

The background is an abstract composition of soft, blended colors in shades of purple, blue, and pink. A prominent feature is a stylized butterfly with translucent, iridescent wings in shades of teal and blue, perched on a thin, brown branch. The overall style is painterly and ethereal, with soft gradients and some faint, vertical brushstrokes in various colors.

Арттерапія: теорія та практика Лекція 4.

к.психол. н.

Мосол Н.О.

Slide title

1 Арттерапія як самостійна практика

2 Форми арттерапевтичної роботи

3 Основні етапи розвитку терапевтичної групи

4 Арттерапевтичний кабінет і його оснащення

5 Способи реєстрації й оцінки АТ діяльності



Арттерапія представляє собою лікувальне застосування образотворчого мистецтва, що передбачає взаємодію між автором художньої роботи, самою роботою і фахівцем.

Теоретичі засади арттерапії

- **Психологія ігрової діяльності**, концепції онтогенетичного розвитку різних видів ігрової активності;
- **Психологія змінених станів свідомості (ЗСС)**, що трактує арттерапевтичну активність у стані творчого натхнення як прогресивний адаптаційний механізм - АТ як спосіб досягнення динамічної рівноваги);
- Сучасні уявлення загальної **теорії систем**, що стосуються психічної діяльності, зокрема, концепція множинності відповідей психіки на стану стресу, хвороби та духовної кризи.
- **Трансперсональна методологія**, яка розглядає арттерапію як універсальний метод, що сприяє інтеграції біографічного, перинатального і трансперсонального досвіду.

Переваги арттерапії

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 образно, 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);

Переваги арттерапії

5. допомагає зміцнити терапевтичні взаємини. Елементи збігу 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.

ОСНОВНІ ФОРМИ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ

1. залежно від теоретичного обґрунтування:
 - клінічна
 - психодинамічна
 - гуманістична
 - трансперсональна і інші моделі арттерапії.
2. від категорії клієнтів - наприклад, психіатричні хворі, особи з межовими психічними розладами, пацієнти з соматичною патологією, мотивовані до особистого «зростання» клінічно здорові особи та інші.

ОСНОВНІ ФОРМИ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ

3. вікова категорія учасників арттерапевтичної групи - різні форми арттерапії при роботі з дітьми, підлітками і дорослими.
4. орієнтація на індивідуальну або групову взаємодію в ході арттерапевтичного процесу. (індивідуальну і групову арттерапія).

Групова АТ а) студійна відкрита група (переважно неструктурована);

б) аналітична закрита група (різний ступінь структурованості);

в) тематично орієнтована група (різний ступінь відкритості і структурованості).

Індивідуальна та групова АТ

- **Індивідуальна арттерапія** може використовуватися з широким колом клієнтів:
- клієнти, що не підлягають вербальній психотерапії (олігофрени, психотики, особи похилого віку з порушеннями пам'яті і деякі інші).
- діти і дорослі, котрі мають певні утруднення у вербалізації своїх переживань, наприклад із-за мовних порушень, аутизму або малоконтактності, ПТСР.
- клієнти, що мають неглибокі психічні розлади.

Індивідуальна арттерапія може тривати кілька місяців і навіть років

Індивідуальна та групова АТ

Основною метою групової арттерапії є досягнення певних змін у соціальній поведінці учасників групи.

Вона в меншій мірі, ніж індивідуальна арттерапія, орієнтована на дослідження індивідуальних проблем, причин і механізмів розвитку психологічних проблем.

- Відмінності групової арттерапії від індивідуальної:
 - припускає особливу «демократичну» атмосферу, пов'язану з рівністю прав і відповідальністю учасників групи, менший ступінь їхньої залежності від арттерапевта;
 - у багатьох випадках вимагає певних комунікативних навичок і здатності адаптуватися до групових норм.

Групова арттерапія допомагає:

- розвивати соціальні й комунікативні навички;
- надати взаємну підтримку членам групи і вирішувати загальні проблеми;
- спостерігати результати своїх дій і їхній вплив на інших;
- засвоювати нові ролі і виявляти латентні (приховані) якості особистості, спостерігати, як модифікація рольової поведінки впливає на взаємини з іншими;
- підвищувати самооцінку і веде до зміцнення особистої ідентичності;
- розвивати навички прийняття рішень.

Основні типи арттерапевтичних кабінетів

- кабінет-студія;
- кабінет для індивідуальної роботи;
- кабінет для групової інтерактивної роботи;
- арттерапевтичне відділення і кабінет універсального призначення.

Виділяють дві зони:

«робочу» - для образотворчої діяльності, і
«чисту» - для групового обговорення.

Способи реєстрації й оцінки арттерапевтичної діяльності

Існує кілька способів реєстрації арттерапевтичної діяльності:

- формалізований бланк;
- розгорнутий опис за схемою (в основному для тематично орієнтованих аналітичних груп);
- хронограма групової арттерапевтичної діяльності.

Формалізований бланк

- П.І.Б. клієнта (чи учасників групи);
- дата і час сесії;
- тема;
- матеріали, які використовували учасники групи;
- висловлювання клієнта чи учасників групи в ході роботи;
- особливості невербальної експресії («мова тіла») у ході роботи;
- взаємодія між учасниками групи (для групових форм роботи);
- ставлення до роботи;
- процес образотворчої діяльності (етапи створення образу);
- опис образотворчого продукту, його передбачуваний зміст (з погляду арттерапевта);
- усвідомлення змісту образотворчого продукту самим клієнтом (формальне пояснення).

Розгорнутий опис за схемою

переважно при групових формах роботи.

- П.І.Б. учасників, що були відсутні;
- ведучі (арттерапевт, асистент);
- дата і час сесії, яка сесія по рахунку;
- ціль заняття;
- тема, вправи, завдання;
- загальна атмосфера в групі на початку, в середині, наприкінці сесії, загальний характер взаємодії (відчуття ведучого);
 - що відбувалося в групі, як поводитися окремі учасники (що робили, як брали участь в обговоренні);
 - яка була участь арттерапевта й асистента в роботі групи, їхня взаємодія;
 - підсумки сесії, план подальшої роботи.

ЕТАПИ РОЗВИТКУ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРУПИ

- 1. *Орієнтаційна*** - характеризується пасивністю пацієнтів і високим рівнем напруги, обумовленої переважно неспівпаданням очікувань з реальною ситуацією і позицією психолога/арттерапевта.
- 2. *Перехідна*** – робота з конфліктами, захистами і опорами. Конструктивним на цій кризовій стадії можна вважати відкритий вираз учасниками своїх відчуттів і обговорення в групі проблем, пов'язаних з авторитетами, залежністю, пошуками підтримки, недостатньою самостійністю і відповідальністю, невпевненістю.

ЕТАПИ РОЗВИТКУ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРУПИ

- 3. *Робоча*** – характеризується процесом структуризації групи роботою із значущими труднощами, відбувається становлення групової культури, виробітку групових норм, цілей, цінностей, формування згуртованості, взаємодопомоги і взаємопіддержки. відмічена активними діями.
- 4. *Об'єднання і закріплення*** отриманого досвіду – інтеграція здобутого досвіду у повсякденне життя.

Арттерапія: сучасний етап

- В останні два-три десятиліття арттерапія синтезувала досягнення більшості психотерапевтичних підходів та вважається самостійним методом з власною методологією та різноманітним, високо диференційованим інструментарієм.
- Накопичення та узагальнення емпіричних даних, пов'язаних з арттерапією, дещо випереджає розвиток її теорії, але застосування певних теоретичних уявлень сприяло виходу арттерапії на рівень самостійного психотерапевтичного методу.

Література

- Вознесенська О.Л. Мова Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога: використання арт-технологій в освіті. К.:Шкільнийсвіт, 2007. 120 с
- Офіційний сайт української арт-терапевтичної асоціації. URL: <http://art-therapy.org.ua>
- Теорія і практика арттерапії : навчально-методичний комплекс / Уклад. І.В. Бабій. – Умань, Алмі 2014. 75 с.