

## ПІДХОДИ ТА КОНЦЕПЦІЇ АРТ-ТЕРАПІЇ В КОНТЕКСТІ РОБОТИ З ВІДХИЛЕННЯМИ У РОЗВИТКУ

### APPROACHES AND CONCEPTS OF ART THERAPY IN THE CONTEXT OF WORKING WITH DEVELOPMENTAL DISABILITIES

У статті здійснено аналіз арт-терапевтичних технік, які можуть мати велике значення як одна з форм психологічного супроводу та психологічної реабілітації дітей з особливостями розвитку. Найважливішим чинником позитивного впливу арт-терапії на дітей цієї групи є терапевтичні відносини, завдяки яким дитина може знайти спосіб виразити себе, відчувати почуття безпеки, розвинути комунікативні здібності та отримати найцінніший досвід прийняття та підтримки [1].

Спроба розгляду цієї проблеми є дуже актуальною, оскільки здійснено теоретичний аналіз можливостей застосування інноваційних технологій, а саме засобів арт-терапії в процесі роботи з дітьми з відхиленням у розвитку; досліджено вплив засобів арт-терапії на процес оздоровлення даної категорії людей. Водночас всебічний огляд особливостей арт-терапевтичного процесу, який характеризується багатою традицією досліджень і стає все більш популярним останнього часу, дає змогу досягти більш глибокого й точного розуміння поняття «арт-терапія», суттєво розширює знання про арт-терапевтичні засоби, відкрити нові напрями в даному дослідженні. Отже, автор розглядає арт-терапію як сукупність методик, що побудовані на застосуванні різних видів мистецтва та дають змогу шляхом стимулювання художньо-творчих проявів здійснювати психокорекцію.

**Ключові слова:** арт-терапія, методи, підходи, концепції, розвиток.

The article analyzes art therapy techniques, which can be of great importance as one of the forms of psychological support and psychological rehabilitation of children with developmental disabilities. The most important factor in the positive impact of art therapy on children of this group is the therapeutic relationship, thanks to which the child can find a way to express himself, feel a sense of security, develop communication skills and get the most valuable experience of acceptance and support [1].

The attempt to consider this problem is very relevant, since a theoretical analysis of the possibilities of applying innovative technologies, namely art therapy tools in the process of working with children with developmental disabilities, has been carried out; the effect of art therapy on the process of recovery of this category of people was investigated. At the same time, a comprehensive overview of the features of the art therapy process, which is characterized by a rich tradition of research and has become increasingly popular recently, allows to achieve a deeper and more accurate understanding of the concept of "art therapy", significantly expands knowledge about art therapy tools, and opens new directions in this study.

Therefore, the authors consider art therapy as a set of methods built on the application of various types of art and allow psychocorrection by stimulating artistic and creative manifestations.

**Key words:** art therapy, methods, approaches, concepts, development.

УДК 159.98-053.2-056.26:7.02

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.43.7>

**Мусоріна Н.В.**

магістрантка VI курсу спеціальності  
«Психологія»

Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

Сутність арт-терапії полягає у гармонізації особистісної сфери дитини, її адаптації в сучасному світі в процесі виховання, навчання та розвитку засобами мистецтва через художньо-творчу діяльність [1].

Застосування методів арт-терапії у спеціальній освіті відображено у роботі Е. А. Медведєвої, І. Ю. Левченко, Л. М. Комісарової та Т. А. Добровольської [2]. Це є першою спробою узагальнення досвіду застосування мистецтва як засобу комплексного виховного, розвиваючого та корекційного впливу на дітей із порушеннями у розвитку (діти з проблемами слуху, зору, мови, затримкою психічного розвитку, порушеннями поведінки, розумовою відсталістю, порушенням опорно-рухового апарату).

Дослідженням природи образотворчого мистецтва та творчості відомих художників присвятив низку робіт З. Фрейд [5]. У найконцентрованішому вигляді вони представлені у двох його дослідженнях: про Леонардо да Вінчі (1910) і про роботу «Мойсей» Мікеланджело (1914). У першій із них, ґрунтуючись на припущеннях про дитинство Леонардо

і фактах його біографії, викладає систему своїх уявлень, використовуючи при цьому поняття нарцисизму і сублимації як основи творчості великого художника. Фрейд також намагається аналізувати роботи Леонардо, прагнучи прочитати в них прояви його неврозу. Фрейда цікавлять, перш за все, глибинні психодинамічні механізми його творчості.

Психоаналіз запропонував нові концептуальні можливості для пояснення психологічних механізмів образотворчого мистецтва та його зв'язку з неврозом. За Фрейдом, творчість є компромісною формою задоволення сексуальної потреби, а тому розглядалася їм як варіант неврозу і зв'язувалася з поверненням до інфантильного стану.

Оригінальний внесок у розвиток психоаналітичних досліджень мистецтва також зробив Карл-Густав Юнг. Ідея К. Юнга про психіку як складну саморегулюючу систему припускала, що психіка може сама підтримувати певну рівновагу шляхом включення на тих чи інших стадіях розвитку певних компенсаторних процесів, покликаних подолати психічну дисгармонію. Принципове значення мало роз-

роблення ним теоретичних положень аналітичної психології, пов'язаних із символотворенням і внутрішніми механізмами психічної саморегуляції, що виявляються в процесі творчої активності. Він розглядає символічну мову образотворчого мистецтва як найбільш підходящу для вираження особистого та колективного несвідомого, більш точну і ємну, ніж слова. На його думку, творча активність веде до дозволу внутрішньопсихічних конфліктів за рахунок урівноваження функцій свідомості «трансцендентної» функції психіки, пов'язаної з проявами колективного несвідомого [5]. Юнг також запропонував свою систему тлумачення символічних образів.

На відміну від З. Фрейда, який уважав символи проявом інстинктивних потреб, К. Юнг переконаний, що символи можуть сприяти не лише відновленню психічного балансу, а й особистісного зростання. За допомогою символів людина здатна вступити у взаємодію з блокованими аспектами несвідомого та їх енергією і завдяки цьому поступово прийти до їх усвідомлення та психічної цілісності.

Для психологічного здоров'я та стабільного функціонування розуму необхідно, щоб підсвідомість та свідомість були нерозривно пов'язані між собою та діяли скоординовано. Якщо зв'язок рветься чи «дисоціюється», виникає психологічний розлад. І тут символіка сновидінь грає роль «кур'єра», що передає послання від інстинктивних частин розуму до раціональних [5].

Грунтуючись на юнгіанській класифікації характерів (типів ментальної активності), у роботі «Освіта за допомогою образотворчого мистецтва» британець Г. Рід [5] робить спробу опису типів художньої експресії.

Приблизно до середини ХХ ст., передусім в англійських країнах, починають активно розвиватися нові, пов'язані з психоаналізом підходи, засновані на терапевтичному застосуванні образотворчого мистецтва. Так, завдяки участі в аналітичній психотерапії та роботі в психіатричній клініці в 1940-х роках американка Маргарет Наумбург створює свій метод динамічно-орієнтованої арт-терапії. Результати цієї роботи описані нею в книзі «Вивчення вільної художньої експресії дітей із порушеннями поведінки як засіб діагностики та лікування» [4]. На думку М. Наумбург, образотворчі техніки також можуть використовуватися психіатром як проективного інструменту діагностики. Коли пацієнт у результаті занять подолає невпевненість і починає вільно висловлювати свої страхи, потреби і фантазії, він входить у дотик зі своїм несвідомим і «розмовляє» з ним на символічній мові образів.

Одним із центрів розвитку психоаналітичних досліджень мистецтва та його застосування в терапевтичних цілях у післявоєнний

період також стала приватна психіатрична клініка братів Меннінгерів, на базі якої починали свою роботу деякі піонери американської арт-терапії.

Деякі школи арт-терапії, зокрема британська, зберігають тісний зв'язок із психоаналізом із його акцентом на символічній експресії як основний засіб дослідження несвідомого та особливого «інструменту» комунікації клієнта та спеціаліста, що зачіпає різні рівні психічної динаміки. Саме з психоаналізом, а точніше з психодинамічним підходом, у цій і деяких інших країнах пов'язані підходи до психодіагностики на основі вивчення продуктів образотворчої діяльності.

Незважаючи на поступове зниження популярності психоаналізу, його роль у використанні психодіагностичного потенціалу образотворчої діяльності значна. Саме завдяки психодинамічному підходу були досліджені вікові особливості художньої експресії (Е. Kramer [5], V. Lowenfeld [6]), поширилося уявлення про внутрішнє змістовне багатство візуальної, символічної експресії та некоректності її тлумачення без урахування контексту психотерапевтичних відносин.

Якщо клініко-психіатричний (біомедичний) підхід до психодіагностики на основі вивчення продуктів образотворчої діяльності виявляє свою найбільшу затребуваність у сфері «великої психіатрії», тобто в діагностиці і лікуванні більш важких психічних захворювань, ніж неврози, то психодинамічний, особистісно-орієнтований підхід більш затребуваний у «малій психіатрії».

Таким чином, існує безліч підходів, між якими немає єдиної думки щодо чинників і механізмів терапевтичної взаємодії у процесі арт-терапії. Існують різні обґрунтування ефективності методів арт-терапії. Наприклад, біхевіоральний напрям приписує її ефективність залученню уваги клієнта від хворобливих переживань і розвитку до більш адаптивних моделей поведінки; трансперсональний підхід пов'язує цю ефективність із відреагуванням і катаричним переживанням досвіду перинатальних трав; гуманістична терапія – з активізацією у процесі творчості зцілювальних сил, що дримають у кожному індивіді.

Якщо ж відійти від концептуальних відмінностей, то в арт-терапії багато чинників можна звести до трьох найбільш значимих: художньої експресії, психотерапевтичних відносин, інтерпретації (зворотного зв'язку) [5]. Досі дискусійним залишається питання, що становить основу арт-терапії: творчий процес сам по собі або мовленнєва взаємодія на основі його продукту [6]. Так, М. Наумбург [3] підкреслює значимість інтерпретації психотерапевтичних відносин, поза якими неможливе досягнення стійкого психотерапевтичного ефекту.

Деякі інші погляди притримується Е. Крамер [4], вважаючи можливим досягнення лікувального ефекту за рахунок самого творчого процесу. При цьому подальша інтерпретація вважається необов'язковою.

Творчий акт, будучи еквівалентом суб'єктивного досвіду, дає індивіду можливість побачити внутрішній конфлікт, пережити його. Подібну думку висловлює Д. Шавер'єн: значущим є те, що суб'єкт отримує досвід створення і авторства, а арт-терапевт виступає лише як свідок [5]. У міру передачі через художні форми свого досвіду, раніше неявного, імпліцитного (на відміну від того, що знаходиться у центрі свідомості), суб'єкт усвідомлює його, вибирає здатність висловлювати у словах – описувати, доносити до Іншого. До цього певні межі досвіду існували в довербалізованій, дорефлективній формі, становлячи «тіньову» частину самоусвідомлення індивіда. Суб'єктивна реальність створюється принаймні до того, як її «викривають і артикулюють». Арт-терапія вбачається як культурна практика, що ініціює посилення саморозуміння [4, с. 88–104].

Художня експресія передбачає вираження внутрішніх змістів клієнта через створення образів (художніх, пластичних, звукових та ін.), робота досягає цілей у тому разі, якщо клієнт рухається від безпосереднього відреагування внутрішніх змістів (за якого розуміння сенсу створюваних образів мінімальне) до створення так званих символічних образів. При цьому символи передбачають створення форми і внесення до неї певного багатопланового змісту під час трансцендентального порядку [9].

Одним із найбільш яскравих і широко представлених у літературі є гуманістичний напрям арт-терапевтичної практики. Зокрема, треба відзначити роботи Н. Роджерс, дочки одного з родоначальників гуманістичного напрямку психотерапії – К. Роджерса, яка заснувала свій напрям у психотерапії [6].

Представники гуманістичного підходу в психотерапії: «Слоном бачити людини істотою природжено активною, що бореться, самостверджується, що підвищує свої можливості, з майже безмежною позитивністю до позитивного росту» [1]. Терапевтична мета бачиться в даному разі як «досягнення максимальної обізнаності або більш високого стану свідомості...» [1] клієнта.

Таким чином, узагальнюючи описане вище, коротко охарактеризуємо чотири основні психотерапевтичні моделі, що дають початок різним арт-терапевтичним підходам. Клінічна модель орієнтована на роботу з прикордонними психічними розладами, психотичною симптоматикою. Основними завданнями у цьому разі є лікування прикордонних психічних розладів, профілактика

та усунення їхніх негативних впливів на клієнта, а також робота з окремими симптомами та наслідками психозів.

У психодинамічній моделі клієнт розглядається як хвора людина, має психоневрози. В основі цього підходу лежать концепції З. Фрейда та К. Юнга. Арт-терапевт намагається вивчити історію життя людини на різних етапах її психосексуального розвитку та подолати інтрапсихічний конфлікт, відновити психічну стійкість людини через реканалізацію її лібідо; виявити та усунути дисгармонії особистості першої половини життя та проблеми індивідуалізації другої половини життя, адаптувати особистість до соціального середовища. Психодинамічна арт-терапія спрямована на усунення інфантильних форм реагування, актуалізацію архітипового рівня психіки, встановлення взаємодії свідомості та несвідомого.

Екзистенційно-гуманістична модель передбачає роботу зі здоровою, але неактуалізованою людиною. У її основі лежать погляди А. Маслоу, Ф. Перлза, Д. Роджерс. Метою психотерапевтичної роботи у цьому разі є оптимізація психічного здоров'я клієнта, що досягається через розвиток особистості, розкриття її творчого потенціалу, розширення досвіду.

Холістична, або трансперсональна, модель розглядає свідомість як універсальний феномен. Клієнт сприймається як людина, яка перебуває у стані «нижчого психічного здоров'я». Метою психотерапії виступає досягнення «вищого психічного здоров'я» через розширення форм трансперсонального досвіду, включаючи містичний, релігійний, загальнолюдський, планетарний та інші його форми. Клієнт прагне до встановлення автентичної близькості з об'єктом та соціальним світом.

Арт-терапевтичні техніки можуть мати велике значення як одна з форм психологічного супроводу та психологічної реабілітації дітей з особливостями розвитку. Найважливішим чинником позитивного впливу арт-терапії на дітей цієї групи є терапевтичні відносини, завдяки яким дитина може знайти спосіб виразити себе, відчувати почуття безпеки, розвинути комунікативні здібності та отримати найцінніший досвід прийняття та підтримки [4]. Така взаємодія має стимулюючий вплив, розвиває здібності до прояву ініціативи та самостійності, концентрації уваги, дає вихід афектам.

Виділимо психотерапевтичні чинники впливу в арт-терапії (те, що має цілющий ефект):

- художній фактор експресії – втілення почуттів, думок та потреб клієнта у його роботі, досвід взаємодії з усілякими художніми матеріалами та художнім чином;

- психотерапевтичний фактор взаємовідносин – динаміка відносин клієнта-терапевта-групи (перенесення та контрпереносу), вплив особистого досвіду, проєкції;

– вербальний фактор зворотного зв'язку та інтерпретацій – трансформація, переклад матеріалу (процесу та результату творчості) з емоційного рівня на рівень розуміння, формування смислів.

Отже, незважаючи на тісний зв'язок із лікувальною діяльністю, арт-терапія у багатьох випадках набуває переважно психопрофілактичного, соціалізуючого та розвиваючого напрямку. За час свого життя арт-терапія уподібнювала досягнення психологічної науки та практики, теоретичні дослідження та прийоми різних течій психотерапії, досвід та стратегії образотворчого мистецтва, методи педагогіки, окремі уявлення теорії культури, соціології та інших наук. Вона продовжує активно розвиватися і сьогодні, вивчаючи нові галузі практичного впровадження та збагачуючись ідеями завдяки об'єднанню з іншими науковими дисциплінами.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Арт-терапія. Інноваційні психологічні технології / за ред. О. Тіунової, Т. Шейкіної. Вип. 5. Київ ; Тернопіль : ЕЕАТА, 2018. 200 с.
2. Арт-терапія. Інноваційні психологічні технології / за ред. О. Тіунової. Вип. 6. Київ ; Львів ; Тернопіль : ЕЕАТА, 2019. 224 с.
3. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії : навчально-методичний посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2020. Ч. 1. 232 с. URL: <https://cutt.ly/xWEICDF>
4. Naumburg M. An introduction to art therapy: studies of the "Free" art expression of behavior problem children and adolescents as a means of diagnosis and therapy. New York and London : Teachers College, Columbia University, 1973. P. 12–23.
5. Kramer E. Art as therapy. Collected papers. London : Jessica Kingsley Publishers, 2000. P. 22–27.
6. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії : навчально-методичний посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2020. Ч. 1. С. 50–54.