

## АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК СПОСІБ ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІТЬ У ЗАРУБІЖНІЙ ТА ВІТЧИЗНЯНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Наконечна О.В.

Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка

У статті автор розкриває вплив арт-терапії на гармонійний розвиток та становлення особистості у працях зарубіжних та вітчизняних дослідників. А також, в результаті аналізу низки наукових праць, виділяє науково аргументовані переваги та особливості використання арт-терапії.

**Ключові слова:** мистецтво, арт-терапія, соціальний педагог, переваги арт-терапії, особливості арт-терапії.

Процес суспільної трансформації в Україні в останні десятиліття, потреби суспільства в розгортанні соціальної підтримки молоді, підлітків і пошуки механізмів впливу на якісний бік цих процесів зумовлюють необхідність розширення інструментарію майбутніх фахівців соціальної сфери та використання нових форм, методів та технологій соціально-педагогічної допомоги різним категоріям клієнтів. З огляду на це нашу увагу привернула арт-терапія. У великому тлумачному словнику дається наступне визначення даного поняття: «арт-терапія – це метод лікування нервових і психічних захворювань засобами мистецтва та самовираження в мистецтві» [2].

Варто зазначити, що символічне мистецтво бере свій початок ще від печерних малюнків первісних людей. У давні часи люди використовували символіку для ідентифікації свого місця у світовому космосі і пошуків сенсу людського існування.

Мистецтво існувало завжди, адже різні заняття творчістю дають можливість людині пізнати саму себе. Аналізуючи роботи художників, живописців, письменників минулих століть, які досягли визнання і відповідно високого рівня соціалізації, ми можемо судити про культуру та соціальні характеристики того суспільства, в якому вони були створені. Згадаємо також і наш український народ та його любов до пісні.

Таким чином, можна говорити про те, що мистецтво завжди носило соціалізуючий та терапевтичний характер.

На сьогоднішній день проблеми арт-терапії в нашій державі досліджують багато вчених-теоретиків та практиків: А. Бреусенко-Кузнецов, О. Вознесенська, Н. Заболотна, О. Плетка, В. Савінов, О. Скнар, В. Стадник, Т. Яценко та ін. На їх думку, арт-терапія відповідає очікуванням, установкам, традиціям клієнтів в Україні, для яких характерна орієнтація на емоційно-образне переживання, а не на раціональне вирішення конфліктів.

Головною метою нашої роботи є дослідження основних етапів формування арт-терапії як способу впливу на особистість в працях зарубіжних та вітчизняних вчених.

Отже, необхідно зазначити, що на початковому етапі свого становлення арт-терапія використовувалась з лікувальною метою пацієнтів.

У 1938 році А. Хілл, описуючи свою роботу з туберкульозними хворими, вперше вжив даний термін. Варто звернути увагу на те, що в той час терапія мистецтвом черпала свої початки із психоаналізу, відповідно до якого кінцевий продукт творчості клієнта розцінюється як вираження неусвідомлених процесів, що відбуваються в його психіці.

З. Фрейд стверджував, що несвідоме виявляє себе в символічних образах, сам він не використовував терапію мистецтвом у роботі з пацієнтами і прямо не заохочував пацієнтів до створення малюнків. Іншої думки в той час дотримувався найближчий учень Фрейда К. Юнг, який наполегливо пропонував пацієнтам виражати свої мрії і фантазії в малюнках, розглядаючи їх як один із засобів вивчення несвідомого. К. Юнгу належить величезна роль у становленні тих форм психотерапії, що використовують образотворчу роботу пацієнтів. Його праці стали теоретичною основою і вплинули на форми роботи багатьох арт-терапевтів [4].

Також варто згадати про М. Наумбург, яка стала однією з перших займатися терапією мистецтвом у Сполучених Штатах. Вона обстежувала дітей, які мають поведінкові проблеми, і пізніше розробила кілька навчальних програм з терапії мистецтвом психодинамічної орієнтації. У своїй роботі Наумбург спиралася на ідею Фрейда про те, що первинні думки і переживання, які виникають у підсвідомості, найчастіше виражаються у формі образів і символів, а не вербально [7].

Активний розвиток арт-терапії припадає на 70–80-і роки ХХ століття. В цей час арт-терапію перестали сприймати як суто лікувальний метод і почали застосовувати як засіб гармонізації та розвитку людини [8]. Було прийнято етичний кодекс арт-терапевтів, створені професійні об'єднання, які сприяли державній реєстрації арт-терапії як самостійної спеціальності, організовуються друковані видання, конференції для спеціалістів. В 90-х у мережі Інтернет з'являються сайти й електронні бібліотеки, електронні видання присвячені арт-терапії.

На сьогоднішній день існує багато сфер, де застосовують арт-терапію, а її вивченням займаються як психологи, психотерапевти, так і педагоги та працівники соціальної сфери. У рамках нашого дослідження заслугове на ува-

гу праця К. Уелсбі [9], де охарактеризовано досвід роботи Лондонської школи для дівчаток. За словами автора, арт-терапевтична робота в школі дає змогу підвищити значимість проблеми психічного здоров'я учнів і сприяє кращому розумінню їх потреб педагогами. У міру вдосконалення форм арт-терапевтичної роботи в школі у спеціалістів з'явилася можливість надавати учням допомогу на різних етапах розвитку у них тих чи інших емоційних і поведінкових порушень. Це призвело до того, що з плином часу помітно скоротилося число дівчаток старшого віку, які потребують психотерапевтичної допомоги, а також кількість учнів, що виключаються зі школи [9, с. 161].

Аналізуючи дану роботу, ми у свою чергу дійшли висновку про те, що арт-терапія може бути використана в системі загальної освіти і виступати в якості ефективного засобу допомоги невстигаючим та дітям, які опинилися в складних життєвих обставинах.

Російські вчені А. Копитін, О. Свистовська узагальнили основні принципи і робочі прийоми використання арт-терапії в роботі з дітьми і підлітками як засобу розвитку певних особистісних якостей і вмінь, запропонували підходи до діагностики і корекції емоційних розладів у дітей та підлітків; О. Серова обґрунтувала ефективність творчих методик у самопізнанні і особистісному рості.

Проаналізувавши роботи О. І. Копитіна [1] та Л. Д. Лебедевої [6], виділимо найбільш науково аргументовані та значущі переваги арт-терапії:

1. Арт-терапія створює позитивний емоційний настрій у групі, формує активну життєву позицію, впевненість у своїх силах.

2. Арт-терапія, в межах якої клієнти мають можливість спілкуватися невербально, полегшує процес комунікації з однолітками, соціальним педагогом, психологом.

3. Зміцнює культурну ідентичність дитини, сприяє подоланню мовного бар'єру.

4. Надає можливість звернутися до тих реальних проблем або фантазій, які з яких-небудь причин важко обговорювати вербально.

5. Дає можливість на символічному рівні експериментувати з різними почуттями, досліджувати і виражати їх у соціально прийнятій формі.

6. Арт-терапія – унікальна можливість для дослідження особистості. Дозволяє пропрацювати думки і емоції, які людина тримає в собі.

7. Розвиває почуття внутрішнього контролю.

8. Підвищує адаптаційні здатності людини до повсякденного життя і школи.

9. Ефективна в корекції різних відхилень і порушень особистісного розвитку. Спирається на здоровий потенціал особистості.

10. Творча діяльність як могутній засіб зближення людей стає своєрідним «мостом» між соціальним педагогом та клієнтом.

Варто зазначити, що в Україні арт-терапія прийшла недавно і переживає період становлення. Найбільш розвинуті такі напрями арт-терапії як ізотерапія та танцювально-руховий підхід. В Україні, порівняно з Західною Європою та Аме-

рикою, арт-терапією більше цікавляться не лікарі, а педагоги та психологи-практики.

Певний інтерес для дослідження нашої проблеми становлять наукові праці О. Л. Вознесенської [3], яка у своїй роботі виокремила наступні особливості арт-терапії:

- Арт-терапія як засіб самовираження.

Прийнято, що в процесі комунікації люди зазвичай користуються вербальними каналами. Проте є ситуації, коли вербальний спосіб взаємодії є неможливим (через фізичні вади, страх чи невміння висловити свою думку у словах). В цей момент незамінною стає арт-терапія, яка використовує мову візуальної, пластичної, аудіальної експресії. Арт-терапія як засіб вільного самовираження й самопізнання є інструментом дослідження й гармонізації тих сторін внутрішнього світу людини, для вираження яких немає адекватних вербальних засобів. Тому часто арт-терапія стає єдиним способом «зв'язку» між людиною та суспільством, соціальним педагогом та клієнтом.

Заняття творчістю дає можливість людині зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил та для спілкування із собою.

У ході арт-терапевтичної роботи створюються додаткові можливості для внутрішньоособистісної комунікації, перехід на глибші рівні взаємодії з проявом внутрішніх (у тому числі неусвідомлюваних) механізмів організації поведінки, відбувається звільнення від впроваджених домінуючою культурою й ідеологією патернів поведінки й освоєння тих ролей, які найбільше відповідають глибинній природі, потребам і напрямкам розвитку людини.

- Арт-терапія як творчість.

У будь-якій сфері людської діяльності необхідні вміння приймати творчі рішення. Достатній рівень креативності дає можливість знаходити ефективні рішення й сприяє особистій професійній самореалізації та зростанню. Творчість – це вихід за рамки знань, подолання та звільнення від обмежень. Творчий процес є процесом створення принципово нового продукту, а креативність – спроможність відмовитися від стереотипних моделей мислення та дії.

- Арт-терапія як задоволення.

Відомо, що творчість нерозривно пов'язана з поняттям задоволення. Тому арт-терапія завжди дає високий позитивний емоційний заряд і є найбільш безболісним способом вирішення проблем.

- Арт-терапія як навчання.

Цікавим фактом є те, що мистецтво – є унікальним способом передачі людського досвіду. Сьогодні в науці стосовно цього питання виокремлюють окреме поняття – арт-педагогіка. Образ стає інструментом спілкування, а заняття образотворчою творчістю активізують і збагачують комунікативні та креативні можливості людини, сприяють виробленню широкого спектру нових способів спілкування, орієнтації на міжособистісну взаємодію.

- Арт-терапія як гра.

Діяльність, заснована на власній художній творчості, є для більшості людей (окрім профе-

сіоналів у цій сфері) незвичною, новою, недо-слідженою, пов'язаною зі спогадами дитинства. Кожен у дитинстві малював, ліпив та грався. Гра спрямована не на результат, а саме на процес, це – єдиний вид людської діяльності, орієнтований на сам процес. Крім того, й гра, й ритуал містять суто терапевтичний елемент: все можливо, потрібна нестандартність, несподіваність, оригінальність. Людина стає вільною від звичайних для дорослого життя форм та способів поведінки.

• Арт-терапія як метод зцілення.

Для початку слід зауважити, що зцілення неодмінно пов'язане з духовною цілісністю, гармонією духу та тіла. Мистецтво психотерапевтичне за своєю природою та сутністю, тому що воно займається проблемами пристосування «Я» людини до навколишньої реальності, сенсу існування цього «Я» або внутрішнім бугтям людини.

Символічна мова образотворчого мистецтва найбільш адекватна для вираження несвідомого. Спираючись на трансцендентні властивості символів та власний творчий потенціал, людина може досягти самозцілення. Символічні образи містять у собі способи вирішення внутрішніх конфліктів особистості [3, с. 10 – 12].

Особливий інтерес для розуміння арт-терапії як способу впливу на особистість в досліджуваному аспекті має робота Л. С. Фірсової [10]. На думку автора, арт-терапія адекватна у використанні для розв'язання проблем комунікативної компетентності, розвитку внутрішньосімейної взаємодії, психічної і гендерної ідентичності членів сім'ї, формування зрілих чоловічих і жіночих структур особистості в подружніх парах, підви-

щення самооцінки, активності, впевненості в поведінці. Основний акцент в арт-терапії сім'ї робиться на вивчення структурно-функціональних особливостей сім'ї – на проникності її зовнішніх (особистих) меж. Спостерігаючи за цими межами і використовуючи різні акціалні втручання, соціальний педагог може підсилити або, навпаки, знижувати їхню проникність. Арт-терапія сім'ї зумовлює взаємне розкриття членів сім'ї і їхнього звільнення від переживань, що травмують. В арт-терапевтичному процесі збільшується цінність співпраці як форма внутрішньо сімейної взаємодії і формується картина світу сім'ї, що сприяє розвитку власної культури стосунків.

Арт-терапія також використовується в роботі з сім'ями наркозалежних для створення ефективного середовища в період реабілітації, у роботі з сім'ями, що чекають народження дитини як засіб формування усвідомленого батьківства, з подружніми парами для налагодження взаємодії, у роботі з сім'ями, що переживають кризу, на різних етапах розвитку сім'ї, надання можливості виходу з конфліктної ситуації [10, с. 160 – 161].

Підводячи підсумки проведеного теоретичного дослідження, варто звернути увагу на те, що останнім часом арт-терапія все ширше застосовується в соціальній сфері. Вважаємо, що соціальний педагог, який працює з сім'ями, які опинилися в складних життєвих обставинах, безпритульними та важковиховуваними підлітками, дітьми з особливими потребами та іншими категоріями населення повинен бути готовим до використання арт-терапії у своїй професійній діяльності.

### Список літератури:

1. Арт-терапия / сост. и общая редакция А. И. Копытин. – СПб. : Питер, 2001. – 320 с.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і голов. ред. В. Г. Бусел. – К.; Ірпінь : ВТФ «Перун», 2004. – 1440 с.
3. Вознесенська О. Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті / О. Л. Вознесенська, Л. Мова. – К. : Шк. світ, 2007. – 120 с.
4. Вознесенська О. Особливості арт-терапії як методу / О. Вознесенська // Психолог. – 2005. – № 39. – С. 15 – 23.
5. Завацька Л. М. Технології професійної діяльності соціального педагога: навчальний посібник для ВНЗ / Л. М. Завацька. – К. : Слово, 2008. – 240 с.
6. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 256 с.
7. Підлипна Л. В. Психотерапія мистецтвом / Л. В. Підлипна // Психологічна газета. – 2008. – № 5. – С. 10–32.
8. Практикум по арт-терапии / под ред. А. И. Копытина. – СПб. : Питер, 2001. – 448 с.
9. Уэлси К. Часть целого: арт-терапия в школе / К. Уэлси // Арт-терапия / сост. и общая редакция А. И. Копытин. – СПб. : Питер, 2001. – С. 160–181.
10. Фірсова Л. С. Арт-терапія у соціально-педагогічній роботі / Л. С. Фірсова // Соціальна педагогіка: теорія і практика. – 2010. – № 3. – С. 160–164.

**Наконечная О.В.**

Глуховский национальный педагогический университет имени Олександра Довженка

## **АРТ-ТЕРАПИЯ КАК СПОСОБ ВЛИЯНИЯ НА ЛИЧНОСТЬ В ЗАРУБЕЖНОЙ И ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЕ**

### **Резюме**

В статье автор раскрывает влияние арт-терапии на гармоничное развитие и становление личности в трудах зарубежных и отечественных исследователей. А также, в результате анализа ряда научных работ, выделяет научно аргументированные преимущества и особенности использования арт-терапии.

**Ключевые слова:** искусство, арт-терапия, социальный педагог, преимущества арт-терапии, особенности арт-терапии.

**Nakonechna O.V.**

Oleksandr Dovzhenko Hlukhiv National Pedagogical University

## **ART-THERAPY AS A WAY TO INFLUENCE THE PERSONALITY IN FOREIGN AND DOMESTIC LITERATURE**

### **Summary**

The article deals with the impact of art therapy on the harmonious development of personality by the writings of foreign and domestic researchers. Scientifically grounded advantages and features of using art-therapy are described in the article.

As well as the analysis of a number of scientific papers, research highlights the benefits and features of reasoned use of art therapy.

**Key words:** art, art-therapy, social pedagogue, art-therapy benefits, features of art-therapy.