

ГО “Арт-терапевтична асоціація”
Інститут соціальної та політичної психології АПН України
Київський міський Будинок Вчителя
Інститут соціології, психології та управління
НПУ ім. М.П. Драгоманова
Інститут мистецтв НПУ ім. М.П. Драгоманова
Національна медична академія
післядипломної освіти ім. П.Л. Шупика
ГО “Центр психології руху та творчого самовираження”

ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ :
хаос, структура, стихія

VI Міждисциплінарна науково-практична конференція
з міжнародною участю
(26 - 28 лютого, Київ, 2009)

ТЕКСТИ ДОПОВІДЕЙ
ТА МАТЕРІАЛИ
ТВОРЧИХ МАЙСТЕРЕНЬ
І ЛАБОРАТОРІЙ

ГЕНЕРАЛЬНИЙ ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПАРТНЕР

ВСЕУКРАЇНСЬКА ГАЗЕТА
Психолог

ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС - 23316

ВИДАВНИЦТВО “ШКІЛЬНИЙ СВІТ”



Арт-терапевтична
АСОЦІАЦІЯ

Київ – 2009

УДК 159.98
ББК 84.5

Простір арт-терапії: структура, хаос, стихія: Матеріали VI Міждисциплінарної науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Київ, Київський міський Будинок вчителя, Інститут соціальної та політичної психології АПН України, НПУ ім. М.П. Драгоманова, 26-28 лютого 2009 р.) / За наук. ред. А.П. Чуприкова, Л.А. Найдьонової, О.А. Бреусенка-Кузнецова, О.Л. Вознесенської, О.М. Скар. – К.: Міленіум, 2009. – 132 с.

Редакторська група – А.П. Чуприков,
Л.А. Найдьонова
О.А. Бреусенко-Кузнецов
О.Л. Вознесенська
О.М. Скар

У збірнику представлено тези доповідей та концепції майстер-класів VI Міждисциплінарної науково-практичної конференції з міжнародною участю “Простір арт-терапії: структура, хаос, стихія” (м. Київ, Київський міський Будинок вчителя, Інститут соціальної та політичної психології АПН України, НПУ ім. М.П. Драгоманова, 26-28 лютого 2009 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 та для всіх, хто цікавиться вітчизняним та світовим досвідом арт-терапії.

© ІСПП АПН України, 2009
© ГО “Арт-терапевтична асоціація”, 2009

**“ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:
хаос, структура, стихія”**

**VI Міжнародна науково-практична конференція
(Київ, 2009)**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ

ВПЛИВ БАТЬКІВСЬКОЇ СІМ'Ї НА ФОРМУВАННЯ УЯВЛЕНЬ ПРО МАЙБУТНЮ СІМ'Ю У ЮНАКІВ

Акуленко Тетяна,

*студентка 5 курсу Київського національного
лінгвістичного університету (Київ)*

Підготовка молоді до сімейного життя є важливою проблемою виховання. Система уявлень про сім'ю – важливий фактор, який визначає характер відносин і емоційний клімат сім'ї. Виховуючи свою дитину, батьки з раннього віку закладають в її свідомість певну модель сімейного виховання і модель власне сім'ї. Спочатку ця модель не усвідомлюється, але з віком вона переходить в область свідомості, де виникають двоякі відчуття – схвалення своєї моделі чи осуд її. В основі формування уявлень можуть лежати два механізми – трансляції і компенсації. Під трансляцією розуміється перенос актуальної сімейної ситуації на свої уявлення, під компенсацією – внесення в свою сім'ю тих аспектів сімейного життя, яких не вистачало в теперішній сім'ї дитини.

Сім'я – це осередок суспільства (мала соціальна група), яка заснована на подружньому союзі і споріднених зв'язках (відношення чоловіка з дружиною, батьків і дітей, братів і сестер), які живуть разом і ведуть загальне домашнє господарство (Соловйов Н.Я., 1977). Сім'я – це “живий організм, що радше нагадує полум'я, ніж кристал” (А.В.Черніков, 1997). Найважливіші характеристики сім'ї – це її функції, структура і динаміка. Під функцією сім'ї розуміється сфера життєдіяльності, яка пов'язана із задоволенням членами сім'ї своїх певних потреб. Структура сім'ї – це число і склад членів сім'ї, а також сукупність відносин між її членами. Динаміка сім'ї – це зміни її структури і функцій в залежності від етапів життєдіяльності. Сім'я як живий організм постійно обмінюється інформацією і енергією з навколишнім середовищем. Сімейна система, як будь-яка інша система, працює під впливом двох законів: гомеостазу і розвитку. Сімейну систему досліджував М.Боуен, який створив на її основі власну теорію – теорію сімейних систем. “Сім'я – емоційне поле, в якому присутні емоційні стимули, які передаються і сприймаються членами сім'ї на різних рівнях взаємодії” (за М.Боуеном). Система визначає тип відносин в сім'ї – топологічні (близькість, позиція) або динамічні (вплив, залежність, взаємодія). Сім'я як система виконує свої функції за допомогою певних механізмів – структури сімейних ролей, сімейних підсистем і зовнішніх/внутрішніх меж між ними.

Структура сімейних ролей приписує членам сім'ї, що, коли, як і в якій послідовності вони повинні робити, вступаючи один з одним у вза-

смовідносини. Сімейний сценарій – це стійкий патерн структурної організації і мікродинаміки сім'ї, який повторюється з покоління в покоління (М.Боуен). За Е.Берном сценарій – життєвий план, що постійно розгортається, який формується ще в ранньому дитинстві і в основному під впливом батьків. До складу сценарія входять: сімейні міфи, сімейні історії і процес сімейної проєкції (М.Боуен). Процес сімейної проєкції – процес проєкціювання певної функції в сімейній системі на конкретну дитину в сім'ї. Сценарій є відповіддю на фундаментальне питання людських дій: своїх власних батьків або предків.

Теперішню ситуацію в сім'ї, її структуру і порушення чи наявність сімейних криз можна дослідити експериментально чи методом спостереження. Майбутню сім'ю можна лише гіпотетично описати і намалювати, використовуючи методики арт-терапії, зокрема через проєктивну методику “Герб минулої, теперішньої і майбутньої сім'ї”. Малюнки показують реальні факти в сім'ї, ставлення дитини до сім'ї і її особисте розуміння цього поняття. Компоненти малюнків є психологічною реальністю, спроектованими душевним станом і дитячою свідомістю. Вони є наочним показником прогнозування типу сімейного сценарію.

Проєктивні методики – свідоме відображення несвідомої сфери, яку ми намагаємось заховати від свідомості і не бажаємо відкривати її для себе, розбиратись в ній. Співставлення 3-х гербів вказує, що паростки теперішньої сімейної атмосфери беруть своє начало з сім'ї предків і генералізуються в теперішній. Як результат, майбутня сім'я будується за аналогією теперішньої або довгий час не створюється.

Молодь повинна бути проінформована, обізнана про нормальне, раціональне функціонування сім'ї, для того щоб запобігти повторенню тих помилок, які робили батьки. Цей процес інформування слід розпочинати в пубертатному періоді.

ДОСВІД ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-МЕТОДІВ У РОБОТІ З ПРАКТИЧНИМИ ПСИХОЛОГАМИ СИСТЕМИ ОСВІТИ

*Андрейчин Світлана,
завідувачка обласного центру
практичної психології і соціальної роботи
Волинського інституту післядипломної педагогічної освіти
член ГО “Арт – терапевтична асоціація” (Луцьк)*

Кожен, хто практично працював як психолог, потрапляв у ситуацію, коли традиційні методи психологічної допомоги особистості не мали значного ефекту. Пошуки ефективних методів психодіагностичної, корекційної, розвивальної та консультативної роботи спряму-

вали нас до арт-терапії. Практичні психологи є особливою аудиторією. Досвід впровадження арт – методів у роботу практичних психологів області свідчить про велику цікавість до них. Кожна з технік, запропонованих на спецкурсах, семінарах і тренінгах, проходила спочатку із самими учасниками. Як багатоплановий діагностичний та психотерапевтичний метод застосовуємо “Мандалу”, на основі якої і проводимо наше дослідження.

Метод “Мандала” несе в собі великі можливості для проведення різноманітних досліджень. Кожна мандала відображає психічний стан її автора в той чи інший момент розвитку і включає багато аспектів досвіду. Будь-яка мандала є продуктом індивідуальної творчості, що створюється в певний час і в певному місці. Тому вона завжди унікальна і не може бути точно повторена. Велике значення для створення мандал має атмосфера психологічної безпеки, послаблення свідомого контролю та можливість досить тривалого фокусування на процесі створення малюнка та медитативної взаємодії з образом. Це дозволяє візуалізувати і створювати мандали, які більш достовірно відображають особливості стану та прояви неусвідомлених елементів психіки автора, а також посилити терапевтичну, гармонізуючу функцію процесу. Використання мандал в арт – терапії переконує в тому, що зображення у крузі в якості проєктивної процедури часто відображає загальні системні характеристики психіки автора – її організованість чи хаотичність, цілісність чи фрагментарність, відкритість чи закритість, стабільність чи розбалансованість.

Велике значення для розуміння психологічного змісту малюнків у крузі може мати серійне малювання, яке дозволяє бачити, які зміни відбуваються в малюнках за певний період часу. Мандала стає ефективним засобом роботи лише в тому випадку, якщо ми розглядаємо її як частину безперервного процесу розвитку та змін.

Наше дослідження базувалось на застосуванні арт-методу “Мандала” для діагностики системних характеристик психіки та емоційного стану практичних психологів навчальних закладів області. Воно проводилось серед молодих практичних психологів. У ньому брали участь новопризначені практичні психологи, які працюють у навчальних закладах області. Всі досліджувані – особи жіночої статі, середній вік – 24 роки, кількість – 20 осіб. Для визначення системних характеристик психіки учасників ми використали наступний алгоритм аналізу, який є одним з можливих підходів до дослідження психологічного змісту мандал.

1. Центр мандали. Центр є організуючим елементом системи. Якщо система – це психіка, то центр – це “я” автора. Структурні та ко-

льорові особливості центру, а також його розмір відображають різні аспекти “я” – ступінь його сформованості, силу, свідомий контроль. Наявність двох центрів може бути пов’язана з наявністю глибоких змін, пов’язаних з процесом розвитку. Іноді це можна розглядати як ознаку амбівалентного “я”.

2. Зовнішні кордони мандали. Зовнішні кордони мандали пов’язані із здатністю усвідомлювати свої психологічні кордони та захищати свій особистий простір у процесі взаємодії з іншими. Занадто щільні кордони свідчать про уникнення контактів та потребу у самозахисті. Кордони можуть бути пов’язані також із здатністю акумулювати психічну енергію.

3. Зв’язок центру з зовнішніми кордонами та різними зонами внутрішнього простору мандали. Хороший зв’язок, як правило, свідчить про високу психологічну інтеграцію, здатність ставити мету та досягати її. Значення має спосіб зв’язку центру із зовнішніми межами. В одних випадках інтеграція досягається за рахунок променів, пелюстків, що йдуть від центру, а також геометричного характеру малюнка. Такий спосіб зв’язку характерний для дорослих, що добре функціонують у соціумі. Зв’язок за рахунок спіралі відображає регресивні тенденції.

4. Загальний характер малюнка (організованість чи хаотичність). Впорядкований характер мандал пов’язаний із зображенням геометричних фігур чи оформлених образів, а також зображення людей, тварин і рослин.

5. Симетрія чи асиметрія. Симетричні мандали можуть свідчити про спокій і рівновагу, а також про пасивність та відсутність психологічних змін. Асиметричні роботи більш властиві для клієнтів, які переживають процес психологічних змін, а також тими, хто переживає внутрішній конфлікт. Такі мандали свідчать про внутрішню динаміку, яка може бути пов’язана як з процесом розвитку, так і з емоційними та психічними порушеннями.

6. Рух у мандалі. Рух у мандалі відображає сприйняття різних елементів образу ще на стадії візуалізації. Рух може мати різний характер і направленість. Рух за часовою стрілкою часто говорить про процес усвідомлення, енергетичної мобілізації. Протилежний рух відображає регресивні тенденції. Рух, спрямований від центру до периферії мандали свідчить про посилений зв’язок із зовнішнім світом. Рух, спрямований від периферії до центру, свідчить про потребу у збереженні енергії.

7. Колір.

Аналізуючи роботи учасників, ми виявили такі особливості:

Практично у всіх роботах виділений один центр, який є організуючим елементом системи. Він досить невеликий, що може свідчити

про занижену самооцінку авторів. Можливо, це пов'язане з початком інтеграції в освітній простір та першими кроками у професійній діяльності.

У 2 з 18 робіт досить щільні кордони. Можемо зробити висновок про потребу в самозахисті та уникненні контактів. В межах даного дослідження виходу за межі кола не відбулось.

У 14 психологів прослідковується чіткий зв'язок центру мандали із зовнішніми межами. Інтеграція зображення досягається за рахунок променів та пелюсток, які йдуть від центру. Таке поєднання дозволяє припустити, що ці молоді спеціалісти достатньо ефективно функціонують у соціумі.

Практично у всіх мандалах переважають хвилясті лінії. Це вказує на яскраво виражені фемінні риси та перевагу емоцій над раціональним. У 16 роботах розміщення елементів впорядковане. Елементи мандали пов'язані одні з одними як просторово, так і за змістом. Це свідчить про високу психологічну інтеграцію, здатність ставити мету та досягати її. Такі малюнки характерні для онтогенетично зрілих станів.

У 16 осіб мандали симетричні. Це може свідчити про внутрішню рівновагу, а також деяку пасивність. 4 мандали асиметричні, проте у них чітко промальований центр. Очевидна наявність активної внутрішньої динаміки, яка може бути пов'язана з процесом розвитку.

У 18 роботах рух в мандалі спрямований від центру до периферії. Це свідчить про зв'язок із зовнішнім світом та потребу у діях. У трьох роботах ми бачимо рух від периферії до центру мандали, що свідчить про потребу у збереженні енергії та уникненні контактів.

Практично у всіх роботах присутні всі основні кольори. Переважна кількість робіт (17) містить багато жовтого та зеленого кольору. Жовтий колір у даній методиці асоціюється із здоровим самоствердженням та досить сильним характером. Зелений колір також є позитивною характеристикою для даної аудиторії, оскільки символізує здатність подбати про себе та підтримувати інших. Світло-голубий колір присутній у 14 роботах. Голубий колір у жіночих роботах вказує на позитивне ставлення до себе як до жінки та прийняття своєї жіночої ролі. Можемо констатувати успішну статеву ідентифікацію. Яскраво-червоний колір у великій кількості присутній у 3 роботах. На даний момент у цих осіб очевидне емоційне піднесення та сформована здатність подбати про свої інтереси. Темно-фіолетовий колір присутній у двох роботах. Часто він використовується людьми, які вважають себе особливими. Присутність цього кольору також вказує на активну фантазію. Жодна робота не містить чорного чи сірого кольорів. У цьому ми бачимо позитивну налаштованість та здатність отримувати радість від життя.

Літэратура:

1. *Грегг М. Ферс.* Тайный мир рисунка. Исцеление через искусство. – СПб.: Деметра, 2003. – 165 с.
2. *Копытин А.И.* Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. – Москва: Когито-Центр, 2007. – 196 с.
3. *Копытин А.И.* Диагностика в арт-терапии. Метод „Мандала”. – СПб.: Речь, 2003. – 144 с.
4. *Копытин А.И.* Руководство по групповой арт-терапии. – СПб.: Речь, 2003. – 319 с.
5. *Копытин А.И.* Системная арт-терапия. – СПб.: Питер, 2001. – 210 с.
6. *Копытин А.И.* Теория и практика арт-терапии. – СПб.: Питер, 2002. – 368 с.
7. Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И. Копытина – СПб.: Речь, 2002. – 443с.

ПРЕИМУЩЕСТВА И ОГРАНИЧЕНИЯ ДИСКУРСИВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Аскандарова Эсина,

ассистент кафедры практической психологии Мозырского государственного педагогического университета (Мозырь, Беларусь)

Впервые с виртуальной психологической консультацией я столкнулась года 3 назад, когда мне срочно нужна была супервизорская поддержка в удерживании терапевтических границ. Помощь коллег-гештальтистов была самая разнообразная – от скрупулезного анализа до дружеских размышлений на волнующую тему. Гештальт-терапевты из Москвы, Петербурга, Минска, Хельсинки и еще не знаю откуда, подняли такой процесс, что до сих пор остаются чувства благодарности, нежности и трепета.

А теперь представьте, *где еще такое могло состояться?* В реальности – нигде. И помощь нужна была не через 3 недели, когда у меня супервизорская планировалась, а до начала следующего сеанса. Когда я писала: “Я немного растерялась в ситуации с молодым, красивым, умным клиентом, сигнализирующим о своем интересе ко мне как к женщине”, я очень сильно скромничала по поводу многого. И опыта работы с эротическим переносом у меня на тот момент было мало. Эффект той on-line супервизии я оцениваю очень высоко. Потом, правда, пришлось дорабатывать “хвосты” у супервизора, но все же – именно в тот момент, когда мне нужна была помощь, меня выручила **виртуальная консультация**. И все же, отправляясь на виртуальную консультацию, вы должны осознавать **ограничения виртуального контакта**:

1. **Невозможность тактильного контакта.** Напрямую доступа к телу клиента нет, и телесно-ориентированной терапией через

icq заняться не получится. Я обучаю клиентов телесным техникам через интернет, однако не всё можно объяснить, и не все техники можно практиковать самостоятельно.

2. **Ограниченность визуального контакта.** При использовании программы “Skype” изображение есть, при консультации через ICQ приходится задавать вопросы, если не хватает визуальной информации.

3. **Ограниченность звукового контакта.** При использовании программы “Skype” звук есть, при консультации через ICQ приходится задавать вопросы, если не хватает аудиальной информации.

Виртуальная консультация идеально подходит в случаях кризисного вмешательства, хотя и не является полноценной заменой визиту к психотерапевту. Хотя здесь важно, к какому именно терапевту планируется этот визит. ИМХО: чем посещать посредственного терапевта очно, лучше проконсультироваться у терапевта, которому вы доверяете, через сеть. Виртуальный контакт – всего лишь подобие реальной жизни, но именно здесь существуют уникальные для встречи **возможности**:

1. **Своевременность и доступность.** Ну и что, что это не очная встреча, зато Вы можете получить консультацию именно тогда, когда вам нужно, по крайней мере, гораздо быстрее, чем получается договориться с аналогичным специалистом того же уровня на реальную встречу. “Я переехала в Канаду и четыре года не могла найти русскоговорящего психолога в нашем городе” – пишет одна из подписчиц моего журнала. Мы начали консультации в формате жж-терапии, сотрудничать получалось хорошо с самого начала, но всё же совсем другой процесс пошёл, когда Аня пришла ко мне на консультацию в ICQ. Если консультацию в жж можно сравнить с работой на публике, как на мастер-классе, то в ICQ была настоящая виртуальная индивидуальная консультация с присущей ей интимностью.

Аня (02:08:29 2/03/2008) это было просто потрясающе! :-)

esina (02:08:29 2/03/2008) о я очень рада

Аня (02:08:53 2/03/2008) :-) Просто все то, что я знала на уровне фактов, прочувствовала ТАК...

И это виртуальная терапия!

2. Следующее преимущество – **безопасность**.

2.1. **Безопасность клиента.** Безопасность на начальном этапе терапии особенно важна, т.к. многих клиентов останавливает страх публичного разглашения информации. Виртуальная консультация может дать Вам гарантию 100% анонимности хотя бы потому, что я могу никогда не узнать, кто на самом деле был у меня на консультации.

2.2. **Безопасность терапевта.** С другой стороны, безопасность для терапевта тоже весьма важный момент. Я бы не согласилась остаться один на один с некоторыми типами клиентов в реальной жизни. Но виртуальная консультация – совсем другое дело.

В дальнейшем, если это конечно возможно, следует побуждать клиента к реальной встрече.

3. **Виртуальная консультация как промежуточная зона** Виртуальная консультация может быть тем самым “мостом” между реальной жизнью и терапией, на который не страшно ступить, чтобы “попробовать”, что это такое – психотерапия. Попробовать, оценить, понять, подходит ли терапевт или нет.

4. **Экономия времени.** Не каждый работающий человек может найти время на поездки к психотерапевту. На виртуальную консультацию не нужно идти.

5. **Комфорт.** Вы у себя дома, можете зажечь любимое благовоние, поставить фоновую музыку, развалиться в любимом кресле и т.п.

6. **Возможности закрепления опыта и дополнительного осознания.** Часть информации, которую говорит терапевт на консультации в реальности, остается неувоенной по самым разным причинам. Перегрузка информацией терапевтом, защитные реакции клиента, ограниченные возможности памяти обоих. Виртуальная консультация через ICQ – это **готовый текст**, который можно потом долго смаковать, чтобы закреплять полученное осознание, или чтобы приходиться к новым осознаниям и инсайтам.

7. **Возможности супервизии.** Готовый текст может быть очень полезен для терапевта как материал для самоанализа и супервизии. Он претендует на “объективность” и позволяет терапевту избежать защитных реакции при проработке собственных терапевтических стратегий.

8. **Работа с сопротивлением.** В плане работы с сопротивлением виртуальная консультация имеет несомненный плюс. Можно злиться, сопротивляться, “не слышать” слова терапевта, но зато у вас будет время, чтобы их обдумать и перечитать его не один раз. У вас есть шанс “услышать” то, что хотел сказать вам терапевт с той скоростью, на какую вы сейчас способны.

ЛЕГЕНДА И ЛАНДШАФТНАЯ ЛЕГЕНДОТЕРАПИЯ

Бреусенко-Кузнецов Александр,

кандидат психологических наук,

доцент НТУУ “КПИ”, доцент КНУ имени Тараса Шевченко,
член правления ОО “Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)

Обращаясь к родственным сказке фольклорным жанрам как специализированным терапевтическим инструментам, сказкотерапия нуждается в рефлексии над их специфическими особенностями сравнительно со сказкой. Это важно прежде всего ввиду проблемы реальной проницаемости жанровых границ в творческих процессах клиентов сказкотерапии в арт-терапевтической её модели. Работая с *сочинением* сказки, нецелесообразно директивно навязывать клиенту соблюдение границ любимого жанра терапевта (“Это у вас, милостивый государь, не сказка, а страшилка какая-то, извольте переписать!”). Уместно работать с *любым* возникающим творческим продуктом – но для этого терапевт должен выстроить *систему ориентиров*, представлений о том, как преломляются единые символические темы и смыслы в разных жанрах. Такая система ориентиров по мере уточнения и стабилизации позволяет специализировать и сами методы сказкотерапевтической работы, осознанно (под конкретные запросы, проблемы и условия) применяя под родовым именем сказкотерапии уже скорее былино-, легендо-, или даже басне- и анекдототерапию.

Что будет отличать легендотерапию от сказкотерапии в узком смысле? То же, что и легенду – от сказки. *Легенда приземлена, отнесена, приурочена, приписана*; при этом она *требовательна*. Согласно нашей системе ориентиров, легенду отличает выраженная *ландшафтность* (легенда часто оказывается привязанной к конкретным географическим, топографическим объектам – камням, скалам, рекам, строениям, городам и т.д.), *историческая отнесённость* (привязка к датам и историческим событиям) а также *идеологическая ориентация* (создатель легенды – идеолог, стремящийся делегировать некой внешней силе свои чаяния). Итак, чтобы грамотно вводить элементы ландшафтной работы в сказкотерапию, чтобы работать с ключевыми идеологемами, определяющими основные выборы на протяжении жизненного пути (как личностной истории), уместно обращаться к жанру легенды.

Впрочем, есть ещё один важный контекст легендотерапии, связанный с открытостью легендарной проблематики в социум. Легенда столь сплетена с историей и географией, что слишком часто их подменяет (случайно, либо намеренно). Поэтому всякий случай идеологизации истории и географии связан с созданием легенд. Легенды исходят из личностных миров, чтобы воплотиться в социальных движениях; они наделены различной шириной охвата и социально преобразующей силой, могут и сплачивать, и

разрушать социальные общности. Легенда проявляется как весьма вольное сочинение на тему исторических фактов, содержащее их авторские мотивировки. Легенда, выстроенная с опорой на один и тот же массив фактов, может призвать как к покаянию, так и к погрому. Чем проблемнее автор (или соавторская группа) легенды, тем деструктивнее по своему действию и сама легенда, предлагаемая социуму. Для нас очевидно, что состоявшееся в 2008 году помпезное всеукраинское празднование годовщины “Голодомора”, предназначенное якобы для сплочения народа Украины вокруг общей беды, на деле служило разжиганию межнациональной вражды. Инициированное политиками-“некромантами”, людьми, мягко говоря, сытыми – и пытающимися заработать политические дивиденды на трагедии умерших от голода, – оно стало попыткой легитимации неконструктивной легенды. Против заведомо деструктивных легенд, обретших социальный резонанс, могут быть весьма действенными контр-легенды, включающие и самих недобросовестных идеологов в легендарное пространство, где их мотивация становится прозрачной, а сами они обретают статус проповедских *ложных героев*. (Приведём пример контр-легенды. ...*“Восстаньте, кости!” – призвал главный некромант, и кости нехотя встали. “Помогите мне, кости, и я отомщу за вашу смерть всем ныне живущим врагам нациш!” – “Как скажешь!” – безразлично отвечали далёкие от его проблем кости...*). Но контр-легенды – это уже внетерапевтические меры идеологического противостояния. Лечить идеолога есть возможность на более ранних стадиях его искривляющих время и пространство легендарных измышлений. Легендотерапия, стало быть, – это помимо всего прочего ещё и один из возможных путей профилактики деструктивных социальных движений: ведь она ориентирована на решение проблем клиента-идеолога на индивидуальном уровне, в пределе предотвращая злокачественный социальный резонанс.

Легенда, как и сказка, является средством структурирования внутриличностного *хаоса*; благодаря ей жизнь, погружённая в абсурд, обретает некоторую более-менее стабильную смысловую *структуру*, но структурирование хаоса ещё не сообщает личности сил к движению, действительному преодолению жизненной проблемы. Эта сила даруется прикосновенностью к *стихии*, обретаемой, например, в контакте с сакральным ландшафтом.

Ландшафтная легендотерапевтическая работа в нашей авторской технике “Сочинение легенды по опорным словам” была проведена в зоне Каменной Могилы (памятника археологии, расположенного под Мелитополем). Место легендарного сожжения царицы амазонок на Каменной Могиле выступило ландшафтом работы на лаборатории *“Легенды амазонок”*, на которую собралась чисто женская (“амазонская”) группа.

Этапы нашей работы были таковы:

Припоминание легенды об амазонках каждой участницей группы – с письменной фиксацией легендарного повествования (на данном этапе инструкция не требует от участниц авторства, хотя оно необходимо присутствует: припоминая, мы расставляем свои акценты, что-то опускаем, что-то додумываем и т.д.).

Обсуждение получившихся записей легенды, выявление единства и различий в повествованиях.

Прочувствование участницами *амазонки в себе*. На этом этапе задействован ландшафт. Участницам предлагалось походить по месту легендарного сожжения царицы амазонок и выбрать то конкретное место, в котором они ощущают себя амазонкой в наибольшей степени; с этого места предлагалось принести родившееся на нём слово (свободную ассоциацию). Заметим, что это слово не просто магически связывает участника с местом на Каменной Могиле; оно фиксирует в себе некое состояние, опознанное как “чувствование себя амазонкой”.

Составление банка опорных слов. Каждое из принесенных участницами слов записывается в качестве материала для создания собственной легенды. Эти слова – знаки, ориентиры группового бессознательного; то, что они актуализировались не просто здесь и сейчас, но в сакральном ландшафте и по поводу ощущения себя амазонкой, превращает их в глубинные, символические ориентиры универсальной “амазонской” проблематики.

Создание собственной легенды (без оглядки на дошедший источник). Участницы на данном этапе сочиняли новый – свой – текст, в котором им было предложено использовать опорные слова. Создаваемые на этом этапе легенды приходили изнутри феноменологических миров участников.

Представление адресата созданного легендарного повествования: для кого была создана легенда (для знакомого или незнакомого, для одного человека, или для группы). В конечном итоге адресатом всех наших творений часто оказывается внутренняя фигура, но спроецированная вовне. Получая от себя самих послание-легенду, мы можем что-то поменять в своей жизни, чтобы приблизить её к уровню значимости легендарных событий.

Как видим, в регламенте нашлось время и место как припоминанию участницами существующих легенд, так и созданию собственных. Логика работы предполагала движение легендарной темы Амазонки от *прошлого* (от припоминания готовых легенд об амазонках) к *настоящему* (к актуальному ощущению амазонки в себе и выражению её в тексте) и к *будущему* (к поиску адресата легенды).

ТЕАТР ЯК ІНТЕГРОВАНІЙ МЕТОД СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Войтюк Анастасія,

*магістр соціальної роботи, координатор проєктів
БО Мистецько-терапевтичний Центр “Непротоптана стежина” (Львів),
член оргкомітету Міжнародного Інтеграційного Театрального Фестивалю
“Сонячна хвиля” за участі людей з особливими потребами (Київ)*

Театральний колектив, як форма роботи з людьми з особливими потребами, є новим підходом, що розвивається на території України. Згідно даних дослідження, проведеного в рамках написання магістерської роботи у 2007–2008 рр., створення театральних колективів за участю людей з особливими потребами бере початок з кінця 90-х років. Починаючи з 2001 року, стабільно виникає від трьох до шести театральних колективів в різних містах України. На даний час в Україні працює понад 80 театральних колективів, а найбільша їх кількість сконцентрована у Львівській, Сумській та Київській областях. Активно розвивається фестивальний рух, який сприяє виходу творчих доробків театрів до публіки.

У сучасній літературі, яка присвячена альтернативним та інноваційним методам роботи з людьми з особливими потребами та іншими групами клієнтів, використання засобів мистецтва пов’язують із методом арт-терапії. Варто спробувати розмежувати поняття арт-терапії та мистецької діяльності, в яку включається також поняття діяльності театального колективу. Поняття реабілітації засобами мистецтва, а саме використання методів арт-терапії, є формою занять з людьми з особливими потребами, яка спрямована на корекцію психоемоційного/фізичного стану клієнта. Цей метод активно розвивається та здобуває підтримку фахівців в Україні.

Метод же, представлений у цьому дослідженні, – це метод мистецької діяльності. Його можна визначити як сукупність прийомів, які використовують активність індивіда в сфері мистецтва (образотворчого, театального, художнього та ін.) не лише для створення одиниці мистецтва (картини, вистави, поетичного твору та ін.) чи катарсису (вивільнення почуттів) але й для покращення рівня соціальної та психологічної адаптації людини в суспільство, що в загальному підвищує рівень її життя.

Для ідентифікації та вивчення методу у дослідженні було застосовано спектр методів: аналіз документів та літератури, глибинні інтерв’ю з експертами, опитування керівників театральних колективів людей з особливими потребами, батьків та спостереження за роботою театального колективу людей з особливими потребами, що працює в м. Києві. Спостереження за роботою колективу дало один з найбільш вагомих результатів дослідження, а також реальні підстави вважати метод мистець-

кої діяльності дієвим. Дані спостереження було порівняно з результатами опитування батьків. У спостереженні було виділено шість категорій: фізичний розвиток, мова, соціально-побутова орієнтація, соціальний розвиток, психологічний розвиток та уявлення про себе, які є складовими соціально-психологічної адаптації людини в суспільство. У кожній категорії виділено одиниці спостереження.

В результаті спостереження було визначено, що в учасників театрального колективу “Паростки” за час занять покращився рівень фізичного розвитку, були знайдені альтернативні шляхи спілкування у зв’язку із низьким рівнем розвитку мовних здібностей. За рахунок виступів та виїздів колективу за межі міста покращилась соціально-побутова адаптація акторів, а завдяки хорошій динаміці в групі та позиції керівника колективу, в учасників сформувався високий рівень ідентифікації себе з групою, завдяки чому вони змогли нав’язати ближчі стосунки з іншими учасниками колективу та зайняти своє місце в групі. Відповідно зріс психологічний розвиток, а особливо рівень впевненості в собі та комунікативності. Було також визначено, що існують відмінності між думкою батьків та результатами спостереження, спричинені різним розумінням шкал оцінювання, різницею поведінки осіб на репетиціях та вдома і присутності різноманітних стереотипів та очікувань або розчарувань у батьків, пов’язаних із своїми дітьми.

Більшість батьків учасників колективу переконані, що за час занять у театральній студії рівень впевненості в собі їхніх дітей зріс. При спостереженні було помічено, що у деяких учасників рівень впевненості при спілкуванні з незнайомими людьми не зменшувався, а навпаки, зростав. Рівень агресивності загалом є низьким в групі. Кілька батьків відзначають, що їх діти стали менш агресивними. Одна мама вважає, що її син на репетиціях стає більш агресивним, ніж вдома. Цей хлопець є наймолодшим учасником групи і часто намагається стати лідером колективу. Іншим можливими чинником агресивності є те, що матір хлопця працює в організації. Батьки шести учасників відмічають позитивну зміну психологічного розвитку своїх дітей по всіх чотирьох параметрах (комунікативність, ініціативність, впевненість, агресивність).

Особливу роль в розвитку театрального колективу відіграють спеціалісти, які працюють з учасниками та безпосередній керівник колективу. Найчастіше до роботи над постановкою вистави долучаються музичний керівник та хореограф. У деяких театрах є особи, які виконують функцію звукорежисера та костюмера. У кількох організаціях з учасни-

ками працюють такі спеціалісти як соціальний працівник, психолог, арт-терапевт та психіатр.

Під час дослідження та у роботі загалом великою перешкодою стала проблема у визначенні рівня соціально-психологічної адаптації. Вона полягає у відсутності норми до якої можна було б прирівняти результати спостереження. Існує поняття “соціально-психологічного нормативу”, проте воно також не визначає точних критеріїв ознак адаптованості чи дезадаптованості людини. Рівень адаптації визначається не лише ступенем розвитку особи за різними критеріями, але і тими вимогами, які ставить до неї суспільство. Відповідно, адаптацію можна визначати як двосторонній процес: покращення рівня розвитку людей з особливими потребами та зміни вимог суспільства до цих людей. Форма роботи в театральній студії пропонує конкретний механізм впровадження такого типу адаптації. Учасники колективу особисто розвиваються під час занять, тоді як під час відкритих виступів, крім власного вдосконалення, вони мають можливість вплинути на ставлення суспільства до них.

У роботах різних дослідників переплітаються терміни соціальна адаптація, психологічна адаптація, інтеграція та реабілітація. Усі ці процеси є різними за формами, але однаковими за суттю та спрямуванням. Їх основним завданням є покращення життя людей з особливими потребами. Тому є доцільним зауважити, що інтеграція – це двосторонній рух, де не лише людина з особливими потребами повинна іти до суспільства, але і громада повинна рухатись в бік людей з особливостями розвитку. Театр є місцем, де зустрічаються актор та глядач, людина здорова та людина з особливостями.

Таким чином бачимо, що театр є сукупністю інструментів та методик, які загалом спричиняють до росту і розвитку особистості та підвищення рівня її соціально-психологічної адаптації в суспільство.

ЭВРИТМИЯ – ЦЕЛИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО ДВИЖЕНИЯ

Волкова Людмила,

*старший преподаватель кафедры изобразительного искусства и дизайна
Института дошкольного, начального и художественного образования
КГПУ им. Б.Д. Гринченко, эвритмист,
член ОО “Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)*

Эвритмия в переводе с греческого – “прекрасный ритм, прекрасное движение”. В отличии от других видов художественного движения, эвритмия, в первую очередь, обращает внимание на тот факт, что всякое движение, совершаемое человеком, одухотворено и является выражением происходящего в его душе. Дать возможность внутреннему переживанию проявиться во внешнем движении – в этом сущность эвритмии.

Эвритмическое движение происходит из глубинных основ человеческого существа. В этом смысле эвритмия является мотивационным средством пробуждения сознания в человеке.

Идейным вдохновителем эвритмии является немецкий ученый и философ д-р Рудольф Штайнер. Рождение этого вида искусства в 1912 году послужило новым импульсом обновления искусства движения нашего века.

У истоков эвритмии стояла целая плеяда деятелей культуры: Андрей Белый, Максимилиан Волошин, Михаил Чехов, Черубина де Габриак, Лесь Курбас.

В число первых исполнителей входят Маргарита Сабашникова, Татьяна Киселева, Ася Тургенева, Наталья Поццо, Мария Савич и др.

Основными понятиями этого искусства являются “эвритмия – видимая речь, эвритмия – зримое пение”. А них раскрывается вся суть этого искусства. Звучащая речь и видимое пение обладают образным рядом, который посредством движения может быть выявлен из звукового в визуальный ряд. “Надо, чтобы возможно большее число людей активно, хоть в самой меньшей мере, но активно соучаствовало бы в воспроизведении музыки. Только тогда, когда такой человек ощутит изнутри материал, которым оперирует музыка, явнее почувствует он течение музыки вовне...” (Б.В. Асафьев).

Исходя из теоретических предпосылок и физических особенностей тела человека, опираясь на закономерности речи и музыки, Р.Штайнер, исходя из конституции современного человека и потенциальных способностей движения, сопоставил деятельность гортани человека с биомеханикой движения человеческого тела и разработал, на основе этих голосовых и двигательных способностей, базовые элементы эвритмического искусства, используемые также и в других видах искусства: ритм, метр, звук, тон, слово, хореографическое обрамление, цвет и т.д., которые передаются через эстетически оформленное движение – жест, пластику движения. Это не хореография или пантомима – это новый вид искусства, зарождение которого относится к началу XX века.

Эвритмия подходит к интерпретации слова и музыки, исходя из сущности и духа произведения. Поэтому она значительно отличается от эвритмии Жака Далькроза.

Далькроз считал, что нервная система должна быть так воспитана, чтобы ритмы, предлагаемые произведение искусства, могли бы вызывать сходные вибрации в человеке, производить мощную реакцию и вполне естественно переводиться в действительные ритмы. Далькроз ут-

верждал, что тело должно быть восприимчиво к эмоциям под влиянием художественных ритмов.

Основополагающий тезис Р.Штейнера состоит в том, что научное познание и художественное творчество представляют собой две стороны единого процесса, которому противостоят случайное и традиционное, противодействующие творческому началу.

Тело человека, его руки и ноги, в момент исполнения превращается в звучащий инструмент, а закономерности движения в пространстве обусловлены музыкальной либо поэтической формой произведения.

В воздушных жестах эвритмии открывается целый мир, и речь, скрытая в жестах, становится видимой и для внешнего зрения, ибо человек при этом выполняет те же самые движения, что и организм речи и организм пения. Так возникает зримая речь и видимо пение, именно они и являются эвритмией. Штайнер считал, что любой человек от трех до девяноста лет может лично участвовать в эвритмии, что с её помощью будет раскрываться красота, присущая каждому возрасту.

Эвритмия в соответствии с различными возрастными ступенями является важной помощницей в становлении человека. Сюда входят движения, наполненные смыслом: упражнения на концентрацию, развивающую ловкость, с палочками, с мячиками, на ориентирование в пространстве, переживание в пространстве различных геометрических форм, различные превращения форм в заданном пространстве, формы зеркального отражения.

В отличие от физкультуры и гимнастики, которые ориентированы на общую культуру физического тела, эвритмия опирается на активное душевное участие, проявляющееся в движении; и с другой стороны, на лежащие в основе движения объективные пространственно-геометрические закономерности.

Эвритмия – это социально-ориентированное искусство. При работе в коллективе концентрация на собственном движении постоянно связана с необходимостью чувствования движения других; всей группы, как единого организма, развития утонченного восприятия другого человека, окружающей природы. Таким образом, средствами эвритмии происходит постижение взаимоотношений “Человек – Мир”.

Чтобы развить социальные способности сотрудников, такие европейские предприятия, как Siemens, Bosch и т.д. на своих семинарах по управлению работают с эвритмией.

Эвритмия – это также искусство воли. В эвритмии человек исцеляет себя сам. Силой воли он выполняет упражнения, настраивается на успех, а это обязательное условие выздоровления.

В наши дни широко используется эвритмия в области исцеления. Лечебная эвритмия действует в первую очередь как могучий гармонизатор, приводя в согласование душевные силы человека. Она воспитывает тонкое восприятие музыкальных тонов и звуков речи, приводит к переживанию музыкальных и поэтических ритмов во всем теле, развивает способность концентрации.

Лечебная эвритмия возникла из осознания того, что болезнь всегда является частичным отклонением от здоровой гармонии сущностных членов человека. Движения художественной эвритмии здесь модифицируются и повторяются в определенной ритмичности.

Человеку от рождения присуще чувство ритма: он остро реагирует на его нарушение и так же чутко откликается на правильную, периодичную пульсацию. В основу эвритмии положен ритм классической музыки. Композиции Генделя, Баха, Бетховена, Моцарта, Шумана гармонизируют тело, и душу. Целительную силу движений эвритмист усиливает текстами.

Сущность ритма особенно ясно представляется в образе двух колеблющихся чаш весов, ищущих равновесия. Этот образ соотносится с самой человеческой природой. В развитии и укреплении способности гармонизировать состоит задача эвритмии.

Танец, главным образом является выражением отдельных душевных переживаний и субъективных эмоций.

Эвритмия ставит субъективное на службу объективному, стремясь в движении сделать видимой высшую закономерность. Благодаря этому, посредством последовательных упражнений, она постепенно развивает в нас гармонию и примиряет противоположности.

Задача эвритмии – гармонизировать все те крайности, однобокости, присутствующие в человеке, содействовать развитию его социального сознания и обновлять, оживлять весь организм. Она помогает современному человеку осмысленно двигаться среди своего окружения, как свободная творческая личность, воспроизводить тот “разговор” между Я и миром, какой уже почти умолк в наше время и который позволяет новому почувствовать жизнь и ее радость.

Литература:

1. Искусство эвритмии в лекциях и высказываниях Р. Штайнера. – М.: Парсифаль, 1996. – 201с.
2. *Steiner R.* Eurythmie als sichtbare Gesang – Dornach: GA Bibl. Nr. 278. – 348 s.
3. *Steiner.* Eurythmie als. Sichtbare Sprache – Dornach: GA Bibl. Nr. 279. – 260 s.
4. *Хорни Э.* Социальная гигиена. – Одесса: Путь познания, 1997. – 26с.

АРТ-ТЕРАПІЯ У ОПТИМІЗАЦІЇ ЖИТТЄВИХ ЗАВДАНЬ ОСОБИСТОСТІ

Гундертайло Юлія,

*молодший науковий співробітник Інституту соціальної
та політичної психології АПН України,
співзасновник ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)*

Життєві завдання, на відміну від життєвих цілей, зосереджуються на процесі діяльності особистості й не прикуті до результатів. Життєві завдання особистості стосуються скоріше тактики життєдіяльності особистості і слугують засобами реалізації життєвого смислу особистості та життєвих цілей особистості. Однак для більшості наших сучасників характерна ситуація, коли життєві завдання формулюються і реалізуються відокремлено від сенсу життя чи життєвих цілей. Таким чином, людині для самовизначення необхідно обмежити себе, сфокусувати свою увагу на важливому. Проте для багатьох наших сучасників сама ідея самообмеження є неприйнятною та фруструючою. Людина знаходиться під інформаційним пресом, і часто втрачає можливість хоча б замислитися над тим, що і для чого вона робить: темп життя невпинно зростає. Людина у наш час просто губиться у потоці інформації, бо майже все повсякденне життя зайнято *безособовими* повідомленнями, що мають на меті підсвідому маніпуляцію поведінковими актами особи.

Перехід із одного вікового ступеню на інший раніше здійснювався під керівництвом старших вікових груп згідно традиціям даної культури. Звичайно, найважливішою проблемою при переході було визначення майбутнього особистості, й відповідно, сфери активності у сучасному часі.

Архаїчні суспільства інтуїтивно та на ґрунті довголітніх спостережень побудували свої ритуали переходів так, щоб принести особистісному зростанню максимальний поштовх. Зазвичай, старійшини знайомили неофіта з його життєвими перспективами та діапазоном життєвих можливостей, в рамках яких особистість могла обирати для себе життєві завдання. Так само наймудріші члени суспільства звертали увагу на сни, видіння та почуття усіх учасників процесу ініціації й відповідно корегували соціальні функції особи.

Наша технічна цивілізація не забезпечує механізму цього переходу, дистанціюючись від проблем юного покоління. Підлітки несвідомо тим чи іншим чином знаходять собі ситуації спонтанної ініціації, тому цей віковий період називають “важким”. Фактично діти залишаються сам на сам з цілою лавиною зовсім нових почуттів й переживань. Проблемний підлітковий період, коли за традиціями і біологічними можливостями

ми людина найбільше здатна до самопізнання і самовизначення, ігнорується масовою західною культурою та втрачається час сензитивного періоду для створення життєвих завдань. Всі соціальні інститути працюють над тим, як спрямувати буйну підліткову енергію в мирне соціальне русло. Однак мало хто замислюється над тим, для чого природа так щедро наділила підлітків. На нашу думку, весь цей запас надається для того, щоб людина могла максимально ефективно побудувати свої життєві завдання, весь свій життєвий шлях і марнотрацтво в цей період боляче відживається кризами дорослого віку.

Тому у сучасній практичній психології з'явився розділ футуропрактики, присвячений роботі над майбутнім особистості. Серед арт-терапевтичних методик для цієї практики годиться колаж. Колаж – техніка арт-терапії, що полягає в прикріпленні до аркуша різноманітних друкованих зображень, що продукують соціальні проекти. Вибір цього методу обумовлений тим, що для надання роботі над майбутнім *ознак реалістичності* є більш доцільним використання фото-зображень, аніж просто зображень, що створюються наприклад, у процесі малювання. Образи малювання символізують скоріше внутрішній світ особи, сприяють фантазуванню та мріям. Фотографії ж навпаки, підкреслюють конкретність та обмежений діапазон того, що пропонує дане суспільство, надає створюваному образу майбутнього характеру потенційної реалізованості.

Сворюючи колаж на тему власного майбутнього, людина може оптимізувати свої життєві завдання, більш гармонійно поєднати різні сфери свого життя, прослідкувати історію формування того чи іншого аспекту процесу прогнозування.

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ

Дерлиця Мар'яна,

*магістрантка Вінницького державного педагогічного університету
ім.М.Коцюбинського, Інституту педагогіки та психології (Вінниця)*

Початок навчання дитини в 1 класі – складний і відповідальний період в її житті. Адже дуже багато змін відбувається. Це й нові умови життя та діяльності, нові контакти та стосунки, змінюється соціальна позиція: був просто дитиною, тепер став учнем, змінюється соціальний інститут навчання і виховання: не садочок чи бабуся, а школа, де навчальна діяльність стає провідною, обов'язковою, соціально значущою та оцінюваною, а діти, що її оточують, стають учасниками колективної діяльності, партнерами, товаришами [1; 4].

Пристосування (адаптація) дитини до школи відбувається не одразу. Не день і не тиждень потрібно для того, щоб призвичаїтися до школи по-справжньому. Це досить тривалий процес, пов'язаний зі значним напруженням усіх систем організму. Адаптованість – рівень фактичного пристосування людини, її соціального статусу й самовідчуття, задоволеності або незадоволеності собою й своїм життям [3, с.124].

У сучасній освітній практиці, поряд з формуванням знань і умінь, у число пріоритетних включені завдання, пов'язані із загальним особистісним розвитком і збереженням психологічного здоров'я учнів. Істотне значення в їхньому досягненні має психолого-педагогічний супровід дітей. Пильна увага до шкільної адаптації викликана тим, що, будучи динамічним процесом прогресивної перебудови функціональних систем організму, вона забезпечує віковий розвиток. Механізми ж пристосування, що виникли в процесі адаптації, знову й знову актуалізуються і використовуються у подібних ситуаціях, закріплюються в структурі особистості й стають підструктурами її характеру [2, с.48]. У становленні особистості важливу роль відіграють емоції та почуття та переживання дитиною подій власного буття. Розуміння педагогом дитини неможливе без правильної оцінки емоційних станів. Переживання викликають різні за глибиною стани схвильованості, зацікавленості, здивування, засмучення, задоволення тощо [4, с.14].

Зрозуміло, що є досить тісний причиново-наслідковий зв'язок між рівнем адаптації школяра і системою тих чинників, умов, у яких він виховувався. Безумовно, першокласники, що відвідували дитячі заклади, значно легше адаптуються до школи, ніж “домашні”, які не звикли до тривалого перебування в дитячому колективі.

Учні, яким важче призвичаїтися до школи, потребують особливої уваги та індивідуальної підтримки як з боку вчителя, так і психолога. Для ведення подібного супроводу психологу необхідно мати чітке уявлення про умови життя і виховання кожної дитини, її фізичний та емоційний стан, а також про характер міжособистісних стосунків маленьких учнів. На допомогу йому в цьому процесі може прийти арт-терапія. Для діагностики та корекції рівня адаптованості, а також характеру соціальної взаємодії учнів першого класу на початковому етапі навчання в школі нами була розроблена методика для індивідуально-групової роботи “Мапа світу наших фантазій”, в основу якої покладені методики “Картографування світу фентезі” та “Галактика класу”.

Для роботи необхідні ватман (4 аркуші), щільний папір, фарби, олівці, фломастери, пастель (крейда), воскові олівці, двосторонній скотч.

Дана методика апробувалась на базі першого класу приватної школи “АІСТ” міста Вінниці для діагностики, аналізу й оптимізації міжособистісних відносин школярів у період початку навчання в школі й формування класного колективу. У роботі брали участь 15 дітей у віці від 6 до 7,5 років. На підготовчому етапі роботи з дітьми обговорили, що в кожній людині є свій внутрішній світ, окрема “країна”, що існує за своїми власними законами, що сусидить із іншими такими ж “країнами”, що вступає в “міжнародні відносини”. Після цього дітям було запропоновано закрити очі й представити свою країну, те, що в ній перебуває, людей, які мешкають там, правила, згідно яких живуть у цій країні, а після – намалювати її на аркуші паперу. Після того, як країни були “створені”, дітям потрібно було представити себе “міністром закордонних справ” і презентувати свою країну на “міжнародному саміті”. Презентація включала розповідь про країну, обговорення її правил, показ “народного танцю” (за бажанням). На наступному етапі від розрізнених країн ми перейшли до створення загального “світу нашого класу”. Діти самі приймали рішення, де на загальній карті буде розташовуватися їхня країна, з якими країнами вона буде сусидити, якими границями буде оточена, і які шляхи з’єднають її з іншими країнами (якими?). Протягом наступних днів дітям було дозволено вносити зміни в їхні країни на загальній карті (за бажанням).

Проведення методики допомогло скласти загальну картину щодо рівня адаптованості кожної дитини, про умови життя та виховання, характер міжособистісних і міжгрупових відносин у класі; дало значну кількість інформації для психолога про кожну дитину окремо, а також про класний колектив у цілому, допомогло дітям виявити себе в приємній дружній атмосфері спільно-індивідуальної творчої діяльності, а також зробити перші кроки на шляху оптимізації психологічного клімату класу й формування позитивних міжособистісних відносин.

Література:

1. До проблеми адаптації першокласників. Адаптованість та дезадаптованість // Початкова освіта. – 2000. – № 37 (85). – С. 4.
2. *Завгородня О., Курчанська Л.* Шкільна адаптація і психологічне здоров’я першокласника // Педагогіка і психологія. – 2004. – № 4. – С. 47–55.
3. *Ковалева Е.* Социально-психологическая адаптация первоклассников в школе // Відкритий урок. Розробки. Технології. Досвід. – 2004. – № 13–16. – С. 124 – 127.
4. *Фадеева Т.* Готовність дитини до початку // Рідна школа. – 2003. – № 12. – С. 14 – 17.

ХАОС, СТРУКТУРА, СТИХИЯ В ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ОБРАЗАХ

*Колесниченко Татьяна,
учитель-методист (Севастополь)*

Когда-то более десяти лет назад я обратила своё внимание на произведение художника Леонида Сокова “Мать и дитя”. Репродукцию этого произведения я разместила в 22 уроке тетради “Мы и Мир” [2]. Драма столкновений нравственного и социального, вечного и тленного была центральной темой в работах художников не только в середине 80-х годов, но и сегодня.

Опираясь на исследования Арнхейма, я поставила перед собой задачу: исследовать не только принципы организации художественной формы и её восприятия в процессе визуального познания мира, но и возможности управления ими; показать взаимозависимость принципов организации Вселенной, жизни социума, человека, художественной формы; обозначить синхронизм этих периодически изменяющихся / повторяющихся процессов организации.

Вот как об этой проблеме и её решении пишет Арнхейм: “С психологической точки зрения это означает, что изучение искусства является необходимой частью изучения человека”. “В настоящее время, вероятно, было бы свыше чьих-либо сил вполне удовлетворительно исследовать вопрос о взаимоотношении между теорией визуальных видов искусства и соответствующей психологической теорией” [1, с. 22].

Во время работы над образом Леонида Сокова “Мать и дитя” я проделала путь по безлюдной Владимирской дороге к храму, к иконе “Владимирской Богоматери”, являющейся основой этого произведения – к иконе, которая давала силы, вела и оберегала всех христиан, в то же время – отражала организацию иерархической социальной структуры общества. Понятие **структура** происходит от латинского *structura*, что значит “порядок” (*struere* – класть друг на друга, строить).

Государственный порядок, сложенный веками, но требующий изменения, разбудил в обществе начала XX века неорганизованную силу. Направление этой могущественной, природной, разрушительной силы к первоначалу показано Татлиным в проекте памятника III Интернационалу. Слово **стихия** (от греческого *stoicheion*) означает “первоначало”. Стихия превращает порядок в хаос, из которого, согласно греческой мифологии, впоследствии образовалось всё сущее. В русском языке слово **хаос** происходит из греческого или латинского языка (*chaos*) и употребляется с XVIII века. В представлении древних греков хаос и космос обра-

зуют вселенную, то есть организация жизни на земле является проекцией динамично развивающейся структуры вселенной.

Проект башни стал своеобразным образцом, стимулирующим творческую мысль вплоть до наших дней, а так же художественным образом опыта, необходимого для создания новой структуры. Татлин проектирует свою башню, подобно Вавилонской башне, чтобы воссоединить утерянное некогда единство всего человечества. Оси башен наклонены параллельно земной оси, форма башни Татлина совпадает с формой Вавилонской башни и перекрывает её. Строительство Вавилонской башни было прервано по воле Бога, смешавшего все языки. Насильственное преобразование естества человека во имя любого единства, любой жёсткой структуры – идея утопическая и опасная.

Татлин был основоположником кинетического искусства. Общей для всех произведений кинетического искусства является их программная антистатичность. Точно так же Л.Соков накладывает образ “Матери и дитя” на икону “Владимирской Богоматери”. В ткань художественных образов современные художники вплетают Само Время. Творчество человека всегда связано с космическими ритмами. В своих творениях человек отражает структуру и ритм процессов, происходящих во Вселенной.

Кинетическое искусство зародилось в 20–30-х гг., когда В.Е Татлин, а позже А. Колдер в США и др., придавая вращательное или поступательное движение отдельным частям своих произведений, пытались преодолеть традиционную статичность скульптуры, придать большую активность её взаимодействию со средой. Кинетические объекты вносят в искусство органический элемент, но превращают произведение в род машины, отдаляя его от природы. Произведения кинетического искусства – впечатляющий, драматичный памятник грандиозной помойке, на которой человечество складировует отслужившие оболочки своих достижений. Но в то же время Соков показывает, что внутреннее пространство материнского образа является не только складом трагического опыта в жизни государства, но тщательно спрятанным за семью замками сокровищем, состоящим из достижений, реликвий, опыта как отдельной личности, государства, так и человечества.

Классиком кинетического искусства является Ж. Тэнгли, которого называют укротителем танцующего металлолома. На творчество Тэнгли оказал влияние русский авангард 20-х гг. В 80-е гг. в произведениях Тэнгли кроме иронии и издевки появляются радость и страх, улыбка и слезы (“Пойя” (иконостас), 1982–1984, галерея Шмела в ФРГ). Металлолом задумался о смысле жизни. Пойя, типично швейцарское произ-

ведение, – это образное, наивное и фольклорное представление подъема на альпийский луг.

Так же, как когда-то у Татлина, образ бесконечности прогресса и картина бесконечного мироздания совпали в мировидении эпохи и Тэнгли. Так же ось композиции получила наклон, параллельный земной оси. Нижний кубический объем символизировал Землю. Верхняя полусфера, имеющая форму рогов коровы, символизировала небо. Само Время вплелось в ткань скульптуры. Форма “Пойи” полностью совпала с формой башни в произведении Сокова, только стала трёхмерной. Теперь форма, находящаяся между кубом и полусферой, не рассекает, а связывает полусферу с кубом. Всё это отражает прогресс, развитие как образа, так и реальной жизни.

“Каждый акт визуального восприятия представляет собой активное изучение объекта, его визуальную оценку, отбор существенных черт, сопоставление их со следами памяти, их анализ и организацию в целостный визуальный образ” [1, с. 11]. Именно такой путь проделала я, организуя в целостный развивающийся визуальный образ произведение Л. Сокова с помощью наложения образов Энгра, Жана Тэнгли. Этот приём работы с образом Арнхейм называет оверлэппингом. Что положительного несет с собой оверлэппинг? “В результате достигается не просто “связь”, то есть обмен энергией между независимыми объектами, а совместное объединение, взаимопроникновение посредством обоюдного видоизменения. Отказываясь от точности сопоставления, художник совершенствует более утонченное и более яркое понимание человеческого общения. Он показывает напряжение между противоречивыми тенденциями, имеющими место в социальных отношениях, и потребностью в защите целостности личности” [1, с. 115].

Психические и физические явления неизменно дублируют друг друга. При этом сохраняется параллельность, то есть неизменное соотношение этих двух явлений. Перцептивный образ является восприятием, то есть отражением как предметов и явлений реального мира, так и архетипов в их целом во время воздействия на наши органы чувств. Процесс формирования перцептивного образа является отражением чувственных процессов структурообразования, происходящих внутри нервной системы. Перцептивные гештальты являются отражением как внешнего, так и внутреннего мира. Перцептивный образ является восприятием предметов и явлений реального мира, реализованных из множества вариантов, в их целом во время воздействия на наши органы чувств.

Если башня Татлина воспринимается по отношению к точке космоса, к которой она стремится, как определённое усилие, то он привлека-

ет к себе чем-то, чего в действительности нет. Однако это нечто большее, чем отвлечённая идея. Данная точка представляет собой часть воспринимаемой модели и является невидимым силовым фокусом, центром каких-то свойств, который расположен на значительном удалении и к которому стремится башня. Арнхейм об этой точке пишет так: “Можно сказать, что она получена путём “индукции” (так же, как при прохождении тока по одной электрической цепи в другой цепи, расположенной рядом, “наводится” вторичное напряжение)” [1, с. 24]. Или физические явления продублировали психические. При этом сохраняется параллельность, то есть неизменное соотношение этих двух явлений.

Такое же смещение силового фокуса получилось в композиции, объединяющей башню и “Пойю”. Глядя на композицию, объединяющую башню и “Пойю”, видно, как напряжение, исходящее из башни стремится к силовому фокусу, расположенному в космосе, затем, как разрешение возвращается в исходную точку, расположенную теперь уже на поверхности куба, символизирующего землю, для того чтобы “маятник” “Пойи” занял вертикальное положение, совместив свободное окончание маятника с полусферой. В этом образе показано действие механизма смещения удара с сильного центра на слабый, превращения психической организации в физическую реальность.

Так как изменения, происходящие в духовном мире, влияют на изменения, происходящие в физическом мире и наоборот, то визуальное это изменение выразилось наложением образа иконы Одигитрии (Путеводительницы) на образ иконы Елеусы (Умиления). Иконописный образ Матери может превратиться в более реалистический образ, например, образ Ренессанса – “Сикстинская мадонна” Рафаэля Санти (см. урок 22 тетради “Мы и Мир”) [2]. Вот как передал русский поэт Василий Жуковский свои впечатления от Сикстинской Мадонны Рафаэля: “...Приходит мысль, что эта картина родилась в минуту чуда: занавес раздёрнулся, и тайна неба открылась глазам человека”. Тайна рождения Вселенной из хаоса и космоса. Этапы рождения Ренессанса являются проекцией этапов рождения Вселенной: ***Структура – Стихия – Хаос – рождение новой Структуры Ренессанса.***

Литература:

1. Арнхейм Р. Искусство и визуальное восприятие. – М.: Прогресс, 1974. – 392 с.
2. Колесниченко Т. Самопознание. – <http://www.samopoznanie.net/>

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ МЕТОДОВ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ ОПЕРАТИВНО - СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Костюк Андрей,

*заместитель начальника Центра практической психологии управления
кадрового обеспечения Главного управления МВД Украины в Одесской об-
ласти, аспирант кафедры клинической психологии ИППО Одесского
Национального Университета имени И.И. Мечникова (Одесса)*

В настоящее время метод арт-терапии пользуется большой популярностью и эффективно применяется в области управления человеческими ресурсами организаций. Он может использоваться как самостоятельное направление в работе с персоналом, а также в виде отдельных арт-терапевтических методик, дополняющих традиционные тренинговые программы и повышающих их эффективность.

Повышенное требование к решению оперативных-служебных задач определило привнесение в данную область новых методов работы с персоналом, а также использование их в разрешении оперативных-служебных задач, требующих психологических знаний, одним из которых является психологическое сопровождение.

Психологическая служба в системе органов внутренних дел весьма молода, не смотря на это, привнесение в работу психологов данного ведомства новых терапевтических технологий, позволяет нам с уверенностью говорить о положительном характере данных мероприятий и их высокой результативности.

Основные направления деятельности ведомственных психологов сводятся к широкому кругу осуществляемой работы, из которых можно выделить два главных направления – это психологическое сопровождение работы с персоналом (*психологический отбор кандидатов на службу, адаптация, изучение и поддержка социально-психологического климата в коллективах, разрешение конфликтных ситуаций*); и второе – психологическое сопровождение оперативных-служебных деятельности (*работа с подозреваемыми и жертвами, составление психологических портретов, судебно-психологическая экспертиза, психологическая поддержка работников специальных подразделений*).

В каждом из этих направлений успешно находят свое место применения арт-терапевтические методики. Данную работу проводят психологи, имеющие квалификацию арт-терапевтов, что позволяет придерживаться основных научных принципов психологической помощи и коррекции. Это рефлексивная ориентация занятий, предполагающая стимулирование оппонентов к анализу продуктов своей творческой деятельности

сти с точки зрения отражения в них их личностных особенностей и переживаний; высокая степень спонтанности творческих актов со свободным выбором оппонентами как содержания, так и средств изобразительной деятельности, а также сознательный отказ психолога (арт-терапевта) от оценки художественно-эстетических достоинств продуктов творческой деятельности; пристальное внимание психолога к коммуникативным условиям деятельности группы, высокая степень взаимной толерантности участников занятий, эмоциональная гибкость самого психолога, принятие им особенностей творческой индивидуальности оппонентов и не навязывание им своего мнения.

Изобразительная деятельность клиента в арт-терапии происходит в присутствии психолога (арт-терапевта), который создает для него психологически безопасную среду, помогает ему творчески проявить себя, а также организовать и осознать свой опыт. Важнейшими факторами лечебно-коррекционного воздействия выступают изобразительная деятельность, психотерапевтические отношения и *обратная связь клиента и арт-терапевта*.

В работе с сотрудниками милиции особенно это касается представителей оперативных подразделений, традиционные психологические методы, к сожалению, не позволяют достаточно эффективно осуществлять психологическую коррекцию, в силу их вербализации, что создает определенную сложность в работе с представителями такого рода профессий, которые особенно подвержены эмоциональному и психологическому истощению, а также имеют специфический склад мышления и выраженную скрытность, обусловленную спецификой профессиональных задач.

Арт-терапия же открывает перед психологами огромное пространство для психологической помощи и коррекции, позволяет выполнять ряд общих долгосрочных задач, таких, в частности, как развитие у сотрудников навыков решения проблем их межличностной компетентности и совершенствование коммуникативных навыков, а также раскрытие творческого потенциала сотрудников и формирование у них здоровых потребностей.

Когда психологу удается преодолеть защитные тенденции, краски способны вызывать сильный эмоциональный отклик, ощущение радости открытия, стимулировать воображение. Глина, тесто, песок, и иные пластические материалы обладают значительными возможностями для выражения сильных переживаний, в том числе чувства гнева. Работа с ними предполагает большую степень физической вовлеченности и мышечной активности, что делает ее более “энергоемкой”, затрагивающей психофизиологические процессы. Поэтому в работе с ними нередко мо-

жет иметь место положительный эффект при психосоматических нарушениях и соматовегетативных проявлениях невротических состояний.

Особо хотелось бы отметить, что высокие показатели результативности использования арт-терапевтических методов мы получили именно в решении оперативно-служебных задач. Психологи центра практической психологии успешно проводят тренинги с представителями службы криминальной милиции по делам детей (СКМД) Главного управления МВД Украины в Одесской области, а также их подопечными. В условиях напряженной и специфической деятельности, возрастающей нагрузки, у многих оперативных работников службы по делам детей развивается синдром “эмоционального выгорания”. В связи с чем они временно не проводят работу с неблагополучными и явно дезадаптированными подростками, и тогда, ведомственные психологи берут на себя функцию психологической поддержки таких подростков и представителей данной службы. Учитывая то, что большинство детей не могут описать свое состояние словами, использование арт-терапевтических методик помогает установить контакт с ребенком, существенно повысить качество проводимых коррекционных процедур и определить сложность взаимоотношений в его семье, что часто требуется в работе оперуполномоченных службы по делам детей для выполнения оперативно-следственных задач. Практика показывает что, используя кинетический рисунок семьи, можно идентифицировать признаки семейного алкоголизма и подтвердить наиболее вероятные факторы трудностей в адаптации к школе и социуму в целом.

Привнесение арт-терапии в работу отдела КМСД и ее использование в работе с детьми улиц, позволяет нам не только осуществлять психо-коррекционные воздействия в отношении детей с эмоциональными и поведенческими нарушениями, но и обучать их творческому выражению своих чувств и развивать их познавательные навыки.

ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОГО “ІНКЛЮЗИВНОГО ЦЕНТРУ ТВОРЧОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ “КАЛИНОНЬКА”

Ленів Зоряна,

*аспірантка кафедри логопедії Інституту корекційної педагогіки і психології
НПУ ім.М.П.Драгоманова, викладач Педагогічного коледжу Львівського
національного університету імені Івана Франка,
завідувач науково-практичної лабораторії “Калинонька” (Львів)*

Сучасна стратегія модернізації системи освіти в Україні базується на ідеях зміни суспільного соціально-психологічного та соціально-еко-

номічного ставлення до осіб з особливостями психофізичного розвитку. Внаслідок детального аналізу отриманої інформації в ході дослідження цілої низки проблем розвитку, діагностики та психокорекції дітей з порушеннями психофізичного розвитку, вивчення процесу переходу до інклюзії (спільного навчання здорових та особливих дітей) у країнах Європи та Північної Америки, при Педагогічному коледжі Львівського національного університету імені Івана Франка з вересня 2008 року було започатковано діяльність *науково-практичної лабораторії “Інклюзивний центр творчого розвитку дітей “Калинонька”*.

Ідея заснування центру базується на основних положеннях Л.Виготського про те, що мистецтво є основою психічного розвитку дитини, про складну структуру дефекту, а також на інноваційних тенденціях інклюзивного навчання осіб з особливостями психофізичного розвитку. Л.Виготський, який відмічав особливу *роль художньої діяльності як у розвитку психічних функцій, так і в активізації творчих проявів* дітей з особливими освітніми потребами в різноманітних видах мистецтва (музики, живопису, театру, художнього слова), так обґрунтовує механізм “*катарсису*” (очищуючої дії мистецтва): “Перетворення почуттів у мистецтві полягає в переході їх у свою протилежність, тобто у позитивну емоцію, яку несе в собі мистецтво”.

Таланти і можливості учнів з особливими освітніми потребами, звичайно, найбільше розкриваються під час творчої діяльності. Розкриття скритого творчого потенціалу дитини здійснює значний терапевтичний ефект. Цей напрямок психотерапії використовується у багатьох високо розвинутих країнах з корекційною метою вже понад 100 років. Зокрема, у країнах Північної Америки існує велика кількість реабілітаційних центрів, методи психолого-педагогічної корекції яких базуються на арт-терапії. Також у країнах ближнього зарубіжжя успішно функціонує широка мережа аналогічних закладів для дітей з особливими освітніми потребами. Так, наприклад, у Санкт-Петербурзі ще з 1994 року функціонує “Центр творчої реабілітації дітей-інвалідів”, основним завданням якого є морально-естетична реабілітація дітей засобами арт-терапії [3].

В Україні арт-терапія в освітній галузі знаходиться на стадії практичного розвитку та пошуків науково-теоретичних обґрунтувань. Зокрема, президент ГО “Арт-терапевтична асоціація” О.Вознесенська вважає, що використання технік та технологій арт-терапії в освіті має велике практичне значення: учасники здобувають цінний досвід *позитивних змін*, поступово відбувається *поглиблене самопізнання, самосприйняття, гармонізація особистості, особистісне зростання*, розвивається

рефлексія й аналіз своєї поведінки, думок і почуттів, розширюються **зв'язки з іншими людьми**, через переживання сильних емоцій, завдяки подоланню труднощів, людина очищується та стає більш терпеливою та спокійною. Заняття в групі допомагають розвинути здатність до **ефективного спілкування, навчитися сприймати себе та інших** [2].

Ці твердження багато у чому співпадають із баченням філософії інклюзивного навчання провідними вітчизняними та зарубіжними науковцями у галузі корекційної освіти (М.Айшервуд, І.Бгажнова, Т. Берник, В. Бондар, Д. Бородій, Т.Бут, Л. Вавіна, О. Гамаюнов, В. Засенко, І. Кобель, А.Колупасва, С. Литовченко, Дж. Лупарт, М.Малафєєв, Р. Петришин, Д.Рассел, М. Родда, В.Синьов, А. Станевський, О.Таранченко, В. Тарасун, А.Шевцов, М.Шеремет, Л. Шипіцина та багато ін.). Тому, перехідна модель до інклюзивного навчання – підготовче навчально-розвиваюче інклюзивне середовище, що передбачає спільні заняття арт-терапією дітей з особливостями психофізичного розвитку зі спеціальних шкіл-інтернатів та реабілітаційних центрів та здорових дітей із загальноосвітніх шкіл може бути доцільною та ефективною у процесі зближення, інтеграції та подальшого усвідомлення основної ідеї інклюзії: “усі різні – усі рівні” [3].

Виходячи з цих міркувань, ідея створення науково-практичної лабораторії базується на такому припущенні, що спільні заняття творчістю приведуть до усвідомлення того факту, що **особливі діти заслуговують на достойне співіснування у соціумі, здатні до повноцінної самореалізації**, якщо оточуючий світ визнає можливості їх творчої реабілітації. Головною **метою** роботи з дітьми у центрі творчого розвитку є **розкриття скритого потенціалу** особистості, **психокорекція, пробудження гуманного ставлення суспільства до дітей з особливими потребами**, а також створення безболісного **переходу до повної інклюзії у школах**.

Література:

1. *Выготский Л.С.* Психология искусства. – М.: Педагогика, 1987. – С. 118.
2. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті / О. Вознесенська, Л.Мова. – К.: Шк.світ, 2007. – 120 с.
3. *Ленів З.П.* Арт-терапія в інклюзивній освіті// Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія: Зб. наукових праць. – Випуск 11. – К.: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2007. – С. 98-100.
4. *Сусанина И.В.* Введение в арт-терапию: учебное пособие. – М.: Когито-Центр, 2007. – 95 с.: ил.

ПРОСТРАНСТВЕННОЕ СВОЕВОЛИЕ В КОМПОЗИЦИОННОЙ СТРУКТУРЕ

Мова Людмила,

кандидат психологических наук, доцент кафедры практической психологии Института социологии, психологии и управления НПУ им. М.П.Драгоманова, руководитель Центра психологии движения и танца “Малюма и Такете”, член ОО “Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)

“Цель написания картины – не создание полотна – как бы абсурдно это не звучало.... Цель, которая является обратной стороной каждого настоящего произведения искусства, заключается в достижении состояния бытия (подчеркнуто автором), состояния возвышенной деятельности, большего, чем обычный момент существования. [Картина] – всего лишь побочный продукт этого состояния, его след, отпечаток”. Это цитата из книги “Дух искусства” американского художника и преподавателя Роберта Генри (1923 г.) актуальна, на наш взгляд, по сей день и для всех видов искусства. Просто для одних людей наиболее доступна музыкальная форма (она действует на всех вообще и исключения чрезвычайно редки), для других – живописная, для третьих – литературная... А для кого-то – танцевальная...

В танцевально-двигательной терапии существует много различных вариантов работы, начинающейся от внутреннего импульса, т.е. момента, когда движение рождается, благодаря внимательному слушанию внутренних процессов и свободному проявлению собственной необходимости, при этом изначально оно может быть незначительно по амплитуде и усилию, и внешне не очень заметным. Все это очень созвучно с принципом Василия Кандинского “о внутренней необходимости”, которую он определяет как ведущий принцип во всей сфере духовной жизни. И именно Кандинский одним из первых заговорил о том, что наряду с обычными, известными всем интер-модальными синестезиями, т.е. межчувственными ассоциациями, существуют и менее очевидные, но столь же важные, интрамодальные (внутренние) синестезии. Это психологические ассоциации, возникающие между отдельными компонентами внутри одного сенсорного материала. Например, Кандинский отметил, что активный желтый цвет близок по эмоциональному воздействию к активной, острой фигуре треугольника, а спокойный синий цвет близок к спокойному кругу и т.д. Художник говорил, чем острее угол, тем ближе он к пределу тепла, и наоборот, с постепенным убыванием тепла после красного прямого угла все сильнее тяготение к холоду, вплоть до возникновения тупого угла в 150 градусов, типично синего угла, являющегося предчувствием кривой и имеющего конечной целью круг [1, с.172].

На наш взгляд интересным являются мысли Кандинского о децентрации.

Децентрированное построение намеренно усиливает драматическое звучание. Это созвучно, на наш взгляд, с пониманием внутренних связей в человеческом теле, и восприятием индивидуальных многочисленных отношений внутри собственной деятельности. Чем осознаннее личность, и чем больше внимания уделяется выстраиванию взаимосвязей в теле относительно центра и внутреннего стержня, чем четче пространственные намерения, тем больше гармонии в действиях человека и тем реже встречается драматическое звучание в его жизни.

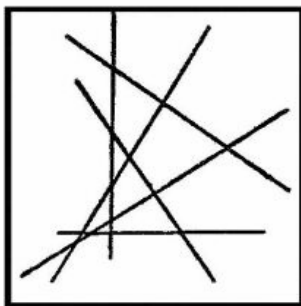


Рис. 1. “Все децентрировано” [1, с.243].

В практике танцевально-двигательной терапии огромное значение имеет Laban Movement Analysis (практический и теоретический метод исследования движения, разработанный Рудольфом Лабаном), с помощью которого появилась возможность исследовать и понимать знаковую систему любого языка, который связан с физической выразительностью и движением.

Базовый блок знаний LMA включает в себя *усилие* (динамические качества веса, времени, пространства и потока), *пространство* (примеры точек в пространстве, через которые движется тело), *форму* (изменение формы тела в пространстве), что тоже имеет много параллелей с мыслями и исследованиями Кандинского.

Кроме того, Лабан определил связь усилия с внутренней мотивацией. Согласно ему, сила связана с физическими функциями, время – с интуицией, пространство – умственными функциями, а течение – с эмоциями.

Литература:

1. Кандинский В. О духовном в искусстве // Избранные труды по теории искусства. Том 2. – М.: Гилея, – 2008. С. 100–101.
2. Jean Newlove & John Dalby. Laban for all. – London: Nick Hern Book, 2004. – 255 p.

АРТ-ТЕРАПІЯ ВІРТУАЛЬНІСТЮ І ВІРТУАЛІЗОВАНА АРТ-ТЕРАПІЯ

Найдьоновна Любов,

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

Арт-терапія проходить шлях переосмислення різних видів мистецтва як ресурсу розвитку особистості, допомоги у подоланні проблем і дисгармоній. Основним принципом арт-терапії є створення умов для пробудження творчого потенціалу особистості, яка ступає на шлях подальшого самозцілення.

Важливе місце в арт-терапевтичному процесі відводиться ролі психотерапевта, який виступає більш умілим щодо організації взаємодії, оснащеної арт-терапевтичними методами. Чи є психотерапевт необхідною фігурою цілющої взаємодії? Хто виступає суб'єктом арт-терапії? Наскільки в різних арт-терапевтичних підходах важливим є наше реальне тіло та феномен присутності в одному часі-просторі? Відповіді на ці важливі методологічні питання потрібні не тільки для абстрактних мисленевих експериментів, але для розуміння перспектив і меж розвитку арт-терапевтичного руху загалом.

Однією із таких перспектив є напрям розвитку віртуальної арт-терапії, тобто арт-терапевтичного процесу в форматі віртуальної комп'ютерно опосередкованої реальності, наприклад, віртуальних арт-терапевтичних студій. Така перспектива виглядає досить реалістичною з огляду на активну розробку віртуальних діагностичних лабораторій (наприклад, для діагностики обдарованості), віртуальних консультаційних приймалень тощо. З іншого боку, сучасні комп'ютерні технології дають можливість конструювання широкого кола засобів творчості, на базі яких також може бути надбудований арт-терапевтичний процес: це і створення різного роду інсталяцій (поєднання різних видів мистецтва на основі комп'ютера), віртуальні анімастудії і мобільні аматорські кіностудії та кіноклуби, різноманітні творчі блогерські проекти, творчість у віртуальному просторі платформ типу "секонд лайф" та досить багато інших можливостей. Цей напрям розвитку арт-терапевтичного руху пропонуємо назвати *віртуалізованою арт-терапією або кібер-арт-терапією*.

Зважаючи на те, що кожне мистецтво, на базі якого надбудовуються арт-терапевтичні методи, має свою іпостась розваг, і саме в цій іпостасі знаходяться системні причини розвитку мистецтв як суспільних інституцій, виглядає досить логічною наступна думка. Навіть у сучасній

геймерівській (комп'ютерні ігри) розважальній практиці, яка викликає велику тривогу суспільства з огляду на розвиток гейм-адикції, можна побачити також арт-терапевтичні перспективи. Переосмислення практики розваг відбувається сьогодні на базі серйозних наукових досліджень цього феномену. Відомо, зокрема, що існують ігри, які надають реальну можливість реалізації пошукового, творчого потенціалу особистості. Проте, використання ігор як арт-терапевтичного засобу ще не набуло достатнього поширення. Арт-терапевтична спільнота може стати тією силою, яка, згуртувавши суспільні зусилля, зможе адекватно поставити і виробити шляхи розв'язання проблеми терапевтичності віртуального середовища, що нині потужно розвивається.

Друга теза, яка пов'язує арт-терапевтичний підхід із віртуальністю, спирається на її розуміння в широкому сенсі. На цьому полюсі віртуальність розглядається як синонім символічного в опозицію реальній першооснові символізації (матеріальної реальності). Не будучи прихильником надмірного розширення обсягу поняття віртуальності, зауважую наявний евристичний потенціал постановки питання про пошук механізмів терапії у характеристиках віртуальності, створюваної в інтерсуб'єктивному просторі терапевта і клієнта (клієнтів). Віртуальний світ може постати не тільки рекреаційним пристанищем, куди втікає людина для самовідновлення своїх душевних сил, але ресурсом насаження і саморозвитку. Насправді, саме у створенні таких "віртуальних світів" (життєвий світ, внутрішній психологічний світ людини – варіації таких віртуальних світів) полягає одна із місій мистецтва. В арт-терапії процес віртуалізації набуває більш відрефлексованої і керованої форми, спрямованої на розв'язання психологічних проблем клієнтів. Проведені у віртуальній формі зміни (у форматах казко-, бібліо-, кіно-, музико-, фольк-терапії та багатьох інших напрямів) дають результати у вигляді нових вчинків, змін поведінки, а відтак, і матеріальних досягнень суб'єктів. Цьому напрямку розвитку наукових знань дамо назву: *арт-терапія віртуальністю*.

Таким чином, розглянуто два різні напрями розвитку взаємозв'язку поняття віртуальність та арт-терапія, похідні від широкого чи вузького розуміння концепту віртуальність. Обидва ці напрями мають значний евристичний потенціал і перспективи розвитку практичного втілення теоретичних знахідок.

ОРИГАМИ – НОВОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В АРТ-ТЕРАПИИ

Осадчук Лариса,

*биолог-генетик, руководитель Киевского клуба оригами,
руководитель кружка оригами Киевской гимназии № 109 (Киев)*

Среди современных средств и направлений в арт-терапии все ярче заявляет о себе относительно новое перспективное направление – оригами. Традиционное японское искусство оригами – конструирование разнообразных бумажных фигурок путем складывания квадрата без вырезания и склеивания – все шире интегрируется в мировую культуру и науку, становится предметом исследований специалистов таких отраслей, как конструирование, архитектура, математика, технический дизайн, педагогика, практическая психология и арт-терапия. В наше время оригами как метод арт-терапии с успехом используют в лечебной и реабилитационной практике врачи самых разных специализаций. В материалах Первой международной конференции “Оригами в педагогике и арт-терапии” [1, 2] отмечается позитивное влияние занятий оригами в работе с инвалидами слуха, зрения, опорно-двигательной системы, пациентами психоневрологических диспансеров, психиатрических больниц, глухонемыми, онкологическими больными, а также социальной реабилитации наркоманов, алкоголиков и заключенных. Многочисленные исследования свидетельствуют о том, что оригами улучшает качество жизни больных, уменьшает уровень тревожности, помогает забыть боль и горе, повышает самооценку, способствует налаживанию дружеских отношений, взаимопомощи в коллективе, взаимопониманию между врачом и пациентом. Поэтому неслучайным является появление нового термина в арт-терапевтической практике – “образ жизни оригами”.

В чем же секрет применения оригами в реабилитационной работе, в первую очередь детских отделений больниц, санаториев? Занимаясь оригами, ребенок становится участником захватывающего действия – превращения бумажного квадрата в оригинальную фигурку – цветок, коробочку, бабочку, динозавра и т.д. Этот процесс напоминает фокус, маленькое представление, что всегда вызывает радостное удивление. Путем последовательных несложных изгибов вдоль геометрических линий получаем модель, которая поражает своей красотой и изменяет в лучшую сторону эмоциональное состояние больного. Возникает желание показать кому-то это чудо, сложить что-то еще. Исчезает чувство изолированности, налаживается общение, в том числе и врача с пациентом, что является особенно важным, если пациент – ребенок. Бывают случаи, ко-

гда дети, в состоянии страха, тревоги отказываются принимать еду или лекарства. Тогда на помощь приходит кукла в руках арт-терапевта и невозможное становится возможным. Такой же “волшебной палочкой” служит оригами. Но далеко не в каждой больнице найдется специалист по куклотерапии, в то время как складывание в технике оригами доступно практически всем, да и бумага есть всегда под рукой. Известны примеры успешного использования оригами даже в случаях аутизма. Известно, что сын Николая II, Алексей был болезненным и замкнутым ребенком с симптомами аутизма. Преподаватель из Англии, применив технику оригами, не только сумел разговорить мальчика, но и повысил его интерес к английскому языку. Вот еще один пример, со взрослым человеком: терапевт пытается привлечь внимание больного, листая перед ним красочный иллюстрированный журнал. Пациент безучастен. Тогда врач вырывает страницу из журнала, складывает из нее фигурку оригами, и пациент начинает проявлять к увиденному интерес, – контакт установлен. Эффект усиливается, если применить подвижные фигуры оригами, такие как прыгающая лягушка, каркающая ворона, журавлик, машущий крыльями и др. Такие бумажные игрушки интересны и взрослым и детям, особенно, если они сложены собственными руками. С ними, в условиях стационара, можно устраивать игры-соревнования для детей. А тем, кто ограничен в передвижении, доступны и поднимут настроение пальчиковый кукольный театр и сказки оригами, разнообразные головоломки из бумаги – все это внесет новые яркие цвета в серую действительность жизни маленького пациента. Врачи из разных стран мира, где уже более 20 лет используется оригами, утверждают, что эти занятия значительно улучшают эмоциональное состояние больных, снимают депрессию, повышают уверенность в собственных силах, способствуют установлению дружеских контактов, что в целом улучшает психологическое состояние пациентов и делает лечение более эффективным. Уникальность арт-терапевтического влияния оригами заключается также в том, что человек, даже в условиях полной изоляции, имеет возможность вести диалог с собой, со своим интеллектом. Это приносит огромное удовольствие.

Причин успеха занятий оригами в арт-терапии и организации досуга больных в детских больницах и реабилитационных центрах много:

- во-первых, – это сама бумага с ее привычным, неагрессивным статусом. С бумагой можно делать все, что угодно: смять, разорвать, рисовать на ней, а в оригами бумага выступает в новой необычной роли – из нее можно сложить множество интересных моделей. Появляется мотивация, желание научиться этому;

- освоить технику оригами очень легко, в любом возрасте, как детям, так и взрослым (в условиях больницы это могут быть и специалисты-психологи, и родители, и медицинский персонал);

- результат достигается быстро;

- имеет место прогнозируемый позитивный результат – если составлять фигурку аккуратно и точно, она обязательно получится красивой, и залог этому – сама природа этой техники конструирования, где главенствуют точность, симметрия и гармония геометрических линий;

- есть возможность “руководить процессом”, т. е. вносить изменения в фигурку по своему желанию, изобрести много собственных моделей;

- устраняется барьер между врачом и пациентом, возникает атмосфера доверия;

- в оригами осуществляется невербальный контакт в общении, что в отдельных случаях бывает единственно возможным;

- оригами объединяет приемы и формы работы некоторых других арт-терапевтических направлений: сказкотерапию (сказки оригами), игротерапию (игры с подвижными фигурками), терапию средствами драмы и куклотерапии (разыгрывание сцен с куклами оригами, маскам, и тому подобное), терапию средствами музыки, хорового пения и эвритмии (с присущими им гармонией и ритмичностью движений при складывании фигурок), терапию цветом (используется разноцветная бумага);

- метод повтора и ритмичность в складывании модульного оригами (звезды, орнаменты, “3D”-модели) уравнивают психическое состояние человека;

- сама форма некоторых фигур (кусудам, многогранников, каркасных структур) несет положительный гармонизирующий и оздоровительный эффект.

Интересно, что одни из самых древних фигур оригами – кусудамы – бумажные шары из шести или более модулей, и в наше время не утратили своего традиционного назначения – нести здоровье людям. Считается, что такой шар, если его подвесить над кроватью больного, будет способствовать выздоровлению. Такие представления относятся к области сакральной геометрии, а сам термин используется археологами, антропологами, философами и культурологами. Его применяют для описания системы религиозных, философских и духовных архетипов, которые наблюдаются на протяжении всей истории человечества и так или иначе связаны с геометрическими воззрениями относительно устройства Вселенной и человека. Согласно этим представлениям, человек, с помо-

шью некоторых геометрических объектов (правильных многогранников, к примеру), вступает в контакт с энергетическим миром, земной и космической энергией, что дает силы для его физического и духовного развития. “Все есть энергия, вибрация, гармония и диссонанс частоты; все есть геометрия” [3]. Возможно, в этом и секрет притягательной силы и оздоровительного потенциала оригами. В нем царит геометрия. Современные исследования показывают, что правильные многогранники (Платоновы тела) могут защищать от излучений техногенного свойства, активизировать саморегуляцию организма, восстанавливать энергообмен человека. Внутри помещений в форме пирамид процессы заживления и выздоровления идут быстрее. Выпуклая форма без граней позволяет накапливать энергию и передавать владельцу. Овальная форма положительно влияет на психику и поведение. Круглая форма конденсирует энергию лучшим образом и служит для усиления здоровья.

Есть еще одна фигурка оригами, которая всегда будет ассоциироваться с надеждой выздороветь. Это японский журавлик “цуру”, птица с длинной шеей – символ долголетия и счастливой жизни. Согласно японской легенде, если сложить тысячу таких журавлей, исполняется желание. Через десять лет после атомной бомбардировки Хиросимы и Нагасаки, японская девочка Садако заболела лейкемией, – она стала складывать тысячу бумажных журавлей, чтобы выжить. Когда она поняла, что не выздоровеет, то, складывая журавликов оригами, стала молиться за мир во всем мире. Садако не успела сложить их, но из разных стран мира летят теперь тысячи бумажных журавлей к мемориальному комплексу в Хиросиму, как символы надежды.

Практика использования оригами в арт-терапии дает стойкий позитивный эффект, о чем свидетельствует опыт работы врачей разных стран мира в течение почти двух десятков лет. Имеются примеры успешного использования оригам в России (Московский институт детской онкологии и гематологии). По свидетельству Н.Д.Острун [4], применение сказок оригами, подвижных фигур и коллективной работы в складывании кусудам является наиболее производительными формами в организации досуга больных детей. Занятия оригами способны отвлечь их внимание от болезни и облегчить тяжелое душевное состояние.

Позитивное влияние занятий оригами в течение ряда лет изучали практические психологи Екатерина и Юрий Шумаковы из Ростова-на-Дону, чей сайт с оригами был в свое время признан лучшим в мире. Они пришли к выводу, что занятия оригами:

- повышают активность правого полушария мозга и уравнивают работу обоих полушарий;
- повышают уровень интеллекта в целом;
- активизируют творческое мышление;
- повышают и стабилизируют на высоком уровне психоэмоциональное состояние;
- снижают тревожность и помогают легче адаптироваться к тяжелым ситуациям;
- улучшают двигательную активность рук, развивают моторику пальцев;
- улучшают глазомер [5].

Эти наблюдения одинаково ценны как для работы со здоровыми детьми, так и в условиях больницы, когда мобилизация психологического состояния является очень важным условием выздоровления.

Положительный опыт в работе со слепыми и плохо видящими описан Е.Л.Кабачинской (Санкт-Петербургский центр оригами) [6]. Она отмечает, что польза оригами состоит не только в развитии мелкой моторики, концентрации внимания, но и в развитии тактильной чувствительности, микроориентировании, возможности одномоментного восприятия целостности образа предмета, стимуляции творческих способностей. Перспективными являются исследования скорости усвоения точечно-рельефного шрифта и пространственного ориентирования в процессе занятий оригами – прекрасного средства реабилитации.

В нашей стране оригами в арт-терапии только начинает свой путь, а в педагогической практике существует уже более 15 лет. И первыми весомый вклад в дело популяризации этого искусства сделали М.Г.Яременко и О.М.Сухаревска из Полтавы. Вот любопытный случай психологической реабилитации ребенка, одного из их учеников, воспитанника детского дома, который находился в санатории. Им мало кто интересовался, до тех пор, пока он не сложил кусудаму, из обычных тетрадных листов. Сначала ею заинтересовались дети из палаты, потом обслуживающий персонал санатория, и, наконец, слух дошел до самого директора. Он пригласил парня к себе и спросил, верно ли, что тот сам сложил такую удивительную вещь. Парень ответил, что это так, и по просьбе директора составил еще одну кусудаму. Никому не известный до этого мальчик из детского дома стал героем, человеком, которым заинтересовались все, кто был в санатории. Этот случай запомнится на всю жизнь, даст ребенку уверенность в своих силах, повысит самооценку и улучшит эмоциональное состояние маленького пациента. Есть и другие

примеры социальной реабилитации детей, занимающихся оригами. Ученик 4 класса одной из киевских школ, благодаря увлечению оригами, не только преодолел обусловленную болезнью (нарушение речи) застенчивость, но и стал лидером группы детей, которых он обучал этому искусству. В моей практике были случаи, когда “отстающие” по основным предметам ребята, дети с ослабленным зрением, тревожные, необщительные, неуверенные в себе, были успешны в оригами и это им помогло справиться с их проблемами [2].

Обучение оригами и занятие с детьми в реабилитационных центрах не требуют много времени, или какого-то специального оборудования. В большинстве случаев нужны лишь бумажные квадраты или бумага формата А4 и элементарные знания оригами. Начальный курс оригами включает изучение базовых форм, основных приемов складывания, международных условных знаков для работы со схемами, знакомит с простыми классическими моделями, модульными оригами и техникой гофрировки. Изучаются также игровые методы работы с детьми. В оригами есть огромное количество моделей, разных по уровню сложности. Их выбор зависит от возраста ребенка и состояния его здоровья.

Развитие оригами в нашей стране, внедрение его в педагогику и арт-терапевтическую практику больниц, интернатов, детских домов, работу социальных служб для детей и молодежи – одно из приоритетных направлений работы Киевского клуба оригами, созданного в 2000 г. При поддержке Посольства Японии, Киевский клуб оригами ежемесячно проводит открытые занятия для всех, кто хочет приобщиться к этому искусству (преподавателей, врачей, студентов, детей и их родителей). Ежегодно организуются международные выставки, семинары, мастер-классы, проводятся консультации. Наша цель – популяризация оригами в нашей стране, использование его огромного потенциала в таких социально важных сферах, как педагогика и арт-терапия. Приглашаем к сотрудничеству всех, кто любит оригами и хочет найти достойное ему применение.

Литература:

1. Coet'91 Proceedings of First International Conference on Origami in Education and Therapy / Ed. Jonh Smith. – 440 p.
2. *Осадчук Л.О.* Образ жизни оригами: оригами в педагогике и арт-терапии. Простір арт-терапії: разом з вами. – Вип.2. – К.: Міленіум, 2006. – С. 54-60.
3. *Гулинкина О.* Геометрия жизни. Влияние формы упаковки на человека и ространство. – Ракгагін. – 1(15), февраль. – 2008. – С.56-62.
4. *Острун Н.Д.* Оригамная методика арт-терапии. – Сайт Московского центра оригами. – www.origami.ru.
5. Оригами. – 1997. – № 5 (9); 6 (10).

6. *Кабачинская Е.Л.* Преподавание оригами слепым и слабовидящим // Оригами и педагогика: Материалы 1 Всероссийской конференции преподавателей оригами 23-24 апреля 1996, Санкт-Петербург. – СПб, 1996. – С. 36.

ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДИКИ “КАРАКУЛІ” У ВІДДІЛЕНІ ПСИХІАТРИЧНОЇ ЛІКАРНІ

Панібудьласка Тетяна,

арт-терапевт Центру медико-соціальної реабілітації

Київської міської клінічної психоневрологічної лікарні № 1 (Київ)

Клієнти, що потрапляють у стаціонарні відділення психіатричної лікарні, переживають цілу низку почуттів негативного спектру: сором, жаль, напруження, недовіра до власного тіла й до персоналу лікарні, сум, збентеження та інше. Лікарі та й середній персонал, як правило, більш зосереджені на фізіологічних аспектах самопочуття клієнта, й не завжди здатні допомогти людині адаптуватися до ситуації, що склалася.

В такому випадку стають дуже доречними періодичні заняття з арт-терапії, що їх може проводити клінічний психолог у рамках реабілітаційних заходів. Одною з дуже ефективних методик роботи у відділенні психіатричної лікарні є методика “Каракулі” Д. Віннікота. Спочатку, на першому етапі, клієнтам просто пропонують погратися, як дітям, та намалювати каракулі, а далі – побачити який-небудь образ. Наступним кроком групі пропонують разом намалювати каракулі на спільному просторі (на 1 чи 2-х склеєних ватманах, залежно від розміру групи). Далі членам групи пропонується помінятися місцями та знайти образ у чужій роботі на задану психологом тему (або тему, актуальну для групи). При цьому ведучий фасилітує у клієнтів активну міжособистісну взаємодію, розповідання історій з особистого життя, рефлексію свого соматичного та психологічного стану.

Вищеописана технологія сприяє зниженню рівня психічної напруги у клієнтів, підвищується настрій, знімаються бар’єри спілкування з іншими людьми та й персоналом, розвивається креативність й зникає страх перед творчим самовираженням, відбувається адаптація до специфічних умов відділення. Така групова робота дозволяє також відкрити додаткові пласти діагностичної інформації про клієнта, котрі не були доступними у межах індивідуальних консультацій.

МУЗИЧНА ТЕРАПІЯ В УКРАЇНІ: ВІД ХАОСУ ДО СТРУКТУРИ

Побережна Галина,

*доктор мистецтвознавства, професор кафедри теорії і історії музики
Інституту мистецтв ім. М.П. Драгоманова,
професор НМА ім. П.І. Чайковського (Київ)*

Музикотерапія, що за минуле століття розвинулась у світі до рівня розгалуженої індустрії, дійшла, нарешті, кордонів України. Хоч тут музична терапія офіційно не визнана (не існує і системи підготовки професійних кадрів), сьогодні вже можна говорити про її *нову парадигму*. Ця спроможність підготовлена значною активізацією педагогічного і соціальнопсихологічного напрямів музикотерапевтичної практики, що розвинулись останнім часом. Актуальним стає теоретичне обґрунтування розширеного підходу до музикотерапії, розкриття її унікальних психокорегуючих можливостей за допомогою звернення до результатів останніх наукових відкриттів в галузі фізіології мозку, апеляції до універсальних підвалин буття.

Сучасному суспільству вкрай необхідний могутній потенціал музикотерапії – як знаряддя збереження психічного здоров'я, як засіб корекції емоційно-поведінкових порушень, що стрімко розповсюджуються. Власне, йдеться про виживання людини в технократичному світі.

Вчені довели, що мозок людини працює за музичними принципами, і через підсвідомість музика може активно впливати на поведінкові моделі людини, модифікувати їх, закріплювати нові. Екстраполяція універсальних музично-космологічних закономірностей на психологічну сферу дає змогу віднайти оптимальний *алгоритм* такої трансформації.

Він дивним чином кореспондує з постулатами сучасної гуманістичної педагогіки і психології, що закликають: “Слухай своє Я!”. Дійсно, у підсвідомості вже існує саме та якість, до якої треба ще “доплисти” крізь “житейські хвилі”. Про такий взаємоперехід внутрішнього і зовнішнього говориться як у прадавніх священних текстах, так і у сучасних наукових світомодельних теоріях. Кожен має віднайти не тільки своє місце у гармонії всесвіту, але й... самого себе, своє приховане Я, котре треба власними вольовими зусиллями вивести назовні. Інакше кажучи – трансформувати свою уроджену поведінкову модель. Відповідна музика, цілеспрямовано діючи на підсвідомість, спроможна витіснити потрібну частину її у зону усвідомленого. Так, за допомогою музики можна досягти *глибинних перетворень власного характеру*.

Цю трансформацію важливо зробити усвідомленою, тобто людині треба надати інформацію про об'єктивно заданий вектор її саморозви-

тку. Технологія зчитування цієї інформації і, власне, переходу до нової поведінкової моделі експериментально апробується сьогодні у Київському Центрі арт-терапії і психодіагностики. Серцевиною технології є поєднання психотерапевтичної роботи з музикотерапевтичною, до якої долучаються різні форми арт-терапії. Розробляється необхідна база матеріального забезпечення (науково-методичні видання, аудіо- й відеодиски), здійснюється фахова підготовка спеціалістів-консультантів.

Отже, музикотерапія розвивається сьогодні не просто як допоміжний до лікарських засіб зцілення, а як **новітня технологія самодійснення людини**. Основа цієї технології – цілеспрямований вплив на підсвідомість індивідууму з метою трансформації його характеру у об'єктивно заданому напрямку. Ця можливість ґрунтується на відродженні давньої ролі музики не як мистецтва, а як сакрального інструменту буття. Сьогодні вже можна зробити цей процес усвідомленим і самокерованим, задати йому чіткий вектор. Музика як носій сакральної інформації і музична терапія як могутній інструмент впливу спроможні допомогти людині згармонізувати і упорядкувати свої стосунки зі світом. Саме поєднання психотерапевтичних методів з керованим музичним впливом може зробити переворот у долі як окремої людини, так і суспільства загалом. Настає час, коли не тільки матеріальний світ, але й сфера людської психіки і людських стосунків постане дзеркалом вищої упорядкованості.

СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ТАНЦЕВАЛЬНО-ПСИХОМОТОРНОГО ТРЕНИНГА: ТЕЛО. ТАНЕЦ. РАЗУМ. ЧУВСТВА

Роговик Людмила,

*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии
Киевского национального лингвистического университета, руководитель
танцевального коллектива “Остров” при ДК з-да “Ленинская кузница”,
тренер Высшей социально-психологической школы
Института психологии АПН Украины (Киев)*

Теоретико-методологический анализ содержания танцевально-психомоторного тренинга требует обоснования общего проявления психомоторной активности в процессе личностного роста субъекта танцевальной деятельности. Психомоторную активность мы определяем как интегрированное свойство человека, направленное на психически обусловленные умственные и моторные действия по определению формы, содержания и способов решения когнитивных, регуляторных и коммуникативных задач. При этом внутренними детерминантами регуляции пси-

хомоторной активности выступают речь, чувства, образы, а внешними – пространство, темп и ритм танцевальной деятельности.

Основываясь на методологических принципах психомоторной активности, в тренинге предусматриваются: а) волевые акты поведения; 2) моделирование двигательной ситуации через построение структуры движения; 3) самоанализ и оценка мышечных действий в пространстве; 3) достижение цели – самоактуализация; 4) единство телесного пространства личности и пространства танца.

В танцевально-психомоторном тренинге двигательная деятельность строится на основе теории уровневого построения движений Н.А.Бернштейна. Исходя из этой концепции, мы рассматриваем танцевальные действия не как простую цепочку деталей, а систему, которая строится по законам иерархии и субординации построения движений. Каждое движение выполняется при участии тех или иных отделов центральной нервной системы. В зависимости от смысловой части моторной задачи психомоторные действия регулируются по-разному, в зависимости от назначения уровня движения: фонового или ведущего.

Уровень А: низший, подкорковый, почти всегда имеет фоновую роль, его функция состоит в регуляции тонуса мышц, которые произвольно или непроизвольно удерживают позу тела и обеспечивают необходимые ритмические вибрации. Для развития координационных возможностей на уровне А на первом этапе тренинга используются упражнения на развитие чувства позы, работа с весом тела, перемещением веса в пространстве в простых движениях, ознакомление со схемой тела, танцы отдельных частей тела. Таким образом на уровне А происходит ознакомление с основными категориями танца: вес, пространство, направление движения, схема тела в процессе выполнения упражнений в статике, движении, в парах и индивидуально.

Уровень В: высший подкорковый управляет группами мышц, создает динамически устойчивое движение, преодолевает сопротивление, выполняет фоновую роль при перемещении в танце. На этом уровне выполняется вся черновая работа, техника сложного движения. Возможности уровня В очень широки: пластика произвольных движений, ритмическая организация движения, жесты, мимика, пантомимика, непосредственное выражение эмоций. На уровне В происходит усвоение двигательных штампов, это – азбука танцевальной речи, иногда движения на уровне В бывают богаче высших уровней. Однако на уровне В информация о движениях неполная. На первом этапе тренинга выполняются ритмические танцы частей тела, движения в парах с закрытыми глазами. Зада-

ча: усвоить технику построения цепочки движений для поддержания заданного направления, тонуса и ритма.

Уровень С: кортикальный уровень. Именно с этого уровня возникает интерес к движениям не только со стороны физиологов, но и психологов. Уровень С обеспечивает высокую упражняемость движений, поскольку информация поступает не только из мышц, но и из зрительного анализатора. На этом уровне движений происходит приспособление к новым условиям, к новым моторным задачам, ритму, пространству. Но уровень С не может обеспечить самостоятельное передвижение в пространстве и действия с предметами. Без усвоенных движений на уровнях А и В здесь не обойтись. Чем отличается уровень С от А и В? Он имеет высокую степень свободы и независимость от физиологических процессов тела. Движения уровня С связаны с мыслью, они сопровождаются познавательным интересом, поскольку выполняются с четко поставленной целью: Откуда? Куда? Зачем? Движения уровня С точные, направлены на разумное освоение телесного пространства, и как результат – выполнение различных вариаций движений, отсутствие каких-либо повторов, гибкость и пластичность. На втором этапе тренинга происходит подражание в танце, а психомоторные возможности этого уровня проявляются в танцах “караоке”, в возможности выполнять движения в любом темпе. Однако несмотря на значительные возможности этого уровня, он не может обеспечивать регуляцию сложных танцевальных действий.

Уровень D: высшие отделы мозга. Обеспечивает выполнение смысловых цепочек и задач движений, на основе высших автоматизмов танцевальных движений. Именно на этом уровне открывается возможность для выполнения всевозможных танцевальных упражнений на реализацию чувств (кореология), образные танцы. Роль этого уровня как фонового очень незначительна, он отвечает за смысловую координацию движений, которая свойственна только человеку. По утверждению Н.А. Бернштейна, уровень D обеспечивает слияние физиологического с психологическим, а в процессе выполнения танцевальных упражнений танцор и тренер могут наблюдать за этими взаимопереходами. Ведущим мотивом движения становится не просто снятие мышечного зажима, получение эмоциональной разрядки, а передача глубинного смысла. Происходит слияние позы, формы тела, а тело действует как единый мышечный ансамбль. Таким образом, выполняются движения, которые благодаря разнообразию, чувственному насыщению и его осознанию, в состоянии передавать глубинную информацию партнеру. Выполняются движения в парах, т. е., танец используется как средство коммуникации. Для автоматиза-

ции передачи смысловой части танцевальной речи используются нижние уровни движений, включая уровень С: прорисовывание линий движения с дальнейшим протанцовыванием, использование атрибутов танца, которые несут смысловую нагрузку (костюмы, предметы и т.п.).

Уровень Е (кортикальный), высший. Этот уровень согласовывает мотивы движения, которые реализуются в музыке, поэзии, рисунке танце. На этом уровне происходит согласование танцевальных движения с внешним пространством, а тело танцора становится его частью, его продолжением, пространством в пространстве. На этом уровне происходит танцевание-рассказ о себе реальном, идеальном, о жизни других людей, о своих переживаниях. Такие танцевальные сюжеты раскрываются на третьем этапе танцевально-психомоторного тренинга.

Таким образом, психотерапевтический эффект танцевально-психомоторного тренинга достигается благодаря освоению танцевальных движений на основе четкой иерархизации уровней работы мозга. Каждый уровень имеет свою систему афферентации, свои функции, однако существует четкая субординация этих уровней. В танце принимают участие все уровни движений: от А до Е, однако уровень Е – ведущий, без него танец не может стать средством коммуникации и семантизации пространства сознания человека. Иерархия движений в танце классифицирует его как танцевальную деятельность, где происходит согласование гармоничной работы мышечных движений как сложного ансамбля, когда танцор способен целенаправленно руководить своей моторной системой, решая смысловые координации.

Литература:

1. *Роговик Л.С.* Танец і практична психомоторика: Навч. посіб. – К: КМІУВ, 1997. – 27 с.
2. *Роговик Л.С.* Теоретичні засади танцювально-психомоторного тренінгу// Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. Наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2007. – № 19 (43). – С.335-343.
3. *Роговик Л.С.* Психомоторика: практикум. Навчальний посібник. – К.: Главник, 2006. – 144 с.
4. *Роговик Л.С.* Психотерапевтичні ефекти танцювально-психомоторного тренінгу// Актуальні проблеми психології. Том X. Випуск 4. /За ред. акад. С.Д.Максименка. – К.: Главник, 2008. – С. 155-165.
5. *Роговик Л.С.* Психосемантика рухів у контексті танцювально-психомоторного тренінгу // Актуальні проблеми психології. Том X. Частина 1. / За ред.академіка С.Д.Максименка. – К.: Главник, 2008. – С. 234-245.
6. *Роговик Л.С.* Психологія танцю. – К.: Главник, 2007. – 304 с.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТЕАТР ІМПРОВІЗАЦІЇ PLAYBACK

Савінов Володимир,

*аспірант ІСПП АПН України,
керівник Київського Playback-театру “Déjà vu plus”
член ГО “Арт-терапевтична асоціація” (Київ)*

“Психологічний театр імпровізації Playback” (“Playback-театр”) – це новітня для Українського культурного простору форма самовираження та розвитку особистості – її думок, почуттів, соціальної ситуації. Playback-театр поєднує, з одного боку, традиції фольклорного театрального дійства з його яскравістю, емоційністю, небуденністю серед буденності та, з іншого боку, певні психотерапевтичні практики, що дають змогу долати психологічні проблеми та прискорювати особистісне зростання.

Ззовні Playback-театр схожий на психодраму та драматерапію, але між ними є певні відмінності. Так, на відміну від психодрами, у театрі Playback аудиторія чітко й однозначно поділена на два простори – простір глядача і простір сценічний. А на відміну від драматерапії Playback-театр працює лише з історіями, сюжетами, які з’являються “тут і тепер”. І головне – у варіантах психотерапевтичних практик протагоніст (людина, ситуація якої отримує увагу учасників) переважно бере участь у дійстві, що розігрується, а у Playback-театрі – виконує роль автора сценарію, драматурга і, після цього, роль глядача, уважного спостерігача, але по той бік сцени.

Вистава Playback-театру також не зовсім схожа на виставу традиційного театру. Так, оскільки Playback по суті інтерактивний, необхідною є роль ведучого вистави, який знаходиться посередині між глядацьким залом і сценою. Функції ведучого полягають в організації самої вистави, а саме – у стимулюванні глядачів до розповіді історій, у “обробці” історій – ставленні акцентів та додаткових запитань та обранні техніки, яку використовуватимуть актори для її інсценізації. Техніка дає змогу сконцентрувати увагу на змісті, але не переробляючи останній, а лише додаючи нових точок зору, можливостей для нових інтерпретацій...

В чому ж психологічне чи навіть психотерапевтичне значення Playback-театру для глядачів? (Тут ми свідомо залишаємо поза увагою психологічні механізми, що працюють у роботі акторів, а також аналіз естетичної сторони вистави).

По-перше, у *“присвоєнні” власного досвіду*, що відбувається вже під час розповіді своєї історії і сприяє становленню та розвитку особистісної ідентичності.

По-друге, у “повторному”, дещо *іншому сприйнятті власної ситуації чи переживання*, що дає потужну можливість їх переосмислення. Слід зазначити, що у Playback-театрі актори намагаються відобразити внутрішній світ оповідача максимально точно, не створюючи інтерпретацій та оцінок, а лише надаючи йому “матеріальності” та підсилюючи до рівня сценічної дії. Тут немає “хепі-ендів”, а лише, так би мовити, правда життя у “розгорнутому” вигляді. А вже протагоніст на свій розсуд може продовжувати логіку власної історії.

І, по-третє, у традиційному *відреагуванні почуттів*, що спирається на відомий ще з часів давньогрецького театру феномен катарсису, але ще підсилений “живістю”, актуальністю сюжету дії.

Отже, Playback-театр – це можливість втілити у життя, відкрити для інших свій внутрішній світ, при чому відкрити красиво.

І декілька слів стосовно організації “Playback-простору” в дещо незвичних умовах – в межах виїзного навчально-терапевтичного проекту “Арт-калейдоскоп”, що відбувся влітку 2008 року на мисі Казантип.

Як і у будь-якій психотерапевтичній роботі чи у соціально-психологічному тренінгу ситуація “повного занурення” при організації Playback-групи є винятково позитивною. Мається на увазі тимчасове відсторонення учасників від буденного життя, проблем, турбот, коли вони можуть переосмислити власні поведінкові патерни, сконцентруватися на іншому, часто незвичному світі взаємодії та почуттів. Цей ефект підсилює природне середовище, коли особистість може більш повно сприймати “подих” вітру, енергію сонця, загадковий “шепіт” лісу і по-новому відчутти у собі сили природних стихій.

Оскільки Playback-театр – це практика більше спільна, ніж індивідуально-орієнтована, то саме під час репетицій складається можливість сформувати команду однодумців, які відчувають один одного майже без слів. Без цього неможливий Playback-театр. Дуже цікаво відбувається становлення нової команди, коли учасники ще не мають сформованих взаємоставлень, а розпочинають нове артистичне життя у новому дружньому мікросоціумі, маючи можливість бути таким, яким хочеться.

Playback-театр не ставить собі за мету психотерапевтичний ефект для акторів, а їх будь-які індивідуальні відмінності можуть бути цікавим внеском до спільної сценічної дії. Хоча і не можна заперечити, що під час репетицій учасник обов’язково розширює межі самоусвідомлення та розвиває певні особистісні якості.

МОНОТИПИЯ В РАБОТЕ С СЕМЬЕЙ В СОЦИАЛЬНОЙ СЛУЖБЕ

Самышкина Олеся,

психолог Центра социальной поддержки семьи, детей и молодежи (Киев)

Цель доклада: представить особенности работы арт-терапии с семьей в социальной службе. Целевая аудитория “Центра социальной поддержки семьи, детей и молодежи”:

- Семьи, находящиеся в кризисе
- Члены семей созависимых (алко-, наркозависимых)
- Приемные семьи и детские дома семейного типа.

Члены таких семей часто обращаются на консультации с разными вопросами и ждут быстрых и конкретных ответов. Они находятся в кризисе, в трудной ситуации, поэтому у них нет ни времени, ни желания “растягивать удовольствие” и ходить на длительную терапию. К тому же, у клиентов социальных служб чаще всего есть одно общее качество – они практически все стремятся переложить ответственность за свою жизнь на других (на государство, на работников социальной службы и т.д.). Поэтому основным принципом работы социальной службы является взятие клиентом ответственности за свою жизнь на себя. Да и все услуги в социальной службе – бесплатные. В таких условиях работать с клиентами очень нелегко. А тем более, если это семьи.

Семья – это система, стремящаяся к равновесию; система, в которой все взаимозависимо, которая имеет ряд системных параметров. Равновесие в семье будет соблюдаться любыми средствами. Обращается к психологу обычно кто-то один из семьи или родитель с ребенком. Работа с одним членом семьи чаще всего не дает ощутимых результатов. Семья, стремясь сохранить равновесие, возвращает его к привычным паттернам поведения. Если же семья решается прийти вместе, то – в надежде, что психолог даст “рецепт”, после чего все проблемы решатся сами собой. На длительную терапию приходит 1% семей, находящихся в кризисной ситуации. Дело еще усложняется тем, что в социальной сфере не работают с ко-терапевтом. Обычно работает один практический психолог. Семья, попадая к нему на прием, всеми способами пытается затянуть его в свою систему. Здесь на помощь приходит арт-терапия.

Плюсы арт-терапии в работе с семьями. Основной акцент в арт-терапии семьи делается на изучении структурно-функциональных особенностей семьи. Невербальные средства часто являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний, что позволяет высказаться всем членам семьи. Арт-терапия является

мощным средством сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении в налаживании контактов в семье, при отсутствии взаимопонимания. Арт-терапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека. Это делает общение семьи с психологом достаточно безопасным, позволяет выходить на глубокие и серьезные проблемы. Арт-терапия, в большинстве случаев, вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию. Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления, она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации, раскрытии широкого спектра возможностей человека и утверждения им своего индивидуального неповторимого способа бытия в мире.

Рассмотрим особенности работы *семейной монотипии*.

Монотипия (от “моно” – один и греч. “τυπος” – отпечаток, оттиск, касание, образ...) – вид печатной графики. Это достаточно известная техника в арт-терапии. Ее можно использовать для индивидуальной работы и для работы с семьей для прояснения запроса.

На первой консультации семье, после короткого знакомства с причиной прихода к психологу, предлагается нарисовать проблему, которую они хотят решить. Рисование предлагается методом монотипии. Каждый член семьи на отдельном стекле рисует свое видение проблемы. Это может быть что-то конкретное или абстрактное, возможно просто игра цвета. После этого предлагается всем членам семьи оставить отпечатки своих стекол на одном листе формата А3. Так индивидуальность каждого проявляется в общем пространстве семьи. В результате получается совместная картина, которая и обсуждается со всеми членами семьи.

Обычно, взрослые как инструмент общения используют речь. Совместное творчество помогает обойти табу и психологические защиты, которые сопровождают страх самораскрытия, особенно у взрослых; помогает установить атмосферу более высокого уровня доверия. Семейная монотипия помогает взаимному познанию членов семьи и освобождению от травматических переживаний.

Очень часто для семей, находящихся в кризисной ситуации, достаточно осознать свою проблему, чтобы найти способы ее решения. Семейная монотипия позволяет также установить диалог между членами семьи, понять позиции друг друга. А, как известно, проблемы во взаимоотношениях возникают именно тогда, когда люди “не слышат” друг дру-

га. Этот метод позволяет также членам семьи посмотреть на проблему глазами своих партнеров, детей, родителей; увидеть скрытые причины проблемы (ведь повод обращения к психологу в разных семьях может быть один и тот же – например, ребенок не хочет ходить в школу, а причины этого в каждой семье свои).

Особенность семейной монотипии в том, что получаемое изображение всегда отличается от того, которое изображала семья на стекле. Замысловатые узоры, проявляющиеся на листе, носят случайный характер, тем самым обнажая истинную проблему. У всех членов семьи появляется возможность выразить свои эмоции и настроения, возникшие в результате проговаривания проблемы с психологом.

Монотипия – это способ самовыражения, проекция внутреннего мира. Поэтому искренность жанра бесспорна.

Внутреннее “Я” человека отражается в зрительных образах всякий раз, когда он спонтанно, не особенно задумываясь о своих произведениях, рисует, пишет картину, лепит. Принято считать, что образы художественного творчества отражают все виды подсознательных процессов, включая страхи, внутренние конфликты, воспоминания детства, сновидения. Когда рисует вся семья, появляется возможность одновременного спонтанного выражения отношения к проблеме, что дает возможность посмотреть на нее с разных сторон, ощутить всю ее полноту, увидеть “картину целиком”. Семейная монотипия открывает возможность для непрямого обращения к актуальным проблемам, создает атмосферу взаимного принятия, доброжелательности, безопасности и эмоциональной поддержки. Невербальное взаимодействие в процессе такой работы способно генерировать конфликт, который затем обсуждается.

Этот метод позволяет так же:

- отреагировать свое видение проблемы всем членам семьи одновременно;
- снять страх перед арт-терапией;
- обойдя табу и психологические защиты, увидеть проблему в целом;
- выразить свое видение, ощущение проблемы детям от 6ти лет;
- выделить главное для всех;
- найти ресурс для решения проблемы.

Литература:

1. *Вознесенская Е., Мова Л.* Арт-терапия в работе практического психолога. – К.: Шкільний світ, 2007. – 120 с.

ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ У ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОМУ ПСИХОЛОГО-КОНСУЛЬТАТИВНОМУ ТРЕНІНГУ

Середа Олена,

аспірантка Інституту соціальної та політичної психології АПН України (Київ)

В процесі дослідження професійного вибору старшокласників нами були виявлені деструктивні зміни у психічному стані старшокласників в разі розбіжності омріяної професії із реально обраною. Проаналізувавши причини такої розбіжності, ми дійшли висновку, що у багатьох випадках вона обумовлена об'єктивною економічно-соціальною реальністю. Створення профорієнтаційного психолого-консультативного тренінгу спирається на результати виявленої дослідженням групи старшокласників, у яких зміна омріяної професії не відбилася на успішності навчання, комунікативній установці та психологічному стані. Такі старшокласники мають гармонійне уявлення про можливість застосування своїх знань, вмінь, бажань, нахилів у новій реально обраній професії. Ідея створення тренінгу полягає у відкритті розуміння старшокласниками можливості застосування своїх внутрішніх потреб професійної самореалізації у реально обраній професії. Отже, метою тренінгу є розвиток професійної свідомості старшокласників, надання позитивного досвіду спілкування стосовно вибору професії, орієнтація на гармонійний вибір майбутньої професії. Предметом виступає комплексне врахування специфіки досвіду спілкування, пов'язаного із певною ситуацією професійного вибору старшокласників.

В ході тренінгового профорієнтаційного навчання та розвитку (загалом 6 годин 40 хвилин, 1 година 40 хвилин у день), нами було відібрано комплекс арт-терапевтичних методів: “Колаж”, “Побудуй державу”, “Я-зараз” (на початку тренінгових занять), “Я-зараз” (наприкінці тренінгових занять). Слідуючи за Дж. Рутан та У. Стоун, основною задачею арт-терапевтичних методів ми вбачали створення таких умов, в яких старшокласники можуть зрозуміти проблеми у своїх ранніх стосунках з авторитетними для них фігурами, а потім висвободитися від цих проблем шляхом розуміння своїх намірів [Рутан Дж., Стоун У., 2002]. Застосування арт-терапевтичних методів пов'язане з фундаментальним розумінням того, що взаємодія старшокласника з оточуючими, починаючи з ранніх років його життя, формує характерні для нього і співвіднесені з ситуаціями міжособистісного спілкування поведінкові паттерни. Таке розуміння базується на теоретичних розробках С. Саллівена, Б. Ратігана, М. Ейвлайна, С. Блоха, Е. Крауча, Р. Кона, І. Ялома та ін. Паттерни виявляються в ході взаємодії старшокласника з іншими учасниками групи і можуть

стати предметом змін, особливо у тих випадках, коли вони мають дезадаптивний, деструктивний характер.

В процесі арт-терапевтичних занять ми активізували різні комунікативні процеси та залежно від їх характеру, застосовували різні стратегії роботи з групою: 1) ми розширили діапазон комунікативних можливостей групи, запропонувавши старшокласникам різні вправи та техніки малювання, аплікації; 2) тією чи іншою мірою задіяли внутрішньоособистісні та загальногрупові ресурси; 3) сприяли консолідації досвіду спілкування стосовно вибору професії членів групи, закріпленню “Я” та розвитку механізмів психологічного захисту або, навпаки, подоланню особистісних меж, зміненню “Я”, отриманню нового досвіду спілкування; 4) сприяли регресу членів групи на онтогенетично більш ранній досвід спілкування, або, навпаки, актуалізації їх теперішнього досвіду.

На початку та в кінці проведення тренінгу старшокласникам було запропоновано створити психомалюнок у психодіагностичних цілях. Його інтерпретація підтвердила ефективність тренінгу у створенні позитивної емоційної атмосфери. Під час арт-терапевтичних занять ми виявили, що у старшокласників швидко розвивається логічне мислення та здатність до саморефлексії, вони схильні до сторонніх болючих розміркувань та самокопання. Результативність тренінгу оцінювалась зміною показників агресивності (Басс А., Дарка А.), комунікативної установки (Бойко В.В.), емоційного вигоряння (Бойко В.В.). У ході дослідження професійного визначення старшокласників вищезазначені показники були відібрані нами як такі, що корелюють з гармонійним вибором професії. Для виявлення зміни показників у контрольній (21 старшокласник) та експериментальній (25 старшокласників) групах ми використали t – критерій для залежних вибірок (Paired-Samples T Test). Результати наведені у табл. №1:

Таблиця №1

Групи	Комунікативна установка	Емоційне вигоряння	Агресивність
Експериментальна	41,73	113,00	322,00
Контрольна	56,16	127,00	383,00
Загальна зміна	14,43	14,00	61,00

Описана на цьому прикладі тренінгова робота характеризує зміни, що відбулися. Більшість учасників мали ті чи інші проблеми на шляху свого професійного самовизначення, які вони змогли так чи інакше виявити і вирішити за допомогою арт-терапевтичних занять. Характерні для учасників групи проблеми можна вважати типовими для старшокласників в цілому, а отримані результати виявляють наскільки широко застосованим може бути метод арт-терапії.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА СКАЗОЧНОЙ ИСТОРИИ В ПРЕПОДАВАНИИ КУРСА ЗООПСИХОЛОГИИ

Стадник Владимир,

*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии
Университета экономики и права “КРОК” (Киев)*

Преподавание курса зоопсихологии в условиях современной социальной ситуации в образовании требует креативности и применения инновационных технологий. Особенности данной ситуации в недостаточно высокой мотивации студентов к усвоению знаний, в силу упования на коммерческую основу обучения и недооценки актуальности значения собственной активности для овладения знаниями.

Для успешного освоения курса зоопсихологии необходимо запоминать название животных, эволюционный этап, на котором они появились, вклад того или иного вида в развитие психики, а также проводить параллели – чем данная информация может быть полезна в других областях психологической науки и практики.

В таких условиях эффективным приемом повышения мотивации студентов к изучению предмета и саморазвитию, может служить использование метода сказочных историй. Студентам предлагается написать сказочную историю о жизни выбранного ими участника эволюции, описать период его появления на свет, способ передвижения, предпочтения, опасения, особенности поведения, условия от первого лица. И, конечно же, взглянуть на данный персонаж как на сказочного героя, который выполняет весь присущий ему в соответствии со статусом алгоритм, проходит испытания и достигает своего успеха. Такой подход позволяет студентам вжиться в образ описываемого существа, войти в семантическое поле данного предмета и взаимодействовать с ним, не быть сторонним наблюдателем, проявить свою субъектность.

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИЙ ПРОЦЕС У ГЕШТАЛЬТ-ПІДХОДІ ЯК СПОСІБ АКТУАЛІЗАЦІЇ ПОЗИТИВНОГО Я ОБРАЗУ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Степанчук Олена,

*психолог, психотерапевт творчого центру розвитку дитини “Ухтишка”
аспірантка Інституту психології ім. Г.С. Костюка (Київ)*

Аналіз сучасного рівня науково-практичної роботи психотерапевтів у напрямку дитячої психотерапії дав можливість виокремити проблему формування позитивного Я образу старших дошкільнят як таку, що заслуговує на окреме емпіричне дослідження. У своєму баченні проблеми позитивного сприйняття Я образу дошкільника науковці-практики

зосереджують увагу на психотерапевтичному процесі як способі розвитку особистості, гармонізації між “Я” і “не Я”, між Я і світом, досягненні розуміння у стосунках “Я” – “інший”. Так, Вайолет Оклендер вважає, що дитяча психотерапія дає можливість повернути збалансованість і відновити порушені функції організму дитини, а психотерапевт у процесі терапії допомагає дитині відокремитись від зовнішніх оцінок і помилкових уявлень про себе [6].

Російськими вченими було встановлено, що 65% вихованців дитячих садочків вступають до школи із сформованим негативним Я образом по відношенню до себе [2].

Досліджуючи проблеми дітей з труднощами в адаптації до умов шкільного життя і неуспішністю в учбовій діяльності, зарубіжні і російські дослідники встановили, що нерозвиненість позитивного ставлення до себе, зневіра у свої сили призводить до зниження внутрішнього стимулу саморозвитку, оскільки дитина не бачить своїх достоїнств, на основі яких можна вдосконалюватися.

Актуальність дослідження полягає в тому, що розвиток позитивного образу Я особистості є одним з найбільш важливих факторів успішної життєдіяльності людини.

Таким чином, аналіз психолого-педагогічної літератури і практики показав, що проблема формування позитивного образу Я дітей старшого дошкільного віку вивчена недостатньо. Немає достатнього науково-практичного визначення умов, що сприятимуть забезпеченню розвитку і корекції образу Я дитини в період старшого дошкільного віку.

У даному дослідженні ми взяли до уваги розроблені вітчизняною і закордонною психологічною наукою концепції, що розкривають закономірності і принципи розвитку особистості і Я-образу як її невід’ємної складової (Я-концепція як унікальний результат психічного розвитку Р.Бернса, концепція плідної цілісної особистості Е.Фромма, теорія організмичної особистості К.Роджерса, теорія особистості, що самоактуалізується, А.Маслоу, інваріанти новотворів якісного розвитку особистості С.Л.Рубінштейна, неузгодженості в Я-концепції Л.І.Божович); розроблені вітчизняною і закордонною соціальною і педагогічною психологією, психотерапією тренінгові технології, спрямовані на формування і підтримку психічного здоров’я людини, гармонічний і всебічний розвиток особистості (К. Роджерс, К.Рудестам, Р.Ассаджолі, Ф.Перлз, Я.Морено, Т.Яценко, Н.І. Димидюк й ін.).

Результати теоретичного аналізу проблеми. Згідно з припущеннями Слободчикова В.І., стрижневим компонентом цілісного розвитку особистості є образ Я. Структура образу Я являє собою єдність когні-

тивного (уявлення про себе), емоційно-оцінкового (відношення до себе), поведінкового (практична готовність до певного виду відносин з дорослими і однолітками) компонентів. Автор зазначає, що сенситивним слід вважати період старшого дошкільного віку, тобто дітей віком 5-6 років [8]. У своїй статті “Питання про розвиток образу Я в дошкільний період дитинства” він говорить про те, що до 7-ми років ми отримуємо деякий стійкий, незмінний образ Я. Він може бути названий тільки первинним, базовим. Зауважує, що в розвитку особистості, згідно гуманістичної теорії, важливим являється відношення до дитини значимих людей, перш за все батьків. Якщо дитина отримує від значимих інших повне прийняття і повагу (безумовну позитивну увагу), тоді його формуючий Я образ відповідає всім вродженим потенціальним можливостям. Але якщо дитина стикається з прийняттям одних і відхиленням інших форм поведінки, якщо позитивна увага пред’являється з умовою, тоді її Я образ не буде відповідати вродженим потенційним можливостям, а визначатиметься соціумом. Дитина буде виробляти оціночне поняття про те, які з її дій і вчинків гідні поваги та прийняття, а які ні.

Отже, порушення в розвитку позитивного образу Я обумовлюються рядом чинників, які діють зовнішньо та внутрішньо і впливають на характер самосприйняття, самооцінки, мотивів і способів поведінки, діяльності та розвитку особистості в цілому.

В.Оклендр говорить про неймовірні можливості дитини “залишатись дітьми” в сучасному світі і колосальну енергоємність у відстоюванні та самозбереженні своєї дитячої границі, іншими словами відстоюванні та презентації власного образу Я. Авторка відомої книги “Вікна у світ дитини” виділяє проблему встановлення контакту як основну тему терапевтичної роботи. Вона вважає, що більшість дітей, які потребують допомоги, зазвичай мають одну особливість: порушення здатності до встановлення контактів. Тому вона зі своїми колегами у роботі з дітьми, які потребували психологічної допомоги звернулася до методу гешальттерапії, метою якого було визначення своїх меж, відношення до власного світу, допомога дитині усвідомлювати себе і існування в цьому світі. Це ще раз підтверджує той факт, що в тенденції самоактуалізації особистості є важливою потреба в позитивній увазі як з боку інших людей, так і від самої себе, що складає основу формування позитивного образу Я.

Недостатньо позитивний розвиток знань про себе або ж їх неадекватність у старшому дошкільному віці робить дитину беззахисною перед негативними зовнішніми оцінками. Дитина сприймає їх на віру, що часом призводить до розвитку негативного ставлення до себе, блокує ак-

тивність дитини. Одним із засобів, що сприяють розвитку позитивного Я образу дитини є гештальттерапія.

Метою гештальттерапії з дітьми є відновлення втраченої здібності здорового контакту з оточуючим середовищем, повернення повноти усвідомлення своїх потреб, почуттів, дій, здатності до творчості. Допоміжними способами тут виступають гра і малюнок, фантазування і розігрування ролей, конструювання та рухи. Разом з терапевтом дитина знаходить прийнятний для неї спосіб усвідомлювати свої переживання, дії, прийняти їх, зробити наступний крок в своєму рості. Гештальттерапія виявляється досить ефективною в підтримці дітей з особливостями в розвитку і з дітьми, що перенесли важкі психічні травми, допомагаючи їм відновити нові ресурси для росту. Вона також дозволяє підтримувати терапевтичну взаємодію не лише з окремою дитиною чи дорослим, а й з цілісною сімейною системою, встановлювати первинний контакт в сім'ї, відкривати нові можливості для змін у середині сім'ї в цілому [7].

Взаємодія між терапевтом і дитиною у психотерапевтичному процесі проходить за допомогою творчого врівноваження двох мов: дорослого і дитини. Кожен намагається спілкуватися з іншим через найбільш діючі засоби: гру, артистичну і графічну дію, творчість, крик, музику, танець залежно від віку і порушень у дитини, проходячи через спілкування примітивне, словесне, погоджувальне. Це простір, де за допомогою гри відстаней і послідовності циклу контакт–відступ, стає складовою частиною будовання Я дитини, границі якого стали слабкими, розірваними чи замкненими.

З позиції гештальт-підходу важливим є те, що в житті дуже часто дитина не сприймається як ціле, а розглядається дорослими як ходячий симптом, тобто дитина сприймається як “вередун”, “забіяка”, “боязуз”, “хуліган”. В результаті цього, дитина може прожити тривалий час, будучи в контакті лише з однією своєю частиною, нехай і дуже вираженою, але всього однією. Сприймаючи так дитину, ми звужуємо її світ до одного сектора ширину в один симптом. Тут можна зробити висновок, що цікавлячись і відкриваючи для себе цілісність дитини, ми можемо подарувати їй цілий світ.

Висновки:

- аналіз психолого-педагогічної літератури і практики показав, що проблема формування позитивного Я образу дітей старшого дошкільного віку у ракурсі розвитку і корекції образу Я дитини в період старшого дошкільного віку вивчена недостатньо;

- провідна роль у формуванні позитивного образу Я старшого дошкільника належить емоційно-оцінному ставленні значимих дорослих;

- одним із способів, що сприятимуть актуалізації позитивного Я-образу старшого дошкільника є гештальт-підхід, застосування якого виправдовує себе тим, що особливу увагу приділяє нереалізованим потребам і способам їх задоволення;

- в основі гештальт-підходу закладено поняття контакту, причини його порушення і переривання, а також поняття діалогічних відносин, як безумовного досвіду зустрічі;

- допоміжними засобами гештальттерапевта у роботі із старшими дошкільниками є гра і малюнок, фантазування і розігрування ролей, конструювання та рухи. Таким чином, залишаючись дорослим з дитиною, гештальттерапевт знаходиться з ним в рівних відносинах у просторі гри і сумісної творчості, підтримуючи унікальність та активність дитини.

Завершити думку з приводу дослідженої нами проблеми хочеться цитатою Млодік І.Ю. “Прийняття терапевтом самого себе відкриває дитині двері у світ, де все можливо. А прийняття самої дитини терапевтом чи значимим дорослим дає їй можливість оволодіти тим, що і так належить дитині по праву, – її світом, і все це відкриває необмежені можливості бути такою, якою вона хоче бути” [5].

Література:

1. *Шоттенлоер Г.* Рисунок и образ в гештальттерапии: пер. с нем. – СПб.: Изд-во Пирожкова, 2001. – 256 с.
2. *Гринева М.С.* Сравнительный анализ сформированности образа Я у детей 5-7 лет // Материалы V городской научно-практической конференции молодых ученых и студентов учреждений высшего и среднего образования городского подчинения. – М.: МГППУ, 2006. – 320с.
3. *Гуменюк Г.В.* Гармонійний образ “Я” дитини як підсумкова розвитку її особистісного потенціалу // Актуальні проблеми психології розвитку дошкільника. – 2007. – Т. IV. – Вип. IV. – с. 47-58
4. *Дам В.* Вклад гештальта в детскую психотерапию. <http://gestaltnsk1.narod.ru/damm.htm>
5. *Млодик И.Ю.* Чудо в детской ладошке или неруководство по детской психотерапии. – СПб.: Питер, 2004. – 224 с.
6. *Оклендер В.* Окна в мир ребенка: руководство по детской психотерапии / Пер. с англ. – М.: Независимая фирма “Класс”, 2005. – 336 с.
7. Психотерапия: Учебник для вузов / Л. Бурлачук, А. Кочарян, М. Жидко. – СПб.: Питер, 2003. – 472 с.
8. *Слободчиков И.М., Самуйлова О.И.* К вопросу о развитии “образа Я” в дошкольный период детства // Психологическая наука и образование. – 2004. – №1. – С. 18-21.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПСИХОГИМНАСТИКИ В СИСТЕМЕ ПСИХОКОРРЕКЦИИ БОЛЬНЫХ СУРДОМУТИЗМОМ

Филатова Оксана,

*кандидат медицинских наук, викладач кафедри сексології
і медичинської психології Харківської медичинської
академії последипломного образования (Харьков)*

Задержки психического развития, обусловленные врожденным отсутствием слуха (сурдомутизмом) или его исчезновением в первые три года жизни, приводят к стойкой дезадаптации этих больных, невозможности самореализации и перманентной коммуникативной депривации.

В процессе психокоррекции мы активно используем психогимнастику (ПГ) – как один из невербальных методов современной психотерапии. Она позволяет пациентам проявлять себя и общаться без помощи слов, ее цель – самопознание, самоутверждение и эмоциональное принятие себя и других людей. В арсенале ПГ имеются три способа демонстрации переживаний, конфликтов и эмоциональных состояний – с помощью движений, мимики и пантомимики.

При подготовке цикла психогимнастических сеансов для двух групп (по 15 человек) больных сурдомутизмом мы выработали следующие задачи:

- уменьшение эмоционального напряжения пациентов;
- развитие активного внимания;
- развитие чувствительности к собственно двигательной активности, наблюдение за активностью других участников программы;
- сокращение эмоциональной дистанции в группе;
- формирование способности выражать свои чувства, тонкие нюансы эмоциональных состояний с помощью мимических и пантомимических паттернов;
- выработка умения преодолевать жизненные трудности через наглядное преодоление “символических трудностей”;
- обретение эмоциональной близости с членами семьи или ближайшим окружением;
- обучение быстрому поиску выхода из типичных ситуаций и благоприятное их завершение;
- доверие к себе; самоконтроль; самопомощь.

В первой части, называемой подготовительной, пациенты учатся концентрировать внимание, повторяя за одним из участников комплекс гимнастических движений с нарастанием темпа, затем поочередно, по кругу, “передавая” воображаемый предмет. По сигналу психотерапевта участники разбиваются на пары и по очереди повторяют движения друг

друга, посылая невербальные сообщения типа: “ты мне приятен”, “я спокоен”, “мне здесь нравится”.

Другой вид упражнений направлен на снятие эмоционального напряжения и состоит из цикла “невербальных зарисовок”: “Я лежу на теплом песке”, “Летняя лужайка”, “В кругу друзей”.

Если в группе есть пациенты с фиксированными запретами или страдающие мизофобией, хороший эффект дает упражнение “Разговор через толстое стекло”. При его выполнении психотерапевт как наблюдатель время от времени невербально сообщает, что “стекло стало тоньше”, одновременно поощряя участников диалога и таким образом, сводя на нет их аффективную напряженность.

Все перечисленные упражнения составляют подготовительную часть ПГ и на первых занятиях им отводится практически все время групповой работы. В последующем, некоторые из них повторяются для закрепления эффекта раскованности, спонтанности и сохранения адекватной внутригрупповой дистанции.

Во второй части комплекса в процессе выполнения пантомимических заданий происходит эмоциональный обмен переживаниями, возникающими в процессе выполнения и наблюдается интерес за сменой эмоций у других участников. Важнейшим механизмом лечебного действия во второй части является реконструкция пациентом в группе тех эмоциональных ситуаций, которые происходили в его реальной жизни, являлись для него неразрешимыми и неотреагированными, и их детальная невербальная проработка в условиях группового эмоционального принятия, позитивной оценки и коллективной помощи в осознании и дистанцировании от них.

В третьей, заключительной части ПГ, обычно проводятся упражнения, направленные на релаксацию после пережитой эмоционально насыщенной пантомимы; закрепляется взаимное доверие в группе, невербально выражается взаимная благодарность.

При составлении программы для ПГ в группах больных сурдомутизмом необходимо опираться на такие свойственные этим пациентам особенности развития психических функций, как преобладание зрительного и тактильного восприятия, недостаточность творческого воображения и абстрактного мышления, эмоциональную ригидность и, одновременно, прекрасное владение жестовой речью и пантомимикой.

Как показали наши исследования, в процессе ПГ проявляются следующие саногенные феномены: расширение самопонимания, появление самомониторинга социальных контактов, усиление телесной пластичности, постепенное исчезновение социофобических феноменов.

ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНІКИ “КАЗКОВІ ФІГУРКИ” У КАЗКОТЕРАПЕВТИЧНІЙ РОБОТІ ЗІ СТУДЕНТАМИ

Філь Олена,

*асистент кафедри проблем керування та соціальної педагогіки
Запорізького національного університету (Запоріжжя)*

Методика “Казкові фігурки” може використовуватись у груповій та індивідуальній роботі спеціаліста з клієнтом, спрямованій на вирішення наступних завдань:

- встановлення контакту в індивідуальній чи груповій роботі;
- вираження почуттів у процесі вибору фігурки та через створення казки;
- відреагування емоцій та почуттів;
- розкриття та укріплення внутрішнього ресурсного потенціалу особистості;
- вираження конфліктної ситуації у метафоричній формі;
- подальша робота із вирішення конфліктної ситуації;
- розвиток творчості, креативності тощо.

При використанні цієї техніки можлива групова чи індивідуальна форма роботи.

Необхідними матеріалами для проведення методики є папір, олівці, фарби, а також різні невеликого розміру фігурки казкових чи мультиплікаційних персонажів (для групової роботи кількість фігурок не повинна бути меншою за кількість осіб у групі). Ми використовували фігурки із “Кіндер-сюрпризів”. Вибір таких фігурок зумовлений тим, що ці фігурки однакові за розміром та згруповані за різними казками, чи мультфільмами, тобто є носіями певного усталеного образу. Використання цих фігурок полегшує вибір казкового персонажа, із яким може асоціювати себе клієнт, робить цей вибір наочним.

Заняття проводяться у світлій, просторій кімнаті, у якій є можливість сидіти на підлозі чи на стільцях.

Інструкція: “Перед Вами розложені різні фігурки. Роздивіться їх уважно і оберіть для себе одну. Опишіть обрану фігурку: якими якостями вона наділена, що зумовило Ваш вибір саме цього персонажу?”

Далі інструкція різниться відповідно до варіантів подальшої роботи:

- вибрати фігурку героя і ввести його до існуючої казки (у групі та індивідуально);

- вибрати фігурку героя і вигадати казку, почавши із опису героя (письмово чи усно, у групі чи індивідуально);
- обрати декілька фігурок героїв (ролі за В. Проппом) і вигадати з ними казку (індивідуальна робота);
- кожному члену групи обрати фігурки героїв, розподілити ролі за В. Проппом (при цьому може бути декілька помічників, героїв, шкідників тощо) і вигадати казку за їх участі (групова робота);
- створити групову казку із використанням обраних фігурок як персонажів (групова робота, запис по колу);
- намалювати обраного персонажа у контексті створеної казки (який це казковий момент, що робить в ньому персонаж тощо);
- для вирішення певної проблеми, з метою роботи із не бажаними якостями особистості: обрати фігурку на роль проблеми / якості, а іншу фігурку – на роль вирішення / позитивної, бажаної якості. Працювати зі взаємодією цих персонажів.

Після безпосереднього процесу творчої діяльності проводиться опитування. Запитання для обговорення після творчої діяльності значною мірою залежать від конкретної форми роботи з методикою. Ми наведемо орієнтовний перелік запитань:

- які почуття виникали у вас при виборі фігурки;
- чи нагадує обрана вами фігурка когось у вашому житті;
- які якості описаних вами фігурок ви можете віднести до власної особистості;
- яку роль відіграють ці якості у вашому житті;
- чи схожі описані у казці події на ваше життя;
- що для вас є ресурсним у обраному персонажі;
- оберіть ресурсну для вас фігурку і опишіть її; чи притаманні якісь із якостей фігурки вам.

Після проведення методики “Казкові фігурки” ми передбачаємо позитивні результати, принаймні короткочасні. Доцільним ми вважаємо, також, використання її у поєднанні з іншими арт-терапевтичними методиками та техніками.

Апробація методики проводилася у групі студентів із 7 осіб віком від 22 до 24 років. Уся члени групи – жінки. Метою проведення цієї методики був розвиток творчого потенціалу та дослідження особливостей групової взаємодії у студентській групі. Робота тривала півтори години.

Завдання 1: обрати з набору фігурок одну, описати її, обґрунтувати вибір саме цієї фігурки.

Процедура вибору фігурки викликала бурхливий інтерес та похвалення у групі. Члени групи зацікавлено розглядали фігурки, з готовністю говорили про обраних персонажів даючи їм певні характеристики. В результаті обговорення було проговорено, що обрані фігурки метафорично представляють тих осіб, які їх обирали. Декілька членів групи вживали наступні вислови, характеризуючи обрані фігурки: “Він, такий самий, чудний, як і я” тощо. В результаті були обрані та охарактеризовані такі персонажі: Дід Мороз – веселий, безтурботний, любить жартувати; Пес Шарик – найкращий друг Діда Мороза; Кіт Матроскін – обраний через любов до мультфільма; Дівчинка Ангел – гарненька, чарівна; Жираф – дивний; Кіт Матроскін – охайний, любить прибирати, любить, щоб усе було чистим; Кінь (Темна конячка, Коник-Горбоконики) – витривалий, граційний, допомагає людям.

Завдання 2: створити групову казку із використанням обраних персонажів (записування по колу).

У створеній казці обрані персонажі виконували такі ролі: Дід Мороз – введений 1-м оповідачем (роль головного героя); Пес Шарик – введений 2-м оповідачем (роль друга головного героя); Кіт Матроскін – не був введений у казку; Дівчинка Ангел – не була введена у казку; Жираф – не був введений у казку; Кіт Матроскін – введений 5-м оповідачем (роль – той, хто дає завдання, яке проігнорували); Кінь (Темна конячка, Коник-Горбоконики) – був введений 7-м оповідачем (роль – виконуючий бажання).

Після створення казки вона була зачитана “вертикально” (зачитані внески кожного члена групи у казку). Це викликало бурхливі емоції членів групи. Аналіз написаної казки не проводився за браком часу, але наприкінці заняття члени групи поділилися своїми почуттями та враженнями від створеної казки. За попередніми висновками, обрані ролі відповідали тим ролям, які студенти виконували в своїй групі. Описана робота не вичерпує можливості цієї техніки і потребує подальшої апробації.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СИНЕСТЕЗИЙ В ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ, РАЗВИВАЮЩЕЙ И ПСИХОНЕТИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ МЕТОДОМ АМПЛИФИКАЦИИ ПРИРОДНЫХ АРХЕТИПОВ

Шевченко Вера,

научный сотрудник Университета эффективного развития (Киев)

Сообщение посвящено продолжению работы с феноменом синестезий для психотерапевтических, развивающих и психонетических практик методом амплификации архетипных символов [1, 2].

В.Ф.Петренко [3] выделяет денотативные – предметно-отнесенные, и коннотативные – эмоционально-отнесенные (эмоционально-синестетические) компоненты визуального образа. Коннотативные значения не усваиваются в онтогенезе, а основаны на генетически фиксированном механизме *синестезий* – глубинных механизмов сознания, оперирующих на допредметном уровне репрезентации объекта и осуществляющих закономерную трансформацию содержания одной перцептивной модальности в форму любой другой модальности. Предполагается, что существует некий универсальный словарь или трансформационный код перешифровки языка одной модальности на язык другой – вот почему в жесте, рисунке, движении, звуке или цвете выражается одно и то же содержание. Именно механизм синестезий должен рассматриваться как обеспечивающий на начальных этапах формирования образа голографический изоморфизм внешнего мира и образа восприятия. ***Возможно, что синестезии – архетипические структуры категоризации сознания и имеют видовую принадлежность. Механизм синестезий лежит в основе метафорообразования, представлений и фантазии.***

В работах П.В. Яньшина уделяется особое внимание проблеме психологических механизмов, обуславливающих взаимосвязь между цветовым образом, эмоциональным состоянием и объективными характеристиками стимуляции. Методологическим основанием решения этой проблемы является тезис о существовании объективных характеристик субъективного образа мира, идентичных базовым системным качествам самого объективного мира. В качестве семантического представительства таких преформирующих системных образований на неосознанном уровне функционирования значения в восприятии и воображении рассматривается механизм синестезий, лежащий в основе наиболее обобщенных форм репрезентации мира субъекту. В отличие от принятого в физиологии понимания синестезии как “взаимовлияния рецепторных систем” (А.Р. Лурия, С.В. Кравков), синестезия рассматривается как универсальный психический механизм взаимотрансляции семантического содержания различных перцептивных модальностей на допредметном уровне репрезентации образа мира субъекту (Ch.Osgood, L.E.Marks, В.Ф.Петренко, Е.Ю.Артемьева, А.Г.Шмелев). Дж.Брунер выделяет три формы семантической репрезентации: через образ, действие (в том числе и поведение) и через знаковую (т.е. вербальную) форму.

В наших сообщениях мы говорили об амплификации [4, 5, 6, 7] символов интеграцией методов арт-терапии и танцтерапии. В качестве амплификаторов мы использовали символы. В самой природе символов заклю-

чена множественность интерпретаций, способ бытия того содержания, которое символизируется. Перед нами стояла задача введения таких стереотипов, которые однозначно проявлялись бы через образ, действие и знаковую форму – и такой способностью обладают архитипические символы.

В.Ф.Петренко (1988) цитирует А.П.Назаретяна: “Если личности в целом присуща достаточно высокая когнитивная сложность, стереотип, включаясь в более интенсивный поток внутренней коммуникации и встраиваясь в насыщенное богатыми связями семантическое окружение, разрушается: в него проникают новые элементы, внутренние связи становятся *многомернее*, и человек начинает видеть объект более объемно, сложно, противоречиво. Иначе ведет себя стереотип в рамках *когнитивно* бедного образа мира: исчерпав прочие механизмы защиты, но оставаясь сверхпрочным образованием, стереотип в фокусе сознания не разрушается, а переворачивается, сохраняя за счет этого свою целостность. Иными словами, человек не перестает видеть объект стереотипно, уплощенно, а только *меняет эмоционально-оценочную окраску образа на противоположный знак*”.

Таким образом, во-вторых, ставилась задача создания такой возможности введения символов, при которой они (символы), взаимодействуя с внутренними стереотипами, смогли бы “перевернуть”, изменить знак на положительный эмоционально-оценочных окрасок существующих образов за счет дополнения многомерности связей внутреннего семантического пространства. Такой возможностью обладает проживание в длительном (7–10 дней) эмоционально-экспрессивном и положительно окрашенном пространстве событий, в котором производится непрерывный, последовательный и контролируемый переход из состояния в состояние, учитывающий личностные характеристики участников тренинга. Поэтому наши занятия имеют как бы две фазы: работа в зале с сентября по май и итоговый выездной тренинг-семинар в природной среде.

По нашим предположениям, тогда возможно как прямое введение новых положительно принятых стереотипов, так и, возможно вследствие этого, создание благоприятной ситуации для допущения, внедрения символов на более глубокий слой – слой преформирующих системных образований на неосознанном уровне функционирования значения в восприятии и воображении (где работает механизмы синестезии). Необходимо было создать ситуацию, когда на фоне экспрессивных эмоций пересекаются во взаимодействии несколько метафорообразующих механизмов, механизмов различных перцептивных модальностей. Это возможно при транспозиции перцептивных компонентов из одной модаль-

ности в другую (например, из зрительной в осязательную, из осязательной в слуховую и т. д.). Во всех случаях, как общих, так и специальных, исходной моделью и принципиальной схемой перцептивного процесса является зрительный образ.

Само собой разумеется, расчленение единой структуры перцептивного процесса на функциональные и операционные механизмы с различными направлениями мотивации относительно и условно. Такое расчленение имеет смысл именно для выяснения взаимосвязей между перцептивными процессами и индивидуальным развитием.

Целесообразна постановка этой проблемы восприятия как продукта и вместе с тем фактора индивидуального развития. Исследование перцептивных процессов различных видов (восприятия предмета или его изображения, пространства и времени, движущихся объектов и т. д.) всегда ориентировано на определенную модальность восприятия в зависимости от анализаторной системы (зрительной, слуховой и т. д.). В специальных случаях применяются комплексные или комбинированные объединения анализаторных систем на решение общей перцептивной задачи (зрительно-слуховой, зрительно-кинестетической, зрительно-слухово-вестибулярной и т. д.). При исследовании феноменов переноса сенсорных навыков, установки и восприятия, генерализации временных связей применяются различные методы транспозиции перцептивных компонентов из одной модальности в другую (например, из зрительной в осязательную, из осязательной в слуховую и т. д.). Во всех случаях, как общих, так и специальных, исходной моделью и принципиальной схемой перцептивного процесса является зрительный образ. Примечательно, что сходное положение имеется и в теории представлений.

Література:

1. *Шевченко В. Г.* Использование синестезий в терапевтической, развивающей и психонетической практике // Известия ТРТУ. Тематический выпуск "Гуманитарные проблемы современной психологии". – № 7 (51). – Таганрог: Изд-во ТРТУ, 2005. – С 78-80.
2. *Шевченко В. Г.* Використання синестезій у терапевтичній, розвиваючій і психонетичній практиці. – Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. – К.: Главник, 2005. – Вип.26. – Т. 4. – С. 303-306.
3. *Петренко В.Ф.* НСМ ИИ Семинар №5. Доклад. <http://www.scm.aintell.info/default.asp?p0=1&p1=5>
4. *Бужас Т. М., Зевина О. Г.* // Вопросы психологии. – 1999. – № 5.
5. *Михурич А. А.* Манипулирование и майевтика – две парадигмы психотехники. – М., 1997. – 120 с.

6. Мамардашвили М. К. Обязательность формы // Вопросы литературы. - 1976.
7. Мамардашвили М. К., Пятигорский А. М. Символ и сознание. – М., 1997.

РАЗГОВОР НА СТЕКЛЕ

Шевченко Вера,

научный сотрудник Университета эффективного развития (Киев)

Спонтанное рисование – метод, относящийся к глубинным методам арт-терапии, позволяющий увидеть подсознательные образы как актуального настоящего, так и образы давно произошедшего. Много разных названий: динамическое рисование, медитативное – но все они объединяют погружение в глубину подсознания. Они хорошо известны, позволю всего лишь напомнить общие принципы, объединяющие их.

Перевод внимания на некий образ (заданный или произвольный), поиск его выразительности и, чем более заряженное эмоционально его состояние, тем более экспрессивное его проживание.

Рисуют в тишине и под музыку (еще более усиливающую сосредоточенность внимания на проживании, делающую размытый образ более явным и внятными для рисующего).

Рисуют на песке и на манке, карандашами, фломастерами и красками, кисточкой, паралоном и руками.

Как правило, для психотерапевтических целей необходима серия встреч. В психотерапии принято в основном время рисования от 15 минут – до часу. По желанию клиента можно проговаривать рисунок, но допускается и возможность проговора и через несколько встреч. Необходимо помнить о том, что даже если клиент не показывает своих чувств по окончании рисования или даже дистанцируется (“Все это ерунда какая-то”), часто это бывает потому, что человек впервые увидел то, что принято прятать глубоко внутри и поскольку часто рисуют боль, мучительное или унижительное, страшное – то нужно еще время, чтобы не только встретиться самому вновь с этими переживаниями, но и доверить их – чужому. К тому же эти картины редко бывают красивыми, при выполнении не ставится эстетическая цель – нарисовать для других.

Постепенно прошлые переживания почти буквально вытекают из кончиков пальцев, окрашенные в цвета переживаемых чувств, клиент начинает чувствовать возможность и потребность в преодолении и гармонизации “хотя бы на рисунке” негативного опыта. И получает первый положительный опыт по утверждению себя – что и является тем целительным продуктом арт-терапии, о котором хорошо знают психологи и психотерапевты.

Но вряд ли они допустят даже мысль, что их собственные травмы можно прорисовать и проговорить за один сеанс. А тем более не могут менее подготовленные клиенты, особенно если это психотравма из раннего детства или длительного конфликта.

Одной из мощнейших и экспрессивнейших техник в этом ряду является рисование красками руками на стекле.

Методика следующая.

На первом этапе я считаю полезным разминочное упражнение “зеркало”, выполняемое в парах. Здесь нужно сделать акцент на максимальном соответствии характеру, ритму музыки, следованию высотности звука (чем выше звук – тем выше положение рук).

Затем пара переходит к работе на стекле, встав по обе стороны стекла. Пара должна попробовать повторить упражнение – уже с помощью красок, для того чтобы понять – как с этим управляться. Затем разговор на стекле может быть задан инструктором как диалог или спор, конфликт или исповедь одного участника – другому.

Может быть дано одно задание на двоих: “Поговорим о Любви”, “Времена года”, “Победа”, “Восхождение” и бесконечное количество разных актуальных тем.

Музыка может быть как инструментальная, так и народная, хоровая или классическая, вообще главное глубокая, и желательно – не быстрая. (Однако при навыке работы этих ограничений может и не быть).

Особенно хорошо данный метод зарекомендовал себя при работе с детками от 4 лет. В том числе (при размере стекла длиной 140 см и высотой 100 см) – для групповой работы как в условиях детского сада, так и в школе.

**“ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:
хаос, структура, стихія”**

**VI Міжнародна науково-практична конференція
(Київ, 2009)**

МАЙСТЕРНІ

СТРАХ БЛИЗОСТИ

Аскандарова Эсина,

*врач-психотерапевт, гештальт-терапевт, ассистент кафедры
практической психологии Мозырского государственного
педагогического университета (Беларусь)*

Два самых неприятных последствия непроработанности темы страха: насилие как компенсация состояния беспомощности и остановка, замораживание в развитии. Первое из них называется Американский синдром, или синдром Джокера.

Американский синдром – синдром недержания насилия, который часто увязывают с синдромом отмены *риталина* (“детского кокаина”, психостимулятора, который назначают неуправляемым деткам с дефицитом внимания и гиперактивностью). Но насилие из страха не обязательно обусловлено отменой психостимуляторов. Недержание аффекта, желание напасть, обусловлено гиперкомпенсацией страха. Имеется множество случаев, когда вооруженные люди убивали из страха, защищаясь преждевременно.

Во время кризиса люди особенно запуганы, т.к. живут в постоянной угрозе потерять работу, что связано часто с возможностью платить по кредиту – они ждут не просто неприятностей, а настоящую катастрофу. Метафорически обстоятельства “удерживают в нажатии внутреннюю красную кнопку”. В таком состоянии человеком легко манипулировать, запугивая, нажимая на его уязвимое, слабое место. Этот принцип используют для удержания в рабском, покорном состоянии *тоталитарные системы*. Например, так было в СССР. Когда я была школьницей, страх совершить какое-то неосторожное действие был всегда со мной. Нельзя было сказать что-то лишнее, и особенно страшно было в церковь заходить. Я боялась стать изгоем, т.к. туда могли заходить только самые отчаянные и отбросы общества. На тех, кто осмеливался на духовность, смотрели как на сумасшедших. Те, кто ходил в церковь, не мог участвовать в управлении обществом. Карьеру мог сделать только член КПСС (коммунистической партии).

Самый примитивный способ совладания со страхом – отрицание, отказ от адаптационной реакции. Диссоциация, расщепление, убийство души. Есть страх? “Не бойся”. В развернутом варианте послание звучит как “не верь, не бойся, не проси” – т.е. напрямую ведет к страху, шизоидной отчужденности, недоверию миру и изоляции. Не просящий помощи часто не может помочь себе, но этот интроект вбит в голову очень многим моим соотечественникам. Интроект о всемогуществе – я-де должен *всё сам* разрулить: и телек починить, и розетки провести и огонь руками

развести обязательно... а когда обычные люди требуют от себя разбираться без образования в сложных психологических процессах, я говорю, что это все равно, что сделать самому себе спинномозговую пункцию.

Запрет “не бойся” не помогает в приспособлении. Остановленный страх “замораживает”, останавливает человека в развитии. Он теряет руль управления своей жизнью, ей начинают руководить древние инстинкты – уничтожить источник опасности (или то, что на него похоже) или застыть, остановиться, притвориться мертвым (травматический кризис). Или человек реализует поведение избегания, всё больше и больше сужая пространство обитания. Запуганные отвержением общества (“вдруг я упаду в обморок и все увидят мой позор?”), инаковостью (“вдруг я выгляжу как-то нелепо, они подумают, что я безумная”), несуществующими катастрофами (“яйцо съем – сальмонелла”) люди пытаются уйти от страха, но от себя не убежишь, и страх врывается в мысли внезапно, навязчиво, непреодолимо.

Цитата из мультфильма Страхи темноты: “Моя голова заполнена страхами. Они меня парализуют. Существовать – но где?! Внутри, снаружи, сверху, снизу? Я боюсь человека. Человек человеку – волк, но волк – не волк для волка. Волк не пожирает волка. Самое страшное животное – человек. Он уничтожает животных, вырывает цветы, убивает себе подобных. Все согласны на убийство – интеллектуалы и пролетарии, “чистые” или “нечистые”. “Вот тебе пуля в глотку! Я защищаюсь, опережая противника” – такова суть американского синдрома.

Особенности работы на мастер-классе: Работа со страхом должна быть структурной и четкой, чему отвечает предлагаемый метод, который используется автором в различных группах. Поэтапно позволяется и конструктивно используется проекция, освобождается и присваивается энергия ретрофлексии, “неприятное” чувство принимается в эмпатичной групповой атмосфере. Осознание и принятие страха является основным фокусом работы.

Вводная часть.

Цель – выяснить, в чем групповая энергия, активизировать дружную полярность – что стоит за страхом близости, какие потребности блокирует страх? Другая цель, – насколько это возможно, удовлетворить или снизить напряженность фрустрации от неудовлетворения потребности.

Цель – начать исследование из ресурсного состояния. Упражнения на заземление и активизацию.

Основная часть.

Теория. Страх близости, откуда его корни, про сопутствующие страх – страх отвержения, осуждения, одиночества. Основные механизмы защиты, с помощью которых чувство страха останавливается. Эти способы хорошо представлены в гештальт-терапии [3]. И это:

1. **Интроекция:** блокирование с помощью иррациональных (чаще всего) утверждений: “Я не должен бояться” (т. к. “это стыдно”, “я должен быть сильным”, “мужчины не плачут”.... список можно продолжать долго).

2. Ситуация в группе с малознакомыми людьми идеальна для **проекции**. На малознакомые, непонятные фигуры, как на экран в кинотеатре, проецируются свои страхи и опасения. Особенно если “экран” – человек – удобен для проецирования (Например, страх перед матерью оживает и проецируется на члена группы, внешне похожего на мать).

3. **Ретрофлексия.** Очень распространено подавление страха и перевод его в телесный симптом, а в долговременной перспективе и в психосоматику. Вместо страха участник может предъявить головную боль или “чувство” нехватки воздуха.

Телесная фокусировка страха:

- гипервыраженность ощущений и дыхания. “Дрожат коленки”, “трясутся руки”. Мышечное напряжение в руках как попытка контролировать, “держать себя в руках”). Учащенное дыхание, которое само по себе может увеличивать уровень страха из-за гипервентиляции.

- снижение чувствительности и дыхания: слабость в ногах, руках, поверхностное дыхание.

- отсутствие осознания ощущений, замирание дыхания: “в зобу дыханье спёрло” – от радости ли? Не осознание ног, “опор”, характерно для состояния страха (“почва ушла из-под ног”). В более тяжелых случаях “выключаться” может как осознание, так и сама чувствительность, приводя к формированию т.к. “истерических перчаток и носков”¹

- соматизация страха (переход чувства в телесный симптом). Чаще всего это боль (народные изречения: “взяла до головы, до сердца, прочее...”).

Для перехода к следующей стадии важно глубоко проработать аспект телесности страха: “собрать”, осознать все тонкие, неосознаваемые, необычные ощущения в теле.

Метафоризация страха. Метафорическое пространство – безопасная и интересная территория для работы со страхом.

¹ Характерные для данного способа реагирования зоны, снижение чувствительности которых не обусловлено их иннервацией.

Литература:

1. *Александров Ю. А.* Введение в системную психофизиологию // Психология XXI века. – СПб.: Питер, 2004. – 509 с. – С. 200.
2. *Кори Д.* Теория и практика группового консультирования / Пер. с англ. Е.Рачковой. – М.: Эксмо, 2003. – 640 с. – С. 56-60
3. *Перлз Ф., Гудмен П.* Теория гештальт-терапии. – М.: Инст-т общегуманитарных исследований, 2004. – С. 57-60.
4. *Козлов В.В., Гиришон А.Е., Веремеенко Н.И.* Интегративная танцевально-двигательная терапия: 2-е изд., расширенное и дополненное. – СПб: Речь 2006. – 286 с. – С 70-100, С. 120-115.
5. *Люмсден М.* Двигаясь вместе в переходном пространстве. Танцевальная терапия и реабилитация. Сайт Александра Гиришона <http://girshon.ru/txt/lumsden.htm>
6. *Чайклин Ш.* Танцевально-двигательная терапия. Сайт Александра Гиришона <http://girshon.ru/txt/chaiklin.htm>
7. Мастерская гештальта Елены Петровой. Избранные упражнения для работы в группах. http://www.gestalt.sp.ru/noframes/ARTICLES/articles_5.htm
8. *Ялом И.* Теория и практика групповой психотерапии. – СПб.: Питер, 2000. – 640 с. – С. 138.

МЕТОД “ГЕОПОЛИТИЧЕСКАЯ УТОПИЯ”

Бреусенко-Кузнецов Александр,

кандидат психологических наук,

доцент НТУУ “КПИ”, доцент КНУ имени Тараса Шевченко,

член правления ГО “Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)

Метод “Геополитическая утопия” является синтетическим методом, объединяющим возможности сказко- (легендо-) и изобразительной арт-терапии. Назначение метода – развивающее осознание истории отношений личности с другими и с собой. Механизмом действия выступает проецирование истории личных отношений на изменение отношений геополитических. Человек подобен государству, как и межличностные отношения – межгосударственным. Арт-терапевтически картографируемые отношения опознаются в терминах „границ“, которые оказываются подвижными и смещаются на разных стадиях отношений. Попытки логически и художественно объяснить произошедшее смещение границ выливаются в создании хроники геополитических отношений.

На первом этапе работы каждым участником создаётся по три рисунка:

- Рисунок-карта государства (создаётся красками на листе А4).

По окончании рисования ведущий уточняет у каждого участника детали

нарисованого, актуализируя размышления на темы идентичности и отношений. Что за государство изображено? Как оно называется? Кто в нём живёт, чем занимается? Каково его политическое устройство; какие принципы внутренней и внешней политики исповедуются? Соседи – кто они? Каковы с ними отношения? После беседы лист откладывается.

- Контурная карта государства 100 лет назад (создаётся гелевой ручкой на прозрачной бумаге).
- Контурная карта государства через 100 лет (создаётся гелевой ручкой на прозрачной бумаге).

Первый рисунок, как легко догадаться, представляет собой настоящее (потому-то именно он, кстати, самый цветной и наполненный деталями), второй рисунок – прошлое, третий – будущее. Второй и третий рисунки неказисты и схематичны в своей прозрачности, абстрагированы от эмоционального мира автора, но данные недостатки окупаются возможностью их точного соотнесения с картой настоящего.

Происходящее на втором этапе работы *наложение контурных карт* на карту даёт картографированному содержанию измерение динамики. Что происходило с государством до современного состояния, что запланировано на будущее? Чем объясняется возможное изменение границ? С каким чувством это изменение обнаруживается?

Государство может: расширяться, сужаться, расширяться и сужаться (последовательно и одновременно – в разных направлениях), смещаться (к северу, югу, западу, востоку). В этих изменениях можно видеть не только географические перемещения (данный район, дескать, без боя сдан противнику, а другой – подвергся колонизации, в третьем же направлении граница сдвигается на метр в год, пока соседи спят и не замечают), но и мотивационные доминанты. Так постсоветские республики, собрав чемоданы, “идут в Европу”, а Европа, быть может, в панике убегает от них (хотя с места, занимаемого на карте мира, никто из них пока не трогается). Что находится там, куда и откуда смещается государство; там, куда расширяется и откуда сужается? Кого, кстати, благодарить, и кто виноват в этих сужениях, расширениях и смещениях? Может, чужие (соседские) политики, может, собственные, а может, – выдающийся менталитет народа.

Обобщающий ответ на поставленные вопросы даст написание каждым участником краткой геополитической хроники (на третьем этапе). Создание текста насытит карты новым смыслом, проясняющим для автора, где и что в его меж- и внутриличностных отношениях проецировалось на созданную утопическую геополитическую картину.

ОНТОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАКОНЫ, ПСИХОСОМАТИКА И САКРАЛЬНАЯ АРХИТЕКТУРА ТЕЛА

Буценко Наталия,

медицинский психолог,

мастер школы “Сакральная архитектура тела” (Киев)

*“Хаоса не существует... У кажущегося беззакония есть закон,
у кажущегося беспорядка есть порядок, у беспредела есть предел”*

пастор О. Ремез

Все, что происходит в нашей жизни, хотим мы или не хотим, осознаем или не осознаем, происходит по онтологическим законам, что значит “свыше установленным”. Человек не может изменить или дополнить ни один закон.

Успех в здоровье, профессиональной и финансовой сфере, благополучие и процветание свидетельствуют о том, что мы вписываемся в эти законы и следуем их течению. Если человек болеет, у него сложились конфликтные отношения и т.п., это говорит о том, что он осознанно или неосознанно (часто по невежеству) нарушает онтологические законы.

Школа “Сакральная архитектура тела”, о которой пойдет речь на мастер-классе, построена на Христианской традиции, на представлении о теле как Храме, физическом аспекте образа Божьего. Поэтому мы рассмотрим эти законы с позиции Христианства.

Библия говорит о духовных законах.: “Соблюдающий заповедь не испытает никакого зла: сердце мудрого знает и время, и устав; потому что для всякой вещи есть свое время и устав” (Екклезиаста 8:5-6); “Итак во всем, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними; ибо в этом закон и пророки” (Матфея 7:12).

Человек приходит в этот мир, чтобы максимально раскрыть свой потенциал, реализоваться как личность. Духовные законы – то основание, на котором должна строиться наша жизнь. Что же мы знаем о них?

Ничто не случайно. Все подчиняется и управляется законами.

“Не во власти человека и то благо, чтобы есть и пить и услаждать душу свою от труда своего. Я увидел, что и это – от руки Божией” (Екклесиаста 2:24); “Не обманывайтесь: Бог поругаем не бывает. Что посеет человек, то и пожнет” (Галатам 6:7) – **закон сеяния и жатвы.**

“Кто хранит уста свои и язык свой, тот хранит от бед душу свою” (Притчи 21:23); “Смерть и жизнь – во власти языка” (Притчи 18:21) – **закон уст.**

“Праведный верою жив будет” (Аввакума 2:4); “Без веры Богу угодить невозможно” (Евреям 11:6) – **закон веры.**

“Носите бремена друг друга, и таким образом исполните закон Христов” (Галатам 6:2) (закон помазания – Христос с греческого переводится “Помазанник”) – **закон помазания**.

Еще два основополагающих закона Христианства: **закон духа жизни** (приводится в действие словами благословений) и **закон греха и смерти** (приводится в действие словами проклятий).

Часто через техники и методики, минуя духовные законы, люди пытаются раскрыть в себе необычные способности, и вместо ожидаемого результата получают психические и телесные нарушения, забывая что *“Если Господь не созиждет дома, напрасно трудятся строящие его; если Господь не охранит города, напрасно бодрствует страж”* (Псалом 126:1).

Терапия (арт-терапия в том числе), так или иначе, направлена на восстановление в жизни человека тех условий, при которых онтологические законы будут выполняться, восстанавливает нарушенные необходимые связи. Психосоматика отражает закономерности взаимовлияния душевного и телесного. Святое Писание говорит по этому поводу следующее: *“Кто не согрешает в слове, тот человек совершенный, могущий обуздать и все тело”* (Иакова 3:2); *“Бойся Господа и удаляйся от зла: это будет здравием для тела твоего и питанием для костей твоих”* (Притчи 3:7-8).

Школа “Сакральная архитектура тела” представляет собой практику по психосоматике, и в частности психосоматике позвоночника. Осанка человека отражает его внутреннее состояние, структура тела проясняет характер. Язык тела, его движение, звучание “показывают” глубинные чувства, которые испытывает человек, отражают, проявляют, делают видимым душевные и духовные процессы личности. И если словами можно слухавить, то тело – не врет, никогда. В любой момент жизни состояние тела человека – это воплощенная история пережитых и переживаемых им эмоциональных и физических травм, накопленного жизненного опыта, взглядов и представлений, недомоганий и заболеваний.

Когда мы убираем свои внутренние перегородки в виде страхов, обид, претензий, любых негативных оценок – тело освобождается от перекосов и зажимов. Поэтому так благотворно действует покаяние. Наше дыхание (энергия) должно свободно протекать от стоп до макушки. “Думаю одно, говорю другое, делаю третье”, – создается внутренними конфликтами, когда эмоции отсекаются от движения и восприятия, действия – от мышления и чувств, понимание – от поведения. Это укрепляет “мышечный панцирь”, приводит к разъединению различных частей тела, важные зоны тела становятся нечувствительными, расслабленными или перенапряженными, и энергия не может протекать свободно.

Мягкое, медленное движение не только укрепляет тело и активизирует обменные процессы, оно способно снимать психологическое напряжение. Легкое движение помогает обнаружить мышечные блоки в теле, сделать их доступными переживанию и осознанию, соотнести негативные чувства и поведение с жизненными представлениями, смыслами и ценностями человека.

“Сакральная архитектура тела” – это, с одной стороны, мягкая гимнастика для проблемных спинок, направленная на коррекцию осанки, осознанное выстраивание своего тела, возрождение природной грации и чувствительности, с другой стороны мощное средство самоисследования, самосовершенствования и самокоррекции, расширения самосознания, осмысления безграничности творческих способностей личности.

“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).

ФОЛЬКЛОРНА АРТ-ТЕРАПІЯ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ЛЮДЕЙ З ПРОБЛЕМАМИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Гавриш Ольга,

*соціальний працівник центру медико-соціальної реабілітації
при Київській клінічній психоневрологічній лікарні № 1 (Київ)*

У Центрі медико-соціальної реабілітації при Київській клінічній психоневрологічній лікарні №1 наголос в процесі реабілітаційних заходів робиться на психосоціальну складову в рамках біопсихосоціального підходу, що є загальноприйнятим в сучасній світовій психіатричній практиці. Працівники центру займаються психологічною корекцією, індивідуальним консультуванням та проводяться інші соціально-психологічні заходи, що мають на меті сприяння адаптації клієнтів до власних проблем зі здоров'ям й кращої інтеграції до суспільства. Особливе місце займає в центрі фольклорна арт-терапія, що реалізується в формі інтегративної арт-терапії, котра включає в себе елементи вокало-терапії, костомотерапії, драматерапії, танцювально-рухової терапії.

Учасники майстер-класу познайомляться з алгоритмом групової роботи з клієнтами, що мають проблеми психічного здоров'я (на прикладі сценарію різдвяних свят). Буде презентовано також авторську технологію створення простих ручних ляльок та особливості їх використання у адаптованому варіанті традиційного українського вертепу. Учасники будуть мати змогу спробувати стати дійовими особами драматичного

дійства й набути навичок створення міфологічної ролі у ляльковій виставі. Також передбачається обговорення нюансів індивідуальної роботи з клієнтами, освоєння ролі разом з ляльковим персонажем. Учасники майстер-класу зупиняться, окрім того, на аспектах постдіяльнісного періоду, коли клієнти потребують психологічної підтримки в осмисленні власного досвіду роботи у команді.

Завдяки інтегративному підходу, використаному в даному випадку, клієнти отримують цілу низку ресурсів, а саме: відновлюють функцію взаємодії з групою, відкривають в собі нові особистісні якості, підвищують самооцінку, вдосконалюють свої навички роботи з практичним матеріалом, поновлюють відчуття власної причетності до культурних процесів соціуму, почуваються здатними потурбуватися про інших (дітей та пацієнтів лікарні).

ТЕРАПЕВТИЧНІ ЕФЕКТИ РОЗВ'ЯЗАННЯ МУЗИЧНИХ ЗАДАЧ

Григоровська Любов,

кандидат педагогічних наук, вчений секретар

Інституту соціальної та політичної психології АПН України

Найдьонов Михайло,

кандидат психологічних наук, провідний науковий співробітник

Інституту соціальної та політичної психології АПН України (Київ)

Прембула. Мета поданого нижче тексту – зорієнтувати читача щодо змісту майстер-класу, що пропонується, і в кінцевому результаті отримати зацікавлену аудиторію для його проведення. Задача-мінімум (якщо Ви, шановний читачу, вже визначилися з вибором) – зацікавити авторським підходом до використання мистецтва в розвитку людини настільки, щоб цей інтерес став підставою для нашої (реальної чи віртуальної) зустрічі в майбутньому.

Основна частина. Її зміст утворюють вихідні позиції, що становлять смислове підґрунтя подієвості, що відбуватиметься на майстер-класі.

Тема перша – “головна”. Ми розглядаємо терапевтичні можливості мистецтва не в контексті лікування (в широкому сенсі), а в контексті розвитку. У психології рефлексії, на теоретичних підвалинах якої побудовано нашу роботу, розвиток пов’язаний з подоланням (переосмисленням) людиною проблемно-конфліктних ситуацій (ПКС), які постійно трапляються в її житті, з переживанням конфліктності від усвідомлення своєї (ситуативної) неспроможності або ж загрози виявитися неспроможною таку ситуацію вирішити. Перспектива успішного розв’язання ПКС (різного масштабу та ваги для подальшої долі) лежить у здатності людини опанувати свої переживання, “приборкати” емоції, здолати руйнівні

емоційні стани, що заважають побачити конструктивне рішення. Людина прагне виходу з хаосу і приходу до порядку. Проте існує чималий ризик досягнення впорядкованості за рахунок спрощення реальності, за яким зникає її суть, смисл.

Тема друга – “побічна”. Впоратися зі складністю, не зредуквавши реальність до безглуздості, утримати її, емоційно не розпадаючись “на шматки”, допомагає мистецтво. Вид мистецтва, який ми залуцаємо, – музика. У численних ситуаціях переживання конфліктності музика може бути ефективним засобом самопомоги для “проживання” її (конфліктності) з розвитком, а не втратами, регресом.

Зав’язка. Проте для того, аби музика могла відігравати таку роль, виконати таку функцію в широкому діапазоні, вона має стати відкритою, доступною людині і привабливою для неї у такій своїй функції. Сама по собі безпрецедентна насиченість сьогоднішнього життя музичними звуками не вирішує цієї задачі через переважний шоу-формат представленої для споживача музичної реальності. Він реалізує здебільшого найпростішу формулу додання проблем – їх зняття через зменшення значення, заперечення драматизму на зразок “живи, насолоджуйся, життя прекрасне, все інше немає значення”.

Розвиток (драматизація). Зовнішня допомога людині в опануванні мистецтва як терапевтичного середовища без зазначеного щойно звуження спектру смислів і спрощення картини реальності (життя) утруднена певними стереотипами самих потенційних надавачів допомоги щодо предмету і місця “прикладання сил” арт-терапії. Нерідко вихідною точкою погляду на арт-терапію є стереотип її протилежності формалізованим процедурам, зокрема таким, на яких побудовано процес навчання. Ми ж бачимо *навчальне* середовище потенційно плідним для спроб розв’язання проблеми віддаленості людини від можливостей залучення музики для допомоги собі у гідному для перебуванні і виході з “точок розриву” – з особистісним розвитком. Тож наша робота в майстер-класі спрямована на демонстрацію можливостей терапезтизації навчання, але не в сенсі отримання терапевтичного ефекту у звичному розумінні, а в сенсі збагачення педагогічної взаємодії тонкими нюансами через застосування *незвичних* для викладання мистецьких дисциплін, але пов’язаних з музикою, *засобів*.

Ми маємо надію подолати і стереотип щодо можливості приходу до мистецтва виключно через апеляцію до емоційної сфери. Натомість стверджуємо, що в певних випадках саме раціональні форми мислення, представленого в дискурсі, є найбільш прийнятним способом наближен-

ня людини до відкриттів, які відчиняють “шлюзи” для її входження у світ мистецтва через, зокрема, долання негативних самооцінок щодо своєї спроможності опанувати – мовою, змістом, смислами – (у нашому випадку) музики. Для певної частини учнів раціональний спосіб взаємодії з музичною реальністю створює “пробой” в особистісному розвитку в межах мистецтва. Цей досвід може стати першою вдалою спробою відчутти себе здатними компенсувати слабкість знаннєвої складової та спеціальних (пов’язаних з музичними здібностями) вмійнь через раціональне прерапування і роботу зі смислами художнього твору, зробивши людину паритетною іншим (реальним і удаваним) суб’єктам цьому процесу.

Кода. Отже, ми презентуємо метод розв’язання творчих музичних задач в якості способу зняття внутрішніх перешкод для прийняття мистецтва у широкому діапазоні його форм, жанрів, стилів, створюючи, тим самим, передумови для виконання мистецтвом його терапевтичної функції у драматичних ситуаціях життя.

ЧЕРЕЗ ОБРАЗ, МЕТАФОРУ КЛІЄНТА, ЧЕРЕЗ РОБОТУ З ЙОГО ТІЛОМ ДО СТРАТЕГІЇ ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМИ

Заболотна Наталія,

*асистент тренера Східно-Європейського Геітальт Інституту (ВЕГІ),
ведуча “Геітальт майстерні”, геітальттерапевт (Київ)*

Будь-яку проблему клієнт може зобразити у вигляді образу чи метафори, надавши їй форму, колір, звук, рух та ін. Робота з цими образами завжди дивує і вражає клієнта. Вона приносить йому не лише творче задоволення у промальовуванні, ліпленні, конструюванні, співі чи іншій ілюстрації свого образу, а також яскраво демонструє, як саме живе клієнт зі своєю проблемою, як він з нею обходиться, як реагує на існуючі відносини його тіло.

Тим людям, які хочуть більше розуміти своє життя, досить лише уважніше спостерігати та глибше усвідомлювати свій повсякденний досвід.

Даний майстер-клас дає можливість його учасникам підвищити рівень усвідомлювання як саме вони живуть в даний конкретний момент часу – “тут і тепер”. Це можливість не лише відмітити наявність певних відчуттів, почуттів та переживань, свого відношення, а й звернути увагу на процесуальність того, що відбувається. Адже так як ми живемо зараз, ми живемо і в інший час нашого життя. Також учасники, за бажанням, зможуть намалювати чи виліпити ті образи, які будуть виникати в ході їхньої роботи.

Запропонована робота базується: 1) на теорії поля та її принципах; 2) на феноменології.

Принципи теорії поля є такими:

Організації – все взаємопов’язано, і смисл того, що буде відбуватися, кожен учасник може зробити виходячи із цілісності ситуації майстер-класу (кількість людей, їхній вік, освіта, практична діяльність, стать та багато іншого), і те, що може здаватися на перший погляд випадковим і нелогічним, насправді може бути важливим, та ще не усвідомленим на даний момент. Я буду звертати особливу увагу учасників, як формуються їхні смисли та що на це впливає.

Одночасності – в даній ситуації майстер-класу, буде така група факторів, яка буде визначати та “пояснювати” поведінку учасників в даний конкретний момент часу. Усвідомлення актуального фактору впливу на поведінку кожного учасника, я вважаю досить важливим для кожного присутнього, так як надбаний досвід при бажанні можна використовувати і в інших життєвих ситуаціях.

Унікальності – обставини майстер-класу хтось може сприйняти як однакові, та насправді у кожного учасника буде своє враження від побаченого, своя перспектива погляду, свій унікальний досвід переживань. Таким чином, буде забезпечений індивідуальній підхід до кожної особистості.

Тимчасовості (процесу, що змінюється) – адже час іде і ми всі змінюємось, “не можна в одну річку зайти двічі”, і учасники майстер-класу трошки зміняться за дві години, в них з’явиться новий досвід, якого до цього часу не було. Кожен зможе зробити власний висновок, на скільки наша зустріч вплинула на його певну ситуацію чи на життя взагалі.

Множинності (можливої значущості) — все, що буде відбуватися на майстер-класі, яким би воно незначним, звичайним, несуттєвим не здавалося, воно все є одним цілим і значущим. Я не знаю що буде найважливішим для кожного учасника групи, але я завжди буду пам’ятати, що навіть “маленька дрібничка” для одного може мати велике значення для іншого. А значущість я буду перевіряти кожного разу у кожного учасника індивідуально.

Що стосується **феноменології** – в своїй роботі з учасниками майстер-класу я буду опиратись на феномени, що видимі при простому спостереженні (швидка, чи повільна мова, почервоніння щік, нахил голови, рухи руками, ногами чи всім тілом, характер дихання та ін.) та відображають переживання людини в ситуації “тут і тепер”. Дані феномени дають інформацію щодо процесуальності життя людини – як саме вона живе. Так як для психотерапевтичної роботи не так важливо буде “ЧОМУ” так говорить людина (клієнт), а “ЯК” і “ДЛЯ ЧОГО”.

Під час роботи з образами на запропонованому майстер-класі його учасники будуть мати реальну можливість не лише подивитись на свою проблему з різних сторін, не лише знайти вихід із неї, а й спробувати усвідомити як склалися обставини, що призвели до формування проблеми.

Література:

1. Малкольм П. Раздумья о Теории Поля // http://vegi.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=5&Itemid=12

МАГНІТ ЖІНОЧНОСТІ

Злочевська Людмила,

*аспірантка Інституту Педагогічної освіти і освіти дорослих АПН України,
практичний психолог, арт-терапевт, кінезіолог (Київ)*

Древня мудрість говорить: поряд з кожним Величним Чоловіком шукайте Величну Жінку. І це справді так, бо серце Жінки є тим джерелом Натхнення, в якому Чоловік шукає і знаходить Мудріть, Милосердя та Любов. Любов – це енергія взаємодії, направлена до людини, природи, до себе, до оточуючого Світу, до Всесвіту. Любов виражається у бажанні злитися, ототожнитись зі Світом або коханим, стати єдиним, відчутти радість життя, його багатомірність і різнобарв'я.

Чи завжди ми усвідомлюємо свої почуття на момент “тут і зараз”? Як бути коханою? Чи вміємо ми створювати свій Простір Кохання? Що ми відлунюємо в оточуючий нас Світ?

Методика “Магніт Жіночності” відкриває ще один Шлях у чудовий Світ **“ВІН і ВОНА – одвічна загадка Всесвіту”**, надає можливість віднайти в собі яскраву палітру почуттів, розширює сприймання і відтворення тонких нюансів самовираження. Побудована методика на синтезі арт-терапевтичних багатомірних можливостей і складається із 3-х частин, різних по змісту і за формою проведення.

Майстер-клас презентує частину модульної програми **“Простір Кохання”**, в якій синтезуючий підхід інтегрує в собі різні положення терапевтичних, корекційних і розвиваючих концепцій, арт-технологій і психотехнік.

Мета: розкрити нові сторони використання арт-терапії в індивідуальному та груповому консультуванні, сімейній психотерапії та тренінгових формах роботи для гармонізації, розвитку, набуття життєдайних енергій різного забарвлення та якості.

На Шляху Усвідомленого саморозвитку учасникам в груповій роботі надається можливість відчутти єдність Душі, Розуму і Тіла, відкрити нові межі величнішого творіння на Землі – Самого Себе, розширити в собі спектр енергій Жіночності, Радості та Гармонії.

В результаті роботи учасники отримають особистісний досвід роботи з арт – терапевтичними методами і підходами, вони мають можливість поповнити себе новим ставленням до Себе, до оточуючого їх Світу.

“В ПОТОКЕ СВЕТА” ИСКУССТВО МЕДИТАТИВНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА КАК ПУТЬ ДЛЯ САМОРАСКРЫТИЯ И ОДИН ИЗ СПОСОБОВ ТВОРЧЕСКОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ

Моцак Наталия,

*руководитель изостудии при Киевской гимназии № 287 г. Киева,
научный корреспондент Института психологии им. Г.С. Костюка (Киев)*

Учасники пропонуваного мастер-класа зможуть познакоми́ться з авторською методикою медитативного художественного творчества, котра виникла як результат собственого опыта автора – художника и педагога, а также как результат более чем 15-летней духовной практики автора на пути интегральной йоги.

Позади более чем четверть века работы в качестве художника и педагога. Это был период постоянных и разноплановых поисков и, в конце концов, 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).

Адекватное состояние всех планов такой сложной структуры, какой является человек – его физического, эмоционального, ментального, биоэнергетического и духовного.

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 спонтанного художественного творчества “В потоке Света”, в которой используются идеи, изложенные выше, позволяет, не зависимо от возраста участников мастер-класса и степени их подготовленности, достичь с первого раза позитивного результата. Это оказывается возможным благодаря *последовательной настройке* всей *сложной структуры человеческого существа* (его физического, психического, ментального и биоэнергетического планов) – *в резонанс с чистыми гармоничными вибрациями так называемой медитативной музыки* (это могут быть специально подобранные образцы духовной, классической или этнической музыки).

“В потоке Света” (программа 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.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИТЧ, ИСТОРИЙ И МЕТАФОР (СКАЗКОТЕРАПИИ В РУСЛЕ ПОЗИТУМ-ПОДХОДА)

Овчарек Екатерина,

обучающий терапевт Украинского института Позитивной психотерапии

“Взрослые на любой стадии своей хронической взрослости всегда вполне способны любить сказки, но, щадя своё тщеславие, называют их притчами”.

Носрат Пезешкиан

“Терапия мифами” Носрата Пезешкиана стала начальным этапом зарождения Позитивной психотерапии (на основе материалов книги “Восток-Запад”, [1, с. 114]): *“Истории выполняют функцию расширения концепций и открывают двери для фантазий”.*

Использование историй, мудрых высказываний, пословиц, поговорок, анекдотов, каламбуров и т.п. играет в позитивной психотерапии центральную роль. История, в нужное время рассказанная пациенту, несет большой терапевтический потенциал. Истории могут быть распределены на 2 группы:

1) Истории, которые подтверждают существующие нормы; 2) истории, рассматривающие существующие нормы как относительные.

Несмотря на видимую противоположность, оба направления не взаимоисключают, а диалектически дополняют друг друга в психотерапевтическом процессе.

На основе работ Н.Пезешкиана, мы выделяем 10 психотерапевтических функций, которые выполняют истории (притчи, метафоры, анекдоты и т.д.) в психотерапевтическом процессе:

Функция зеркала: клиент узнаёт себя и свои черты в поведении героев и признаёт это.

Функция медиатора (посредника): до определённых пор клиенту легче общаться с консультантом через посредничество истории, постепенно продвигаясь от вежливых метафорических формулировок к более прямым и открытым.

Функция фасилитатора регрессии: через воображение, фантазию и сходство ситуации с рассказыванием сказок в детстве, клиенту легче регрессировать и приблизиться к ресурсам своего внутреннего Маленького Профессора и Естественного Ребёнка (термины Т.А.).

Функция контрконцепции: притчи и истории часто содержат непривычные и новые для клиента взгляды на вещи, которые выходят за рамки его традиционного сценария и способствуют расширению концептуального поля, – и иногда, расширения самой Я-концепции (расширению идентичности).

Функция конфронтации: притча, содержащая в себе контрконцепцию либо контрмодель поведения, позволяет “по-восточному” смягчить действие техники конфронтации.

Функция хранителя мудрости: это одна из самых древних и очевидных функций притч: основываясь на нелинейной логике жизни, история помогает изменить точку зрения ума на точку зрения мудрости; более того, в поведении и словах архетипических героев притч и метафор содержится мудрость выходящая за пределы опыта отдельного человека, культуры и даже нации; К. Юнг доказал присутствие в мифах и притчах мудрости коллективного бессознательного человечества.

Функция носителя традиций: притча выполняет роль хранилища (депо) традиций и ценностей, возврат к которым может оказаться глубоким терапевтическим решением для души клиента.

Функция модели: на стадии вербализации притча может быть использована как катализатор поиска вариантов решений, через предоставление еще одной или нескольких возможных моделей поведения.

Функция изменения позиции: “хорошо иметь свою точку зрения, но плохо на ней долго сидеть”; иногда притча попросту приглашает слушателя встать со своей засиженной точки зрения и встать в новую точку отсчёта во взгляде на свою проблему или искомое решение.

В традиционной, медицинской, модели психотерапии притчи используют как инструмент **воздействия** на пациента, с целью изменить его сознание и личностное восприятие. В современной, диалогично-рефлексивной модели – притчи полезно использовать скорее как повод для дальнейшего **взаимодействия** с клиентом на еще одном уровне – метафорическом.

Последнее не отрицает, что **консультант-психотерапевт может предложить притчу “от себя”**. Однако, в этом случае, необходимо предложить клиенту самому решить, чем эта притча ему близка и чем, возможно, не отзывается. Н. Пезешкиан в течение многолетнего исследования и клинической практики сумел выделить объёмный массив притч и мифических историй, имеющих т.н. психотерапевтический радикал.

Полезной техникой также часто оказывается предложение клиенту переделать традиционную притчу на собственный лад или даже написать собственную притчу.

Это, во-первых, усиливает внутренний локус контроля, надежду и уверенность клиента (“я могу влиять на ход событий”) – реализация позитивного похода; во-вторых, даёт дополнительные перспективы инвентаризации концепций и актуальных способностей клиента, которые он спроецирует в собственный вариант притчи – реализация содержа-

тельного подхода. Наконец, в-третьих, текст авторской притчи может содержать те “темы” клиента (желания и даже решения), к которым полезно будет возвратиться на стадии вербализации – реализация подхода консультирования и самопомощи.

Сказки, мифы, басни, притчи, стихи, остроты и пр. наряду с их художественной ценностью, являются средством народной педагогики и народной *психотерапии*, которым люди пользовались, чтобы помочь себе, когда еще не было научной психотерапии.

Носсрат Пезешкиан “Торговец и попугай”.

ПРАКТИКУМ

В парах: исследование отношения к историям

Кто читал или рассказывал вам в детстве истории?

Можете ли вы вспомнить, в каких ситуациях вам рассказывали истории? Что вы тогда чувствовали?

Какую историю вы можете вспомнить сразу?

Кто ваш любимый автор?

Какие истории или пословицы для вас имеют важное значение?

Как вы себя чувствуете? Что изменилось?

Что вы сумели заметить за собой при работе в парах? Что открыли? Про что вспомнили? О чем это вам говорит?

Как вам эта история?

Что она тебе советует/сообщает? Чему ты можешь научиться из этой истории?

Как ты можешь применить эту историю в своей жизни?

Что бы ты хотел изменить в этой истории?

Домашнее задание: через 1–2 недели напиши эту историю на свой лад (1–2 страницы);

“СОТВОРЕНИЕ МИРА”

(ИНТЕГРАЦИЯ СКАЗКОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ И АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ МЕТОДОВ)

Оруджова Жанна,

Сертифицированный сказкотерапевт, кандидат Сообщества Сказкотерапевтов, преподаватель дошкольной педагогики и психологии, детский практический психолог, финалист окружного конкурса “Педагог-психолог” (Москва, 2005 г.), эксперт, методист-психолог Городской службы лицензирования и аттестации (Москва, Россия)

*В одном доме случилась удивительная вещь:
кукушка в старинных часах вдруг, вместо времени,
стала рассказывать сказки.*

Расстроилась хозяйка, хотела отнести часы в ремонт, но заслушалась и совсем забыла... о времени.

“А разве время важнее всего? – подумала хозяйка, – есть вещи и поинтереснее”.

И так хорошо у нее стало на душе, что она решила ни за что не отдавать сказочные часы в мастерскую.

(по мотивам сказок-притч В.Г.Кротова)

В последнее время во всем мире возросла популярность сказки. Экранизированы романы-фэнтези, сказочные повести “Гарри Потер”, “Властелин колец”. Снова стало модным самим сочинять сказки для своих детей. Не удивишь термином “сказкотерапия” современных любящих, неравнодушных и любопытных родителей, а тем более – психологов и педагогов, использующих сказки для решения проблем здоровья и развития детей и взрослых.

Но и те, кто не задумывается над терапевтическими свойствами сказки, тянутся ко всему волшебному, загадочному, необычному. Казалось бы, в чем причина такого явления? А причина проста, как сама жизнь. Мир всегда делился на бедных и богатых. Мерилом богатства всегда являлись, казалось бы, полярные вещи: материальные блага и духовные ценности. В сказках добро всегда побеждает зло, бедный становится богатым. Жадный и злой раскаивается в своих поступках, и его прощают. В сказке все цели достижимы, и герой сам делает жизнь такой, какой пожелает, преодолевая все препятствия. То есть, счастье и свободу обретает тот, кто обладает главным богатством – светлой душой и чистыми помыслами. Материальные блага и духовные ценности – две неотъемлемые части гармоничной жизни современного человека. Сказка дает доступным, чудесным образом понимание этого детям и взрослым.

В сказочных сюжетах зашифрованы ситуации и проблемы, которые переживает в своей жизни каждый человек. Жизненный выбор, любовь, ответственность, взаимопомощь, преодоление себя, ну и, конечно, борьба со злом – все это “закодировано” в образах и сюжетах сказки.

Каждая сказочная ситуация имеет множество граней и смыслов. Ребенок или взрослый, читая сказку, бессознательно выносит для себя тот смысл, который наиболее актуален для него в данный момент. Со временем, человек меняется, и ту же самую сказку он может понять по-другому...

Благодаря многогранности смыслов, одна и та же сказка может помочь ребенку и взрослому в разные периоды жизни решать актуальные для него проблемы.

Тот момент, что в сказке идет четкое разделение добра и зла, очень важен, так же как и happy end – счастливый конец. Это дает чувство защищенности, надежности, стабильности и безопасности тех самых кирпичиков, которые составляют опору в жизни каждого человека.

Что бы ни происходило в сказке, все заканчивается хорошо. Оказывается, что все испытания, которые выпали на долю героев, были нужны для того, чтобы сделать их более сильными и мудрыми. С другой стороны, персонаж, совершивший плохой поступок, обязательно получит по заслугам. А герой, который проходит через все испытания, проявляет свои лучшие качества, обязательно вознаграждается. В этом заключается закон жизни: как ты относишься к Миру, так и он – к тебе.

Работа со сказкой удачно сочетается с различными направлениями в психологии, такими как танцевально-двигательная терапия, музыкотерапия, песочная терапия.

Нами разработана и прошла апробацию с 2005 года программа “Сказочные часы”, в которой представлены интегрированные занятия по сказкотерапии с использованием арт-терапевтических методов. Одно из занятий нашей программы “*Сотворение мира*”.

Цель – демонстрация использования арт-терапевтических методов и приёмов творческой самореализации личности в сказкотерапии.

Задачи мастер-класса – продемонстрировать методы:

- снижения уровня тревожности и агрессивности у клиента, стабилизации психических процессов, снятия напряженности;
- развитие умения преодолевать трудности и страхи у клиента;
- выявление и поддержка творческих способностей, воображения, оригинальности мышления с целью формирования уверенности клиента в себе;
- формирование навыков конструктивного выражения эмоций, отработка механизмов саморегуляции;
- развитие способностей к эмоциональной регуляции и естественной коммуникации, творческому самовыражению.

Актуальность мастер-класса.

Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, для расширения сознания и совершенствования взаимодействия с окружающим миром. Основной принцип – духовное, целостное развитие личности человека, забота о его душе.

Сказка – это простая и понятная форма общения, она позитивно влияет на личность, создает атмосферу доверия и сотрудничества.

Работа в группе поможет участникам обобщить свой жизненный и профессиональный опыт, вспомнить лучшие моменты жизни, создать позитивный настрой, усилить творческий потенциал и реализовать его.

Мастер-класс проводится в форме тренинга. Неотъемлемой составляющей тренинга является обратная связь его участников. Много нового открывается в устоявшихся представлениях о себе: как мы выглядим в глазах других людей; как слышат то, что мы пытаемся донести до других; как нас воспринимают окружающие. Далеко не всегда представления о себе совпадают с реальностью. Через сказку участники смогут увидеть свой социальный портрет, узнать свои сильные и слабые стороны, причем, целенаправленно и безопасно. Сказка поможет ответить на вопросы: кто я? каким бы я хотел быть? Обратная связь, полученная от участников тренинга, поможет освоить новые, более эффективные способы человеческого взаимодействия.

После прохождения мастер-класса, участники узнают и смогут применить в своей работе различные приемы сказкотерапии с клиентом разного возраста (начиная с дошкольного), овладеют методом “погружения” в сказку, смогут создать сказочную атмосферу в профессиональной деятельности.

Научная обоснованность мастер-класса.

Концепция сказкотерапии построена на принципах возрастной психологии, психоанализа, аналитической психологии и представлена в работах таких авторов, как М.Б. Беттельхейм, Р. Гарднер, К. Юнг, В. Пропп, а также современных ученых-психологов и исследователей сказок – Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, А.М. Михайлова, И.В. Вачкова, Л.Д. Коротковой и др. В своих работах они подчеркивают огромную значимость сказки в процессе развития личности. Практическая работа сказкотерапевта дает возможность клиенту самореализоваться, преодолеть эмоциональную нестабильность, развить творческие способности, научиться методам эмоциональной регуляции и адекватного восприятия себя как личности.

Литература:

1. *Вачков И.В.* Метафорический тренинг. – М.: Ось-89, 2006. – 144 с.
2. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Михайлов А.М.* Волшебный источник. Теория и практика сказкотерапии. Опыт психодиагностики и психокоррекции. – СПб.: Спарт, 1996. – 100 с.
3. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.* Практикум по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2000. – 310 с.
4. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.* Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. – СПб.: Речь, 1998. – 213 с.
5. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М.* Практикум по креативной терапии. – СПб.: Речь, М.: Творч. центр “Сфера”, 2001. – 400 с.

ОРИГАМИ КАК ИНТЕГРАЛЬНЫЙ МЕТОД В АРТ-ТЕРАПИИ

Осадчук Лариса,

*биолог-генетик, руководитель Киевского клуба оригами,
руководитель кружка оригами Киевской гимназии № 109 (Киев).*

Оригами – традиционное искусство складывания фигурок из бумаги без применения клея и ножниц, находит в современной жизни все новые применения. Уникальность оригами состоит в том, что оно, являясь искусством, несет в то же время мощный научный потенциал, что дает возможность применения его в архитектуре, промышленном дизайне, математике, педагогике и арт-терапии.

Уникальность оригами как средства арт-терапии состоит в том, что оно, в силу своей специфики, объединяет в себе элементы некоторых других арт-терапевтических направлений и отчасти заменяет их, когда применение этих видов арт-терапии оказывается невозможным.

1. Оригами и цветотерапия.

Этот аспект очевиден, так как оригами, как правило, складывают из разноцветной бумаги, что сразу создает атмосферу праздника, а по тому, какой цвет выбирает участник, можно судить о его настроении и провести диагностику душевного состояния. Полноценная цветовая гамма гармонизирует психические процессы, является профилактикой астенизации у взрослых.

2. Оригами и игротерапия.

Наиболее сильной стороной оригами является его неисчерпаемые игровые возможности и способность удивлять. Процесс складывания оригами напоминает маленький спектакль, фокус, вызывающий радостное оживление при виде того, как простой квадрат бумаги, складываемый вдоль геометрических линий, приобретает ясные очертания узнаваемых предметов: коробочки, бабочки, цветка или машущей крыльями птицы. Эффект усиливается, когда оказывается возможным самому повторить складывание и получить красивую изящную модель. В оригами прогнозируемый положительный результат не заставляет себя ждать. Сложенный предмет часто годится для игры – прыгающая лягушка, каркающая ворона, ползущий жук и многое другое вызывают желание посоревноваться в ловкости или просто кого-то развеселить, устроив маленькое представление.

3. Оригами и театрализация.

С куклами, фигурками персонажей, пальчиковыми куклами, сложенными масками можно устроить представление, использовав весь арсенал театральных средств терапии.

4. Элементы музыкальной, танцевальной, хоровой терапии также, как ни странно, присутствуют в оригами, но в скрытой форме. Складывание, где царят принципы симметрии, гармонии, ритмических повторяющихся движений обеих рук (что особенно выражено в случае модульного оригами), гармонизируют внутреннее психическое состояние человека. Повторение придает ценность малозначимому элементу, регулярность создает ощущение порядка, уверенности, силы. Возможно, эти ритмы созвучны ритмической организации Вселенной, от геометрической структуры молекул до формы галактик и мы улавливаем эти дающие силы, ритмы.

5. Оригамотерапия (термин предложен впервые) – терапия посредством созерцания и восприятия определенных геометрических объектов оригами (совершенных многогранников, кусудам, звездчатых структур, а, возможно, и многих других оригами). В современной физике и теории хаоса пристальное внимание уделяется определенным геометрическим формам, своеобразным центрам упорядоченности, которые организуют вокруг себя пространство и время (кристаллы, спирали, звезды, кресты) и являются универсальным языком вселенной. Это область сакральной геометрии, изучающей гармонизирующее влияние таких структур на все живое.

6. Оригами как динамическая медитация – оздоровительный эффект, достигаемый в процессе самого складывания, когда сливаются в единый поток все заложенные в оригами возможности.

7. Оригами приятно дарить. Радостное удивление объединяет обе стороны.

Занятия оригами тренируют память, внимание и концентрацию, улучшают координацию движений и мелкую моторику пальцев, снижают уровень тревожности, повышают самооценку и уверенность в собственных силах, плодотворную атмосферу доверия и сотрудничества.

Занятия могут оказаться полезными для преподавателей детских садов и школ (труд, изо, математика, развитие речи, иностранные языки), практических психологов, арт-терапевтов, работников социальных служб, архитекторов дизайнеров и внимательных к развитию своих детей родителей.

Участники мастер-класса познакомятся с классическим искусством оригами и современными его направлениями, научатся складывать модели по темам: подвижные фигуры и игры с ними, пальчиковый театр оригами, сказки оригами, модульное оригами (в том числе шары кусудамы, чтобы на собственном опыте убедиться в их целебной силе).

Оригами – это праздник, который всегда с тобой! Присоединяйтесь!

СРЕДСТВО ТРАНСФОРМАЦИИ ВРОЖДЕННОЙ ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ МОДЕЛИ

Побережная Галина,

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

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

Выбор музыкотерапевтических 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 личности – поле ее осуществления.

Цель занятия: скоррелировать существующие методы с конкретным направлением поведенческой психокоррекции. Последнее осмысливается как объективно и избирательно заданная судьбоносная задача, способная быть оптимизированной методами музыкотерапии. 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 поведенческих архетипов в контексте установления внутреннего энергетического баланса в человеке)
- персонально-отборочный (выделение из числа участников лиц, желающих участвовать в практикуме)
- демонстрационно-практический (обзор музыкотерапевтических средств в заявленном ракурсе)
- ситуационно-диагностический (практикум по отработке 12 поведенческих моделей)
- аналитический (обсуждение результатов практикума)
- установочно-моделирующий (кристаллизация основных моделей “поведенческой стратегии” личности)
- итогово-констатирующий (выводы и рекомендации).

В результате участники мастерской получают информацию о музыкотерапевтических методах, способных оптимизировать собственный поведенческий гештальт – откристаллизованный поведенческий стереотип, неизбежно подлежащий трансформации.

ТЕЛО. ТАНЕЦ. РАЗУМ. ЧУВСТВА

Роговик Людмила,

кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Киевского национального лингвистического университета, руководитель танцевально-го коллектива “Остров”, тренер Высшей социально-психологической школы Института психологии АПН Украины (Киев)

Программа мастер-класса:

Ознакомление с особенностями концепта, содержания и структуры тренинга. В чем особенность танцевально-психомоторного тренинга?

Использование разнообразных методик диагностики двигательного репертуара, что составляет содержание интегративной методики.

Эффективность контакта с клиентом благодаря целенаправленной работе с телом, его схемой, телесным пространством.

Обучение успешному диалогу с помощью танца.

Возобновление гармонии в теле.

Использование вербального диалога.

Решение личностных проблем: устранение сверхконтроля на когнитивном уровне; активизация контактов на эмоциональном уровне; освобождение энергии либидо в танцевальном движении, гармония установок “хочу” и “могу”; обретение внутренней уверенности через ощущение веса и опоры; развитие уверенности в реализации своих целей через структурирование движений.

Какие методы используются?

Метод М.Фельденкрайза: понимание того, как действует тело, умение организовать свое поведение в соответствии с собственной конституцией.

Метод Р.Лабана по структурированию телесного пространства и определению параметров движения: сила, направление, активность.

Метафора как способ установления контакта с клиентом, в частности, телесная метафора, которая присутствует в каждом движении человека.

Интегративная диагностика двигательного потенциала и уровня психомоторной активности.

Изучение моторных полей, освоение пространства в соответствии с иерархией построения движений Н.А.Бернштейна.

В мастер-классе используются упражнения и танцевальные движения для ознакомления со схемой тела, танцы-караоке, элементы стрип-данса, парные, образные и групповые танцы. Выполняются творческие задания, работа над ритмом и темпом движения.

Психотерапевтические эффекты.

Развивается психомоторная активность.

Происходит осознание своего тела, его структуры и места в пространстве, клиент может самостоятельно решать когнитивные, эмоциональные и социальные проблемы, используя свой телесный опыт.

Расширение возможностей для коммуникативного взаимодействия в процессе овладения алгоритмом самонаблюдения, наблюдения за движениями и анализа линий собственных движений (танцевальный алфавит).

Усвоение алгоритма построения движений от уровня А до уровня Е. Мастер-класс строится на основе тренинга.

Программа тренинга состоит из трех этапов.

I этап – ориентировочный. На этом этапе происходит знакомство, утверждение правил, включая специфические правила для танцевального тренинга, заполнение вступительных анкет, определение целей и задач тренинга. Затем проводится обсуждение, рефлексия, уточнение целей и задач, продолжение знакомства: протанцовывание своего имени, “Я”-реальное, “Я”-идеальное, “Я” глазами других. Знакомство с алгоритмом наблюдения за танцевальными движениями. Далее идет знакомство с основными понятиями тренинга: “вес”, “пространство”, “направление движения”, “ритм”. Эта работа проводится в течение двух дней, на четвертый уточняются мышечные ощущения, создается интегрированная характеристика схемы тела, пространству, а также психомоторному действию. Упражнения в передвижении в пространстве с переносом веса, знакомство с телом, его структурой, диагоналями, линиями, знакомство с пространством тела и пространством движения. Танцы отдельных частей тела, расширение двигательного диапазона. Работа в парах во взаимодействии с пространством собственного тела и тела партнера. Развитие мышечного чувства, движения с закрытыми глазами. Оценка возможностей своего тела, составление “карты” тела. Упражнение “Расчлененка”. Итог этапа: диагностика двигательного потенциала, усвоение алгоритма самонаблюдения, развитие ощущения пространства, парное и групповое взаимодействие. На первом этапе достигается психотерапевтический эффект в решении когнитивных проблем личности, нахождение ресурсов в теле для социализации, активизация позитивного эмоционального фона, выход движений на уровень подражания через усвоение уровней А.В.С.

На II этапе происходит активизация психомоторных действий: прорисовывание линий движения, протанцовывание их, ознакомление с образом, выполнение упражнений по кореологии, танцы-караоке. Выход движений на высшие уровни. Свободные танцы, танцы своей жизни. Реализация интегрированного подхода в диагностике двигательного ре-

сурса. Тесты “звезды и волны”, диагностика яркости и четкости представлений по методике Д.Маркса, обсуждение и анализ.

На III этапе происходит работа с ритмом как системообразующим фактором танца. Ритмические упражнения и танцы, общение посредством танца и ритма, составление танцевальных рассказов в заданном ритме и характере движения. Расширение двигательного репертуара через использование основных категорий, выход на уровень E, движения, которые передают смысл. Диагностика семантического пространства движения. Психосемантический дифференциал. Подведение итогов, заполнение анкет, обсуждение. Психотерапевтический эффект: определение личностного смысла с помощью телесности: практическое применение технологии сворачивания макродвижений тела в микродвижения сознания.

МАНТИЯ СОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

Самышкина Олеся,

психолог Центра социальной поддержки детей, семьи и молодежи (Киев)

“Можно уподобить жизнь вышитому куску материи, лицевую сторону коего человек видит в первую половину своей жизни, а изнанку – во второй; изнанка, правда, не так красива, но зато более поучительна, так как по ней можно проследить сплетение нитей”.

Артур Шопенгауэр

В современном мире очень популярно быть уверенным в себе. Об уверенности слышно на каждом шагу. Сейчас, даже как-то стыдно быть неуверенным. Считается, что уверенность обязательно приводит человека к успеху. А вот про состоятельность говорить не принято. А что вообще такое состоятельность? На чем она базируется, из чего состоит?

Состоятельность часто ассоциируется с деньгами и находится в подполье, это табуированная тема. Хотя наличие богатства далеко не всегда говорит о том, что человек им владеющий является состоятельным. Но вот состоятельный человек обязательно будет богатым, ибо состоятельность подразумевает самореализацию человека, его постоянное развитие, раскрытие собственных достоинств... А в таком случае, богатство будет неотъемлемой сопутствующей составляющей жизни человека. Уверенность – это больше похоже на внутренний стержень, на который человек опирается, на который потом и накладывается состоятельность. А состоятельность как бы покрывает, окутывает человека, его жизнь, как мантия.

Одежда типа мантии была известна всем народам древности задолго до появления феодализма в Европе и до появления самого термина “мантия”. У древних греков это были химатион, хламида, у римлян —

паллиум, палла, лацерна. Именно в силу древности происхождения этой формы одежды она в первые века христианства и возникновения феодализма в Европе превратилась *в особую почетную форму одежды, которую имели право носить только сюзерены, владетельные феодалы: императоры, короли, герцоги, князья*. Так мантия превратилась в одну из монархических регалий и в объект геральдического изображения с определенным значением как символическим (*символ власти, высокородности*), так и эмблематическим (*наличие мантии в родовых гербах указывало на определенное феодальное достоинство, титул — от князя и до императора*).

В католической церкви мантия под названием “паллиум” *присвоена только папе римскому*, который может ее носить всюду. Митрополиты же могут носить ее только в своей епархии. Паллиум принадлежит только определенному лицу и погребается с ним.

В России цари стали *носить мантию как почетный наряд при коронации и больших выходах* лишь с XVII века. Она носила русское название “платно”. С XVIII века императорская мантия стала входить в число главных регалий России и официально называлась уже мантией. Она стала исключительно коронационным одеянием и употреблялась практически один раз.

Рассмотрим *символическое значение мантии*. Наличие атрибута мантии в *гербе* сразу указывает *на высокое аристократическое положение* гербо-владельца. Меха также имели определенное символическое значение: беличий означал *благородные и полезные занятия*, горностаевый – *высокородность, “породность” происхождения*.

Мантия, как царская одежда символизировала благоустройство, благосостояние и мир.

В Китае мантии императора и сановников символизировали вселенную и ее совершенство, мощь Неба и императора как представителя Неба на Земле. У даосов и буддистов символы мантии различались, однако ее форма имела следующее значение: округлость рукавов символизировала утонченность манер, прямота швов - неподкупность при свершении правосудия, нижний край - горизонтальность коромысла весов, твердость воли и спокойствие сердца.

В христианстве пурпурная мантия символизирует страдания Христа, белая – невинность или торжество духа над плотью, мантия без швов – страдание, а также милосердие и единство. Монашеская мантия символизирует отрешённость от мира, а также всепокрывающую силу Божию. Благодаря своему свободному покрою, мантия символизирует

ангельские крылья, знаменует полноту Божественной благодати, силы и премудрости, которыми облакает Царь Небесный своих подражателей.

Арт-терапевтическая работа на мастер-классе имеет целью осознание своей состоятельности, своего достоинства, а также своих ограничивающих развитие установок, взаимосвязь своей состоятельности со своими качествами, характером, а не с другими людьми, наличием денег и т.д. Участники мастер-класса осознают то, на чем базируется их состоятельность, из чего состоит, с чем связана, что ограничивает их в реализации собственных задач. Работа пойдет с образом мантии, как образом “Я”, образом личной успешности. Сохранится также символизм мантии, заложенный историей возникновения мантии, ее использования, как символа благородства, высокородности, знатности.

Исследуя свой внутренний мир, участникам предлагается нарисовать свою мантию состоятельности. Перед рисованием мантии предлагается процедура направленного воображения после расслабления.

После этого происходит обсуждение в группе того, что участникам представлялось и того, что они нарисовали.

“Многие ... оказываются в подобной ситуации, символически надевая на себя мантию Королевской Власти, но не имея присущего этой власти внутреннего благородства. Не может быть никакого благородства и великодушия там, где разорваны отношения с Самостью, то есть где отсутствует любовь между человеком и божеством. С точки зрения психологии, это означает отсутствие связи между Эго и Самостью, ибо Эго слишком напугано, чтобы чувствовать бессознательное и взаимодействовать с ним. В отсутствие такой связи Эго пытается установить собственную власть”, – пишет Мэрион Вудман.

Литература:

1. *Шопенгауэр А.* Parerga и Paralipomena: Собр. соч. в пяти томах. – Т. 1. – М.: Московский Клуб, 1992. – 314 с.
2. *Булгаков С. В.* Настольная книга священно-церковного служителя. – Харьков, 1900. – Т. 4. – С. 200 // [old.portal-slovo.ru/rus/art/44/944/946/12295/\\$print_text/?part=1](http://old.portal-slovo.ru/rus/art/44/944/946/12295/$print_text/?part=1)
3. *Калитин П. В.* Краеугольный камень православной исторической науки // Митрополит Евгений (Болховитинов)/ Словарь исторический о бывших в России писателях духовного чина Греко-Российской Церкви. – М.: Правосл. церковь, 1995. – М., 1996. www.pereplet.ru/text/varava15aug04.html
4. *Леонтьева Г. А.* Палеография, хронология, археография, геральдика. – Уч. пособ. для студ. вузов / Г. А. Леонтьева. – М.: Владос, 2000. – 199 с.
5. *Люстих Е. Н.* Словарь символов. – М., 2000. – 320 с.

6. *Магницкий В. А.* Внутреннее строение и физика Земли. – М.: Недра, 1965. – 379 с.
7. *Вудман М.* Страсть к совершенству. Юнгианское понимание зависимости / Пер. с англ. – М.: НФ “КЛАСС”, 2006. – 272 с.

УКРАШЕНИЕ «ГЕЙШИ»

Скнар Оксана,

*кандидат психологических наук, старший научный сотрудник
Института социальной и политической психологии АПН Украины,
член правления ОО “Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)*

Еще начиная с советских времен, особенности человека как представителя определенного пола обесценивались: введение так называемого равноправия, по сути, привело к формированию “унисекса”, в результате чего женщины постепенно все больше утрачивали свою женственность, а мужчины, соответственно, – мужественность. Возможно, именно поэтому наши современники зачастую переживают кризис, безрезультатно пытаясь найти Настоящего мужчину и Истинную женщину. Очевидно, именно эти *аспекты личности* (ущемленное, подавленное *женское и мужское*) наиболее *нуждаются в восстановлении и развитии*.

Одной из наиболее запретных тем и табуированных областей долгое время была тема сексуальности – секса, как известно, в советские времена не было. О том же, что такое здоровая (естественная, красивая, приносящая радость и удовольствие) сексуальность мало кто знал. Хотя именно инициированная женщина, став матерью, согласно Р.Ефимкиной и М.Горловой, не скрывая тему секса, дает дочке внутреннее “разрешение” на то, чтобы та стала женщиной, и помогает ей пройти инициацию, “сама бессознательно представляя собой пример женщины, живущей полнокровной жизнью” [1]. В силу исторически сложившихся обстоятельств несколько поколений женщин (матерей) сами оказались не инициированными как женщины. И в результате, они, как правило, и своих дочерей не могут благословить и инициировать, а, наоборот, манипулируют ими, “запрещая” быть женщинами, зачастую бессознательно воспринимая дочь как конкурентку за мужчину (мужа) [1].

Если в традиционных обществах с доисторических времен проводились инициации (специальные ритуалы-посвящения, четко разделенные по полу) [2], позволяющие девочкам и мальчикам, девушкам и юношам освоить новые качества, знания и умения для того, чтобы занять новую ступеньку в сообществе женщин или мужчин, то сегодня, в нашем цивилизованном обществе, эти ритуалы перехода с одной ступени развития на

другую исчезли, хотя психологическая потребность в них осталась. Не смотря на то, что большинство из этих практик утеряно, их позитивный, бесценный опыт хранится в глубинах коллективного бессознательного.

Одним из возможных вариантов обретения такого ценного опыта открывается через обращение к безграничным и неисчерпаемым ресурсам коллективного бессознательного. Мы опираемся на идею о том, что именно через образы личность устанавливает связь с глубинно-психологическими и мифологическими пластами коллективного бессознательно-го и с архетипами. Поэтому на мастер-классе будет предложен вариант арт-терапевтической работы с архетипическим образом “Гейша”.

Представленная на мастер-класс арт-терапевтическая работа является частью программы “Первозданный мужчина и Таинственная женщина”, разработанной совместно с Ю.Гундертайло. Она опирается на концепцию К.Г.Юнга и его последователей про Анимус и Аниму как архетипы личности, а также на теорию Т.Василец и Н.Романовой [3; 4], выделяющих по семь основополагающих женских и мужских функций в структуре личности. Программа направлена на актуализацию, развитие и интеграцию глубинного потенциала женственности / мужественности личности через символическое прохождение инициаций с использованием арт-терапевтических приемов, что ведет к освоению более высоких ступеней мужской и женской зрелости.

Возвращаясь к архетипическому образу “Гейши” важно отметить, что она воплощает в себе не только здоровые эротические силы и потенции женщины, сексуальную привлекательность, но и владеет, по словам Т. Василец, “волшебством ... эстетической женской силы” [4].

“Гейша” – воплощение истинной женственности, ее основное качество – *ощущение и принятие своей ценности как женщины*. Она *любит и уважает свое тело, осознает красоту и силу своей женской природы*. Одним своим присутствием может создать комфортную атмосферу, способствующую доверительной беседе, отдыху, восстановлению и восполнению сил (физических и душевных), *творчеству*. Она привлекает в свою жизнь прекрасное – прикладные искусства, пение и танец, поэзию и живопись... Иными словами, Гейша способна быть украшением, *умеет радоваться и наслаждаться жизнью в разных ее проявлениях*. А какое украшение у вашей внутренней “Гейши”?

Каждый может познакомиться с неизведанными, или соприкоснуться с малоизвестными гранями настоящей женственности, а значит, усилить ощущение своей женской ценности, значимости, достоинства. Арт-терапевтическая работа в этом направлении способствует раскры-

тию потенциала женского обаяния, привлекательности, чувственности, мудрости, что ведет к стабильной уверенности в собственных силах.

Литература:

1. *Ефимкина Р., Горлова М.* Психологическая инициация женщины // http://community.livejournal.com/gestalt_by/22120.html
2. *Ефимкина Р. П.* Пробуждение Спящей Красавицы. Психологическая инициация женщины в волшебных сказках. Монография. – СПб.: Речь, 2006. – 263 с.
3. *Василец Т.Б., Романова Н.В.* Мужское и женское в структуре личности и психотерапии // <http://gineya12.narod.ru>
4. *Василец Т.Б.* Мужчина и женщина: Тайна сакрального брака // <http://biblios.newgoo.net/forum-f59/tema-t2298.htm>

ОСОБЕННОСТИ “МАНКО-ТЕРАПИИ”

Шевченко Вера,

научный сотрудник Университета эффективного развития (Киев)

В отдельных случаях психологи в песочной терапии заменяют песок манкой.

Обычно это оказывается желательным при работе с маленькими детьми или с детьми, имеющими отклонения в умственном развитии, при индивидуальной работе дома или при коррекции в условиях больницы, где требования к гигиеничности материала особенно важны.

Психологи, работающие с песочницей, отлично помнят сложности по приготовлению песка – долгое и тщательное промывание и стерилизация прокаливанием, что трудно сделать дома или в где-то на выездном занятии. Однако если использовать манку, то не только психолог может работать дома с маленьким клиентом, но и – как правило – это становится любимым занятием мамы (или папы, бабушки) с ребенком, особенно в холодную пору года.

Второй случай применения манки вместо песка – когда песок вызывает у клиента неприятные ощущения (чувство шершавости, “неприятно возиться в “грязи”).

Но манка обладает дополнительными, только ей присущими особенностями, о которых и хочется поговорить в этом сообщении.

Прежде всего – ее яркий белый цвет. При рисовании песком как правило работы воспринимаются как графическое изображение. Сейчас очень популярно рисование песком в песочнице с прозрачным дном, под которую устанавливают свечу или светильник. Рисование может быть как

создание образов, “перетекающих” один из другого путем удаления части рисунка и затем пририсовывание иного элемента – меняющийся образ.

Это может быть спонтанное рисование – как одной рукой, так и двумя одновременно. Механизмы, действующие при этом, известны.

Но если рисовать белой манкой на листе белого ватмана, то срабатывает так называемый эффект усиления (хорошо известный в японской живописи – белое изображение на белом шелке).

Опрос рисующих показывает, что у них возникает ощущение внутреннего ЦВЕТНОГО изображения, переливающегося, светящегося, радужного. При этом отсутствуют все темные оттенки, что дает сильнейшее переживание положительного окрашенного образа.

И в рисовании песком, и в рисовании манкой основой являются те же психические механизмы восприятия, которые психиатры изучают при помощи теста Роршаха. Но при этом идет “мощное положительное (“доброе” – говорят дети) инвестирование образа”, как сказали бы наши коллеги из гештальт-терапии.

Этому способствует сосредоточение и удержание внимания на белом поле рисунка манкой. Вспоминая трактовку цветов Люшера, В.В. Драгунский говорит о том, что белый цвет является выражением разрешения, освобождения от всякого препятствия. Белый цвет означает абсолютную свободу от всех препятствий и свободу для всех достижений. Это – разрешение всех проблем и новое начало.

И этому же способствует тактильное ощущение – переживания прикосновения, движения по манке. Дело в том, что мельчайшие частички в крупе обволакивают руку и создают ощущение шелковистости и мягкости. Отсюда и возникает синестетическое переживание положительности образа.

Так, после одного из занятий спонтанного рисования манкой, 60-летний мужчина, не склонный к сентиментальности, ушел с глазами, полными слез.

Только через три дня он рассказал, что пережил чувство – как он держал в руках своего новорожденного сына (ему не доверили подержать ребенка после рождения, а потом и вовсе семья распалась). Еще через полгода этот человек нашел меня и рассказал, что пережитое ощущение помогло ему решиться и найти своего уже взрослого сына и через очень трудные первые разговоры восстановить отношения, по которым он тосковал всю жизнь.

Таким образом, это один из сильнейших методов работы с глубинными переживаниями, давними психологическими травмами, таких как детско-родительские отношения, метод разрешения конфликтов в семье.

Но существуют и свои условия применения, ограничения.

Учитывая сильные глубинные автокоммуникационные личностные процессы, возникающие при внутриличностной проработке и амплификации необходимого положительно окрашенного синестетического образа при этом виде работы, я считаю возможным применять подобную технику только в случаях индивидуальной работы и при работе в паре.

Но не в групповой работе – там как раз твердость и шершавость песка является дополнительным фактором внешнего контроля, помогающего клиенту чувствовать себя защищенным и безопасно “играющим в песочек”.

Так же не желательно применять многоэтапную вербализацию, перевод созданного синестетического сильнейшего (часто – на уровне инсайта) переживания – в ассоциативные ряды. Это как раз тот случай песочной терапии, когда эмоционально заряженный образ должен не только сменить заряд, но и иметь время на интеграцию с другими внутренними образами. Поэтому достаточно спросить у клиента о возникшем ощущении, самочувствии. Но не желательно рекомендовать вербализовать (разряжать) во внешние, имиджевые представления или социальные роли, так как это уровень глубинных, в том числе архетипических переживаний и ролей.

Конечно, манку удобнее использовать – красиво и просто, да и руки чистые, в отличие от песка.

Но все-таки лучше использовать ее свойства по назначению – учитывая ее свойства, а не просто как очередной забавный и интригующий способ создания стимульных образов.

На мастер-классе предлагается к рассмотрению метод спонтанного рисования манкой как сравнительный (по отношению к рисованию песком) метод. А также “манко-терапия” как способ разрешения коммуникативных проблем. Будут обсуждаться особенности применения песочной и “манко”-терапии для индивидуальных и групповых работ, в том числе для домашнего пользования (опыт Одесских центров по работе с детьми от 0 до 6 лет), а также в таких серьезных тренингах, как тренинги по командообразованию.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ДЕТСКОГО РИСУНКА

Шлёнская Оксана,

преподаватель кафедры психологии Киевского национального лингвистического университета, психотерапевт по методу символдрамы, детский психотерапевт (Киев)

Изобразительная деятельность ребёнка во всех современных подходах психотерапии и психодиагностики признана важной и требующей внимания и изучения. В онтогенезе изобразительная деятельность непосредственно связана с общим психическим развитием. Ребёнок не только отражает в рисунке свои переживания, свой внутренний мир, особенности восприятия. Внимательное изучение детского рисунка позволяет утверждать, что ребёнок в рисунке отражает картину того мира, который он в процессе своего развития создаёт. К.Г.Юнг считал, что экспрессивные формы искусства составляют важный путь к внутреннему миру чувств и образов, а К.Бюлер назвал детские рисунки “отражением детской души”.

В качестве инструмента познания детского рисунка в нашем мастер – классе мы предлагаем психологический анализ. Термин “анализ” был введён Аристотелем и связан с логическими знаниями. В широком значении анализ связан с операцией разделения, разложения целого на части, а также с обоснованием правомерности того или иного разделения. В психологии анализ опирается на различные, отличающиеся по размеру и качеству единицы. Каждый специалист, работающий с детьми, может и должен сделать объектом психологического анализа рисунок ребёнка. Стандартизированные интерпретации хорошо известных проективных методик (“Дом, дерево, человек”, “Не существующее животное” и т.д.), на наш взгляд, сегодня не могут уже оставаться единственным инструментом познания рисунка, как в психодиагностике, так и в психотерапии. Популярность этих хорошо известных методик объясняется тем, что простота проведения обследования сочетается с широким диапазоном получаемых показателей, они удобны в применении, не требуют сложного методического обеспечения и особенного творческого подхода со стороны психолога. Кроме того, мы хотели бы отметить появление в популярных журналах психологических статей, которые обучают родителей интерпретировать рисунки своих детей. В этих статьях не учитываются возрастные особенности рисующего, не учитываются закономерности становления изобразительной деятельности ребёнка, особенности современной детской субкультуры и т.д., а просто переписываются схемы интерпре-

таций из психологической литературы. Таким образом, родители обучаются формальному подходу к творчеству своего ребёнка, пытаются самостоятельно ставить диагноз, что вредит качественному становлению диалога в системе родители – дети и не способствует развитию изобразительной деятельности ребёнка.

Незамутнённые схемами, формальными интерпретациями восприятие детского рисунка даёт возможность понять, насколько многогранен и многозначен ребёнок, насколько он умен, совершенен и чист и не вписывается в какие-либо схемы интерпретаций.

В литературе часто встречается упоминание о несовершенстве детского рисунка, “разорванности ранних детских изображений“, “несформированности графических образов“, “отсутствии существенных деталей”. Предлагаемый вашему вниманию мастер-класс опровергает эти утверждения. Мы рассматриваем детский рисунок как отражение картины мира ребёнка, его философии, поражающей подчас своей глубиной. Каждая стадия изобразительной деятельности ребёнка – это пример того, как он выстраивает свои отношения с окружающим миром. Даже самая первая стадия рисования – стадия хаотических каракулей (или, как её неуважительно называет А.Смирнов – бессмысленных каракулей) – наполнена глубоким смыслом и является зачастую определяющей в развитии изобразительной деятельности ребёнка, в установлении отношений с миром. На иллюстративных примерах, в сопоставлении с анамнезом, можно видеть, какую огромную духовную и интеллектуальную работу проделывает малыш, рисуя каракули. Дети рисуют то, что для них важно: значимых людей, животных, дома, деревья; что-то, но не всё, известное им о предмете, то, что в этот момент вспомнилось, идею, окрашенную эмоциями.

Мы рассмотрим особенности фризовой композиции – как первой попытки ребёнка построить систему пространственных координат, отражающей его представление о конструкции мира. Рисунки ребёнка – это не отражение зримого мира, а, скорее результат его размышлений о мироустройстве и о его собственном месте в этом мире. Размышляя о мире, ребёнок совершенствует его и от фризовой композиции постепенно переходит к обратной перспективе. Мы рассмотрим особенности обратной перспективы, увидим, как используют её древнерусские художники в иконах и как важно не переучивать ребёнка, давая ему навыки прямой перспективы, а позволить прийти к этому эволюционным путём.

Хорошо известно, что эффективность педагогической и психологической поддержки зависит от того, насколько взрослый представляет индивидуальную систему взаимоотношений ребенка и окружающего его мира. В связи с этим во время занятия будет подниматься практический аспект консультирования родителей и педагогов. Психолог, сопровождая учебный и воспитательный процесс, может научить значимых для ребёнка взрослых не просто разглядывать рисунки с целью понять, что же там нарисовано, а, прежде всего, понять того, кто создал эти произведения.

Что может рассказать рисунок ребёнка о своём творце?

Мастер-класс поможет научиться “читать” и понимать детский рисунок. Подробно, с иллюстративными примерами будут рассмотрены стадии становления изобразительного языка ребёнка.

Основные темы:

- возрастные особенности детского рисунка;
- формирование символической системы детского рисунка у детей до 5 лет;
- кодирование психической и личностной информации на изобразительный язык.

На примерах из практики будут показаны возможности анализа детского рисунка, психотерапевтическая ценность рисования.

**“ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:
хаос, структура, стихія”**

**VI Міжнародна науково-практична конференція
(Київ, 2009)**

**ТВОРЧІ та НАВЧАЛЬНІ
ЛАБОРАТОРІЇ**

МУЖЧИНА И ЖЕНЩИНА: ДРАМА И ТЕРАПИЯ

Вознесенская Елена,

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник Института социальной и политической психологии АПН Украины, доцент КНУ имени Тараса Шевченко, президент ОО “Арт-терапевтическая ассоциация”

Савинов Владимир,

аспирант Института социальной и политической психологии АПН Украины, руководитель Київського Playback-театру “Déjà vu plus”, член ОО “Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)

Мужчина и Женщина – тема, которая остается актуальной во все времена и эпохи, во всех обществах с любым социально-экономическим устройством. И сегодня тема взаимоотношений мужчины и женщины, построения гармоничной семьи оказывается на первом месте в “хит-параде” психологических тренингов.

Наше время – век мощных информационных потоков – характеризуется серьезными переменами в сфере социальных ценностей, перестройкой системы гендерных ролей, сильным смещением ролевых позиций женщины и мужчины. Современные женщины заняты в таких сферах жизни, которые наиболее значимы для развития общества – здравоохранение, образование, культура... Разрушение старой системы гендерных отношений, ломка стереотипов привели к тому, что женщина, одной из задач которой является забота о детях, берет на себя мужские роли и развивает маскулинные качества.

Авторитарное воспитание детей при таком развитии личности женщины – матери и мужчины – отца приводит к нарушениям в формировании структуры личности ребенка: гипертрофированному развитию маскулинности в девочке и феминности в мужчине. Внутриличностные противоречия, возникающие в связи с этим, вызывают повышенную соматизацию как мужчин, так и женщин, искаженные формы проявления сексуальности, социальную напряженность, конфликтность. Нарушение равновесия мужского и женского обуславливает внутриспсихические конфликты и формирование у ребенка неконструктивных моделей поведения.

Заявляя тему лаборатории, мы ставили перед собой целью рассмотрение возможностей драматерапии и других форм использования театра в контексте развития внутриспсихических феноменов мужественности и женственности.

Драматерапия – одна из разновидностей арт-терапии – является методом исцеления с помощью искусства. И, как это ясно из названия метода, он основан на активности воображения, связан с *искусством театра и драмы*, способствует, как и другие формы арт-терапии, раскры-

тию творческого потенциала клиента, ресурсов самоисцеления, самопознания, актуализации внутренних возможностей самого клиента. Искусство драмы является, по словам А.И. Копытина [4], инструментом коммуникации как межличностной и межгрупповой, так и внутриличностной. Современные исследователи функциональной теории искусств отмечают не только “проповедническую, но и “исповедальную” роль театра (Л.Б. Переверзев).

Среди терапевтических возможностей драматерапии: осознание поведенческих и телесных паттернов, расширение собственных возможностей, развитие спонтанности, “режиссура” собственной жизни, развитие пластичности (телесной, эмоциональной, когнитивной). Занятия драмой помогают развить логику, владеть своим телом и не стесняться его, освободиться от внутренних зажимов, воплотить через игру несбывшиеся идеи и мечты. Речь идет не о подготовке к профессиональной актерской карьере, но о “проверке действием” множества межличностных взаимодействий [2, 3]. Такие занятия расширяют диапазон психотерапевтических возможностей и способствуют решению конкретных проблем клиента. Кроме того, драматерапия, благодаря игровой форме и выбору ролей, активизации воображения, позволяет ослабить защиты и выразить те стороны личности человека, которые находятся в области Тени (К.-Г. Юнг). “Драматерапевтический процесс является метафорой жизненных изменений” [1, с. 161]. В драме применяется закон перевоплощения: драматерапия дает возможность человеку стать более гибким – подобно актеру в шекспировском значении этого слова – и в большей мере реализовать себя как человека. Она дает ему ощущение большей свободы и ответственности за свою жизнь [5].

Драматерапия связана со **свободным проявлением чувств и спонтанностью деятельности, с реализацией социальной природы человека** [4]. В ходе драматерапии все участники могут выражать себя совершенно свободно, им не навязываются никакие мысли и чувства, благодаря чему они ощущают себя в достаточной безопасности. Таким образом, театральное искусство может выступать в качестве доступного каждому человеку средства исцеления. И драматерапия всегда предполагает **активность**, что является предпосылкой изменения личности.

Драматерапия имеет **множество форм и разновидностей**, среди которых драма снов, фантазий, страхов, сценическая пластика (сценический образ, движение, танец, пантомима, работа с голосом и пр.), ролевые маски, работа с куклами и марионетками, импровизации постановок, участие в создании собственной пьесы. Клиенты не просто показывают

чужую судьбу, а пытаются показать себя такими, какие они есть, и здесь им никто не говорит, как надо поступать в различных ситуациях. Форма драматерапевтических занятий содержит некий *ритуал*, напоминающий обряды инициаций благодаря вовлечению людей в специально сконструированный “*мир игры*”, имеющий собственную организацию и структуру в рамках сформированной картины мира.

В результате драматерапевтической активности за счет активизации воображения членов группы развивается мифотворчество и создается особая *мифопоэтическая реальность группы*, что приводит к катарсису и ярким терапевтическим эффектам.

Именно драматические формы работы с темой “Мужчина и Женщина” представляются нам наиболее действенными, благодаря тому, что драматерапия помогает “преодолеть взаимное отчуждение, поскольку обладает уникальной способностью соединять частное и социальное измерения человеческого бытия” [1, с. 16].

И здесь, на наш взгляд, будет уместным рассказать о других формах драматической работы. Наиболее близкой драматерапии нам представляется искусство психологического театра импровизации Playback, в котором разыгрываются “живые”, возникающие “здесь и сейчас” истории и чувства зрителей-протагонистов. Основными особенностями театра являются *спонтанность* и *интерактивность*. Спонтанность проявляется не только в игре и импровизациях актеров, в художественном отображении материала, т.е. в форме, а и в самих интерактивных сценариях спектакля, которые питаются из бессознательного (в том числе, и группового) зрителей.

Актерам театра Playback присуща способность выражать свой внутренний мир в его наименьших деталях, оттенках. Возможность обнаруживать в четкой и убедительной форме свои эмоции, чувство, идеи. *Творческое воображение* дает возможность продуцировать и воплощать конкретный образ в процессе спектакля, дополнять, насыщая собственным содержанием, сказ зрителя.

И необходимым качеством актера Playback является *мастерство взаимодействия* – ощущение друг друга на сцене и точное “встраивание” собственных действий в целостную картину спектакля, что на наш взгляд, делает искусство театра Playback незаменимым “помощником” в исследовании темы взаимоотношений Мужчины и Женщины.

Несколько слов посвятим значению театра Playback для зрителя-протагониста, рассказчика историй. Возможно выделить несколько моментов, являющихся терапевтическими:

во-первых, уже во время рассказа широкой аудитории собственной ситуации происходит **присвоение собственного опыта**, что является “кирпичиком” в становлении личностной идентичности;

во-вторых, наблюдение своей ситуации со стороны дает **возможность ее переосмыслить**, сформировать новый взгляд на нее и логику ее развития, причем без прямой на то подсказки актеров – в Playback-театре считается непрофессиональным интерпретативное и оценочное разыгрывание истории, в том числе и подведение ее к “хэпи-энду”;

и, в-третьих, известный еще со времен древнегреческого театра феномен катарсиса в форме **отреагирования чувств**, особенно своих собственных.

Таким образом, в рамках работы лаборатории предполагается исследование темы взаимоотношений современных мужчины и женщины на разных уровнях психической реальности:

- **ценностном** (какие ценности мужественности и женственности сформированы в нашем обществе? как они определяют отношение мужчин и женщин друг к другу? как они влияют на формирование представления человека о себе как о мужчине или женщине?);

- **внутриличностном** (исследование внутренней женщины (Анимы) и внутреннего мужчины (Анимуса) и их проявление в отношениях; осознание сценариев и моделей общения, которые сформированы в раннем детстве в отношениях ребенка с родителями и в наблюдении ребенком отношений между ними);

- **поведенческом** (на что мы реагируем при встрече с противоположным полом? каковы наши сознательные и бессознательные реакции на партнера? как мы устанавливаем контакты с ним? какие темы важны на разных этапах развития отношений между мужчиной и женщиной? насколько мы свободны или зависимы в парных отношениях? как мы переживаем расставания и потери? формы сочетания мужского и женского внутри личности: параллельное существование, борьба, взаимодополнение);

- **историческом** (чем характеризовались отношения между мужчиной и женщиной в разные исторические эпохи: Мужчина-охотник, Женщина-хранительница очага; Мужчина – Рыцарь, Женщина – Муза; Женщина – Амазонка, Мужчина – Самец; психологическое наполнение таких культурно-исторических феноменов как “пояс верности”; хаос, структура и стихия в отношениях современных Мужчины и Женщины).

Методы работы на лаборатории: социометрия, драматерапия, Playback театр.

Формы работы: взаимодействие в парах, предметные этюды, работа с чувствами, драма ситуаций и отношений.

Результатами работы могут стать: повышение адекватности полоролевой идентичности, формирования зрелой мужской и женской структур личности участников; повышения активности, инициативности, уверенности в поведении; развитие рефлексии и расширение возможностей взаимодействия с противоположным полом.

Литература:

1. *Андерсен-Уоррен М., Грейнджер Р.* Драматерапия. – СПб: Питер, 2001. – 288 с.
2. *Кипнис М. Ш.* Актерский тренинг. Более 100 игр, упражнений и этюдов, которые помогут вам стать первоклассным актером. – М.: АСТ МОСКВА; СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. – 249 с.
3. *Кипнис М.* Драматерапия. – М.: Ось-89, 2002. – 192 с
4. *Копытин А.И.* Теория и практика арт-терапии. – СПб: Питер, 2002. – 368 с.
5. *Фузейникова И.Н.* Театрально-педагогические технологии как средство социокультурной адаптации старших подростков. – Автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук. – М.: ГУ “Институт художественного образования” РАО, 2007. – 24 с.

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ЦВЕТОМ

Волкова Людмила,

*старший преподаватель кафедры изобразительного искусства и дизайна
Института дошкольного, начального и художественного образования*

КГПУ им. Б.Д. Гринченко,

член ОО “Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)

Что такое цвет и его значение для человечества? Цвет способствовал самовыражению человечества в искусстве, моде, религии и др. К цвету обращаются все. Современный человек не представляет себя вне цвета.

Цвет является инструментом проникновения в пространство и выражением разных идей. Рекламная индустрия, политики, бизнесмены вызывают желательный отклик с помощью языка цвета, умело используют цвет как воздействие на уровне подсознания, манипулируют цветом.

Цвет никого не оставляет равнодушным. Как воздействует цвет на человека? Психология цвета, изучающая процесс восприятия людьми цвета и зависимость психики от цвета, имеет дело с осознаваемыми и неосознаваемыми психическими процессами. Цвета воздействуют на нас, нередко минуя зрение. Цветолечение, самолечение цветом иногда происходит без нашего осознания, без нашей воли. Они, цвета, просто повсюду вокруг нас и внутри. “Цвет – это олицетворение жизни, так как мир без красок представляется нам мертвым” (И. Иттен).

Тема лаборатории связана с терапией живописью и с терапевтическим воздействием цвета на человека.

Живопись – это, прежде всего, стихия цвета и форм, стихия свободы. Живопись весьма глубока; для того, чтобы использовать цвета для передачи контраста света и тьмы, различных текстур, форм и пространства, необходимо чувство равновесия и меры. Нет и двух художников, которые одинаково воспринимали бы одинаковые сочетания цветов. В живописи цвет должен приходить из сердца художника. Любой подлинный опыт живописи связан с самооткрытием, и “я” художника тесно связано с его чувством цвета.

“Исследуя проблемы цвета, жизнь цвета, язык цвета, мы сопереживаем ему как живому потоку цвета..., опираясь на собственный образ и сопереживая вместе с тем жизнь Космоса. Цвет – это душа Природы и Космоса, и мы оказываемся причастными к этой душе, когда сопереживаем цвет” (Г. Вагнер).

Что происходит, когда вы рассматриваете какой-то цвет? Как выразить цвета? Лучше всего подходит слово настроение. Если художники видели за цветом краску и считали её материальными состояниями души. Ученые же по-разному называют цвет, выделяя физиологическую и психологическую составляющие воздействия цвета. А это две составляющие имеют близость к эмоциям – к телесным проявлениям нашей души, т.е. нашего интеллекта.

“Цвет практически всегда, везде и во всем является выражением и не формы, а качества, качества нашего интеллекта” (Н.Б. Серов). “Наиболее чистые и глубокие умы те, которые больше всего любят цвет” (Д. Раскин).

В августе 1991 в “Таймс” было напечатано сообщение об освобожденных в Ливане заложниках, которым дали вазу, полную ярко-красных вишен. Они не видели этого цвета три года, потому что смотрели на вишни целый день, вместо того, чтобы поддаться искушению съесть ягоды. В сообщении говорилось, что освобожденные заложники не могли отвести глаз от красного цвета. Восприятие цвета относится к таким же насущным потребностям человека, как пища для желудка, как воздух для легких. “Цветовой голод” знаком всем. Т.е. цвет как атрибут внешнего мира и связан с эмоциями. Во всех условиях изменение цвета выражает состояние человека.

“...Цвет и звук являются не только языком, посредством которого человек общается с внешней жизнью, но и языком, с помощью которого он общается с внутренней жизнью. Не только внешние звуки, но также и внутреннее состояние видимо и слышимо” (Хан). Еще в XIX веке знали, что эмоции вызывают изменения пульса, дыхания, скорости реакции,

силы и др. Эти же изменения вызывает у нас действие цветов. “Цвет – это идеальное (психическое), связанное с материальным (физическим и/или физиологическим) через эмоции как их характеристическое отношение” (Н. Б. Серов).

Цвета влияют на каждого из нас гораздо больше, чем мы это осознаем. Цвет тесно переплетен со всеми аспектами нашей жизни. Никто не остается равнодушным, когда речь заходит о цветовых предпочтениях. Можно ли использовать цвета для изменения нашего физического, эмоционального, духовного состояния? Цвет может быть стимулирующим или подавляющим, конструктивным или деструктивным. Он может отталкивать или притягивать. Каждый цвет имеет свои уникальные эффекты и может использоваться для терапии и восстановления баланса, а также для стимулирования более глубоких уровней сознания.

Одна из функций цветов состоит в том, чтобы давать нам ощущение силы света. “Как в мире наших ощущений цвет проявляется, как интервал, между незримым Светом и незримой Тьмой, так и в мире нашего чувства мы имеем “внутреннюю раду” – то, что рождается между внутренним Светом и внутренней Тьмой (а именно – меж нашими переменчивыми состояниями настроений души)” (Лиана Колло Д’Эрбуа).

Цветотерапия стимулирует внутренние творческие силы в особой манере, она пробуждает внутреннюю силу и устремление; стимулирует основные внутренние источники на глубинных уровнях сознания. Приобретенный опыт общения с цветом облегчает клиенту “отреагирование” переживаний, эмоций, фантазий. Если однообразие цветовых восприятий неблагоприятно сказывается на работе интеллекта, то периодическое восприятие дополнительных цветов увеличивает физическую и умственную работоспособность по сравнению с наблюдаемой при каком-либо одном цвете. При чередовании цветовых стимулов происходит взаимное повышение чувствительных рецепторов за счет активности соответствующих нейронов и нервных центров, т.е. активизация интеллекта как на бессознательном, так и на подсознательном уровнях. С развитием чувства цвета становятся гибкими представления, ощущения и воля. Человеческий глаз способен различать сотни оттенков цвета, причем каждый оттенок вызывает иную эмоциональную и поведенческую реакцию.

Лаборатория предлагает исследование цвета, взаимодействие с цветом в процессе создания изобразительных работ на основе активного цветовосприятия:

1. Как прийти к объективному ощущению цвета? Освободить его от заданной формы. Цвет живет, движется, взаимодействует с другими цветами как свободное существо. Путем упражнений этого можно достичь.

2. Как можем мы пробудить свое собственное наблюдение? Освободить самих себя от всех представлений, симпатий и антипатий, от нашей собственной воли к построению образов и форм. “Если хочешь познать объективное – цвет, нужно попытаться держаться внутри самого мира цвета. Нужно пытаться не выходить из мира цвета. Тогда можно надеяться проникнуть в то, что является собственным существом цвета” (Р. Штайнер).

Задача исследования лаборатории – Язык цвета:

- изучение действия основных цветов (теплый и холодный): красный, желтый и синий. Живопись акварельными растительными красками по влажной бумаге. Смешивая основные цвета, можно получить большинство остальных цветов, вторичные цвета формируются при сочетании основных цветов;

- научиться комбинировать различные цвета и их оттенки, развить способность для цветотерапии;

- понимание индивидуальных свойств каждого цвета;

- побудить к развитию цветовой чувствительности и стать более осознанными в применении цвета;

- проникновение в сущность цвета, позволит использовать цвета в терапии целенаправленнее.

Живописная деятельность участников лаборатории, “общение” с цветом позволит им расширить эмоциональный опыт; получить более глубокое понимание того, что может делать цвет; ощутить динамику цветов и их связь друг с другом; развить внутреннее чувство цвета, рефлексии, привести к саморегуляции чувств, будет способствовать раскрытию творческого потенциала.

Литература:

1. *Базыма Б.А.* Психология цвета. Теория и практика. – СПб: Речь, 2005. – 205 с.
2. *Бэббит Э.Д.* Принципы света и цвета. Исцеляющая сила цвета. – К.: София, 1997. – 314 с.
3. *Гете И.В.* Трактат о цвете. Избранные сочинения по естествознанию. – М.: Изд-во АН СССР, 1957. – 261 с.
4. *Серов И.В.* Светоцветовая терапия. – СПб: Речь, 2001. – 256 с.
5. *Шереметова Г.Б.* Семь цветов здоровья: Воздействие цветом. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2003 – 368 с.
6. *Штайнер Р.* Сущность цвета и тайна радуги. – Ереван: Лонгин, 2008. – 159 с.
7. *Яньшин П.В.* Психосемантика цвета. – СПб: Речь, 2006. – 368 с.

БРУТАЛЬНА АНІМАЦІЯ – РОБОТА З ДЕСТРУКТИВНИМИ ЕМОЦІЯМИ

Голубєва Олена,

*керівник ГО “Центр екології сім’ї”, керівник дитячої студії мультиплікації
“Червоний собака”, викл. каф. кінорежисури та кінодраматургії
Національного університету театру кіно і телебачення ім. І.К. Карпенка-
Карого, м.н.с. Інституту соціальної та політичної психології АПН України,*

Мельніченко Сергій,

*керівник дитячої студії мультиплікації “Червоний собака”,
режисер анімаційного фільму (Київ)*

Анімація як форма самовираження дозволяє досить безпечно виразити власні почуття, створити світ їхнього життя у просторі та часі. Робота з деструктивними образами дозволяє дослідити існування та перебіг негативних почуттів, реалізувати їх у абстрактних або конкретних образах, реалізувати власні брутальні потяги. Перегляд створеного продукту також породжує певні переживання, оскільки суттєво відрізняється від процесуальних задумів. Саме він може перетворити деструкцію на ресурс відродження та розвитку.

Різний вік має тенденцію до різних особистісних деструкцій. На лабораторії планується дослідити деструкції, притаманні дітям, підліткам, дорослим. Створення мультфільму – тривалий у часі процес, в ході якого відбувається усвідомлення та трансформація емоційного стану. Пластилін дозволить винести власні деструкції як у персонажному, так і в більш абстрактному вигляді. Орієнтація на взаємодію в ході групового створення мультфільму відбиває реальність життя та взаємодії власного емоційного пластику з іншими людьми. Монтаж як психологічний феномен відбиває фрагментарність, комбінаторність та внутрішнє емоційне подовження візуальної реальності.

Робота на лабораторії здійснюється поетапно:

- Усвідомлення та вибір емоційних деструкцій для роботи, надання їм форми, кольору або персонажного вигляду (робота з пластиліном);
- Взаємодія на знімальному майданчику: учасники лабораторії протягом часу будуть відтворювати життя власних деструкцій (покадрова зйомка, цифрові камери Canon, комп’ютери Apple);
- Монтаж готового матеріалу;
- Озвучування – цього року ми зосередимось на шумах, які нас оточують, які підсилюють внутрішню деструкцію. «Музика» до мультфільму буде створена виключно шумовими ефектами, які обертуть учасники лабораторії.

О ЧЕМ “ГОВОРЯТ” ВАШИ НОГИ? ИЛИ “ОНА ИДЕТ ПО ЖИЗНИ СМЕЯСЬ...”

Китаева Владилена,

*психолог-консультант, танцевально-двигательный терапевт,
профессиональный член АТДТ (Пенза, Россия)*

На лаборатории все желающие имеют возможность получать новые знания о себе, при помощи творческих методов. Участники прикоснутся к одной из тем авторской программы по ТДТ “*Дом, где живут легенды*”, которая основана на идее взаимосвязи тела (материи), эмоций (духа) и мыслей (сознания).

Часто человек не осознает или теряет связь между частями тела и сталкивается с рядом проблем. Возникают привычные способы реагирования на ситуации, которые оставляют свои отпечатки в “теле-психике”. Если человек живет в ладу со своим телом, “читает” его сигналы, умеет выражать чувства, согласно обстановке и осознает то, что происходит внутри, то энергия течет свободно. Человек находится в гармонии с собой и миром... Если же связь между внешним и внутренним опытом утрачена, то эти “отпечатки” становятся непосильным бременем, местами скопления напряжения. В результате чего человек утрачивает гармонию и радость жизни.

Наши ноги несут нас по жизни. При помощи ног мы стоим, ходим, прыгаем, бегаем, поворачиваемся, шагаем вверх или вниз, меняем направление... Бывает, что мы нещадно жертвуем их выносливостью, не обращая внимания на сигналы, которые они нам посылают. Иногда мы вспоминаем про них (8-е Марта, Новый Год, День Рождения, а там когда придется) и балуем педикюром, приводя в порядок фасад, а потом вновь забывая... И тем не менее, они многое могут поведать нам из внутренней части Дома.

Как выступить в мир?

Как быть способным уйти и вернуться?

Как остановиться и начать?

Как обрести равновесие?

Как обрести способность менять направления? и др.

А о чем говорят вам ваши ноги? Какие послания они пытаются донести до нас?

Об этом участники узнают, включаясь в исследование и используя свои творческие ресурсы.

Научившись слушать и слышать послания этих частей тела, участники группы получают возможность обрести союзника, который будет

помогать им на пути личностного развития, а также овладеют психологическими методами, которые смогут применять в своей работе.

В мастерской используются методы танце-двигательной терапии, интермодальной терапии творческим выражением.

“АЛФАВИТ” ТВОРЧЕСТВА

Мова Людмила,

кандидат психологической наук, доцент кафедры практической психологии Института социологии, психологии и управления НПУ им. М.П.Драгоманова, руководитель Центра психологии движения и творческого самовыражения “Малюма и Такете”, член ОО “Арт-терапевтическая ассоциация” (Киев)

Один из аспектов работы танцевально-двигательной терапии является развитие творческого потенциала личности. А работа с голосом составляет одну из важных частей “алфавита” развития креативности. Экспериментирование с такими качественными характеристиками голоса как высота, громкость, интонация, текучесть, прерывистость помогают стать более осознанными в том, как мы презентуем себя в социуме. Сила звука, четкость, мелодичность, синкопированность, все это своего рода диагностика состояния. Например, “гладкие” и мягкозвучающие звуки, производят мягкий эффект, а жесткое звучание имеет противоположное влияние. Человек называет мягкие вещи гладкими именами, а твердые более жесткозвучающими (например, “мех” и “кремень”). Гласные играют большую роль в нашей жизни. Например, “Е” и “И” – это звуки, определяющие женское качество мягкости, изящества, мудрости, красоты и восприимчивости, “О” и “У” – это вибрации, характеризующие мужское качество силы и экспрессии, гласная “А” – звук, выражающий совершенство, в котором сосредоточены оба эти качества. Развитие спонтанности, ясности и четкости намерения в звуке и движении, открывает возможность для восприятия окружающего мира с новой силой и новыми красками.

Мышечные зажимы, как известно, достаточно часто встречаются в нашем теле вследствие пережитых жизненных ситуаций. Привычные “маски” лица – это тоже своего рода зажимы. Именно поэтому, во время сессий танцевально-двигательной терапии активно используются голосовые упражнения (индивидуально и в парах), которые позволяют включить в работу тело и голос, начиная с проработки и снятия “масок” с лица. Возможность “звучать” из разных центров, говорить на несуществующем языке, петь и гримасничать способствует переключению внимания с мысли и рационализаций на уровень чувств и ощущений.

Базой для нашего голоса являются тело и дыхание, поэтому, работая с телом, мы помогаем голосу активнее включаться в жизненные

ситуации, в свою очередь, работая с голосом, мы позволяем телу быть свободнее, движениям – разнообразнее и гармоничнее.

Еще одной из важных частей “алфавита” развития креативности является импровизация. Работа с импровизационными техниками позволяет двигаться в направлении большей осознанности. В целом работа ведущего и группы направлена на освобождение внутренней энергии, радости, спонтанности через взаимодействие, игру, звучание, прикосновения, движения.

Когда эта часть “алфавита” пройдена, существует возможность двигаться дальше: узнать, как звучат цвета, каковы их ритмопластика, форма, пространство, как звучат картины, какой звук и танец рождаются при их рассмотрении. И многое другое...

ОЗЕРО ДУШИ: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РАБОТЫ В КРУГЕ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ

Осипук Эрика,

педагог-психолог высшей категории, член Российского сообщества сказкотерапевтов, член Белорусской ассоциации психотерапевтов, руководитель методического объединения психологов Белорусской железной дороги Брестской области, психолог дошкольного учреждения № 64 (Брест, Беларусь)

Содержание лаборатории основывается на обобщении опыта арт-терапии, аналитической психотерапии, креативной психотерапии личностных проблем детей и взрослых в условиях работы психолога консультанта. В поле внимания окажутся отличительные черты групповой и индивидуальной работы, роль психолога, направления психологического воздействия, конкретизация требований к подбору техник и средств создания изобразительного продукта.

Лаборатория пройдет в форме тренинга, цель которого формирование команды и групповое сплочение. Как групповой метод работы, тренинг способствует сотрудничеству, установлению контактов, снятию напряжения, развитию творчества в группе, получению позитивной обратной связи для укрепления самооценки и актуализации личностных ресурсов. И самое главное, работа в мастерской дает поддержку членам группы, способствует самораскрытию, самопознанию, прояснению “Я”-концепции.

Лаборатория предполагает использование:

- аналитической психологии,
- веревочного курса;

- арт-терапії;
- ароматерапії;
- соціометрії;
- роботою с мандалами;
- релаксаціями.

Среди задач, решаемых в ходе лаборатории:

накопление эмоционально-положительного опыта; гармонизация внутреннего состояния;

- освоение приемов самодиагностики и способов самораскрытия и самовыражения;
- тренировка способности сотрудничества, умения учитывать чувства и интересы других;
- развитие самосознания;
- актуализация личностных ресурсов;
- формирование позитивных установок;
- развитие рефлексивных навыков.

В результате работы в мастерской участники получают навыки работы с готовыми немецкими мандалами (адаптированный вариант) для использования их в практической работе: в психодиагностике, коррекционно-развивающей работе, в консультировании и релаксационных техниках.

В КОЖНІЙ КРАПЛИНІ ПРИХОВАНА СНІЖИНКА, В КОЖНІЙ СНІЖИНЦІ ДРИМАЄ КРАПЛИНА

Плетка Ольга,

молодший науковий співробітник

Інституту соціальної і політичної психології АПН України,

член правління ОО “Арт-терапевтична асоціація” (Київ)

Як з краплини народжується красуня сніжинка, так з хаосу проглядає структура, а в кожній структурі приховано хаос. На лабораторії за допомогою казки ми по досліджуємо кристалізацію почуттів, як з потоку емоцій народжується унікальна структура особистості.

Казкотерапія є одним з популярних та відомих методів арт-терапії, що передбачає роботу з знайомим чи індивідуальним творчим продуктом – казкою. Казки можуть бути заново прочитані, в них можна дописати інше завершення, поміняти головного героя, а можна скласти свою, неповторну історію і вона буде жити своїм життям та розказувати нам про автора.

Напередодні весни так хочеться відчути зародження нового, відчути початок відновлення природи. Символічно, що конференція

проходить на межі зими та весни – ніби навколишній простір сповіщає про ті речі, що відбуваються щороку: зима здає свої права та приходить весна – застаріла структура поступається новому, сніг тане, а вода наповнює нас новими сподіваннями та надією.

Лабораторія з казкотерапії передбачає як індивідуальну, так і групову роботу. Учасникам буде запропоновано скласти незвичну авторську казку – казку про пригоди сніжинки з краплиною. Які особистісні структури потребують ревізії, який хаос має структуру, а яка структура нагадує хаос. Подорож до внутрішнього світу за допомогою авторської казки завершиться драматизацією одної з казок.

Групова робота з казкою проходить за різними техніками. На вибір учасників буде запропоновано декілька засобів “народження” казки – сумісне складання казки за допомогою ТРВЗ, драматизація потоку казки та ін.

Техніка ТРВЗ (творче рішення винахідницьких задач) була запропонована Альтшуллером у 1947 році для розвитку конструкторського мислення у інженерів. Результати вразили навіть винахідників – нестандартність мислення призвела до сплеску винаходів. Дану методику стали використовувати в різних галузях освіти. З психологічної точки зору ця методика дозволяє зняти захисні механізми, висвітлити стереотипність поведінки, мислення. Поєднання казкотерапії з ТРВЗ сприяє розвитку емоційної грамотності, знімає поведінкові стереотипи, допомагає побачити циклічність або схематичність особистої історії.

Складання потоку казки – це складання казки “по ходу”, з проявом почуттів, драматизацією. Драматизація казки – це дійство, яке дозволяє не тільки відчувати сюжет казки, а і прожити його. Розширення рольового репертуару, можливість “побачити” себе по-іншому, стати на бік іншого, зрозуміти, що від ракурсу сприйняття залежить відношення до ситуації – це далеко не повний перелік ефектів драматизації.

Арт-терапевтичні засоби роботи з казкою – це творчий процес, що допомагає знайти ресурс, підвищити самооцінку, побачити багатоваріантність шляхів подолання кризисних станів, нейтральність та конструктивність результатів.

Подорож до внутрішньої казки, до чарівної країни, де дива є звичними і героєм цієї казки є сам автор – це неповторний шарм дитинства, де можливо все, де звичне стає незвичним, а невідоме – відомим.

MONART METHOD OF TEACHING DRAWING

Christi Anne Hofland,

Fulbright Scholar in the Art Therapy department of the Odessa Children's Rehabilitation Center, Teacher of the Thrive Art School (Seattle, USA)

The approach to art education presented in this article is based on the belief that anyone can learn to draw and anyone can teach drawing if they understand the basic structure for setting students up for success.

This method is not intended for interpreting artwork or diagnosing patients. This is a method of teaching drawing in a way that is itself therapeutic. It is possible to use this method both with healthy people as well as with patients even not knowing what their illness is. The works of the patients do not have to be analyzed when they finish, the work is only for them.

This method of teaching drawing was developed by an American named Mona Brooks in 1979 as a way to teach children how to draw.

This way of teaching drawing has yielded astounding results for children of all ages, and even for adult beginner artists. It has been used at thousands of private and public schools around the U.S. and can now be found in exclusive drawing schools. It has also proven highly beneficial and therapeutic for students with learning disabilities and illnesses, and it has even been used in therapy programs for prison inmates.

This method is founded on the belief that anyone can learn to draw realistic pictures if given a safe and non-judgmental environment and basic technical information. Just as we are taught the alphabet when learning to read, and musical notes when playing an instrument, this method teaches students how to draw with a sort of alphabet for drawing based on five basic elements (dots, circles, straight lines, curved lines, angle lines). By learning to view the world through these five elements and learning how to transcribe the information on paper, anyone can learn to draw and develop their own unique style.

The classroom environment is the key to a successful, positive experience in art. We create an environment in which students can experiment, learn and feel safe from criticism or critique. We encourage students to decide what they like. And we teach skills to change what they don't like. Quiet supportive environment is also very important. Drawing requires focused concentration.

The Instructor has to be non-judgmental. The instructor's goal is to support children in developing self-reliance & internal motivation. Students are taught it's ok to feel frustrated, artists never like all their work. Students are also taught to complete their artwork before deciding if they like it or not.

Lessons are set up step-by-step to ensure that each student is successful. When they succeed, they see they have potential for success in other areas of life, and that is therapeutic.

МЕТОД МОНАРТ У НАВЧАННІ МАЛЮВАННЮ

Хофленд Крісті Енн,

*стипендіат програми академічних обмінів ім. Фулбрайта,
відділення арт-терапії Центру реабілітації дітей м.Одеси,
викладач Художньої школи Розквіту (Сіетл, США)*

Підхід до навчання малюванню, запропонований у цій статті, базується на переконанні, що будь-яка людина може навчитися малювати і будь-хто може навчати малюванню, якщо вони розуміють базову структуру, необхідну для формування в учнів настанови на успіх.

Цей метод не призначений для інтерпретації творів мистецтва або діагностики пацієнтів. Це метод навчання малюванню у такий спосіб, який сам по собі є терапевтичним. Цей метод можна використовувати у роботі як зі здоровими людьми, так і з пацієнтами, не знаючи навіть, яка в них хвороба.

У межах цього підходу, роботи клієнтів не аналізуються по закінченню їх створення; свої роботи клієнти створюють лише для себе.

Цей метод був розроблений американкою на ім'я Мона Брукс у 1979 році як один із способів навчити дітей малювати.

Такий спосіб навчання малюванню приніс дивовижні результати для дітей різного віку, і навіть для дорослих, які лише починали навчатися малювати. Він був використаний у тисячах приватних і державних шкіл США. Метод також виявився досить корисним і терапевтичним для навчання студентів з обмеженими можливостями і хворобами, і навіть був використаний у програмах терапії для в'язнів.

Цей метод заснований на переконанні, що будь-яка людина може навчитися створювати реалістичні зображення за умови безпечного і приймаючого середовища та базової технічної інформації. Так само, як ми вчили алфавіт, коли вчилися читати, вивчали музичні ноти при вивченні музики, цей метод дає студентам змогу навчитися створювати малюнки, користуючись чимось на зразок абетки, яка заснована на п'яти основних елементах (точках, колах, прямих, хвилястих та ламаних лініях). Навчаючись дивитися на світ через ці п'ять елементів, а також навчаючись переносити необхідну інформацію на папір у вигляді графічного зображення, будь-яка людина може навчитися малювати і розвинути свій власний унікальний стиль.

Атмосфера у класі є ключем до успішного, позитивного досвіду у мистецтві. Ми створюємо умови, в яких учні можуть експериментувати, навчатися і відчувати себе в безпеці від критики. Ми закликаємо студентів вирішувати, що їм подобається. І ми навчаємо, як змінити те, що їм не подобається. Необхідною умовою є тиша, адже малювання також вимагає зосередження та концентрації.

Інструктор повинен бути неупередженим. Його мета полягає в тому, щоб підтримати у дітей впевненість у власних силах та розвинути внутрішню мотивацію. Учні навчають нормально сприймати розчарування, адже художники ніколи не бувають задоволені усіма своїми роботами. Учні також навчають завершувати свої твори, перш ніж приймати рішення, подобаються вони їм чи ні.

Заняття організовані таким чином, щоб крок за кроком забезпечити те, щоб кожен студент став успішним. Коли це відбувається, студенти бачать, що вони мають потенціал для досягнення успіху і в інших сферах життя, і це дає значний терапевтичний ефект.

ЗМІСТ ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ

Акуленко Т.С. Вплив батьківської сім'ї на формування уявлень про майбутню сім'ю у юнаків	4
Андрейчин С.Р. Досвід застосування арт-методів у роботі з практичними психологами системи освіти.....	5
Аскандарова Е.Е. Переваги і обмеження дискурсивної психотерапії	9
Бреусенко-Кузнецов О.А. Легенда і ландшафтна легендотерапія.....	12
Войтюк А.В. Театр як інтегрований метод соціально-психологічного розвитку особистості	15
Волкова Л.М. Евритмія – цілительне мистецтво руху	17
Гундертайло Ю.Д. Арт-терапія у оптимізації життєвих завдань особистості	21
Дерлиця М.В. Арт-терапія як засіб соціальної адаптації першокласників	22
Колесниченко Т.В. Хаос, структура, стихія в художніх образах	25
Костюк А.В. Використання арт-терапевтичних методів у психологічному супроводі оперативно-службової діяльності органів внутрішніх справ	29
Ленів З.П. Особливості діяльності арт-терапевтичного ”Інклюзивного центру творчого розвитку дітей ”Калинонька”	31
Мова Л.В. Просторове свавілля у композиційній структурі ...	34
Найдонова Л.А. Арт-терапія віртуальністю і віртуалізована арт-терапія	36
Осадчук Л.А. Орігамі – новий перспективний напрям в арт-терапії	38
Панібудьласка Т.В. Використання методики “каракулі” у відділенні психіатричної лікарні	44
Побережна Г.І. Музична терапія в Україні: Від хаосу до структури	45
Роговик Л.С. Зміст і структура танцювально-психомоторного тренінгу: Тіло. Танець. Розум. Почуття	46
Савінов В.В. Психологічний театр імпровізації Playback	50
Самишкіна О.В. Монотипія у роботі з сім'єю в соціальній службі	52
Середа О.Ю. Застосування арт-терапії у профорієнтаційному психолого-консультативному тренінгу	55

Стадник В.А. Використання засобу казкової історії у викладанні курсу зоопсихології	57
Степанчук О.С. Психотерапевтичний процес у гештальт-підході як спосіб актуалізації позитивного я-образу у дітей старшого дошкільного віку	57
Філатова О.А. Використання психогімнастики у системі психокорекції хворих на сурдомутизм	62
Філь О.В. Використання техніки “Казкові фігурки” у казкотерапевтичній роботі зі студентами	64
Шевченко В.Г. Використання синестезій у терапевтичній, розвивальній і психонетичній практиці методом ампліфікації природних архетипів.....	66
Шевченко В.Г. Розмова на склі.....	70
ТВОРЧІ МАЙСТЕРНІ	
Аскандарова Е.Е. Страх близькості	73
Бреусенко-Кузнєцов О.А. Метод “Геополітична утопія”	76
Буценко Н.Д. Онтологічні закони, психосоматика і сакральна архітектура тіла	78
Гавриш О.В. Фольклорна арт-терапія у реабілітації людей з проблемами психічного здоров’я	80
Григоровська Л.В., Найдьонов М.І. Терапевтичні ефекти розв’язання музичних задач	81
Заболотна Н.Л. Через образ, метафору клієнта, через роботу з його тілом до стратегії вирішення проблеми	83
Злочевська Л.С. Магніт жіночності	85
Моцак Н.А. “У потоці світла”. Мистецтво медитативної художньої творчості як шлях для саморозкриття і один із засобів творчої самореалізації	86
Овчарек К.В. Використання притч, історій та метафор (казкотерапія у руслі позитум-підходу)	88
Оруджова Ж.А. “Створення світу” (інтеграція казкотерапевтичних и арт-терапевтичних методів)	90
Осадчук Л.А. Оригами як інтегральний метод в арт-терапії	94
Побережна Г.І. Засіб трансформації вродженої поведінкової моделі	96
Роговик Л.С. Тіло. Танець. Розум. Почуття	97
Самишкіна О.В. Мантія заможності	99
Скнар О.М. Прикраса “Гейші”	102
Шевченко В.Г. Особливості “манко-терапії”	104
Шльонська О.О. Психологічний аналіз дитячого малюнку ...	107

ТВОРЧІ ЛАБОРАТОРІЇ

Вознесенська О.Л., Савінов В.В. Чоловік і жінка: драма і терапія.....	111
Волкова Л.М. Психологія кольору: взаємодія з кольором	115
Голубєва О.Є., Мельніченко С.Ю. Брутальна анімація – робота з деструктивними емоціями.....	119
Китаєва В.П. Про що “говорять” ваші ноги? чи “Вона йде по життю сміючись...”	120
Мова Л.В. “Алфавіт” творчості	121
Осипук Е.М. Озеро душі: використання роботи в колі з дітьми і підлітками	122
Плетка О.Т. “В кожній краплині прихована сніжинка, в кожній сніжинці дримає краплина”	123
Hofland С. А. Monart method of teaching drawing.....	125
Хофленд К.А. Метод “Монарт у навчанні малюванню”.....	126

Наукове видання

**“ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:
структура, хаос, стихія”
VI Міждисциплінарна
науково-практична конференція
з міжнародною участю
(Київ, 26 - 28 лютого 2009 р.)**

Верстка – **О.А. Бреусенко-Кузнєцов, О.Л. Вознесенська,
О.М. Скар**

Дизайн обкладинки – **О.Л. Вознесенська**

В дизайні обкладинки використана творча робота учениці
ізохудожньої школи на базі гімназії № 287 м. Києва Лашенко Катерини,
керівник **Н.А. Моцак**

Надруковано з оригінал-макета, виготовленого
в ГО “Арт-терапевтична асоціація”

Підписано до друку 20.02.2009 р. Формат 84x108/32.

Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.

Ум. друк. арк. 7.2. Обл.-вид. арк.

Тираж 300 пр.

Видавництво “Міленіум”

Свідоцтво про внесення суб’єкта видавничої справи
до державного реєстру видавців, виготівників
і розповсюджувачів видавничої продукції

ДК № 535 від 19.07.2001 р.

м. Київ, вул. Фрунзе, 60

Навчально-практичний комплекс
«Використання арт-терапевтичних технік
в освіті та соціальній сфері»

Заняття спрямовані на підвищення кваліфікації спеціалістів з вищою психологічною та педагогічною освітою, ознайомлення з практикою застосування арт-терапевтичних технологій у консультуванні та психотерапії. Навчання відбуватиметься у тренінговій формі.

Основна мета курсу: оволодіти практичними навиками роботи з методами арт-терапії; розкрити особистісний потенціал учасників програми.

Основні завдання:

- Набути досвіду практичного застосування арт-терапії в групі.
- Розвивати уміння інтерпретувати, прогнозувати, корегувати поведінку іншої людини, опираючись на невербальні компоненти людського буття та продукти арт- діяльності.
- Сприяти розвитку емпатії, саморефлексії, формуванню професійної свідомості та етики.
- Розвивати творчий підхід до вирішення професійних завдань та здібності до комунікації.
- Покращити суб'єктивне самопочуття та укріпити психічне здоров'я слухачів.

Навчальна програма розрахована на 160 аудиторних годин

Студенти обирають для вивчення один з напрямів спеціалізації:

*арт- терапія в соціальній сфері, танцювально-рухова терапія, казкотерапія,
арт-терапія в роботі з сім'єю.*

Програма передбачає обов'язкову участь в тренінгах особистісного зростання та супервізіях.

Викладачі навчально-практичного комплексу:

Бреусенко-Кузнєцов О.А., доц., канд. психол. наук;

Вознесенська О.Л., ст. н. с., канд. психол. наук;

Мова Л.В., доц., канд. психол. наук.

Сертифікація

За підсумками навчання видається **державне свідоцтво підвищення кваліфікації** Університету менеджменту освіти АПН України (за 72 год.), а також **сертифікат ГО «Арт-терапевтична асоціація»**.

Заняття включають 10 модулів (2 дні по 8 годин – останні п'ятниця, субота кожного місяця). Загальна кількість навчальних годин – 200 й більше. Закінчення у жовтні 2010 року. Перший модуль планується на жовтень 2009 року. Зарахуванню на навчання передують співбесіда та анкетування.

Додаткова інформація: тел. 8(044)4327427, 8(093)7884738, 8(067)4467626