

УДК 159.98:615.851

Лаврик В.Р.<sup>1</sup>, Арсентьева Г.О.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>студ. гр. КНТ-612м НУ «Запорізька політехніка»

<sup>2</sup>канд. філос. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

## **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНІКИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ**

Арт-терапія – сучасний напрям психотерапії, що практикує психотерапевтичне використання мистецтва, як терапевтичного фактору. Крім ідей, що характеризують походження арт-терапії у тісному взаємозв'язку з культурними традиціями давнини, існує і уявлення про те, що арт-терапія має відношення до галузі психіатрії. Проте взаємини між психікою та візуальною експресією були не розкриті доти, поки З. Фрейд не створив своє вчення про несвідоме.

Фрейд виявив, що його пацієнти часто здатні передати свої сни з допомогою зображень, а не слів. Дане спостереження лягло основою уявлення про те, що художнє самовираження може бути ключем до внутрішнього світу людської психіки. Фрейд включив художні поняття у контекст свого аналізу та надалі використовував твори літератури та мистецтва в аналізі багатьох напрямів своєї теорії.

К. Юнг теж дійшов висновку, що емоційно турбуючі образи мають бути виведені в галузі несвідомого, оскільки, залишаючись там, вони можуть негативно впливати на поведінку особистості, бо здатні вивести дані приховані у підсвідомості образи у план свідомості. Розуміння того, що візуальні образи є символічними та здатними розкрити витіснений зміст свідомості, що міцно завоювало місце в діяльності психотерапевтів та психіатрів.

Арт-терапія може здійснюватися як у індивідуальному, так і у групових варіантах – студійному, тематичному і динамічному. Групова арт-терапія є наслідком розвитку та збагачення теорії та практики індивідуальної арт-терапії як історично першої форми психотерапевтичної роботи, використовує засоби художньої експресії, та її поєднання з теорією та практикою групової психотерапії. Основною формою групових занять може бути інтерактивна арт-терапевтична група. Поняття інтерактивності у разі означає, що з провідних особливостей груповий арт-терапевтичної роботи виступає взаємодія між її учасниками. Інтерактивна арт-терапевтична група відрізняється від більшості вербальних психотерапевтичних груп тим, що тут взаємодія здійснюється, крім вербального каналу комунікації, за допомогою візуальних образів, а також музики, руху та танцю, рольової гри і т. д., тобто різних засобів творчого самовираження.

При організації інтерактивної арт-терапевтичної групи основний акцент може бути зроблений на тематичній групі, оскільки вона забезпечує можливості для її доукомплектування та структурування арт-терапевтичного процесу, а також відповідає умовам проведення занять у школі.

Структурування роботи учасників тематичної групи здійснюється, головним чином, за рахунок фокусування їхньої уваги на будь-якій значимій для них темі або техніках, іграх та вправах індивідуального, парного, мікрогрупового чи загальногрупового характеру. Тематична група є напіввідкритою: окремі учасники можуть припиняти роботу на тому чи іншому етапі, в той же час до групи можуть включатися нові члени.

Іншим значущим організуючим чинником у тематичній групі є тричастинна структура: кожне заняття включає вступну («розігрів» та підготовка учасників до роботи), основну (вибір теми або її коригування та робота над нею з використанням різних модальностей творчого самовираження, що завершується обговоренням учасниками своїх творів та процесу їх створення) та заключну (підбиття підсумків заняття) частини.

Групова арт-терапія є наслідком розвитку та збагачення теорії та практики індивідуальної арт-терапії як історично першої форми психотерапевтичної роботи, використовує засоби художньої експресії, та її поєднання з теорією та практикою групової психотерапії.