

К.п.н., доцент Бабій І.В.

*Уманський державний педагогічний університет
імені Павла Тичини, Україна*

Арт-терапія як засіб виховання дітей з вадами розвитку

Арт-терапія має давнє походження. У певному сенсі її прототипом є різні види сакрального мистецтва, нерідко використовується з лікувальною метою і включає в себе сугестивно-магічний, дидактичний, естетичний і інші компоненти терапевтичної дії. Втративши атрибути сакральності в епоху панування ньютон-картезіанської наукової парадигми, так звана терапія враженнями чи терапія зайнятостю через різні форми творчої активності пацієнтів була досить популярним різновидом гуманної клінічної психотерапії ще до середини ХІХ століття. Проте в подальшому, у зв'язку з диференціацією психотерапевтичних підходів, вона була витіснена на задній план

Термін *арт-терапія* ввів у вживання в 1938 р. Адріан Хілл. Піонери арт-терапії спиралися на ідею Фрейда про те, що внутрішнє «Я» людини проявляється у візуальній формі кожного разу, коли вона спонтанно малює і ліпить, а також на думки Юнга про персональність і універсальність символів. Центральна фігура в арт-терапевтичному процесі – не пацієнт (як хвора людина), а особистість, яка прагне до саморозвитку та розширення діапазону своїх можливостей.

Нове зростання інтересу до терапії творчістю, зокрема, до арт-терапії, відзначається приблизно з середини ХХ століття, коли вона стала все більш широко використовуватися в якості різновиду терапії зайнятостю переважно в психіатричних та загальносоматичних госпіталях. За винятком окремих випадків, вона розглядалася як фактор вторинної психопрофілактики і психотерапії, що дозволяє долати наслідки соціальної ізоляції хворих. При цьому арт-терапія перебувала під великим впливом біомедичних уявлень

Привабливість методу арт-терапії полягає для сучасної людини в тому, що цей метод в основному використовує невербальні способи самовираження

та спілкування. Нормальний, гармонійний розвиток людини передбачає рівноцінний розвиток обох півкуль і нормальну їх взаємодію. Більш того, деякі види активності людини вимагають як раз роботи правої півкулі – творчість, інтуїція, культурне освіта, пристрій сім'ї, виховання дітей і, звичайно, романтизм в любовних відносинах.

Найбільш часто до методу арт-терапії вдаються в реабілітації людей з особливостями розвитку і в роботі з дітьми. Діти з відхиленнями у розвитку мають труднощі в адекватному сприйнятті світу. У результаті вони не можуть знайти своє місце в житті, бути повноцінним членом суспільства. Як наслідок, характер взаємодії з середовищем стає в цілому деструктивним

Арт-терапія пропонує дитині висловити свої емоції, почуття за допомогою ліплення, малювання, конструювання з природних матеріалів. Переживаючи образи, людина знаходить свою цілісність, неповторність та індивідуальність. Можна також застосовувати інші форми мистецтва – тілесні імпровізації, театральні постановки, літературна творчість. Таким чином, досягається мета:

- Вираз емоцій і почуттів, пов'язаних з переживаннями своїх проблем, самого себе;
- Активний пошук нових форм взаємодії зі світом;
- Підтвердження своєї індивідуальності, неповторності і значимості;
- І, як наслідок трьох попередніх, - підвищення адаптивності в постійно мінливому світі (гнучкості).

Ці цілі арт-терапевт переслідує, працюючи як з дорослими, так і з дітьми.

Арт-терапія – це найбільш м'який метод роботи, контакту з важкими проблемами. Дитина може не говорити, або не може визнати свої проблеми своїми, але при цьому ліпити, рухатися і виражати себе через рухи тілом. Також заняття арт-терапією можуть знімати психічне напруження

Переваги методу арт-терапії в тому, що він:

- 1) надає можливість для вираження агресивних почуттів у соціально – прийнятній манері. Малювання, живопис фарбами або ліплення є безпечними способами розрядки напруги;

2) прискорює прогрес в терапії. Підсвідомі конфлікти і внутрішні переживання легше виражаються за допомогою зорових образів, ніж у розмові під час вербальної психотерапії.

3) дає підстави для інтерпретацій і діагностичної роботи в процесі терапії. Творча продукція зважаючи на її реальності не може заперечуватися пацієнтом;

4) дозволяє працювати з думками і почуттями, які здаються непереборними (втрати, смерть, сновидіння);

5) допомагає зміцнити терапевтичні взаємини. Елементи збіги в художній творчості членів групи можуть прискорити розвиток емпатії і позитивних почуттів;

6) сприяє виникненню почуття внутрішнього контролю і порядку;

7) розвиває і посилює увагу до почуттів;

8) підсилює відчуття власної особистісної цінності, підвищує художню компетентність.

Отже, арт-терапія представляє собою лікувальне застосування образотворчого мистецтва, що передбачає взаємодію між автором художньої роботи, самою роботою і фахівцем. Створення візуальних образів розглядається як важливий засіб міжособистісної комунікації і як форма пізнавальної діяльності клієнта, що дозволяє йому висловити ранні або актуальні «тут-і-тепер» переживання, які йому непросто висловити словами

Враховуючи психофізіологічні особливості дітей, виникла необхідність впровадження нових розвивальних технологій, які базуються не на вербальному каналі комунікації, а на використанні «мови» візуальної пластичної експресії. Саме таким методом є арт-терапія – динамічна система взаємодії між учасником, продуктом його образотворчої діяльності та арт-терапевтом у арт-терапевтичному просторі.

Усе частіше арт-технології використовуються в освітньому процесі на різних ступенях навчання.

Перевага застосування цього методу полягає в тому, що дошкільникам важко вербалізувати свої проблеми і переживання. Мислення дітей більш образне й конкретне, ніж мислення більшості дорослих, тому вони

використовують образотворчу діяльність як спосіб осмислення дійсності й своїх взаємин з нею.

У наш час арт-терапія більш широко використовується в роботі з дітьми так званої «групи ризику», або тими з них, у кого є емоційні або поведінкові порушення. Їх наявність призводить до низької успішності, тому арт-терапевтична робота може допомогти таким дітям не тільки позбутися цих порушень, але й сприяє підвищенню їхніх показників у навчанні та вихованні.

Метою арт-терапевтичних занять є досягнення бажаних змін в психологічному самопочутті, емоційна підтримка, вироблення гуманно-орієнтованих моделей поведінки.

Арт-терапія дозволяє дати соціально допустимий вихід агресивності та іншим негативним почуттям; полегшити процес терапії (неусвідомлені внутрішні конфлікти та переживання часто буває легше виразити з допомогою зорових образів, аніж висловити їх в процесі вербальної корекції); отримати матеріал для інтерпретації і діагностичних висновків; проробити думки й переживання, які клієнт звик витісняти; налагодити стосунки між психологом і підлітком, що сприятиме створенню відносин емпатії та взаємного прийняття; розвивати відчуття внутрішнього контролю; сконцентрувати увагу на відчуттях і почуттях; розвивати художні здібності і підвищити самооцінку.

Дитина дошкільник в арт-терапевтичному процесі отримує цінний досвід позитивних змін. Поступово відбувається поглиблене самопізнання, самоприйняття, гармонізація розвитку, особистісне зростання. Це потенційний шлях до самовизначення, самореалізації, самоактуалізації особистості.

Отже, незважаючи на тісний зв'язок з лікувальною практикою, арт-терапія у багатьох випадках набуває переважно психопрофілактичної, соціалізуючої та розвиваючої спрямованості. За час свого існування арт-терапія асимілювала досягнення психологічної науки і практики, теоретичні розробки та прийоми різних напрямків психотерапії, досвід і стратегії образотворчого мистецтва, педагогічні методи, окремі подання теорії культури, соціології та інших наук. Вона продовжує активно розвиватися і в даний час,

освоюючи нові області практичного застосування та збагачуючись ідеями завдяки об'єднанню з іншими науковими дисциплінами.