столкнуться и с такими встречными объектами, которые сам на его карте не рисовал, и даже не фантазировал. Как отнестись к этим объектам? Пройти мимо, пожав плечами? Отвернуться с негодованием? Очароваться ими и сойти с ранее намеченного курса? Использовать для саморазвития? Вступить во взаимообогащающий диалог?

Приблизительный ход работы таков:

- совместный рисунок карты мира фэнтези;
- рефлексия картографов над участием в построении карты (кто на каком участке картографируемого мира работал, кто какой объект ввёл, что он этим объектом выразил и что при этом чувствовал) – с

эмоциональной обратной связью (что чувствуют другие участники по поводу присутствия этого объекта в этом месте карты);

- поиск и обозначение на карте (разными цветами) точек, в которых участники локализуют своих героев;
- прочерчивание по карте маршрута странствия для своего героя каждым из участников;
- создание участниками группы индивидуальных образов «странствующего героя» (возможна специальная визуализация, но может быть достаточно и краткой словесной характеристики);
- создание участниками группы «хроник странствия» (устных, либо письменных с последующим проговариванием повествовательных текстов о том, что видел, чувствовал, делал герой по мере продвижения по маршруту);
- заключительный шеринг.

В заключение данного представления мастер-класса приведём пару соображений о герое и его маршруте. *Герой* – в юнгианском толковании – суть эго, действующее в соответствии с принципом Самости (и идущее, таким образом, к индивидуации и гармонизации). *Маршрут*, стало быть, можно истолковать как изобразительное выражения реального процесса индивидуации участника группы (с индивидуальными трудностями, страхами, уклонениями и успехами). Маршрут героя по карте мира фэнтези допустимо толковать как проекцию жизненного пути участника (с этой точки зрения оправданной интервенцией будет вопрос «в какой точке маршрута вы находитесь в данный момент?»). Впрочем, стоит помнить, что биографическим уровнем понимания образ маршрута никак не исчерпывается. Скорее, и маршрут, нанесённый на карте, и жизненный путь личности картографа со всеми его вехами и событиями – это проекции глубинного процесса духовного становления человека.

## ДЕТСКАЯ ПРОГРАММА ШКОЛЫ «САКРАЛЬНАЯ АРХИТЕКТУРА ТЕЛА»

*Буценко Наталия Дмитриевна,*

*медицинский психолог, мастер школы «Сакральная архитектура тела», преподаватель Детского оздоровительно-экологического центра Оболонского р-на (Киев)*

Наша жизнь характеризуется высоким уровнем стрессов и ограниченной подвижностью людей. Наблюдается повсеместный рост заболеваемости, нарушение осанки, ригидность суставов, уплощенность и неразвитость грудной клетки, неустойчивая походка. Это стало нормой существующей реальности, телесное несоответствие и безграмотность стали

привычными для большинства людей. Сегодня практически невозможно встретить зрелого человека без проблем с осанкой. Особую тревогу вызывает ухудшение психологического состояния и осанки у детей и юношества. Нарастает заболеваемость «по всем фронтам». Сегодня дети страдают от таких заболеваний, которые еще недавно к детским болезням не относились. Дети расплачиваются за бездуховность общества – нарушена экология сознания. Поэтому сегодня особенно важным становится развитие школ, которые нацелены поднимать сознание людей.

Детская программа школы «Сакральная архитектура тела» – это с одной стороны мягкая гимнастика для проблемных спинок (сколиоз, врожденный вывих тазобедренного сустава, защемление седалищного нерва, позвоночные грыжи и т.п.), направленная на коррекцию осанки, осознанное выстраивание своего тела, с другой стороны мощное средство самоисследования, самосовершенствования и самокоррекции, расширения самосознания, осмысления безграничности творческих способностей личности. Программа разработана для детей от 10 до 15 лет.

Осанка человека отражает его внутренний строй – структура тела проявляет характер. Язык тела, его движение, звучание «показывают» глубинные чувства, которые испытывает человек. И если словами можно слукавить, то тело – не врет, никогда.

Тело впитывает особенности личности, психологические проблемы и конфликты фиксируются в «мышечном панцире». Узлы и зоны хронического напряжения и зажимов блокируют жизненную энергию, эмоции, силы и способности, ограничивают подвижность и ресурсы жизни тела, понижают качество жизни и полноценность самой личности, приводят к заболеваниям и старению.

Упражнения школы «Сакральная архитектура тела» построены на дыхании телом, положенном на движение. Движение не только укрепляет мышечный корсет, но и позволяет освободиться от психологического напряжения, и через осознание и управление физическим напряжением (как отражения психологического напряжения) научиться переносить это умение в события своей жизни – управлять напряжением / свободой в общении, выполнении заданий и т.п.

Важно как можно раньше каждого ребенка научить физиологически верной осанке, объяснить связь осанки с психологическим состоянием, показать, что многие проблемы в теле и в событиях решаются через переосмысление отношения к себе, другим людям и окружающему миру. «В те моменты, когда осознание соединяется с чувствами, ощущениями, движением и мышлением – человек делает открытия, изобретает, творит и «знает». Он постигает, что мир един, и что в этом единстве он не один» (Моше Фельденкрайз).

**Содержание мастер-класса:**

- Дух, душа, тело. Духовные законы.
- «Сакральная архитектура тела» – авторская школа Натали Дроэн (Франция, Париж).
- Как эффективно управлять телом.
- Духовное предназначение органов.
- Физиологически верная осанка. Осознанное выстраивание тела.
- Особенности коррекции осанки у детей средствами школы «Сакральная архитектура тела».
- Практическая часть (двигательные упражнения).

**ВСЕСВІТ МОГО Я  
(ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВИЙ НАПРЯМОК)**

*Вінницька Ульяна Євгенівна,*

*данс-терапевт, аспірантка Прикарпатського національного університету ім. В. Стефаника, член ГО «Арт-терапевтична асоціація»  
(Івано-Франківськ)*

Дані тези – це свого роду роздуми вголос про один з безлічі можливих шляхів особистісного зростання, який пролягає через мудрість нашої тіла, виражену в спонтанному русі чи танці, до глибин своєї сутності.

Тіло людини створено для руху, який є так само необхідним для життя як і подих. Через рух ми відкриваємо нові можливості тіла, його універсальну тілесну мову, а відтак удосконалюючи рухи ми самовдосконалюємося. В контексті тілесно-орієнтованої, танцювально-рухової терапії та тренінгів особистісного зростання вище зазначених напрямків, рух, його сила, плавність, різкість, чіткість, хаотичність, а також багато інших рухових модальностей служать одним із джерел діагностування. Рух виступає репрезентативною характеристикою особистості, дає багатющий матеріал для усвідомлення різних аспектів життя, на нашу думку, рух – це ключ до самопізнання, самовдосконалення та духовного зростання.

Проявлені в русі чи танці теми усвідомлюються та проживаються тотальністю тіла через його тілесну свідомість. Значення нашого тіла є неоціненним, оскільки «як би ми не шукали, ми не знайдемо психічної дії, можливої без опори на фізичну функцію» [2, с. 69]. Тіло є і залишатиметься мікрокосмом, це інструмент прояву «земних та космічних енергій» [4, с.48], а його життя є дзеркалом нашої свідомості. Через тіло ми впізнаємо хто ми, наше перше ототожнення – це і є ототожнення з тілом, з «я» соматичним. Тіло, структурується як основа особистості та в її свідомості сприймається як «я». Отже, образ «я» – це, перш за все, образ тіла.

Досягнення інтеграції з самим собою, поєднання зі своїм тілом вчить нас вірити собі, розкривати знання, які приходять через тіло, а отже, і наше «я», яке знаходиться, як нам може здаватися, не тільки на рівні центра нашої активності – голови, а у кожній клітці нашого тіла. Створити більш усвідомлене «я», яке здатне проявлятися найбільш повно та значимо, можемо шляхом роботи з різними тілесними практиками, а також використовуючи танець чи рух, в танцювально-терапевтичному процесі, який сприяє індивідуальному чуттєвому самовираженню та фізичній інтеграції. Танцювальна терапія розвиває «я» та його розуміння, внутрішній світ людини виноситься на поверхню, стаючи зримим, за допомогою виразного руху чи танцю, які є інструментами даного напрямку.

Приймаючи метафору «життя – це танець» думаємо, що розпочинається він ще в утробі під ритм материнського серця, пульсацію крові та дихання, а з народженням цей процес продовжується. «Я танцюю один-єдиний танець все своє життя, – так говорить Тацумі Хічката, –... через танець я хочу досягнути зміст життя» [цит: за 1, с. 225]. Прийшовши в цей світ, продовжуємо танцювати свій танок – спонтанне соло життя. Виконуємо його у своєму ритмі, просторі та часі, вплітаємося в єдине мереживо невербально-комунікативних зв'язків з оточуючим середовищем. Ми стаємо не тільки «хореографами» свого життя, як зазначає Т. Єндрюс, які вміють правильно використовувати свої ресурси, а зрощуємо вміння імпровізувати, тобто бути присутнім в даний момент, здійснювати пошук та вибір із поміж різних можливостей.

Танець є складним та багатогранним феноменом, який виникає на перетині соціокультурних, соціально-психологічних та особистісних координат. Соціально-психологічний підхід до танцю ставить акцент на його діалогічній, комунікативній природі і розглядає його як особливий вид прояву взаємовідносин, як відношення до світу, до іншої людини, до себе. З поміж вище зазначених, варто згадати ідеї «космічного», (С.Н. Куракіна), «сакрального», «езотеричного» (І. Куріс) змісту танцю, які ґрунтуються на розумінні його як «руху особливого роду» (С. Н. Куракіна), що виражає ритми Всесвіту, ритми самого життя [3, с. 36].

Танець у прадавні часи знаменувався поєднанням людини з могутніми космічними енергіями, і цей танець Всесвіту наші пращури відчували повноцінно, можливо, саме тому, що був він «зовнішнім проявом внутрішнього духу» [4, с. 15]. З давніх-давен люди краще усвідомлювали вплив небесних енергій. Рух зірок та планет на небосхилі були частиною їхнього життя, відповідно танець небесних світил може докорінним чином змінити, трансформувати його.

Тренінг «Всесвіт мого Я» спрямований на більш глибоке усвідомлення того, що ми є невід'ємною частиною космосу та зазнаємо його впливу

на фізичному, емоційному та духовному рівнях. Через танець ми можемо не тільки імітувати рух небесних світил, а й сприяти пробудженню нашої несвідомої пам'яті. Виконуючи танець планет, ми, ніби, вбудовуємося в їх ритм та даємо їм змогу більш творчо працювати на нас. Танець планет приводить до рівноваги фізичного (тіло) та небесного (душа).

У танцювально-руховому тренінгу, що пропонується нами, тіло людини й рух використовуються як основний засіб самовираження та взаємодії учасників. Враховуючи це, розроблений нами танцювально-руховий тренінг сприяє розвитку особистісного творчого потенціалу його учасників.

Мета тренінгу: стимулювання самопізнання, усвідомлення власного «я» життєвих цінностей та індивідуальних особливостей, актуалізація системи відношень: до себе, до другого, до світу, розширення танцювально-експресивного репертуару, гармонізація особистості та розкриття її творчої багатогранності.

Даний тренінг презентує собою досвід структурованої групової роботи. Розпочинається з вступної частини. Знайомство та самопрезентація здійснюється через рух, танцювальну фразу з використанням свого імені тощо... Групова сесія містить у собі три частини (розігрів, основна частина, завершення).

В даному танцювально-руховому тренінгу використовуються наступні методичні прийоми: кінестетична емпатія, спонтанний танець (індивідуальний та груповий), контактна імпровізація, динамічна візуалізація, малюнок тощо. За допомогою використання різноманітних танцювально-рухових технік, арсенал яких не вичерпується вище запропонованими ми сприяємо гармонізації особистості.

Питання розкриття в людині її творчого потенціалу та усвідомлення власного «я», яке працює у тісному зв'язку з тілом, залишається відкритим полем для діяльності, як науковця-теоретика, так і практика. Шлях особистісного зростання веде нас до ядра своєї сутності та розкриває багатомірність нашого «я», як невід'ємної частини цілого.

Ми – частинка Всесвіту та цілий Всесвіт одночасно, і такими є всі люди. Тож хочеться побажати Всім нам, щоб в кожную точку Всесвіту у вирі спонтанного танцю проникало пульсуюче життя.

#### Література:

1. *Еремينا М. Ю.* Роман с танцем ООО ТФ «Созвездие» 1998. – 252 с.
2. *Кнастер М.* Мудрость тела. – М.: Эксмо, 2002. – 496 с.
3. *Шкурко Т.А.* Танцевально-экспрессивный тренинг. – Санкт-Петербург.: Речь, 2003. – 192 с.
4. *Эндрюс Т.* Магия танца. – М.: REFL-book, К.: Ваклер, 1996. – 256 с.



*Простір арт-терапії: образи, проблеми, ресурси*

## **СОТКАТЬ КОВЕР СУДЬБЫ...**

**Вознесенская Елена Леонидовна,**

*кандидат психологических наук, с.н.с. Института социальной и политической психологии АПН Украины,  
Президент ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

*Суровой ниткою невзгод*

*Ковер судьбы расшит...*

Роберт Бернс

*...Чтобы соткать большой ковер,  
начать следует с одной нити...*

Суфийская притча

В чьих руках судьба женщины? В руках Мужчины или своих собственных? Мужчина «кует свое счастье», а женщина «ткет ковер своей судьбы» (хотя в нашей культуре часто и женщина «кует» вместо того, чтобы «ткать»). Процесс ткачества или вязания иллюстрирует «женский миф» о творении мира – символический акт сплетения созданных руками женщин нитей в новое целое. Из ткани бытия создаются судьбы...

**Ткачество** в мифологии связано с судьбой человека, «пряжа» – с метафорическим «прядением нити судьбы». Судьба – Среча – красивая девушка, «несреча» – седая старуха с мутным взором, тоже пряжа, но прядущая тонкую, легко обрывающуюся нить. Древне греки почитали трех богинь судьбы – мойр (в переводе – «доля, участь», полученная при рождении). Они пряли нити человеческих судеб и пели: Лахесис (дающая жребий) – о прошлом, Клото (прядущая) – о настоящем, Атропос (неотвратимая) – о будущем. Если нитка получалась гладкая, ровная и прочная, то и жизнь человека была без потрясений; если нить суровая, узловатая, грубая, то и жизнь тяжелая.

Мотив прядения распространен повсеместно. Его можно найти в мифах, сказках, преданиях всех народов, что позволяет рассматривать его как проявление архетипа. Пряжами были и славянская богиня Мокошь (в переводе – «мокрая» или «прядущая»), германские норны, хеттские богини подземного мира и т.д. В мифологии индейцев племени дине (навахо) есть Женщина-Паучиха, которая передала им дар прядения и научила женщин чують, что должно умереть и что жить, что нужно извлечь из ткани и что в нее воткать.

Миф об Афине и Арахне объясняет магическое включение в сотканную вещь, вытканый узор какой-нибудь неправильности (Арахна соткала прекрасный, безупречный образец ткани, соревнуясь в мастерст-

ве, и Афина, разгневавшись, превратила Арахну в паука). Мастерницы на Востоке каждый ковер ткут с крошечным дефектом, а «пенсильванские немцы» всегда оставляют в своих стеганых одеялах **«амишскую ошибку»**: совершенство может создаваться лишь богами, а нарушение этого закона навлекает беду.

В сказках находим неисчислимое количество символики прядения. Занятия эльфов – прядение и ткачество, их нитки – летающая паутина. Баба Яга в избушке на курьей лапке на веретенной пятке «за пряслицей, прядет шелкову кудельку на золотое веретенце...», указывая герою путь. Вспомним путеводный клубочек бабушки-задворенки и нить Ариадны, сестер, потенциальных невест Салтана, которые «под окном пряли поздно вечерком...» (А.С.Пушкин). В «Царевне-лягушке» царь испытывал невесток: «Хочу теперь посмотреть, которая из ваших жён лучшая рукодельница. Пускай соткут мне за единую ночь по ковру», требуя показать возможности жен информацию переводить в Знания, обращаться к мудрости бессознательного. Василиса Премудрая, за одну ночь выткала ковер, на который уложились «вся красота поднебесная». «Наутро проснулся Иван-царевич, у квакушки ковер давно готов – и такой чудный, что ни вздумать, ни взгадать, разве в сказке сказать. Изукрашен ковер златом-серебром, хитрыми узорами». Среди примеров использования ковров как символов судьбы в сказках и «Три перышка», которую анализирует М.-Л. фон Франц (старый король отправляет сыновей искать по свету самый красивый ковер, чтобы унаследовать трон).

Ткачество может рассматриваться и как ритуал. Прядение нити и ткачество в мифологической традиции являются способами привлечь духа или получить от него сведения, и некогда были религиозными практиками для постижения циклов жизни и смерти и потустороннего мира. Девочку в 7 лет бабушка посвящала в пряжи. Первую спряденную кудель сжигали, пепел растворяли в стакане с водой и выпивали – теперь она сама **участвовала в создании собственной судьбы**. Прядение нити – синонима жизни, судьбы, времени – являлось священным актом, аналогичным творению жизни. Женщины-пряжи, выполняя божественную функцию, сами становились богинями, творящими мир. В мифопоэтических традициях разных народов пряжа **символизировала** жизнь, ее пространственно-временной континуум. Ткачиха не только создает форму, т. е. пространство, но и **увязывает пространство со временем** (В. Хлюпин). Слово «сутки» означает «то, что соткано».

Нить, продукт прядения, рассматривается как жизнь, которая развивается подобно прядению ее, символизирует синтез, соединение, пре-

емственность, связь таких категорий как причина, следствие, социальная связь и т.д. Но прядется не только нить: в человеческом коллективе, общине все связаны одной нитью. Образы нити, прядения выражают одну из знаковых доминант женской субкультуры: пуповина, преемственность, очередность, ряд, судьба (пряжи, как дарительницы жизни). Отсюда роль нити, веревки как образа связи неба с землей, мужского с женским, а иногда связи с нижним миром. Кроме того, пряжа, нить, веревка, паутина может функционировать как смертельное, так и оберегающее, защищающее, укрывающее средство. В этом смысле энергия *архетипа Ткачихи* обладает амбивалентной разрушающей и созидающей способностью (В. Хлюпин).

Рассмотрим *символическое значение ковра*. Для африканских кочевых племен ковер символизирует связь с родной «материнской» землей. Многие элементы восточных ковровых орнаментов имеют отношение к религиозным представлениям. Ковер – не только символ матери-земли, но и внутренняя основа жизни в целом. Тканое льняное полотно или узорчатый ковер в мифологии используются для обозначения комплексных символических паттернов и таинственных предначертаний судьбы. Благодаря своей целенаправленности индивидуальный жизненный паттерн, дающий человеку ощущение значимости, часто имеет своим символом ковер. Ковер в сказке, прекраснее которого нет на белом свете, и который ищут братья или прядет ночью Василиса, символизирует мудрость бессознательного и тайный промысел судьбы.

*Арт-терапевтическая работа* на мастер-классе имеет целью осознать свое предназначение, подержать в своих руках нити своей судьбы и понять, что в наших силах изменить. Женщина имеет возможность соткать свою судьбу, а Мужчина – соприкоснуться с тайными и труднодоступными уголками своего бессознательного, своей Анимы.

Предполагается выбор различных изобразительных и текстильных материалов для творческой активизации. Работа идет с современными моделями прядения и ткачества – тканью, лентами, пряжей, нитками, тесьмой и т.д., но сохраняется процесс творения, созидания. Сохраняется также символизм нити, заложенный древними мифами, преданиями и сказками, как нити судьбы. Исследуя свою жизнь, свой жизненный путь (или какую-то его часть), используя предложенные материалы, участникам предлагается «соткать» полотно своей жизни и «вплести» его в общее полотно, в общую картину мира.

Перед созданием ковра клиентом предлагается процедура направленного воображения после расслабления. «Представьте, что каждой при

рождени дається волшебний клубочек с нитью судьбы. Каждый вяжет из этой нити свой неповторимый узор. Комбинация узоров составляет ковер Вашей судьбы. Узор каждого ковра уникален. Где-то он повторяет материнский, где-то – отцовский, где-то подруги, но комбинация неповторима. В каждом фрагменте ковра – часть Вашей истории. Что-то повторяется, фрагменты чередуются, где-то появляются совершенно новые. В ковре судьбы есть темные бусины и узелки. Это переживания обид, разочарований, потерь, страха. Каждый ковер особый, и нельзя его ни с чем сравнивать. В нем проявляется индивидуальность и уникальность жизненного пути. Это ковер – подарок миру».

Инструкция: «Из имеющихся материалов сделайте коллаж, изображающий Ваш ковер, ту часть, которую Вы уже соткали». Задача каждого – «пряхть Свою душу, делая то, что Нас окрыляет, занимаясь искусством, кройкой и шитьем собственной психики, независимо от того, чувствуем Мы Себя сильными или нет, ощущаем Свою готовность или нет» (Эстес К. П.).

#### Литература:

1. *Бернс Р.* в переводах Ю. Князева. – [http://zhurnal.lib.ru/k/knjazew\\_j/](http://zhurnal.lib.ru/k/knjazew_j/)
2. *Зинкевич-Евстигнеева Т., Фролов Д.* Тайна Женственности, или Как женщине раскрыть свою силу и стать хозяйкой собственной жизни. – СПб.: Речь, 2005 г.. – 256 с.
3. *Рейли М.В.* Истоки жизни: русские обряды и традиции. – СПб.: ИК «Невский проспект», 2002.
4. *Франц М.-Л. фон.* Психология сказки. Толкование волшебных сказок. Психологический смысл мотива искупления в волшебной сказке. – СПб: Б.С.К., 1998. – 360 с.
5. *Хлюпин В.* Чудесное дитя протeya. Исследование архетипических паттернов по материалам «Сказки о Салтане» А.С. Пушкина». – [http://www.jungland.ru/vladimir\\_hlyupin\\_chudesnoe\\_ditya\\_proteya](http://www.jungland.ru/vladimir_hlyupin_chudesnoe_ditya_proteya)
6. *Эстес К.П.* Бегущая с волками. К.: София, ИД «Гелиос». 2001. – 496 с.

## СТИХІЇ ДУШІ, АБО РЕСУРСИ ЛЮДИНИ В ПОВІТРІ, ВОДІ, ВОГНІ, ЗЕМЛІ

*Газолишин Владислав Анатолійович,  
психотерапевт, психоаналітик, навчаючий тренер АППУ,  
Голова Тернопільського осередку УСП (Тернопіль)*

Робота в майстер-класі передбачає ознайомлення з пісковою психотерапією і основними стихіями душі, які символізуються повітрям, водою, вогнем і землею, а також є природними ресурсами кожного з нас.

Вивченням змін, які відбуваються в душі і в тілі людини, через зміни в просторі і часі ось основна проблематика майстер-класу.

Надалі буде подано розгляд основних тем 90-хвилинного групового заняття і загальні поняття піскової психотерапії, які будуть включені в процес майстер-класу для 20–25 учасників.

Символічно переживання, імпульси і відчуття названо стихіями і тому надалі вони так і будуть називатись.

**Стихія повітря.** Основне завдання: вивчення середовища – реагуюче середовище. Музика як ритм середовища, хаос і тривога. Учасники майстер-класу мають можливість вивчити середовище свого внутрішнього світу, доторкнутись до своїх тривог. Кожен бажаючий має можливість попрацювати з переживаннями хаосу і тривоги.

**Стихія вогню.** Основні завдання: «Вам відомі імпульси, які живуть в Вас: закоханість, страх, лють, заздрість...? А відчуття втрати, а втраченості – вам відомі ці почуття?»

На ці питання постараються знайти відповідь учасники групи.

**Стихія води.** Основні завдання: релаксація – подорож в просторі і часі. Робота з «скульптурою» власного тіла. З чого ми створені? Питання на, яке спробує знайти відповідь кожен бажаючий учасник майстер-класу.

**Стихія землі.** Основні завдання: «Дім, батьки, сім'я – напевно кожному з нас відомі ці слова. Наскільки Ви сепаровані<sup>1</sup> від своєї батьківської сім'ї, від її традицій, ритуалів, симптомів? Можливо ви несете на собі «груз» минулих поколінь?» Питання, на котрі спробує знайти відповідь кожен бажаючий учасник майстер-класу.

Підсумок заняття: кожен учасник майстер-класу має можливість цілісно сприйняти себе через символізацію розрізнених, фрагментованих образів і «збирання» їх (через роботу в пісочниці) в груповому просторі арт-терапії.

---

<sup>1</sup> Сепарація – відокремлення. Психоаналітичний термін, який зустрічається в роботах багатьох авторів: М.Малер (теорія сепарації-індивідуації); Д.Буолбі (послідовний розвиток фаз внаслідок сепараційного шоку; Д.Віннікот (теорія перехідного об'єкту).

## ЛАБОРАТОРІЯ: ВХОПИТИ МІККИ-МАУСА

**Голубєва Олена Євгенівна,**

магістр психології, аспірантка Інституту соціальної та політичної психології АПН України, керівник ГО „Центр екології сім'ї”, керівник дитячої студії мультиплікації «Червоний собака», викладач кафедри кінорежисури та кінодраматургії Національного університету театру кіно і телебачення імені І.К. Карпенка-Карого член громадської ради з питань дошкільної й середньої освіти при Міністерстві освіти й науки України (Київ)

**Мельніченко Сергій Юрійович,**

режисер анімаційного фільму керівник дитячої студії мультиплікації «Червоний собака» (Київ)

*What is this life if, full of care,  
We have no time to stand and stare.  
No time to stand beneath the boughs  
And stare as long as sheep or cows.*

*W.H. Davies*

*Мы в суете забот – и в жизни не успеть,  
Шаг замедляя, пристально смотреть.  
Нет ни минуты, чтоб под ветви встать  
И как коровы, молча созерцать.*

Основна характеристика сучасності – швидкість. Швидкість мислення, роботи, кар'єри, інформація миттю застаріває, життя вимагає новітніх рішень. За дослідженнями відмічається нагальна тенденція прискорення психічних процесів у людей середнього віку порівняно з однолітками кількома десятиріччями раніше.

Проте прискорення для психічного розвитку має деструктивні наслідки, зокрема – появлення психічних автоматизмів, якими сповнене життя. За запропонованими суспільством сценаріями, не втрачаючи часу на зайве усвідомлювання, можна прожити все життя. «Чи можете ви згадати, як вранці заварювали собі чай, який в нього був смак, з якої чашки ви пили його?», – почав задавати питання ще Ф.Перлз [1].

Історія анімації – це рух іншого напрямку – від малюнків на скелі тварин з багатьма ногами (для вираження бігу) до персонажів, які стали окремими від своїх творців особистостями та живуть власне життя. Спотанне прагнення зображувати мир у русі проявляється хоча б у тім, що багато людей роблять «рухомі малюнки» – замальовки під час розмов або роздумів на папірцях щоденників. У віковому становленні малювання є етап, коли діти створюють малюнки-історії, коли один персонаж пе-

ретворюється на іншого, рухається. Але створення мультиплікаційного фільму – завдання досить складне. Тут не обов'язково мати здібності до малювання, тут важливо мати образи та засоби їх втілення. Анімація стає мистецтвом, яке об'єднує творчі досягнення інших мистецьких галузей.

Актуальність – усвідомленість – відповідальність – три принципи вслід за гештальт-орієнтованими терапевтами були покладені в основу використання анімації як засобу особистісного зросту, як напряду арт-терапії.

Першим кроком буде виявлення **актуальності**. Рівень актуальності може бути різним – від тілесних відчуттів (наприклад, відчуття дискомфорту від сидіння на стільці) до складних, розгорнутих у часі емоцій. З цього починається творчий процес анімації – знаходження образу, який відповідає власній актуальності, деяке «опредметнення» – пошук форми, кольору, фактури образу, який змог би в подальшому змінюватись. Це і буде нашим першим анімаційним персонажем, якого можна зробити індивідуально, можна – в групі, тоді актуальності учасників в групі будуть зіткнутись між собою, змінюватись, перетворюватись в щось інше у неперервному русі.

Наступним кроком є **усвідомлення**, усвідомлення негайне, яке в гештальт-терапії називають «awareness». Ми використаємо цей термін для того, щоб краще позначити його відмінність від терміну «consciousness», іншої форми усвідомлення, що вказує скоріше на рефлексивну свідомість, на мислення й т.д. «Awareness» – форма усвідомлення, яка є одночасно й руховою, і сенсорною, інтегруюча сукупність усіх показників поля. Можна було б сказати, що це усвідомлення є негайним та імпліцитним знанням [2]. Прагненню вповільнити та розгорнути процес усвідомлення відповідає покадрова зйомка, яка відбиває стан «тут і тепер», фіксуючи в картинці–кадрі. Учасник та автор цього процесу, підозрює, але ще не усвідомлює, в яку рухову композицію будуються його внутрішні зміни. Безумовно, в нього є якийсь намір, інтенція, але чи відповідає вона його змінам – невідомо [3]. І ми зіткаємось з першими механізмами заперечення – бажанням прискорити процес оживлення, зробити своєрідний «монтаж», пропустити певні етапи руху персонажу. Але саме закони анімації не дозволяють цього зробити – в секунді 24 кадри, око людини фізіологічно спроможне сприйняти рух, якщо знімають 12 кадрів в секунду. Зйомка 6 кадрів в секунду буде сприйматись глядачем як окремі статичні картинки. І це тільки початок, далі розуміння того, що рухи нерівномірні – вони мають прискорення, уповільнення, зупинку–статику. Будь-який

рух відіграється та приміряється на себе, та поволі починаєш розуміти метафору внутрішньої анімації, виділяти «кадр» психічного життя.

Ми дозволили собі в дуже вільній та узагальненій формі порівняти між собою особистість як психічний конструкт та анімацію як мистецтво (табл. 1):

Таблиця 1

Порівняння особистості та анімації

<i>Особистість</i>	<i>Анімація</i>
awareness як умова розвитку	головна одиниця вимірювання – кадр
психічні автоматизми, стереотипи, сценарії	сюжет, сцена сценарій
Розвиток	Рух
інтегрує внутрішні психічні структури, внутрішні структури та навколишнє середовище	інтегрує окремі види мистецтва: художню творчість, музику, рух, літературу

І ось, нарешті, наші старання перетворені на невеличкий фільм та наступає етап його сприймання. Результат завжди несподіваний – персонажі рухаються чи то надто швидко, чи то надто повільно, деякі задуми взагалі не видно. Хотіли вдарити – вийшло торкання, хотіли впевнений рух – вийшло метушіння... деякі учасники навіть починають пояснювати – я хотів зовсім іншого. Але це і є момент прийняття *відповідальності* за результат своїх усвідомлень, інтенцій, за самовираження та власний розвиток.

Анімаційний фільм відкриває можливість створення динамічного світу з персонажами, що рухаються, за допомогою простих засобів. Створення мультиплікації можна представити наступною схемою: емоції – засоби вираження – засоби втілення. Саме тому робота мультиплікаційними засобами втілення студії безпосередньо працює з *емоційною сферою*. Це той ресурс, який дозволяє створити таких різних цікавих персонажів, а з іншого боку – проявити себе, риси своєї особистості, тобто має гармонізуючу дію.

Опановуючи техніки мультиплікації, роблячи спроби на знімальному майданчику, коли за годину можна зняти кілька секунд, учасники студії відкривають для себе та захоплюються саме процесом створення. Процес створення мультфільму виявляється не менш цікавим, ніж результат, оскільки група учасників (діти і дорослі) вчиться разом фантазувати, проявляти себе.

У будь-яких сферах соціального життя цінується продукт. Сучасне навчання й виховання будується саме за даним принципом: є деякий кінцевий результат у вигляді оцінки, конкретної дії й т.д., тобто деякий



**критерій соціальної ефективності**, поза досягненням якого всі попередні дії людини цінуються мало або **знецінюються** зовсім [4]. Творчість у цьому випадку не виключення. Усе – від одиначної творчої дії, до розгорнутого в часі творчого процесу пронизано очікуванням **конкретного продукту**. Традиційний творчий розвиток припускає навчання технічним прийомом і шаблонам, які формують певний стереотип сприймання та мислення, що сковує індивідуальний творчий прояв.

Організовані дитячою студією майстерні доводять, що технічна сторона мультиплікації за умови сучасних технологій (комп'ютер Apple, цифрова фотокамера Canon) проста та доступна, тому цікавить починає загадковий рух персонажів, навколишнього світу, самого себе.

Література:

1. *Перлз Ф.* Внутри и вне помойного ведра: Радость. Печаль. Хаос. Мудрость: Пер. с англ. – М.: Изд. Ин-та Психотерапии, 2005. – 400 с.
2. *Робин Ж.М.* Гештальт-терапия. – М.: МГИ, 1998. – 200 с.
3. *Веккер Л. М.* Психические процессы: В 3-х т. – Т. I. – Л.: ЛГУ, 1974–1981. – С. 278–295.
4. *Лук А.Н.* Мышление и творчество. М.: Наука, 1976. – 128 с.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РИСУНКА В ПСИХОДРАМЕ И ДРУГИХ МЕТОДАХ ДЕЙСТВИЯ

*Горноста́й Па́вло Петро́вич,*

*кандидат психологических наук, зав. лаб. психологии малых групп  
и межгрупповых отношений, Институт социальной и политической  
психологии АПН Украины (Киев)*

Психодрама, как отмечают многие специалисты, имеет большую «методологическую терпимость», т. е. легко сочетается со многими практическими методами и подходами, о чем автор уже неоднократно писал [2, 3].

Сочетание психодрамы и арттерапии базируется на представлении о **катарсисе**, который является необходимым атрибутом психологического воздействия практически всех видов искусства, прежде всего – театральной практики. Одним из таких синтетических жанров психодрамы и арттерапии является драматерапия [4]. Катарсис – это один из основных механизмов **экспериментальных** психотерапевтических методов, к которым относятся психодрама и арттерапия [см. 5].

Использование арттерапевтических методов в психодраме весьма обширно. Остановимся только на некоторых примерах использования рисунка в психодраматической работе.

**Упражнение «Рисунок себя»** («Автопортрет»). Цель упражнения – прояснить отношение к себе, обнажить проблемные области. Пример таких проблемных областей: **отношение к собственному телу** и отдельным его частям (это проявляется в закрытости, недостаточной прорисовке, отсутствии части фигуры, например, нижней); **«запрет телесности»** (телесной чувственности, иногда сексуальности); прояснение эмоционального состояния, связанного с отношением к себе (проявляется в использовании цветов, характере линий общей композиции и т.д.). «Автопортрет» – это, пожалуй, наиболее популярное упражнение в самых разных подходах. Можно привести пример использования этой техники в синтезе символдрамы и арттерапии с элементами психодрамы [см. 1].

**Упражнение «Рисование маски»** (обычно – парный рисунок на двух сторонах листа – маска и ее изнанка). Чаще всего используют такой вариант заданий для двух рисунков: «Каким я себя хочу видеть, и каким я не хочу себя видеть»; иногда – «Каким я себя вижу, и каким меня видят окружающие». Упражнение дает возможность прояснить: «Реальное Я» – то, каким я себя вижу; «Рефлексивное Я» – то, каким меня видят другие; «Идеальное Я» – каким бы я хотел быть; «Теневое Я» – каким я не хотел бы быть.

**Упражнение «Маска на лице»**, изображаемая с помощью профессионального грима. Эта работа выполняется в парах – участники рисуют маски друг другу, используя художественные образы, метафоры и другие символы. Можно изображать множество характерных элементов: усы и бороду, румянец на щеках, синяки под глазами, морщины, слезы и т.д. Можно менять форму губ, бровей, разрез глаз. Цвет играют не такую важную роль, как в автопортрете, набор цветов здесь более ограничен, приближен к естественному спектру, но все же оттенки могут передавать тончайшие нюансы характера человека. Упражнение «Маски» – это активное воздействие на эмоциональное состояние человека, смелое экспериментирование с имиджем, примеривание на себе разных ролей человека, в том числе и латентных и теневых.

Вообще – в психодраме можно рисовать все, что угодно. Возможности здесь просто безграничные. Рисунок здесь чаще всего используется как сильный разогрев, обостряющий актуальные темы, которые затем прорабатываются в процессе драматизации. Однако, такое упражнение, как «Маски из грима» – это уже начало самого действия, это истинный синтез психодрамы и выразительных изобразительных средств.

После рисования обычно устраивают шеринг, в котором участники делятся впечатлениями, переживаниями и новым опытом, полученным в этом упражнении. Часто участники во время шеринга непосредственно формулируют свои темы и обнаруживают желание играть. Бывают, что в

шеринге возникают сильные чувства – слезы, реакции гнева, обиды. Это свидетельствует о разогретости темы и готовности участника к игре.

Психодраматическая игра, следующая вслед за арттерапевтическим разогревом, может не отличаться от классической психодрамы и завершается обычным шерингом. Реже, но все же используют рисунок и в заключительной части психодраматической сессии для рефлексии чувств и мыслей, отреагирования возникших и не до конца выраженных эмоций.

Из всего сказанного можно сделать вывод, что синтез психодрамы и арттерапии не только допустим, но является очень плодотворным и результативным. Вообще, современная психотерапия не может оставаться в рамках методически чистых классических канонов. Нет ни одного метода, который не заимствовал бы техники из других направлений, и элементы которого не содержались бы в других подходах. По глубокому убеждению автора, чем богаче методический арсенал психотерапевта, тем более широкий спектр задач и проблем он в состоянии решать.

#### Литература:

1. *Вознесенская Е. Л.* Кто Я? Что Я? Только лишь... (опыт сочетания символдрамы и арт-терапии в работе с образом Я) // Психодрама и современная психотерапия. – 2004. – № 1–2. – С. 126–135.
2. *Горностай П. П.* Интегративные модели в современной психотерапии // Наука і освіта. – 2004. – № 8–9. – С. 83–86.
3. *Горностай П. П.* Из дебрей жизненного сценария, или Трансактная психодрама // Психодрама и современная психотерапия. – 2005. – № 2–3. – С. 94–98.
4. *Драматерапия* / Пер. с англ. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. – 320 с.
5. *Шайффеле Э.* Катарсис: От Аристотеля до Морено и Боала // Психодрама и современная психотерапия. – 2005. – № 1. – С. 5–23.

## О ТЕАТРЕ PLAY-BACK

*Грабская Ирина Адамовна,*

*кандидат психологических наук,*

*старший консультант «Хадсон Глобал Ресорсез» (Киев)*

***История создания жанра Play-back.*** Театр Play-back [Плэйбэк] – это театр импровизации. В нем актеры играют чувства, истории, которые рассказывают зрители. Этот жанр был создан американским драматургом и психотерапевтом Джонатаном Фоксом. Его труппа за 30 лет работы выступила во многих странах на всех континентах. Сейчас Джонатан Фокс проводит обучающие семинары, и благодаря этому жанр Play-back быстро распространяется по всему миру. В настоящее время организовано международное сообщество профессионалов, которые работают в

этом жанре, создан его сайт, о театре Play-back написано несколько монографий, постоянно публикуются статьи.

***Play-back в нашей стране.*** В нашей стране этот жанр появился благодаря Ассоциации психодрамы, которая организовала специальные тренинги по Play-back в рамках обучения психодраме. Психодрама – это один из наиболее эффективных методов групповой психотерапии, базирующийся на театрализации, ролевой игре, драматическом самовыражении личности. Ассоциация психодрамы объединяет квалифицированных психологов и психотерапевтов, работающих в учебных, научных учреждениях, осуществляющих практическую психологическую деятельность в социально-психологических службах, на телефонах доверия и тому подобное. Члены Ассоциации являются авторами многих научных трудов по психологии – монографий, учебных и методических пособий, научных статей. Ассоциация психодрамы развивает жанр Play-back, в ее рамках существует две труппы театра. Обучающие семинары для нашей труппы проводили признанные специалисты – Кьш Дьордь Адам (Венгрия) и Карин Гислер (Швейцария). Оба они создали свои труппы и работают более 10 лет в этом жанре. Цюрихский театр Play-back в 2005 году гастролировал в Киеве в рамках фестиваля «Київ Травневий». Наша труппа участвовала в международном фестивале театров Play-back в Будапеште (2003 год.), выступала на международных научных конференциях. Она также дает открытые выступления для публики.

#### ***Цели нашего театра:***

- развитие и распространение театра Play-back на Украине;
- создание уникального психодраматического театра;
- совершенствование мастерства участников труппы;
- формирование команды единомышленников.

#### ***Принципы построения театра:***

- свобода творческого самовыражения;
- добровольность участия;
- равенство прав всех членов труппы;
- инициатива и ответственность каждого члена труппы.

***Чем интересен жанр Play-back.*** Театр Play-back интересен зрителям потому, что в нем представляют их собственные жизненные ситуации, проблемы и переживания. Зритель, увидев свою историю на сцене, преобразованной актерами, может лучше разобраться в своих переживаниях, пересмотреть отношения со значимыми людьми, наметить важные жизненные перспективы. История, рассказанная одним человеком, задевает также и весь зал, вовлекает в переживания и размышления. Особое значение этот театр имеет для людей, находящихся в сложных жизненных ситуациях. Поэтому труппы театра Play-back проводят много спе-

циальных выступлений для общественных организаций, которые занимаются проблемами социально уязвимых слоев населения.

**Как проходит выступление.** Представление начинает ведущий. Он вовлекает публику в диалог, предлагает зрителям поделиться своими чувствами и жизненными историями. Актеры на сцене выслушивают то, что рассказал зритель, и представляют его историю в действии. Однако представление – это не отражение сказанного, актеры импровизируют, используя разные театральные приемы, созданные в рамках жанра Play-back. Например, история может предстать как спектакль, в котором актеры играют участников рассказанного сюжета. Ведущий помогает выбрать актеров на роли действующих лиц истории. При этом в пьесе разыгрываются роли не только людей, но и животных, а то и предметов. Важно выразить смысл и эмоциональный фон истории так, чтобы она была интересна зрителям. В другой технике, например, актеры могут показать отдельные переживания, пользуясь только пластическими средствами. Противоречивые чувства могут воссоздаваться как взаимодействие нескольких актеров. В этом жанре много выразительных средств, среди которых важное значение имеет музыка. Музыкант подбирает музыку, импровизирует на тему истории, которая созвучна рассказу зрителя.

Театр Play-back включает разноплановые жанры – в нем есть место и драме, и трагедии, и комедии. Этот театр максимально приближен к зрителю, его чувствам и жизненной ситуации, поэтому выступление всегда эмоционально насыщено и вызывает живой отклик зала.

## **ЗЕРКАЛЬНЫЙ МИР РИСУНКА**

*Гундертайло Юлия Даниловна,*

*психолог, арт-терапевт,*

*член Правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Мастер-класс является презентацией авторского учебного курса **«Рисунки в психологическом консультировании и психотерапии»**, направленного на развитие знаний и навыков в этой области. Как известно, рисунок широко используется во всех сферах психологической и психотерапевтической работы, однако почти нет спецкурсов и тренингов, способствующих грамотному использованию этого универсального инструмента.

Рисунок завораживает нас своей глубиной и многогранностью. Мы часто используем его и как средство диагностики, и как средство терапии. Но умеем ли мы заглянуть в это зазеркалье и правильно расшифровать послание от бессознательного к сознанию?

Какие основные принципы работы рисунка в терапии? Что важно учитывать при работе с рисунком? Как использовать материал рисунка

для развития личности клиента? Какие меры безопасности следует соблюдать в этом процессе?

Мастер-класс будет полезен:

- тем, кто использует рисунок в работе только интуитивно;
- тем, кто преподает психологическое консультирование и психотерапию;
- тем, кто обучается на психологических специальностях;
- тем, кто стремится к самопознанию.

## **ИГРОВАЯ МЕТОДИКА «МЕТАФОРА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ»**

*Гуцол Светлана Юрьевна,*

*кандидат психологических наук,*

*доцент кафедры психологии и педагогики*

*НТУУ «Киевский политехнический институт» (Киев)*

Метафора является одной из форм кодирования и передачи человеческого опыта. Обладая способностью проникать в область бессознательного, метафоры активизируют потенциальные возможности личности. В процессе психотерапии они стимулируют сознательный и бессознательный внутренний поиск клиента и терапевта, предоставляют широкий ряд индивидуальных реакций, уменьшают сопротивление принятию новых идей, указывает на разнообразие неуловимых мыслительных процессов. Тексты в широком смысле (рисунки, музыка, игры, упражнения и пр.), порождаемые во время общения психолога и клиента, сами являются метафорами.

Игровые метафоры описывают семантическое движение, перенос, распределение или соединение смыслов, благодаря своей многогранности и многоуровневости поддерживая совместный групповой процесс активизации личностных изменений.

Мастерская предлагает оригинальную игровую метафору психотерапевтического взаимодействия, которая представляет собой последовательность заданий, выполнение которых становится процессом, стимулирующим творческое самовыражение ее участников, обеспечивающим включение новых ресурсов в психотерапевтический контекст.

В процессе моделирования определенных ситуаций выделяются метафорические аспекты личностных реакций участников игры, которые трансформируются, обогащаясь групповым метафорическим опытом.

Возможности игры позволяют каждому участнику исследовать потенциал терапевтического взаимодействия, самостоятельно поэкспериментировать с поиском новых креативных форм.

## **АФРИКАНСКИЕ МОТИВЫ**

*Дутка Светлана Викторовна*

*психолог, арт-менеджер*

*Центра реабилитации детей-инвалидов «Будущее» (Одесса)*

Одесский областной благотворительный фонд реабилитации детей-инвалидов «Будущее» был создан в 1996 году для медицинской, психологической и социальной реабилитации детей-инвалидов. За период работы была оказана помощь свыше 13 500 больным детям с патологией опорно-двигательного аппарата и центральной нервной системы. Вся медицинская помощь предоставляется детям **бесплатно**, независимо от места их проживания.

Центр является общественной некоммерческой организацией и существует за счет средств, которые поступают в виде финансовой и другой помощи граждан и организаций.

Цель занятий – сформировать моторную и психологическую базу для овладения рисованием, обучить ребенка адекватной позе во время рисования, развить общую и мелкую моторику, зрительное восприятие, пространственную ориентировку, а также сформировать правильный захват и удержание карандаша.

Для снижения тонуса мышц используются приемы Фелпса, основанные на принципах Шерингтона, упражнения по обучению самомассажу кистей и пальцев рук, осуществляющих мелкую моторику, а также упражнения на формированию направленности позы пальцев, точнее – произвольного отведения и приведения пальцев.

Для включения ребенка в работу необходимо использовать различные художественные хитрости. Мозаика, коллаж, отражения, рисунки восковой свечей, монотипии и отпечатки – не только развивают воображение, но и создают уверенность в своих творческих способностях. Придумывание названий полученных композиций помогают развитию образного мышления.

Упражнения, подключающие к работе менее сохранную руку. Рисунки на влажной, мятой бумаге цветными пятнами. Использование в работе фольги. Этот материал удобен – с его помощью легко создавать различные формы. Работа с пластическими материалами для ребенка с нарушенной манипулятивной деятельностью полезна для активизации дея-

тельности кистей рук. Все задания направлены на распознавание различных эмоциональных состояний. В работе мы используем и танце-двигательную терапию, театральные занятия и работу с лабиринтом.

Лабиринт – это карта собственной души. Путь по лабиринту – увлекательнейшее путешествие, которое является поддержкой в трудном пути преодоления, который стоит перед каждым ребенком, проходящим лечение в Центре.

Цели мастер-класса, предлагаемого на конференции:

- **Воспитательная** – развитие у детей фантазии и умения применять ее в целях улучшения эмоционального состояния, развитие коммуникативных навыков.
- **Когнитивная** – расширение знаний об окружающем мире, обычаях разных народов.
- **Лечебно-профилактическая** – развитие двигательных навыков, мелкой моторики рук, коррекция эмоционального состояния.
- Отработать навыки выражения и распознавания различных эмоциональных состояний.
- Научиться осознавать чувства и анализировать свои телесные ощущения, мысли и образы.

**Материалы:** таблица эмоциональных состояний, краски, мелки, крупа, ткань, глина. **Ход работы** на мастер-классе:

- Введение в атмосферу занятия. Чтение африканской сказки.
- Предлагается для прослушивания этническая африканская музыка.
- Упражнение «Африканский оркестр».
- Инструкция: Представьте себе, что вам предстоит побывать на первобытной охоте;
- Упражнения по снижению тонуса мышц, самомассаж кистей и пальцев рук;
- Распределение основных ролей между участниками.
- Упражнения «африканские пляски»
- Таблицы эмоциональных состояний, выбор эмоции
- Рисунок маски на заготовке (Коллаж, аппликация)
- Рассказ от имени маски
- Лепка маски из глины
- Нарисовать восковыми мелками то, что представилось в образе.
- Завершающий переход – медитация.
- Подведение итогов занятия.



## **ОСОБЕННОСТИ ДЕТСКОГО ВОЗРАСТА И ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ЦВЕТА»**

***Ещенко Наталия Александровна,***  
*ассистент кафедры дизайна интерьера и мебели*  
*Киевского национального Университета технологий и дизайна,*  
*член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Психология цвета основана в начале 19 века Й.-В. Гете. Однако до сих пор редко встречаются глубокие и обоснованные советы по использованию цвета в окружении детей. Распространены утверждения общего характера: «красный цвет возбуждает, зеленый – успокаивает», которые на первый взгляд кажутся логичными, но, если речь идет о детях, не подтверждаются практикой. Систематическое изучение этого вопроса необходимо, поскольку неправильное использование цвета может нанести огромный вред развитию ребенка. В ходе мастер-класса предлагается принять участие в практическом освоении навыков различения оттенков цветов, соответствующих цветовосприятию детей.

Вниманию участников будут предложены живописные упражнения, демонстрирующие различие и особенности цветовосприятия детей первого и второго семилетия, будет предоставлена возможность проследить развитие восприятия цветов от рождения до периода пубертата. Опираясь на основные особенности разновозрастного цветовосприятия, рассматриваются терапевтические свойства разных видов цвета.

Цвет в окружении человека предстает в трех видах: цвет природных материалов, цвет красителей и цветной свет. Они по разному воспринимаются в разном возрасте. Они также по-разному передаются в различными художественными техниками и материалами. В ходе мастер-класса рассматривается, какие художественные материалы будут способствовать гармоничному отражению различных видов цвета, чтобы в дальнейшем сознательно использовать свойства этих материалов на терапевтических сеансах с применением арт-терапии.

Мастер-класс рассчитан на практикующих психологов и терапевтов, работающих с детьми и применяющих методы арт-терапии.

Количество участников: 10 людей + «аквариум».

*Матеріали майстер-класів та творчих лабораторій*  
**ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ  
МЕТОДАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ: МЕТОДИКА  
«ПСИХОЛОГІЧНІ ВИМІРИ ПРОФЕСІЙНОГО «Я»**

*Злочевська Людмила Степанівна,  
науковий співробітник Інституту психології і педагогіки професійної  
освіти АПН України, психолог, арт-терапевт, кінезіолог,  
член ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ).*

У майстер-класі візьме участь до 25 осіб.

Методика апробована і використовувалась у профорієнтаційній роботі із старшокласниками, учнями ПТНЗ, студентами.

***Теоретичне обґрунтування використання методики.***

Із впливом гуманістичного підходу зв'язують поширення так званих креативістичних уявлень про арт – терапію. У системі цих уявлень одним із центральних є поняття творчості, що означає реалізацію потенціалу особистості в різних видах діяльності. Однією із основних задач використання методів арт – терапії є вільне вираження особистістю своїх почуттів, думок, станів з переважною опорою на невербальні канали комунікації, для того, щоб віднайти власний спосіб і стиль творчості, розкрити свої здібності і можливості, сформувати ставлення до себе, визначити майбутнє. Це сприяє знаходженню особистістю більш аутентичного сприйняття реальності і самої себе.

Вплив образотворчої діяльності на розвиток особистості вивчається фахівцями різних профілів: філософами, психологами, педагогами, художниками та ін.

Метод арт-терапії має певні переваги порівняно з іншими методами. Насамперед – це можливість кожної людини, незважаючи на вік, стать, рівень освіти, приймати участь у арт-терапевтичній роботі. Арт-терапія – це засіб невербального спілкування, який дає змогу свої переживання, почуття, роздуми, життєві ситуації розглянути і висловити символічною мовою, яка є однією з основ образотворчого мистецтва. Використовуючи арт-терапевтичні методи у роботі з учнівською молоддю з метою професійного самовизначення, ми бачимо як образотворча діяльність створює своєрідні «мости», які допомагають віднайти той особистісний творчий шлях, який приводить до суттєвих змін у пошуках професії. Активізуючи і збагачуючи комунікативні можливості людини, арт-терапія сприяє створенню нових моделей спілкування, покращує міжособистісну взаємодію.

Методика ***«Психологічні виміри професійного «Я»*** у роботі з учнівською молоддю відкриває широкий простір для створення нових форм у профорієнтаційній роботі. ***Мета:***

- Визначити професійну направленість, з'ясувати інтереси і ставлення до професійного вибору.
- Оцінити малюнок з точки зору виявлення творчих та пізнавальних здібностей, визначити рівень мотивації до професійного вибору.
- Активізувати усвідомлені та неусвідомлені асоціації.
- Виявити емоційний стан учасника з метою подальшого аналізу та обговорення.

**Техніка виконання.** Кожному учаснику для індивідуальної роботи надається аркуш паперу А4, кольорові олівці, фарби, фломастери (за вибором учасника) і пропонується намалювати за допомогою символів і абстракцій своє професійне майбутнє.

Використовуючилюбий стиль зображення і різні художні можливості, тобто, фарби, лінії, форми, створіть малюнок з відображенням вашого ставлення і бачення професійного майбутнього.

Учаснику можна запропонувати дати назву своєму малюнку.

Далі учаснику пропонується зробити аналіз свого малюнка, розглянути своє професійне «Я»:

- чи проявлене воно на малюнку;
- чи є конкретне бачення професійного простору;
- які почуття і емоції відчуває учасник;
- виявити мотивуючі чинники професійного вибору.

## **БАГАТСТВО: МРІЇ ЧИ РЕАЛЬНІСТЬ?**

**Конашкова Алла Владимировна,**  
*арт-терапевт, директор Центру психології «KAVIS»,  
член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Київ)*

**Мета** майстерні: дослідити сферу відносин людини і багатства.

У нас, нащадків репресованих і розкулачених, а також революціонерів і комуністів часто присутній глибокий несвідомий страх перед грошовим достатком. Ми не можемо навіть мріяти про те, що нам хочеться з матеріальних благ і несвідомо робимо усе, аби не стати власниками, акціонерами – людьми, що живуть на прибуток від капіталу. Ми глибоко впевнені, що кожна копійка має бути здобута потом і кров'ю. Однак у нас є все, що необхідно, щоб позбутися цих страхів та упереджень, котрі дісталися нам в спадок з буремних років ХХ століття.

Майстер-клас пропонує усім бажаним зануритися в глибини власних переживань з приводу багатства та дослідити цю сферу.

У роботі будуть використані елементи казкотерапії, арт-терапії та методу Хеллінгера.

Майстер-клас буде корисний для тих, хто:

- прагне бути і розумним і багатим;
- хоче навчитися мріяти і реалізовувати власні мрії;
- має бажання позбутися страхів і обмежень щодо багатства.

## **ИССЛЕДОВАНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ТАНЦЕ, ДВИЖЕНИИ, ПРИКОСНОВЕНИИ**

***Костевич Вероника Сергеевна,***

*магистр психологии, танц-терапевт,*

*член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Как важно уметь устанавливать и поддерживать межличностные отношения в нашей жизни – личной и профессиональной. Мы рождаемся в отношениях и проживаем в них жизнь. Эти отношения и формы поведения в них выстраиваются на опыте множества контактов. Мы контактируем каждый день с разными людьми: знакомыми и незнакомыми, с такими, которые кажутся нам приятными и наоборот. С кем-то мы легко идем на контакт, кто-то вызывает у нас сопротивление, смущение; с кем-то мы открыты, а с кем-то замкнуты. Возможно, иногда мы спрашиваем себя: «Почему так происходит?». Почему кто-то легко находит общий язык со всеми, а кому-то сложно завязать отношения с кем бы то ни было? Почему иногда у нас возникают сложности в выстраивании отношений с людьми противоположного пола?

Данная мастерская, предполагает исследование следующих тем и вопросов: как мы завязываем отношения, как долго они существуют, какую роль, чаще всего, мы занимаем в межличностных отношениях, и какую нам бы хотелось занять, как мы устанавливаем контакт с другим человеком, как разрываем его, насколько мы открыты в контакте с другими людьми, как изменяется наше поведение от той ситуации, когда мы одни, до той – когда мы вступаем во взаимоотношения с другими людьми. Кроме того, при исследовании межличностных отношений поднимаются темы доверия, лидерства, эмпатии, конфликтов и др. У нас есть возможность поэкспериментировать в исследовании этих тем, приблизиться к осознанию и соответственному изменению своих поведенческих реакций в межличностных отношениях.

О важности исследования связи личность – социальное окружение, соответствующем взаимовлиянии, межличностных отношений и коммуникации много говорили и писали как отечественные, так и зарубежные психологи (Б.Ф. Ломов, И.С. Кон, Г.М. Андреева, Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, Д.В. Джонсон, Д.Майерс и др.). С детства мы находимся в определенной

социальной среде, с определенными системами отношений, которые влияют на формирование нашего поведения в межличностных отношениях. И только со временем, обретая не только социальную, но и личностную идентичность, осознавая свои сложившиеся стереотипы поведения, мы можем сознательно изменять их в сторону большей эффективности и гармоничности, влияя на выстраивание наших межличностных отношений.

Категория отношений стала центральной в теории В.Н. Мясищева, в которой делается акцент на важности изучения «отношений человека или человеческих отношений» [1, с. 95–105]. Автор отмечает следующие важные моменты человеческих (межличностных) отношений: дифференцированность, разнообразие; различие объектов отношений по знаку: положительный, отрицательный; устойчивость, стабильность – изменчивость; возможность быть осознанными и соответственно измененными. Теория Мясищева послужили базой для работ в сфере исследования отношений известному российскому практику танцевально-двигательной терапии Т.А. Шкурко. Она базирует свою практическую работу на социально-психологическом подходе к танцу, где делается акцент на его коммуникативной природе и рассмотрении танца как отношения – к миру, другому человеку [3].

Акцентируя внимания на методах танцевально-двигательной терапии, используемых в работе с темой межличностных отношений, следует отметить следующие:

- метод контактной импровизации (созданный С. Пэкстоном изначально как результат поиска новых возможностей в танце);
- танцевальная импровизация;
- целенаправленный выбор музыки;
- ритмическая групповая активность;
- экспериментирование с движением и прикосновением;
- целенаправленный выбор темы танцевальных упражнений и др.

Именно эти методы и будут использованы в данном мастер-классе, выстроенном в парадигме танцевально-двигательной терапии.

Участие в группе дает возможность исследования темы наших отношений и контактов с другими людьми, дает возможность поэкспериментировать с этой темой в танце, движении, прикосновении.

#### Литература:

1. Психология личности в трудах отечественных психологов / Сост. и общ. редакция Л.В. Куликова. – СПб.: Питер, 2001. – 480 с.
2. Суриц Е. Я. Балет и танец в Америке: Очерки истории / Гос. Институт искусствознания Мин. культуры и массовых коммуникаций РФ; Ин-т танца (Екатеринбург). Екатеринбург: Изд-во Урал. Ун-та, 2004. – 392 с.

3. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб.: Издательство «Речь», 2003. – 192 с.
4. Грёллунд Э., Оганесян Н.Ю. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2004. – 228 с.

## **РАБОТА С ГОЛОСОМ В ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИИ**

***Котеленко Елена Юрьевна***

*психолог-консультант, танцовщица, хореограф, танце-терапевт, преподаватель обучающей программы по танцевально-двигательной терапии (ТДТ) в Институте практической психологии и психоанализа и в Институте психотерапии и клинической психологии, Президент Ассоциации танцевально-двигательной терапии (с 2003 г.), координатор региональных обучающих программ по ТДТ (Москва, Россия).*

Человеческий голос от природы обладает силой и красотой. Признаками здорового голоса являются широта диапазона, чувствительность, чистота и теплота тона. Такой голос обладает жизненным ресурсом, творческой энергией, способной помочь преодолеть трудности, разочарование и боль.

Почему, в какой-то момент, наш голос перестает нормально «работать», перестает нас радовать и приносить удовольствие? В процессе развития человек сталкивается с различными препятствиями, многие из которых очень сильно влияют на природу голоса. Как правило, эти препятствия носят психофизиологический характер. Культурно-социальная среда со своими правилами и установками, в которой растет и развивается ребенок, психологические и физические травмы. Все это влияет на формирование тела и личности человека, его привычек и образа жизни. Тело зажимается, формируется неправильная осанка, сильный контроль над дыханием и мускулатурой, накапливается напряжение в резонаторных мышцах, ответственность за звук ложиться на тонкие мышцы гортани и артикуляционную систему, которые к этому совершенно не предрасположены. Все это лишает звук силы, чистоты и ясности. Тело живет в постоянном напряжении и перестает помогать голосу жить.

Голос развивается и приобретает силу вместе с развитием человеческого организма. Так же, как и движение, он является прямым выражением человеческого существования, тонких моментов человеческого бытия. Чтобы не потерять связь со своей сущностью, со своей природой, необходимо все время быть в контакте со своим голосом, возвращаться к природе звука.

Мастер-класс будет проходить в два этапа:

1. Теория: «Влияние телесных (врожденных и приобретенных) и эмоциональных состояний человека на качество его звучания».

2. Практика: «Работа с телом и дыханием как опорными структурами голоса. Нахождение определенных телесных и двигательных ощущений, которые способствуют формированию и раскрытию качественных характеристик голоса».

Программа построена на базовых принципах работы с телом и дыханием, используются техники обертонового и фольклорного пения, элементы контактной импровизации и ТДТ. Участникам мастер – класса необходимо быть в удобной одежде и обуви.

## **«МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ РАЗ...»: ИГРОВАЯ И АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА С ЭМОЦИЯМИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ».**

*Латуненко Юлия Евгеньевна,  
практический психолог детской клинической больницы №9, гештальт-  
консультант, член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Концепция мастер-класса, проведенного в рамках Междудисциплинарной научно-практической конференции с международным участием (м. Київ, ЦППО АПН України, 2–3 березня 2006 р.).

Центральная задача этого мастер-класса – показать способы формирования у детей эмоциональной децентрации. Согласно Г.М. Бреславу (1990) под эмоциональной децентрацией понимается способность индивида воспринимать и учитывать в своем поведении состояния, желания и интересы других людей. При нормальном ходе формирования личности эта способность появляется к концу дошкольного возраста. Нарушения в её формировании могут привести прежде всего к трудностям в общении со сверстниками и взрослыми.

Помимо центральной задачи необходимо выделить и дополнительную, не менее значимую задачу, – показать метод профилактики и работы с психосоматическими заболеваниями.

К причинам возникновения психосоматических заболеваний относятся слабую дифференцированность эмоциональной сферы, недостаточную рефлексивность, а также запрет на внешнее проявление негативных эмоций (страх, гнев и т.д.). Для того чтобы снизить риск возникновения в будущем психосоматических заболеваний у детей, необходимо привлекать их внимание к эмоциональному миру человека, учить их выражению и распознаванию некоторых базовых эмоций.

Определим центральное понятие данной методики – понятие эмоций. Имеется широкий диапазон научных точек зрения на природу и зна-

чение эмоций. Мы же будем опираться на теорию фундаментальных эмоций К.Е. Изарда (1980), согласно которой эмоции рассматриваются как основная мотивационная система человека, а также как личностные процессы, придающие смысл и значение человеческому существованию. Изардом выделяются десять фундаментальных базовых эмоций, каждая из которых ведет к различным внутренним переживаниям и к различным внешним проявлениям этих переживаний.

**Первый этап** данной методики – знакомство детей с некоторыми базовыми эмоциями: радость, обида, гнев, страх, стыд, интерес... Для этого дети на отдельных кусочках бумаги пишут все эмоции, которые им известны и, свернув бумагу, складывают в коробку. Ведущий помогает детям.

**Второй этап** – игровой. Позволяет в непринужденной форме телесно выразить эмоции. Дети делятся на две команды, каждая из которых поочередно показывает другой эмоцию с помощью пантомимики, мимики и звуков. Команда отгадывает, какая эмоция показана оппонентом. Основой для данного действия является любимая детская игра «Море волнуется раз...».

**Третий этап** – арт-терапевтический. Позволяет в художественной форме выразить глубоко лежащие эмоции и получить внутреннюю разрядку. Данный этап заключается в рисовании контуров человеческого тела либо в полный рост, либо на листах бумаги формата А3.

Правдоподобность изображения человеческой фигуры обычно рассматривается как признак, связанный с самоидентификацией и ощущением схемы собственного тела. После того как силуэт человека нарисован, необходимо разместить в нем различные эмоции и раскрасить их в соответствующие цвета.

Анализ полученной художественной продукции представляет интерес в плане диагностики. Важно обратить внимание на общий колорит рисунка, позу человека, место расположения каждой эмоции, а также на цветовой ряд. Выбор в первую очередь коричневого, серого, черного цветов, выявляет по данным Л.Н.Собчик состояние выраженного стресса, независимо от того, чем и у кого стресс вызван. Это может быть и сверхсложная ситуация или невротическая реакция у неустойчивой личности на жизненные трудности.

**Четвертый этап** – вербализация, обсуждение рисунков. Постепенно приобретает ценный опыт и смелость исследовать и анализировать собственные доминирующие эмоции. Помощь в их осознании составляет психотерапевтический ресурс арт-терапевтической методики, поскольку именно конфликт между осознанными и неосознанными эмоциями нередко лежит в основе неврозов.



*Простір арт-терапії: образи, проблеми, ресурси*

**«В ДОБРЫЙ ПУТЬ, ЖЕНЩИНА!»**

## **ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ЖЕНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ МЕТОДАМИ АРТ-ТЕРАПИИ И РЕФЛЕКСИВНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИХ РАССТАНОВОК**

*Латуненко Юлия Евгеньевна,*

*практический психолог детской клинической больницы № 9, гештальт-терапевт, член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев),*

*Фролова Ирина Михайловна,*

*тренер, супервизор МГИ (Минск, Белоруссия)*

**Цель** мастер-класса: исследовать при помощи арт-методов и рефлексивно-диагностических расстановок развитие женской идентичности, представленной в жизненных контекстах разными гранями. В процессе работы будет сделан акцент на осознание жизненно важных событий в судьбе женщины и осмысление основных сфер её жизни: взаимоотношений с мужчинами, родителями, детьми, а также сферы работы и творчества.

**Задачей** мастер-класса является анализ представленных в жизни женщины контекстов и поиск причин отсутствия некоторых из них.

В рамках мастер-класса предполагается работа с различными материалами: краски, кисти, листы бумаги формата А3, клей, пластилин, игрушки, кусочки ткани, птичьи перья, любые другие природные материалы и все то, что сможет найти в своей сумочке женщина.

На листе бумаги, используя различные материалы и создав объемную композицию на тему: «мой жизненный путь как женщины» от рождения до настоящего момента, участницы дадут собственное название своей творческой работе. Каждая из участниц сможет «побывать в гостях» у других женщин и написать на отдельном листе бумаги ассоциативные названия для чужих работ. В кругу все ассоциации озвучиваются. В результате соотнесения с собственным названием и осмысления важных отправных точек своей жизни происходит расширение осознания. Работа направлена на получение ресурса для большего понимания своей женской судьбы, что дает возможность глубоких внутренних изменений.

О чем рассказывают фото в альбоме? Или выстроенные в ряд на полке, кем-то, когда-то подаренные сувениры, стежок за стежком вышитые салфетки на столе, любимые книги, фильмы, песни...? Чем они наполнены для нас, женщин? Какие глубокие чувства, события и люди связаны с ними?

Все, во что вложена частичка женской души, будь то уголок интерьера, с любовью приготовленное блюдо, связанный свитер, рисунок или стихотворение – отражает ее внутренний мир, ее как женщину: дочь, мать, девочку, жену – все ее ипостаси.

Кто она в тот или иной момент своей жизни? Какие события – радостные или печальные – повлияли на ее осознание самой себя как женщины? В какой момент своей жизни она споткнулась на пути и, ощутив боль, испугалась той внутренней женской силы, заключенной в ней самой? И тогда, ведомая страхом или стыдом, запретила себе право быть искренней, открытой, любимой, сексуальной и здоровой.

Возможно ли проследить историю женской судьбы и тот момент в жизни женщины, когда случилось то, что мешает в настоящий момент быть счастливой?

Любой продукт творчества поможет отправиться в далекое путешествие назад в прошлое, начиная с того момента, когда она появилась на свет, и ей дали имя.

Шаг за шагом, день за днем, она будет идти по дороге своей жизни, понимая, в какие моменты сбивалась с пути, который вел ее к зрелой женской идентичности. Поняв это и посмотрев правде в глаза, она даст имя своей женской судьбе и пойдет дальше, но не в слепую, а прислушиваясь и всматриваясь, ощущая и осознавая, становясь внимательной к себе и другим, мудрой и взрослой. И не важно, сколько лет ей сегодня: 20 или 60. Приобретая новый опыт, понимая и принимая свое тело и душу, она сможет открыть в себе женщину и больше никогда не терять ту жизненную силу, которая подарена ей самой природой.

## **УСКОРЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В УСЛОВИЯХ ЭКОФАСИЛИТАЦИИ**

*Лушин Павел Владимирович,*

*доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой прикладной психологии ЦИППО АПН Украины (Киев)*

**Об авторе.** Лушин Павел Владимирович – практикующий психолог с многолетним стажем. Сфера его научно-практических интересов – психологическая помощь людям, попавшим в критическую ситуацию. Автор более 100 научных публикаций, трех книг. В 1996, а также в 2000–2002 годах П.В. Лушин длительное время работал в США, участвуя в программах Уэйнского университета (г. Детройт, штат Мичиган) и EMDR–Института (г. Лос-Анжелес, Калифорния), Монтклерского государственного университета (штат Нью Джерси). С 2001 года П.В. Лушин исполняет обязанности консультирующего редактора двух международных научных журналов (США и Бразилия). Руководит психотерапевтической программой по социально-психологической реабилитации наркоманов и людей, живущих с ВИЧ. Лушин Павел Владимирович является создателем оригинальной психотерапевтической теории и практики, ко-

торая ассоциируется с описанным им процессом экологической фасилитации («экофасилитация»). В основе данной практики лежит оригинальная теория личностного изменения профессора Лушина.

**Что такое экофасилитация?** Это есть способ экологического и экологичного управления естественным для клиента процессом личной саморегуляции в различных контекстах, включающих педагогический и контекст «природного выздоровления». От классической фасилитации или сопровождения клиента, экофасилитация отличается тем, что психотерапевт относится к другому и к самому себе как к элементам экосистемы со своим механизмом социальной саморегуляции и развития. В результате каждая психотерапевтическая сессия имеет заметный системный оздоравливающий и обучающий эффект – не только для клиента, но и психолога, а также других вовлеченных сторон. Экофасилитация ассоциируется с созданием новой «экологии» или более здоровой жизненной и образовательной среды.

**Что такое психическое здоровье или «иммунитет» личности в практике экофасилитации?** Это процесс системного (в рамках социальной экосистемы значимых других) развития личности, который включает в себя малопредсказуемые переходы к новым жизненным возможностям человека. Психологическое расстройство, нарушение или проблема, как правило, свидетельствуют не о болезненном, а о переходном состоянии клиента на новый виток развития. Клиент психологической службы – это помощник в построении более совершенного социального устройства, психолог – «катализатор» данного процесса.

**В чем цель психологической помощи в рамках экофасилитативного подхода?** Задача психотерапевта – содействовать процессу продолжения процесса саморегуляции. Процесс психологической помощи как экофасилитации может сопровождаться так называемыми «абреакциями» или необычными, иногда радостными, а иногда болезненными реакциями как клиента, так и психотерапевта. Подобные проявления – обычно здоровая и адекватная реакция на переходный процесс выздоровления.

**Как проходит психотерапевтическая сессия и эффект ее ускорения?** Как правило, психотерапевтическая сессия включает в себя образцы индивидуальной или групповой работы. Экофасилитативная сессия зачастую обозначается автором как «управляемая метаморфоза». Поэтому практически все занятия сопровождаются інсайтами / озарениями и сильными катарсическими проявлениям у слушателей и ведущего. Личностное изменение в связи с этим рассматривается П.В. Лушиным как относительно быстрый переход экосистемы клиента к новым возможностям. Характер подобного перехода обусловлен тем, что модель саморегуляции или «природного выздоровления» субъекта содержит в себе и вре-

менной компонент, поэтому психотерапевт, как правило, имеет доступ и к управлению временем (ускорению и замедлению) психотерапевтической сессии. По наблюдениям свидетелей работы П.В. Лушина психологическая помощь даже в сложных случаях может длиться значительно короче, чем привычные 50 минут. Психотерапевтическая сессия имеет явно выраженное событийное и ритмическое содержание.

## **ЧЕЛОВЕК КАК МУЗЫКАЛЬНЫЙ ИНСТРУМЕНТ: ВОЗМОЖНОСТИ ГАРМОНИЧНОЙ НАСТРОЙКИ**

**Лысенко Н.П.**

*преподаватель музыки Вальдорфской школы и лечебно-педагогического центра «Солнечное подворье», студент международного музыкально-терапевтического семинара (Украина–Голландия–Финляндия)*

В ходе мастер-класса предлагается познакомиться с методами музыкально-терапевтической школы Голландии и Финляндии, основанными на рассмотрении человеческого организма как музыкального инструмента, а арт-терапевтическую акцию как гармонизирующую настройку, которая использует ритм, звуки, мелодию и другие музыкальные элементы.

**Основные темы** мастер-класса:

- География тела – ориентация в собственной телесности и пространстве.
- Упражнения на развитие способности ритмического восприятия.
- Упражнения с различными простыми музыкальными инструментами на основе природных материалов.

Вниманию участников будут предложены ритмические упражнения и упражнения, связанные с развитием навыков слушания, концентрации внимания, расслабления, ловкости и т.п.

Количество участников: 10–20. Инструменты предоставляются ведущим.

## **СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ БЕЗОПАСНОГО ВЫРАЖЕНИЯ АГРЕССИВНЫХ ЧУВСТВ ПОДРОСТКАМИ С ПОМОЩЬЮ СРЕДСТВ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЭКСПРЕССИИ»**

**Милоградова-Донченко Вера Васильевна,**

*психолог Святошинской гимназии,*

*член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

**Задачи** мастер-класса:

- Развитие способности подростков сдерживать агрессивные импульсы, а также находить безопасные способы для их выражения.

- Развитие умения прогнозировать последствия своих действий, совершать осознанный выбор, учитывая свои потребности и объективные условия.
- Развитие умения переключаться на самоанализ, осознание собственных агрессивных чувств, вместо того, чтобы «застревать на раздражителе».
- Осознание телесного образа Я

***Необходимые материалы:***

- краски, бумага, кисти, клей, ножницы, пластилин, пара воздушных шаров (самых простых), несколько овощей, типа картофеля, буряка, моркови (нестандартной формы);
- веточки, спички без серы или проволока, пара коробок (из-под чая, конфет и т.п.);
- пустые пластиковые бутылки (объем любой).

Описание сессии:

***Обсуждение в кругу.*** Бывает, что мы первый раз видим человека и уже ждем от него чего-то плохого в свой адрес, воспринимаем его как агрессивного, неприятного... Что делать, если тебе хочется кого-то стукнуть, если тебя кто-то очень сильно раздражает? Кто-то, не задумываясь, дает волю рукам или языку, кто-то начинает винить себя за плохие мысли, а как поступаешь ты?

***Сообщение темы.*** Сегодня у нас есть возможность в «замедленном темпе» проследить, как возникают отрицательные чувства и как их можно выражать, без причинения вреда другим и самому себе. Ведь, когда я думаю о себе: какой я плохой, если мне хочется кого-то стукнуть, я запрещаю себе чувствовать, подавляю свою жизненную энергию

***Напоминание правил:***

- уважение личного пространства и субъективного опыта, запрет на принуждение, осуждение, критику, причинение боли;
- участники вправе выбирать меру участия в групповой работе и степень откровенности во время обсуждения

***Актуализация чувств.*** Сидя в кругу, попробуйте встретиться взглядами с максимальным количеством участников. Затем предлагаю по кругу каждому сказать пару слов о себе. Желательно, чтобы это было что-нибудь неожиданное: то, чего, скорее всего, от вас не ждут услышать.

Найдите в кругу человека, чье сообщение вызвало у вас неприятные ощущения. (Если такого нет, поищите того, кто хотя бы чуть-чуть чем-то похож на человека, с которым у вас в жизни накаленные отношения). Возьмите бумагу и краски (возможно карандаши или ручку) и построй-

те зафиксировать с помощью слов или зарисовок, что вам хочется сделать по отношению к тому, кто вызывает у вас отрицательные чувства.

***Взаимодействие с «безмолвным помощником-провокатором»***

Выберите себе партнера, у которого что-то «наоборот», у которого во внешнем виде что-нибудь «не так, как у вас».

Попросите вашего помощника изобразить фигуру или некое действие – главное без слов и реальных прикосновений, – чтобы усилить ваше неприятное чувство, которое вы недавно испытали. Другими словами «подлить масла в огонь». Например, он может изобразить, как будто замахнулся, чтобы ударить по лицу, или по другой части тела. Или закрыть вам проход, или скорчить насмешливую рожу...

Ваша просьба будет понятней, если вы сможете назвать, ***какое именно неприятное чувство нужно усилить***, или хотя бы подскажете вашему помощнику, какую фигуру ему изобразить. Получив то, чего искали, возьмите бумагу и краски (возможно карандаши или ручку) и попробуйте зафиксировать с помощью слов или зарисовок, что бы вам хотелось сделать в ответ, если бы вас заделали по настоящему, в реальной жизни.

В это время тот, кто выполнял роль «безмолвного помощника-провокатора», выполняет новую роль, на этот раз «безмолвного наблюдателя». Его задача отслеживать собственные чувства и мысли по поводу всего происходящего и если захочется, он может выразить свои наблюдения – соображения на бумаге.

После чего участники меняются местами.

***Трансформация опыта.*** Возьмите обе работы, в которых вы зафиксировали свою реакцию на раздражители и на основе них создайте объемный образ персонажа, который олицетворял бы ваши чувства.

Дайте ему имя. А затем пообщайтесь с ним, повзаимодействуйте. Предлагаю вам инсценировать встречу с образом собственных переживаний. Каким может быть завершение этой встречи?

Возможно, кому-то захочется во время действия продолжать процесс творения, например, добавить к своей фигурке что-нибудь такое, чтобы из мрачной и сердитой она превратилась в смешную...

Но прежде, чем вы приступите к работе, я хочу вам сообщить две вещи:

***Первое:*** Всем хочется избавиться от неприятных переживаний. Поэтому, возможно вам захочется «бесстрашно расправиться» со своим персонажем, чтобы почувствовать себя победителем. На самом деле это ловушка: облегчение наступает лишь временно, до следующей провоцирующей ситуации.

Помните, что, совершая акт уничтожения, мы подтверждаем, что еще не готовы распрощаться со своей проблемой окончательно.

**И второе:** Спросите у себя, какие качества вы хотели бы использовать во взаимодействии с окружающими:

- гибкость, деликатность, мягкость, воздушность,
- или твердость, прямолинейность, устойчивость, смелость...

А затем выберите материалы, которые по вашим ощущениям могут помочь вам найти в себе эти качества.

**Рефлексия.** По окончании мини-импровизаций предлагаю обсудить сегодняшнее занятие. Напоминаю, что каждый имеет право сам регулировать степень своей открытости во время обсуждения.

- Можете ли назвать чувство, с которым вы сегодня работали?
- Как вы обычно поступаете, когда испытываете что-то подобное в реальной жизни?
- Какие чувства у вас возникали в роли «безмолвного помощника-provокатора» и «безмолвного наблюдателя»? Какая из них вам ближе?
- Что вы получили во время создания объемного персонажа и взаимодействия с ним?
- На кого ваш персонаж был более похож: на вас или на того, кто вас раздражает?
- Потрачено ли время сегодняшнего занятия зря? Если нет, то почему?

## **ЛАБОРАТОРИЯ: «КОМПОЗИЦИЯ КАК ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ВНУТРЕННЕЕ ПРОСТРАНСТВО»**

**Мова Людмила Викторовна,**  
*кандидат психологических наук, доцент кафедры ПВШ  
и прикладной психологии ЦИППО АПН Украины,  
руководитель танцевально-двигательного отделения  
ОО „Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)*

Как и другие виды искусства, хореография отражает социальные процессы, взаимоотношения людей. Давно известно, что зритель лучше принимает спектакли, в основе своей реалистические, живые человеческие образы, выраженные средствами хореографии, чем те постановки, где форма преобладает над содержанием или подменяет его. Зрительский состав в театре неоднороден. Это множество разных и неповторимых индивидуальностей, и именно потому здесь все время идет борьба мнений в поисках истины.

Сочетание тело-разум обладает очень большой силой. Если просто прочесть о чем-либо, то возможность владеть предметом проявится в

меньшей степени, нежели если испытать это на себе. Действие в существенной степени улучшает понимание сути предмета.

Все проявленное в этом мире имеет форму, заданную текучим сознанием. Предположим, что задана какая-то форма тела. При этом ее расположение в пространстве может быть различным. Опорными могут быть разные элементы тела. Соответственно, при этом будут получены разные энергетические результаты.

Развитие – личное дело каждого. Если Вы занимаетесь им для тех, кто, возможно, обратит внимание на ваши успехи, для престижа, для карьеры или же для одобрения ведущего занятий – это уже что-то. Но, если вдруг Вы решите заниматься для себя – это существенно улучшит Вашу ситуацию развития. Любая духовная трансформация происходит через преодоление собственных недостатков и обретение ранее недоступных качеств.

## **СПОНТАННОЕ ИСКУССТВО МЕДИТАТИВНОГО РИСОВАНИЯ КАК ПУТЬ ДЛЯ САМОРАСКРЫТИЯ И ОДИН ИЗ СПОСОБОВ ТВОРЧЕСКОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ**

*Моцак Наталия Анатольевна,  
художник-график и педагог, лауреат конкурсов  
«Учитель года – 2003» и «Таланты твои, Украина»  
(I премия, 2004 г., Гран при, 2005 г.) (Киев)*

### ***Содержание мастер-класса:***

- Творчество как сакральный акт и арт-терапия.
- Необходимые условия восприятия тонких вибраций внутреннего мира.
- Элементарные сведения по композиции и цветоведению.
- Средства графической выразительности и техника пуантилизма в графике.
- Физические и биоэнергетические упражнения.
- Концентрация на области духовного сердца и погружение в мир своей души.
- Предварительная визуализация и проявление образа средствами графики.

Предлагаемый мастер-класс является результатом моего собственного опыта художника и педагога, а также более чем 15-летней духовной практики на пути интегральной йоги. Он прошел неоднократную апробацию на международной конференции «Диалог цивилизаций» (2002 г., Москва–Черноголовка), на VI–IX Международных фестивалях «Педагогика XXI века» (2002–2005 гг., г. Одесса), в творческой мастерской «Оза-



рение» (2003 г., Киев), на I Крымском международном симпозиуме по телесно-ориентированной и арт-терапии, а также как неотъемлемый элемент авторского интегрального курса «Культура и Время» (грант Международного фонда «Відродження» 1997 г.) в специализированных художественных классах и в изостудии на базе спецшколы №287 г. Киева. Этот опыт подтверждает позитивное воздействие спонтанного рисования в состоянии глубокой концентрации при наличии предварительной настройки в резонанс с вибрациями Высокой Гармонии.

Пришло время, когда появилась потребность ответить на следующие вопросы:

Каковы необходимые и достаточные условия для того, чтобы творческий акт состоялся и был успешным?

Откуда приходит образ?

Что нам следует делать для того, чтобы мы были в состоянии увидеть, раскрыть и проявить его?

Каковы критерии успешности творческого акта (не только относительно его материального результата, но и в смысле его воздействия на саму творческую личность)?

Достаточно длительный период рефлексии по отношению к собственному творчеству, а также анализ результатов педагогической работы с детьми и взрослыми, привел к пониманию того, что необходимым условием творческого акта является настоятельная внутренняя потребность в каком-либо виде художественного творчества, причем эта внутренняя потребность является, по сути, индикатором заложенных генетически (кармически) потенциальных возможностей человека реализовать себя в данной креативной области.

Но для того, чтобы попытка творчества принесла удовлетворение автору и доставила радость ему и его зрителю, одного желания создавать явно недостаточно. Существенно важными условиями являются также:

- Владение в достаточной мере техникой и технологией в выбранном виде художественного творчества.
- Знание, хотя бы на элементарном уровне универсальных законов создания гармоничного образа. (Это знание в процессе спонтанного творчества работает на уровне подсознательного и может быть получено интуитивным путем – через озарение (у гениальных людей), либо длительную практику (у людей обычных), а также путем непосредственной передачи от учителя–мастера – ученику.
- И, наконец, определяющим моментом является способность к глубокой концентрации и погружению в свой собственный внутренний мир,

куда, собственно и приходит из Первоисточника Образ. Его предварительная визуализация – залог поистине одухотворенной работы.

Предлагаемая специальная методика позволяет независимо от возраста участников достичь с первого раза позитивного результата. Это оказывается возможным благодаря последовательной настройке всей сложной структуры человеческого существа (его физического, психического и биоэнергетического планов) – в резонанс с чистыми гармоничными вибрациями так называемой медитативной музыки (это могут быть специально подобранные образцы духовной, классической или этномызыки). Очень хороший результат получен при использовании музыки современного духовного мастера Шри Чинмоя. (О позитивном биоэнергетическом и психологическом влиянии музыки Шри Чинмоя на психофизическое состояние человека читайте в отчете об исследовании, проведенном специалистами Военно-медицинской академии на базе Санкт-Петербургского медицинского центра «МЕДИНВЕТ», 2002 г.).

Проведение целой серии мастер-классов позволяет перейти к более сложным (технически и технологически) видам художественного творчества (не только графическим), и выходить каждый раз на более высокий уровень в процессе последующей практики.

## **МУЗТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО ТРАНСФОРМАЦИИ МУЖСКОЙ ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ МОДЕЛИ (ПУТЬ К ХОЛЕРИКУ)**

*Побережная Галина Ионовна,*

*доктор искусствоведения, проф. каф теории и истории музыки  
Института искусств им. М.П.Драгоманова,  
проф. НМА им. П.И.Чайковского (Киев)*

Мастер-класс презентует часть базовой программы «НОМО UNICUS», сформированной в русле миссиональной парадигмы психиатрической и психопрофилактической помощи.

Выбор музыкально-терапевтических форм и методов для демонстрации производится в соответствии с информационно-энергетической концепцией звука, согласно которой музыкальный звук способен вибрационно-энергетически структурировать внутреннее и внешнее пространство – поле осуществления личности.

**Цель занятия:** скоррелировать существующие методы с конкретным направлением поведенческой психокоррекции – *движением к холерическому типу*. Последнее осмысливается как объективно и избирательно заданная судьбоносная задача, способная быть оптимизированной

методами музотерапии. Основой подобного осмысления является представление о человеке как существе духовном и целостном (части универсума), понимание уникальности жизненной стратегии каждой личности, взаимосвязи ее разных структурных уровней.

***Занятие состоит из этапов:***

- информационно-теоретический (излагается концепция холерического архетипа в контексте установления внутреннего энергетического баланса в человеке);
- персонально-отборочный (выделение из числа участников лиц с «холерическим» вектором личностного развития);
- демонстрационно-практический (обзор музотерапевтических средств в заявленном ракурсе);
- ситуационно-диагностический (практикум по отработке холерической поведенческой модели);
- аналитический (обсуждение результатов практикума);
- установочно-моделирующий (кристаллизация трех моделей «холерической стратегии» личности);
- итогово-констатирующий (выводы и рекомендации).

***В результате*** участники мастерской получают методику применения музотерапевтических средств для целенаправленного приобретения навыков перевоплощения и самоконтроля для реализации жизненных принципов холерического архетипа.

## **ИГРЫ НА ПЕСКЕ КАК СПОСОБ МОДЕЛИРОВАНИЯ И КОНСТРУИРОВАНИЯ РЕАЛЬНОСТИ**

***Сакович Наталья Александровна,***

*сказкотерапевт, арт-терапевт, sandplay-терапевт,  
ведущий психолог отдела прикладной педагогической психологии  
Академии последипломного образования г. Минска,  
член Белорусской ассоциации психотерапевтов,  
член Российской ассоциации Арт-терапевтов,  
член Сообщества сказкотерапевтов (Минск, Белоруссия).*

***Sandplay*** – загадочное и малознакомое для психологов и клиентов направление психотерапии. Отсюда много мифов и вопросов: «А правда, что по песочной картине можно получить профиль личности?», «А что, поиграет в песочнице и драться перестанет?», «А вы умеете на песочке гадать?» и т.п.

Технологии песочной психотерапии многофункциональны. Они позволяют психологу одновременно решать задачи диагностики, коррек-

ции, развития и терапии. Клиент же решает задачи самоосознания, самовыражения, самоактуализации, снятия напряжения и многое другое.

Работа с песком, моделирование «миров» в подносе, развивают личность психолога (клиента), создают невидимый мост между ребенком и взрослым, сближают родителей и детей.

Песок, вода и набор символических объектов являются наиболее знакомым для ваших клиентов языком и наиболее безопасной формой самовыражения.

Вам уже стало интересно? Вы хотели бы научиться ориентироваться в песочном мире своего клиента и придумывать игры, позволяющие ему решить свои проблемы?

***Цель мастер-класса: содействовать формированию профессионального видения возможностей песочной терапии в учреждениях образования и не только.***

***В чем может помочь мастер-класс?***

- Интегрировать свои представления о Sandplay.
- Научиться придумывать игры на песке под проблемы клиента.
- Освоить свои криптографические возможности.
- Выбрать наиболее адекватную для себя роль в процессе Sandplay.

***Что мы будем делать:***

- Играть в серьезные песочные игры.
- Знакомиться с символическим языком окружающего нас мира.
- Конструировать в «песочном мире» новые реальности.

## **ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ СИЛЫ ВЕДЬМЫ**

***Скнар Оксана Николаевна,***

*кандидат психологических наук, н.с. Института социальной и политической психологии АПН Украины, член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Наше современное общество, сама система воспитания в садиках, школах, а нередко и в семьях, основываются на системе биполярного оценивания: «хорошо-плохо», «положительно-отрицательно», «добро-зло» и т.д. Часто такому дихотомическому распределению подвергаются чувства, качества характера, поведенческие и эмоциональные реакции человека. Как следствие, у ребенка формируются запреты на выражение определенных чувств, эмоций (тех, которые оцениваются как негативные), которые обычно сопровождают его и во взрослой жизни. К их числу часто относится агрессия. В то же время

мало кто задумывается о том, что конструктивная, «здоровая» (адекватная ситуации по эмоциональному накалу, силе выражения, адресно направленная) агрессивность позволяет проявлять созидательную активность: овладевать новыми знаниями, отстаивать свои границы, защищать право иметь и предъявлять, воплощать в жизнь собственные желания, интересы и т.д. Одним из архетипических образов, в котором наиболее ярко и объемно представлены разные грани упомянутого выше качества, является «Ведьма».

Представленная на мастер-класс арт-терапевтическая работа является частью программы «Первозданный мужчина и Таинственная женщина», разработанной и проводимой совместно с Ю.Д.Гундертайло. Она базируется на концепции К.Г. Юнга и его последователей про Анимус и Аниму как архетипы личности [К.Г.Юнг, 1998; М. Вудман, 2005; Д. Калшед, 2001], а также на теории Т.Василец, Н. Романовой [Т. Василец, 2006] о существовании основополагающих семи женских и семи мужских функций в структуре личности. Программа направлена на актуализацию и интеграцию глубинного потенциала мужественности/женственности личности посредством символического прохождения инициаций с использованием арт-терапевтических приемов, что ведет к освоению более высоких ступеней мужской и женской зрелости.

Возвращаясь к образу «Ведьма», считаю необходимым отметить, прежде всего, то, что развитие положительного аспекта этого архетипа открывает доступ к природным внутренним ресурсам человека, способствует налаживанию контакта, взаимодействия с целебными женскими энергиями. Разделяю мнение, согласно которому «Ведьма символизирует эмоционально глубокую женскую мудрость, согревающую и оживляющую духовность. ...это мудрость особого рода, включающая творческое начало и космическое единство» [М.И. Орлова, Я.Л. Обухов, 2002].

В своем позитивном аспекте Ведьма (ведущая, ведунья) ощущает связь с землей, черпает из нее силы, живет сообразно сезонным природным ритмам и циклам, знает и соблюдает истинные законы природы и леса, владеет секретами об исцеляющих и магических свойствах лечебных корней, трав, плодов, цветов и животных, имеет дар целительства, знахарства. Она проницательна, интуитивна, тонко понимает человеческую душу, ведает тайнами природной женской силы. Позитивная внутренняя Ведьма, как верно подмечает Т.Василец, «увлеченно исследует глубинные, скрытые потребности личности, служа тем самым ее наиболее актуальным задачам» [Т.Василец, 2006]. Она осуществляет контроль границ личности, отстаивает желания и

интересы человека. Кроме того, Ведьма «отвечает» за общее физическое здоровье человека, за телесность, состояние тела (в частности, лишний вес может свидетельствовать о плохо «работающей» Ведьме).

На негативном полюсе Ведьма излишне агрессивна, чрезмерно зла, коварна, скрытна, слишком мстительна, безмерно злопамятна. Обладая волшебной силой, ради своей выгоды может навредить (правда, и помочь тоже может) кому угодно. Она умеет чрезвычайно изощренно плести интриги, может подличать, в общем, служит исключительно эгоцентрическим целям. Довольно страшная картина получилась – не правда ли? Именно поэтому человеческое сознание и стремится вытеснить негативный аспект Ведьмы. Однако подчеркну, что Ведьма в своем негативном проявлении присутствует в структуре личности в том случае, если находится в бессознательном. Осознание же и принятие ее отрицательного полюса позволяют ей осуществлять продуктивную роль, выполнять созидательные функции, проявляясь в позитивном аспекте, что дает возможность человеку активнее, конструктивнее использовать собственные природные силы.

Структура мастер-класса предполагается следующая:

**1 этап** – знакомство, выявление ожиданий; короткая дискуссия, ориентированная на выяснение представлений, знаний о качествах и функциях «Ведьмы». Этот этап ориентирован на создание доброжелательной, доверительной и безопасной среды, установление контакта.

**2 этап** – направленное воображение. Участникам (после легкой релаксации) предлагается представить себя ведьмой, заметить: как выглядит, сколько лет, во что одета, что вокруг, какое время года, суток и т.д., затем обратить внимание на самочувствие, желания и предлагается осуществить, сделать в образе все, чего хочется. Этот этап работы способствует погружению во внутренний мир, знакомству и соприкосновению с женскими магнетическими «ведьминскими» энергиями.

**3 этап** – упражнение, направленное на отреагирование агрессивных тенденций. Дает возможность участникам безопасным для себя и окружающих способом выплеснуть, выразить естественные агрессивные импульсы. Высвобождение подавленных, проигнорированных, накопленных или долго сдерживаемых реакций способствует активизации, раскрытию соматического потенциала личности, избавлению от психосоматических симптомов.

**4 этап** – создание коллажа из природных материалов. Цель – направление внимания, а, следовательно, и энергии на позитивный полюс архетипического образа, воспроизведение и «закрепление» его в виде арт-продукта, что способствует развитию положительного аспек-

та «Ведьмы» в различных ее проявлениях, актуализации целительных сил организма.

**5 этап** – обсуждение, способствующее рефлексии, ведущее к осознанию и интеграции полученного опыта.

Таким образом, инициация «Ведьма» приоткрывает путь личности к изведыванию своей естественной, природной мощи, соприкосновению с тайнами целительных сил природы (как внешней, так и внутренней), способствует осознанию собственных возможностей, позволяет актуализировать безграничные ресурсы женского природного могущества и силы, целебные женские энергии, служит первой ступенькой восхождения к зрелой, гармоничной женственности.

## **ТРАНСГРЕССИВНАЯ ФОТОГРАФИЯ**

***Старовойтов Андрей Владимирович,***

*кандидат психологических наук, арт-терапевт,*

*Таврический национальный университет им. В.И.Вернадского  
Крымская школа экспериментального тренинга (Симферополь)*

Фотография представляет некое мнимое пространство, на которое может быть спроецировано психическое содержание человека, представленное в виде фантазий, метафорических образов и субъективных смыслов. В связи с этим перед участниками стоит задача выбора фотографий, которые навевают некоторые мысли относительно того, что несут в себе запечатленные на них неясные образы, ситуации и размытые световые пятна.

Фотография заведомо не предоставляет смотрящим ответа о том, что на ней изображено. Автор ее сделавший также не предоставляет пояснений, касающихся изначального сюжета и ситуации, в которой создавалась фотография, а также личных мотивов фотосъемки и сопровождавших ее фоновых переживаний. При этом необходимо сказать, что в ходе создания серии предложенных участникам фотографий момент случайности имел, судя по всему, значительный вес.

Несколько слов о самих фотографиях. Как было сказано выше, они представляют собой последовательность, или совокупность, неструктурированных, аморфных стимулов, погружение внимания в содержание которых создает возможность для перехода субъекта в некоторое условное, мнимое пространство, где он может уточнить и осознать латентные психические содержания.

Опосредованный фотографией момент перехода во внутренне психическое пространство обозначается как трансгрессивное перемещение локуса произвольного внимания и сознания. Что обеспечивает возмож-

ность **узнавания** себя, а также формирует **взгляд** в собственные глаза, обращенные во внутренний мир. Фотография – это экран, на который субъект проецирует себя. Кроме того, она предоставляет субъекту возможность достижения и осознания **подобия** самому себе [аутентичности], **разрыва** по отношению к прошлому, прожитому и ложному в себе, она помогает **вспомнить** и осознать забытые фрагменты своей жизни.

**Трансгрессия** – это жест, который обращен к пределу; там, на тончайшем изломе линии, мелькает отблеск ее прохождения, возможно, также вся тональность ее траектории, даже сам ее исток. Возможно даже, что та черта, которую она пересекает, образует все ее пространство... – М. Фуко, «О трансгрессии».

Состояние **трансгрессии** вызывается желанием, требованием мира более глубокого, более богатого и невероятного, требованием, одним словом, мира святого. Трансгрессия всегда осуществлялась в чрезвычайных формах: таковы формы поэзии, музыки, танца, трагедии или живописи. Формы искусства не имеют другого источника, кроме праздника во все времена... – Ж. Батай, «Запрет и трансгрессия».

В ходе мастер-класса используется: фотография, графика, бумага, метафорическая коммуникация, взгляд.

В сущности, фотография показывает множество альтернатив, которые формируют текучую и изменчивую основу жизни человека. Экзистенциальный смысл фотографии заключается в невозможности и в утрате в каждое мгновение жизни человека той реальности, которую он привык чувствовать стабильной и неизменной.

## **ЖИВОЕ ДВИЖЕНИЕ – ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ (АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА С ТЕЛОМ)**

**Ткаченко Наталья Борисовна**

*практикующий психолог, арт-терапевт, телесно-ориентированный терапевт, член симферопольской Ассоциации арт-терапии, инструктор по хатха-йоге (Симферополь)*

Что можно выразить движением, позой, жестом, голосом? Задумывается ли человек о смысле привычного понятия «выражение лица»? То ли мы выражаем, что хотим? Выразительно ли всё это?

Участникам мастер-класса предоставится возможность погрузиться в наблюдение того, как мы выражаем каждый момент жизни и как жизнь в нас каждый момент выражает сама себя. Нам есть чему у неё поучиться. И уж конечно, нам есть что выразить!



В этом живом процессе рождаются удивительные образы, которые оживлены «физическим чувством правды», телесным восприятием реальности, живой интуицией. Тело подсказывает нам, кто мы на самом деле, так как оно абсолютно не умеет притворяться.

Тело всегда готово активировать свой неисчерпаемый энергетический ресурс, заключённый в движении к раскрытию и реализации того неповторимого выразительного образа, которым является жизнь каждого человека.

Формы работы: движение, пластика, перформанс, рисунок.

**WORKSHOP:  
«ART-THERAPY MEDIUM: FROM PROBLEM TO  
HEALTH»**

***Schuld Heleen, Hulshof Egbert***

*Department of Arts Therapies*

*University of Professional Education of Arnhem & Nijmegen*

*(Nijmegen, Netherlands)*

In Creative Arts, the client actively participates in the medium process, observes the medium and (where possible) reflects upon the experience of the activity and the use of the medium. There is an explicit connection between activities in the medium and the problems of the client; this connection is also evident between the transformation processes facilitated by the medium and those needed by the client.

This analogy between problems in daily live and working with materials is the main subject of the workshop.

- How can you make connection in the here and now situation with the problems of the client?
- How can you talk about it with the client?
- How can you confront the client, that he/she is doing the same thing in arts as in daily live situations?
- How do you make a goal in art therapy, related to the problems of the client?

I would like to work with the participants with this questions.

**АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИЙ МЕДІУМ<sup>2</sup>:  
ВІД ПРОБЛЕМИ ДО ЗЦІЛЕННЯ»**

**Шульд Хелеен, Хулсхоф Егберт,**

*кафедра арт-терапії*

*Університет професійної освіти*

*Арнхема і Ніймегена (Ніймеген, Нідерланди)*

В арт-терапії клієнт бере активну участь в процесі медіації, спостерігає за медіумом та (де це можливо) рефлексує над досвідом активності та застосуванням медіуму. Існує очевидний зв'язок між активністю в медіумі та проблемами клієнта; цей зв'язок є також очевидним між трансформаційними процесами, фасилітованими медіумом, та тими, яких потребує клієнт.

Така аналогія між проблемами, що виникають в повсякденному житті, та в роботі з матеріалами є основою темою майстерні.

- Як встановити зв'язок ситуації «тут і тепер» з проблемами клієнта?
- Як говорити про це з клієнтом?
- Яким чином підштовхнути клієнта до розуміння того, що те, що він робить в процесі арт-терапії, співпадає з тим, що він робить в ситуаціях повсякденного життя?
- Як визначити цілі арт-терапії у відповідності до проблем клієнта?

Я планую працювати з учасниками майстерні над цими питаннями.

---

<sup>2</sup> Під медіумом («medium» – лат. «посередник») в арт-терапії слід розуміти образотворчий процес у певній галузі мистецтва, або (ширше) – арт-терапевтичний простір, який опосередковує процес зцілення – *прим. ред.*