

УДК 37.013.42

## МЕТОДЫ АРТ-ТЕРАПИИ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Юлия Николаевна Саар**

магистрант

[pip-mgau@yandex.ru](mailto:pip-mgau@yandex.ru)

**Елена Васильевна Корепанова**

кандидат психологических наук, доцент

[pip-mgau@yandex.ru](mailto:pip-mgau@yandex.ru)

Мичуринский государственный аграрный университет

г. Мичуринск, Россия

**Аннотация.** Статья посвящена исследованию применения метода арт-терапии в психолого-педагогической деятельности. На основе анализа научно-методических источников даны определения методу арт-терапии. Выделены основные виды и формы арт-терапии, преимущества использования методов арт-терапии в психолого-педагогической деятельности. Дана характеристика особенностям психолого-педагогической деятельности в реализации арт-терапевтического подхода в работе педагога-психолога.

**Ключевые слова:** арт-терапия, психолого-педагогическая деятельность, метод арт-терапии.

Проходя через процессы глобализации, современное общество сталкивается с появлением новых рисков, негативно влияющих на психику человека. В сложившейся обстановке современной системы образования психолого-педагогическая деятельность приобретает особую актуальность. В своей работе педагог-психолог должен оказывать сопровождение, поддержку и помощь таким образом, чтобы не усугубить проблемную ситуацию обучающегося. Учитывая этот факт, оценку эффективности приобретают методы арт-терапии.

Арт-терапия возникла в 30-х годах прошлого века и впервые была применена для коррекции эмоционального состояния детей, эмигрировавших в США из Германии во время Второй мировой войны. Термин «арт-терапия» впервые ввел в употребление английский врач и художник Адриан Хилл в 1938 году и применялся в отношении всех видов занятий искусством, проводимых в больницах и центрах психического здоровья [6].

Арт-терапия – направление психотерапии, основанное на глубоком воздействии искусства на эмоциональную и личностно-смысловую сферы человека.

Основная цель арт-терапии – гармонизация личностного развития человека через развитие способности к самовыражению и самопознанию [2].

Арт-терапия строится на категориях психоанализа, с точки зрения которых творчество раскрывает процессы, происходящие в человеческом подсознании. Одним из основных механизмов современной арт-терапии является сублимация, т.е. подсознательные влечения и инстинкты не подавляются, а выражаются с помощью творчества в экспрессивные образы [7].

А.И. Копытин выделил следующие преимущества данного метода:

- 1) не требует специальных навыков и способностей от клиента;
- 2) средство преимущественно невербального общения;
- 3) способствует сближению людей;
- 4) позволяет обходить «цензуру сознания» (раскрытие бессознательных процессов, скрытых состояний и идей);

5) возможность выразить любые чувства через творчество в социально приемлемой форме;

6) использование продуктов изобразительного творчества для интерпретаций и диагностической работы;

7) помогает в формировании активной жизненной позиции;

8) метод основан на мобилизации творческого потенциала, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления[6].

В качестве основных факторов психотерапевтического воздействия в арт-терапии можно выделить:

1. фактор художественной экспрессии – воплощение чувств, потребностей и мыслей клиента в его работу, опыт взаимодействия с различными художественными материалами и художественным образом;

2. фактор психотерапевтических отношений – динамика взаимоотношений клиента-терапевта-группы (переноса и контрпереноса), проекции, влияние личного опыта;

3. фактор интерпретаций и вербальной обратной связи – трансформация, перевод материала (процесса и результата творчества) с эмоционального уровня на уровень понимания, формирование смыслов [1].

Существуют две формы арт-терапии:

- Пассивная – клиент «потребляет» уже готовые художественные произведения, созданные другими людьми (чтение книг, рассматривание картин, слушание музыки и т.д.)

- Активная – клиент сам создает продукты творчества [2].

На современном этапе развития арт-терапию дифференцируют на индивидуальную и групповую.

Индивидуальная арт-терапия применяется к широкому кругу клиентов: лица, не подлежащие вербальной психотерапии; лица с неглубокими психическими расстройствами невротического характера; дети и взрослые, испытывающие сложности в вербализации своих переживаний; лица с хорошо развитым вербальным общением.

Индивидуальная форма арт-терапии, как правило, строится на основе психодинамического подхода – исследование бессознательного на продуктах изобразительной деятельности. Как другие формы психотерапии, арт-терапия предполагает психотерапевтический контакт, установление психотерапевтических отношений, феномены переноса и контрперенос. Арт-терапевт всегда рядом с пациентом во время его творчества. Он не комментирует, не высказывает замечания, что способствует выражению эмоций (в том числе и отрицательных), выясняет с помощью вопросов все, что делает пациент. Однако никогда не оценивает работу клиента ни с эстетической, ни с другой точки зрения. Индивидуальная арт-терапия может длиться несколько месяцев и даже лет [7].

Групповая форма работы в настоящее время широко используется в здравоохранении, социальной сфере и сфере образования.

В отличие от индивидуальной арт-терапии, групповая предполагает демократичную атмосферу в группе, меньшую зависимость участников от арт-терапевта; требует от клиентов определенных коммуникативных навыков и способности адаптироваться к групповым нормам; наличие у арт-терапевта опыта групповой психоректорционной работы.

Данная форма арт-терапии:

- способствует развитию коммуникативных навыков;
- клиенты оказывают взаимную поддержку друг другу, позволяя решить общие проблемы;
- участники наблюдают результаты своих действий и их влияние на окружающих;
- дает возможность освоить новые роли и проявить латентные качества личности;
- позволяет наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношения с окружающими;
- повышает самооценку, укрепляя личностную идентичность;
- развивает навыки принятия решений [1].

В зависимости от вида творческой деятельности выделяют следующие виды арт-терапии:

- Изотерапия – лечебное воздействие с помощью изобразительного искусства, рисования.
- Музыкаотерапия – лечение с помощью музыки.
- Драматерапия – применение драматизации, т.е. разыгрывание какого-либо сюжета, для улучшения психического состояния.
- Танцевальная терапия – выражение проблемной ситуации через танец.
- Куклотерапия – коррекция эмоционального состояния посредством кукольного театра.
- Библиотерапия – глубокий анализ готовых произведений или сочинение собственных.
- Песочная терапия – снятие внутреннего напряжения, его воплощение посредством работы с песком и др.[1].

Следует отметить, что любой из методов арт-терапии может быть реализован в психолого-педагогической деятельности в разных вариациях. Наиболее перспективным является метод изотерапии, поскольку имеет множество разных техник применения (монотипия, рисование историй, акватушь и т.д.). При правильной организации процесса консультирования, изотерапевтические упражнения станут ключом к изучению чувств и эмоций, развитию межличностных отношений и повышению самооценки и уверенности личности обучающегося.

При использовании арт-терапевтического подхода педагогу-психологу необходимо соблюдать ряд условий:

1. безоценочность в восприятии работ (нет понятий «правильно» или «неправильно»);
2. восприятие обучающегося как эксперта (упражнения созданы таким образом, что отправной точкой становится опыт обучающегося);

3. вклад каждого в групповой терапии (все работы рассматриваются с равным уважением, не зависимо от особенностей их выполнения обучающимися);

4. сохранение тайны (упражнения могут затрагивать личные темы);

5. рассказ о своей жизни (рассказ и его обсуждение не должны быть директивным);

6. основные правила (при работе с обучающимися уместно установить основные правила, которые создадут чувство безопасности и комфорта. Например, внимательно слушать друг друга, уважать мнение других и т.д.);

7. процесс и продукт (важен не только процесс создания, но и продукт творчества, помогающий почувствовать законченность процесса и уверенность в себе);

8. способы работы (упражнения могут быть с разным алгоритмом структурированности. Способ работы определяется поставленными целями и личностными характеристиками педагога-психолога и обучающегося);

9. способы хранения работ (целесообразно найти способ сохранения работ клиента: выставки, папки, журналы и т.д.) [1].

Арт-терапия эффективна в психолого-педагогической деятельности с обучающимися разных возрастных групп, используется в индивидуальной и семейной терапии, при решении широкого круга межличностных и внутриличностных проблем, так же вопросов физического здоровья. Данный метод не имеет ограничений или противопоказаний. Процесс арт-терапии приносит удовольствие, учит обучающихся выражать свои эмоции предельно спонтанно и произвольно.

Эффективность занятий зависит непосредственно от профессионализма педагога-психолога. Он должен владеть техникой арт-терапии и собственно методами арт-терапии, с которыми работает, кроме этого иметь соответствующее образование. Довольно большое значение для эффективности арт-терапии имеют личностные и профессиональные качества педагога-

психолога, такие как творческая индивидуальность, эрудиция, мобильность, гибкость восприятия и мышления.

Профессионализм педагога-психолога в реализации технологий и методов арт-терапии может быть представлен и раскрыт в виде следующего тезауруса: мастерство, владение, готовность, квалификация, компетенция, способность. Исходя из предложенной структуры профессионализм педагога-психолога есть мастерство в оптимальной организации психолого-педагогической деятельности результатом которой становится раскрытие личностного потенциала обучающегося [5]. В свою очередь, раскрытие личностного потенциала заключается не только в том, что дано обучающемуся от природы и в социальной ситуации развития, это еще и постоянно пополняемая и совершенствующая система личностных свойств [3].

В отличие от психолого-педагогического мастерства, профессионализм педагога-психолога рассматривается в актуальной динамике применения методов арт-терапии в психолого-педагогической деятельности: диагностика, консультирование, проектирование, просвещение.

Исходя из сделанных выводов по поводу профессионализма педагога-психолога, работающего с технологией арт-терапии, можно предположить модель его психолого-педагогической деятельности: виды и типы психолого-педагогических задач; профессионально-педагогические, психологические знания и умения; общепрофессиональные и частные компетенции; конкретные психолого-педагогические ситуации в системе образования; психологическая, коммуникативная, организационная деятельность с клиентом-обучающимся; продукт психолого-педагогической деятельности; результат психолого-педагогической деятельности [4].

Таким образом, методы арт-терапии имеют значительные преимущества в системе психолого-педагогической деятельности. Умелое использование методов арт-терапии раскрывает перед педагогом-психологом безграничные возможности профессиональной деятельности в системе образования, а также

для самого обучающегося в решении и понимании существующих кризисов и проблем, и может иметь положительный терапевтический эффект.

### **Список литературы:**

1. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. СПб.: Речь, 2007. 336 с.
2. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, 2002. 368 с.
3. Корепанова Е.В., Порошина В.С. Психолого-педагогическая помощь в сохранении психологического здоровья дошкольников // Наука и Образование. 2019. Т.2. № 2. С. 176.
4. Корепанова Е.В., Смыкова Н.В. Использование инновационных образовательных технологий в работе учителя-логопеда // Наука и Образование. 2020. Т.3. № 4. С. 202.
5. Корепанова Е.В., Усс Н.С. Проектно-координационный подход в подготовке субъектов педагогического управления к инновационной деятельности // Современные педагогические технологии в организации образовательного пространства региона: сборник материалов Областной научно-практической конференции. 2018. С. 60-66.
6. Осипова, А.А. Общая психокоррекция: учеб. пособие. М.: Сфера, 2002. 510 с.
7. Тарасенко А.А. Современные методы арт-терапии в психологическом консультировании: перспективы практического применения // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2019. №07. С. 92-97.



UDC37.013.42

**METHODS OF ART THERAPY  
IN PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ACTIVITY**

**Yulia N. Saar**

master student

[pip-mgau@yandex.ru](mailto:pip-mgau@yandex.ru)

**Elena V. Korepanova**

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor

[pip-mgau@yandex.ru](mailto:pip-mgau@yandex.ru)

Michurinsk State Agrarian University

Michurinsk, Russia

**Annotation.** The article is devoted to the study of the application of the art therapy method in psychological and pedagogical activity. Based on the analysis of scientific and methodological sources, the definitions of the art therapy method are given. The main types and forms of art therapy, the advantages of using art therapy methods in psychological and pedagogical activities are highlighted. The characteristics of the peculiarities of psychological and pedagogical activity in the implementation of the art-therapeutic approach in the work of a teacher-psychologist are given.

**Key words:** art therapy, psychological and pedagogical activity, the method of art therapy.