



федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Кемеровский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии

ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер»

имени профессора Н.П. Кокориной

НАЦИОНАЛЬНАЯ АССОЦИАЦИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ
НАУКИ И ПРАКТИКИ

«АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ АССОЦИАЦИЯ»

Международная научно-практическая конференция ПРАКТИКА ИСЦЕЛЕНИЯ ТВОРЧЕСТВОМ: СОВРЕМЕННАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ В ОБРАЗОВАНИИ, МЕДИЦИНЕ И СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЕ





федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
КУЗБАССКИЙ КЛИНИЧЕСКИЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ
ДИСПАНСЕР имени профессора Н. П. КОКОРИНОЙ
НАЦИОНАЛЬНАЯ АССОЦИАЦИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ
АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ НАУКИ И ПРАКТИКИ «АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ АССОЦИАЦИЯ»

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ

Международной научно-практической конференции

ПРАКТИКА ИСЦЕЛЕНИЯ ТВОРЧЕСТВОМ: СОВРЕМЕННАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ В ОБРАЗОВАНИИ, МЕДИЦИНЕ И СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЕ



Кемерово 2022

УДК 159.98:7-085(082)

ББК 88.7я43

П 691

ПРАКТИКА ИСЦЕЛЕНИЯ ТВОРЧЕСТВОМ: СОВРЕМЕННАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ В ОБРАЗОВАНИИ, МЕДИЦИНЕ И СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЕ : сборник материалов Международной научно - практической конференции (Кемерово, 15 апреля 2022) / отв. ред. Г. В. Акименко; ред. А. И. Копытин, А. А. Лопатин, А. М. Селедцов, Л. В. Начева, Л. В. Гукина, И. Ф. Федосеева. - Кемерово: КемГМУ, 2022. – 455 с.

В сборнике представлены материалы Международной научно-практической конференции «Практика исцеления творчеством: современная арт-терапия в образовании, медицине и социальной сфере». В статьях научных работников и практиков обсуждаются вопросы психологического сопровождения индивидуально-личностного и духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся, психологической коррекции, реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья, психологической поддержки населения в условиях пандемии COVID-19.

Сборник адресован психологам и другим помогающим специалистам, педагогам, руководителям образовательных, социальных и медицинских учреждений, слушателям системы повышения квалификации, студентам вузов и всем, кто интересуется вопросами арт-терапии и арт-педагогике.

Материалы публикуются в авторской редакции.

ISBN: 978-5-8151-0177-7

*В макетах обложек использованы репродукции картин Роже Суро (Roger Surraud)
из открытого источника.– URL: <https://lovers-of-art.livejournal.com/215310.html>
(дата обращения 7.04.2022)*

© Кемеровский государственный
медицинский университет, 2022

© Кузбасский клинический
наркологический диспансер, 2022

© Национальная ассоциация для развития арт-
терапевтической науки и практики
«Арт-терапевтическая ассоциация», 2022

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	12
Абрамов Б.Э., Сквира И.М. ЧЕЛОВЕК, ОСТАВИШИЙСЯ В БУДУЩЕМ	15
Агеев И.И., Чернышова К.С. МЕТОД СКАЗКОТЕРАПИИ ПРИ ОБЩЕМ НЕДОРАЗВИТИИ РЕЧИ У ДЕТЕЙ	20
Акименко Г.В., Селедцов А.М., Кирина Ю.Ю. АРТ-ПСИХОТЕРАПИЯ: КАК МУЗЕИ ПОМОГАЮТ ЛЮДЯМ УЛУЧШАТЬ МЕНТАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ	25
Алешина И.В., Алешин Г.А. МУЗЫКА КАК КОМПОНЕНТ ГАРМОНИЧНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА	35
Алиева В.О. ВОЗМОЖНОСТИ АРТ-ТЕРАПИИ КАК ИНСТРУМЕНТА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ФЕЛЬДШЕРОВ СКОРОЙ ПОМОЩИ	40
Асимов М. А. ТРУДОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ НАРКОЗАВИСИМЫХ	45
Аскарлова Р.И., Юсупов Ш.Р. АРТ-ТЕРАПИЯ КАК СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ ПСИХИЧЕСКИХ И НЕВРОЛОГИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ У ДЕТЕЙ БОЛЬНЫХ ТУБЕРКУЛЕЗОМ.	52

Аскарова Р.И. ПРИМЕНЕНИЕ АРТ ТЕРАПИИ У ПОЖИЛЫХ ПАЦИЕНТОВ, БОЛЬНЫХ ТУБЕРКУЛЕЗОМ	61
Басалаева О.Г., Басалаев Ю.М. ПРЕОБРАЗУЮЩЕЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НЕЙРОСЕТЕВОГО ИСКУССТВА	66
Богачёв О. В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНИК ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ АРТ- ТЕРАПИИ В ПРОЦЕССЕ РЕАБИЛИТАЦИИ УПОТРЕБЛЯЮЩИХ ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА	71
Валиуллина Е.В. ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОЙ КРЕАТИВНОСТИ В МОЛОДОМ ВОЗРАСТЕ	81
Говорова Г.М., Дарсалия О.В., Зорохович И.И., Кириченко Е.А., Шевцова М.А. ОПЫТ ТЕРАПИИ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ У ПАЦИЕНТОВ, ПЕРЕНЕСШИХ COVID-19	88
Головки О.В., Салтанова Е.В., Боровикова З.В., Шмакова О.В., Захаренкова К.А. ОТНОШЕНИЕ К АРТ-ТЕРАПИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ КЕМГМУ	92
Гукина Л.В. ОБРАЩЕНИЕ В УЧЕБНОЙ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ К ЖИВОПИСИ КАК ИСТОЧНИКУ ПОЗИТИВНЫХ ЭМОЦИЙ	97
Гус Эфрат ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ТЕОРИЙ В АРТ-ТЕРАПИИ ВО ВРЕМЯ СОЦИАЛЬНОГО КРИЗИСА, СПРОВОЦИРОВАННОГО ПАНДЕМИЕЙ КОРОНАВИРУСА	105

Дарсалия О.В., Говорова Г.М., Борисова В.А. ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ МАСКОТЕРАПИИ У ПАЦИЕНТОВ ОТДЕЛЕНИЯ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ	112
Дубчак Ю.В., Шарф А.В., Лопатин А.А., Вострых Д.В. ТЕРАПИЯ ИСКУССТВОМ КАК МЕТОД ЛЕЧЕБНОЙ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В РЕАБИЛИТАЦИОННОМ ОТДЕЛЕНИИ ДЛЯ ЛИЦ С НАРКОЛОГИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ	121
Евдокимова О.В., Водопьянова Я.С. СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ НАУКИ И ПРАКТИКИ	126
Еремина С.М., Дубчак Ю.В., Лопатин А.А., Зорохович И.И. ОРГАНИЗАЦИЯ ТЕАТРА-СТУДИИ В РЕАБИЛИТАЦИОННОМ ОТДЕЛЕНИИ НАРКОЛОГИЧЕСКОГО ДИСПАНСЕРА	132
Жуланова В.В. АРТ-ТЕРАПИЯ В БОРЬБЕ СО СТРЕССОМ	138
Иванова А. В. ДИНАМИКА ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ БОЛЬНЫХ ПОЛИНАРКОМАНИЕЙ В ХОДЕ ТРЕНИНГА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА	144
Калакуцкая А. А. ВОЗМОЖНОСТИ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ В ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ	153
Ковалева Г.П., Батулин С.П. ВИТАЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ИСКУССТВА НА ЧЕЛОВЕКА	159
Колосова Е.В. ВОЗМОЖНОСТИ АРТ-ТЕРАПИИ В РАЗВИТИИ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ЛИЧНОСТИ	165

Копытин А. И. ЭВОЛЮЦИЯ АРТ-ТЕРАПИИ И ЧЕЛОВЕКОЗНАНИЯ: ПЕРЕОСМЫСЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА, ИСКУССТВА И ТЕРАПИИ ВО ВРЕМЕНА ПОСТГУМАНИЗМА	173
Курьязов А. К. АРТ ТЕРАПИЯ- ИСКУССТВО ЛЕЧЕНИЯ И КАК РЕСУРС ПОВЫШЕНИЯ СОПРОТИВЛЯЕМОСТИ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ	180
Лавров Н.В., Лаврова Н.М., Лавров В.В. МОБИЛИЗАЦИЯ КРЕАТИВНОЙ СТРАТЕГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ	195
Лебедев А. А. ПРИМЕНЕНИЕ БЛАНКА КОМПЛЕКСНОЙ САМООЦЕНКИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ (КСПЭС) ДЛЯ ОЦЕНКИ НЕМЕДЛЕННЫХ ЭФФЕКТОВ ГРУППОВОЙ АРТ-ТЕРАПИИ	202
Левин Стивен ПУТЬ ПОЭЗИСА: ЭКОПОЭЗИС, ВУ-ВЭЙ И НЕНАСИЛИЕ	208
Левковская О.Б. СПОСОБЫ САМОПОМОЩИ И САМОПОДДЕРЖКИ ПСИХОТЕРАПЕВТА ПРИ ПЕРЕЖИВАНИИ ЛИЧНОГО ГОРЯ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19 С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТВОРЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИСКУССТВА	227
Лыхина Н.И., Маньянова И.В., Лопатин А.А., Кирина Ю.Ю. АРТ ТЕРАПИЯ КАК ЭЛЕМЕНТ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ	234

Макнифф Шон	239
ПЕРЕСМОТР ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ИСКУССТВЕ И ПРИРОДЕ: НА ПУТИ К ГЛУБИННОЙ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЕНИЯ	
Мальцева К.А., Дементьева Г.С., Лопатин А.А., Вострых Д.В.	253
РОЛЬ АРТ-ТЕРАПИИ В РЕАБИЛИТАЦИИ ПАЦИЕНТОВ С НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ	
Мальцева Р. И.	259
АБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА В ХУДОЖЕСТВЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ СРЕДСТВАМИ АРТ -ТЕРАПИИ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНЫМ ИСКУССТВОМ	
Мальчиоди Кэти	274
ТРАВМА, ЭКСПРЕССИВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ И ТЕЛЕПОМОЩЬ	
Маркова С.В.	283
ХУДОЖЕСТВЕННЫЕ ВЫСТАВКИ В ВОРОНЕЖСКОМ МЕДИЦИНСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМ. Н.Н. БУРДЕНКО	
Назарова Н. Р.	289
ИССЛЕДОВАНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ ПРОБЛЕМНО-РЕШАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ХОДЕ ГРУППОВОЙ АРТ-ТЕРАПИИ ПРИ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВАХ	
Начева Л.В., Акименко Г.В.	296
ПРЕОБРАЗУЮЩАЯ РОЛЬ ИСКУССТВА ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ	
Носова Т.В., Першина Е.Е., Кирина Ю.Ю., Зорохович И.И.	303
ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	

Нэш Гери	309
ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ – ПЕРСОНАЛЬНАЯ, ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ И ТВОРЧЕСКАЯ ИНИЦИАТИВА	
Панфилова А. С.	317
МЕТОДЫ АРТ-ПЕДАГОГИКИ В СОЗДАНИИ ПОДДЕРЖИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ	
Паркер-Белл Барбара	331
ПУТЬ К УСТОЙЧИВОСТИ: ПРИЗНАНИЕ РЕСУРСОВ И СИЛЬНЫХ СТОРОН ЛИЧНОСТИ НА ОСНОВЕ АРТ-ТЕРАПИИ	
Пивовар О.И., Зайцева С.В.	338
АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ ВРАЧА	
Пискарева О.И., Рубцова О.С., Вострых Д.В., Лопатин А.А.	342
РОЛЬ АРТ-ТЕРАПИИ В ПСИХОКОРРЕКЦИИ ПОДРОСТКОВ ГРУППЫ РИСКА ПО АДДИКТИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ	
Полужктова Н.С.	349
ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО УПРАЖНЕНИЯ «ЗЕРКАЛА ЭМОЦИЙ» В ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ У ПАЦИЕНТОВ С ХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ	
Приленский Б. Ю., Приленская А. В., Бухна А.Г.	354
ИСКУССТВО КАК ИНСТРУМЕНТ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ИЗМЕНЕНИЙ В ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ	
Протасова Д.Д., Шатрова А.Н.	360
ПРОГРАММИРУЕМЫЕ РОБОТЫ В ПРАКТИКЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	

Рубцова О.С., Пискарева О.И., Лопатин А.А., Вострых Д.В., Буторина М.С. АРТ-ТЕРАПИЯ ПОДРОСТКОВ С АКЦЕНТУАЦИЯМИ ХАРАКТЕРА	366
Селедцов А.М., Кирина Ю.Ю., Акименко Г.В. ВИРУСНОЕ КИНО КАК ИННОВАЦИОННЫЙ МЕТОД В АРТ-ТЕРАПИИ	371
Соколовская В.В., Соколовский М.В. ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	385
Степанчук Н. Н. ВОЗМОЖНОСТИ КОМПЬЮТЕРИЗАЦИИ ВИЗУАЛЬНО-НАРРАТИВНЫХ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ ДЛЯ САМОПРОФИЛАКТИКИ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ	392
Султонова К.Б., Шарипова Ф.К. ПСИХОКОРРЕКЦИЯ АФФЕКТИВНЫХ НАРУШЕНИЙ У ПОДРОСТКОВ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ I ТИПА	398
Суховольская А.С., Рублева О.П., Лопатин А.А., Говорова Г.М. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПСИХОЛОГОВ ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ	405
Федосеева И.Ф., Акименко Г.В. УЛИЧНОЕ ИСКУССТВО И ГРАФФИТИ КАК ФОРМА АРТ-ТЕРАПИИ	409

Флягина В.Ю.	419
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СЛАЙМОВ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА КАК РАЗНОВИДНОСТЬ АРТ-ТЕРАПИИ И ИХ РОЛЬ В СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ	
Хампе Рут	425
АРТ-ТЕРАПИЯ С БЕЖЕНЦАМИ И ВАЖНОСТЬ ПЕРЕХОДНОГО ПРОСТРАНСТВА	
Чжоу Тони	432
ИСКУССТВО В ОБРАЗОВАНИИ И ТЕРАПИИ – ПУТЬ КИТАЙСКОГО УЧЕНОГО	
СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ	440
ПРИЛОЖЕНИЕ	448
Граффити и стрит-арт посвященные пандемии COVID-19	

ВВЕДЕНИЕ

Международная конференция «Практика исцеления творчеством: современная арт-терапия в образовании, медицине, социальной сфере» является первым научно-практическим форумом, когда-либо проводимым на территории Сибири и Дальнего Востока.

Организаторы конференции:

- Кемеровский государственный медицинский университет Министерства Здравоохранения Российской Федерации,
- Кузбасский клинический наркологический диспансер имени профессора Н.П. Кокориной.
- Национальная ассоциация для развития арт-терапевтической науки и практики «Арт-терапевтическая ассоциация»,

Задачами форума являются:

- содействие развитию и внедрению методов арт-терапии, терапии искусством, разных форм психологической и психосоциальной поддержки личности, семьи и сообществ на основе использования потенциала духовной культуры, искусства и творческой деятельности;
- поддержка научных основ, доказательной и методической базы современной отечественной арт-терапии;
- развитие межрегионального сотрудничества представителей профессионального сообщества специалистов в области арт-терапии.

В работе конференции приняли участие специалисты многих регионов Российской Федерации, ближнего (Беларусь, Казахстан, Узбекистан, ДНР) и дальнего (Германия, Великобритания, США, Израиль) зарубежья.

Центральной темой конференции стало партнерство и сотрудничество специалистов для решения актуальных проблем сохранения здоровья, психологической и психосоциальной поддержки разных групп населения средствами арт-терапии. Особое внимание в рамках конференции уделено

помощи в ситуации масштабных психогенных угроз, связанных с пандемией Ковид-19, геополитической нестабильностью и иными стрессорами.

Конференция посвящена ключевым вопросам развития арт-терапии как активно развивающейся формы психологической и психосоциальной помощи разным группам населения, реализующей саногенетический потенциал духовной культуры, искусства и творчества. Представленные в сборнике материалы затрагивают большинство актуальных вопросов развития отечественной и мировой арт-терапии.

Разделы сборника материалов конференции посвящены приоритетным областям применения и моделям современной арт-терапии, ориентированным на применение в медицине, образовании и в социальной сфере. В первом разделе сборника – «Философские, культурологические, общегуманитарные основы арт-терапии» – рассматриваются ключевые вопросы современного человекознания, обращенные к сущности человека как предмета гуманитарных наук и искусства, определяющие образ мыслей и действий представителей помогающих профессий, использующих разные формы психологической, психосоциальной помощи, образования и воспитания на основе факторов духовной культуры. Эти вопросы обсуждаются, с учетом стремительно протекающих процессов глобализации, кризисных явлений, затрагивающих представления о человеке в его неразрывной связи с жизненной средой – природой и культурой.

Во втором разделе сборника – «Современные тенденции развития арт-терапевтической науки и практики» – представлены некоторые ключевые арт-терапевтические инновации, связанные, в частности, с развитием цифровых и информационно-коммуникационных технологий, неблагоприятными изменениями жизненной среды, экологическими факторами. В третьем разделе – «Практическое применение арт-терапии с разными группами населения» – представлены методы и формы арт-терапевтической практики, реализуемые в

образовании, медицине и социальной сфере с детьми, молодежью, взрослым населением, включая лиц пожилого и преклонного возраста.

Четвертый раздел сборника – «Искусство как инструмент оздоровления и индивида и общества» – посвящен роли искусства и духовной культуры как универсальных факторов личностной адаптации, развития и психосоциальной поддержки на разных этапах жизненного цикла человека. В четвертом разделе сборника представлен отечественный и зарубежный опыт использования арт-терапии в период пандемии COVID-19.

Сборник адресован специалистам помогающих профессий – психологам, врачам-психотерапевтам, социальным работникам, коррекционным педагогам и др. – а также представителям «творческих профессий», руководителям образовательных, социальных и медицинских учреждений, слушателям системы повышения квалификации, студентам вузов, всем, кто интересуется вопросами использования духовной культуры, искусства и творчества в интересах сохранения здоровья, повышения качества жизни и реализации адаптационного потенциала личности, семьи и сообществ.

ЧЕЛОВЕК, ОСТАВШИЙСЯ В БУДУЩЕМ

Абрамов Б.Э., Сквиря И.М.

*Кафедра неврологии и нейрохирургии с курсами медицинской
реабилитации, психиатрии,
факультета повышения квалификации и переподготовки
УО «Гомельский государственный медицинский университет»,
Республика Беларусь, г. Гомель*

Аннотация. В статье рассмотрены: вклад Л.С. Выготского в мировую психологию; изданная через тридцать лет после его смерти книга «Психология искусства»; искусство как инструмент терапевтических изменений; период его жизни в г. Гомеле.

Ключевые слова: Л.С. Выготский, гений, психология, культура, искусство, арт-терапия, Гомель.

THE MAN LEFT IN THE FUTURE

Abramov B.E., Skvira I.M.

*Department of Neurology and Neurosurgery with Courses of Medical Rehabilitation,
Psychiatry, Faculty of Advanced Training and Retraining
Gomel State Medical University,
Republic of Belarus, Gomel*

Abstract. The article discusses: L.S. Vygotsky's contribution to world psychology; the book «Psychology of Art» published thirty years after his death; art as a tool for therapeutic changes; the period of his life in Gomel.

Keywords: Vygotsky, genius, psychology, culture, art, art therapy, Gomel.

17 ноября 2021 года исполнилось 125 лет со дня рождения «Моцарта психологии» Льва Семеновича Выготского. С уверенностью можно сказать, что без его идей психология не обрела бы своего современного вида. Для изучения психики человека он совершил невообразимое, как для своих предшественников и современников, так и для потомков. Он перекинул мост от

исследований на животных к изучению человека. Рассказал о возможностях сознания, о его сложных отношениях с подсознанием, превратил бессознательное из мистического царства З. Фрейда в строго научную и понятную систему. Научил слепоглухонемых детей быть людьми [2, с. 41–42].

Л.С. Выготский - создатель культурно-исторической теории происхождения психики, согласно которой высшие психические функции человека формируются прижизненно на основе присвоения отдельным человеком культурного опыта всего человечества. Организация высших психических функций не задана генетически, а возникает в процессе интериоризации определенных культурных средств, а мозг является лишь условием этой интериоризации, хотя и очень важным. Он указывал на сложную системную организацию и высокую пластичность мозгового обеспечения высших психических функций. Нейропластичность мозга - потрясающе актуальная, современная, отдельная тема. К глубокому сожалению, Л.С. Выготский не оставил законченной теории психического развития. Не успел. Он умер от туберкулеза 11 июля 1934 года. Но сделал первые, самые трудные шаги в новом направлении, оставив ряд интереснейших гипотез и, главное - историзм и системность в исследовании проблем психологии [1, с. 3–5].

Не все они опубликованы до сих пор. Книга «Психология искусства» стала итогом его работ 1915–1922 гг. Она готовилась к печати при жизни автора, однако выпущена была лишь в 1965 году и завоевала всеобщее признание. В своих исследованиях он обращается к классическим произведениям разных жанров: анализирует басни (от Эзопа до И.А. Крылова), рассказ И.Л. Бунина «Легкое дыхание», пьесу В. Шекспира «Трагедия о Гамлете, принце Датском», рассматривает «Искусство как познание», «как приём», «... как катарсис»; соотношения: «Искусство и психоанализ», «... и жизнь». Его интересует «Психологическая проблема искусства».

В разделе «К методологии вопроса» он пишет: «...искусство может сделаться предметом научного изучения только тогда, когда оно будет рассматриваться как одна из жизненных функций общества в неотрывной связи со всеми областями социальной жизни, в его конкретной исторической обусловленности [3, с. 12]; В главе IV «Искусство и психоанализ» цитирует Карла Маркса: «Человек отличается от барана лишь тем, что сознание заменяет ему инстинкт, или же, что инстинкт осознан» [3, с. 91]; и замечает: «искусство как бессознательное есть только проблема; искусство как социальное разрешение бессознательного - вот его наиболее вероятный ответ» [3, с. 96].

Раннее исследование Л.С. Выготского «Трагедия о Гамлете, принце датском В. Шекспира» сохранилась в его архиве в двух вариантах:

1) черновом, датированном 5 августа – 12 сентября 1915 года (с указанием места написания - Гомель), и

2) чистовом, с датой 14 февраля – 28 марта 2016 года (Москва) [3, с. 304].

А.Л. Аникст, литературовед, доктор искусствоведения, почетный доктор литературы Бирмингемского университета, председатель шекспировского комитета АН СССР написал как-то: «Последние 60 лет своей жизни я занимаюсь Шекспиром. Когда впервые взял в руки работу Выготского о Гамлете, то понял, что написавший её 19-летний юноша, - гений [1, с. 4].

В главе IX «Искусство как катарсис» автор тонко замечает: «чувство всегда сознательно» и продолжает: «... бессознательное чувство есть противоречие в самом определении» [3, с. 282].

В заключительной главе XI «Искусство и жизнь», подводя итоги, он пишет: «Все наше поведение есть не что иное, как процесс уравнивания организма со средой в критических точках нашего поведения...» И ещё - «... искусство как бы дополняет жизнь и расширяет её возможности» [3, с. 288]. Есть о чём подумать. Может быть, искусство всегда было и будет палатой

интенсивной терапии для покореженной жизненными невзгодами человеческой души.

Обыкновенный гений родился в г. Орша. Ему не исполнилось и года, когда семья переехала в Гомель, где поселилась в доходном доме на углу теперешних улиц Советской и им. Жарковского. Сейчас в этом здании располагается областная филармония. В вестибюле висит памятная доска Л.С. Выготскому, подаренная Российским центром науки и культуры. Выготские жили здесь до 1925 года. Глава семьи окончил Харьковский коммерческий институт, владел несколькими иностранными языками, занимался банковской деятельностью. Мать была учительницей, владела немецким и французским языками. Детей было восемь: три сына и пять дочерей. Интеллектуальная атмосфера, интерес к языкам, истории, театру, живописи и особенно к литературе сформировал круг жизненных устремлений Льва Семеновича Выготского. Программу пяти классов гимназии под руководством матери он освоил дома. Сдав экстерном экзамены, в 1911 году был зачислен в шестой класс частной мужской гимназии Ратнера, закончив которую с отличием, поступил на медицинский факультет Московского университета, но через месяц перевёлся на юридический. Интерес к философии и литературе чуть позже приводят его в Народный университет им. Шанявского, где он поступил на академическое отделение историко-философского факультета. Тогда же Лев Семенович приходит в психологию.

В декабре 1917 года, завершив учебу, он возвращается в Гомель. Работает в отделе культуры горисполкома, преподает в профтехшколе печатников, вечерних курсах Губполитпросвета и курсах культработников деревни, в народной консерватории. С 1922 года стал преподавать психологию в педтехникуме, располагавшемся по ул. Почтовой (ныне им. Победы). Здание было разрушено во время Великой Отечественной войны. Гомельский государственный педагогический колледж им. Л.С. Выготского ныне находится

на ул. Пролетарской, № 69. На углу здания размещена мемориальная доска, а в одном из помещений открыт скромный музей. В мае 1923 года по предложению Л.С. Выготского впервые в Белоруссии был организован кабинет-лаборатория экспериментальной психологии. Именно здесь набирался, собирался, обрабатывался, а затем обобщался материал, который использовался при написании наиболее значимых его книг. В 1924 году он стал делегатом на II Всероссийский съезд психоневрологов в г. Ленинграде. Его доклады произвели такое впечатление, что его пригласили на работу в Москву в институт психологии, даже старшие по возрасту, называли потом его своим учителем [1, с. 7].

Память о нашем гениальном земляке увековечена: во дворце Румянцевых и Паскевичей в зале Торжественных приемов, где проводятся государственные мероприятия высшего уровня, представлена портретная галерея знатных людей Гомельщины, среди которых есть и изображение в полный рост Льва Семеновича Выготского. А в Гомельском государственном университете им. Ф. Скорины и государственном педагогическом колледже им. Л.С. Выготского регулярно проводятся научно-практические конференции, чтения, посвященные его памяти.

Литература / References

1. Абрамов, Б.Э. Обыкновенный гений / Б.Э. Абрамов, И.М. Сквиря // Актуальные проблемы медицины: сб. тр. науч.-практ. конф. с межд. участием, посвященной 25-летию основания УО «ГомГМУ» 5–6 ноября 2015 года: ред кол. А.Н. Лызиков [и др.]. - Гомель: УО «ГомГМУ», 2015. - С. 3–7.

2. Абрамов, Б.Э. Образование и педагогическая наука Гомельщины: краткий очерк / Б.Э. Абрамов // В сб. тр., посвященных 80-летию со дня образования Гомельской области и году малой родины; составитель В.А. Бейзеров [и др.]; общ. ред. и перевод на англ. В.А. Бейзерова; Гомельский

государственный университет им. Ф. Скорины. - Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2019. - С. 41–42.

3. Выготский, Л.С. Психология искусства / Л.С. Выготский. - СПб : Питер, 2017. - 320 с.

МЕТОД СКАЗКОТЕРАПИИ ПРИ ОБЩЕМ НЕДОРАЗВИТИИ РЕЧИ У ДЕТЕЙ

Агеев И.И., Чернышова К.С.

*Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии,
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Научный руководитель – к.и.н., доцент Г.В. Акименко

Аннотация. В статье изучены методы коррекции задержки речевого развития с помощью сказки. Исследованы возможности сказкотерапии при работе с детьми с различными речевыми нарушениями, рассмотрены педагогические принципы и приемы обучения детей с использованием сказки, доказана ее эффективность при работе с детьми, имеющими задержку речевого развития. На основе анализа теоретических источников представлен пример проведения коррекционно-логопедического занятия с детьми на основе использования сказки.

Ключевые слова: сказкотерапия, ребенок, речевая система, недоразвитие речи.

FAIRY TALE THERAPY METHOD FOR GENERAL SPEECH DISORDER IN CHILDREN

Ageev I.I., Chernyshova K.S.

*Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology
Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo
Supervisor: PhD, Associate Professor G.V. Akimenko*

Abstract. The article studies methods for correcting delayed speech development with the help of a fairy tale. Possibilities of fairy tale therapy when

working with children with various speech disorders are investigated, pedagogical principles and methods of teaching children using a fairy tale are considered, its effectiveness is proved when working with children with speech retardation. Based on the analysis of theoretical sources, an example of a correctional speech therapy lesson with children based on the use of a fairy tale is presented.

Keywords: fairy tale therapy, child, speech system, speech underdevelopment.

Актуальность проблемы общего недоразвития речи (ОНР) у дошкольников растет с каждым годом. У детей с такой проблемой наблюдается более позднее развитие речи, ее дефекты, небогатый запас слов и речевых оборотов. Такой метод, как сказкотерапия, широко используется воспитателями, психологами, дефектологами.

Цель исследования – изучение практического применения метода сказкотерапии в психологии и психотерапии для детей с общим нарушением речи.

Материалы и методы исследования: литературный обзор отечественных и зарубежных научных публикаций, анализ современных данных по общему нарушению речи сказкотерапия, как о метод коррекции практике психологов и дефектологов.

Результаты и их обсуждение. В структуре речи имеются следующие компоненты: фонетика, морфология, грамматика, связная речь, синтаксис и пунктуация. Одной из главных задач развития речи ребенка в детском саду является формирование связности речи, умения полно, последовательно рассказывать о каком-то событии, происшествии, описывать предмет. По сравнению со сверстниками с нормальным речевым развитием у детей с ОНР наблюдаются отклонения в развитии каждого компонента речевой системы, в том числе и связной речи.

А. М. Бородич определяет связную речь как смысловое развернутое высказывание, обеспечивающее общение и взаимопонимание людей, как особую, сложную форму коммуникативной деятельности [2].

Важно подчеркнуть, что основой развития связной речи считается диалогическая речь. Через диалог дети усваивают синтаксис родного языка, состав слов, словарь, фонетику. Также через диалогическую речь формируется второй вид связной речи - монолог, при котором дошкольники могут свободно выражать свои мысли.

«Чтобы дети могли понимать монологическую речь и тем более овладеть ею для передачи своих сообщений, надо, чтобы они овладели соответствующими синтаксическими конструкциями» - отмечает Л.С. Выготский [1].

ОНР проявляется как в диалогах, так и в монологах. Это подтверждают сложности программирования содержания и языкового оформления развернутых высказываний. Кроме того, В.П. Глухов, Ю.Ф. Гаркуша и О.Н. Усанова указывают, что для дошкольников с ОНР характерны:

1. Неустойчивое внимание;
2. Инертность, недостаточная подвижность;
3. Снижение продуктивности запоминания;
4. Быстрая утомляемость и высокая раздражимость;
5. Затруднения в пространственной ориентировке [3].

Наличие речевой патологии у ребенка часто вызывает у взрослых и сверстников неадекватное отношение к нему, что приводит к сильным эмоциональным переживаниям дошкольника, формированию особого отношения к себе и трудностям коммуникации [4].

Внедрение метода сказкотерапии в образовательный процесс позволит гармонизировать психоэмоциональное развитие детей с ОНР.

Сказкотерапия – метод, использующий форму сказки как инструмент в развитии творческих способностей, расширении сознания, интеграции личности [5].

Сказкотерапия - это самый древний метод психологии, концепция сказкотерапии основана на идее ценности метафоры как носителя информации: о жизненно важных явлениях, о жизненных ценностях, о внутреннем мире автора. Иносказательная форма информирования побуждает читателя или слушателя к собственным размышлениям, формирует ряд вопросов, поиск ответа на которые стимулирует развитие личности. Вообще сказка-это лекарство для души, хотя сказкотерапия отличается от сказки, но первые знания о законах и явлениях жизни человек получает из сказок, притч, легенд. Также, хочу отметить, что сказкотерапия подходит исключительно всем, так как достаточно мягкое влияние сказки помогает скорректировать поведение, пересмотреть жизненные установки и т.д.

Основные приемы сказкотерапии в коррекции ОНР:

1. Анализ, решение задач;
2. Рассказывание сказок, одиночное или в группе;
3. Сочинение;
4. Театральная постановка, с использованием костюмов, с помощью кукол.

Сказка эта моделирует архетипическую ситуацию катастрофы, которую переживает в своей жизни каждый ребенок (она может соответствовать реально переживаемым событиям: ситуации развода родителей, сепарации, одиночества, госпитализации и т. п.), причем ребенок, как правило, идентифицирует себя с персонажем - птенцом, дерево представляет собой модель дома, семьи, птицы - естественно, родителей героя. При работе со сказкой важно выделять следующую структуру: оптимистичный или пессимистичный финал, качество приключений и переживаний, героя,

разрешившего трудную ситуацию, а также роль родителей или значимых других в спасении героя и общее благополучие семейной обстановки.

Заключение. Анализ метода сказкотерапии на основе современных научных публикаций позволяет констатировать тот факт, что сказка для детей с общим недоразвитием речи - это не только игра, но и важный инструмент коррекции данного нарушения. Благодаря сказкотерапии, помимо развития монологической и диалогической речи, можно также добиться коммуникативной направленности каждого слова в высказываниях ребенка и приобщения детей к русской культуре, фольклору. Используя в коррекции сказку, можно научить ребенка красиво и правильно говорить. Сказка вызывает интерес у детей, развивает психические процессы. Она не только увеличивает интерес и мотивацию к обучению, но и побуждает ребенка анализировать, рассуждать, делать заключение.

Литература / References

1. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Психол. очерк: книга для учителя / Л.С. Выготский. М.,: «Просвещение», 1991. 124 с.
2. Ермолаева, М.В. Психология развивающей и коррекционной работы с дошкольниками. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2002. - 176 с.
3. Маслоу, А. Новые рубежи развития человека / А. Маслоу // Хрестоматия по гуманистической психотерапии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 1995. - С. 153-164.
4. Психолог в детском дошкольном учреждении: Методические рекомендации к практической деятельности. / Под ред. Т.В.Лаврентьевой. М.: Новая школа, 1996. - 144 с. ф 155. Рогов, Е.И. Эмоции и воля. М., Владос, 2001.- 212 с.

5. Соколов, Д. В. Сказки и сказкотерапия / Д. В. Соколов. М., 1996,-
128 с.

**АРТ-ПСИХОТЕРАПИЯ: КАК МУЗЕИ ПОМОГАЮТ ЛЮДЯМ
УЛУЧШАТЬ МЕНТАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ**

Акименко Г.В., Селедцов А.М., Кирина Ю.Ю.

*Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация. Предметом статьи является музейная арт-терапия как форма психологической работы с использованием возможностей изобразительного искусства и музейной среды. В этой статье исследуются способы применения арт-терапии в музейной сфере и то, как с помощью арт-терапевтов музейные пространства могут стать терапевтическими удерживающими средами, которые помогают людям справляться с физическими, эмоциональными и психическими проблемами и осмыслять жизненные ситуации. Отмечена возможность развития музейной арт-терапии как формы психосоциальной работы в рамках социальной арт-терапии.

Ключевые слова: арт-терапия, музейная арт-терапия, социальная арт-терапия, музейная среда.

**ART PSYCHOTHERAPY: HOW MUSEUMS ARE HELPING
PEOPLE EXPLORE THEIR MENTAL HEALTH**

Akimenko G.V., Seledtsov A.M., Kirina Yu.Yu.

*Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology
Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo*

Abstract. The subject of the article is museum art therapy as a form of psychological work using the possibilities of fine arts and the museum environment. This article explores how art therapy can be applied in the museum field and how,

with the help of art therapists, museum spaces can become therapeutic holding environments that help people cope with physical, emotional and mental challenges and make sense of life situations. The possibility of developing museum art therapy as a form of psychosocial work within the framework of social art therapy is noted.

Keywords: art therapy, museum art therapy, social art therapy, museum environment.

Проблемы с психическим здоровьем затронут каждого четвертого человека во всем мире в какой-то момент их жизни. Люди во всем мире живут с такими состояниями, как депрессия и тревога. Вокруг темы проблем психического здоровья может быть много стигмы и негативных стереотипов. Это широкий термин, который может охватывать множество различных условий. Например, биполярное расстройство, тревожные и панические атаки, шизофрения, ПТСР, ОКР и многое другое. Люди, которые живут с проблемами психического здоровья, могут столкнуться с дискриминацией. Они также могут найти некоторые аспекты жизни более сложными.

Существует все больше научных доказательств того, что искусство улучшает функцию мозга. Оно оказывает влияние на мозговые волны и эмоции, нервную систему и может фактически повысить уровень серотонина. Искусство может изменить мировоззрение человека и то, как он воспринимает мир.

Десятилетия исследований предоставили более чем достаточный объем данных, чтобы доказать, что художественное образование влияет на все, от общих академических достижений до социального и эмоционального развития и многого другого. Исследования доказали, что искусство развивает нейронные системы, которые производят широкий спектр преимуществ, начиная от мелкой моторики до творчества и улучшения эмоционального равновесия. Проще говоря, искусство бесценно для нашего правильного функционирования как индивидуально, так и в обществе.

Искусство также помогает людям общаться со своими эмоциями и справляться с ними. Искусство может помочь человеку достичь в значительной степени бессознательных частей ума и испытать измерения себя, иначе похороненные и безгласные. Оно также может помочь человеку справиться с эмоциями, которые, позаимствовав слово у Т.С. Элиота, «недисциплинированы» и, следовательно, невнятные. Через искусство люди могут найти голоса, чтобы выразить измерения себя, обычно оставленные в тишине. И через искусство люди могут формировать свою собственную идентичность. Искусство-это не просто самовыражение; это также самотворчество, самовыражение.

Искусство – это и один из источников трансцендентного опыта, не единственный, но очень важный. Артур Данто -- философ и художественный критик-относится к трансцендентной способности искусства как к «преображению обыденности» [3]. Этим он имеет в виду, что искусство каким-то образом проникается значениями, которые выходят далеко за пределы поверхности художественного продукта. Его пример-коробка Брилло Уорхола или банки супа Кэмпбелла, которые каким-то образом передают значение, выходящее за рамки их визуальной поверхности. Некоторые из нас, конечно, не захвачены поп-артом; но каждый, кто ценит какое-то искусство, испытывает через него что-то мощное, значительное и возвышающее.

Вклад, который искусство может внести в психологическое благополучие через наслаждение, погружение, развитие навыков, раскрытие и выражение эмоций, формирование личности, связи с людьми и культурой, а также потенциал для трансцендентного опыта, применим как к людям без психических расстройств, так и к людям с психическими расстройствами. Для них искусство может оказать большое целебное воздействие.

Самые большие различия между классической арт-терапией и групповой арт-психотерапией в музее заключаются в том, что в игру вступают

произведения искусства, выставленные в музее, и что терапевтические сеансы проходят в нетрадиционной обстановке. В целом, арт-терапевты используют изобразительное искусство, чтобы психотерапевтически помочь своим клиентам справиться с различными проблемами. На сеансе классической арт-терапии пациент ведет дискуссию с терапевтом, затем пациент создает произведение искусства (или нет), после чего оба обсуждают это создание и процесс. В то время как здесь, в EMST, на сеансах терапии, которые я провожу вместе со своим коллегой, мы уже выбрали произведения искусства, которые, с нашей точки зрения, по нашему мнению, резонировали бы и выявляли проблемы, которые можно было бы решить. Например, материнство, гендер, сексуальность, проблемы изоляции, заброшенности, дистанцирования и др. Каждый раз мы фокусируемся на одном произведении искусства. В других случаях мы можем оставить членов группы одних, чтобы они сами выбирали произведение искусства. Они находят произведения искусства, которые резонируют с ними, затем они делают заметки (мысли и чувства, слова, которые приходят им в голову), а затем возвращаются в художественную мастерскую, чтобы создать свои собственные работы. Итак, мы обсуждаем их произведения, их творения и то, что резонировало с ними из опыта в галереях – это то, что мы исследуем на психотерапевтических сессиях.

На протяжении всей истории музеи превращались из показов коллекций в образовательные и социальные институты. В последние годы музеи ввели различные мероприятия, такие как интерактивные экскурсии, театральные постановки, ночные вечеринки, уроки йоги или семинары, чтобы оставаться на связи с постоянно меняющимся обществом. В этом контексте музеи расширяют свою практику до более привлекательных общественных программ, которые изображают социальные проблемы и оказывают влияние.

Музеи предоставляют коллективные образы и предлагают возможности узнать об артефактах и их исторических и культурных значениях. Они

отображают информацию о человеческом опыте, и посетители могут просматривать произведения искусства, которые могут избавить их от чувства изоляции, могут донести до людей, что их негативный опыт также был пережит другими, могут повысить самооценку, уверенность и креативность людей и способствовать интеллектуальной стимуляции.

Различные музеи по всему миру внедрили арт-терапию в свои программы, включая, но, не ограничиваясь этим, Далвичскую картинную галерею, Лондон, Национальную галерею Австралии, Лайтбокс, Уокинг, Балтийский центр современного искусства, Гейтсхед, галерею Бена Ури, Лондон, галерею Орлеанского дома, Твикенхэм, Ориэл Инис Мон, Уэльс, Художественный музей Мемфис Брукс, Теннесси, США, городские музеи Глостера, Музей Холбруна, Бат, Музей в парке и многое другое. Страуд, Мемориальный музей Холокоста Соединенных Штатов, Вашингтон, округ Колумбия и др.

Идея получения психотерапии в музее может показаться необычной. Тем не менее, арт-психотерапевты все чаще обращаются к богатым ресурсам музеев и галерей, чтобы помочь им в их клинической работе. Арт-терапия, или арт-психотерапия, видит людей, выражающих свои чувства и переживания через искусство, а также (или вместо) через слова. Она может быть использована для помощи людям всех возрастов, живущим с широким спектром эмоциональных или физических состояний.

Арт-терапия, или арт-психотерапия, заключается в том, что люди выражают свои чувства и переживания через искусство, а также (или вместо) через слова. Она может использоваться для помощи людям всех возрастов, которые живут с широким спектром эмоциональных или физических особенностей.

Важную роль играет обстановка. В музее посетители могут выбрать на чем сосредоточить свое внимание. Они могут установить социальные контакты

или они могут учиться. То, как посетитель использует пространство (как он/она перемещается, выбирает объекты для просмотра, взаимодействует), может обеспечить метафоры, связанные с границами, отношениями к переходам (Salom, 2008) и постоянством. Предоставление использования музея и его коллекции терапевтическим процессам позволяет людям погружаться в искусство и из зрителей становиться самими творцами.

Арт-психотерапевты Национальной службы здравоохранения обычно работают в специальных терапевтических кабинетах в больницах или амбулаторных центрах, но для нашего недавнего исследования мы хотели выяснить, как проведение арт-психотерапии в музее может быть полезным для группы людей со сложными проблемами психического здоровья.

Арт-терапия, союз искусства и психотерапии, представляет собой эмпирический процесс, который использует художественные МЕДИА в качестве основного способа коммуникации и основан на вере в то, что творческий процесс, связанный с созданием искусства, является исцеляющим. Арт-терапия может помочь людям (взрослым и детям, индивидуально, в парах или в группах) выразить себя, исследовать и понять чувства, мысли или проблемы, которые их волнуют, чтобы управлять или разрешать свои трудности. Используя концепции сострадания, солидарности и сопереживания, она помогает людям достичь изменений и роста через прекрасное путешествие самопознания, а произведения искусства играют важную роль в этом путешествии осознания.

Исследования показали, что люди «видят себя» в музейных предметах и что размышления о наших реакциях на предметы могут рассказать кое-что о нас самих. Например, предмет может вызывать сильные эмоции или символизировать какой-нибудь аспект нашего текущего или прошлого опыта.

Произведения, созданные на сеансе арт-терапии (через живопись, коллаж, фотографию, скульптуру, песок и т. д.), становятся мостами между вербальным

и невербальным, сознательным и бессознательным, внутренним миром и внешней реальностью.

В музейном пространстве арт-терапевты могут предоставить участникам новый творческий опыт и взаимодействовать с ними по-новому. Участники, с другой стороны, могут найти вдохновение и разные способы создавать и рассказывать свои собственные истории. Арт-терапевты обладают атрибутами и возможностями, позволяющими участникам иметь очень сильные переживания через искусство и предоставлять им соответствующую структуру и терапевтическую поддержку.

Таким образом, создаются первичные отношения между произведением искусства и его создателем. Однако фундаментальная сила арт-терапии заключается в трехстороннем процессе между человеком, ищущим терапию, терапевтом и художественным произведением человека. Созданная работа не обязательно должна быть эстетически приятной, и участнику не нужно иметь предыдущий опыт или навыки в искусстве. Но в отличие от произносимых слов, произведение искусства - это то, что остается и к чему человек может вернуться в какой-то другой момент своей жизни и пересмотреть его. Магия арт-терапии заключается в том, что человек, ищущий терапию, может делать открытия на основе своей работы.

На основании результатов исследований в сфере творческого аспекта в системе медицинского обслуживания и арт-терапии мы предсказали, что музейная обстановка может помочь вдохновить на креативность большинство членов группы. Существуют также свидетельства того, что неклиническое пространство может помочь людям чувствовать себя более связанными между собой и с местными жителями и менее «отделенными» из-за проблем с психическим здоровьем.

Работая в Доверительном фонде НСЗ «gether», мы проводили свою программу для семи взрослых в возрасте 18–25 лет в двух музеях в Глостере на

протяжении 18 недель. Каждый сеанс длился 90 минут, начинался и заканчивался в частной учебной комнате в музеях.

Члены группы изучали музейные экспозиции, а затем создавали несколько произведений искусства с использованием различных материалов.

Вначале мы предложили некоторые задачи (например, поиск трех предметов, представляющих их прошлое, настоящее и будущее), но попросту говоря несколько недель они все чаще находили предметы, с которыми они связаны. В конце каждой сессии в рамках группы предоставлялось время для словесных размышлений.

Обращаясь к членам группы после последней сессии и наблюдая за сессиями по мере их проведения, мы обнаружили, насколько эффективным может быть использование музейных предметов, особенно для процесса самопознания. Сьюзи (все имена были изменены) увидела свое желание «стереть прошлое и начать заново», отраженное на Викторианской дощечке для письма, и нарисовала современное устройство для создания изображений и последующего их стирания. Она также черпала вдохновение из модели поперечного сечения Земли, изображая из себя человека, состоящего из трех слоев, обозначив ее «что я показываю другим», «что видят близкие мне люди» и «то, что я чувствую о себе, вряд ли кто-нибудь знает».

Искусство обеспечивает мощное и эффективное средство самовыражения для людей всех возрастов и способностей. Каждый может воспользоваться потенциалом, который творческий процесс открывает для его здоровья и благополучия. Любой человек, от групп или сообществ до отдельных лиц и семей, может использовать искусство в качестве терапии.

Участники могут иметь эмоциональные, поведенческие или психические проблемы, проблемы с обучением или физическими недостатками, ограничивающими жизнь условиями, неврологическими состояниями или

физическими заболеваниями, или они могут просто захотеть исследовать себя более глубоко.

Преимущества арт-терапии могут быть довольно широкими. Она может принести психологическую пользу; она может помочь людям с их социальными навыками; она может улучшить психическое, эмоциональное и даже физическое состояние (например, уменьшить боль или стресс). Арт-терапия не только может обеспечить доступ к общению, решению проблем и воображению, но и может соединить сознание и бессознательное в психике человека. Арт-терапия является современной эффективной методикой в музейнопедагогической практике. Это направление становится все более популярным и востребованным в музейных сообществах.

Заключение. Целостный подход в решении социальных и психологических проблем требует расширения профессиональных связей между специалистами помогающих профессий, развития методологической базы и технологических составляющих. Реализация задач музейной арттерапии требует дополнительных компетенций в сфере арт-терапии у специалистов психологов, педагогов, социальных работников, специалистов, занимающихся социальной реабилитацией. Как инновационная форма работы музейная арт-терапия имеет широкие перспективы развития в рамках современных тенденций для работы с различными категориями населения – с пожилыми, мигрантами, лицами, попавшими в трудную жизненную ситуацию и маргинальными группами.

Литература/ References

1. Нормативный документ по регулированию профессиональной психотерапевтической и психологической деятельности в сфере арт-терапии (арт-психотерапии). Стандарт профессиональной психотерапевтической (психологической) помощи в сфере арт-терапии (арт-психотерапии) / Под общ. ред. Копытина А.И. - СПб.- М., 2018. – 100 с.

2. Арт-терапия в эпоху постмодерна / Под ред. А. И. Копытина. – СПб.: Издательство «Речь», 2002. – 224 с.
3. Копытин А.И. Современная клиническая арт-терапия: учебное пособие. - М.: Когито-Центр, 2015. – 526 с. (Современное психологическое образование).
4. Сыченкова Л.А. Риски арт-терапии для инвалидов и музеев: опыт осмысления российской теории и практики // Вопросы музеологии. Издательство: Санкт-Петербургский государственный университет. – 2017. – № 1(15). – С. 17-31.
5. Колесин А.Н., Фёдоров А.В. Арт-терапевтическая программа «Музеум» в психореабилитации пациентов центра восстановительного лечения: случай из практики // Психолого-социальная работа в современном обществе: проблемы и решения: материалы международных научно-практических конференций / Под общей редакцией Ю.П. Платонова. – СПб.: Изд-во СПбГАОУВО «Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы», 2016. – С. 133-136.
7. Селедцов, А.М. Проблемы психического здоровья в условиях пандемии / Г.В. Акименко, А.М. Селедцов, Ю.Ю. Кирина. [Электронный ресурс] // Актуальные вопросы психиатрии, наркологии и клинической психологии: сборник материалов Международной научно-практической конференции, посвященной 115 - летию со дня рождения австрийского психиатра и психолога В.Э. Франкла (Кемерово, 18 сентября 2020 г.) / отв. ред. А.М. Селедцов, А.А. Лопатин, Г.В. Акименко, Ю.Ю. Кирина. – Кемерово: КемГМУ, 2020. – 370 с.
8. Копытин А. И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: «Питер», 2002. 368 с
9. Салом, А. (2008). Терапевтический потенциал посещения музея. Международный журнал трансперсональных исследований, 27(1), 97-103.
10. Шишкина, О.С. Арт-терапевтические реабилитационные программы Русского музея // Теоретическо-методическая основа: сборник статей II

Международной научной конференции «Инновационные технологии реабилитации: наука и практика.– 2019. – Издательство: ООО «ЦИАЦАН». – С. 100-106.

МУЗЫКА КАК КОМПОНЕНТ ГАРМОНИЧНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Алешина И.В.¹, Алешин Г.А.²

¹ *Федеральное государственное бюджетное учреждение науки
«ФИЦ питания и биотехнологии», Россия, г. Москва*

² *Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Московский педагогический государственный
университет», Россия, г. Москва*

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы формирования всесторонне развитой личности средствами музыкального искусства. Развитие ребенка, становление его как личности - большая проблема для дошкольного образования. Одним из путей реализации этой цели является привлечение детей в процесс музыкального воспитания, которое оказывает большое влияние на развитие ребенка благодаря интеграции составляющих воспитания. Рассмотрено влияние музыки на работу полушарий головного мозга, на логико-математическое и речевое развитие, ее значение для рисования и письма. Проанализированы работы ученых и выдающихся педагогов. Определены концепции музыкального воспитания в мировой педагогике.

Ключевые слова: музыка, музыкальное искусство, музыкальное воспитание, всесторонне развитая личность, эмоциональное воздействие, развитие детей, музыкальные упражнения и игры, дошкольный возраст.

MUSIC AS A COMPONENT OF HARMONIOUS CHILD DEVELOPMENT

Aleshina I.V.¹, Aleshin G.A.²

¹*Federal Research Center for Nutrition and Biotechnology,
Russia, Moscow*

²*Moscow Pedagogical State University, Russia, Moscow*

Abstract. The article deals with the problems of forming a comprehensively developed personality by means of musical art. The development of the child, his formation as a person is a big problem for preschool education. One of the ways to achieve this goal is to involve children in the process of musical education, which has a great impact on the development of the child due to the integration of the components of education. The influence of music on the work of the cerebral hemispheres, on logical-mathematical and speech development, its significance for drawing and writing is considered. The works of scientists and outstanding teachers are analyzed. The concepts of musical education in world pedagogy are defined.

Keywords: music, musical art, musical education, comprehensively developed personality, emotional impact, child development, musical exercises and games, preschool age.

Введение. Музыка - это вид искусства, который возник в глубокой древности. С ее помощью можно передать эмоции, смену настроения, мысли и чувства. Музыка – это не просто «усллада слуха», но и душа, и сердце человека. Мелодия также является компонентом воображения, фантазии, который действует на эмоциональном и физиологическом уровнях и влияет на развитие детей. «Музыкальные звуки создают энергетические поля, которые заставляют вибрировать каждую клетку нашего организма. Таким образом, мы испытываем на себе определённого рода клеточный массаж. Мы поглощаем «музыкальную энергию», т.е. прослушивание музыкальных произведений оказывает исцеляющее действие на организм. [1].

Музыкальное сопровождение во время приема пищи, влияет на отношение и ее сенсорное (органолептическое) восприятие, что актуально в связи с распространением нарушения питания среди детского населения РФ в сторону деструктивных форм, таких как, частые перекусы, предпочтение продуктов питания, содержащих большое количество простых углеводов и жиров животного происхождения, и недостаточное потребление незаменимых микронутриентов. Важным фактором оказывающим влияния при приеме пищи является громкость музыки, т.к. громкие звуки повышают уровень стресса, что приводит к перееданию из-за потери самоконтроля, и большему употреблению жирной и сладкой пищи, которая дает успокаивающий эффект («эффект заедание стресса»).

Иваном Михайловичем Догелем в XIX веке было установлено, что музыка воздействует на организм человека, изменяя кровяное давление, частоту сердечной сокращений, ритм и глубину дыхания. В.М. Бехтерев полагал, что музыкальный ритм помогает работе нервной системы детей, снимает повышенную раздражительность, помогает в развитии творческих способностей. Изучая эффекты музыки на организм человека, во многих странах мира в медицинских институтах стали готовить врачей - музыкотерапевтов. С 2003 году Минздравом РФ музыкотерапия признана официальным методом лечения [2, 8].

Данные о привлечении музыки в качестве лечебного средства встречается еще в Ветхом завете, - игрой на арфе царь Давид вылечил Царя Саула. В Древней Греции, Пифагор Самосский философ и математик, писал, что: «Музыка способствует здоровью души и тела». Платон, философ Древней Греции, указывал, что музыка - средство воспитания личности. «Лечение музыкой» как средство лечения ран упоминается в работах древнегреческого поэта Гомера. Ибн Сина (Авиценна), персидский врач, философ, в своих трудах описывал взаимосвязь между пульсом и ритмом мелодий. Мыслитель и

философ Китая Конфуций говорил, что для воспитания внутренней гармонии необходима музыка. В Древнем Китае врачи были убеждены, что с помощью слушания музыки и пения можно влиять на настроение человека, а также лечить [3].

Воспринимать и реагировать на звуки дети начинают во внутриутробном периоде, их проводником являются околоплодные воды. На этом основании в последнее десятилетие стало весьма распространенным пренатальное музыкальное воспитание детей, т.е. до рождения. Беременные женщины прикладывают наушники к своим животам для прослушивания музыки. В дальнейшем, музыкальное воспитание необходимо начинать с самого раннего возраста путем слушания музыки разных стилей и направлений. «Влияние музыки на детей благодатно, и чем ранее начнут они испытывать его на себе, тем лучше для них. Они не переведут на свой детский язык ее невыговариваемых глаголов, но запечатлеют их в сердце, - не перетолкуют их по-своему, не будут о ней резонерствовать; но она наполнит гармонией их юные души...» [4].

Музыкотерапию можно рассматривать как доступный и безопасный метод профилактики и лечения различных патологических состояний. В музыкотерапии различают три основные формы: пассивную, активную, интегративную. Пассивная или рецептивная музыкотерапия - прослушивание музыкальных произведений. Активная музыкотерапия предполагает участие в процессе, т.е. игра на музыкальных инструментах, пение. Интегративная музыкотерапия - привлечение других видов искусства, например, рисование под музыку, пантомима и др.

Положительное влияние на умственную деятельность, на поведение детей оказывает классическая музыка, и введение ее в учебный процесс способствует гармоничному развитию личности дошкольников [5]. Ярким примером воздействия классической музыки на организм, особенно детский,

могут служить музыкальные произведения В. Моцарта. «Эффект Моцарта» - феномен в области воздействия музыки на детей, способствующий развитию умственных способностей, а также обладающий расслабляющим, успокаивающим эффектом. Звуки музыки В.Моцарта укрепляют мышцы среднего уха, улучшают слух и память, рекомендуются для снятия головной боли, и во время восстановительного периода, например, после контрольных работ, зачетов, экзаменов и т.д. [6, 7].

Произведения И.С. Баха помогут снять напряжение, музыка Л.В. Бетховена, в частности, «Лунная соната» и произведения К. Дебюсси помогут успокоиться и справиться с раздражительностью, произведения А. Вивальди «Времена года» оказывают релаксирующий эффект, музыкальные произведения Шарля Камиля Сен-Санса «Карнавал животных» способствует развитию воображение ребенка.

В работах музыковеда М. Долгушиной изучается вопрос инструментального воздействия музыки на физиологические процессы. В настоящий момент эти исследования являются актуальными, человек живет в мире звуков, разных по характеру и силе, которые могут выступать непосредственными триггерами возникновения заболеваний, таких как, депрессия, тревожные расстройства. Важно отметить, что для снятия раздражительности выбирают скрипичные или фортепианные произведения, для нормализации работы сердечно - сосудистой системы подходят звуки кларнета. Полезно не только слушать, но и играть на музыкальном инструменте.

Воздействие музыки напрямую связано с инструментом, на котором она исполняется. При игре на духовых инструментах (кларнет, саксофон и др.) в организм поступает большое количество кислорода, улучшается кровообращение, что благотворно влияет на состояния миндаины и лимфатические узлы, значительно повышает местный иммунитет, ведет к

оптимизации деятельности головного мозга, улучшается память, способствует гармоничному развитию мышц грудной клетки, правильному дыханию и значительно снижает заболеваемость простудными болезнями у детей [2, 8].

Заключение. Все вышеизложенное подтверждает тот факт, что слушание музыки, игра на музыкальных инструментах является важным компонентом гармоничного роста и развития детей, и оказывает профилактический и лечебный эффекты.

Литература / References

1. Лукьянова, Н.В. Музыка и дети. [Электронный ресурс]. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzyka-i-deti> (дата обращения 12.02.2022).
2. Музыка в Древние времена и при Древних Людях. [Электронный ресурс]. URL: www.music-inancient_time.ru/ (дата обращения 10.09.2021).]
3. Метлов, Н.А. Музыка детям. М., 1985. 147 с.
4. Волкова, Т.И. Психология, 2002. ЭКСМО. Москва. С. 345-380.
5. Саранин, В. П. Музыка как смыслообразующая константа жизнедеятельности человека: автореферат дис. кандидата философских наук : 24.00.01. Тамбов, 2003. 21 с.
6. Догель, И. М. Влияние музыки на человека и животных: публичная лекция заслуженного профессора Императорского Казанского университета, И. М. Догеля. Казань: Типо-литография Императорского университета, 1898.

ВОЗМОЖНОСТИ АРТ-ТЕРАПИИ КАК ИНСТРУМЕНТА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ФЕЛЬДШЕРОВ СКОРОЙ ПОМОЩИ

Алиева В.О.

*Кафедра акмеологии и психологии развития Института образования
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет»,
Минобрнауки России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация: В данной статье рассмотрено влияние арт-терапии на развитие эмоционального интеллекта. Затронуты психологические аспекты работы фельдшеров скорой помощи. Также определено, что арт-терапия может быть использована для профилактики и коррекции негативных психологических состояний человека.

Ключевые слова: эмоциональная работа, управление эмоциями, эмоциональный интеллект, арт-терапия, парамедик.

**THE POSSIBILITIES OF ART THERAPY AS A TOOL FOR
DEVELOPING THE EMOTIONAL INTELLIGENCE OF AMBULANCE
PARAMEDICS**

Alieva V.O.

Department of Acmeology and Developmental Psychology

Institute of Education

Kemerovo State University, Russia, Kemerovo

Abstract. This article examines the impact of art therapy on the development of emotional intelligence. The psychological aspects of the work of ambulance paramedics are considered. It is also determined that art therapy can be used for the prevention and correction of negative psychological states of a person.

Keywords: emotional work, emotion management, emotional intelligence, art therapy, paramedic.

Введение. В последнее время концепция эмоционального интеллекта (ЭИ) сформировалась как потенциально новая конструкция для объяснения поведенческих реакций. Ведущие организации используют обучение эмоциональному интеллекту своих сотрудников для содействия более продуктивному осознанию ими эмоций и формирования уникальных навыков владения своими реакциями на эмоции.

Для развития ЭИ используют различные средства, в числе которых можно выделить арт-терапию. В широком смысле арт-терапия – это креативный, безопасный терапевтический процесс выражения человеком своих мыслей, чувств, воспоминаний, переживаний с помощью любой формы искусства.

На сегодняшний день многие профессии можно охарактеризовать с точки зрения психологического фона как стрессовые, однако те люди, которые работают с человеческими страданиями и спасением жизни, подвергаются более высокому риску. Так, фельдшерам скорой помощи, в силу особенностей своей работы, часто приходится пребывать в состоянии цейтнота и испытывать широкий спектр эмоционального напряжения, когда они сталкиваются с неотложными, а порой и шокирующими ситуациями.

Частое переживание таких ситуаций усиливает негативные эмоции, такие как раздражительность, расстройство, неудовлетворенность работой, агрессия и другие проблемы, связанные с эмоциональной устойчивостью [1, с. 200].

Актуальность исследования продиктована необходимостью развития ЭИ фельдшеров скорой помощи в целях эффективного и качественного выполнения ими своих профессиональных обязанностей, а также сохранения своего ментального здоровья и профилактики эмоционального истощения и выгорания.

Практическая значимость настоящей работы заключается в возможности применения арт-терапии в рамках работы над повышением ЭИ фельдшеров скорой помощи.

Объекты и методы исследования. Исследование носит теоретический характер. В качестве объекта выступает арт-терапия в качестве инструмента повышения ЭИ. При выборе методов исследования мы остановились на теоретических.

Результаты и их обсуждение. Арт-терапия имеет внушительные ожидаемые результаты, как то:

- улучшение ЭИ и качества обработки эмоций;
- повышение самооценки (процесс арт-терапии дает чувство самореализации);
- улучшение ментального здоровья;
- повышенная резистентность к психосоматическим заболеваниям;
- повышенная сосредоточенность;
- улучшение навыков общения;
- усовершенствованные навыки решения проблем;
- повышенная способность к самоуспокоению;
- облегчение стресса и тревоги;
- способность противостоять прошлым травмам и эмоциональным триггерам.

Самое большое преимущество арт-терапии заключается в том, что последняя дает здоровые, конструктивные выход и выражение всех чувств и страхов. Сложные эмоции, такие как печаль или гнев, иногда не могут быть выражены словами. Когда человек не можете выразить себя, но хочет эмоционального освобождения, искусство может помочь сделать это.

Кроме того, борьба с тревогой, депрессией или эмоциональной травмой может быть очень напряженной как умственно, так и физически. При этом создание результата творческой деятельности можно использовать для снятия стресса и расслабления ума и тела.

Эмоциональная сфера под воздействием арт-терапии становится устойчивее: не так часто и резко происходит смена настроения, снижается уровень тревожности, агрессии, конфликтности [2, с. 30]. Сама по себе изобразительная деятельность несет значительный терапевтический потенциал. Арт-терапия допускает широкий спектр способов обращения с

художественным материалом. Часть из них дают возможность достижения седативного эффекта и эмоционального баланса. Часть – переосмыслить опыт, связанный, например, с психологической травмой, и достичь определенного контроля над ним. А такая форма проведения арт-терапии, как групповая, также дает возможность справляться с чувством социальной изоляции и стигматизированности, если таковые имеются.

Арт-терапия может использоваться как в виде базового метода, так и в качестве одного из дополнительных методов.

Заключение. Подводя итог, можно заключить, что фельдшеры скорой помощи, как и другие категории медиков, испытывают более высокий уровень тревоги, стресса и эмоционального выгорания, чем представители иных профессий. Нивелирование этих факторов возможно посредством развития ЭИ. В качестве одного из инструментов развития ЭИ можно рассматривать арт-терапию. Арт-терапевтические тренинги среди фельдшеров скорой помощи позволят последним понять, как справляться с различными реакциями на эмоции (как свои, так и чужие), особенно в условиях дефицита соответствующих знаний и навыков, а также оптимизировать поиск способов восполнения таких дефицитов. В результате фельдшеры скорой помощи могут стать более осведомленными о своих сильных и слабых эмоциональных сторонах, более активно управлять своими реакциями на эмоции, а также стремиться к эмоциональному саморазвитию.

Литература / References

1. Алиева В.О. Эмоциональный интеллект как инструмент профилактики эмоционального выгорания фельдшеров скорой помощи // Психологическое здоровье и развитие личности в современном мире. Материалы II Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции (25-26 ноября 2021 г.). – Благовещенск: Амурский гос. ун-т, – 2022. – С.199-204.

2. Федорова Е.М., Донскова Н.В. Профилактика деструктивно-агрессивного поведения несовершеннолетних осужденных методами психологической работы // Уголовно-исполнительная система: право, экономика, управление. – 2016. – № 6. – С. 29 - 31.

ТРУДОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ НАРКОЗАВИСИМЫХ

Асимов М.А.

*Кафедра коммуникативных навыков
«Казахский национальный медицинский университет
им. С.Д. Асфендиярова», Республика Казахстан, г. Алматы*

Аннотация. Цель данной работы анализ современных подходов немедикаментозной реабилитации пациентов с наркотической зависимостью.

Адаптационная психотерапия служит необходимой частью реабилитационного процесса при возвращении пациентов в привычный микросоциум. На этапе трудовой социализации и профориентации формируются модусы поведения, необходимого для уверенного вхождения в профессиональную жизнь.

Ключевые слова: наркология, психоактивные вещества, реабилитация, индивидуальная психотерапия, психокоррекционные тренинги, трудовая социализация.

OCCUPATIONAL THERAPY AS A MEANS OF REHABILITATION FOR DRUG ADDICTS

Asimov M.A.

*Department of Communication Skills
S.D. Asfendiyarov Kazakh National Medical University,
Republic of Kazakhstan, Almaty*

Abstract. The purpose of this work is to analyze modern approaches to non-drug rehabilitation of patients with drug addiction. Adaptive psychotherapy is a

necessary part of the rehabilitation process when patients return to their usual micro-society. At the stage of labor socialization and career guidance, the modes of behavior necessary for confident entry into professional life are formed.

Keywords: narcology, psychoactive substances, rehabilitation, individual psychotherapy, psycho-corrective trainings, labor socialization.

Введение. Длительное употребление психоактивных веществ приводит к физическому и психическому истощению человека. Происходит искажение жизненных ориентиров и подмена ценностей. Зависимые полностью забывают о возможности и необходимости заниматься каким-либо полезным трудом. Все их усилия и стремления направлены только на поиск новой дозы или денежных средств на ее приобретение.

В результате происходит личностная и профессиональная деградация, которая приводит человека на самый низ социальной иерархии. Избавление от пагубного пристрастия и возврат к нормальной жизни невозможен без полноценного восстановительного курса. Программа завершающего этапа медпомощи предусматривает применение трудотерапии, как средства реабилитации наркозависимых.

Для восстановления используют комплекс медикаментозных, психологических и социальных мероприятий, которые способствуют возврату больных к здоровой жизни без психотропного опьянения. При этом рабочие нагрузки помогают влиться в общественную среду без чувства собственной неполноценности, душевных и телесных мучений.

Лечение пристрастия к психоактивным препаратам очень длительный и трудный процесс, который лучше всего проходить в наркологической клинике. Основные пункты лечебного плана включают детоксикацию, снятия абстинентного синдрома, кодирование, медикаментозную терапию

сопутствующих и хронических недугов, спровоцированных токсическим влиянием наркотиков.

Для окончательной победы над пагубным влечением не стоит игнорировать реабилитационный и адаптационный этап. Правильное восстановление не оставит никаких шансов наркомании снова взять под контроль жизнь человека. Наркологи рекомендуют в этот период находиться в специализированном центре под бдительным присмотром медперсонала.

Основные принципы восстановительной программы:

- нахождение в закрытом пространстве среди таких же людей, пострадавших от наркотиков;
- невозможность поддерживать прежние связи с неблагонадежными друзьями и получения новой дозы психотропного соединения;
- продолжение лечебного процесса: назначенных фармакологических средств и других медицинских мероприятий;
- наличие постоянной психотерапевтической поддержки;
- доступность физиотерапевтических процедур;
- соблюдение оптимального распорядка дня;
- возможность заниматься спортом, творчеством, рукоделием и другими занятиями по душе;
- разумное сочетание посильного труда и отдыха.

Территории реабилитационных учреждений в основном имеют достаточно места для прогулок на свежем воздухе, физических упражнений и отдыха. Каждый человек здесь сможет найти интересное увлечение и посвятить себя общественно полезным занятиям.

Для каждого клиента разрабатывается индивидуальный дневной график, в котором присутствуют медикаментозный курс (при необходимости продолжения приема лекарств), встречи с психологом, тренинги, арт-терапия, физкультура, культурные мероприятия, прогулки, чтение, лекции и трудовые

обязанности. При этом учитываются пожелания, прежние умения, физиологическое и психическое состояние пациента.

Для некоторых наркоманов в этот период очень трудно не только выполнять самые простые поручения, но и выражать свои мысли и общаться с другими людьми. На возобновление элементарных навыков и коммуникативных способностей направлены все пункты плана восстановления. При этом зависимые, которые находятся в учреждении более продолжительное время, всегда подставят дружеское плечо только поступившим коллегам.

Приобщение ранее наркозависимых к труду происходит поэтапно. Сначала пациент работает совсем недолго, дальше время постепенно увеличивается и расширяется список обязанностей. В основном сами больные определяют понравившуюся сферу деятельности. Одним нравится убирать в палатах, другим - помогать на кухне, третьим - ухаживать за растениями или наводить порядок во дворе.

Выполнение всех пунктов программы контролируется персоналом медучреждения. При необходимости они подскажут, научат и помогут вспомнить забытые в период наркомании движения и вернуть прежнюю сноровку.

При возникновении непредвиденных ситуаций, ухудшения самочувствия и острых состояниях медицинские работники смогут вовремя отреагировать и предоставить необходимую поддержку.

Физическая работа для наркозависимых не только не противопоказана, но и полезная, и имеет следующие положительные влияние:

- восстанавливает утраченные навыки и профессиональную подготовку;
- позволяет развивать ответственность и дисциплинированность;
- формирует новые умения и рабочие познания;
- воспитывает чувство взаимопомощи и самоуважения;

- совершенствует коммуникативные способности;
- обеспечивает удовлетворение собственными действиями.

Положительный эффект от такой терапии проявляется в возможности ощутить себя востребованным и нужным в обществе, почувствовать удовольствие от коллективной работы и возможности помогать другим людям.

Пациенты совмещают понравившуюся деятельность со всеми пунктами реабилитационной программы: культурно - массовыми, спортивными, физиотерапевтическими мероприятиями. В результате у них весь день расписан почти по минутам, и свободного времени для мыслей о наркотиках не остается.

Восстановление в реабилитационном центре с выполнением посильных рабочих обязанностей показывает хорошие результаты.

В итоге человек, который прошел полный цикл:

- раскрывает свой рабочий и творческий запас;
- восстанавливает прежние навыки и умения
- понимает причины привязанности к наркотикам и укрепляет внутренний настрой против зависимости;
- налаживает нормальные семейные и социальные связи;
- формирует здоровые жизненные принципы;
- может противостоять стрессовым ситуациям и нервным перенапряжениям без психостимуляции;
- принимает ответственность за собственные поступки;
- самостоятельно умеет разрешать проблемы и сложности;
- возобновляет прежнюю систему ценностей и правильных жизненных целей.

Под влиянием терапии трудом у наркозависимых не только улучшается психоэмоциональное состояние, но и физические показатели. Без использования фармакологических препаратов трудовые нагрузки благотворно воздействуют на все органы и системы.

Нормализуется артериальное давление, улучшается работа сердечно - сосудистой и дыхательной системы, головного мозга, опорно-двигательного аппарата, желудочно-кишечного тракта. Повышаются защитные силы, уменьшается заболеваемость простудными, инфекционными и вирусными недугами.

После выписки из реабилитационного центра пациента ожидает нелегкий период акклиматизации в обычной жизни. Опытные специалисты всегда предоставляют рекомендации относительно правил вхождения в общество, чтобы не допустить срывов и возврата в наркологическое прошлое.

Для этого проводятся семейные и групповые сеансы психотерапии, призванные научить все ближайшее окружение больного, как правильно общаться, строить взаимоотношения и помогать близкому после длительного курса исцеления.

Как лечить наркоманию трудотерапией, в настоящее время знают многие врачи, но не всем удастся наладить постоянное сопровождение пациента вне стен клиники. Перед больным возникает много вызовов, преодолеть которые ему должны помочь близкие, друзья, социальные и медицинские работники.

Бывшему наркоману необходимо решить следующие задачи:

- применить приобретенные или возобновленные трудовые способности на практике;
- восстановиться в учебном заведении или на работе;
- найти новые интересные занятия и увлечения, чтобы день был заполнен так же, как и в реабилитационном центре;
- вернуться к родительским и семейным обязанностям.

Для полноценной общественной адаптации неоценимое значение имеет помощь всех членов семьи. Заполнить свободное время поможет совместное времяпрепровождение: пешие и велосипедные прогулки, туризм, походы в театр, кино, на концерты, спортивные мероприятия, хобби.

Особое место в этом списке занимает волонтерская и общественная работа, добровольная помощь тяжелобольным и наркозависимым. Это позволяет человеку почувствовать собственную значимость, полезность и уверенность в своих силах.

Лечение наркозависимости трудотерапией дает положительные результаты только в том случае, если физическая работа не является принудительной и непосильной. Об этом следует помнить при выборе реабилитационного центра.

Стоит внимательно изучать сведения о медицинском учреждении и отзывах, чтобы не попасть в руки недобросовестных любителей бесплатной рабочей силы. В подобных центрах преследуют не медицинскую целесообразность, а совсем другие цели.

Литература / References

1. Социально-педагогическая реабилитация наркозависимой молодежи / Ширшов Владимир Дмитриевич, Атаханов Акбарджон Разиюллоевич / 2007 / Образование и наука. 2020. – 124 с.

2. Модели реабилитации наркозависимых (по материалам зарубежных источников) / Ермякина Наталья Александровна, Куприянчик Татьяна Владимировна, Арская Марина Александровна, Шинкевич Владимир Ефимович / 2018 / Вестник Сибирского юридического института МВД России.

3. Новаторство в социальной работе: теоретические и практические аспекты: коллективная монография / [отв. ред. А. Ю. Нагорнова]. – Ульяновск: Зебра, 2020. – 124 с.

4. Психология: учебно-методическое пособие для студентов, обучающихся по направлениям подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), 44.03.02 Психолого-педагогическое образование / Н. Ю. Коленкова, О. А. Халифаева ; Министерство науки и высшего образования РФ,

Астраханский государственный университет. – Астрахань: Астраханский университет, 2020. – 183 с.

**АРТ-ТЕРАПИЯ КАК СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ ПСИХИЧЕСКИХ
И НЕВРОЛОГИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ У ДЕТЕЙ
БОЛЬНЫХ ТУБЕРКУЛЕЗОМ.**

Аскарова Р.И., Юсупов Ш.Р.

*Ургенчский филиал Ташкентской медицинской академии.
Узбекистан, Республика Узбекистан, г. Ургенч, Хорезмская область*

Аннотация. Арт-терапии буквально - лечение искусством, творчеством. Арт-терапия учит детей выражать свои переживания, эмоции. Арт-терапия у детей предполагает создание условий для самовыражения, вызывает новые способы активности ребенка. Помогает ребенку излечиться от туберкулеза, от психических и эмоциональных расстройств. Знать, что беспокоит ребенка, его страх крайне необходимо врачу, чтобы правильно вылечить его. Надо учитывать тот фактор, что больные дети от туберкулеза лечатся в противотуберкулезном диспансере месяцами.

Ключевые слова: туберкулез, арт-терапия, дети, неврологические расстройства, психические отклонения, инновационные технологии.

**ART THERAPY AS A METHOD FOR TREATMENT
OF MENTAL AND NEUROLOGICAL DISORDERS
IN CHILDREN WITH TUBERCULOSIS.**

Askarova R.I., Yusupov Sh.R.

*Urgench Branch of the Tashkent Medical Academy,
Uzbekistan, Republic of Uzbekistan, Urgench, Khorezm region*

Abstract. The paper gives philosophic and methodological interpretation of the concept of art therapy, which is viewed as an innovative technology of socio-pedagogical work with children. It describes interdisciplinary ideas of transformation of art therapy in the use of the artistic means and artistic communication aimed at

optimization of subjective and objective conditions of socialization of children having different problems. The concept of «art therapy» is analyzed from the point of view of different spheres of its use; the key methodological problems and the ways for their solution during art therapy are outlined. A new philo-sophical and theoretical approach to art therapy is worked out to organize its empirical experience as a resource of preventive and remedial work using the means of art to help children to join the community.

Keywords: tuberculosis, socio - pedagogical activity; socialization of children; art - therapy technology; innovative technologies.

Актуальность. Арт-терапия в данное время рассматривается наукой как инновационной технологии социально-педагогической деятельности с детьми. Раскрываются междисциплинарные идеи преобразования арт-терапевтических практик в использовании средств искусства и художественной коммуникации, направленных на оптимизацию субъективных и объективных условий социализации детей с проблемами. [1]. Проведен анализ основного понятия «арт-терапия» в различных областях его использования, выделены ключевые методологические и методические вопросы и пути их решения в проектировании арт-терапевтической технологии в социально-педагогической деятельности с детьми. Введен новый философско-теоретический ракурс рассмотрения арт-терапии и систематизации ее эмпирического опыта как ресурса профилактико-коррекционной работы средствами искусства в оказании помощи детям в процессе их вхождения в социальную среду [2].

Показана перспективность культурологического и интегративного подходов в гуманитарно-эстетическом образовании для разработки социально-педагогической модели арт-терапии и ее методик с привлечением ресурсного подхода, принципов полихудожественности и фасилитации в педагогике искусства, усиливающих эффективность взаимодействия личности со

смыслами произведений искусства, с учетом характера затруднений и проблем [3].

Исследование направлено на выявление возможностей, обобщение и углубление содержания арт-терапии в контексте культуры и технологии, актуализацию ее методов в неклинических практиках [4]. Это послужит решению организационно-технологических задач в области новаций арт-терапии с учетом особенностей инкультурации и социализации детей остробюджетности изучения гуманитарных технологий в социальной педагогике связана с нарастанием негативных явлений в современном обществе, острой потребностью позитивного адаптационного, профилактического, коррекционного – воздействия на субъектов различных социальных категорий в социализации [5].

Развитие гуманитарно-эстетических практик в социально-педагогической деятельности с детьми отвечает ситуации усиления отрицательных факторов социокультурных процессов, в которых все более затруднено усвоение личностью общественных норм и ценностей, что приводит к ее десоциализации и дезадаптации [6].

Социально-педагогическая деятельность направлена на содействие субъекту, социальной группе в решении проблем, связанных с негативными состояниями, затруднениями в обучении, воспитании, общении, дезадаптацией детей [7]. Социальный педагог должен быть компетентен в использовании эффективных технологий работы с нуждающимися в помощи детьми. Одной из основных компетенций в подготовке социальных педагогов является готовность организовывать различные виды деятельности в решении профессиональных задач, что требует знаний, умений и опыта применения современных технологий, в том числе гуманитарно-эстетических [8]. Это связано с тем, что художественно-эстетическое соприкасается с внутренним миром личности, входит в ее психоэмоциональный строй, затрагивает

ценностно-смысловые уровни сознания, глубинные жизненные переживания, формируя духовный опыт. Целенаправленное влияние искусства проявляется в улучшении психического состояния, развитии познавательных, коммуникативных и творческих способностей, самореализации личности [9].

Особенно благотворно это влияние в детском возрасте. Изучение проблемы арт-терапии буквально – «лечение искусством, творчеством». В научный оборот термин ввел в употребление А. Хилл. В медицинской практике, в социально - педагогической деятельности с детьми им было обосновано пониманием мощного положительного влияния искусства на развитие и становление личности, проявляющегося в гармонизации ее внутреннего мира и обретении духовно-нравственных ориентиров [10].

Основная цель арт-терапии – это позитивное воздействие на личность средствами искусства и творчества, развитие ее духовного здоровья [11]. Общеизвестно, что арт-терапия имеет психопрофилактическую, развивающую и социализирующую направленность в активизации сущностных сил личности, благодаря чему арт-терапия используется в различных сферах и может стать эффективной технологией социально-педагогического профиля в работе с детьми.

Теоретический анализ показал, что арт-терапия изучается как многогранное и глубинное по эмоциональному воздействию явление в различных сферах применения, в том числе клинической и социальной [12].

Арт-терапевтическое направление развивается в практической психологии, образовании и социальной работе. Арт-терапия применяется в лечебно-реабилитационной, педагогической и социально-педагогической деятельности: как вспомогательный метод в психотерапии психодрама, художественно-творческая деятельность в лечебной и специальной педагогике сказкотерапия, игротерапия, цветотерапия как здоровьесберегающее

направление в педагогике искусства и дополнительном образовании, гуманитарно-эстетическом воспитании [13].

Особенностью современного этапа развития арт-терапии является усиление ее междисциплинарных связей с психологией, социологией, культурологией [14, 15]. В общем смысле арт-терапия рассматривается в зависимости от области ее применения: как одна из форм психотерапевтической практики, совокупность арт-терапевтических методик, педагогический метод, формирующаяся технология, техника в социальной работе и социально-педагогической деятельности с детьми.

Таблица 1.
Использование Арт-терапии у больных детей туберкулезом
в противотуберкулезном диспансере г. Ургенча

№	диагноз	Пе- ние	Песочное рисование	Танцева -льная терапия	Сказко- терапия	Аудио- терапия	Рисова- ние
1	Туберкулезная интоксикация	12	3	6	7	12	11
2	Первичный туб комплекс	3	11	2	2	6	3
3	Туб.лимфатических узлов	9	13	13	2	2	3
4	Очаговый туберкулез	8	1	3	16	3	5
5	Туб плеврит	7	6	4	2	7	6
6	Туберкулома	5	5	5	5	8	5
7	Инфильтративный туберкулез	6	2	4	2	1	7

Методы исследования. Проанализировав полученные результаты обеих групп, нами был сделан анализ сформированности самооценки детей. У детей в группе все же разные виды сформированности самооценки, но преобладает адекватная самооценка, которая выявлена у большинства детей в

группе 40%. Данная тенденция проявляется очень ярко. Далее мы приводим результаты исследования самооценки в контрольной группе, в которой, как мы помним, занятия арт-терапией не проводились.

Детям присуще разные виды сформированности самооценки, но преобладает в данной группе завышенная 30% и неадекватно завышенная самооценка 35%. Следовательно, из представленных выше рисунков видно, что в экспериментальной группе значительно преобладает адекватный вид сформированности самооценки, 8 детей из общего количества детей в группе (40 %). Также выявлена завышенная самооценка у 6 детей (30%), неадекватно завышенная у 5 детей (25%), а так же 1 ребенок (5%) с заниженным видом самооценки. В контрольной группе, мы видим, что несущественным отрывом преобладает, так же как и на констатирующем этапе, неадекватно завышенная самооценка у 7 детей (35%). Завышенная самооценка выявлена у 6 детей (30%), чуть меньше, 5 детей (25%) с адекватной самооценкой и заниженная самооценка была определена у 2 детей (10%). Для выявления изменений вида сформированности самооценки на констатирующем и контрольном этапе мы сделали сравнительный анализ, как для экспериментальной, так и для контрольной группы.

Результаты исследования. Сравнительные данные о виде сформированности самооценки в экспериментальной группе №1:

1) самооценка заниженная: констатирующий этап (количество детей) – 4 (20%); контрольный этап (количество детей) – 1 (5%);

2) адекватная самооценка: констатирующий этап (количество детей) – 3 (15%); контрольный этап (количество детей) – 8 (40%);

3) завышенная самооценка: констатирующий этап (количество детей) – 5 (25%); контрольный этап (количество детей) – 6 (30%);

4) неадекватно завышенная самооценка: констатирующий этап (количество детей) – 8 (40%); контрольный этап (количество детей) – 5

(25%). Итак, мы видим положительную динамику между констатирующим и контрольным этапом. Значительно снизилось число детей от 4 до 1, обладающих заниженным видом самооценки.

Адекватная самооценка на контрольном этапе значительно преобладать с 3 детей, повысилось до 8. Завышенная самооценка осталась практически без изменений была у 5 детей, стала у 6 детей, что является нормой для детей данного возраста. А вот неадекватно завышенная самооценка хоть не на много, но все же снизилась, на 3 ребенка с данной самооценкой стало меньше. Сравнительные данные о виде сформированности самооценки в контрольной группе №2:

1) самооценка заниженная: констатирующий этап (количество детей) – 4 (20%); контрольный этап (количество детей) – 2 (10%);

2) адекватная самооценка: констатирующий этап (количество детей) – 2 (10%); контрольный этап (количество детей) – 5 (25%);

3) завышенная самооценка: констатирующий этап (количество детей) – 6 (30%); контрольный этап (количество детей) – 6 (30%);

4) неадекватно завышенная самооценка: констатирующий этап (количество детей) – 8 (40%); контрольный этап (количество детей) – 7 (35%). Проанализировав данные, мы видим, что показатели вида сформированности самооценки детей, изменились. Отмечается падение заниженной самооценки у детей, из 4 детей, на контрольном этапе, выявлена заниженная лишь у двоих детей.

Показатель адекватной самооценки также положительно изменился, пусть не значительно, но все же, данным видом облают уже 5 детей, это на 3 ребенка больше, чем на констатирующем этапе. Показатель завышенной самооценки осталась без изменений, а неадекватно завышенная самооценка снизилась на одного человека.

Заключение. Изучив полученные результаты, мы видим, что между констатирующим и контрольным этапом есть явные различия. Адекватный вид сформированности самооценки выявлен у большего количества детей, а также снижение числа детей с заниженной самооценкой, мы видим, как у экспериментальной, так и у контрольной группы, но существенные изменения мы видим в экспериментальной группе, с которой в течение года проводилась дополнительная работа по формированию самооценки через занятия творческой деятельностью.

К контрольному этапу 40% детей экспериментальной группы обладают адекватным видом сформированности самооценки, когда, на констатирующем этапе отмечалось лишь у 15%. У детей из контрольной группы, с которыми дополнительная работа не проводилась по формированию самооценки, улучшения есть, но не столько яркие. Адекватная самооценка на констатирующем этапе была у 10% от всех детей, а на контрольном выявлена у 25%. Таким образом, мы можем сделать вывод, что благодаря занятиям арт-терапией, у детей выявлены существенные изменения вида сформированности самооценки, что не можем сказать о контрольной группе, с которыми занятия арт-терапией не проводились.

Литература / References

1. Беляева Л. А., Чугаева И. Г. Ценностно-смысловое моделирование на уроках мировой художественной культуры // Педагогическое образование в России. – 2011. – № 1. – С. 126-133.
2. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии / пер. с англ. М. Злотник; под ред. С. Пьянковой. – М. : Эксмо-Пресс, 2002. – 251 с.
3. Дженнингс С., Минде А. Сны, маски и образы. Практикум по арт-терапии [Электронный ресурс] / пер. с англ. И. Динерштейн. – М.: Эксмо, 2003. - 384 с. URL.: <http://www.e-reading.mobi/bookreader>.

php/107286/Dzhennings-Sny%2C_maski_i_obrazy.pdf .(дата обращения 12.02.2022).

4. Евтушенко Г. Н., Белова Е. А. Роль артпедагогики и арт-терапии в гармоничном развитии ребенка с проблемами [Электронный ресурс] // Интерактивная наука. – 2016. – № 2. – С. 85-88. – URL.: : <http://cyberleninka.ru/article/n/rol-artpedagogiki-i-art-terapii-v-garmonichnom-razviti-rebenka-s-problemami>. (дата обращения 12.02.2022).

5. Забара Л. И., Якина Л. Н. Инновационные технологии в методике преподавания МХК // Педагогическое образование в России. – 2013. – № 5. – С. 20-24. 130.

6. Закирова В. Г., Камалова Л. А. Социализация младшего школьника как педагогическая проблема [Электронный ресурс] // Начальная школа сегодня: проблемы социализации : ст. Междунар. науч.-практ. конф. (Казань, 23-24 апр. 2014 г.). - Казань, КФУ, 2014.– С. 4-11. Режим доступа: http://kpfu.ru//staff_files/F1472045214/Socializaciya_mladshego_shkolnika_kak_pedagogicheskaya_problema.pdf .(дата обращения 12.02.2022).

7. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]. – М. : Когито-Центр. – 2014. – 197 с. – Режим доступа: http://bpaonline.ru/content/files/upload/131/kopyitin_svistovskaya_art-terapiya_detej_i_podrostkov.pdf .(дата обращения 12.02.2022).

8. Копытин А. И. Арт-терапия в контексте культуры и технологии [Электронный ресурс] // Арт-терапия и творческое самовыражение в сохранении здоровья и развитии человеческого потенциала : тез. докл. Междунар. конф. по терапии искусством (Москва, 9-11 апр. 2010 г.). – М., 2011. – 56 с.

9. Ключкова Л. И. Реализация идей ресурсного подхода в развитии воспитания школьников: к вопросу о системе понятий [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 3. – Режим

доступа: <http://www.scienceeducation.ru/ru/article/view?id=12821> (дата обращения: 17.12.21).

10. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб. : Речь, 2003. – 256 с.

11. Перевышина Н. Ю. Арт-технологии в музыкальном образовании детей с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://academicon.ru/publ/pedagogika_socialnaja/perevyshina_n_ju_art_tekhnologii_v_muzykalnom_obrazovanii_detej_s_ogranichennymi_vozmozhnostjami_zdorovja. (дата обращения 12.02.2022).

12. Российская энциклопедия социальной работы / под общ. ред. Е. И. Холостовой. – М.: Дашков и К, 2016.- С.67.

13. Тимонин А. И. Теоретические подходы к обоснованию понятий «потенциал» и «ресурс» в педагогике [Электронный ресурс] // Экономика образования. - 2008. - № 4. - С. 170-172.

14. Философия науки: словарь ключевых терминов / под ред. С. А. Лебедева. – М.: Академический проект, 2006. – С. 710-718.

15. Яфальян А. Ф. Влияние искусства на духовное здоровье ребенка в условиях школы самовыражения // Педагогическое образование – 2009. – № 1. – С. 130-141.

ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ У ПОЖИЛЫХ ПАЦИЕНТОВ, БОЛЬНЫХ ТУБЕРКУЛЕЗОМ

Аскарова Р.И.

Кафедра инфекционных болезней и фтизиатрии

Ургенчский филиал Ташкентской медицинской академии.

Узбекистан, Республика Узбекистан, г. Ургенч, Хорезмская область

Аннотация. Арт-терапия – это наилучший метод лечения посредством творчества. Арт-терапия – область психологии и психотерапии, которая практически не имеет противопоказаний и возрастных ограничений, а при

правильном использовании дает положительные результаты. Метод арт-терапии можно отнести к наиболее древним и естественным формам коррекции эмоциональных состояний, которым многие люди пользуются самостоятельно - чтобы снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться. Всякое представление, возникающее в психике, всякая мысль заканчивается движением, умением мыслить,

Ключевые слова: арт-терапевтические технологии, социальная адаптация, социальная реадaptация, изотерапия, игровая терапия, семьи «группы риска».

THE USE OF ART TRRAPY IN ELDERLY PATIENTS WITH TUBERCULOSIS

Askarova R.I.

*Department of Infectious Diseases and Phthisiology,
Urgench Branch of the Tashkent Medical Academy,
Republic of Uzbekistan, Urgench*

Abstract. This article considers some features of using art therapy techniques for social adaptation and readaptation of such categories of population as: children and adolescents in abnormal psychosocial conditions, families at risk, elderly and senile people, and persons with disabilities.

Keywords: art-therapeutic technologies, social adaptation, social readaptation, isotherapy, play therapy, families at risk.

Введение. Арт-терапия одно из наилучших методов, способствующих излечению больных. Когда арт-терапия появляется в мире искусства, она появляется через фигуру художника, по одной из следующих четырех линий: художник как «психологический заложник» как «психологический бунтарь». как «психологический консультант»; как «психологический исследователь».

Эти четыре тенденции совпадают с четырьмя историческими периодами развития арт-терапии как профессии до наших дней. Общепринятая периодизация истории арт-терапии состоит из трех основных этапов: классический период, средние годы и современная арт-терапия с середины 1980-х и по настоящее время. Эта периодизация, сделанная американским арт-терапевтом Рэнди Виком, основана на эволюции теоретической литературы в области арт-терапии.

Британский арт-терапевт Крис Вуд делит развитие арт-терапии на три исторических периода. Основное различие между этими двумя подходами к истории арт-терапии заключается в том, что периодизация Вуда содержит более ранний и диффузный первый период, за которым следуют два более четко определенных – второй и третий периоды. Мы считаем, что существует четкий четвертый период после 2000 года, связанный со взаимодействием арт-терапии с нейронаукой и позитивной психологией.

Согласно Вуду, каждый период связан с определенной тенденцией: в течение первого периода, когда начали появляться первые идеи об использовании искусства в качестве терапии в условиях больницы, внимание было сосредоточено главным образом на выразительной силе искусства; второй период проходит под флагами антипсихиатрического движения, идей гуманистической психологии и дифференциации арт-терапии как самостоятельной профессии; третий период связан с ростом профессионализации в арт-терапии и ее все более тесной привязанностью [1].

Искусство – это средство общения, направленное на реальных или воображаемых других существ и на себя в форме усвоенных образов себя. Развитие арт-терапии позволяет понять связи между искусством и состоянием психики. Согласно Навратилу, когда пациент превращается в художника, новая идентичность присоединяется к личности пациента, а именно личность. Данный процесс» не приводит к выздоровлению у хронически больных

пациентов. В благоприятном случае определенное слияние двух идентичностей можно рассматривать как новое одобрение. Появление позитивной психологии, нейроэстетики и нейро-истории искусства изменило роль арт-терапии как инкубатора новых идей о психическом здоровье [2].

Возвращение арт-терапии, как современного искусства, в противоречивую риторическую область критической психологии началось с необычного союза арт-терапии с нейронаукой и новыми жанрами психологического искусства. В этот период в арт-терапии появляется художник как «психологический исследователь» [3]. Этот четвертый исторический период в развитии арт-терапии совпал с повышенным интересом к перформативным практикам в области изобразительного искусства, что создало возможности для некоторых форм арт-терапии быть представленными в качестве равных участников в системе современного искусства. Этот момент важен, потому что он отмечает переход места художника в области арт-терапии от «психологического заложника» и пассивного объекта психологического исследования к «психологическому исследователю» с высокой степенью саморефлексивных способностей.

Так, А.И. Копытин утверждает, что до начала работы в арт-терапевтической группе значительная часть респондентов (60%) не занимались какой-либо творческой деятельностью. Остальные 40% дали ограниченный перечень «творческих увлечений» смотреть фотоальбом, слушать музыку, читать книги с достаточно низкой степенью выраженности [4]. Причем не всегда эти занятия доставляют удовольствие, а у 15% респондентов вызывают напряжение и даже раздражение. Многими участниками (70%) отмечено отсутствие поддержки и иногда осуждение со стороны родственников примеры ответов на вопрос: «Поддерживают ли ваши творческие увлечения родственники и близкие» - «бес в ребро», «старость не радость», «сумасшедший старик», «впал в детство», что, возможно, обедняет палитру

выражения чувств, а «творческая деятельность» сводится к участию в решении бытовых проблем подшить, связать, посадить и т.д.

После прохождения арт-терапевтической программы у респондентов отмечено расширение спектра творческих занятий систематическое занятие изобразительным искусством, погружение в музыку, посещаю хор, занятие фотографированием и составлением альбома, составление графической истории семьи, балетные танцы, посещаю компьютер [5]. Всякое представление, возникающее в психике, всякая мысль заканчивается движением. Если реальное движение по какой-либо причине не осуществляется, то в соответствующих группах мышц суммируется определенное напряжение энергии, необходимой для осуществления этого движения.

В арт-терапии пациентам предлагаются разнообразные занятия изобразительного и художественно - прикладного характера рисунок, графика, живопись, скульптура, дизайн, мелкая пластика, резьба, выжигание, чеканка, батик, гобелен, мозаика, фреска, витраж, всевозможные поделки из меха, кожи, тканей и др., которые направлены на активизацию общения с психотерапевтом или в группе в целом для более ясного, тонкого выражения своих переживаний, проблем, внутренних противоречий, с одной стороны, а также творческого самовыражения - с другой. Арт-терапия использует «язык» визуальной и пластической экспрессии. С развитием арт-терапии связываются надежды на создание такой гуманной, «синтетической» методологии, которая в равной мере учитывала бы достижения научной мысли и опыт искусства. Учебная деятельность в начальной и средней школе ставит перед ребенком новые задачи, а их выполнение требует определенной физической и психологической подготовки.

Наблюдения школьных психологов и педагогов свидетельствуют о том, что есть дети, которым трудно адаптироваться к новым для них условиям, они лишь частично справляются с новым режимом работы и более сложной

учебной программой. Если не обращать внимания на такого ребенка, результатом может стать появление у него различных трудностей и проблем в обучении, а так-же формирование неадекватных механизмов приспособления к школе - школьная дезадаптация [5].

Заключение. При проведения арт-терапии в школе очень важно, чтобы дети воспринимали такие занятия с положительной точки зрения, а не как коррекционные, для отстающих. Они не должны считаться наказанием. Следовательно, существенно, каким образом арт-занятия будут представлены детям, родителям и учителям.

Литература / References

1. Никитин, В. Н., Цанев П. Образ и сознание в арт-терапии / В.Н. Никитин, П. Цанев. – 2-е изд., исп. И доп. – М.: Когито-Центр, 2018. С.13.
2. Barber, Stephen. 2001. Artaud: the screaming body. London: Creation Books. P27.
3. Cernuschi, Claude. 1992. Jackson Pollock: The Psychoanalytic Drawings. Durham, North Carolina: Duke University Press. P52
4. Henzell, John. 1997. Art, madness and anti-psychiatry: a memoir, in K. Killickand J. P72
5. Schaverien (Eds.) Art, Psychotherapy and Psychosis, London, New York: Routledge. P29.

ПРЕОБРАЗУЮЩЕЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НЕЙРОСЕТЕВОГО ИСКУССТВА Басалаева О.Г., Басалаев Ю.М.

*Кафедра медицинской, биологической физики и высшей математики
ФГБОУ ВО «Кемеровский медицинский государственный университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация: Пандемия не только подтвердила эфемерность человеческой жизни, но и научила нас жить настоящим моментом. Она, также, подчеркнула

важность искусства и культуры как позитивного ресурса сопротивляемости в кризисные периоды жизни и как способа справиться с трудностями.

Ключевые слова: цифровое искусство, искусственный интеллект, нейронные сети, позитивное воздействие, пандемия.

TRANSFORMATIVE IMPACT OF NEURAL NETWORK ART

Basalaeva O.G., Basalaev Yu. M.

*Department of Medical, Biological Physics and Higher Mathematics
Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo*

Abstract. The pandemic not only confirmed the ephemerality of human life, but also taught us to live in the present moment. She also stressed the importance of art and culture as a positive resource of resilience in times of crisis and as a way to cope with difficulties.

Keywords: digital art, artificial intelligence, neural networks, positive impact, pandemic.

Введение. За последние два года, связанные с пандемией COVID-19, многое изменилось, в том числе и восприятие мира, что напрямую повлияло на искусство. Нет никаких сомнений в том, что творческие люди, готовы приспособливаться к любому историческому периоду, художественно иллюстрируя время, в которое они живут или хотели бы жить, либо свои фантазии.

Во всем мире была объявлена самоизоляция (карантин), когда некуда было идти и не было никакого социального взаимодействия, кроме самых близких людей. В этот период оставалось больше времени для размышлений о творческой стороне жизни, что позволило выражать свои тревоги, изоляцию, страхи в чем-то красочном и более позитивном. Искусство – это оригинальное средство самовыражения, с помощью которого творческие люди показывают

то, что они видят, и, что более важно, то, что они чувствуют. Люди используют различные средства для реализации своих творческих мыслей и идей, как традиционные, так и цифровые.

Результаты и их обсуждение. Распространение цифровых форм искусства выдвинуло на первый план альтернативную систему подхода к искусству. Применение технологий искусственного интеллекта в творчестве является современным примером того, что произведения искусства, может создавать любой человек, даже, не особо талантливый или не имеющий творческого мышления, но владеющий, хотя бы на минимальном уровне информационными технологиями.

Искусственный интеллект хорош настолько, насколько хороши данные, которые он использует [1]. Следует учитывать, что внедрение искусственного интеллекта – это не столько технологическая задача, сколько задача развития культуры и навыков управления изменениями [2].

Практически с самого начала пандемии известные компании в сфере искусственного интеллекта открыли доступ к сетевым ресурсам, использующим нейронные сети, которые генерируют картины. И с тех пор пользователи ежеминутно загружают в интернет свои лучшие работы.

Например, Artbreeder – нейросеть, которая генерирует случайные лица, абстракцию, обложки и пейзажи [5]. Несмотря на изобилие подобных сервисов на основе нейронных сетей, Artbreeder является лучшим по части генерации портретов людей.

Portraits – это самая сильная сторона сервиса. Здесь можно не только микшировать изображения между собой, но и изменять структуру портрета человека: телосложение, возраст, гендер, настроение, реалистичные или нарисованные очертания лица и так далее. Причем, отдельные черты лица могут быть отрегулированы пользователем посредством «редактируемых ген» (Edit-Genes). Результат практически всегда получается впечатляющим.

У каждой работы имеется своя «родословная». Она позволяет понять, как, откуда и какой пользователь «приложил» свою руку к портрету.

Таким образом, творческий процесс художника, композитора, писателя вполне может включать применение нейронных сетей. Само понятие творчества становится сложнее. Наметившиеся тенденции в исследовании искусственного интеллекта «лежат в русле понимания того обстоятельства, что его креативно-эвристический потенциал определяет степень развития интеллектуальной культуры и творческого процесса, инициируя качественные изменения культуры в целом» [3].

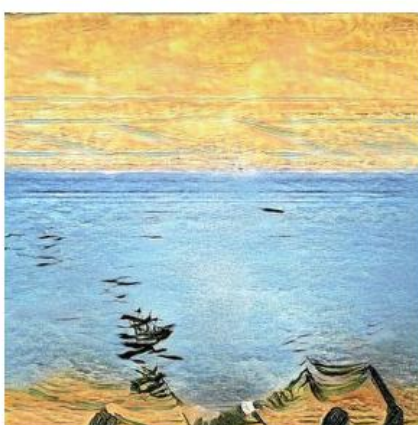
Среди подобных отечественных ресурсов известна «Галерея нейросетевого искусства», основанная на StyleGAN2. Нейронная сеть StyleGAN2 изначально создавалась для того, чтобы генерировать лица, неотличимые от настоящих. В качестве эксперимента её обучили на картинах, относящихся к разным течениям в живописи: абстракционизму, кубизму, сюрреализму, экспрессионизму и так далее. В результате она научилась создавать новые уникальные изображения в разных стилях.

Куратором этой галереи стала другая нейронная сеть. Она работает в Яндекс.Картинках и отвечает за поиск изображений по словам. Для экспозиции она отобрала из сотен тысяч нейрокартин те, которые лучше всего иллюстрируют разные слова, относящиеся к четырём большим темам: «Люди», «Природа», «Город» и «Настроение».

Примеры нейрокартин, созданные конкретными пользователями и находящиеся в открытом доступе в галереи «Настроение» приведены ниже (рис. 1).



Нейронежность 0021
в частной коллекции Art.liferia



Нейроумиротворение 0008 П
в частной коллекции Дмитрия Сорокина



Нейромеланхолия 0028 П
в частной коллекции друга

Рис. 1. Нейрокартины [4]

Идея картинной «Галереи нейросетевого искусства» с несколькими тематическими залами заключается в том, что у каждой картины должно быть не более одного владельца. Согласно концепции Яндекс, это связывает виртуальную галерею с более привычными галереями, в которых у каждой картины есть конкретный владелец. При этом, имея возможность сгенерировать миллионы изображений, было специально ограничено их количество, чтобы каждый пользователь, который успел забрать себе картину, чувствовал ее уникальность.

Заключение. Создание произведений искусства с помощью нейросетей – это способ расслабиться, особенно в ситуации, когда нет доступа к традиционным арт-инструментам. Особенно интересны будут подобные ресурсы тем, особенно нравится выполнять очень подробные, повторяющиеся виды работы, которые становятся почти медитативными и действительно дают возможность отвлечь свое внимание от внутренних мыслей.

Искусство может оказывать преобразующее воздействие на пространство и может принести умиротворение и надежду.

Литература / References

1. Басалаев Ю. М., Басалаева О. Г. Особенности применения искусственного интеллекта в образовании / Ю. М. Басалаев, О. Г. Басалаева // Философия и культура информационного общества. Тезисы докладов Девятой международной научно-практической конференции. – Санкт-Петербург, 2021. – С. 270-273.
2. Басалаева О. Г., Басалаев Ю. М. Искусственный интеллект в образовании: проблема выбора обучающих платформ / О. Г. Басалаева, Ю. М. Басалаев // Философия и культура информационного общества. Тезисы докладов Девятой международной научно-практической конференции. – Санкт-Петербург, 2021. – С. 273-275.
3. Басалаева О. Г. Особенности взаимосвязи интеллектуальной культуры, искусственного интеллекта и творческого процесса / О. Г. Басалаева // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. – 2017. – № 40. – С. 140-145.
4. Галерея нейросетевого искусства. – Режим доступа: Галерея нейросетевого искусства (yandex.ru) (Дата обращения: 30.03.2022).
5. Artbreeder. – Режим доступа: <https://www.artbreeder.com> (Дата обращения: 30.03.2022).

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНИК ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ АРТ-ТЕРАПИИ В ПРОЦЕССЕ РЕАБИЛИТАЦИИ УПОТРЕБЛЯЮЩИХ ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА

Богачёв О. В.

*Отделение медико-социальной реабилитации
ГКУЗ ЛО «Центр по профилактике и борьбе со СПИД и другими
инфекционными заболеваниями», Россия, г. Санкт-Петербург*

Аннотация. Приводятся обоснование и некоторые результаты использования экологического подхода в арт-терапии в процессе реабилитации

употребляющих психоактивные вещества. Техники экологической арт-терапии проиллюстрированы примерами из практической работы, связанной с проведением занятий на базе дневного стационара и амбулаторного культурно-оздоровительного клуба. Эффекты, проявившиеся в процессе создания арт-объектов и инсталляций из природных материалов и фотосъемки среды, свидетельствуют о разностороннем воздействии данных видов работы на личность и состояние реабилитируемых. Был показан значительный потенциал экологического подхода для гармонизации нарушенных отношений личности (с собой, природой, другими людьми, обществом и др.) на основе взаимодействия со средой.

Ключевые слова: арт-терапия, клиническая системная арт-терапия, реабилитация, психоактивные вещества, экологический подход.

THE USE OF ECOLOGICAL ART THERAPY TECHNIQUES IN THE PROCESS OF REHABILITATION OF THE DRUG ADDICTS

Bogachev O.V.

*Center for the Prevention and Control of AIDS
and other Infectious Diseases, Russia, St. Petersburg*

Abstract. The substantiation and some results of the use of the ecological art therapy in the rehabilitation of those who use psychoactive substances are presented. The techniques of ecological art therapy are illustrated with examples from practical work on the basis of a day hospital and an outpatient cultural and health club. The effects achieved in the process of creating art objects and installations from natural materials and photographing the environment testify to the versatile impact of these types of work on the personality and mental condition of the rehabilitated.

Keywords: art therapy, clinical systemic art therapy, drug abusers, ecological approach, psychoactive substances rehabilitation.

Введение. Имеющийся опыт использования методов арт-терапии и терапии искусством в целом (музыкальной терапии, танцевально-двигательной терапии, драматерапии, полимодальной терапии выразительными искусствами, помимо арт-терапии) с лицами, употребляющими психоактивные вещества, свидетельствует о значительных возможностях этих методов в достижении устойчивой ремиссии и решении комплекса задач, связанных с ресоциализацией этого контингента. Отмечается то, что в лечении и реабилитации зависимых от ПАВ эти методы обладают целым рядом преимуществ

Реализация этого подхода осуществлялась на основе применения отечественной модели клинической системной арт-терапии (КСАТ) [1,2], обеспечивающей целостное восприятие разных факторов патогенеза и лечения – биологических, социальных, психологических и средовых в их взаимосвязи друг с другом.

Условия проведения занятий и особенности арт-терапевтических программ с использованием экологического подходов

Арт-терапия с использованием экологического подхода проводилась с клиентами, проходящими курс стационарной реабилитации на базе реабилитационного центра (РЦ) и в дальнейшем включившимися в деятельность амбулаторного культурно-оздоровительного клуба (КОК). Начиная с 2015 г. программы арт-терапевтического сопровождения стали проводиться также на базе дневного стационара, организованного Отделом по противодействию наркомании и алкоголизму при Санкт-Петербургской епархии РПЦ.

В программах на базе ДС принимают участие в основном люди в возрасте от 30 до 60 лет, имеющие проблемы с употреблением ПАВ. Большинство – страдающие алкогольной зависимостью (70%); остальные – наркозависимые в ремиссии. Примерно 10% от общего числа реабилитируемых употребляют так

называемые новые наркотики (соли, кислоты, галлюциногены). Мужчины составляют примерно 80%, женщины – 20% реабилитируемых.

Программы арт-терапевтической помощи на базе ДС и КОК, рассчитаны, прежде всего, на групповое применение. Динамический характер группы был усилен при проведении занятий на базе реабилитационного центра с ограниченными сроками пребывания и нивелирован, при использовании КСАТ на базе культурно-оздоровительного клуба и иных амбулаторных площадках в силу более открытого характера групп и неограниченных сроков посещения. Поддерживается тематическая основа занятий, связанная с актуальными запросами и проблемами участников. Количество присутствующих на занятиях обычно варьируется от 10 до 20 человек.

В течение последних полутора лет в программах, действующих на базе КОК и ДС, начали более активно применяться техники средового и экологического подходов в арт-терапии, основанных на принципах и методологии системной арт-терапии, новых представлениях о терапевтической среде, концепции «Зеленой студии» как особой форме организации креативного пространства [3,5]. Повышенное внимание обращается на развитие различных социальных и личностных навыков и качеств, связанных с взаимодействием с природной и антропогенной средой на основе таких видов средовой творческой активности, так создание арт-объектов из природных материалов, рисование с натуры и фотосъемка среды, средовые телесно-ориентированные практики, ландшафтный театр и другие.

Используемая в ходе занятий средовая творческая активность объединяет символические средства самовыражения и переживание непосредственного физического присутствия в среде. Некоторые виды средовой активности могут предполагать фокусировку на соматических феноменах в процессе взаимодействия со средой, помогая развитию телесного образа Я и восприятию внутренней картины ощущений.

В процессе занятий нередко используются специальные техники, которые включают:

- приемы релаксации, дыхательные и фокусирующие приемы,
- упражнения, направленные на повышение восприимчивости к средовым стимулам и объектам, настройку на среду, ее исследование,
- выполнение прогулок на свежем воздухе, требующих внимания к внутренним психическим и соматическим процессам с одновременным взаимодействием с окружающей средой.

Техники экологической арт-терапии, используемые с употребляющими ПАВ на базе дневного стационара и культурно-оздоровительного клуба

Растительные и средовые аранжировки

Одним из видов арт-терапевтической практики, реализуемых на основе модели системной арт-терапии и в соответствии с принципами экологического подхода, является создание арт-объектов из природных материалов и художественное оформление среды. В нашей практике использовалось, в частности, создание растительных аранжировок – «зеленых мандал» [8]. Во время занятий на базе ДС и КОК природные материалы собирались участниками на территории парковой среде, примыкающей к Митрополичьему корпусу Александро-Невской лавры (Митрополичий сад).

Создание арт-объектов из найденных природных материалов, взаимодействие со средой и ее художественное оформление руками участников занятий поддерживали интерес к природному и культурному ландшафту, снимают напряжение, развивали способность к переживанию красоты, умение любить и ценить проявления жизни в ее разных проявлениях, способствовали лучшему пониманию участниками программы своих отношений с окружающим миром. Значительные возможности такой вид средовой творческой активности также создает для развития чувства физического и эмоционального присутствия в среде, снятия напряжения, сенсорной стимуляции

Создание растительных аранжировок и художественное оформление среды с использованием природных материалов и найденных объектов происходило в разное время года и предполагало постановку разных задач. В некоторых случаях участникам занятий предлагалось выйти на некоторое время на улицу и, гуляя по парку, собрать понравившиеся природные материалы. Вернувшись затем в кабинет, они должны были создать из них композицию – растительную аранжировку («зеленую мандалу»), используя в качестве основы для ее построения разовые картонные тарелки.

Во время одного из занятий, которое проходило во второй половине сентября, создав несложные растительные аранжировки из найденных природных материалов, обсуждая работы и свои впечатления от занятия, участники отметили, что смогли неожиданно для себя увидеть красоту простых вещей, как удивительно разнообразны и гармоничны оттенки и формы, создаваемые самой природой. Их красота стала более проявленной благодаря организации найденных природных материалов в простые композиции. Участники также отметили, что в результате сравнительно непродолжительной прогулки на свежем воздухе (15-20 минут), их эмоциональное состояние улучшилось, появилось чувство радости и удовлетворения от деятельности. Некоторые отметили, что чувствовали себя легко и непринужденно, поскольку не было страха, что не получится или будет хуже, чем у других.

Владислав (имя изменено) (полинаркомания, 44 года) сказал, что его аранжировка отражает его нынешнее состояние, богатое на события, мысли и чувства. Находящиеся в центре белые ягоды-цветочки он связал с женой, дочкой и внучкой.

Когда занятие проводилось в зимнее время года (февраль), несмотря на менее комфортные условия для работы и ограниченность природных материалов, участники смогли получить ценный опыт творческого освоения среды. Они также смогли создать содержательные композиции из снега и

найденных объектов, отражающие текущее состояние и личностные особенности. Ландшафтная практика обострила актуальные переживания и, в то же время, создала новый контекст для переживания и осмысления личного опыта.

Так, Евсей (имя изменено) (алкоголизм, 37 лет) выложил из снега и прошлогодних листьев форму круга (личное пространство, «дом») и поместил в его центр маленького снеговика. Его комментарий к работе был следующим: «Глядя на своего снеговика, чувствую ностальгию по прошлому, когда я слепил четыре года назад снеговика вместе с сыном. Зная, что сегодняшний улыбающийся снеговик с веточкой березы в руке скоро растает, думаю о прощании с прошлой жизнью, весне, начале чего-то нового... Чувства неприязни и злости по отношению к группе, переживаемые до этого, пропали, чувствую положительный настрой, готовность строить конструктивные отношения».

Фотосъемка среды как форма экологической арт-терапии

Другим доступным видом арт-терапевтической практики, реализуемой на базе дневного стационара в соответствии с принципами экологического подхода, являлось фотографирование среды [6], непосредственно примыкающей к Митрополичьему корпусу. Участникам занятий неоднократно в процессе прохождения реабилитационной программы, в разное время года предлагалось, выйди на улицу, перемещаясь в пространстве между корпусом и храмом, а также в пределах Митрополичьего сада, в течение примерно 30 минут фотографировать любые вызывающие интерес природные и неприродные объекты и ландшафты. В процессе фотосъемки среды и объектов участники также могли затрагивать некоторые лично значимые темы, такие, например, как «Среда как метафора моего Я», «Мои текущие проблемы и перспективы развития», «Воспоминания и памятники прошлого» и другие, которые они могли формулировать самостоятельно. Иногда ведущий предлагал

обратить внимание на определенные объекты среды. Так, например, в рамках одного занятия, проводимого в мае, он предлагал фотографировать сирень.

После проведения фотосъемки участники могли посмотреть созданные фотографии, выбрать отдельные наиболее удачные снимки или создать их них определенную последовательность – фоторяд – и затем прокомментировать. В некоторых случаях использовались повествовательные (нарративные) техники, связанные, например, с необходимостью описания опыта (ощущений, эмоций и чувств, мыслей воспоминаний) взаимодействия со средой в процессе фотосъемки путем создания относительно короткого текста – эссе или стихотворения – в записной книжке («бортовом журнале»), которую участники брали с собой или заполняли по возвращении в кабинет.

Так, во время одного из занятий с использованием фотосъемки в феврале в качестве метафорической основы для работы было предложено воспользоваться библейской притчей о блудном сыне. Роман (имя изменено, 48 лет, хронический алкоголизм) создал фоторяд из восьми фотографий, отражающий разные элементы среды – природные и неприродные объекты, вызывающие у него как положительные, так и отрицательные реакции и ассоциирующиеся с разными аспектами его личного опыта.

Просматривая и организуя затем фотографии в фоторяд, в качестве наиболее ресурсных образов, затрагивающих физические, эмоциональные и ценностно-смысловые аспекты опыта, Роман выбрал фотографии с изображением ребенка, дотрагивающегося до ствола дерева; веткой дуба с истлевшими листьями и желудем, проступающей из-под таящего снега; пышным кустом вечнозеленого растения.

Заключение. В статье представлено обоснование и некоторые результаты использования экологического подхода в арт-терапии в процессе реабилитации употребляющих ПАВ. В настоящее время в работе с данным контингентом в нашей стране и за рубежом используются разные модели арт-

терапии, включая аналитическую, поведенческую (когнитивно-поведенческую), гуманистическую модели. Экологический подход пока используется редко. Некоторые достоинства и результаты применения данного подхода в процессе реабилитации употребляющих ПАВ были показаны и проиллюстрированы в статье примерами из практической работы, связанной с проведением занятий на базе дневного стационара, организованного Отделом по противодействию наркомании и алкоголизму при Санкт-Петербургской епархии РПЦ, и амбулаторного культурно-оздоровительного клуба.

Приведенные примеры описывают некоторые формы такой работы, но не исчерпывают многообразия форм реализации и техник данного перспективного направления арт-терапии. Эффекты, проявившиеся в процессе создания арт-объектов и инсталляций из природных материалов и фотосъемки среды, свидетельствуют о разностороннем воздействии данных видов работы на разные психические процессы (ощущения, восприятие, мышление, эмоции, воля, поведение, ценностно-смысловая сфера), значительных возможностях для психологически безопасного самовыражения с использованием средовых и природных метафор.

Был также показан значительный потенциал экологического подхода в решении задач гармонизации нарушенных отношений личности (с собой, природой, другими людьми, обществом и др.) на основе взаимодействия со средой. Творческое взаимодействие со средой с привлечением механизмов эмпатии, идентификации и субъективации природных объектов обеспечивало более широкий контекст восприятия участниками занятий себя, своих проблем и отношений, актуализацию и осознание экзистенциальных и духовных смыслов и ценностей, развитие их экоидентичности, освоение доступных форм средовой творческой активности как реализующих защитно-адаптационные механизмы.

Литература / References

1. Копытин А.И. Системная арт-терапия: теоретическое обоснование, методология применения, лечебно-реабилитационные и дестигматизирующие эффекты. – СПб.: Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт им. В.М. Бехтерева. Автореф. дисс. на соискание уч. степени доктора мед. наук, 2010.
2. Копытин А.И. Современная клиническая арт-терапия. – М.: Когито-Центр, 2014.
3. Копытин А.И. Средовый и экологический подходы в арт-терапии // Психическое здоровье. – 2016а. – №12. – С.56-66.
4. Копытин А.И. Арт-терапевтическая среда с точки зрения клинического, социального и экологического подходов // Медицинская психология в России (электронный научный журнал). – 2016б. – 1 (36).
5. Kopytin A. Green studio: eco-perspective on the therapeutic setting in art therapy // Green studio: nature and the arts in therapy (Eds. A. Kopytin and M. Rugh). – New York: Nova Science Publishers, 2016а. – P.3-26
6. Kopytin A. Environmentally and eco-based phototherapy: ecotherapeutic application of photography as an expressive medium // Green studio: nature and the arts in therapy (Eds. A. Kopytin and M. Rugh). – New York: Nova Science Publishers, 2016b. – P.155-178.
7. Kopytin A. Environmental and ecological expressive therapies: the emerging conceptual framework for practice” // Environmental expressive therapies: nature-assisted theory and practice (Eds. A. Kopytin and M. Rugh). – New York: Routledge/Taylor & Francis, 2017. – P.23-47.
8. Kopytin A. The ‘green’ mandala: where Eastern wisdom meets ecopsychology // Creative Arts in Education and Therapy. – 2018. – Vol.3, №2. – P.1-14.

ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОЙ КРЕАТИВНОСТИ В МОЛОДОМ ВОЗРАСТЕ

Валиуллина Е.В.

*Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский
университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В статье представлены результаты исследования параметров личной креативности у лиц молодого возраста: воображения, сложности, склонности к риску, любознательности и интегративного показателя креативности. Большинство респондентов данного исследования обладают средними и низкими значениями личной креативности. Для эффективного проведения арт-терапии и правильной интерпретации продуктов творческой деятельности необходимо учитывать актуальный уровень параметров креативности. С другой стороны, применение методов арт-терапии способствует развитию общей креативности личности и всех ее составляющих компонентов.

Ключевые слова: креативность, воображение, любознательность, склонность к риску, сложность.

FEATURES OF PERSONAL CREATIVITY AT YOUNG AGE

Valiullina E.V.

*Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology,
Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo*

Abstract. The article presents the results of a study of the characteristics of personal creativity in young people: imagination, complexity, risk appetite, curiosity and an integrative indicator of creativity. Most of the respondents in this study have medium and low values of personal creativity. For the effective implementation of art therapy and the correct interpretation of the products of creative activity, it is necessary to take into account the current level of creativity parameters. On the other

hand, the use of art therapy methods contributes to the development of the overall creativity of the individual and all its constituent components.

Keywords: creativity, imagination, curiosity, risk-taking, complexity.

Введение. Интегрирующим элементом арт-терапии выступает творческий процесс. Креативность часто является средством личностного роста, самопознания, самопонимания, восстановления и проч., а создание художественного «продукта» способствует раскрытию творческого потенциала личности, развитию ее творческих способностей, улучшению общего самочувствия и настроения человека. Факторную концепцию креативности предлагают Д. Гилфорд, Е.Е. Туник, Е.П. Торренс; креативность как многомерное и многоуровневое образование рассматривают Т.А. Барышева, Д.Б. Богоявленская, А.Н. Воронин и другие.

Е.Ф. Коломиец под креативностью понимает многокомпонентное образование, составляющими которого выступают когнитивные показатели (вербальные, ассоциативные, образные) и мотивационно-личностные показатели (сложность, стремление к творчеству, любознательность, воображение, склонность к риску), в структуру креативности автор включает следующие факторы: вербальную креативность, ассоциативную креативность, образную креативность и личностную креативность [6].

Е.Л. Солдатова рассматривает креативность с точки зрения индивидуальных качеств личности, определяющих гибкое и конструктивное мышление, восприятие, поведение человека и формирующихся неравномерно, проходя в своем развитии ряд сензитивных периодов [9]. Креативные люди характеризуются эмоциональностью, сензитивностью, уверенностью в себе, самопринятием, авантюризмом и азартом, автономностью и независимостью [10]. Свойства независимости и автономности определяются показателями

ассертивности личности, наряду с уверенностью, саморегуляцией, сформированными коммуникативными навыками [4].

С продвижением собственных идей в обществе связывает креативность Д.Б. Богоявленская, отмечая, что это важная характеристика креативности личности [2]. В.Д. Шадриков показывает, что творческая деятельность доступна благодаря «объединению сознания и подсознания» через духовность, что позволяет рассматривать креативность и творчество как суперинтеллектуальную деятельность [11]. Rogers С. и А. Маслоу утверждают, что творчество является важным аспектом жизни человека, частью человеческой природы и все люди обладают креативностью, а степень ее выраженности проявляется в широком многообразии контекстов и форм [8, 12].

С целью изучения особенностей личной креативности в молодом возрасте было проведено исследование.

Материалы и методы исследования. Респондентами исследования стали молодые люди от 18 до 22 лет, всего было опрошено 58 человек, из них 18 юношей и 40 девушек. В качестве методов применялись: анализ научной психологической литературы по предмету исследования, диагностическое тестирование при помощи опросника «Диагностика личной креативности Е.Е. Туник» (позволяющего изучить следующие характеристики креативности: любознательность, воображение, сложность и склонность к риску), интерпретация результатов, обобщение полученных данных.

Результаты и их обсуждение. Арт-терапия как специфическая самостоятельная деятельность возникла на стыке психологии, психотерапии и искусства и стала ответом на общественные тенденции общества, отражающие потребности в использовании художественной деятельности как особой «целительной силы» [10]. Актуальные эмоциональные состояния оказывают определенное влияние на креативность, причем и позитивные (независимо от личного интереса к поставленной задаче, могут повышать креативность,

раскрепощая образное мышление), и негативные (могут порождать положительные идеи, корректируя настроение) эмоциональные состояния [7].

Общий (интегративный) показатель личной креативности (в данном исследовании среднее значение $56,28 \pm 15,09$) характеризует насколько человек испытывает к себе позитивные чувства как к творческой личности, любознательной и способной разобраться в сложных интересных задачах, пойти на риск если того потребуют обстоятельства. Такие личностные характеристики тесно связаны с творческими способностями. Распределение респондентов по уровням общей креативности свидетельствует о том, что более трети молодых людей обладают низким уровнем креативности, 38% из них показали такой результат. Около половины опрошенных юношей и девушек имеют средний уровень параметра (59% респондентов), и только у 3% был выявлен высокий уровень общей креативности личности.

Результаты исследования по остальным шкалам опросника представлены на линейчатой диаграмме (Рисунок 1).

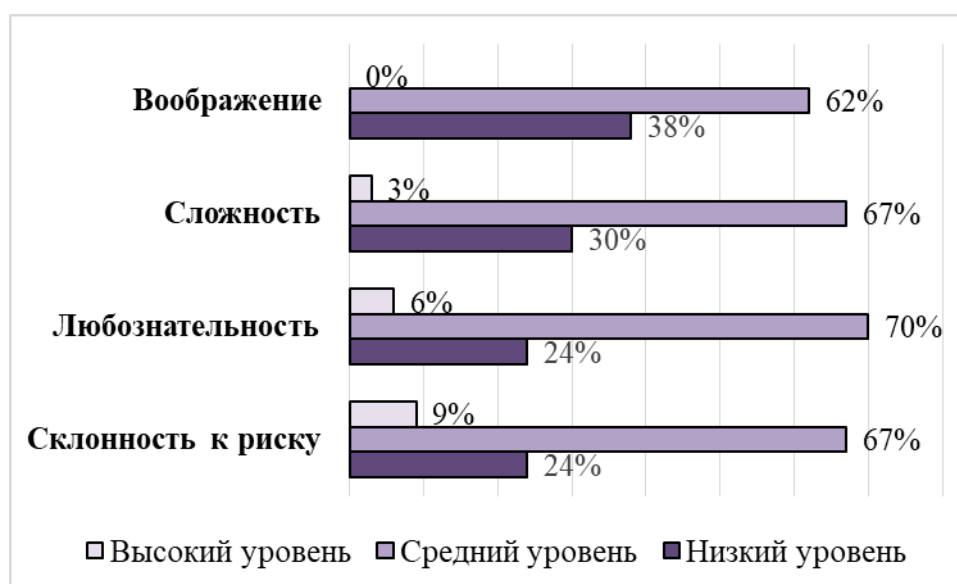


Рис.1. Процентное распределение респондентов по уровням шкал креативности
 (Источник: авторская разработка)

Шкала «Воображение» в данном тесте ($12,31 \pm 4,68$) характеризует способность человека придумывать целые рассказы о местах в которых никогда не был; представлять решение определенной проблемы с позиции других людей; мечтать о всевозможных местах, явлениях и вещах, с которыми не сталкивался до сих пор; получать удовольствие и испытывать удивление по поводу различных событий и ситуаций [5]. По результатам настоящего исследования низким уровнем по шкале «Воображение» обладают 38% респондентов, 62% из них имеют средний уровень, высокого уровня выявлено не было.

Шкала «Сложность» в опроснике ($12,93 \pm 4,76$) показывает насколько человек проявляет интерес к сложным и необычным вещам, насколько он ориентирован на познание таких явлений; как часто он ставит перед собой труднодостижимые цели и достигает их без посторонней помощи, проявляя настойчивость и целеустремленность; способен получать удовольствие от выполнения сложных заданий. По данной шкале 3% опрошенных молодых людей имеют высокий уровень, 30% обладают низким уровнем, подавляющее большинство юношей и девушек показали средний уровень (67%) «сложности» как характеристики общей креативности личности.

Параметры сложности, как характеристики личной креативности, напрямую взаимодействуют с качественными компонентами эмоционального интеллекта: самомотивацией (способностью управлять собственной внутренней мотивацией и поддерживать общий позитивный настрой на достижение значимых целей), способностью находить личностные смыслы в деятельности и способностью управлять своими эмоциями [3].

Показатели шкалы «Любознательность» ($14,72 \pm 5,26$) определяют степень выраженности познавательной активности личности, когда человек стремится найти новые для себя пути решения всевозможных задач; расширить репертуар использования собственных мыслительных операций; освоить

разные способы познания вещей и явлений окружающего мира (активно изучает карты, картины, книги, игры, фильмы и т.п.). Высоким показателем любознательности обладают 6% респондентов данного исследования, 70% имеют средний уровень и 24% показали только низкие значения любознательности.

Шкала «Склонность к риску» измеряет ($16,44 \pm 4,50$) способность человека активно отстаивать свои взгляды, идеи, интересы, не взирая на реакцию других людей; способность ставить высокие цели и настойчиво двигаться к ним; не поддаваться чужому мнению и допускать для себя возможность провалов и ошибок; пойти на риск, чтобы просто проверить: получится или нет, и что из этого выйдет. Респонденты данного исследования в большинстве имеют средний уровень склонности к риску (67%), 24% показали низкий уровень параметра и у 9% выявлен высокий уровень.

Заключение. Терапия искусством способна сформировать творческое отношение к жизни с ее всевозможными проблемами, раскрыть способность видеть множество способов и средств достижения поставленных целей, развить скрытые до сих пор таланты к творческому решению жизненных сложных задач [1]. Арт-терапия является одним из инновационных способов развития творческих способностей, реализации креативных потребностей, источником новых позитивных переживаний, средством развития познавательной сферы (активного воображения, произвольного восприятия и образного мышления) и общей креативности личности. Для успешности проведения занятий по арт-терапии и правильной интерпретации творческих продуктов в ходе работы, целесообразно учитывать уровень креативности и ее параметров, таких как воображение, сложность, любознательность и склонность личности к риску. С другой стороны, именно применение методов арт-терапии способствует развитию общей креативности личности и для эффективности этого процесса,

создания индивидуальных форм терапии необходимо учитывать актуальный уровень креативности по всем параметрам.

Литература / References

1. Арттерапия – исцеляющее творчество [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.psyinst.ru/napr.php?id=1> (Дата обращения: 31.01.2022).
2. Богоявленская, Д.Б. Психология творческих способностей. М.: Академия, 2002. 320 с.
3. Валиуллина, Е.В. Компоненты эмоционального интеллекта в юношеском возрасте // Вестник Белгородского института развития образования. 2020. Т. 7. № 3 (17). С. 85-93.
4. Валиуллина, Е.В. Тревожность и асертивность // В сборнике: Современные проблемы и перспективные направления инновационного развития науки сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции. Стерлитамак, 2018. С. 50-52.
5. Диагностика личностной креативности по методике Е.Е. Туник. [Электронный ресурс]. URL: <https://4brain.ru/blog/диагностика-личностной-креативности/> (Дата обращения: 31.01.2022).
6. Коломиец, Е.Ф. Креативность как фактор выбора стратегии самореализации личности. Автореф. дисс. канд. психол. наук. СПб, 2010. 29 с.
7. Любарт, Т., Муширу, К. Психология креативности. М.: Когито-Центр, 2009. 137 с.
8. Маслоу, А. Мотивация и личность. СПб: Питер, 2016. 316 с.
9. Солдатова Е.Л. Креативность в структуре личности. Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. СПб, 1996. 22 с.
10. Сусанина, И.В. Введение в арт-терапию. М.: Центр, 2007. 95 с.
11. Шадриков, В.Д. Мысль и познание. М.: Логос, 2014. 280 с.
12. Rogers C. A Way of Being. Boston: Houghton-Mifflin. 1980.

ОПЫТ ТЕРАПИИ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ У ПАЦИЕНТОВ, ПЕРЕНЕСШИХ COVID-19

Говорова Г.М., Дарсалия О.В., Зорохович И.И., Кириченко Е.А.,
Шевцова М.А

*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово*

Аннотация: В статье описывается эффективный опыт медикаментозного и психотерапевтического лечения пациентов с психическими расстройствами в постковидном периоде в отделении кризисных состояний.

Ключевые слова: COVID-19, постковидный синдром, тревожно-депрессивная симптоматика, психотерапия, психодиагностика, медикаментозное лечение, отделение кризисных состояний, аудио-визуальная стимуляция.

EXPERIENCE IN THERAPY OF MENTAL DISORDERS IN PATIENTS WITH COVID-19

Govorova G.M., Darsalia O.V., Zorokhovich I.I.,
Kirichenko E.A., Shevtsova M.A.

*«Kuzbass clinical narcological dispensary named after
Professor N.P. Kokorina», Russia, Kemerovo*

Abstract. The article describes the effective experience of drug and psychotherapeutic treatment of patients with mental disorders in the post-covid syndrome period in the department of crisis conditions.

Keywords: COVID-19, post-covid syndrome, anxiety-depressive symptoms, psychotherapy, psychodiagnostics, drug treatment, department of crisis conditions, audio-visual stimulation.

Опубликованные в последнее время медицинские исследования доказывают, что нарушения психической деятельности, связанные с новой коронавирусной инфекцией COVID-19, обусловлены как медицинскими факторами – вирус оказал свое воздействие на организм, произошло снижение иммунитета, истощение нервных клеток и т.д., так и социальными – стрессом, который усиливался на фоне чрезвычайной неопределенности, потери доходов, часто ломки привычного образа жизни, карантинными ограничениями, в которых люди оказывались «закрытыми» в замкнутом пространстве и лишались привычного круга общения, а также пугающей неизвестностью последствий этого заболевания. Для человека всегда самое сложное – это неизвестность, что является дополнительным стрессовым фактором.

В постковидном периоде у лиц, перенесших новую коронавирусную инфекцию, спустя месяц после окончания лечения наблюдаются такие психические расстройства как тревожность (42%), бессонница (40%), депрессия (31%), посттравматическое стрессовое расстройство (28%).

За период с ноября 2020 года по октябрь 2021 года в отделение кризисных состояний ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер имени профессора Н.П. Кокориной» (ГБУЗ ККНД) обратился 71 человек (50 женщин, 21 мужчина) в возрасте от 33 до 67 лет, переболевших COVID-19.

Клинические диагнозы обратившихся в соответствии с МКБ-10 были следующие: у 30 пациентов было установлено тревожное расстройство (F 41), у 8 пациентов – посттравматическое стрессовое расстройство (F 43.1), у 28 пациентов – расстройство адаптации (F 43.2), у 5 пациентов – соматоформное расстройство (F 45). Психический статус у 59 пациентов, в основном, определялся тревожным синдромом, у остальных кроме тревожной симптоматики в его структуру включались астено-депрессивные расстройства и конверсионная симптоматика.

Пациенты предъявляли жалобы на повышенную усталость и невозможность выполнения повседневных бытовых и рабочих задач, нарушение сна в виде затруднения засыпания и частых ночных пробуждений, на тревожные расстройства, впервые возникшие панические атаки, которые характеризовались чувством надвигающейся опасности, учащением сердцебиения, затруднением дыхания, повышенным потоотделением, желудочно-кишечными расстройствами, онемением и ощущением покалывания по всему телу, а также на эмоциональную лабильность.

Всем пациентам перед началом, а затем в процессе и после окончания лечения проводилось экспериментально-психологическое обследование для оценки выраженности тревожных и депрессивных расстройств. При этом использовались тест Спилбергера-Ханина, шкала Гамильтона, ММРІ. У 90% обследованных диагностировался высокий уровень тревоги, депрессия, отсутствие интереса к чему-либо, астения с элементами апатии, повышенная утомляемость, снижение активности и продуктивности.

Для лечения пациентов специалистами отделения кризисных состояний ГБУЗ ККНД была разработана и апробирована «программа медикаментозного и психотерапевтического лечения психических расстройств у пациентов, перенесших COVID-19».

На этапе медикаментозного лечения применялись анксиолитики, трициклические антидепрессанты, ингибиторы моноаминооксидазы, селективные ингибиторы обратного захвата серотонина, ноотропные препараты.

После купирования остроты психического состояния назначалась групповая и индивидуальная психотерапия, целью которой являлись изменения способа эмоционального реагирования, формирования адекватного представления о сложившейся ситуации, коррекции дисфункциональных

убеждений, активизации внутренних ресурсов, формированию активной жизненной позиции и позитивного настроения. При проведении психотерапии использовались различные психотерапевтические техники – гештальт техники, НЛП, транзактный анализ, арт-терапия, телесноориентированная психотерапия и другие.

Особенностью разработанной в отделении кризисных состояний программы терапии пациентов, перенесших COVID-19, явилось применение групповых сеансов аудиовизуальной стимуляции на аудиовизуальном комплексе «Диснет» (АВК).

Аудиовизуальная терапия способствовала активизации и интеграции работы участков головного мозга, отвечающих за различные аспекты видения и слушания, с целью оптимального раскрытия потенциальных возможностей и ресурсов организма человека.

В зависимости от психического состояния пациентам назначались следующие программы: «Антидепрессант-альфа», позволяющая настраивать биоэлектрическую активность головного мозга на спокойствие и безмятежность; «Альфа-полет», создающая мощное ресурсное состояние; «Программатор», настраивающая биоэлектрическую активность головного мозга на состояние, восприимчивое к внушению позитивных установок.

На фоне проводимой комплексной терапии пациенты стали активно участвовать в групповой и индивидуальной психотерапии, делиться своими переживаниями, проявлять инициативу, строить планы на будущее, у них значительно уменьшились или полностью редуцировались соматические проявления депрессии, ипохондрическая и тревожная симптоматика.

Позитивная динамика улучшения психического состояния подтверждалось результатами психологического тестирования – снизились показатели по 2 и 7 шкалам ММРІ (50 и 40 баллов соответственно) и повысился

показатель по 9 шкале, что свидетельствовало об отсутствии тревожно-депрессивной симптоматики и повышения активности и работоспособности.

Таким образом, опыт терапии психических расстройств у пациентов, перенесших COVID-19, с использованием разработанной в отделении кризисных состояний ГБУЗ ККНД программы, свидетельствует о высокой эффективности своевременного специализированного лечения в условиях стационара и способствует повышению качества жизни пациентов в постковидном периоде.

Между тем, проблема коронавирусной пандемии остается содержательно острой на текущий момент и, с учетом высокой распространенности психических расстройств у пациентов в постковидном периоде, возрастает актуальность своевременного их выявления и лечения в специализированных стационарах.

ОТНОШЕНИЕ К АРТ-ТЕРАПИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В КЕМЕРОВСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ МЕДИЦИНСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

Головко О.В.¹, Салтанова Е.В.¹, Боровикова З.В.²,
Шмакова О.В.³, Захаренкова К.А.⁴

¹Кафедра медицинской, биологической физики и высшей математики

²Кафедра истории

³Кафедра педиатрии и неонатологии

⁴Кафедра медицины катастроф, безопасности жизнедеятельности
ФГБОУ ВО «Кемеровский медицинский государственный университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Аннотация. В данной статье рассмотрено отношение к арт-терапии обучающихся первого курса лечебного и педиатрического факультетов КемГМУ и применение арт-терапии на практике.

Ключевые слова: виды арт-терапии, арт-терапия, обучающиеся, КемГМУ.

ATTITUDE TO ART-THERAPY OF KEMSMU STUDENTS

Golovko O.V.¹, Saltanova E.V.¹, Borovikova Z.V.²,
Shmakova O.V.³, Zakharenkova K.A.⁴

¹*The Department of Medical, Biological Physics and Higher Mathematics*

²*Department of History*

³*The Department of Pediatrics and Neonatology*

⁴*Department of Disaster Medicine, Life Safety
Kemerovo State Medical University, Kemerovo*

Abstract. This article examines the attitude to art therapy of first-year students of the medical and pediatric faculties of KemSMU and the application of art therapy in practice.

Keywords: types of art-therapy, art-therapy, students, KemSMU.

Арт-терапия (art-therapy) - дословно «излечение с помощью творчества»; психотерапия, в которой используются творческие техники. Целью арт-терапии является работа с собственным Я [1].

Как самостоятельная область теоретических знаний и практической деятельности арт-терапия стала формироваться на стыке науки и искусства в начале XX века. Сегодня арт-терапия — это очень пластичное, непрерывно развивающееся направление психотерапии, она постоянно расширяет сферу своего применения. Методы и техники арт-терапии активно используются в медицине, педагогике, социальной работе. Основная цель арт-терапии — гармонизация внутреннего состояния человека, то есть восстановление способности человека находить оптимальное, способствующее активному продолжению жизни состояние равновесия. Сегодня под арт-терапией в широком смысле понимают использование всех видов искусств, таких как изобразительное искусство, музыка, танцевальная терапия и другие виды с лечебными, коррекционными и развивающими целями [2].

Порой в нашей повседневной жизни мы не замечаем использование тех или иных видов арт-терапии: мы слушаем музыку, рисуем в конце тетради и на полях, принимаем участие в подготовке концертов - ставим танцы, придумываем сценарии и многое другое.

В настоящее время имеется множество работ, посвященных применению арт-терапии. А работы по отношению к арт-терапии, ее применению на практике у обучающихся вузов практически отсутствуют, в связи, с чем представляет интерес изучения данного вопроса.

Методы исследования: в работе применялось анкетирование обучающихся с целью выяснения их отношения к арт-терапии, ее применения на практике. Анкетирование проводилось с использованием google form.

Результаты и обсуждения. В исследовании приняли участие 188 обучающихся первого курса КемГМУ по специальностям «Лечебное дело» и «Педиатрия»: 52,7% и 47,3% респондентов соответственно.

На вопрос, «Известно ли Вам что-либо об арт-терапии, из каких источников Вы о нем узнали?», ответы распределились в соответствии с рисунком 1.

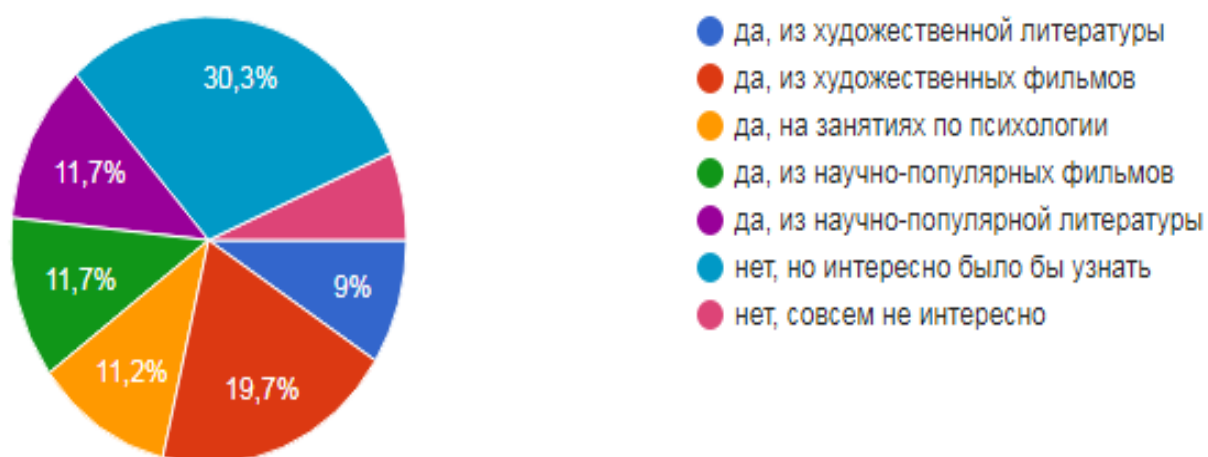


Рис.1 – диаграмма распределения ответов на вопрос: «Известно ли Вам что-либо об арт-терапии, из каких источников Вы о ней узнали?».

Наибольшему количеству респондентов (30,3%) не известно, что-либо об арт-терапии, но интересно было бы узнать; 19,7% респондентов отметили, что им известно что-либо об арт-терапии из художественных фильмов; в приблизительно равной степени респонденты отметили, что им известно об арт-терапии из художественной литературы, из научно-популярных фильмов, из научно-популярной литературы, а также знакомы с данным понятием на занятиях по психологии; только лишь 6,4 % респондентов отметили, что не знакомы с арт-терапией и им совсем не интересно что-либо узнать об этом.

На вопрос: «Как Вы относитесь к арт-терапии?», ответы распределились следующим образом: «с восхищением» и «с интересом» ответили соответственно 4,8% и 60,1% обучающихся; 33% - без особых эмоций; с недоверием – 2,1% респондентов.

На вопрос: «Сможете ли Вы объяснить, что такое арт-терапия?», ответы распределились в соответствии с рисунком 2.

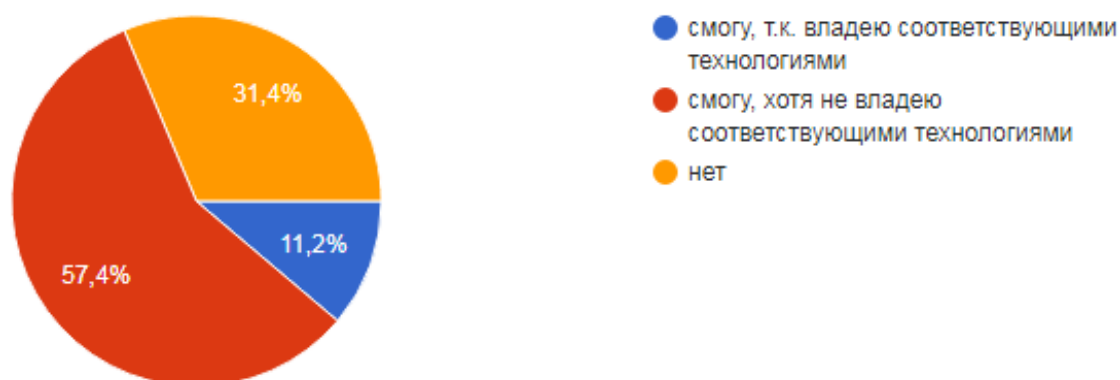


Рис.2. – Диаграмма распределения ответов на вопрос: «Сможете ли Вы объяснить, что такое арт-терапия?».

Только лишь 11,2% респондентов могут объяснить, что такое арт-терапия, поскольку владеют соответствующими технологиями, тогда как 57,4 % респондентов – могут объяснить данное понятие, хотя не владеют

соответствующими технологиями и 31,4 % обучающихся - не могут объяснить вовсе.

Только лишь 28,2% респондентов используют арт-терапию в сложных жизненных ситуациях, иногда 3,7% респондентов, тогда как не используют вовсе - 68,1% респондентов.

В таблице 1 приводится распределение ответов обучающихся на вопрос: «Какой вид арт-терапии для Вас является наиболее приемлемым?».

Таблица 1.

Распределение ответов респондентов на вопрос: «Какой вид арт-терапии для Вас является наиболее приемлемым?»

№	Вид арт-терапии	Доля респондентов, %
1.	музыкотерапия	64,9
2.	рисуночная терапия	54,3
3.	танцевальная терапия	40,4
4.	игровая терапия	29,3
5.	фототерапия	28,2
6.	скульптуротерапия	8
7.	песочная терапия	6,4
8.	другой вид	4

Наибольшее количество респондентов ответили, что для них наиболее приемлемым видом арт-терапии является музыкотерапия, их доля составляет 64,9%, рисуночную терапию отметили 54,3% респондентов, танцевальную терапию – 40,4%; игровую терапию и фототерапию отметили 29,3% и 28,2% респондентов соответственно.

Респонденты с интересом относятся к возможному применению арт-терапии на практике, поскольку 78,7% обучающихся хотели бы узнать больше об арт-терапии, посетить мастер классы; тогда как 19,7% респондентам данный изучение данного вопроса оказалось неинтересным.

Заключение. Не смотря на актуальность применения в настоящее время арт-терапии на практике, две трети респондентов не используют техники арт-терапии совсем, хотя хотели бы больше узнать об арт-терапии.

Литература / References

1. Что такое арт-терапия как направление психотерапии. URL.: <https://blog.psyalter.ru/likbez/chto-takoe-art-terpia-i-chem-ona-otlichetsa-ot-tvorcheskih-kursov/>. Ссылка активна на 01.04.2022.

2. Володина К. А. Применение арт-терапии в деятельности практического психолога в организации Организационная психология. // 2017. Т. 7, № 2. С. 86–101. URL.: [https://www.hse.ru/data/2017/06/21/1170244722/OrgPsy_2017_2\(5\)_Volodina\(86-101\).pdf](https://www.hse.ru/data/2017/06/21/1170244722/OrgPsy_2017_2(5)_Volodina(86-101).pdf). Ссылка активна на 01.04.2022.

ОБРАЩЕНИЕ В УЧЕБНОЙ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ К ЖИВОПИСИ КАК ИСТОЧНИКУ ПОЗИТИВНЫХ ЭМОЦИЙ

Гукина Л.В.

Кафедра иностранных языков

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Аннотация. В работе представлен опыт обращения к живописи в рамках внеаудиторной проектной деятельности, используемый на кафедре иностранных языков Кемеровского государственного медицинского университета при обучении российских и иностранных студентов английскому языку. На примере полотен русского мастера горного пейзажа Н. К. Рериха

показано значение выбора произведений живописи для создания позитивных эмоций и комфортной коммуникативной среды.

Ключевые слова: позитивные эмоции, комфортная коммуникативная среда, живопись, цвет, Н. К. Рерих.

APPLYING TO PAINTING AS A SOURCE OF POSITIVE EMOTIONS IN EDUCATIONAL PROJECT ACTIVITIES

Gukina L.V.

*Department of Foreign Languages
Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo*

Abstract. The paper presents the experience of applying to painting in the framework of extracurricular project activities, used at the Department of Foreign Languages of the KemSMU when teaching Russian and foreign students English. The importance of choosing paintings for creating positive emotions and a comfortable communicative environment is shown by the example of paintings by the Russian master of mountain landscape N. K. Roerich.

Keywords: positive emotions, comfortable communicative environment, painting, color, N. K. Roerich.

В процессе обучения иностранному языку, наполненном разными аспектами языковой деятельности (чтением, письмом, говорением) с множеством заданий, требующих особой концентрации обучающихся, и заданий, основанных на монотонности действий, актуальными представляются виды внеаудиторной деятельности, которые, наряду с развитием коммуникативной компетенции обучающихся, содержат элементы творчества, способствуют релаксации, то есть, приносят в учебный процесс дополнительные позитивные эмоции, такие как удовлетворенность и радость. Проектная работа, как обучающая технология, обладает таким потенциалом,

объединяя всех участников учебного процесса – преподавателей и обучающихся, в одну команду, работающую на достижение поставленной цели, создавая комфортную среду академического общения [4, С. 36].

Цель исследования - изучить, как обращение к тематике живописи в рамках внеаудиторной проектной работы способствует проявлению творческого подхода обучающихся к выполняемой работе и созданию позитивно эмоционального учебного пространства.

Материал и методы исследования. Обобщен и проанализирован опыт внеаудиторной учебной проектной деятельности на кафедре иностранных языков КемГМУ в части использования живописи русского писателя, путешественника, художника Николая Константиновича Рериха для создания позитивной образовательной среды. Фото картин художника взяты из открытых источников Интернета.

Результаты и их обсуждение. На протяжении нескольких лет на кафедре иностранных языков работает культурно-образовательный проект для российских и иностранных студентов, целью которого, наряду с образовательной, является создание комфортной среды межкультурной коммуникации [3, С. 73]. В рамках проекта реализуется лингвострановедческая тематика, и активно используются темы, относящиеся к культуре народов мира, включающие поэзию, музыку, танцы, и живопись – средства воздействия на эмоциональную сферу человека. Именно эти темы, основанные на красоте и искусстве, дают свободу творческому выражению личности обучающихся, способствуют лучшему пониманию видения мира разными народами и культурами. Так, в проекте с участием индийских обучающихся активно разрабатывается тема «Индия глазами русского человека: живопись Н. К. Рериха».

Тема поэтапно изучается российскими обучающимися и раскрывает красоты Индии, запечатленные в полотнах Н. К. Рериха, который долгие годы

жил в Индии, знал и любил ее, и, будучи великим мастером горного пейзажа, создал такие полотна, которые напрямую воздействуют на зрительское восприятие и порождают эмоции разной степени яркости или чувства, которые часто называют светлыми. В его произведениях природа гор предстает монументально мощно и величественно. Она ослепительно красива, загадочно таинственна, захватывающая дух своей бескрайностью, полна внутреннего смысла [1, С. 46]. Целый спектр эмоций вызывают панорамы высочайших Гималайских гор («Канченджанга», «Красные кони», «Эверест», «Слава Гималаев», «Нанда-Дэви», «Помни»), написанные автором в характерной композиционной манере распаханного по горизонтали пространства с графическими линиями, резкими тенями и цветовыми плоскостями, зубчатыми контурами вершин, с постепенным послойным повышением интенсивности цвета. Горы для Н. К. Рериха – это символ духовного восхождения, стремление к красоте и добру, а также источник силы и энергии [7].

В статье «Гималаи» Н. К. Рерих писал: «Чем-то зовущим, неукротимо влекущим наполняется дух человеческий, когда он, преодолевая все трудности, восходит к этим вершинам, И сами трудности, порою очень опасные, становятся лишь нужнейшими и желаннейшими ступенями, делаются только преодолением земных условностей. Все опасные бамбуковые переходы через гремящие горные потоки, все скользкие ступени вековых ледников, все неизбежные спуски перед следующими подъёмами и вихрь, и голод, и холод, и жар преодолеваются там, где полна чаша находжений. ...Если путник узнает, что где-то сверкают вершины наивысшие, он увлечётся к ним; и в одном этом стремлении он уже укрепитесь, очистится и вдохновится для всех подвигов о добре, красоте, восхождении» [6, С. 140].

Ниже представлена галерея красоты цвета и света по Н. К. Рериху:

Пространство в представленных произведениях не имеет пределов, оно наполнено энергией красоты, в нем отдыхает взгляд, и рождаются эмоции. Пространство у Н. К. Рериха порождает свет, оно насквозь пронизано светом. Оно светится удивительными по своей гамме цветами, широко и многослойно прописывающими его структуру и наполнено смыслом [2, С. 91].

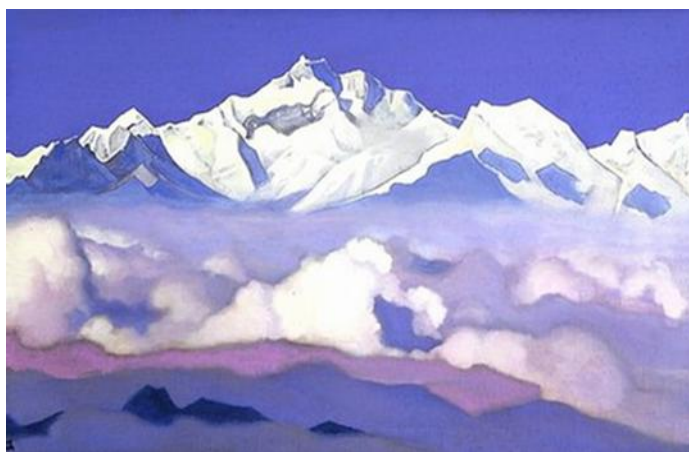
В серии картин «Гималаи» есть захватывающая дух широкая панорама, многослойность горных вершин, выраженная палитрой цветов – от синего к белому снизу вверх.

У зрителя все это вызывает целый спектр эмоций, начиная от самых ярких – удивления, восхищения и восторга, ощущения радости и счастья от возможности видеть эту красоту, до спокойствия и умиротворения [2, С. 92].



Мысль

Серия «Гималаи»:



Несомненно, что такие картины лечат, не только успокаивают душу, но и пробуждают мысль.



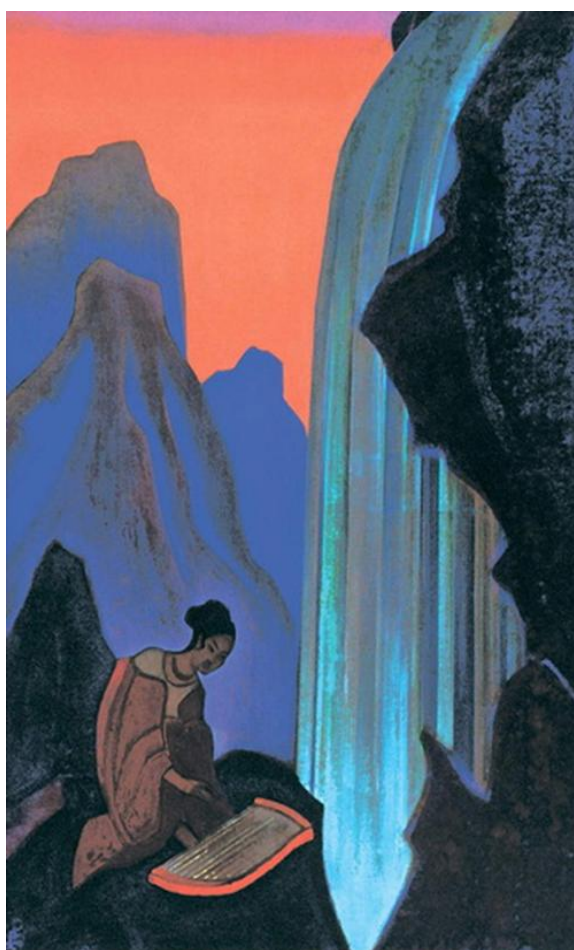
Было отмечено различие в выборе картин обучающимися и преподавателями, работающими в одной команде над подготовкой презентаций. При отборе картин в рамках отдельных творческих периодов Н. К. Рериха преподаватели и обучающиеся женского пола выбирали картины с сюжетами и цветовой гаммой, характерной для представленных выше картин, а выбор обучающихся мужского пола чаще падал на более яркие полотна с элементами большей детализации сюжета.

Такой выбор коррелирует с внутренним эмоциональным состоянием и общим пониманием прекрасного разными участниками проекта, а в данном конкретном случае – представлением о красоте Индии. В этом также есть положительные стороны. Даже самые позитивные эмоции одного уровня создают монотонность, могут снижать восприятие и даже утомлять, а пульсирующее разнообразие цветовой палитры картин и всплески эмоций, которые оно вызывает, поддерживают интерес и общий эмоциональный настрой зрителей.

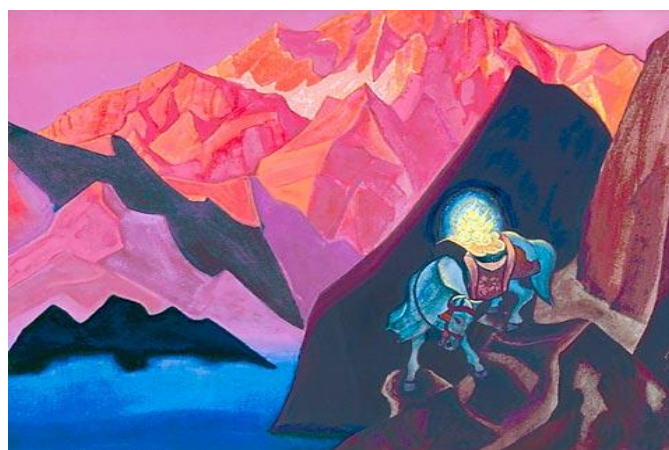
Наилучшим форматом для представления результатов проектной деятельности является учебная или научно-практическая конференция [5, С. 145]. В нашем случае основной площадкой стала ежегодная Международная научно-практическая конференция Кемеровского государственного медицинского университета «Культурно-историческое наследие народов Сибири и Азии», на которой была представлена целая мозаика картинок Индии

- в танцах, музыке, поэзии, древней индийской архитектуре, национальных фестивалях и живописи Н. К. Рериха. Все они сливаются в общую удивительную по эмоциям картину, а энергия межкультурной коммуникации, создаваемая в проекте, дает ему продолжение.

Песнь водопада, 1937



Сантана, 1935



Сокровища Мира – Чинтамани, 1924

Заключение. В учебном процессе, требующем от его участников значительных интеллектуальных затрат, необходимо изыскивать виды учебной деятельности, которые позволяют реализовывать творческие способности обучающихся и использовать элементы позитивного эмоционального воздействия для создания комфортной коммуникативной среды. Проектная

деятельность является лучшим методом выбора, а живопись, как и другие виды искусств, представляется уникальным источником позитивного эмоционального воздействия.

Литература / References

1. Гукина, Л. В. Цветовая палитра пространства в космической живописи Алексея Леонова / Через тернии к звездам: освоение космоса: сборник материалов II Международной научно-практической конференции, посвященной 60-летию полета Ю. А. Гагарина в космос (Кемерово, 12-13 апреля 2021 г.) / отв. ред. Т.В. Пьянзова, Д.Ю. Кувшинов, В.В. Шиллер. – Кемерово: КемГМУ, 2021. – С. 42–48.

2. Гукина, Л. В. Наивное восприятие пространства и его отражение в языке художественной прозы и живописи // Вестник общественных и гуманитарных наук. 2021. Т. 2. № 4. С. 88–93.

3. Гукина, Л. В. Актуальные технологии обучения иностранных студентов-медиков английскому языку в билингвальной образовательной среде / Л. В. Гукина, Л. В. Личная // Качественное профессиональное образование: современные проблемы и пути решения: материалы XII Межрегиональной научно-методической конференции (Кемерово, 23 декабря 2020 г.)/ ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России. – Кемерово: КемГМУ, 2020. – С. 69–76.

4. Гукина, Л. В. Проектная работа на занятиях по иностранному языку как воспитательная среда для формирования профессионально-личностной культуры студентов-медиков. / Л. В. Гукина, Л. В. Личная // Современные проблемы воспитательного процесса в медицинском вузе: материалы V Региональной научно-практической конференции. - Кемерово: КемГМУ, 2017. – С.35–38.

5. Начева, Л. В., Гукина, Л. В., Бибик, О. И., Маниковская, Н. С., Медведева, Е. В. Учебная конференция как современная форма образовательного процесса в медицинском вузе при билингвальной системе

обучения / Л. В. Начева, Л. В. Гукина, О. И. Бибик, Н. С. Маниковская, Е. В. Медведева// Качественное профессиональное образование: современные проблемы и пути решения: материалы XII Межрегиональной научно-методической конференции (Кемерово, 23 декабря 2020 г.) / ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России. – Кемерово: КемГМУ, 2020. – С. 142–149.

6. Рерих Н. К. Человек и природа: [Сб. ст.]. – 2-е изд., исправ. – М.: Международный Центр Рерихов, 2005. – 140 с. – [Электронный ресурс]. – URL: <https://roerich-lib.ru/index.php/n-k-rerikh-chelovek-i-priroda>. (дата обращения 28.03.2022).

7. Смирнов-Русецкий, Б. А. Горные пейзажи в творчестве Н. К. Рериха Журнал «Восход», №7 (291), Июль, 2018. – [Электронный ресурс] – URL: <https://rossasia.sibro.ru/voshod/article/52203> (дата обращения: 07.09.2020).

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ТЕОРИЙ В АРТ-ТЕРАПИИ ВО ВРЕМЯ СОЦИАЛЬНОГО КРИЗИСА, СПРОВОЦИРОВАННОГО ПАНДЕМИЕЙ КОРОНАВИРУСА

Гус Эфрат

профессор, руководитель магистратуры по арт-терапии для социальных работников, Университете Бен-Гуриона,, Израиль, г. Беер-Шева

Аннотация. Хотя существует много литературы по арт-терапии в контексте травм и катастроф, практически нет ни одной публикации, посвященной рассмотрению того, как арт-терапия может применяться в ситуациях долгосрочных кризисов на уровне сообщества, в частности, такого кризиса, который вызван пандемией коронавируса. Эта всемирная пандемия создала новые сдвиги в парадигме арт-терапии в сторону более общинной, системной. В этой лекции будут рассмотрены основные теоретические и методологические разработки в этом направлении, чтобы обогатить набор

инструментов арт-терапевтов, которые могут внести свой вклад в свои сообщества во времена кризисов и переходных периодов.

Ключевые слова: арт-терапия, пандемия, социальный кризис, социальная теория

USING SOCIAL THEORIES IN ART THERAPY WITHIN A SOCIAL CRISIS EVOKED BY THE COVID-19 PANDEMIC

Huss, Ephrat

*Professor, Chair of an MA in Art Therapy for Social Workers,
Ben-Gurion University of the Negev, Be'er Sheva, Israel*

Abstract. While there is much literature on art therapy in contexts of trauma and disaster, there is less literature on how art therapy can engage with a long-term «shared reality» community level crises such as the current COVID-19 pandemic. This world-wide community pandemic has created new paradigm shifts within art therapy towards a more community, systemic and strengths-based art therapy, that has much enriched art therapy. This lecture will outline central theoretical and methodological developments in this direction, to enrich the tool kits of art therapists to contribute to their communities in times of crises and transition.

Keywords: art therapy, pandemic, social crisis, social theory.

Введение. В настоящее время пандемия коронавируса заставляет нас осмыслить то, какое влияние пандемия оказывает на людей и сообщества, провоцируя повышение напряжения и социальные кризисы, а также то, какую роль при этом может иметь арт-терапия. Мы знаем, что арт-терапия выступает средством психологического воздействия, психотерапии, что она может использоваться в ситуации личностных кризисов. В то же время, я хотела бы обратить внимание на ее роль в ситуации общественного кризиса. Причем, это такой кризис, который не происходит где-то там, вдали от нас, а затрагивает

непосредственно нас, арт-терапевтов и клиентов. Этот кризис затрагивает наше представление о себе и мире. Это разделяемый нами всеми кризис реальности, то, что все мы переживаем совместно, что оказывает влияние на наши представления о мире.

Какую роль арт-терапевты, арт-терапия могут сыграть в преодолении этого коллективного кризиса реальности? Намерены ли мы и далее оставаться в нише привычной арт-терапевтической деятельности, или готовы выйти в более широкую общественную среду и начать решать те задачи, с которыми работают социологи, специалисты по социальной работе? Что особенного может дать искусство сообществу в период социального кризиса, вызванного пандемией? Можем ли мы как арт-терапевты повлиять на восприятие людьми себя и сообщества в целом?

Я хочу рассмотреть примеры влияния арт-терапии на ситуацию общественного кризиса. Будут показаны арт-терапевтические интервенции в общественную среду, такие интервенции, которые связаны с представлениями позитивной психологии, поддерживают эффективные копинг-стратегии, коммуникацию, позитивный образ сообщества, поиск смыслов жизни.

Арт-терапия в ситуации социальных катаклизмов

Я хочу начать с пояснения того, как пандемия влияет на атмосферу в обществе. Она вызывает переживание одиночества, приводит к разделению людей, утрате чувства уверенности – уверенности экономической, а также связанной со здоровьем, вызывает тревогу, потери привычного порядка жизнедеятельности и привычных ролей. На уровне семьи пандемия также стимулирует реорганизацию семейной системы. Например, это касается снижения количества контактов с пожилыми людьми, ограничения выходов детей и подростков на улицу, в социальную среду. Это также повышает уровень напряжения в семье, возможно, провоцирует насилие, в частности, в отношении женщин.

На индивидуальном психологическом уровне вследствие пандемии имеет место травматический опыт, поскольку люди теряют близких, работу, здоровье. Пандемия сопряжена с хроническим стрессом. Это также усугубляет те психологические проблемы и проблемы, связанные с психическим здоровьем, которые наблюдались до пандемии. На ее фоне начинают более отчетливо проявляться те психологические дефициты, которые имелись у личности.

Таким образом, пандемия сопровождается проявлением проблем индивидуального психологического характера, а также проблем на уровне семьи и социума. Каким же образом искусство может помогать в этой ситуации? Искусство дает людям ощущение контроля. Человек чувствует, что он может контролировать пространство рисунка, может создавать что-то и при этом быть успешным.

Во-вторых, занимаясь изобразительной деятельностью, изображая свои переживания, человек может создавать порядок. Он также может описывать словами то, что переживает. Он может организовать свой опыт.

В-третьих, благодаря занятиям искусством человек может сконцентрироваться на внутренних и внешних ресурсах. И наконец, через занятия творческой деятельностью человек может установить контакт с окружающими. Он может предъявить продукты своего творчества другим. Это очень важно в ситуации изоляции.

Мы можем по-новому использовать среду, занимаясь арт-терапией, применяя изобразительные материалы и создавая изобразительную продукцию в арт-центре, в социальном пространстве, в интернете. Можно было бы привести многочисленные примеры использования арт-терапии, изобразительного искусства в удаленном режиме общения. Так, можно демонстрировать на расстоянии свои рисунки, среду собственной квартиры, те или иные предметы. Можно по-разному вносить изобразительное искусство в онлайн-общение, устанавливая контакт, общаясь с теми, кто находится на большом

удалении, кто испытывает одиночество. Мы можем использовать искусство для формирования сообщества, внесения в общественную среду нашего телесного, эмоционального опыта и смыслов. Даже если мы не можем общаться непосредственно на телесном уровне, посредством искусства мы можем обогащать контакты между людьми.

Мы можем предлагать людям вести дневники, создавать наброски, посредством чего они могут упорядочивать свою жизни. Если они не могут заниматься привычной деятельностью, например, ходить на работу, то они могут выполнять регулярно какую-то творческую работу. Они могут передавать свой опыт и делиться им. Это все те формы работы, которые помогают поддерживать социальные связи, дух общности.

Мы также можем создавать онлайн сообщества, документировать жизни. Хочу показать некоторые примеры рисунков, созданных беженцами. Это беженцы из африканских стран, которые прибыли в Израиль. Проблемы беженцев также является сейчас серьезной проблемой для европейских стран. Искусство помогает создать общую реальность для многих людей, формировать связную картину мира. Через искусство мы можем быть приобщены к историям людей.

Очень важно, что, переживая пандемию, люди могут убеждаться, что они не одиноки, и что многие другие также имеют похожий опыт. Посредством создания рисунков и историй, отражающих травматический опыт беженца, люди могут избавляться от тягостных переживаний. Те переживания, которые человек держал в себе, становятся достоянием общества. Это то, что способно делать искусство, создавать общую историю, общую картину мира.

Я занимаюсь с группой пожилых людей. Они встречаются каждую неделю и показывают друг другу фотографии, отражающие события их жизни на регулярной основе. Группа встречается в zoom, что позволяет демонстрировать и обсуждать фотографии на расстоянии. Все фотографии в

совокупности позволяют создать нечто похожее на коллаж. Это может быть ярким примером коллективной интервенции через искусство.

Искусство позволяет затрагивать системные закономерности и проблемы, например, позволяет выражать опыт членов семьи, связанный с насилием. Не знаю, насколько это характерно для России, но в Израиле на фоне пандемии отмечается резкий всплеск домашнего насилия, поскольку люди оказались запертыми дома и не ходили на работу, были изолированы. На этом фоне мы можем использовать искусство, помогая, например, детям переключить свое внимание на игру и создание рисунков. Мы можем предлагать изображать то, как люди переживают ситуацию, находясь в семье, как они воспринимают семейную атмосферу. Можно передавать на рисунках, как изменилась ситуация в семье вследствие пандемии, и какие ресурсы имеются у семьи. От хаоса можно двигаться к более упорядоченной картине семейной жизни. Члены семьи могут вместе смотреть рисунки, повествующие об их совместной жизни. Этим можно заниматься и в режиме онлайн, и на базе общинных центров. Можно создавать повествования о семейной жизни, когда в этом участвуют все члены семьи.

Используя искусство, можно также передавать опыт конфликта ненасильственным путем. Взрослые могут передавать посредством рисунков и рассказов, что такое коронавирус. Для подростков, которые очень болезненно воспринимают изоляцию, занятия изобразительным искусством – это способ самовыражения и общения. Мы можем направить их творческую энергию, жизненную активность, в продуктивное русло.

На индивидуальном же уровне занятия изобразительным искусством могут помогать выражать чувства, связанные с восприятием других людей и социальных ситуаций, например, связанных с пребыванием в закрытой среде дома. Занятия искусством в рамках краткосрочных интервенций помогают актуализировать ресурсы. Это часто подчеркивается, когда речь идет об арт-

терапии. Она позволяет не только изображать проблемные ситуации, но и пути их преодоления. Благодаря творчеству, члены семьи имеют возможность больше времени проводить вместе и более тесно общаться, преодолевая чувство одиночества, обретая возможность по-новому оценить ситуацию на основе помощи другим людям.

Искусство может применяться для отреагирования напряжения, поиска путей решения проблем. Это важно, если речь идет о социальной арт-терапии. Мы не можем оставить людей с их переживанием напряжения. Необходимо показать путь решения проблем, определенный способ совладания с ситуацией. Это можно делать, занимаясь с группой онлайн или участвуя в занятиях на базе общинного центра. Можно даже устраивать выставки работ участников занятий на базе социального центра или на базе больницы. Это позволяет видеть, как разные люди справляются со стрессом, учиться друг у друга.

Переживая социальный кризис, люди могут начать воспринимать себя в качестве экспертов, знающих как с ним можно справиться. Они являются такими же экспертами, как и психотерапевт. Таким образом, люди вместе могут лучше понять, что такое стресс пандемии, и как с ним можно справиться. Судя по имеющимся данным исследований, мы можем заключить, что изобразительное искусство является важнейшим средством совладания со стрессовыми ситуациями социального кризиса. Индивидуальный опыт преодоления со стрессом может быть обобщен, давая широкую картину возможностей.

Заключение. Ситуация пандемии обостряет прошлые проблемы и добавляет новый травматический опыт, но, в то же время, создает условия для того, чтобы проработать эти прошлые нерешенные и новые сложные ситуации. Я хотела бы закончить свое выступление, приглашая коллег подумать о том, как искусство может помогать людям в ситуации пандемии поддерживать дух

живого сообщества, свою творческую идентичность, более ясно понимая уникальные достоинства искусства в ситуации социального стресса. Мы можем признать, что арт-терапия обладает значительным потенциалом в качестве инструмента социальной терапии. Мы не отказываемся от ее прежних достижений и возможностей, но добавляем в нее новое направление работы, связанное с работой с сообществом. Мы можем признать арт-терапию в качестве значимого фактора в ситуации социального кризиса.

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ МАСКОТЕРАПИИ У ПАЦИЕНТОВ ОТДЕЛЕНИЯ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ

Дарсалия О.В., Говорова Г.М., Борисова В.А.

*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В данной статье рассматривается маскотерапия как один из видов арт-терапии. Изучается история этой метода, этапы проведения маскотерапевтического сеанса, а также его эффективность при работе психолога.

Ключевые слова: арт - терапия, маскотерапии, групповая психотерапия

EXPERIENCE OF USING MASCO THERAPY IN PATIENTS OF THE CRISIS DEPARTMENT

Darsalia O.V., Govorova G.M., Borisova V.A.

*Professor N.P. Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo*

Abstract. This article discusses mask therapy as one of the types of art therapy. The history of this method, the stages of the mask therapy session, as well as its effectiveness in the work of a psychologist are being studied.

Keywords: art therapy, mask therapy, group psychotherapy.

Введение. В современной культуре личность перестала быть объектом внимания, тенденция к обезличиванию, бессубъектности приводит к возрастанию проблем самоидентификации, нарушениям внутреннего диалога, психологическим проблемам и психическим расстройствам.

Проблема «психической травмы» непосредственно связана с глубинными феноменами психики и рассматривается как аффективный след переживаний, сопряженных с определенным травмирующим событием – это некое внешнее событие, причинившее человеку, взрослому или ребенку, среде обитания вред, последствия которого переживаются настолько интенсивно, что сознательная часть психики не может их принять. Главным признаком травмирующего события является его внезапность. Травмирующее событие способно резко и неожиданно изменить жизнь человека, социальную ситуацию развития.

Методика лечения шизофрении и других крайне тяжелых форм психических заболеваний, которую разработал Гагик Назлоян, получила сегодня в кругу специалистов достаточно широкую известность. Суть этой необычной методики в следующем: врач в течение довольно длительного времени (от нескольких месяцев до года и больше) создает (лепит) из пластилина серию портретных изображений (масок) больного. Больной может первые недели или даже месяцы безучастно сидеть перед скульптурой, муссируя про себя или вслух свои проблемы (бред, навязчивые идеи, болезненные ощущения и т.п.). Но, в конце концов, он включается в процесс создания своих масок, начинает общаться с врачом (и по поводу своих портретов, и на другие темы).

Маскотерапия является развивающим и корректирующим методом. В клинике Rehab Family данный метод используется для лечения депрессий, неврозов, различных форм химической зависимости и др. [2]. Так, улучшение эмоционального фона при депрессии достигается уже после 3-4 сеансов

маскотерапии. Эффективность метода позволяет значительно снизить потребность пациента в базовой медикаментозной терапии и повышает ее эффективность. Уже на первой встрече, в течение 1–2 часов человек пробует воспроизвести себя, используя скульптурный пластилин. Начинает моделировать образ своего лица, являющегося образом его души. Ведь именно на лице отражаются все чувства и эмоции. Важной частью маскотерапии является групповая работа. Другие клиенты в группе также фиксируют выдающиеся черты характера в портрете, что способствует объективному восприятию своей личности. Работа проходит при открытых дверях, чтобы и родственники могли подтвердить принадлежность скульптурного лица пациенту, его несомненное сходство с ним, что ускоряет процессы обретения «своего лица».

Французское слово «masque» - «личина», обличие. Этрасское слово «phersu» - маска. В мифологии маска - это второе лицо, чужое лицо, фальшивое лицо. Она характеризует то, каким человек является самому себе и другим людям, но не то, каков он есть на самом деле. Это удобная маска, охотно надеваемая человеком и используемая им в своих целях. К.Г. Юнг считал Персону «фрагментом коллективной психики» [1]. Она представляет собой компромисс между индивидом и обществом по поводу того, кем кто-то является. В отношении индивидуальности того, о ком идет речь, Персона выступает «в качестве вторичной действительности, чисто компромиссного образования, в котором другие иногда принимают гораздо большее участие, чем он сам».

«Маска», как средство защиты личности от внешнего мира, говорит о ее страхах, о неспособности быть открытой к другим. И та, и другая маска являются формами ограничения способа выражения индивидуума. Примеряя и надевая маску для решения своих личностных задач, человек встраивает себя в границы выбранного образа, и теперь уже маска «навязывает» ему

характер взгляда и форму движения, спектр чувствования и логику мышления.

В психотерапии сфера использования масок весьма обширна: работа с детьми и взрослыми в групповом и индивидуальном формате, с проблемами адаптации в социуме, сложностях в интерперсональных отношениях, пограничных и психосоматических расстройствах, а так же на стадии реабилитации после выхода из кризисных состояний в формате суппортивной психотерапии [3].

Метод маскотерапии был разработан российским врачом – психиатром Г.М. Назлояном. В настоящее время он признан одним из самых эффективных методов клинической психотерапии, психореабилитации, нашел свое применение не только в лечении психозов и неврозов, но и в интегративной психотерапии и самопознании, творческом развитии личности.

Методики маскотерапии - скульптурное портретирование, терапевтический автопортрет, бодиарт-терапия, применяются в практике психологического консультирования для решения широкого круга проблем. Маскотерапия особенно эффективна при наличии у человека недовольства, или других особенностей восприятия своей внешности.

Модификацией метода маскотерапии Г. М. Назлояна, предложенной и используемой С. А. Кравченко, является этапность лечения, заключающаяся в инициации личности пациента для перехода на следующий уровень развития, через кризисные состояния, возникающие в ходе создания им своего лица.

этап - животный уровень (яйцо) - пренатальные и постнатальные вредности, родовые травмы. Интуитивно на физиологическом уровне человек отражает проблемы раннего возраста, при тяжелом психическом расстройстве он не может слепить яйцо.

этап - общечеловеческий (напоминает примитивные скульптуры древних людей).

этап - родовой уровень - человекоподобное лицо с признаками пола (часто пациенты испытывают трудности в выражении пола, что может указывать на проблемы в психосексуальной сфере).

этап - семейный, в скульптуре проступают родовые признаки (черты бабушек, дедушек и др.).

этап - индивидуальный (считается завершением лечения — стадия душевного благополучия) - открытие своего лица.

Начинается работа с маленького яйца. Каждый следующий этап начинается с увеличения формы, при этом предыдущий портрет не уничтожается, а остается внутри (в идеале к окончанию работы размер должен совпадать с истинным). Переход к следующему этапу происходит только после успешного воплощения образа в предыдущем. В отделении кризисных состояний используется метод маскотерапии по М. К. Мамардашвили, который отражает глубинную потребность человека в метаморфозах, создавая архетипический образ с использованием техник работы с папье-маше.

Маскотерапия на сеансах групповой психотерапии в отделении кризисных состояний Кузбасского клинического наркологического диспансера имени профессора Н.П. Кокориной применялась с целью работы со страхами и их проживания в арт - образах, выводя внутреннее глубинное состояние пациента на поверхность с помощью маски, выделяя здоровое начало из больного образа, для коррекции деструктивных форм реагирования, получения символического права на самовыражение, а так же для снижения внутреннего напряжения и поиска решений в сложных ситуациях.

Следует отметить, что характер участия в сессиях по маскотерапии, переживания самого хода работы с маской по-разному происходит в различных группах референтов. На наш взгляд, можно согласиться с наблюдениями Г. Назлояна относительно характера реагирования на

маскотерапию различных категорий психотических больных: от восхищения у референтов с демонстративным типом поведения до негативного отношения к процессу у реципиентов, находящихся в состоянии бреда, с симптомами паранойи [4]. Нейтральное равнодушное отношение можно наблюдать у дефектных и слабоумных респондентов.

Для лиц с невротической симптоматикой и для психически здоровых референтов работа с маской, как правило, носит заинтересованный, интенсивный характер. Вовлечение в процесс продуцирования нового образа себя связан с филогенетически заложенной потребностью в познания человеком своей природы. Посредством маски референт не только получает возможность для новых репрезентаций. Маска позволяет ему создать иное общеизвестному пространство исследования себя. В этом имагинативном пространстве он экспериментирует с теми качествами своей личности, которые были подавлены, вытеснены из сферы сознания под воздействием социального прессинга. Наблюдая себя в новом образе, человек не только освобождается от ригидных установок и связей, но и создает условия для разворачивания своего скрытого творческого потенциала.

Процесс маскотерапии, как правило, проходил в несколько этапов. На первом - разрабатывался и выполнялся эскиз маски, наделенной новым для данной личности экзистенциональным содержанием: силой, уверенностью в себе, внутренней свободой.

На втором - члены психотерапевтической группы лепили маски из кусочков бумаги техникой папье-маше на лице друг друга с учетом их индивидуальных особенностей (Рисунок 1).

На третьем этапе пациенты разрисовывали высохшие маски, доводя их до состояния художественной завершенности. (Рисунок 2).

Создав маску, человек надевает ее на себя и от имени этого Персонажа говорит. Это не придуманный диалог: вот я смотрю на маску и думаю, «что

бы я мог сказать через эту маску». Это не про карнавал и не про театр, в котором все роли заранее уже определены. Я надеваю эту маску и ощущаю себя внутреннего, прислушиваюсь к себе и когда «поднимается» информация, внутри меня появляется какая-то энергия, какая-то эмоция, какие-то слова изнутри меня, из тайников бессознательного, из пространства этого архетипа, вот эти слова я тогда и произношу. Поэтому нужна группа, которая будет это контейнировать и поддерживать.



Рис.1. Сеанс маскотерапии в Кузбасском клиническом наркологическом диспансере имени профессора Н.П. Кокориной

Основой для психотерапевтической работы на сеансах маскотерапии являются образы и ассоциации, возникающие во время создания скульптурного портрета собственного лица. Для психотерапевта не столько важен автопортрет пациента, сколько ассоциативные связи клиента при его создании, образы и личности, всплывающие синхронно портретированию. Так женщины часто видят образ любимого мужчины, у кого-то обнаруживается сходство с известным актером, деятелем искусства или родственником (часто значимыми только на подсознательном уровне).



Рис.2. Заключительный этап маскотерапии
В Кузбасском клиническом наркологическом диспансере
имени профессора Н.П. Кокориной

Человек начинает реально осознавать, что живет по чужому сценарию (например, в основе алкогольной зависимости внука может лежать большая значимость для него личности деда, также страдавшего алкоголизмом) и у него возникает желание «очиститься», жить собственной жизнью. По мере увеличения сходства, скульптура обеспечивает присутствие «двойника», к портрету возникают нежные чувства, возрождается внутренний диалог. Нахождение пациентом особенностей в своем лице приводит к катарсису («душевному очищению»), пониманию и принятию себя и своих проблем. Работа психотерапевта в маскотерапии заключается в создании среды и направляющей помощи, когда появляется привязанность пациента к своему лицу, он может прервать отношения с психотерапевтом.

Работа с маской получается очень глубокая, очень энергетическая, и люди очень часто говорят: «такое ощущение, что я стоял на каком-то энергетическом столбе, а как вышел из этого места, как будто снова стал самим собой. А когда стоял в этом месте, когда надел на себя эту маску, я как будто какой-то другой был, как будто я был «им» как раз». Поэтому маска

очень ненадолго надевается, на небольшое время человек входит в это пространство, для того чтобы вступить в этот контакт с силой этого архетипа.

Заключение. Многолетний опыт работы специалистов Кузбасского наркологического диспансера позволяет констатировать: в результате проведенной АРТ - терапии пациенты начинают активнее участвовать в процессе групповой и индивидуальной психотерапии, с большим желанием и откровенно делиться своими переживаниями, проявлять инициативу, строить планы на будущее. У них уменьшилась или полностью редуцировалась тревожная симптоматика. Созданный портрет остается в клинике, расставаясь с ним, пациент расстается и со своей болезнью.

Литература / References

1. Волкова, Л.А. Маскотерапия как актуальная методика воспитательной работы // Культура и образование. – Июнь 2014. - № 6 [Электронный ресурс].- URL: <http://vestnik-rzi.ru/2014/06/1581> (дата обращения: 01.04.2022).
2. Гуттенбюль-Крейг, А. Власть архетипа в психотерапии и медицине. - СПб.: Б.С.К., 1997. - 117 с.
3. Копытин, А.И. Основы арт-терапии. - СПб.: Аань. 1999. - 256 с.
4. Назлоян, Г.М. Зеркальный двойник. Утрата и обретение. Психотерапия методом скульптурного портретирования. М., 1994. 148 с.
5. Пурнис, Н.Е. Арт-терапия. Аспекты трансперсональной психологии. С-П.: Речь, 2008. 224 с.

**ТЕРАПИЯ ИСКУССТВОМ КАК МЕТОД ЛЕЧЕБНОЙ И
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В РЕАБИЛИТАЦИОННОМ
ОТДЕЛЕНИИ ДЛЯ ЛИЦ С НАРКОЛОГИЧЕСКИМИ
РАССТРОЙСТВАМИ**

Дубчак Ю.В., Шарф А.В., Лопатин А.А., Вострых Д.В.
*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово*

Аннотация. Проблема наркопотребления включает социокультурный, политический, медицинский и демографический аспекты, что определяет необходимость использования комплекса различных мер противодействия данному явлению. В отделении медицинской реабилитации одним из направлений лечебно-реабилитационной программы является арт-терапия. Уникальной методикой в рамках реализации направления «терапия искусством» функционирует театр-студия «Фламинго», в котором актерами являются пациенты, прошедшие курс реабилитации.

Ключевые слова: арт-терапия, профилактика, театр-студия «Фламинго».

**ART THERAPY AS A METHOD OF THERAPEUTIC AND PREVENTIVE
WORK IN THE REHABILITATION DEPARTMENT
FOR PEOPLE WITH DRUG DISORDERS**

Dubchak Yu.V., Sharf A.V., Lopatin A.A., Vostrykh D.V.
*Professor N.P. Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo*

Abstract. The problem of drug use includes socio-cultural, political, medical and demographic aspects, which determines the need to use a set of various measures to counter this phenomenon. In the Department of medical Rehabilitation, one of the directions of the treatment and rehabilitation program is art therapy. A unique technique within the framework of the implementation of the art therapy direction

operates the Flamingo Studio theater, in which the actors are patients who have undergone rehabilitation.

Keywords: art therapy; prevention; Flamingo Studio theater.

Проблема наркопотребления включает социокультурный, политический, медицинский и демографический аспекты, что определяет необходимость использования комплекса различных мер противодействия данному явлению. Российская Федерация, к сожалению, так же оказалась затронута этой глобальной проблемой. В нашей стране алкоголизм и наркомания стали настоящим бедствием, которое серьезно угрожает государственной экономике, состоянию здоровья населения и правопорядку [1]. Важную роль при этом играют различные превентивные и лечебно-реабилитационные программы, направленные на профилактику наркопотребления и его рецидивов, а также минимизацию его негативных последствий для личности и преодоления ее болезненного пристрастия к наркотикам [3]. Взаимодополняемость психологических, клинических (медицинских), педагогических и социотерапевтических методов в целях более эффективного предупреждения и лечения наркоманий очевидна и неизбежна. За последние годы значительный интерес в нашей стране и за рубежом вызывают методы арт-терапии и терапии искусством, основанные на лечебном применении различных форм творческого самовыражения.

По мнению Копытина А.С., Богачева О.В. арт-терапия представляет собой направление, ориентированное на развитие мотивации и интересов, творческого начала, на воспитание, формирование социальных навыков у выздоравливающих пациентов [2]. В отделении медицинской реабилитации для лиц с наркологическими расстройствами одним из направлений лечебно-реабилитационной программы является арт-терапия. В процессе реабилитации с пациентами проводятся занятия по музыкотерапии, библиотерапии, в

гончарной мастерской и театре-студии «Фламинго». Театр является уникальной методикой в лечебной и профилактической деятельности наркологического диспансера.

В театре-студии «Фламинго» уже на протяжении 19 лет занимаются пациенты, находящиеся как на этапе реабилитации, так и на этапе ресоциализации. Работу с ними проводят профессиональные режиссеры-педагоги, которые занимаются танцевальными тренингами, куклотерапией, сочинением историй, постановкой спектаклей по известным литературным произведениям. Участвуя в театре-студии «Фламинго» наркозависимые заполняют свободное от работы время занятием творческой деятельностью, тем самым восполняя чувство душевной пустоты, образовавшееся в результате употребления психоактивных веществ. От взаимодействия с режиссерами и публикой они получают положительные эмоции, возможность для самореализации и передачи собственного опыта выздоровления. В процессе длительных занятий формируется новый круг общения, трезвые интересы и установки.

Показы спектаклей театра-студии «Фламинго» являются важным звеном профилактической работы наркологического диспансера среди подростков «группы риска», родителей, имеющих детей с «проблемным» поведением, так как сопровождается активным участием подростков и их родителей в дискуссиях, направленных на формирование позитивного отношения к окружающему миру, желанию вести здоровый образ жизни. Данная работа осуществляется при поддержке Администраций города Кемерово и Кемеровской области, Министерства здравоохранения Кузбасса, Управления по контролю за оборотом наркотиков ГУ МВД России по Кемеровской области, которые оказывают содействие в организации показа спектаклей театра в части предоставления сценических площадок в театрах нашего города. Так, например, неоднократно показы спектаклей театра-студии «Фламинго»

проходили в звездном зале областного театра драмы им. В.А. Луначарского. Театр-студия «Фламинго» – участник встреч по распространению положительного опыта работы реабилитационных центров на территории Сибирского федерального округа – г. Томск (март 2012 г., апрель 2014 г.), г. Новосибирск (декабрь 2012 г.), г.Юрга (2019-2021 гг.); участник семинара-совещания «Развитие системы реабилитации и ресоциализации наркозависимых лиц» г. Иркутск (июль 2013 г.), Всероссийского Байкальского антинаркотического форума (май 2019 г.), проекта «Без комментариев...» (июнь, август 2021 г.).

С момента основания театра неоднократно спектакли показывались учащимся и студентам городов Кемерово, Новокузнецк, Прокопьевск, Мыски, Топки, Березовский, Томск, Новосибирск, Улан-Удэ, Белокуриха и других. Только в 2021 г. было показано более 30 спектаклей.

Одним из волнующих и запоминающихся показов был показ спектакля «Лети, моя душа» в Кузбасской Православной Духовной семинарии г. Новокузнецка, где состоялась встреча митрополита Кемеровского и Прокопьевского Аристарха с актерами театра-студии «Фламинго». Данная встреча явилась отправной точкой в осознании того, что участники театра двигаются в правильном направлении, занимаясь профилактической работой с подростками группы риска, наркозависимыми, их семьями, где они открыто заявляют о своей проблеме, о своих болезненных последствиях и способах ее преодоления.

Выступления театра-студии «Фламинго» всегда производят неизгладимое впечатление на присутствующую аудиторию. Научившись конструктивно выражать свои чувства, актеры театра-студии «Фламинго» искренне передают свои переживания о смысле жизни, добре и зле, любви и ненависти.

Театр-студия «Фламинго» неоднократно участвовал в фестивалях любительских театров, где получал высокую оценку профессионального жюри:

диплом за лучший спектакль «Единственная ревность Эмер» на V открытом творческом конкурсе самостоятельных режиссерских и актерских работ «Лестница» (апрель 2012 г.), диплом лауреата на I фестивале уличных театров «Театральная площадь» (июнь 2012 г.), Золотой диплом Международного фестиваля студенческих и молодежных театров «Встречное движение» (ноябрь 2019г.), диплом за оригинальное режиссерское прочтение VIII Всероссийского конкурса-фестиваля «Созвездие улыбок» в номинации «театральное искусство» (март 2021г.).

Деятельность театра-студии «Фламинго» высоко оценивается специалистами-превентологами в качестве эффективного профилактического инструмента в снижении уровня распространения наркологических расстройств в Кузбассе.

В перспективе работы театра-студии «Фламинго» – постановки новых спектаклей, активное участие в организации и проведении областных антинаркотических профилактических мероприятий, гастрольные выезды по городам области и других регионов России.

Литература / References

1. Полозов С.А. «Концепция единого стандарта первичной профилактики наркомании» М.: АО «ИД «Аргументы недели», 2018 – 383 с.;
2. Копытин А.С., О.В. Богачев «Арт-терапия наркоманий» М.: Психотерапия, 2012. – 172 с.;
3. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. «Профилактика наркомании у подростков», М.: Генезис, 2011. – 216 с.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ НАУКИ И ПРАКТИКИ

Евдокимова О.В., Водопьянова Я.С.

*Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский медицинский государственный университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В данной статье рассматривается значимость и развитие арт – терапии, как науки. Рассмотрены научные и философские основы интермодального подхода, некоторые аспекты практики интермодальной терапии искусствами, а также образование в области интермодальной терапии искусствами и профессиональные организации.

Ключевые слова: терапия искусством, возникновение арт-терапии, основные виды и направления.

MODERN DEVELOPMENT TRENDS ART THERAPEUTIC SCIENCE AND PRACTICE

Evdokimova O.V., Vodopyanova Ya.S.

*Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology
Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo*

Abstract. This article discusses the importance and development of art therapy as a science. The scientific and philosophical foundations of the intermodal approach, some aspects of the practice of intermodal arts therapy, as well as education in the field of intermodal arts therapy and professional organizations are considered.

Keywords: art therapy, emergence of art therapy, main types and directions.

Введение. Термин «арт-терапия» состоит из двух слов: «арт» искусство и «терапия».

Возникновение искусства включает в себя пять теорий:

1. Религиозная

2. Материалистическая
3. Эротическая
4. Теория подражания
5. Теория игры

Теория игры – искусство для преодоления трудных жизненных ситуаций. В процессе игры человек находит удовольствие и избавляется от своих волнений, страхов (страхов смерти). Пытается совладать с необъяснимыми и стрессовыми явлениями, с которыми он встречается в жизни.

В современной форме арт-терапия появилась гораздо позднее в начале 20 века. Появление её было не внезапным, прежде всего этому способствовало развитие искусства и разных направлений в нём. В дальнейшем этим стали интересоваться психологи и педагоги.

В этот же момент развивается психология, стали появляться первые междисциплинарные труды, которые обращались к практике душевно больных. Психологическая теория З. Фрейда, которая не оставила никого равнодушным. Его последователь стал формировать гуманистическое направление А. Маслоу, К. Роджерс и т.д.

Также развивалась педагогика, стали появляться авторские системы обучения (система Марии Монтессори, Вальдорфские школы и т.д.). Всё это способствовало возникновению арт-терапии, как дисциплины.

В 1938 году первое появление термина арт-терапия в работе Адриана Хилла. Чуть позже его берет на вооружение Маргарет Наумбург - американский психотерапевт, психоаналитик.

В своих трудах она начала использовать рисунки в работе с детьми. Прежде всего, она рассматривала рисунки, как инструмент работы с бессознательным. Через образы мы можем устанавливать связи со своим бессознательным, осознавать некоторые бессознательные процессы и переносить их на бумагу, а арт-терапевт их интерпретирует.

«Арт-терапия» - это форма психотерапии, в которой художественные практики используются как основной модуль коммуникации. Пациенты не обязательно должны обладать талантом в художественном творчестве. Основная цель – способствовать переменам и личному росту пациента через использование художественных материалов.

Характеристики арт-терапии:

1. Всегда есть цель. Выражение содержания своего внутреннего мира.
2. Проведение сеансов арт-терапия возможно только в присутствии квалифицированно специалиста, имеющего практику в каком-либо художественном направлении.
3. Арт-терапевт выполняет роль посредника в диалоге пациента со своим арт-объектом.
4. Арт-терапевтические сессии проходят в специально оборудованном помещении.

Виды арт-терапии:

1. Музыкальная терапия (работа с голосом, музыкальные инструменты);
2. Танце-двигательная терапия (танец);
3. Библиотерапия (работа с текстами);
4. Сказкотерапия (создание, написание сказок);
5. Песочная терапия (игры с песком);
6. Изобразительная и так далее.

Полимодалные направления (являются наиболее современными):

1. Интермодалная терапия экспрессивными искусствами (П. Книлл);
2. Человеко-ориентированная экспрессионная терапия (Н. Роджерс);
3. Мультимодалная терапия творчеством (Е. Буренкова).

Основная идея полимодальных направлений связана с тем, что все направления искусства между собой связаны. Каждое искусство может дополнять и подкреплять следующее.

Например, использование нескольких видов модальности за одну сессию. Начинаем терапию с рисунка, затем на основе рисунка создаём поэтическое послание, затем на основании последнего создаём танец.

Использование нескольких видов в одной сессии позволяет «углубить» опыт, переживание, более точно раскрывает послание. Позволяет арт-терапевту рассмотреть ситуацию с разных ракурсов.

Арт-терапевтическая направленность: клинический диагноз, психопрофилактика (травма, трудная жизненная ситуация), социальная (адаптация, реабилитация), развивающая (образование, личный рост).

Пример из практики «Кто Я?»

Эта техника проясняет роли, ценности, модели поведения, которые имеют значение в данный период жизни.

Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с нашим самовосприятием и принятием себя, своих особенностей. Отвечая на вопрос «Кто я?», чаще всего человек называет социальные роли (существительные) и характеристики-определения (прилагательные), с которыми он себя соотносит.

Задание к выполнению этой техники:

1. Напишите ответы на вопрос «Кто я?». Отвечать необходимо в столбик, нумеруя ответы.
2. Рядом с каждым ответом нарисуйте спонтанно возникший образ – иллюстрацию к слову.
3. Дайте название каждому рисунку.
4. Проранжируйте цвета - сделайте штрихи цветами, присутствующими в рисунке от самого приятного к менее приятным.

Два способа выполнения задания позволяют сравнить вербальные и невербальные характеристики, отражающие взаимодействие сознательных и бессознательных аспектов психики.

Рассмотрим выполнение этой техники на примере тридцатипятилетней женщины, назовем ее Катя. Катя замужем, имеет трёхлетнюю дочь, работает бухгалтером.

Вот так выглядят ее ответы на вопрос «Кто я?».



Рис.1. «Кто Я?»

При анализе полученных результатов обращаем внимание, сколько всего ответов. В нашем примере - восемь. Как правило, меньше десяти ответов дают люди скромные, неуверенные в себе. Им трудно находиться в центре внимания, говорить о себе, обсуждать особенности своей личности.

То, что в ответах много социальных ролей (больше половины), говорит о том, что, Катя живет, ориентируясь на правила и ожидания общества.

Смотрим, какие роли представлены в рисунке Кати. Всего их пять. На первом месте обозначение своего пола, Катя–женщина. Затем представлены

семейные роли – жена, мама, работник. Список ответов завершает – подруга. Отсутствуют роли «дочь», «сестра», хотя в жизни Кати мама и младшая сестра занимают большое место. По предыдущим встречам я уже знаю, что у Кати сложные отношения со своими родными, поэтому и сработало бессознательное нежелание их рисовать.

Прилагательные отражают качества личности, позволяют увидеть эмоциональное отношение человека к самому себе. Катя разрешает себе проявить только три эмоциональные характеристики, она – любящая плавать в бассейне, мечтательная и заботливая. Смотрим на привлекательность для автора использованных цветов (ранжирование) и их представленность в рисунке.



Рис.2. Привлекательность для автора использованных цветов (ранжирование)

Так, первый рисунок ассоциируется у Кати с радостью, цветок нарисован красным, самым привлекательным для Кати цветом, но, цвет платья женщины находится на последнем месте по привлекательности.



Рис.3. Первый рисунок Кати.

Обращаю на это внимание Кати. Именно осознание своего тела является ведущим фактором самовосприятия. Ася рассказывает недавно происшедшую с ней историю. Продавец в магазине одежды обратила внимание Катя на то, что с ее внешностью можно многое себе позволить. Она рассказывает эту историю тихо, но, улыбается, видно, что молодой женщине приятен комплимент продавца. Она действительно очень привлекательна, высока, стройна, с правильными чертами лица. В ее ответах на вопрос: «Кто я?» нет определений, связанных с внешностью и женщина на рисунке больше похожа на девочку, женские формы не нарисованы. Мама всегда говорила Кате, что она - некрасивая, жалела ее за это.

Заключение. Арт – терапия является наукой, которая помогает людям «понять себя». С помощью арт – терапии и специалиста, человек может разобраться в своей внутренней проблеме, найти из неё вход.

ОРГАНИЗАЦИЯ ТЕАТРА-СТУДИИ В РЕАБИЛИТАЦИОННОМ ОТДЕЛЕНИИ НАРКОЛОГИЧЕСКОГО ДИСПАНСЕРА

Еремина С.М., Дубчак Ю.В., Лопатин А.А., Зорохович И.И.

*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово*

Аннотация: В статье отражена история организации театра-студии «Фламинго» на базе реабилитационного отделения наркологического диспансера; рассмотрены результаты работы с использованием возможностей

театра, подтвержденные данными исследования показателей уровня семейной и социальной адаптации у пациентов, прошедших курс реабилитации.

Ключевые слова: театр-студия «Фламинго», терапия искусством (арт-терапия), реабилитационный процесс.

ORGANIZATION OF A STUDIO THEATER IN THE REHABILITATION DEPARTMENT OF A DRUG DISPENSARY

Eremina S.M., Dubchak Yu.V., Lopatin A.A., Zorohovich I.I.
*Professor N.P. Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo*

Abstract. This article reflects the history of the organization of the Flamingo studio theater on the basis of the rehabilitation department of the narcological dispensary; the results of work using the capabilities of the theater, confirmed by the data of the study of indicators of the level of family and social adaptation in patients who have undergone rehabilitation, are considered.

Keywords: Flamingo studio theater, art therapy, rehabilitation process.

В отделении медицинской реабилитации для лиц с наркологическими расстройствами широко используется метод лечения пациентов «терапией искусством». В рамках этого направления в августе 2011 года сотрудниками отделения был создан театр-студия «Фламинго». Руководителями театра-студии назначены профессиональные режиссеры-педагоги, которые являются частью наркологической бригады, а актерами становятся пациенты, находящиеся на этапе лечебно-реабилитационном процесса.

Этапами лечебно-реабилитационного процесса являются: мотивационный этап (30 дней), базовый этап (120 дней), постлечебный этап (60 дней), амбулаторный этап (30-90 дней). Занятия в театре-студии «Фламинго на этапах

лечебно-реабилитационного процесса позволяют получить следующие позитивные результаты:

1. обеспечивают эффективное эмоциональное отреагирование, придают (даже в случае агрессивного проявления) социально приемлемые, допустимые формы;
2. облегчают процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабоориентированных на общение пациентов;
3. дают возможность невербального контакта (опосредованного продуктом арт-терапии), способствуют преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит;
4. создают благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции (эти условия обеспечиваются за счет того, что изобразительная деятельность требует планирования и регуляции деятельности на пути достижения целей);
5. оказывают дополнительное влияние на осознание пациентом своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, создают предпосылки для регуляции эмоциональных состояний и реакций.

Работа в театре-студии «Фламинго» в отделении медицинской реабилитации проводится по нескольким направлениям: танцевальная терапия, сценическая речь, сочинение историй, куклотерапия.

Танцевальная терапия – помогает в осознании собственного тела, создания его позитивного образа, развитие навыков общения, исследование чувств и приобретение группового опыта [2]. Танцевальные движения в сочетании с физическими контактами и интенсивным межличностным взаимодействием вызывают очень глубокие и сильные чувства, как у самих пациентов, так и у зрителей. Ярким примером является постановка спектакля-размышления «Лети, моя душа» – музыкально-литературной композиции с элементами пластики на тему: «что такое душа», «что такое моя душа», когда

душа «поет», когда «плачет», как оказаться «в согласии со своей душой», что приводит нас к чувству «душевной гармонии».

Сценическая речь позволяет пациентам освоить нормы орфоэпического произношения слов родного языка, улучшает дикцию и постановку голоса. Сочинение историй, рассказов используется для оживления чувств пациента, вербализации образов, ассоциаций, символов, имеющих у пациента, для того чтобы притворить внутреннее беспокойство в конкретный образ и вдохновиться в творчестве. Литературное сочинение координирует, дисциплинирует ум и руку; воображение используется пациентом в созидательной форме, а не в виде грез и фантазий [3]. Члены группы оцениваются другими пациентами как думающие и творческие люди. Пациенты группы своей работой выражают решимость более активно и самостоятельно двигаться по пути к самоизменению и самореализации. По историям пациентов отделения медицинской реабилитации реализован спектакль-проект «Даренная Богом», спектакль-вербатим «Человек – кто ты?», спектакль «Свобода?». Главным акцентом спектаклей являются не драматичные истории, через которые прошли исполнители, а попытка понять, почему эти истории могли возникнуть, анализ поведения приведшего к зависимости.

Метод куклотерапии. В качестве основного приема коррекционного воздействия используется кукла как промежуточный объект взаимодействия пациента и психолога. Игра с куклой – это тот мир реальности, в котором живет пациент. Куклотерапия позволяет объединить интересы пациента и коррекционные задачи психолога, дает возможность самого естественного и безболезненного вмешательства психолога в психику пациента с целью ее коррекции или психопрофилактики.

Процесс куклотерапии проходит в два этапа: изготовление кукол и использование кукол для отреагирования значимых эмоциональных состояний. Процесс изготовления кукол также является коррекционным. Увлекаясь

процессом изготовления кукол, пациенты становятся более спокойными, уравновешенными. Во время работы у них развивается произвольность психических процессов, появляются навыки концентрации внимания, усидчивости, развивается воображение [1]. «Оживляя» куклу, пациент видит, что каждое его движение немедленно отражается на ее поведении. Таким образом, он получает обратную связь на свои действия. Пациент ощущает ответственность за «действия» куклы, за ее «жизнь»; может осознавать причинно-следственные связи между своими действиями и изменениями движений куклы; учится находить адекватное телесное выражение различным эмоциям, чувствам, состояниям; развивать произвольное внимание и способность к концентрации. Результатами работы с куклами стали спектакль по рассказам М.А. Булгакова «Чаша жизни», спектакль «Маленький принц», кукольная фантазия на тему русской народной сказки «Горшок».

Важным критерием эффективности развития арт-терапевтического направления театра-студии «Фламинго» является социальная адаптация пациентов, улучшения качества их жизни. Группа театра-студии «Фламинго» является динамичной, с разнообразным репертуаром спектаклей и открытой для вовлечения новых участников.

За период 2019-2021гг. в театре-студии «Фламинго» занимались 218 человек (100%) из числа пациентов отделения медицинской реабилитации, а в последующем театр регулярно посещали и принимали участие в спектаклях 37 пациентов (16,9%), успешно завершивших курсы медицинской реабилитации.

Как видно из таблицы 1 после курса реабилитации возобновили обучение в основном пациенты с незаконченным высшим образованием – 67 человек (28,4%). Один пациент в настоящее время является студентом факультета психологии Кемеровского Государственного Университета; он же продолжает работать в группе консультантом по вопросам зависимости.

Таблица 1.

Показатели уровня семейной и социальной адаптации у пациентов,
прошедших курс реабилитации в 2019-2021 годах

Показатели уровня семейной и социальной адаптации у пациентов		
	абс.	%
Количество пациентов		
Возобновление прерванного обучения	67	28,4
Поступление в ВУЗ	32	13,6
Возобновление взаимоотношений в семье	209	88,6
Создание семьи	30	13,0
Изменение круга общения	195	82,6
Улучшение социального статуса	111	15,2
Трудоустроились	129	54,5
Посещение театра-студии «Фламинго»	37	16,9

Большинство пациентов трудоустроены в первый месяц после окончания реабилитации, в настоящее время занятость составляет 54,5%. Благодаря полученным на этапе реабилитации профессиональным навыкам, части пациентов удалось получить лучшие, чем ранее места работы, что способствовало улучшению как их социального статуса (15,2%), так и материального положения. 30 пациентов (13,0%) создали новые семьи и восстановили здоровые семейные отношения.

Обобщая результаты, можно утверждать, что организация театра-студии «Фламинго» в отделении медицинской реабилитации наркологического диспансера позволяет добиваться не только отказа от употребления психоактивных веществ у большинства из пациентов, но и улучшить у них показатели уровня семейной и социальной адаптации.

Литература / References

4. Психотерапия: учебное пособие/ под ред. В.К. Шамрея, В.И. Курпатова. – СПб.: СпецЛит, 2012. – 496 с.;
5. А.С. Копытин, О.В. Богачев. Арт-терапия наркоманий: лечение, реабилитация, постреабилитация. – М.: Психотерапия, 2012. – 172 с.;
6. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. Практикум по сказкотерапии – СПб.: ООО «Речь», 2012. – 310 с.

ОПЫТ ПРОВЕДЕНИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПРОГРАММЫ ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.

Жегурова О.А.¹, Ржеуцкая Е.И.¹

¹*Кафедра психологии здоровья и отклоняющегося поведения
Санкт-Петербургский государственный университет,
Россия, г. Санкт-Петербург*

²*Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Мийнальская основная общеобразовательная школа», Россия,
п. Мийнола, Лахденпохский р-н*

Аннотация. В статье представлены результаты опыта проведения арт-терапевтической программы с младшими школьниками. Цель программы: развитие эмоциональной сферы. Были получены результаты в когнитивном (прирост знаний об эмоциях), эмоциональном (навыки рефлексии), коммуникативном и поведенческом аспектах.

Ключевые слова: арт-терапия, арт-терапевтическая программа, эмоции.

**THE EXPERIENCE OF CONDUCTING AN ART THERAPY PROGRAM
FOR THE DEVELOPMENT OF THE EMOTIONAL
SPHERE IN YOUNGER STUDENTS**

Zhegurova O.A.¹ Rzheutskaya E.I.²

¹The Department of Psychology of Health and Deviant Behavior, Saint Petersburg State University, Russia, Saint Petersburg

²Municipal State Educational Institution «Myinalskaya Basic Secondary School», Village of Myinola, Russia, Lahdenpokhsky District

Abstract. The article presents the results of the experience of conducting an art therapy program with younger students. The purpose of the program: the development of the emotional sphere. The results were obtained in cognitive (increase in knowledge about emotions), emotional (reflection skills), communicative and behavioral aspects.

Keywords: art therapy, art therapy program, emotions.

Введение. В большинстве культур детям в качестве эмоциональной саморегуляции предлагается справляться со своими эмоциями социально приемлемыми способами. Чаще всего под этим подразумевается подавление ряда эмоций, а также регуляция через чувства стыда и вины. [2] Однако, современная психология обращается к эмоциональной саморегуляции через распознавание, понимание своих эмоций, их экологичное проживание.

Согласно выдержке из резолюции Российской арт-терапевтической ассоциации, мы можем использовать арт-терапию с целью достижения более высокого качества жизни и развития человеческого потенциала. [1] М.В. Милосердова отмечает, что арт-терапия может быть направлена на решение следующих педагогических задач: воспитательной, коррекционной, диагностической и развивающей. [3]

С опорой на изложенные выше идеи, нами была разработана арт-терапевтическая программа для обучающихся младших классов с целью развития эмоциональной сферы.

Объект и методы исследования. Представленная к рассмотрению программа проводилась с обучающимися второго класса средней образовательной школы в октябре - ноябре 2021 года. Всего состоялось 5 встреч, периодичность – раз в неделю, длительность встречи 45 минут. В прохождении программы приняли участие 3 мальчика и 5 девочек в возрасте 8-9 лет. Все дети не имеют существенных трудностей физического и психического развития и могут быть отнесены к группе «нормы». Так как занятия проходили в период всплеска простудных заболеваний, на некоторых встречах было меньшее количество участников. Занятия проходили в привычном для детей учебном кабинете.

Целью составленной для участников программы была развитие эмоциональной сферы. В соответствии с поставленной целью были обозначены следующие задачи: знакомство с тем, какие есть эмоции; обучение распознавания их у себя и у других людей; обращение к своему актуальному эмоциональному состоянию.

Каждая встреча проходила по следующей схеме. Вначале занятия участникам предлагалось заполнить «дневник» - листок в половину формата листа А4. В «дневнике» участники обозначали то имя, каким бы они хотели сегодня называться. Им предоставлялось некоторое время, закрыв глаза, представить какого цвета сейчас их настроение. После этого в дневнике карандашом этого цвета заштриховать свое настроение. Далее следовало краткое обсуждение, где каждый участник показывал «свое настроение» и называл, какая у него основная эмоция. Центральную часть встречи занимало выполнение тематического упражнения с групповым обсуждением после его выполнения. Завершалось занятие заполнением «дневника»: «Какого цвета

сейчас твое настроение? Заштрихуй и назови какое оно, какова его основная эмоция».

Описание тематических упражнений.

Первое занятие: Техника на спонтанное рисование. Назначение: знакомство с работой в рамках арт-терапевтического направления; переключение с осознанного, «подконтрольного» рисования на спонтанное самовыражение. Описание: состоит из трех частей, каждая из которых длится по три минуты. Выполняется карандашами на 3 листах бумаги формата А4. Включает в себя поочередное рисование с закрытыми глазами «так как рисует рука» правой рукой (для левшей – левой), левой рукой (для левшей – правой), одновременно двумя руками.

Второе занятие: Техника на спонтанное рисование «Что я чувствую». Назначение: анализ актуального эмоционального состояния, возможность трансформации актуального эмоционального состояния. Описание: Предлагается закрыть глаза и прислушаться к тому, что сейчас чувствуешь, при этом не обязательно называть, что чувствуешь или описывать это. После подобрать карандаш того цвета, который наиболее близок к тому, что чувствуешь, закрыть глаза и начать водить карандашом по бумаге «так как рисует рука», сосредоточившись на своем эмоциональном состоянии, до тех пор, пока не захочется остановиться. На втором этапе присмотревшись к полученному рисунку состояния попробовать назвать его. Далее используя уже выбранный карандаш или другие, можно дополнить полученный рисунок (ограничить какие-то делали, усилить детали, оформить в образы, смягчить линии слома и т.д.).

Третье занятие: Упражнение «Что чувствует мальчик?» Назначение: знакомство с базовыми эмоциями, как они могут мимически выражаться, обращение к собственному опыту проживания базовых эмоций. Описание: Участникам выдается лист, на котором изображены 9 выражений лица

мальчика, переживающего разные эмоции. Последовательно совместно обсуждается каждое выражение лица, какую эмоцию испытывает персонаж. Предлагается сделать надпись с наиболее подходящей к персонажу эмоции и раскрасить тем цветом/цветами мальчика, которые больше всего подходят к этой эмоции.

Четвертое занятие: Техника «Монотипии: Плохая и хорошая эмоция»
Назначение: анализ своих эмоциональных состояний, которые субъективно воспринимаются как негативные и позитивные, возможность их трансформации. Описание: Предлагается представить последнее из пережитых эмоциональных состояний, которое субъективно воспринималось как негативное. Когда возникнет ощущение, что оно актуализировалось, берется краска/краски, ему соответствующие, и быстро наносятся в хаотичном порядке на лист («так как рисует рука», «так как чувствуется»), после этого берется второй лист бумаги и делается отпечаток рисунка. На втором этапе по такой же схеме проходит работа с состоянием, которое субъективно воспринимается как положительное. При пожелании участников можно добавить третий этап на изменение полученных рисунков.

Пятое занятие: Упражнение «Мой дом эмоций». Назначение: анализ своих часто переживаемых эмоций, составление «карты» наиболее значимых эмоций. Описание: Участникам выдается лист, на котором изображен дом, с входной дверью, 6 окнами, крышей с трубой. Дается инструкция: «Представь, что это дом, в котором живут твои эмоции. Подумай, какие это эмоции, какое место они занимают в этом доме, какого они цвета. Засели их в дом с помощью разных цветов».

Методы исследования: применялись только качественные методы исследования, а именно наблюдение (анализ динамики настроения с помощью заполненных «дневников» в начале и в конце занятия, в ходе всего цикла занятий; изменений в реагировании и использовании поведенческих схем в

ходе занятий; описание и комментарии своих работ, а также соответствие комментариев нарисованному), анализ созданных рисунков (задействованная площадь поверхности, интенсивность штриховки, спектр используемых цветов).

Результаты и их обсуждение.

Нами были замечены следующие изменения.

1. В называемых эмоциях и чувствах при заполнении дневников и при выполнении центральных упражнений. Если на первых двух встречах участники обозначали в качестве настроения: «хорошее», «веселое», то далее помимо указанных вариантов появились: «спокойное», «грустное», «усталое». При выполнении упражнений ребята стали называть такие эмоциональные проявления, как «тревога», «печаль», «одиночество», «заинтересованность», «злость», «боль», «обида».

2. В проявлении свободы при заполнении дневников и выполнении упражнений. От встречи к встрече увеличивалось время выполнения заданий. Ребята с большим интересом и включенностью рисовали, применяя все больше цветов и заполняя все большую поверхность листов. Усилились интенсивность штриховки и яркость рисунков. В самом процессе деятельности наблюдалась все большая спонтанность и снижался контроль.

3. Поведенческие изменения. По мере прохождения занятий ребята стали проявлять большую инициативу. Например, менялись местами, занимая в классе более удобное для себя расположение. На последней встрече они предложили показывать и рассказывать о своих работах не с того места, где они выполнялись, а выходя в центр, чтобы всем было видно рассказчика (получилась импровизированная сцена). Важно заметить, что наблюдалась динамика в выражении эмоционального состояния: от сдержанности к большему внешнему проявлению (более громкие высказывания, смех и ряд других невербальных проявлений).

4. Изменения в контакте с ведущим занятия. В начале ребята больше отвечали на вопросы ведущего и спрашивали разрешения на какие-либо действия. Постепенно, начиная со второй встречи, они стали давать комментарии, задавать вопросы, а также делиться своими жизненными историями и взволновавшими их накануне событиями. Надо отметить, что, выполняя упражнения по знакомству со своими эмоциями, ребята начали говорить о значимых для них отношениях с близкими людьми.

Заключение. Подводя итог, можно сказать, что описанная программа позволяет младшим школьникам расширить познания в области того, какие бывают эмоции, и как они обозначаются; способствует развитию спонтанности, экспрессии и самовыражения; развивает навыки рефлексии и коммуникации.

Литература/ References

1. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии. СПб.: Речь, 2010 – 256 с.
2. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. – 9-е изд. СПб., 2005. – 940 с.
3. Милосердова М.В. Психолого-педагогическое сопровождение развития творческих способностей младших школьников с использованием арт-терапии/ Приоритеты и ценности воспитания и развития личности в современном социуме. Материалы научно-практической конференции (с международным участием). Рязань, 2020. С. 80-84

АРТ-ТЕРАПИЯ В БОРЬБЕ СО СТРЕССОМ

Жуланова В.В.

*Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский медицинский государственный университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация: В данной статье рассмотрено теоретическое и практическое значение арт-терапии в борьбе со стрессом, решении психологических проблем

человека, нормализации его самочувствия и поддержании стабильного состояния.

Ключевые слова: арт-терапия, психотерапия, стресс, арт-терапевтические упражнения.

ART THERAPY IN THE FIGHT AGAINST STRESS

Zhulanova V.V.

*Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology
Kemerovo State Medical University, Kemerovo*

Abstract. This article discusses the theoretical and practical significance of art therapy in dealing with stress, solving psychological problems of a person, normalizing his well-being and maintaining a stable condition.

Keywords: art therapy, psychotherapy, stress, art therapy exercises.

Введение. В настоящее время одним из самых популярных направлений психотерапии является арт-терапия. Данное направление включает в себя достижения разных областей науки - культурологии, психологии, медицины, педагогики - не только помогает в лечение различных заболеваний, но и во многом успешно решает психологические, педагогические, социальные проблемы, как отдельных людей, так и социальных групп.

В историческом развитии арт-терапии можно выделить три этапа:

- этап предшественников и основоположников арт-терапии (до конца 1950-х гг.);
 - этап начального становления профессии арт-терапии (1960-1980 гг.);
 - этап «созревания», переход к доказательной арт-терапии (1990-2000 гг.)
- [1].

Термин «арт-терапия» впервые был использован английским художником Адрианом Хиллом. В 1938 году он лечился в туберкулезном санатории, где

начал учить других пациентов рисовать. Во время занятий Хилл обнаружил, что творчество помогает пациентам справляться с эмоциональными переживаниями и легче переносить физическую боль. Через некоторое время он создал специальную программу, в рамках которой в больницах Англии выставлялись репродукции всемирно известных художников, проводились семинары по искусству. А. Хилл опубликовал свои идеи в работе «Искусство против болезней» (1945).

В 1964 году Адриан Хилл основал Британскую ассоциацию арт-терапии, а в 1969 году за ней последовала Ассоциация арт-терапевтов Америки. Создание этих профессиональных организаций ознаменовало начало второго этапа в становлении арт-терапии как профессии. Именно с этого момента началось активное практическое применение методов арт-терапии; были разработаны первые обучающие программы обучения арт-терапии в Великобритании и США; начали проводиться первые научные исследования, описывающие случаи; арт-терапевты обрели свою профессиональную идентичность, и арт-терапия стала отдельной дисциплиной.

«В 1982 г. Британский Департамент Здравоохранения и Социальной Безопасности принимает закон, регламентирующий профессиональную роль и оплату труда арт-терапевтов. Великобритания стала первой страной, где вступил в силу закон, связанный с арт-терапевтической деятельностью» [2].

Профессиональное становление арт-терапии в России началось гораздо позже. Психиатры и психотерапевты Малиновский П.П., Э.Бабаян, Хайкин Р.Б., Бурно М.Е. сыграли важную роль в популяризации терапевтических возможностей творчества в нашей стране. Они отметили благотворное влияние этой деятельности на состояние пациентов [3 - 5].

Интерес исследователей к арт-терапии возродился в конце 1980-х и начале 1990-х годов. В это время создаются специализированные выставки работ душевнобольных, в Москве открывается музей аутсайдеров, набирает

силу движение арт-терапии - в 1997 году в Санкт-Петербурге была основана Арт-терапевтическая ассоциация.

В настоящее время творчество является предметом исследования не только психотерапевтов, но и психологов, искусствоведов, педагогов, социологов и социальных работников.

«Арт-терапия - это терапевтическое направление, связанное с использованием пациентом различных визуальных материалов и созданием визуальных образов, процессом визуального творчества и реакциями организма пациента на созданные им продукты творческой деятельности, отражающие особенности его психического развития, способностей, личностных особенностей, интересов, проблем и конфликтов» - такое определение дается в информационном бюллетене Американской арт-терапевтической ассоциации.

В широком смысле, под арт-терапией, мы понимаем психотерапию, основанную на творчестве, искусстве. В узком смысле – одна из форм психотерапии, наряду с танцевально-двигательной терапией, музыкотерапией, драматерапией.

Выделяют следующие функции арт-терапии:

- катарсическую (очищающую, облегчающую, освобождающую от негативных эмоций);
- регулятивную (моделирование положительного эмоционального состояния, устранения нервно-психического напряжения, нормализация психосоматических процессов);
- коммуникативно-рефлексивную (оказывающую коррекцию социальных нарушений общения и формирование адекватного поведения, установки здоровой самооценки) [6].

Так как арт-терапия фокусируется на самом творческом процессе, особых навыков и талантов в ней не требуется. Принять участие могут практически все

желающие, любого пола и возраста. Методы арт-терапии идеально подходят для людей, которым затруднительно выразить свои чувства и эмоции словами.

Сеансы Арт-терапии могут проходить как в индивидуальной форме, так и в групповой.

Индивидуальная форма арт-терапии применяется по отношению к клиентам, которые не подлежат вербальной психотерапии (пожилые люди с нарушениями памяти, олигофрены), к детям и взрослым, испытывающим трудности в вербализации своих внутренних конфликтов (например, из-за трудностей с речью, аутизма).

Работа арт-терапевта с пациентом носит недирективный характер: арт-терапевт старается не вмешиваться в работу пациента, проявление эмоций, его комментарии по поводу работы; он не предлагает готовых решений, следит за динамикой состояний пациента, подстраиваясь под его индивидуальный темп работы.

Групповая форма арт-терапии отличается от индивидуальной тем, что предполагает демократическую атмосферу; она меньше зависит от специалиста; позволяет решать общие проблемы членов группы; связана с взаимной поддержкой [7].

Групповая арт-терапия помогает избавиться от застенчивости, позволяет более открыто общаться с людьми. Искусство восстанавливает доверие и учит взаимопониманию. Выбор формы арт-терапии зависит от индивидуальных особенностей клиента, его эмоциональных и поведенческих расстройств, а также от травмирующей ситуации.

Методы арт-терапии работают во многих случаях: эмоциональные проблемы (подавленность, агрессия, повышенная тревожность и т. д.); посттравматическое стрессовое расстройство; депрессия, стресс; межличностные конфликты в отношениях (с родителями, детьми, друзьями, между супругами); заниженная или завышенная самооценка; психологическая

травма (суицид, насилие, потеря близкого человека); невротические расстройства (синдром Дауна, аутизм); физическая болезнь (слепота, паралич, болезни ОДА, рак); зависимость (алкоголизм, наркомания). И это не полный список случаев.

В процессе арт-терапии происходит диагностика, проработка и коррекция захватывающих событий. Выполняя любую из техник, клиент не думает о конечном результате, он полностью посвящает себя ее выполнению, учится самовыражению, дает возможность выплеснуть накопленную энергию. В то же время вы всегда можете выбрать наиболее интересную и близкую клиенту форму работы.

Во-первых, как и в арт-терапии, социальная работа уделяет внимание отношениям, которые складываются между специалистом и клиентом. В ходе работы специалист по социальной работе должен постараться расположить клиента так, чтобы он мог свободно выражать свои проблемы. Для состояния внутренней безопасности клиента, открытости и доверия к специалисту важным условием является создание «безопасного» пространства.

Во-вторых, выполняя свои профессиональные роли (консультант, посредник, помощник и т.д.), специалист по социальной работе может использовать различные вмешательства (образовательные, стимулирующие, диагностические). Для корректирующего и профилактического воздействия на эмоциональное состояние клиента арт-терапевт также должен быть наделен такой функцией.

В-третьих, взаимодействия и в арт-терапии, и в деятельности специалиста по социальной работе включают вербальное и невербальное поведение [8]. Активное наблюдение, получение и анализ информации разного уровня, умение применять механизмы обратной связи – лишь некоторые задачи специалиста по социальной работе.

В-четвертых, мы видим, что связь между арт-терапией и реальной социальной работой соответствует общему принципу гуманизма, то есть признанию человека и его прав высшей ценностью и концепции активизации жизненной силы, признания способности человека улучшать и воспроизводить жизнь (Григорьев С.И.).

И в-пятых, цель данной работы - решение психологических проблем человека, нормализация его самочувствия, поддержание стабильного состояния.

Примеры арт-терапевтических заданий в борьбе со стрессом:

1. Упражнение «Тайник для эмоций» [9]. Если вас обуревают слишком сильные эмоции, найдите символическое место, где вы можете их оставить. В качестве такого хранилища подойдет любая коробка или конверт. Выберите контейнер, который можно закрыть так, чтобы содержимое не было видно. Украсьте свою шкатулку так, как вы хотите. Нарисуйте свои чувства на бумаге, соберите фотографии, найдите все, что вызывает данные чувства и переживания. Положите его в специально созданное тайное место - пусть оно хранит вашу боль, сожаление, гнев или тревогу. Если вам это поможет, то продолжайте делать эту практику постоянной, скрывая все негативные эмоции, которые вы испытываете. Превратите свои действия в ритуал: иногда вынимайте свои чувства из хранилища и смотрите на них. Это усилит работу воображения и в конечном итоге поможет справиться с эмоциями и найти выход из стрессовых ситуаций.

2. Ведение художественного дневника чувств [9]. Заведите для себя дневник или альбом. И выражайте свои мысли, чувства и эмоции в виде рисунков, абстракций. Обращайтесь к нему всегда, когда почувствуете необходимость выразить свои эмоции.

3. Упражнение «Приятные воспоминания». При работе с людьми, пережившими травму, воспоминания о счастливых событиях могут помочь

переосмыслить и преодолеть негативные переживания, тем самым способствуя устранению симптомов посттравматического стресса. И особенно, если задействован сенсорный опыт, связанный со счастливыми событиями [10], вы можете давать задания на создание визуальных образов (рисунков или коллажей), связанных с приятными событиями прошлого, что сопровождается оживлением приятных воспоминаний и ощущений. Примеры тем: «Мои счастливые воспоминания о детстве и юности», «Моя любимая игрушка», «Мое хобби», «Место, где я чувствую себя счастливым» и другие.

В ходе научного исследования среди учащихся КемГМУ лечебного факультета был проведен эксперимент. Студентам предложили провести перерыв за выполнением упражнения арт-терапии. Были выданы распечатанные узоры-раскраски, цветные карандаши и фломастеры. Среди пятидесяти испытуемых 95% - почувствовали расслабление и снижение тревожности; 5% - не заметили изменений в своем самочувствии. В ходе эксперимента можно сделать вывод, что самое простое упражнение арт-терапии благотворно повлияло на эмоциональное и психическое состояние обучающихся во время учебного процесса.

Заключение. В социальной работе арт-терапия рассматривается в первую очередь как технология, включенная в социальную терапию, наряду с трудотерапией, терапией самообразования, социотерапией и т.д. Потенциал арт-терапии очевиден. Однако из-за слабого развития методологии, отсутствия современной научно обоснованной концепции она еще не является системной в деятельности специалистов по социальной работе и в основном используется по принципу личных предпочтений. Поэтому, на мой взгляд, важно определить технологические аспекты применения методов арт-терапии, ее специфические функции и особенности. Вопрос о влиянии конкретных техник арт-терапии на разные группы клиентов, целесообразности выбора в зависимости от выявленных проблем человека, а также критериев оценки результатов арт-

терапии в каждом конкретном случае остается малоизученным. Эти вопросы требуют дополнительных исследований.

Литература / References

1. Копытин, А.И. Арт-терапия в контексте культуры и технологии // Материалы первой московской международной конференции по терапии искусством «Арт-терапия и творческое самовыражение в сохранении здоровья и развитии человеческого потенциала», Москва, 9-11 апреля 2010 г. – М., 2010.
2. Калиш, И.В. Арт – терапия в системе методов психологического консультирования студентов // Системная психология и социология, №9, 2014г.
3. Бабаян, Э.А., Морозов Г.В., Смулевич А.Б., Морковкин В.М. Изобразительный язык больных шизофренией. В 3 т. Базель, Sandoz Ltd, 1982-1984.
4. Хайкин, Р.Б. Художественное творчество глазами врача. М.: Наука, 1992.
5. Бурно, М.Е. Терапия творческим самовыражением. М.: Медицина, 1989.
6. Колягина, В.Г. Арт-терапия и арт-педагогика для дошкольников. – М.: Прометей, 2016.
7. Киселева, М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. – СПб.: Речь, 2007
8. Фирсов, М.В., Студенова Е.Г. Теория социальной работы. М.:ВЛАДОС, 2001.
9. Малкиоди, К. Палитра души. Преобразующая сила искусства: путь к здоровью и благополучию. - К.: «София»; М.: ИД «София», 2004
10. Мальчиоди, К. Творчество и мозг // Арт-терапия - новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. - М.: Когито-Центр, 2006.

ДИНАМИКА ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ БОЛЬНЫХ ПОЛИНАРКОМАНИЕЙ В ХОДЕ ТРЕНИНГА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА

Иванова А. В.

*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени
профессора Н.П.Кокориной, г. Кемерово, Россия*

Аннотация. В статье обоснована актуальность разработки и внедрения в практику современных методик и технологий оказания специализированной наркологической медицинской помощи. Описаны особенности ценностно-смысловой сферы личности больных полинаркоманией в соответствии с которыми определены направления психокоррекционного воздействия. Представлены изменения содержательных и динамических аспектов функционирования ценностно-смысловой сферы личности больных полинаркоманией в ходе тренинга развития личностного потенциала.

Ключевые слова: психодрама, ценностно-смысловая сфера, актуальное смысловое состояние, психологическое сопровождение, больные полинаркоманией.

THE DYNAMICS OF THE VALUE AND MEANING SPHERE OF POLYDRUG PATIENTS IN THE DURING THE TRAINING FOR THE DEVELOPMENT OF PERSONAL POTENTIAL

Ivanova A. V.

*Professor N.P.Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo*

Abstract. The article substantiates the relevance of the development and introduction into practice of modern methods and technologies for the provision of specialized narcological medical care. The features of the value-semantic sphere of the personality of patients with poly-drug addiction are described, according to which the directions of psychocorrective influence are determined. Changes in the content

and dynamic aspects of the functioning of the value-semantic sphere of the personality of patients with poly-drug addiction during the training of personal potential development are presented.

Keywords: psychodrama, value-semantic sphere, actual semantic state, psychological support, patients with polydrug addiction.

Введение. Сохраняющиеся высокие показатели болезненности и заболеваемости наркоманией, значительное увеличение тяжелых соматических расстройств и смертности среди лиц с данной патологией, появление все новых наркотических агентов ставит задачу активной разработки и внедрения в практику современных методик, технологий и программ оказания специализированной наркологической медицинской помощи.

Представитель психоаналитического направления психологии А. Адлер в своих работах отмечал влияние социального окружения на проявление различных нарушений у пациентов. По мнению А. Адлера в групповом контексте выявляются неадаптивные модели межличностного поведения и происходит их коррекция. В основе групповой работы лежит осознание ценностей личного опыта, актуальной жизненной ситуации и целей будущего.

Огромный вклад в развитие групповой психотерапии внес основоположник групповой психотерапии Я. Морено, который является основателем метода психодрамы.

Большое влияние на развитие групповой психотерапии оказали работы К. Роджерса. По мнению К. Роджерса несоответствие «я реального» и «я идеального» в структуре Я-концепции личности приводит к нарушениям психологической адаптации, развитию эмоциональных расстройств, повышению тревожности и формированию аддиктивного поведения. Автор считает, что несоответствие глубинных личностных ценностей социальным ценностям и установкам является главным источником проблем личности.

Ранее нами было проведено исследование ценностно-смысловой сферы больных полинаркоманией.

На основании полученных результатов были сделаны следующие общие выводы:

1. Система ценностно-смысловых ориентаций у больных полинаркоманией имеет выраженный диффузный характер, а сами ценности дефицитарны, десинхронизированны и слабо осмыслены.

2. В исследуемой группе наркологических больных отсутствуют типы АСС с выраженным локусом осмысленности прошлого (2-й, 4-й, 6-й), что характеризует респондентов как людей, не принимающих на себя ответственность за результаты своей жизнедеятельности в прошлом.

3. У больных полинаркоманией низкий процент продуктивных типов АСС (5,88%).

4. Временные локусы субъективной реальности больных полинаркоманией десинхронизованны, жестко локализованы во времени, граница между ними непроницаема, личностные смыслы лишены направленности и временной перспективы и носят адаптационный характер

5. Программа психологического сопровождения в рамках третичной профилактики может базироваться на методологических принципах ценностно-смысловой сферы развития личности, ориентируя процесс реабилитации на переосмысление ценностей личного опыта, актуальной реальной жизненной ситуации и целей будущего.

Выявленные особенности ценностно-смысловой сферы больных полинаркоманией задают основные направления психокоррекционной работы в рамках программ третичной профилактики наркомании. Нами выделены следующие направления психокоррекционного воздействия:

1) работа с прошлым пациента - критическое осмысление негативных последствий употребления психоактивных веществ. Осмысленность ценностей

личного опыта способствует повышению ответственности за эффективность лечения и повышает уровень мотивации на выздоровление.

2) работа с будущим пациента, помощь в построении и интернализации конструктивного образа своего будущего. Постановка краткосрочных и долгосрочных жизненных целей поможет наркозависимому сосредоточиться на выздоровлении, осознать его необходимость.

3) интеграция пациента в новые условия жизнедеятельности посредством осмысления ценностного потенциала личности, т.е. главная задача прихоркоррекции – это повышение субъектности личности.

Исходя из вышеизложенного, была поставлена **цель** данного исследования: выявить особенности изменения ценностно-смысловой сферы больных полинаркоманией в ходе тренинга развития личностного потенциала. В соответствии с поставленной целью нами была разработана и апробирована программа тренинга развития личностного потенциала. В ходе реализации тренинга использовались приемы и техники клиентоцентрированной терапии К.Роджерса, логотерапии В. Франкла и групповой терапии Я. Морено.

В проведенном нами тренинге приняли участие 23 пациента отделения медицинской реабилитации для лиц с наркологическими расстройствами №1 ГБУЗ ККНД имени профессора Н.П.Кокориной. Сессии проходили 2 раза в неделю, продолжительность одной сессии 2,5 – 3 часа. Каждая сессия состоит из трех стадий: разогрева, драматического действия и шеринга. Длительность формирующего эксперимента – 3 месяца. Контрольную выборку составили пациенты, не посещавшие тренинг. В обеих выборках было проведено 2 диагностических среза – констатирующий и контрольный.

Для оценки особенностей ценностно-смысловой сферы и смысложизненных ориентаций участников группы до и после тренинга использовались следующие методики: тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева, тест Рокича.

В формирующем эксперименте применялись методы тренинговой работы: групповая дискуссия, драматизация, инсценирование, ролевые игры, метод символического самовыражения и др. [2].

Разыгрывая на сцене эпизоды из своей жизни (прошлого, настоящего или будущего) пациенты получают возможность осознать последствия своей болезни, сформировать конструктивный образ желаемого будущего, осмыслить личностный потенциал [1,3,5]. В своей работе З. Морено описал этот процесс как «способ безнаказанно жить, несмотря на совершенные ошибки» [4].

Сравнительный анализ групп до и после тренинга показал, что изменения ценностно-смысловой сферы значительнее в экспериментальной группе по сравнению с контрольной.

Анализ динамики актуальных смысловых состояний испытуемых в ходе тренинга показал значительное повышение 7 и 8 типов АСС (наиболее продуктивных), повышение 2-го и 4-го типов АСС с выраженным локусом осмысленности прошлого и существенное снижение 1 типа АСС с низкой осмысленностью всех трех временных локусов и как следствие дискретное восприятие своей жизни в целом.

По результатам сравнительного анализа с использованием Т-критерия Стьюдента предпочтения ценностей после прохождения тренинга выглядят следующим образом: на первом месте здоровье, на втором – любовь, так же значимыми ценностями выступают ценности жизненной мудрости и свободы, в контрольной группе, в среднем оказались значимо (при $p < 0,05$) более предпочтительными ценности активной деятельной жизни, жизненной мудрости, красоты природы и искусства, познания и развития; значимо менее предпочтительными выступили ценности материально обеспеченной жизни и общественного признания.

Таблица 1

Распределение типов актуальных смысловых состояний исследуемых до и после тренинга, абс.(%)

тип АСС	Исходные данные	После тренинга
1	9 (39%)	2 (9%)
2	-	1 (4,5%)
3	5 (22%)	3 (13%)
4	-	1 (4,5%)
5	3 (13%)	-
6	3 (13%)	1 (4,5%)
7	2 (9%)	6 (26%)
8	1 (4,5%)	9 (39%)
Всего	23	23

Среди инструментальных ценностей, статистически значимо более предпочитаемыми после тренинга, выступают: «исполнительность» (M=7,16), «ответственность» (M=5,65), «самоконтроль», в контрольной группе значимо более предпочтительными являются «жизнерадостность» (M=5,14), «независимость» (M=6,24), «честность» (M=8,76), «чуткость» (M=9,08).

Таким образом, в специально организованных условиях тренинга по развитию личностного потенциала наблюдаются существенные изменения как содержательных, так и динамических аспектов функционирования ценностно-смысловой сферы личности больных полинаркоманией, тогда как без специальных воздействий они незначительны и малочисленны.

Литература / References

1. Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 1999. – 364с.

2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. – 2-е изд., перераб., и доп. – М.: Издательство «Ось – 89», 200. – 224с.
3. Киппер Д. Клинические ролевые игры и психодрама. – М.: Класс, 1993. – 162с.
4. Морено Я. Психодрама: Пер. с англ. – М.: Апрель Пресс, Изд-во «ЭКСПО- Пресс», 2001. – 528с.
5. Москвитин П.Н., Фаттахов Ш.Л. Выход из наркотического тупика: метод позитивной психодрамы. – Новокузнецк., 2006. – 288с.

ВОЗМОЖНОСТИ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ В ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Калакуцкая А. А.

*Кафедра ЮНЕСКО Культурно-историческая психология детства
«Московский государственный психолого-педагогический университет»
Минобрнаука России, Россия, г. Москва*

Аннотация: В статье представлен анализ понятия «метафорические ассоциативные карты» с точки зрения культурно-исторической теории. Описаны возможности расширения сфер использования метафорических карт в практической психологии. Выявлены особенности работы с метафорическими картами у людей, которые имеют образование и опыт работы в сфере искусства, по сравнению с другими испытуемыми.

Ключевые слова: метафорические ассоциативные карты, знак, значение, художественные способности.

OPPORTUNITIES OF METAPHORICAL ASSOCIATIVE CARDS IN PRACTICAL PSYCHOLOGY

Kalakutskaya A.A.

*UNESCO Chair of Cultural-Historical Psychology of Childhood
Moscow State University of Psychology and Education, Russia, Moscow*

Abstract. The article presents an analysis of the concept «metaphorical associative cards» from the point of view of cultural-historical theory. Opportunities of expanding the scope of using metaphorical cards in practical psychology are described. The features of working with metaphorical cards in people who have education and experience in the field of art, compared with other people, were revealed.

Keywords: metaphorical associative cards, sign, meaning, art abilities.

МАК (Метафорические Ассоциативные Карты) – это современное направление в арт-терапии, которое возникло относительно недавно: первая колода «ОН» была выпущена в 1985 году в Германии (Киршке, 2010). На данный момент, существуют тысячи разнообразных колод. МАК широко используется как инструмент в профессиональной деятельности психолога, психотерапевта, коуча, педагога, а также всё чаще применяется для самостоятельной работы среди людей разных профессий.

В России работа с метафорическими картами последние годы вызывает большой и стойкий интерес. Тем не менее, мы до сих пор располагаем крайне скудной информацией о данном направлении. Стоит отметить, что большинство опубликованных на данный момент работ носит прикладной, а не теоретический характер.

В ряде работ МАК позиционируются как эффективное средство в пространстве консультирования (Буравцова, 2017; Дмитриева, Буравцова, 2015; Кац, Мухаматулина, 2018; Толстая, 2019). Есть примеры того, как МАК органично входят в коррекционную работу (Ayalon, 2009).

Зачастую отсутствие полноценной подготовки в сфере обучения работе с МАК мешает начинающему специалисту использовать их на практике безопасно, вызывает много вопросов и противоречий. Например, нелегко бывает преодолеть ложное убеждение некоторых клиентов, которые считают,

что метафорические карты – это инструмент для гадания, то есть они уверены, что карты уже содержат определенные значения.

Исходя из этого, нашими целями является уточнение определения МАК, раскрытие возможностей карт, расширение сферы их использования, а также популяризация данного направления в рамках современной психологической науки.

Чтобы развеять миф о том, что метафорические карты содержат готовые значения, мы обратились к работам Н.Н. Нечаева, который, исследуя подходы к языку и речевой деятельности в межпредметном пространстве, упоминает, что похожая ситуация сложилась не только в психологии (где мы наделяем звуки значениями), но и в классической лингвистике, где также укоренилось «фетишистское» представление о том, что не человек, а именно знаки являются носителями значений...» [7, с.25] Говоря о том, что слово не имеет никакого значения вне акта говорения, автор обращает наше внимание на то, что звуковая составляющая любого коммуникативного акта необходима для того, чтобы «вызвать к жизни ту систему значений, которые имеет в виду производящий эту оболочку участник коммуникации. И только воспроизводя для себя смысл этого коммуникативного акта, другой участник коммуникации может адекватно осуществлять ответные действия». [7, с.27]

Если перейти к рассмотрению искусства как языка художника, заслуживают отдельного внимания утверждения отечественного лингвиста Потебни А.А.: «...как посредством слова нельзя передать другому своей мысли, а можно только пробудить в нем его собственную, так нельзя ее сообщить и в произведении искусства; поэтому содержание этого последнего (когда оно окончено) развивается уже не в художнике, а в понимающих». [8, с. 167] Автор подчеркивает, что читатель или зритель может даже лучше автора понять идею произведения.

Таким образом, идея о том, что слова (как и метафорические карты) содержат значения, является несостоятельной, - только человек наделяет их значениями. Данное утверждение легко подтверждается на практике. Замечено, что у каждого человека одни и те же карты вызывают разные смыслы. Более того, один человек одну и ту же карту воспринимает иначе в разное время. Следовательно, именно человек является источником смыслообразования, а МАК являются средством осознания смыслов для того, чтобы человек сам для себя их проявил.

Согласно нашим данным, восприятие МАК, фотографий известных картин и фотографий скульптур происходит схожим образом. Мы склонны полагать, что разнообразные художественные произведения, представленные в виде книг, кинофильмов, театральных постановок, музыкальных композиций и пр. – это тоже своеобразные метафорические карты. Так же мы заметили, что с МАК испытуемым было работать легче и быстрее (по сравнению с фотографиями картин и скульптур), что связываем с тем, что на незнакомые образы проще проецировать смыслы, ведь нет смыслов, навязанных обществом.

Исследуя МАК в рамках культурно-исторической теории, мы утверждаем, что это - знаки, которые сами по себе не имеют значений и только мы, люди, наделяем их таковыми.

Нами было замечено, что испытуемые, чья профессия и род деятельности связаны со сферой искусства (художники, архитекторы, дизайнеры, литераторы и др.), взаимодействовали с МАК иначе, чем представители профессий, не связанные с искусством. Наши наблюдения перекликаются с результатами исследований Мелик-Пашаева А.А. и его коллег (Мелик-Пашаев, Адаскина, Кудина, Новлянская, Чубук, 2006). Авторы уверены, что в основе художественных способностей лежит «особое, целостное и ценностное отношение человека к миру - «эстетическое отношение» [5, с. 8]. Мы делаем заключение, что и с помощью МАК появляется возможность изучать

«эстетическое отношение» к жизни. Более того, МАК могут выступать как современный диагностический инструмент уровня художественных способностей, что существенно расширяет сферу применения карт.

Нам удалось установить, что испытуемые, которые самостоятельно конструировали метафорическую карту методом коллажа (а не описывали готовую), были более открыты к диалогу, продуцировали большее количество ассоциаций к «своей» карте, а также более развернуто и конкретно говорили о том, чем данная карта похожа на их жизнь.

В частности, мы обращали внимание на ассоциации, продуцируемые одними и теми же испытуемыми за одну и ту же единицу времени (1 минута) в ответ на готовую МАК (1) и в ответ на МАК-коллаж (2), изготовленный самостоятельно. Приведем в качестве примера фрагмент одного из протоколов. А., учитель ИЗО: (1) «дорога, трансформация, путь, переход, счастье, радость, простор, извилистый путь, взгляд со стороны, дорога, поток, под мостом, наблюдение... наблюдение»; (2) «природа, канат, солнце, твердый, джунгли, каменные джунгли, холод, тепло, поиск, путаница, путь, преграды, прямая, дорога, вид, блики, мысли, извилины, небо». Здесь видна тенденция продуцировать большее количество ассоциаций за одну и ту же единицу времени к карте, которую испытуемый создал самостоятельно. Есть возможность проследить и качественные различия: во второй случае появляются указание на фактуру («каменные»), тактильные ощущения («холод», «тепло»), оценивающие суждения («твердый»). Такая тенденция отмечена у большинства испытуемых, а особенно у тех, кто не связан с искусством.

При работе с готовыми МАК бывают ситуации, когда клиент не находит ответа на вопрос, про что данная карта для него. При работе же с МАК-коллажем не было ни одного человека, кто бы затруднился при ответе на вопрос: «Есть ли параллели с вашей жизнью? Чем карта похожа на вашу

жизнь?» Например, Ю., учитель начальных классов, отметила: «Да тут всё про меня! Сейчас мне хорошо. Сейчас я занимаюсь любимым делом. Сейчас я никуда не тороплюсь. Сейчас я могу позволить себе вот так полежать, поваляться, но вот этот попугайчик мне всегда говорит: «Давай-ка повторяй, учи, работай». Вот это – мое прошлое, к нему я возвращаться не хочу, это уже прошло... Это – моя мечта путешествовать...»

Следовательно, метафорические карты, созданные самостоятельно, дают больше возможностей для психологической работы, по сравнению с готовыми колодами.

Подводя итоги, подчеркнем, что мы рассматриваем МАК как знаки, сами по себе не содержащие значений. Метафорические карты (особенно те, которые созданы самостоятельно), являются эффективным способом выявления и осознания через изобразительные средства того, что волнует человека (смыслы, ценности и т.д.), в специально организованной деятельности.

Благодарности

Автор выражает благодарность научному руководителю - академику РАО, доктору психологических наук, профессору Н.Н. Нечаеву

Литература / References

1. Буравцова, Н.В. Использование ассоциативных карт в работе с детьми и подростками. - Новосибирск, 2017. - 200 с.
2. Дмитриева, Н.В., Буравцова Н.В. Метафорические карты в пространстве консультирования и психотерапии. - Новосибирск, 2015. - 228 с.
3. Кац, Г., Мухаматулина Е. Метафорические карты: Руководство для психолога. - М., 2018. - 160 с.
4. Киршке, В. Клубника за окном. Ассоциативные карты для коммуникации и творчества. - Oh Verlag, Germany, 2010. - 240 с.

5. Мелик-Пашаев, А.А., Новлянская, З.Н., Адаскина, А.А., Кудина, Г.Н., Чубук Н.Ф. Психологические основы художественного развития. - М., 2006. - 160 с.
6. Мелик-Пашаев, А.А., Адаскина, А.А., Кудина, Г.Н., Новлянская, З.Н., Чубук, Н.Ф. Методики исследования и проблемы диагностики художественно-творческого развития детей. Методические рекомендации для педагогов общеобразовательных школ. - М., 2006. - 255 с.
7. Нечаев, Н.Н. О новом подходе к языку и речевой деятельности в условиях цифровизации коммуникативных возможностей человека. // Вопросы психологии. - 2019 г. - № 6. - С. 19-34.
8. Потеня, А.А. Мысль и язык// А.А. Потеня Слово и миф. - М., 1989. - 282 с.
9. Толстая, С.В. Метафорические ассоциативные карты в семейном консультировании. - М., 2019. - 260 с.
10. Ayalon, O. Healing trauma with metaphoric cards. Therapy Today, September 2009. - P. 22-24.

ВИТАЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ИСКУССТВА НА ЧЕЛОВЕКА

Ковалева Г.П.,¹ Батурич С.П.²

¹*Кафедра педагогических технологий ФГБОУ ВО «Кузбасская государственная сельскохозяйственная академия», Минсельхоз России, Россия, г. Кемерово*

²*Кафедра теории и методики преподавания гуманитарных дисциплин ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет», Минобрнауки России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация: В данной статье исследуется феномен влияния искусства, конкретно живописи, на психическое и соматическое здоровье, витальное благополучие человека. Многочисленные исследования подтверждают положительное воздействие живописи, музыки, театрального и другого

искусства на продолжительность жизни человека, снижение «гормона стресса» и повышение «гормона радости» в его организме.

Ключевые слова: арт-терапия, эстетические потребности, искусство, живопись.

THE VITAL IMPACT OF ART ON A PERSON

Kovaleva G.P.¹, Baturin S.P.²

¹*Department of Pedagogical Technologies of the Kuzbass State Agricultural Academy, Ministry of Agriculture of Russia, Russia, Kemerovo*

²*Department of Theory and Methods of Teaching Humanities, Kemerovo State University, Kemerovo, Russia*

Abstract. This article examines the phenomenon of the influence of art, specifically painting, on mental and somatic health, vital well-being of a person. Numerous studies confirm the positive impact of painting, music, theater and other art on a person's life expectancy, reducing the «stress hormone» and increasing the «hormone of joy» in his body.

Keywords: art therapy, aesthetic needs, art, painting.

Введение. Одной из онтологических характеристик человека вида homo sapiens является спектр разного рода потребностей, необходимых для его жизнедеятельности и гармоничного развития. В семиуровневой пирамиде потребностей, смоделированной Абрахамом Маслоу, верхние уровни отведены потребностям, отражающим процесс самовыражения человека. Эта пирамидальная структура иллюстрирует тот факт, что после удовлетворения физических, социальных, индивидуалистических и витальных потребностей человек нуждается в «пище» иного характера – творчески-интеллектуальной, эстетической и духовной.

Эстетическая потребность человека обусловлена всей эволюцией человека как биосоциального, разумного и духовного существа. Она исторически формируется под воздействием факторов общественной жизни,

развития производства и культуры. Немаловажную роль в формировании эстетических потребностей играет географическая среда. Зародившись еще в первобытном обществе, эстетические потребности реализуются в различных формах материального и духовного производства, в многогранной сфере искусства – в полифонии его видов и жанров.

Развитие эстетических потребностей являются необходимой ступенью перехода к духовным потребностям, связанным с внутренним миром человека. При этом духовность подразумевает познание мира посредством саморазвития и эстетического удовлетворения через приобщение к искусству и стремление к творчеству.

Движение в пирамиде потребностей А. Маслоу идет поступательно снизу вверх. Это означает, что достичь духовной вершины человек сможет только тогда, когда пройдет все нижестоящие уровни удовлетворения своих биосоциальных потребностей. Но так как в данной пирамиде отражается структурное единство семи уровней, то целесообразно предположить наличие специфического влияния высших уровней на нижестоящие уровни.

Целью статьи является изучение взаимосвязи эстетических потребностей человека с его витальными потребностями, конкретно рассмотреть влияние живописи и других форм искусства на здоровье и жизнь человека.

Объекты и методы исследования. Вопросы «взаимоотношений» между медициной и живописью, медициной и музыкой исследовал Л.И. Дворецкий – профессор Первого МГМУ им. И.М. Сеченова. В частности он приводит примеры сюжетов, когда медицина становилась предметом внимания художников или композиторов, а само искусство способствовало «историческому и культурологическому» освоению медицины [1]. Объектом исследования является искусство, конкретно витальное влияние живописи на

здоровье человека. Методы исследования – системно-диалектический, феноменологический, исторический.

Результаты и их обсуждение. «Терапия искусством» известна давно, но сегодня, благодаря многочисленным исследованиям, это знание может быть выражено в цифрах, иллюстрирующих практическое влияние живописи, музыки, театра и других форм на самочувствие и здоровье людей. Отдельные люди, находясь под большим впечатлением от восприятия прекрасного – созерцания произведений живописи, скульптуры, графики, прослушивания музыкального или литературного произведения – испытывают восхищение, сопровождающееся учащением сердцебиения, головокружением и даже галлюцинациями. Подобная реакция известна еще с XIX века и носит название «Синдром Стендаля». Французский писатель Мари Анри Бейль (Стендаль) в 1817 году подробно описал собственные впечатления от визита в церковь Святого Креста во Флоренции.

Термин «Синдром Стендаля» (*итал.* La sindrome di Stendhal) был предложен в 1989 г. итальянским психиатром Грациэллой Магерини в качестве названия своеобразной психосоматической реакции, вызванной стрессом от эстетических переживаний. Данный термин не был закреплен в профессиональной литературе и не включается в научные классификации.

Все дело в том, что организм человека реагирует не только на действительные образы окружающего мира, но и на воображаемые. У людей творческих этот аспект проявляется особенно активно. Ментальные проживания ситуации продуцируются в бессознательной зоне мышления и выражаются в эмоциональном состоянии переживания или восхищения. Иными словами, творческий человек в своем творении «исповедуется» буквенными или изобразительными знаками «в сокровенных смыслах окружающего мира и нас самих» [4, с.116].

Рассмотрим данный аспект на примере творчества живописцев. Являясь одним из самых энергичных, пространство воображения художника заполняется символами как условными обозначениями образов, понятий, идей, которые присутствуют в его бессознательном. Эти символы заряжены эмоциональной энергией, которая проявляет себя как когнитивная функция при передачи сигналов из мозга в руку художника. Переноса модели своих чувственных переживаний на холст, художник как бы бессознательно заряжает свое творение энергией и через него передает ее зрителям, созерцающим его картину. Поэтому одни картины воодушевляют людей, вызывают в них положительные эмоции, а другие могут угнетать психику, вызывать грусть и депрессивные состояния. Любой психический сдвиг вызывает изменения в вегетативной системе человека, влияет на функционирование соматических органов. Позитивное воздействие живописного творения на вегетативную систему человека может способствовать излечению его соматических заболеваний и как следствие – освобождению от разного рода недугов.

В частности, проведенные исследования доказали, что произведения художников эпохи Ренессанса оказывают положительное воздействие на здоровье тех, кому нравится их созерцать. Наблюдения за добровольцами (в количестве сто человек), посетившими санктуарий святой Девы Марии в Викофорте (базилика Рождества Пресвятой Богородицы), дали следующие результаты. Изнутри храм покрыт росписями на тему жизни Богоматери. Участники исследования (мужчины и женщины разного возраста), обладающие различным коэффициентом интеллекта, рассматривали религиозно-тематические изображения на огромном куполе базилики.

Экскурсия в базилику длилась около двух часов. Респонденты преодолели более 200 ступеней, чтобы оказаться под куполом храма. Перед началом экскурсии и после ее окончания у них взяли слюну на анализ. По информации, изложенной на страницах массовой английской ежедневной

газеты «The Daily Mail», исследователи сопоставили полученные образцы слюны между собой. Результаты показали, что у участников эксперимента встреча с прекрасным повлияла на снижение содержания в организме кортизола, который порой называют «гормоном стресса». Кортизол – это гормон, который защищает организм от стресса, регулирует уровень артериального давления, участвует в обмене белков, жиров и углеводов. В среднем, по словам специалистов, его количество в слюне снизилось на 60 процентов, несмотря на физическую нагрузку в виде подъема по лестнице. При этом 90% респондентов отмечали улучшение самочувствия после посещения храма, – подчеркивает автор исследования – Энцо Гросси.

Многочисленные эксперименты доказывают благотворное влияние живописи на психическое здоровье, интеллектуальное и духовное развитие человека. Но чтобы произведение живописи оказало оздоровляющее воздействие на человека, необходимо понимать и чувствовать тот эмоциональный заряд, который вложил художник в свое творение. Если к этому процессу подходить сознательно, то можно целенаправленно использовать изо-терапию для коррекции своего психического состояния и оздоровления всего организма, для создания эмоционально-позитивного фона на работе и дома.

В основе терапии с помощью изобразительного искусства, музыки, цветотерапии или архитектуру-терапии лежат несколько принципов воздействия: психо-эстетическое, физиологическое и вибрационное. Психо-эстетическое воздействие направлено на выработку положительных ассоциаций, физиологическое – на налаживание работы отдельных функций организма, а вибрационное – призвано при помощи цвета и образов активизировать различные биохимические процессы на клеточном уровне [2].

Ученые из университетского колледжа в Лондоне после исследований, изучающих здоровье и увлечения нескольких тысяч англичан в возрасте 50 лет

и старше, пришли к выводу о том, что походы в картинную галерею, на выставки, концерты, в театры и другие культурные заведения поддерживают здоровье и продлевают жизнь. Основанием для такого вывода послужили итоги 17-летнего масштабного лонгитюдного исследования старения, в ходе которого были собраны подробные данные о 18000 англичан до и после выхода на пенсию. Лонгитюдные исследования (*англ.* Longitudinal study от longitude – долговременный) – научный метод, применяемый в психологии. Он позволяет изучать одну и ту же группу людей в течение длительного времени для того чтобы отследить у них процесс существенного изменения каких-либо индивидуальных значимых признаков.

В другом масштабном исследовании о влиянии искусства на здоровье людей участвовало 6710 добровольцев. Результаты оказались поразительными. За период 2004 – 2018 годы, т.е. на протяжении 14 лет, те участники исследования, которые 1–2 раза в год посещали картинную галерею, имели более низкий шанс умереть в течение контрольного периода. Конкретно цифры распределились следующим образом: вероятность смерти в течение контрольного периода была на 14% ниже в группе людей, которые лишь изредка приобщались к искусству по сравнению с теми, кто искусство полностью игнорировал.

За период исследования в первой группе умерли 809 человек из 3042, а во второй – 837 человек из 1762. Среди тех, кто регулярно посещал различные культурные мероприятия и учреждения искусства, смертность составила 355 человек из 1906. Это на 30% ниже, чем у тех, кто вообще не любит искусство [3]. В процессе исследования учитывались различные индивидуальные факторы у каждого испытуемого: здоровье, привычки, социальный статус и уровень дохода, другое. Но даже с учетом индивидуального подхода, ученые смогли четко отследить взаимосвязь между продолжительностью жизни людей и искусством.

Как подчеркивает профессор Дэйзи Фанкур из Университетского колледжа Лондона, искусство, безусловно, не является решающим фактором для продолжительности жизни. Но прослушивание музыки или созерцание творений великих мастеров создает в человеке возвышенное эмоциональное состояние, вызванное всплеском дофамина – химического вещества (нейромедиатора), вырабатываемого головным мозгом и надпочечниками. Дофамин участвует в синтезе гормона адреналина, отвечает за чувство удовольствия и способствует возникновению приятных ощущений, наподобие чувства влюбленности. Большинство людей напрямую не связывают свою любовь к прекрасному с аспектами здоровья. Но результаты исследований убедительно доказывают подобную взаимосвязь.

Исследователи расценивают искусство как разновидность мультимодальной, или интермодальной терапии. Это терапия экспрессивными искусствами (*expressive arts therapy*) является особым подходом в арт-терапии и психологической практике. Суть ее заключается в следующем: обращение к живописи, поэзии, музыкальному и танцевальному искусству, другому творчеству расценивается как обращение к естественным силам внутри человека, способствующим развитию, исцелению, психологической гармонии, проявлению креативности и т.п. Приобщение человека к искусству способствует облегчению хронического стресса, выводу из депрессии, активизирует эмоциональные, креативные и другие ресурсы, помогающие решению проблем.

То есть искусство благотворно влияет на психику человека. Благодаря искусству человек справляется с чувством одиночества, начинает общаться с людьми, вести активный образ жизни, утверждается на позитиве и осмысленности своей жизни. Все это способствует укреплению сердечно-сосудистой системы и напрямую влияет на продолжительность жизни. Но как

отмечает Всемирная Организация Здравоохранения, этот процесс еще до конца не изучен.

Заключение. Таким образом, в настоящее время научно доказано благотворное влияние живописи и других видов искусства на здоровье и продолжительность жизни человека. Под воздействием положительного влияния искусства на эмоциональное состояние человека, происходит гармонизация психологической сферы. В результате в организме человека понижается более чем в два раза уровень «гормона стресса» и увеличивается количество «гормона радости».

Литература / References

1. Дворецкий, Л.И. Живопись и медицина. Размышления врача о живописи и художниках. – М.: Медиа Медика, 2010. – 312 с.
2. Искусство продлевает жизнь. Теперь это доказано научно. - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.bbc.com/russian/news-50858179> (Дата обращения: 12.01.2022).
3. Итальянские ученые: искусство улучшает состояние здоровья. – [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://mpgu.su/novosti/italyanskiye-uchenyie-iskusstvo-uluchshaet-sostoyanie-zdorovya/> (Дата обращения: 12.01.2022)

ВОЗМОЖНОСТИ АРТ-ТЕРАПИИ В РАЗВИТИИ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ЛИЧНОСТИ

Колосова Е.В.

Кафедра общей и педагогической психологии

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный педагогический университет»

Минобрнауки России, Россия, г. Воронеж

Аннотация. В данной статье рассмотрены возможности арт-терапии в развитии творческого потенциала личности. Анализируются специфика творческого процесса, его этапы и характеристики. Изучаются особенности

экологической арт-терапии и арт-педагогике, механизм их влияния на пробуждение творческого потенциала человека.

Ключевые слова: арт-терапия, эко арт-терапия, арт-педагогика, творческий потенциал, креативность, личность.

POSSIBILITIES OF ART THERAPY IN THE DEVELOPMENT OF THE CREATIVE POTENTIAL OF THE PERSON

Kolosova E.V.

*Department of General and Pedagogical Psychology
Voronezh State Pedagogical University, Russia, Voronezh*

Abstract. This article discusses the possibilities of art therapy in the development of the creative potential of the individual. The specifics of the creative process, its stages and characteristics are analyzed. The features of ecological art therapy and art pedagogy, the mechanism of their influence on the awakening of a person's creative potential are studied.

Keywords: art therapy, eco art therapy, art pedagogy, creativity, creativity, personality.

Современный мир бросает всё новые и новые вызовы, стандартные методы не решает большинство возникающих проблем. Поэтому развитие творческого потенциала личности является необходимым требованием времени.

Котова С.А. рассматривает потенциал личности как «... динамическое интегрированное образование, определяющее, ресурсные возможности развития человека и его способность к освоению и продуктивному осуществлению различных новых видов деятельности» [7, с. 116], то есть в человеке изначально заложено творческое начало, что является предпосылкой его саморазвития. Потребность в самореализации является основной

человеческой жизни. Высшим проявлением активности человека является творчество. Н. В. Мартинович отмечает, что именно творческий потенциал способствует движению личности на творческий уровень жизнедеятельности. [6, с. 116], Творческий потенциал личности можно рассматривать как динамическое интегративное свойство личности, актуализирующее ее собственные резервы в творческом выполнении любой деятельности,

Для более полного понимания проблемы творчества, рассмотрим его специфику как процесса, который может происходить на уровнях: сознания, подсознания, бессознательного и сверхсознания. Л. Б. Ермолаева-Томина отмечает, что: «Каждый из уровней имеет свою специфику образования, механизмов протекания и характера выдаваемых продуктов творчества. Высшим уровнем развития творчества является взаимодействие между ними, когда «креативное поле» захватывает все участки мозга в момент возникновения» [3, с. 26]. Сверхсознание объединяет все уровни работы мозга до интуитивного уровня, когда происходит одномоментное познание целого.

Ученые выделяют три основные фазы творческого процесса: пусковую (побудительную и подготовительную), поисковую и исполнительную [7, с. 138].

Пусковая фаза, связана со способностью самостоятельно видеть и ставить проблемы. Она определяется мотивацией творческого процесса, которая может быть внутренней и внешней. На этом этапе основная роль принадлежит сознанию, которое может побуждать человека к творчеству или, наоборот, тормозить его. Побуждение к творчеству может происходить стихийно, когда человек сталкивается с новыми и неизвестными ему предметами и явлениями, вызывающие эмоциональную реакцию удивления и любопытства.

Внешнее побуждение может быть целенаправленным, когда ставится конкретная задача: нарисовать портрет, построить здание, сочинить песню, оформить помещение, создать рекламу и т.п. И, наконец, побуждение к

творчеству может быть внутренней потребностью человека, когда он сам проявляет активность.

Поисковая фаза творчества включает в себя работу сознания, подсознания, бессознательного и сверхсознания. Сознание определяет цель задуманного, но часто его стереотипы мешают найти новое креативное решение. Поэтому поисковый процесс происходит на уровне подсознания и сверхсознания. Подсознание разрушает стереотипы сознания, когда соединяет несоединимое, уравнивает часть и целое и т.п.

Чтобы включить в творческую деятельность подсознание, надо сначала активизировать сознание на творческий поиск, требуя от него множество идей, эскизов, предположений, причем, не критикуя эти идеи. Вот тогда на помощь сознанию и приходит подсознание, предлагая креативные решения. В результате происходит тренировка взаимодействия правого и левого полушария мозга. Совместная работа сознания и подсознания дает синтез сверхсознания в форме инсайта или озарения – мгновенного решения проблемы [3].

На исполнительной фазе творчества происходит сознательная работа по развитию идеи, ее окончательное оформление и проверка. В процессе реализации замысла необходимо владеть необходимыми инструментами, приемами и операциями, но также уметь свободно экспериментировать и импровизировать, чтобы не воспроизводить шаблоны.

Знание особенностей фаз творческого процесса позволяет сделать творческую деятельность более продуктивной. Творческий потенциал личности проявляется в успешном осуществлении всех трех фаз — умении самостоятельно видеть и ставить проблемы, находить их решение и творчески воплощать их в конкретный продукт. Запустить и направить работу подсознания на всех этапах творческого процесса могут методы арт-терапии.

Они помогут снять барьеры сложившихся стереотипов и установок, стимулировать создание новых творческих образов.

А.И. Копытин, развивая идеи экологической арт-терапии, рассматривает искусство как средство общения, сотворчества и взаимной поддержки человека и природы: «Творческий акт может способствовать настройке на экологическую систему, средовые процессы и проявления жизни» [4, с. 13]. Человек меняет природную среду, формируя окружающий ландшафт, формирует и себя самого. Искусство задает систему ценностей отношений человека и природы, которая направлена на сохранение человеческого и природного потенциала. А. И. Копытин, отмечает, что: «Цель экотерапии заключается не только в достижении людьми лечебно-профилактических эффектов (эффекты микроуровня), но и в сохранении и оздоровлении окружающей среды (эффекты макроуровня) на основе развития поступочного компонента отношения к природе» [4, с. 21], что способствует развитию субъективного экоцентрического отношения к природе.

Аутентическая связь с природой через арт-терапию способствует обращению к глубинному бессознательному, к архетипам, без этого невозможно перейти на уровень сверхсознания, который является необходимым условием эффективного творческого процесса. А. И. Копытин отмечает, что в эко-арт-терапии терапевтическая среда является живой и динамичной: «способна превращаться в «творческую арену», предоставляя личности возможность для ее персонализации и творческого преобразования» [4, с. 38].

В Восточной культуре творческие способности рассматриваются как фундаментальное свойство человеческого духа и в то же время проявление природной созидательной энергии [9]. Многие Восточные практики имеют экологические установки, в которых отражается ценностное отношение к природе, закрепляются в традициях: ханами или «любование цветами сакуры»,

чайная церемония, выращивание бонсаев, обустройство садов. В свою очередь эти практики способствуют пробуждению творческого потенциала человека в музыке, поэзии, живописи [9].

В современной арт-терапии происходит дифференциация ее направлений: медицинской, социальной и педагогической. Арт-педагогика сегодня рассматривается как «...система художественно–педагогических технологий и методов, реализация которых способствует активному формированию личности, творческое конструирование средствами искусства эмоционально значимых для детей творческих действий (взаимодействий)» [7, с. 18]. Если сначала арт-педагогика была ориентирована на помощь детям с ограниченными возможностями, то сегодня всё активнее разрабатываются направления работы с одаренными детьми, в-первую очередь, связанные именно с развитием творческого потенциала, креативности, мотивационной и личностной составляющей способностей.

Л.Д. Лебедева определила, что современная арт-педагогика является интердисциплинарной областью знаний, связана со многими отраслями педагогики и психологии; а также с философией, социологией, этикой, эстетикой, культурологией [5].

В отечественной психологии уже имеется ряд исследований, подтверждающих эффективное использование методов арт-терапии в обучении школьников. Т.А. Барышева, изучая развитие креативности, в отдельную группу выделяет арт-креативные методы и арт-технологии, в основе которых лежат закономерности искусства и художественной деятельности: технологии художественной герменевтики; художественные трансформации и обобщения; драматизация и художественное экспериментирование [1, с. 284].

Д.С. Хомяков в своем исследовании особый акцент сделал на развитие креативности подростков с помощью арт-терапии [8]. А.И. Захаров показал, что методы арт-терапии помогают преодолеть неуверенность детей. А.В.

Гришина изучила возможности средств арт-терапии для развития творческой индивидуальности подростков в учреждениях дополнительного образования [2].

Творческий потенциал личности закладывается и развивается в детстве, поэтому использование педагогами методов и технологий арт-педагогике в детских садах, школе, системе дополнительного образования поможет более полно раскрыть способности детей. Л.Д. Лебедева отмечает, что для эффективного использования арт-педагогике в школе необходимо введения ее основ в систему обучения студентов педвузов и повышения квалификации учителей [5]. Освоение теории и практики арт-педагогике студентами оказывает психотерапевтическое влияние на их личность, способствует решению эмоциональных и личностных проблем, развивает творческий потенциал и креативность, готовит к будущей педагогической деятельности.

Литература / References

1. Барышева, Т. А. Психология развития креативности: теория, диагностика, технологии / Т. А. Барышева. – Санкт-Петербург : ВВМ, 2016. – 316 с.
2. Гришина А.В. Развитие творческой индивидуальности подростков средствами арт-терапии в учреждениях дополнительного образования: Автореф.... канд. пед. наук. Волгоград, 2004. – 28 с.
3. Ермолаева-Томина Л.Б. Психология художественного творчества: Учебное пособие для вузов / Л. Б. Ермолаева-Томина. – М.: Академический Проект, 2003. -304 с.
4. Копытин, А. И. Искусство как фактор сотворчества и взаимной поддержки человека и природы / А. И. Копытин // Экологическая арт-терапия: возрождение Эдема / Под общ. ред. А.И. Копытина и И.А. Бурганова. – Санкт-Петербург - Москва : Академия искусств Игоря Бурганова, 2019. – С. 11-42.

5. Лебедева Л.Д. Педагогическая модель арт-терапии в российском образовании / Л. Д. Лебедева / Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности : Сборник материалов второй всероссийской научно-практической конференции. Выпуск 2 / Под общ. ред. Копытина А.И.. – Грязи : Скифия-принт, 2017. – С. 23-29.

6. Мартинович Н. В. Развитие творческого потенциала личности в системе высшего образования: Дис.... канд. социол. наук: 22.00.06 / Н. В. Мартинович. – Курск, 2005. – 174 с.

7. Творчество: теория, диагностика, технологии: словарь-справочник для специалистов в области образования, инноваций и гуманитарных технологий в социальной сфере / А. Б. Афанасьева, Т. А. Барышева, М. А. Верб [и др.] – Санкт-Петербург : ВВМ, 2014. – 380 с.

8. Хомяков Д.С. Формирование креативности подростков и старших школьников средствами арт-терапии: Дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07 / Д.С. Хомяков. – М., 2006. – 162с.

9. McNiff S. Imagination in action. Secrets for unleashing creative expression. – Boston and London: Shambhala Publications, 2015. – p. 248.

**ЭВОЛЮЦИЯ АРТ-ТЕРАПИИ И ЧЕЛОВЕКОЗНАНИЯ:
ПЕРЕОСМЫСЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА, ИСКУССТВА И ТЕРАПИИ
ВО ВРЕМЕНА ПОСТГУМАНИЗМА**

Копытин А. И.

Кафедра психологии

*Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического
образования, Россия, г. Санкт-Петербург*

Аннотация. В связи с кризисом гуманистики, рассматриваются философские, культурно-антропологические основы арт-терапии и иных форм помогающей деятельности. Особое внимание уделено обсуждению феномена постгуманизма. С позиций культурно-исторического и радикального

подходов анализируется его генезис в истории философской мысли и в культуре, в его отношениях с гуманизмом, антигуманизмом и тенденциями научного редукционизма.

Ключевые слова: постгуманизм, гуманизм, новый гуманизм, человекознание, арт-терапия.

**THE EVOLUTION OF ART THERAPY AND HUMAN KNOWLEDGE:
RETHINKING HUMAN, ART AND THERAPY
DURING POST-HUMANISM**

Копытин А.И.

Department of Psychology

*St. Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education,
Russia, St. Petersburg*

Abstract. In connection with the crisis of humanism, the philosophical, cultural and anthropological foundations of art therapy and other forms of psychological support are considered. Particular attention is paid to the discussion of the phenomenon of posthumanism. From the standpoint of cultural-historical and radical approaches, its genesis in the history of philosophical thought and in culture, in its relationship with humanism, anti-humanism and the tendencies of scientific reductionism is analyzed.

Keywords: posthumanism, humanism, new humanism, human knowledge, art therapy

Введение. Искусство как средство познания человека наряду с наукой стремится ответить на вопрос: Что есть человек? Наука и искусство передают и конституируют определенную систему представлений о человеке, релевантную тому или иному историческому периоду. Арт-терапия сочетает в себе методы научного и художественного познания человека. Работая с определенными

проблемами личности, семьи, общества, арт-терапия делает это на основе определенной системы человекознания.

В данном сообщении речь пойдет о философских, антропологических основах арт-терапии. Это связано с наблюдающимся кризисом представлений о человеке, затрагивающим все без исключения сферы гуманитарного знания, культуру, социальную сферу и политику. Кризис гуманистики протекает в тесной связи с кризисом экологическим, разрушением жизненной среды человека.

Центральный вопрос человекознания – Что есть человек? – является краеугольным камнем в деятельности любого помогающего специалиста. Однако ответ на этот вопрос далеко не очевиден, поскольку, занимаясь психологическими проблемами индивида, большинство специалистов фокусируются на частных аспектах психической реальности и ее внешних проявлениях – чувствах, мыслях, поведении – но часто не видят целостной картины. В этом смысле они являются отнюдь не архитекторами, но в лучшем случае – квалифицированными каменщиками, способными добротнo возвести стену, не ведая, однако, общего дизайна постройки и смысла ее существования.

Способность видеть целостную картину, постигая определенную концепцию человека, заложенную в той или иной системе психотерапии, связь этой концепции с социокультурной средой, является ценным профессиональным навыком, к сожалению, не сформированным у многих помогающих специалистов. В арт-терапевтических публикациях и выступлениях редко поднимаются фундаментальные вопросы человекознания или рефлексировается влияние культурной среды и идеологии на арт-терапевтическую практику [2, 4, 6].

Это характерно не только для представителей нашего сообщества, но и практических психологов и психотерапевтов в целом. Готовясь к своему выступлению, я посмотрел ряд активно читаемых научных изданий, например,

сетевой научный журнал «Медицинская психология в России» и не нашел там за все 13 лет его существования ни одной публикации на тему постгуманистической, постмодернистской психологии и психотерапии, словно их не существует. Нашел всего три статьи, в которых предпринимается попытка критического анализа текущей социокультурной ситуации и ее влияние на теорию и практику психологии.

Как отмечают А.Ф. Бондаренко и С.Л. Федько [1], «Анализ ситуации, сложившейся на современном рынке психологических услуг, показывает вполне определенную тенденциозность и неразборчивость в выборе мировоззренческих и методологических ориентиров в работе психологов, выраженную в следующих аспектах:

1. В тенденции выбора теоретико-методологических подходов исходя из критериев популярности, общедоступности или инновационности, но без учета идеологических оснований.

2. В тенденции к коммерциализации психологии, где определяющим является известный в экономике закон спроса и предложения, а отнюдь не соображения смыслового, ценностного или мировоззренческого характера.

Дефицит рефлексивного начала, отсутствие или упрощенность теории и методологии человекознания отмечается не только в среде российских психологов и психотерапевтов, но и в деятельности помогающих специалистов за рубежом. На их мышление и деятельность влияют тренды стандартизации и доказательной практики, мода на нейронауки и псеврообъективизм, с одной стороны, и снятие ответственности за поиск ответов на ключевые вопросы человеческого существования и уход в область голого эмпиризма, с другой стороны.

На этом фоне все более явно просматривается постгуманистическая позиция, являющейся следствием доминирующего общего редуционистского вектора культуры. В этих условиях гуманизм все более маргинализируется. В

то же время, нынешний постгуманизм, влияющий на разные области гуманитарного знания и практики, заслуживает более внимательного анализа, позволяющего увидеть его как сложное и противоречивое явление, характеризующееся не только определенной долей редуционизма, но и имеющее конструктивный потенциал. Постгуманизм является следствием многовековой истории развития европейского светского гуманизма в его единстве и борьбе с антигуманизмом.

В настоящее время процесс редуционизации гуманитарных наук приобретает особо активный характер, благодаря развитию информационных технологий, призывающих воспринимать человеческий мозг не более чем как сверхкомпьютер и фактически отказывающихся признавать человека как играющего уникальную роль в эволюции земной жизни. Постгуманизм является следствием отказа от антропоцентрической модели мира, основанной при признании главенства человека как вида разумных существ, обладающего свободой воли и способного реализовать конструктивную программу жизнедеятельности. Вместе с тем, гуманистическая мысль, развиваясь и трансформируясь, стремится в этих условиях отстоять свои позиции на основе культурно-исторического и радикального подходов, одним из которых является экогуманитарный подход [16].

В настоящее время мы являемся свидетелями тектонических процессов, затрагивающих экономику, культуру, политические системы, в том числе, гуманитарные концепции современности. В своем сообщении с позиций культурно-исторической и радикальной перспективы человекознания я постараюсь рассмотреть постгуманизм и его отношения с гуманизмом. Это необходимо сделать именно сейчас, поскольку, как утверждает австралийский философ Арран Гар [10], «...гуманитарные науки ...становятся последним оплотом спасения человека, бросающим вызов власти глобальной *корпоратократии*, концентрирующей в своих руках основные богатства и

стремящейся во что бы то ни стало удержат их в своих руках. Гуманистика нужна нам сейчас как никогда для того, чтобы избежать катастрофы новой мировой войны всех против всех и уничтожения экосферы». (р.1)

Гуманизм и постгуманизм в гуманитарных науках современности

Вопрос кризиса гуманизма и его ценностных констант не раз поднимался и, несмотря на превратности западного светского гуманизма, ему нет позитивной замены. Проблематика и возможности, ограничения, а также последствия внедрения NBICS-технологий (нано-, био-, инфо-, когно-, социо-технологий) все более активно дискутируется в разных гуманитарных дисциплинах – психологии, педагогике, искусствознании и др. В сфере гуманитарного знания в целом можно выделить две ведущих позиции: первая из них [3, 9, 17] подчеркивает преимущества развития современных технологий. Вторая [8, 18] настороженно и критически относится к их широкому распространению.

Формирование постгуманизма можно разделить на несколько этапов. Ранний или «подготовительный» этап связан с появлением новых критических позиций человекознания в контексте постмодернизма, который стремился к деконструкции «модерна» в целом и «человека» в частности. По сути, постгуманизм стал продолжением той критики западных концепций человека, которая характерна, например, для Ж. Дерриды.

Сами же понятия «постчеловек» и «постгуманизм» одним из первых применил литературный теоретик и писатель Ихаб Хассан. В своей работе 1977 года «Прометей как исполнитель: в поисках постгуманистической культуры» [15] он обращает внимание на постгуманизм как новое явление, которое появляется как ответная реакция на кризис гуманизма.

Донна Харауэй [12] представила термин «постгуманизм» в своей известной статье под названием «Манифест для киборгов: наука, технология и социалистический феминизм в 1980-е годы». Она пишет о

киборге [13], который является одновременно человеком и машиной, воплощает «... доэдипальный симбиоз, ... окончательное соединение всех человеческих и технических элементов в более высокое единство» (р. 150). Харауэй использует слово «киборг» как метафору, чтобы разрушить метанарративы психоанализа, марксизма и ортодоксального христианства. По ее мнению, постчеловек [13] – это «сплав» животных и машин с людьми. Это частично машина, частично человек, частично животное, частично протез – синтетический, компьютеризированный и фармацевтически модифицированный» (р. 173).

Один из основателей так называемого критического постгуманизма К. Хейлз [11] обсуждает постчеловека в работе «Как мы стали постчеловеком: виртуальные тела в кибернетике, литературе и информатике». Согласно этому автору, постчеловек – это не только киборг, но и биологическое существо [11, р. 4], которое знаменует собой не столько конец человечества, сколько отказ от существующей либерально-гуманистической концепции человека и предлагает более взвешенно относиться к последствиям коэволюции человека и интеллектуальных машин [11, р. 284–286], ограничившись критикой европейского человека Просвещения как обладающего автономным сознанием, разумом и превосходством над всеми остальными существами.

На следующем этапе развития постгуманизма, приходящемся на конец XX – начало XXI века, отражение его идей можно проследить в изобразительном искусстве, литературе, культурологических исследованиях. Одним из способов репрезентации идей постгуманизма становятся разнообразные художественные жанры, например, научная фантастика, комиксы, анимэ, детские игрушки и др.

В этот период также важное место в повестке дня постгуманизма начинает отводиться экологической тематике, правам животных, созданию природосообразных концепций человека – эко-человека, природного

человечества (*environmental humanity*). Новые экогуманитарные концепции при этом выступают, то, как формы отказа от человеческой уникальности, то как попытка восстановления нарушенной связи между природой и культурой.

Стали развиваться концепции человека, использующие политический дискурс и такие понятия, как «деколонизация», «экологическая справедливость», «экологический расизм», «природные культуры».

Тенденция к объединению постгуманизма с экологической повесткой дня ярко проявилась в вышедшей в 2016 году новой работе Д. Харауэй «Пребывание в беде: создание родства в хтулуцене» [14]. Она содержит призыв к объединению людей и нечеловеческих форм жизни в интересах выживания. Человеческая исключительность, глобальный капитализм и дарвиновская теория, по мнению Харауэй, оправдывают право уничтожать людей и иные живые существа и обеспечивать выживание глобальных гегемонов за счет других. Это является ведущей причиной деградации окружающей среды, которая затрагивает сейчас всю планету, обуславливает разные проявления неравенства в социальной жизни. Деконструируя человеческую исключительность, Харауэй открывает новые возможности действовать в соответствии с этической позицией. Она это делает, критикуя деструктивные последствия бинарного мышления, разделяющего природу и культуру, людей и животных. Харауэй подчеркивает, что мы все – «члены единого сообщества, собравшиеся за большим столом, и мы вместе приобщены к трапезе жизни и смерти» [7].

Исторические корни гуманизма и современного постгуманизма

Современный постгуманизм является следствием развития западной модели гуманизма. Понимание его природы и генезиса невозможно без рассмотрения общей динамики его появления и становления в истории. Он произрастает из демократических и республиканских форм социальной организации в период Античности и, трансформируясь, прокладывает свой

путь сквозь Средние Века, Возрождение, Просвещение и далее к культуре модерна. При этом, однако, обнаруживается его постоянное противостояние с редуционистскими традициями дегуманизации. Идеалом, составляющим основу гуманизма, всегда было и продолжает оставаться освобождение сущностных творческих сил человека, культивирование субъектности, ненасилие, благополучие индивида и человеческой общности в их единстве и сотворчестве с Природой и Культурой.

В то же время, человек с его гуманистическими идеалами всегда подвергался соблазну власти и эффективного контроля над социальной и природной средой как объектами управления, достижения материального благосостояния ценой жертвования субъектностью и совестью. Противоречия и соблазны западного гуманизма убедительно показаны в философской драме Гёте «Фауст».

Наиболее яркими примерами воплощения гуманистических идеалов могут выступать те культуры, которые сложились в условиях демократических республиканских форм социальной организации в период Древней Греции и Римской республики, в период Возрождения (Форентийский ренессанс). Если обратиться к философской мысли как средству выражения идеалов гуманизма, то его взлет наблюдался в эпоху Просвещения, в частности, в немецкой классической и постклассической философии. Они отстаивали такой взгляд на человека, который рассматривает его как существо, обладающего свободной волей и творческим воображением, способностью к моральному выбору и поступкам.

Далее идеи западного философского гуманизма находят свое выражение в идеях марксизма с его идеалами общества социальной справедливости, во французской феноменологии Сартра и Мерло-Понти, в философии Новых Левых (Г. Маркузе, Т. Адорно, Т. Росзак и др.) – версии радикального марксизма 60-70 гг. XX века, служившей идейной основой

противодействия расовой дискриминации, войне, неоколониализму. Новые левые переосмыслили работы К. Маркса, чтобы противостоять инструментальному мышлению и власти военно-промышленного комплекса, господствовавшим как в советском марксизме, так и в западном бюрократическом капитализме.

Редукция и метаморфозы гуманистических основ западной культуры как следствие гегемонии объективистского знания и технократии протекали параллельно с развитием утилитарных философий, которые совпали с научной революцией XVII века (Декарт, Гоббс, Ньютон, Локк), которые скептически относились к идеям светского гуманизма и республиканского правления.

Эта линия западного мышления уже в XX веке находит свое продолжение в англофонной аналитической философии, в структурализме и далее – философиях постструктурализма, постмодернизма и в неолиберальных доктринах современности.

Как пишет Роззи Брайдотти в своей работе «Постчеловеческое» [9], «...концепция человека взорвалась под двойным давлением современных научных достижений и глобальных экономических проблем. После постмодернистских, постколониальных, постиндустриальных, посткоммунистических и даже широко оспариваемых постфеминистских условий мы, кажется, вступили в проблемное постчеловеческое существование» (р.1).

Но обречен ли гуманизм, или у него есть потенциал стать основой возрождения человека? Да, этот потенциал у него есть, и он связан с нашей волей и интенцией правды, справедливости и красоты – тех ценностей, для отстаивания которых порой нужна праща.



Рис.1. Микеланджело. Давид.

Заключение. В 2010 г. ЮНЕСКО выдвинуло идею Нового гуманизма, который является поворотным пунктом в осознании планетарной *гуманистической миссии* этой авторитетной организации. Быть гуманистом сегодня означает умение гармонично сочетать завещанную нам традицию и результаты труда всех предшествующих поколений, культурного наследия человечества с требованиями современности. Эта традиция объединяет людей, создаёт общее пространство человеческого общения и сотворчества в третьем тысячелетии с его геополитическими, экономическими и экологическими вызовами.

Как отмечает Валерий Кувакин [5], «В наше время происходит глобализация ценностей гуманизма через общемировой диалог. Новый гуманизм – это солидарность с ближними и дальними народами. В XXI веке это уже не просто установление контактов, а глобальное сотрудничество, обобществление человечества». Гуманизм – это мировоззрение и образ жизни, которые утверждают ценность человека по отношению к самому себе, с одной

стороны, равноправие и ценность по отношению к другим людям, обществу и природе, с другой стороны. «Это освобождает гуманистическое мировоззрение от идей превосходства человека и его претензий на господство над природой, ставит вопрос о пересмотре его отношений с окружающей средой, о переводе их на принципы равноправных коммуникаций и партнерства» (там же). Гуманизм как жизненная позиция защищает право на счастье, развитие и проявление своих сущностных творческих сил, на свободное и ответственное участие в жизни человеческого и природного сообщества.

Гуманизм как открытое и общечеловеческое мировоззрение не связывает себя с определённой философской системой идей, поэтому существует большое многообразие гуманистических течений и школ. Светский и религиозный гуманизм не конкурируют, а находятся в конструктивном диалоге.

С точки зрения Нового гуманизма принципиально важной является презумпция равноправия человека по отношению к другим людям и живым существам, природе и даже пока ещё не известным нам формам жизни, в том числе, искусственным формам жизни, создаваемым самим человеком. «Такая точка зрения ведёт к расширенному или *инклюзивному* гуманизму, отличительными чертами которого является включение в него нетрадиционных для гуманизма областей оценок или исследования: живое вещество планеты, экзобиология, экология и т. д. [5].

Современный гуманизм традиционно рассматривает себя как трансполитическое мировоззрение. Но гуманизм не чужд политики. Он помогает понять плюрализм политических позиций, признать общечеловеческие ценности в качестве общей основы любой созидательной политики. В диалоге, конкуренции и обмене политическими идеями в обществе гуманизм способен выполнять *коммуникативную* функцию, функцию примирения, поиска компромисса и согласия.

Очевидно, что некоторые положения Нового гуманизма перекликаются с постгуманизмом, критический и конструктивный потенциал которого может быть востребован и дать свои всходы.

Новый гуманизм и постгуманизм едины в своем неприятии человеческой исключительности и превосходства одних культур над другими, претензий на мировое господство со стороны определенных групп людей, кем бы они не являлись – отдельными народами, расами, гендерными категориями, носителями идеологий или религиозных мировоззрений или человеческим видом в его отношениях с нечеловеческими формами жизни.

В постгуманизме, как и в Новом гуманизме, просматриваются общие основы новой экологической, экогуманитарной парадигмы. Хотя осознание исторической бесперспективности антропоцентрической идеологии определяло зарождение новых представлений о человеке, в том числе, в лице российских философов-космистов еще с конца XIX века, это осознание стало более обостренным начиная с последней четверти XX века и стимулировало поиск новых основ для разработки экологических стратегий и формирования нового взгляда на человека как части единого целого «Природа – Человек».

Претендуя в настоящее время на гегемонию в области человекознания, постгуманизм на самом деле представляет собой хотя и весьма влиятельную, но не единственную линию осмысления сущности человека. В оппозиции к постгуманизму и в диалектическом единстве и борьбе с ним на сегодняшний день находятся иные позиции гуманитарной мысли, Нового гуманизма, в том числе, экогуманистика. Они отстаивают такой взгляд на человека, который признает его способность реализовать конструктивный план развития цивилизации.

В заключение я хотел бы представить один из кадров из фильма Андрея Кончаловского «Грех» (Il Pecato), являющего собой драматическую

историю поисков и сотворения человека одним из величайших гуманистов всех времен – Микеланджело. Подобно ему, мы – арт-терапевты – пребываем в поисках своего философского человеческого камня, в недрах которого мы можем почувствовать его «выразительное и говорящее бытие» (выражаясь словами М.М. Бахтина) и, отделив от него все лишнее, дать ему родиться и исполнить свою роль в истории. Он – человек – отнюдь не венец творенья, но он уникален и может дать этому миру то, что никто больше не может дать.



Рис. 2. Кадр из фильма «Грех (Il Peccato)»
(режиссер Андрей Кончаловский), 2018.

Литература / References

1. Бондаренко А.Ф., Федько С.Л. Исследование представленности принципа культуросообразности в профессиональном сознании практикующих психологов // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2019. – Т. 11, № 5(58) [Электронный ресурс]. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг).

2. Дворникова А.В. Эко-арт-терапия как психотерапия эпохи метамодернизма // Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии. – 2021 – Том 24, №1. – С.4-22.
3. Дубровский, Д.И. Перспективы нейронаучных подходов к проблеме сознания (в связи с нарастанием глобального кризиса земной цивилизации) // Философские науки. – 2018. – № 3. – С. 99–109.
4. Копытин А.И. (ред.). Арт-терапия в эпоху постмодерна. – СПб.: Речь, 2002.
5. Кувакин В.А. Новый гуманизм как стратегия ЮНЕСКО в XXI веке // Здравый смысл. Специальный выпуск. – 2021. - №2 (63). <https://razumru.ru/humanism/journal2/63/kuvakin1.htm>
6. Левковская О.В. Трудное взросление в эпоху постмодерна. Помощь через творческое самовыражение // Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии. – 2021 – Том 24, №1. – С.29-45.
7. Спринкл Э. и Стивенс Э. От Матери-Земли к Земле как Возлюбленной // Экопоэзис: экогуманитарные теория и практика. – 2021 – Т. 2, № 1. [Электронный ресурс]. – URL: <http://ecopoiesis.ru>
8. Фукуяма Ф. Наше постчеловеческое будущее: последствия биотехнологической революции. – М.: Изд-во АСТ, 2008.
9. Braidotti R. The posthuman. – Cambridge, UK: Polity Press, 2013.
10. Gare A. Against posthumanism: posthumanism as the world vision of house-slaves // Borderless Philosophy. – 2021 – №4. – P. 1-56.
11. Hayles N. K. How we became posthuman: virtual bodies in cybernetics, literature, and informatics. – Chicago: University of Chicago Press, 1999.
12. Haraway D. Manifesto for cyborgs: science, technology and socialist feminism in the 1980s // Socialist Review. – 1985 – Vol. 80. – P. 65-108.

13. Haraway D. *Simians, cyborgs, and women: the reinvention of nature.* – NY: Routledge, 1991.
14. Haraway D. *Staying with the trouble: making kin in the chthulucene.* – Durham, NC: Duke University Press. 2016.
15. Hassan I. Prometheus as performer: toward a posthumanist culture? // *The Georgia Review.* - 1977 - Vol. 31, №4. – P. 830–850.
16. Levine S. and Копытин А. *Ecopoiesis. A new perspective for the expressive and creative arts therapies in the 21st century».* – London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2022 (in print).
17. Lilley S. *Transhumanism and society. The social debate over human enhancement.* – Dordrecht: Springer, 2013.
18. McNamee M.J., & Edwards S.D. Transhumanism, medical technology and slippery slopes // *Med. Ethics.* 2006. – Vol. 32, №9. – P. 513–518.

АРТ ТЕРАПИЯ- ИСКУССТВО ЛЕЧЕНИЯ И КАК РЕСУРС ПОВЫШЕНИЯ СОПРОТИВЛЯЕМОСТИ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ

Курьязов А. К.

Кафедра стоматологии

Ургенчский филиал Ташкентской медицинской академии.

Узбекистан, Республика Узбекистан, г. Ургенч, Хорезмская область

Аннотация. Арт-терапия – лечение больного творчеством. Основная цель арт-терапии – это положительное воздействие на личность средствами искусства и творчества, развитие ее духовного здоровья. Арт терапия учит туберкулезного больного с психическими отклонениями выражать свои мысли, страх, переживания, эмоции. Атр терапия предполагает создание условий для самовыражения, вызывает новые способы активности ребенка. Помогает ребенку излечиться от туберкулеза, от психических и эмоциональных расстройств. Знать, что беспокоит ребенка, его страх крайне необходимо

врачу, чтобы правильно вылечить его. Надо учитывать тот фактор, что больные дети от туберкулеза лечатся в противотуберкулезном диспансере годами, месяцами.

Ключевые слова: туберкулез, Арт-терапия, дети, неврологический расстройство, психические отклонения, инновационные технологии.

**ART THERAPY IS THE ART OF TREATMENT
AND AS A RESOURCE FOR INCREASING
RESILIENCE DURING A PANDEMIC**

Kuryazov A.K.

Department of Dentistry

Urgench Branch of the Tashkent Medical Academy,

Republic of Uzbekistan, Urgench

Abstract. The paper gives philosophic and methodological interpretation of the concept of art therapy, which is viewed as an innovative technology of socio-pedagogical work with children. It describes interdisciplinary ideas of transformation of art therapy in the use of the artistic means and artistic communication aimed at optimization of subjective and objective conditions of socialization of children having different problems. The concept of «art therapy» is analyzed from the point of view of different spheres of its use; the key methodological problems and the ways for their solution during art therapy are outlined. A new philosophical and theoretical approach to art therapy is worked out to organize its empirical experience as a resource of preventive and remedial work using the means of art to help children to join the community.

Keywords: tuberculosis, socio-pedagogical activity; socialization of children; art-therapy technology; innovative technologies

Актуальность. Арт-терапия на современном этапе рассматривается наукой как инновационная технология социально-педагогической

деятельности с детьми. Раскрываются идеи преобразования арт-терапевтических практик в использовании средств искусства и художественной коммуникации, направленных на оптимизацию субъективных и объективных условий социализации детей с проблемами [1].

Проведен анализ основного понятия «арт-терапия» в различных областях его использования, выделены ключевые методологические и методические вопросы и пути их решения в проектировании арт-терапевтической технологии в социально-педагогической деятельности с детьми. Введен новый философско-теоретический ракурс рассмотрения арт-терапии и систематизации ее эмпирического опыта как ресурса профилактико-коррекционной работы средствами искусства в оказании помощи детям в процессе их вхождения в социальную среду [2]. Показана перспективность культурологического и интегративного подходов в гуманитарно-эстетическом образовании для разработки социально-педагогической модели арт-терапии и ее методик с привлечением ресурсного подхода принципов полихудожественности и фасилитации в педагогике искусства, усиливающих эффективность взаимодействия личности со смыслами произведений искусства, с учетом характера затруднений и проблем [3]. Исследование направлено на выявление возможностей, обобщение и углубление содержания арт-терапии в контексте культуры и технологии, актуализацию ее методов в неклинических практиках [4]. Это послужит решению организационно-технологических задач в области новаций арт-терапии с учетом особенностей инкультурации и социализации детей остробобаванность изучения гуманитарных технологий в социальной педагогике связана с нарастанием негативных явлений в современном обществе, острой потребностью позитивного адаптационного, профилактического, коррекционного – воздействия на субъектов различных социальных категорий в социализации [5].

Развитие гуманитарно-эстетических практик в социально-педагогической деятельности с детьми отвечает ситуации усиления отрицательных факторов социокультурных процессов, в которых все более затруднено усвоение личностью общественных норм и ценностей, что приводит к ее десоциализации и дезадаптации [6]. Социально-педагогическая деятельность направлена на содействие субъекту, социальной группе в решении проблем, связанных с негативными состояниями, затруднениями в обучении, воспитании, общении, дезадаптацией детей [3]. Социальный педагог должен быть компетентен в использовании эффективных технологий работы с нуждающимися в помощи детьми. Одной из основных компетенций в подготовке социальных педагогов является готовность организовывать различные виды деятельности в решении профессиональных задач, что требует знаний, умений и опыта применения современных технологий, в том числе гуманитарно-эстетических [5]. Это связано с тем, что художественно-эстетическое соприкасается с внутренним миром личности, входит в ее психоэмоциональный строй, затрагивает ценностно-смысловые уровни сознания, глубинные жизненные переживания, формируя духовный опыт.

Цель настоящего исследования - поиск эффективных форм и методов целенаправленного развития личности. Целенаправленное влияние искусства проявляется в улучшении психического состояния, развитии познавательных, коммуникативных и творческих способностей, самореализации личности [2]. Особенно благотворно это влияние в детском возрасте. Изучение проблемы арт-терапии буквально – лечение искусством, творчеством; термин ввел в употребление А. Хилл в медицинской практике в социально-педагогической деятельности с детьми обосновано пониманием мощного влияния искусства на развитие и становление личности, проявляющегося в гармонизации ее внутреннего мира и обретении духовно-нравственных ориентиров. [1]. Основная цель арт-терапии – это позитивное воздействие на личность

средствами искусства и творчества, развитие ее духовного здоровья [3].
Общепризнано, что арт-терапия имеет психопрофилактическую, развивающую и социализирующую направленность в активизации сущностных сил личности, благодаря чему арт-терапия используется в различных сферах и может стать эффективной технологией социально-педагогического профиля в работе с детьми. Теоретический анализ показал, что арт-терапия изучается как многогранное и глубинное по эмоциональному воздействию явление в различных сферах применения, в том числе клинической и социальной [4].
Арт-терапевтическое направление развивается в практической психологии, образовании и социальной работе.

Арт-терапия применяется в лечебно-реабилитационной, педагогической и социально-педагогической деятельности: как вспомогательный метод в психотерапии психодрама, художественно-творческая деятельность в лечебной и специальной педагогике сказкотерапия, игротерапия, цветотерапия как здоровьесберегающее направление в педагогике искусства и дополнительном образовании, гуманитарно-эстетическом воспитании [3].
Особенностью современного этапа развития арт-терапии является усиление ее междисциплинарных связей с психологией, социологией, культурологией [5, 6]. В общем смысле арт-терапия рассматривается в зависимости от области ее применения: как одна из форм психотерапевтической практики, совокупность арт-терапевтических методик, педагогический метод, формирующаяся технология.

Духовный акт - это всегда творчество, порождение новых смыслов, раскрытие и утверждение новых граней общечеловеческих ценностей и идеалов. В акте творчества личность как бы заново воссоздает окружающий мир сообразно своему Я, осознает и переживает целостность своего жизнетворчества как реализацию своей заданности, неповторимости, уникальности. По мнению А.В. Либина, творческое отношение к своей жизни

является основным условием конструктивного развития личности. Исследователи приходят к выводу, что личность творческого человека толерантна к старению. Конструктивность развития на этом этапе жизни приводит к психологическому благополучию, принятию себя и своего опыта, позитивной оценке своей жизни, стремлению к саморазвитию, автономии, независимости, способности организовать свою жизнь. В последние годы все более активно применяется такой инновационный здоровьесберегающий подход, как арт-терапия лечение, основанное на занятиях художественным творчеством.

Арт-терапию в геронтопсихологической практике можно рассматривать как метод мотивирования «жизнетворческой активности, мобилизации творческого потенциала пожилых людей и как способ сохранения их жизнедеятельности. Арт-терапия давно зарекомендовала себя как эффективный метод работы с людьми с ограниченными возможностями, которые в силу физических или психических особенностей своего состояния зачастую социально дезадаптированы, ограничены в контактах.

Достоинством арт-терапии в работе с людьми пожилого и старческого возраста можно считать возможность дифференцированно использовать различные арт-методы с учетом таких факторов, как морфо-функциональные изменения, снижение когнитивных функций и ослабление соматического здоровья, специфичность стратегий адаптации, быстрая утомляемость, нарушения речи, снижение памяти и интеллекта, слабость сенсорных систем и опорно-двигательного аппарата. В ходе арт-терапии приобретается творческий опыт, способствующий осознанию себя в новом психофункциональном статусе. Развитие новых навыков и умений предоставляет стареющему человеку возможность активно и самостоятельно участвовать в жизни общества, расширять диапазон социального выбора.

В частности, изобразительное творчество позволяет открыть свой собственный язык, который порой эффективнее вербального способа общения. В процессе изобразительной деятельности облегчается словесное описание и возможность осознания смысла прошлых событий в их неразрывной связи с настоящим, активизируется формирование образов, отражающих представления человека о будущем, его актуальные потребности и потенциалы. При групповом применении арт-терапии с пожилыми пациентами создаются условия максимального использования процесса группового взаимодействия, результатом которого можно считать состояния переживания универсального опыта, актуализации экзистенциальных вопросов, появления перспектив будущего. Коммуникативные, деятельностные аспекты художественной практики в процессе взаимодействия арт-терапевта и группы обеспечивают развитие новых социальных навыков и более конструктивных моделей поведения. Была поставлена задача изучения эффективности использования арт-терапевтических методов как средства стимуляции творческой активности. Таким образом, анализ данных опросника позволяет предположить, что у респондентов пожилого и старческого возраста после прохождения арт-терапевтической программы появилась творческая активность, трансформировавшая качество жизни.

Литература / References

1. Никитин В. Н., Цанев П. Образ и сознание в арт-терапии / В.Н. Никитин, П. Цанев. – 2-е изд., исп. И доп. – М.: Когито-Центр, 2018. С. 21.
2. Селедцов А.М., Акименко Г.В., Кирина Ю.Ю. Важные аспекты психологии неопределенности в условиях COVID-19 // International Journal of Professional Science. 2020. № 8. С. 12-19.
3. Cernuschi, Claude. 1992. Jackson Pollock: The Psychoanalytic Drawings. Durham, North Carolina: Duke University Press. P-35

4. Henzell, John. 1997. Art, madness and anti-psychiatry: a memoir, in K. Killick and J.P-67
5. Schaverien (Eds.) Art, Psychotherapy and Psychosis, London, New York: Routledge.P-81
6. Kuspit, Donald. 1995. Signs of Psyche in Modern and Postmodern Art. Cambridge University Press.;P-32

МОБИЛИЗАЦИЯ КРЕАТИВНОЙ СТРАТЕГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

Лавров Н.В.¹, Лаврова Н.М.², Лавров В.В.³

¹*Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет Минздрава России, Россия, г. Санкт-Петербург*

²*профессор РАЕ, руководитель модальности «Системная семейная психотерапия: восточная версия» ОППЛ, руководитель комитета по медиации ОППЛ, директор, Центр «Альянс»*

³*Центр научно-практической медиации «Согласие». Россия, г. Санкт-Петербург*

Аннотация. В данной статье рассмотрены методы и результаты арт-терапии при оказании членам семьи психологической помощи в поиске выхода из кризисной ситуации. Члены семьи успешно выстраивали образ решения кризисной проблемы, используя креативную стратегию моделирования кризисной ситуации и преодоления неопределенности. Согласно мнению членов кризисных семей, творческое моделирование мобилизует интеллект и обладает психотерапевтическим эффектом, поскольку снижает уровень негативных переживаний.

Ключевые слова: образная психология, креативная стратегия принятия решения, моделирование ситуации, семейный кризис, арт-терапия, типология обучения.

MOBILISING A CREATIVE STRATEGY TO OVERCOME UNCERTAINTY

Lavrov N.V.¹, Lavrova N.M.², Lavrov V.V.³

¹*Ph. D., associate Professor, St. Petersburg State Pediatric Medical University
Professor RANS, Head of the Modality System Family Psychotherapy:*

²*Eastern Version of the PPL, Head of the Mediation Committee of the PPL,
Psychotherapist of the European Registry, Director of the Center «Alliance»*

³*Ph. D, Director of the Center for Scientific and Practical Mediation
«Consent». Russia, St, Petersburg.*

Abstract. This article discusses the methods and results of art therapy in providing psychological assistance to family members in finding a way out of a crisis situation. Family members successfully built an image of solving a crisis problem using a creative strategy of modeling a crisis situation and overcoming uncertainty. According to members of crisis families, creative modeling mobilizes intelligence and has a psychotherapeutic effect, since it reduces the level of negative experiences.

Keywords: imaginative psychology, creative decision-making strategy, situation modeling, family crisis, art therapy, typology of training.

Введение. Психологическая помощь в решении острой жизненной проблемы предусматривает мобилизацию интеллекта и содействие в преодолении негативных переживаний, вызванных проблемой. Самый распространенный способ помощи – это мобилизация творческого потенциала личности с построением модели проблемной ситуации. Сведения из области информатики и науки, изучающей организацию мозговой деятельности, используются для объяснения стратегии творчества. Образная психология [2], исследуя конструкцию рабочей памяти, фокусирует внимание на роли творчества в познании мира.

Образная психология, обозначенная 29.03.2018 под № 0215 в реестре новых научных направлений Российской академии естествознания [9],

концентрирует внимание на дискретности информации и особенностях манипуляции фрагментами информации в процессе принятия решения в условиях неопределенности и противоречий. Принимаемое решение имеет вид образа, отражающего программу действий, приводящих к желаемому изменению ситуационных обстоятельств [3; 7]. Образная психология исходит из представления о том, что психика выстраивается ассоциативными рядами образов, консолидируемых в системной модели мира.

Цель данной работы заключалась в оценке и мобилизации способности членов семьи принимать ответственное решение кризисных проблем благодаря использованию креативной стратегии моделирования семейных обстоятельств.

Методы исследования. Используя психологический инструментарий, обеспечивающий анализ поведенческих стратегий членов семьи, а также измерение функционального ресурса семьи и степени выраженности семейного кризиса [1; 6; 8], наблюдали за отношениями и психоэмоциональным состоянием членов семей, которые находились в кризисе и получали психологическую помощь в поиске выхода из кризисной ситуации. В период с 2000 по 2022 год за помощью обратилось порядка 1000 семей. Количество семей, которые был представлены одним членом, и семей, члены которых предпочитали совместно решать кризисные проблемы, было равным. Помощь оказывалась с использованием методов арт-терапии и моделирования семейных обстоятельств. Подробно методика оказания индивидуальной и групповой психологической помощи кризисной семье изложена в предыдущей публикации [8]. Моделирование с имитацией внутрисемейных отношений производилось на основе техник арт-терапии. В большинстве случаев использовалась модифицированная методика, прототипом которой служил широко известный метод «семейной доски» [10].

При моделировании ситуации прослеживались информационно-эмоциональные связи, обеспечивающие семейную консолидацию, и

определялся оптимальный вариант внутрисистемных семейных отношений. Если члены семьи предпочитали углубленное рассмотрение кризисных проблем, использовался оригинальный метод «Моделирование семьи, личности и межличностных отношений» [7].

Под контролем ведущего в просторном помещении создавалась обстановка, отражавшая кризисное состояние семьи, как это представлялось тому члену семьи, который заказал мероприятие. Высокий уровень иммерсивности поддерживался благодаря присутствию группы наблюдателей. Представители этой группы, изъявившие готовность имитировать назначенную им семейную функцию, включались в процесс моделирования. Они исполняли указания ведущего, который моделировал изменения ситуации в зависимости от динамики мотиваций заказчика. При подведении итогов моделирования проблемной ситуации члены семьи отвечали на вопрос о главном достижении. Кроме того, учитывались переживания, которые были испытаны каждым участником при исполнении ролей. Представители кризисных семей использовали методы визуализации при подведении итогов моделирования. Они изображали на рисунках структуру внутрисемейных отношений до и после арт-терапевтических сессий, в ходе которых апробировали «веер решений» и выстраивали визуальный образ оптимального решения кризисной проблемы. По инструкции ведущего они составляли графическую композицию, на которой схематически изображали актуальные обстоятельства и связанные с ними переживания. Использовались пять графических элементов (круг, квадрат, треугольник, линия, точка), размер которых зависел от важности обозначаемых обстоятельств.

Результаты и их обсуждение. Итоги арт-терапевтических сессий оценивались по сопоставлению графических изображений, отражавших состояние семейных отношений до и после воздействия, оказываемого моделированием. Прогнозируя будущее своей семьи, участники игры

изображали на рисунке благополучную семейную ситуацию с учетом целей каждого члена семьи. При этом обозначалась модель упорядоченности семейной организации. Прохождение тестирования [4] позволяло определить тип выбранной модели – компании, команды, группы или содружества. Созидание визуальных образов, отражавших согласие, являлось следствием восстановительных мотиваций после отказа от разрушительных, которые провоцировали кризис.

Проведенные ранее наблюдения позволили выделить три стратегии [3; 5], которыми руководствуются люди при построении образа в условиях неопределенности и противоречивых обстоятельств (Рисунок 1).

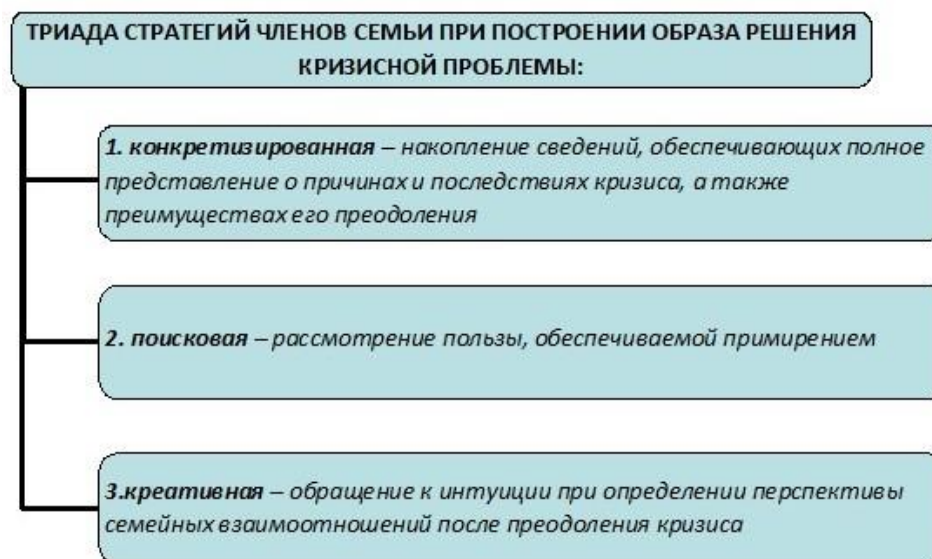


Рис. 1. Перечень стратегий, которыми руководствовались члены семей в процессе арт-терапии

Заключение. Организация помощи в решении актуальной жизненной проблемы является совместной главной задачей арт-терапии и образной психологии. Ключевой момент решения задачи – преодоление неопределенности и противоречивости наличной информации. В данной работе

обеспечивали членам семьи получение опыта, который помогал находить выход из кризисной ситуации.

При подведении итогов проведенной работы отмечена ее плодотворность в преодолении кризиса. Во-первых, формировался конструктивный подход к решению кризисных проблем с использованием наиболее эффективной креативной стратегии. Во-вторых, восстановительные мотивации приходили на смену разрушительным, провоцировавшим конфликты и предвзятые негативные оценочные суждения. В-третьих, в процессе моделирования ситуации происходило обучение навыкам урегулирования разногласий. В-четвертых, благодаря прояснению общих целей членов семьи открывалась перспектива упрочения внутрисемейных отношений в рамках общепринятой модели взаимодействия. Визуализация образа межличностных отношений облегчала понимание причин кризиса и нахождение выхода из кризисной ситуации. Был признан психотерапевтический эффект мобилизации интеллекта и избавления от последствий негативных переживаний, вызванных кризисной ситуацией.

Литература / References

1. Лавров, В.В., Лаврова, Н.М. Способ диагностики вида и степени семейного кризиса и последующей коррекции системных связей членов семьи: Патент РФ № 2354297 от 10.05.2009.
2. Лавров, В.В. Между мозгом и психикой. Образная психология. – Saarbrücken: OSM, 2016. – 171 с.
3. Лавров, В.В., Рудинский А.В. Формирование матрицы цельного образа при раздельном восприятии элементов комплексного объекта. Международный журнал прикладных и фундаментальных исследования. – 2016. – № 7 (1). – С. 91-95.
4. Лавров, Н.В., Лавров, В.В., Лаврова, Н.М. Типология моделей современной семьи в аспекте восточной версии системной семейной

психотерапии // В сб. «Современная социология семьи: проблемы и их решения». Ульяновск: Зебра, 2020. – С. 25-39.

5. Лавров, Н.В., Лавров, В.В., Лаврова, Н.М. Цикл явлений в мобилизации процесса обучения.// В сб. «Нейрокомпьютеры и их применение». М: МГППУ, 2020. –С. 422-425.

6. Лаврова, Н.М., Лавров, В.В. Семейная терапия: от простого к сложному. – СПб: Bridge. 2009. – 73 с.

7. Лаврова, Н.М., Лавров, В.В., Лавров, Н.В. Медиация: принятие ответственных решений. – М.: Изд-во ОППЛ, 2013. – 224 с.

8. Лаврова, Н.М., Лавров, В.В., Лавров, Н.В. Экспедиция в страну с вулканами семейных кризисов. Как помочь семье выйти из кризисной ситуации. – М.: КТК Галактика. 2021. – 236 с.

9. Реестр новых научных направлений (ред. Ледванов М.Ю.) – М.: Изд-во Академия естествознания, 2018. Т. 1. – 249 с.

10. Ludewig K., Pflieger K., Wilken U., Jacobskötter U. Entwicklung eines Verfahrens zur Darstellung von Familienbeziehungen: Das Familienbrett // Familiendynamik 1983. V 8. S. 235-251.

ПУТЬ ПОЭЗИСА: ЭКОПОЭЗИС, ВУ-ВЭЙ И НЕНАСИЛИЕ

Левин Стивен

доктор философии, заслуженный профессор

Йоркского университета (Торонто, Канада), декан докторантуры в области экспрессивных искусств в Европейской школе последипломного образования Швейцария, Саас-Фе

Аннотация. В докладе рассматривается даосская концепция ву-вэй или бездействия как фундаментальной способности человека, необходимой для решения проблем в эпоху Антропоцена. Ву-вэй подразумевает не пассивность, а ненасильственный подход к восприятию различных форм

жизни, который уважает целостность другого. Такой подход также характеризует принцип поэзиса, связанного с творческой природой человека, который творчески реагирует на окружающую среду, раскрывая заложенные в ней потенциалы. Ву-вэй и поэзис рассматриваются как емкие философские категории, с помощью которых может быть обоснована альтернативная система отношений человека с жизненной средой, которая может противостоять доминирующему в настоящее время отношению человека к природе, основанному на насилии.

Ключевые слова: Антропоцен, ву-вэй, поэзис, экопоэзис, экспрессивная терапия, терапия искусством.

THE WAY OF POIESIS: THE WAY OF POIESIS, WU-WEI AND NON-VIOLENCE

Levine, Stephen

*PhD, Professor Emeritus at York University (Toronto, Canada), Dean of
Doctoral Studies in Expressive Arts at the European High School
Switzerland, Saas-Fee*

Abstract. This paper is based on the keynote presented by Stephen Levine at the first international web-based conference, «Ecological/Earth-Based Arts Therapies: International and Multi-Cultural Perspectives». What principle should guide environmental action? This paper will explore the Taoist concept of wu-wei or non-action as a fundamental method for the remediation which is required by the depredations of the Anthropocene. Wu-wei does not imply passivity but rather a non-violent approach to otherness which respects the integrity of the other. Such an approach also characterizes poiesis, a way of making or creating that responds to what is given by developing its intrinsic possibilities. Wu-wei, poiesis and nonviolence are presented as an alternative to the «rape of nature» that characterizes the Anthropocene.

Keywords: the Anthropocene, wu-wei, poiesis, ecopoiesis, creative arts therapy, expressive arts therapy

Введение. В своей статье я постараюсь рассмотреть новый путь построения наших отношений с природой. Думаю, что можно в целом говорить о двух основных направлениях экологической мысли. Один подход можно было бы назвать «инструментальным». При этом природа рассматривается как нечто, отделенное от человека, как нечто, чем человек может овладеть, оказывать на нее влияние, адаптировать для себя. Такое восприятие природы является следствием разделения человека как субъекта и природы как объекта. Данный подход достаточно хорошо представлен в определенных направлениях экологической мысли. Это предполагает такое восприятие человека, когда он доминирует в отношениях с природой. И это не только означает стремление человека управлять природой, но и повышенный риск негативных последствий человеческой деятельности для его жизненной среды.

Иной подход к рассмотрению отношений человека и природы можно было бы связать с движением Нью Эйдж или романтическим восприятием природы. Этот подход идеализирует природу, связан с ее восприятием как абсолютного блага и представлением о том, что она может сохраниться в нетронутым виде. Это означает невмешательство человека в мир природы и надежду на то, что она может быть сохранена в «первозданном» виде.

Я предлагаю такой путь построения отношений человека с природой, который основан на понятии поэзиса. Слово «поэзис» в переводе с древнегреческого означает творчество, создание. На древнегреческом языке поэзис таким образом – это акт создания чего-бы-то-ни-было, придание формы любому материалу. Это может относиться как к занятиям искусством, так и разным отношениям человека с жизненной средой. И хотя

это слово больше относится к художественному творчеству, оно имеет более широкое значение. А именно, может относиться к взаимодействию человека с природой, в процессе которого и природа оформляет, создает человека, и человек оформляет, творит среду своего обитания. Очевидно, что в процессе своей творческой деятельности человек не только формирует мир вокруг себя, но и сам подвергается воздействию среды. Она также составляет его собственную природную основу. Очевидно, что доминирование человека в его отношениях с природой связано с возможным деструктивным воздействием на среду.

Я хотел бы рассмотреть далее такой способ построения отношений человека с природой, который связан с даосской философской традицией. Это такой способ, который не предполагает ни доминирования человека над природой, ни его пассивного подчинения условиям существования. Даосский путь восприятия отношений человека с природой связан, в частности, с таким ключевым понятием, как ву-вэй, часто переводимым как бездеятельность. Буквальный перевод этого понятия действительно означает «не делать». Но это означает не полную пассивность человека, а отказ от насильственного, противоречащего природе воздействия. Ву-вэй значит не отказ от построения отношений с чем-либо или кем-либо, а такие отношения, которые основаны на взаимности.

В одном из африканских диалектов есть слово бун-ту, означающее «я есть я, потому что ты есть ты». Очевидно, что человек является частью природы и не может быть от нее отделен. И дыхание, и кровообращение, и иные акты биологической жизнедеятельности, и сама телесная основа человека представляют собой его природные, биологические предпосылки. Это также может включать в себя определенную экологическую составляющую, связанную с тем, в каких отношениях мы находимся со своей внутренней природой.

Поэзис и ву-вэй

Далее я хотел бы рассмотреть понятие поэзиса с необычной точки зрения. Традиционным для рассмотрения этого понятия в философии является представление о поэзисе как придании человеком определенной формы чему-то материальному. Это также длительное время было связано с представлением о том, что любой акт творчества связан с доминированием разума, что именно разумная деятельность человека формирует мир. Действительно человек как разумное существо обладает способностью оперировать понятиями, и эта способность является основой познавательной способности человека, способности понимать мир и себя.

При таком рассмотрении поэзиса он действительно означает акт разумного воздействия человека на какой-либо материал, среду обитания, в процессе которого человеческая мысль обретает свою зримую форму. При этом акт создания формы рассматривается как связанный с познавательной активностью, посредством которой человек строит отношения с миром природы. Это также в классической философии связано с представлением об объективном знании, о том, знании, которое имеет вневременную ценность и истинность.

Эти представления отчасти связаны с развитием математики, начиная с Древней Греции. Поразительно, но достижения математики легли в основу формирования более широких представлений о процессе познания в целом и о природе социального бытия человека. Так, начиная с Древней Греции, у Платона, в его работе «Республика» сформировались представления о том, что философы правят городами-государствами, что означает, что знание объективных законов позволяет человеку поддерживать порядок в мире, в отношениях с природой и социумом. Это также связано с представлением о неизменности законов природы.

Все это также означает, что есть более совершенная форма, основанная на объективном знании, и менее совершенная, противоречащая объективному знанию. Объективное знание может справиться с хаосом и противоречиями. Эта мысль хорошо проявляется в древнегреческих представлениях, в «Республике» Платона о том, что знание способно обуздать конфликты. Классические представления о поэзисе связаны с таким процессом творчества, когда он также представляет собой акт познания, когда человек постигает сущность чего-либо в процессе творчества. Поэзис таким образом – это знание через создание.

В работах Ницше понятие поэзиса приобретает принципиально иное значение. Он отказывается от классических представлений о том, что существует вечное, объективное знание и оно является основой человеческой деятельности. Напротив, он считает, что знание отчуждает человека от реальности. Он переносит акцент на чувственный, эмоциональный опыт как основу человеческих поступков. Его отношение к природе как источнику ценного эмоционального, чувственного опыта также принципиально отличается от того, как отношение к природе понималось в классической философии, а именно, как нечто противостоящее вечному и неизменному объективному знанию.

Понятие поэзиса получило центральное место в философии М. Хайдеггера. Он формулирует идею конфликта между Миром (сущностью) и Землей (материалом), где мир рассматривается как основа знания, а природа – как то, чему человек придает форму в процессе познания. Он также рассматривает произведение искусства через призму конфликта Мира и Земли, между нашим стремлением придать форму материалу и сопротивлением материала человеческому воздействию.

Могут ли отношения человека с миром, с природой быть иными, чем навязыванием соей воли? Пытаясь обозначить эти отношения, Хайдеггер

вводит понятие *Sein-Lassen*, где *Sein* значит бытие, а *Lassen* – позволять. Зайнлассен означает содействие проявлению, становлению чего-либо потенциально возможного. Это не означает пассивности человека. Содействие становлению означает активность определенного рода.

Мы можем рассмотреть эту идею Хайдегера с точки зрения представлений о психотерапевтическом процессе, в процессе экспрессивной терапии, терапии искусством. Психотерапевт не только реализует функцию поддержки, но и выполняют «формирующую» функцию, он помогает клиенту осуществить акт *децентрирования*, перейти в альтернативную реальность творческого воображения. И когда клиент переместился в эту альтернативную реальность, психотерапевт также помогает ему проявить свою способность к эстетическому реагированию. Под эстетическим реагированием мы понимаем не реакцию в традиционном смысле этого слова, как в бихевиоризме, а способность к восприятию реальности в особом свете, опираясь на представление об *эстезисе* – то есть, восприятию с определенной перспективы, позволяя в материалы проявиться скрытому потенциалу, способности обрести определенную форму, образ.

Это означает активное участие, сопровождение, фасилитацию со стороны психотерапевта. Мы также говорим об эстетической ответственности психотерапевта – его способности сопровождать клиента таким образом, чтобы клиент обрел способность к эстетическому реагированию на реальность. Эстетическое реагирование не означает эстетическое переживание, возникающее при восприятии «совершенного объекта», как это характерно для традиционного представления об эстетическом опыте. В данном случае это связано с аффективно окрашенным восприятием реальности, с эмоциональной вовлеченностью человека в процессе его взаимодействия с миром, и когда он испытывает эти переживание, это позволяет ему осознать истинность, ценность чего-либо для себя.

Это имеет непосредственное отношение к понятию поэзиса в нашей трактовке. Если вспомнить про Винникота, то это будет связано с развиваемым им представлением о психологической трансформации, о переходных объектах и переходных феноменах. О том психологическом опыте, когда в сознании ребенка первоначально возникает представление о себе и другом человеке. И хотя первоначально Винникотт рассматривает этот феномен в отношениях матери и ребенка, он также может относиться в иным субъект-субъектным отношениях, в частности, отношениям клиента и психотерапевта.

По сути, любые формы творческого взаимодействия с реальностью возникают из этого момента переживания субъект-субъектного взаимодействия двух людей. И в этих отношениях стороны отказываются от стремления контролировать друг друга и, в то же время, проецировать свои потребности на другого. Этот момент сопровождается переживанием утраты контроля, поскольку партнеры оказываются в ситуации, когда они не могут прогнозировать ситуацию и контролировать другого, когда утрачивается ощущение устойчивости и предсказуемости ситуации.

Если же мы все же решимся отказаться от контроля над другим человеком, над реальностью, это создает ситуацию, в которой могут начать постигаться их скрытые смыслы. Для Винникотта это момент проявления интенции творчества. По этим же соображениям он отказывается от использования интерпретация в психотерапии. Для него, очевидно, что в большинстве случаев интерпретация используется аналитиком, когда он не может справиться с тревогой, вызванной неопределенностью, не может контролировать то, что происходит во время сеанса. Если же он прибегает к интерпретации, то тем самым, на реакции и поведение клиента накладываются определенные значения, и тогда аналитик может управлять клиентом, вместо того чтобы помогать клиенту находить свои способы оформления своего опыта и своих мыслей.

Таким образом, относительно психотерапевтической ситуации понятие поэзиса означает акт сотворчества клиента и психотерапевта, создание той реальности, которая формируется в «зазоре» между двумя субъектами. Относительно этой ситуации также следует рассмотреть понятие индивида, на котором основаны психологические концепции личности в соответствии с западными, капиталистическими моделями субъектности. Одним из ярких обозначений такой индивидуалистической морали являются работы Дж. Батлера. Они связаны с тем, что субъект полностью владеет собой, распоряжается собой и выражает свою суверенную позицию в общении с другими, распоряжается своей собственностью. Если же вернуться к определению субъект-субъектных отношений как я их пояснил, ссылаясь на Винникотта, и мое понимание поэзиса, то переживание собственной субъектности возможно лишь в той мере, в какой индивид включается в отношения с другим субъектом. Эти отношения могут быть любыми, даже связанными с моментами отчуждения. Я все-равно нахожусь в отношениях с другим. Даже если отворачиваюсь от него.

Я уже говорил о том, что у племени бунту есть выражение «я есть я, потому что ты есть ты». Думаю, это может относиться к психотерапевтической ситуации, описываемой как процесс развития отношений. А теперь предлагаю обратиться к более подробному рассмотрению даосского понятия ву-вей. Оно, как я уже пояснил, означает «не-делание». Ву-вэй это особая форма построения отношений с другим, с миром. Любые субъективные отношения предполагают активность. Ву-вэй – это не пассивность, а отказ от активного влияния на другого человека путем навязывания ему своей воли, от доминирования в отношениях, от завоевания позиции превосходства. При этом мы позволяем другим быть самими собой, «иметь свой голос». Это ярко проявляется на макросоциальном уровне в феминистском движении, в борьбе

афроамериканцев за свои права, в стремлении сексуальных меньшинств «обрести свой голос» в отношениях с иными социальными группами.

Таким образом, в соответствии с представлениями о ву-вэй, мы вступаем в отношения, не связанные с доминированием и подчинением, и эти отношения динамичны, предполагают возможность разным сторонам отношений проявлять себя, раскрывать через отношения свои потенциалы. Мне импонируют следующие строки стихов Элизабет МакКин, поэта-лауреата Европейской высшей школы, где я преподаю:

*Возьми с собой хрупкого проводника,
Ступая на это хрупкий мост*

Это не тот проводник, который подталкивает вас двигаться по мосту, или говорит, как и куда вам следует идти, но помогает вам найти свою дорогу, прислушиваясь к своей собственной природе. Это хорошо проявляется в психотерапевтическом процессе, когда вы создаете для клиента пространства для его самовыражения, а он «заполняет» это пространство, проявляя себя как творческая личность. Это проявляется в терапии искусством, экспрессивной терапии, где клиент использует разнообразие форм творческой экспрессии, опираясь на игру и творческое воображение. Гадамер пишет о проявлении структуры через процесс игровой деятельности. Это возможно, когда игра развивается по своим законам, постепенно оформляясь в нечто целостное, позволяя играющему чувствовать в определенный момент удовлетворение и завершенность процесса.

Экопоэзис

Так же как, в соответствии с пониманием поэзиса индивид не рассматривается как нечто отдельное от другого субъекта, с которым он вступает в отношения, индивид не является чем-то отделённым от мира природы, от жизненной среды, с которой он также вступает в субъективные отношения. Очевидно, что мы ни в коей мере не можем быть отделены от своей

жизненной среды, поскольку мы дышим воздухом, потребляем продукты, получая их из внешней среды, поддерживая свою жизнь на основе хозяйственной деятельности на земле. В этом смысле мы зависимы от среды обитания, и в отношении со средой мы не пассивны, но активно ее формируем. Думаю, что путь поэзиса – это путь культивирования. Культивирование же я понимаю не как навязывание чего-то среде, ориентируясь исключительно на человеческие потребности, поскольку в этом случае наши отношения со средой становятся часто деструктивными, например, сопровождаются критическим уменьшением лесных массивов. Это происходит во многих регионах планеты, в частности, в Бразилии, в бассейне Амазонки.

Очевидно, что эти последствия связаны со стремлением человека доминировать над природой, заставить ее служить своим интересам. Хотя, конечно, это не относится ко всему населению Бразилии, а преимущественно к определенным группам людей, принимающих определенные экономические решения. Это относится, в частности, к фигуре Болсонару, имеющему также значительный политический вес и доминирование в стране.

Заключение. Я считаю, что мы можем не только доминировать в отношениях с природой, но и можем культивировать природу. Это тот путь, который находится посередине между доминированием и пассивным подчинением природе. Мы можем действовать в своих отношениях с природой таким образом, чтобы проявлять свое естество, обретать те формы, которые потенциально возможны. В некоторых случаях это требует значительных усилий, напряжения, дискуссий, проявляющихся в отношениях с другими. Я тем не менее, полагаю, что при этом следует руководствоваться принципом ненасилия. Когда я воспринимаю другого, с кем вступаю в отношения, не как отделенного от меня, но как включенного в совместный процесс общения, проявление любых форм насилия в отношении другого означало бы насилие в отношении себя самого. Это в полной мере относится к нашим отношениям к

жизненной среде, Земле. Проявление насилия в отношениях с жизненной средой означает насилие по отношению к себе.

Это означает, что нам следует пересмотреть многое из того, что было нормой за прошедший исторический период отношений человека с жизненной средой. Это означает необходимость отказа от некоторых сложившихся стереотипов. Так же, как и в отношениях с садом, который человек выращивает, заботясь о нем и о том, что нем произрастает, и стараясь понять и удовлетворить потребности разных растений, в наших отношениях с жизненной средой мы могли бы стремиться распознавать ее потребности и стремиться их удовлетворять. Перенося это в контекст образования, например, можно признать, что возможно построение таких отношений между педагогом и обучающимся, когда последний обучается посредством своей деятельности, когда педагог не столько является источником информации и руководящей фигурой в отношениях с обучающимся, сколько создает условия, при которых обучающийся может раскрыть свой потенциал, свою природу.

Это можно также рассмотреть на примере двух типов сада – французского и английского, о которых пишет Руссо. Французский сад, как он его описывает, разработан по четкому геометрическому плану. Все, что есть в этом саду, посажено человеком и организовано в соответствии с его волей. Английский сад выглядит диким, как если бы он развивался «естественным путем». На самом деле, он был тщательно проработан, требовал значительных затрат труда, но при его формировании учитывались «естественные» возможности земли и растений, которые могут там расти.

Это может являться ярким выражением представления о том, что природа и культура могут быть согласованы и формировать хороший альянс. Культуры – это сфера человеческого бытия, способ его существования. Мы субъекты культуры, и от этого никуда не уйти. Слова «культура» и «культивирование» имеют общий корень. И то, и другое означает акт оформления, трансформации,

но такой трансформации, которая осуществляется на основе реализации внутреннего потенциала. Именно такое значение обретает понятие экопоэзиса как обозначающего способ экологического бытия человека. Путь экопоэзиса – это путь, основанный на уважении иного, признании фундаментальных отличий природы и культуры. В то же время, иное качество, которым обладает природа, Земля, не исключают того, что в своих отношениях с ними человек не может их признавать и культивировать. Если вспомнить про ву-вей, то это также означает отказ от деяния в том смысле, когда мы оказываем насильственное воздействие на жизненную среду. Мы можем руководствоваться принципом ву-вей не только в отношениях друг с другом, но и в отношениях с Землей.

Надеюсь, в своем выступлении я смог показать, что возможен способ восприятия друг друга, своих отношений и отношений с природой, чем это было характерно для наших отношений с природой на протяжении длительного исторического периода. Полагаю, что он поможет нам в решении экологических проблем.

ПРИМЕНЕНИЕ БЛАНКА КОМПЛЕКСНОЙ САМООЦЕНКИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ (КСПЭС)

ДЛЯ ОЦЕНКИ НЕМЕДЛЕННЫХ ЭФФЕКТОВ ГРУППОВОЙ АРТ-ТЕРАПИИ

Лебедев А. А., Красникова А. Ю.

Кафедра общей и клинической психологии

ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Россия, г. Волгоград

Аннотация. В статье приводится краткое теоретическое обоснование и описание исследования немедленных эффектов групповой клинической системной арт-терапии (КСАТ) на психоэмоциональное состояние пациентов с пограничными психическими расстройствами. Оценка динамики

самочувствия, активности и настроения проводилась по показателям трех визуально-аналоговых шкал бланка комплексной самооценки психоэмоционального состояния (КСПЭС), показавших достоверное улучшение всех исследуемых показателей. Обсуждается значение прироста положительных эмоций (позитивной эмоциональной дельты) в качестве критерия и целевого ориентира арт-терапевтического вмешательства.

Ключевые слова: арт-терапия; клиническая системная арт-терапия; немедленные эффекты; бланк КЭСПС; позитивная эмоциональная дельта.

APPLICATION OF THE FORM FOR COMPREHENSIVE SELF-ASSESSMENT OF PSYCHO-EMOTIONAL STATE (CSPE) TO ASSESS THE IMMEDIATE EFFECTS OF GROUP ART THERAPY

Lebedev A. A., Krasnikova A. Yu.

Department of General and Clinical Psychology

Volgograd State Medical University,

Russia, Volgograd

Abstract. The article provides a brief theoretical justification and description of the study of the immediate effects of group clinical systemic art therapy (CSAT) on the psycho-emotional state of patients with borderline mental disorders. The assessment of the dynamics of well-being, activity and mood was carried out according to the indicators of three visual analog scales of the form of a comprehensive self-assessment of the psycho-emotional state (CSPE), which showed a significant improvement in all the studied indicators. The significance of the increase in positive emotions (positive emotional delta) as a criterion and target for art therapy intervention is discussed.

Keywords: art therapy; clinical systemic art therapy; immediate effects; CEPS form; positive emotional delta.

Введение. Высокая актуальность проблемы оценки эффективности арт-терапии, предполагающей, в частности, выбор адекватных критериев и методов, проведение сравнительных статистических исследований, определяется высокой значимостью этих вопросов для ее дальнейшего развития и профессионального становления и недостаточной степенью их научно-практической разработанности. Несмотря на целый ряд исследований эффективности, выполненных за последние годы [1,2,3,4,5,6], укрепление доказательной базы арт-терапии продолжает оставаться насущной задачей.

Это в полной мере относится к оценке как временных, так и немедленных ее эффектов. В нашей практике в определении немедленных эффектов арт-терапии важную роль играет специально разработанный арт-терапевтический бланк комплексной самооценки психоэмоционального состояния (бланк КСПЭС). Примеры заполненных бланков изображены на рисунке 1.



Рис.1. Примеры бланков КСПЭС, заполненных участниками группового сеанса КСАТ.

Бланк КСПЭС состоит из двух одинаковых частей, включающих четыре диагностических поля для оценки текущего психоэмоционального состояния по четырем различным критериям: три 10-ти бальные визуально-аналоговые шкалы (ВАШ) для цифровой (бальной) оценки самочувствия, активности и настроения, место для вербального описания текущего состояния и две сферические области для его абстрактно-графического и образно - метафорического изображения. Верхняя половина бланка заполняется на момент начала сеанса, нижняя — при его окончании. Сопоставление данных двух половин бланка дает возможность увидеть изменение показателей, их динамику, произошедшую в процессе конкретного сеанса, т.е. немедленные эффекты арт-терапии, отмеченные самим участником.

Полученная с помощью бланка КСПЭС диагностическая информация в сочетании с углубленным объективным наблюдением за групповой динамикой конкретного сеанса, позволила нам получить ценную информацию о том, что очень важным универсальным фактором оптимизации и повышения эффективности, а также благоприятным прогностическим признаком проводимой арт-терапии является прирост уровня положительных эмоциональных переживаний, отмечаемый по шкале настроения.

Для удобства обозначения мы называем этот феномен - «позитивная эмоциональная дельта» и считаем его не только очень значимым критерием немедленных эффектов КСАТ, но и важной неспецифической целью (мишенью) ее конкретных сеансов, поскольку именно он, по нашим практическим наблюдениям, играет ключевую роль в решении чрезвычайно важной проблемы преждевременных терминаций, в кардинальном изменении мотивации и отношения к психотерапевтической работе, а также в оптимизации и повышении общей эффективности клинической системной

арт-терапии (КСАТ) [1,2,3] посредством целого комплекса специфических и неспецифических механизмов.

Таким образом, непосредственная практика использования бланка КСПЭС, подкрепленная данными клинических наблюдений, указывают на то, что, прирост уровня положительных эмоциональных переживаний в процессе сеанса может рассматриваться как важный немедленный эффект арт-терапии, а позитивная эмоциональная дельта, регистрируемая с помощью данного бланка, как чувствительный и удобный критерий его оценки.

В качестве наглядного примера возможного практического использования обозначенных представлений, далее будут продемонстрированы результаты экспериментального исследования немедленных эффектов арт-терапевтической техники «ресурсный эпизод из детства» на динамику психоэмоционального состояния участников, определяемую по показателям визуально-аналоговых шкал бланка КСПЭС.

Объекты и методы исследования. В исследовании использовались бланки КСПЭС 38 участников групповой КСАТ с ППР после выполнения техники «Ресурсный эпизод из детства» на начальном этапе группового цикла в соответствии с программой.

Использовались количественные данные трех десятибалльных ВАШ – самочувствия, активности и настроения с регистрацией своего состояния на момент начала и окончания групповой сессии.

Применялись методы непараметрической статистики (критерий Колмогорова-Смирнова, t-критерий Стьюдента для зависимых выборок) для выявления достоверности отличий в фоновых и завершающих показателях (немедленных эффектов).

Статистическая обработка полученных данных производилась с помощью компьютерных программ «Microsoft Office Excel» и «IBM SPSS Statistics 21».

Результаты и их обсуждение. Обобщенные средние показатели САН и позитивной дельты у всех групп после техники «Ресурс из детства» представлены на рисунке 2 в виде гистограммы.

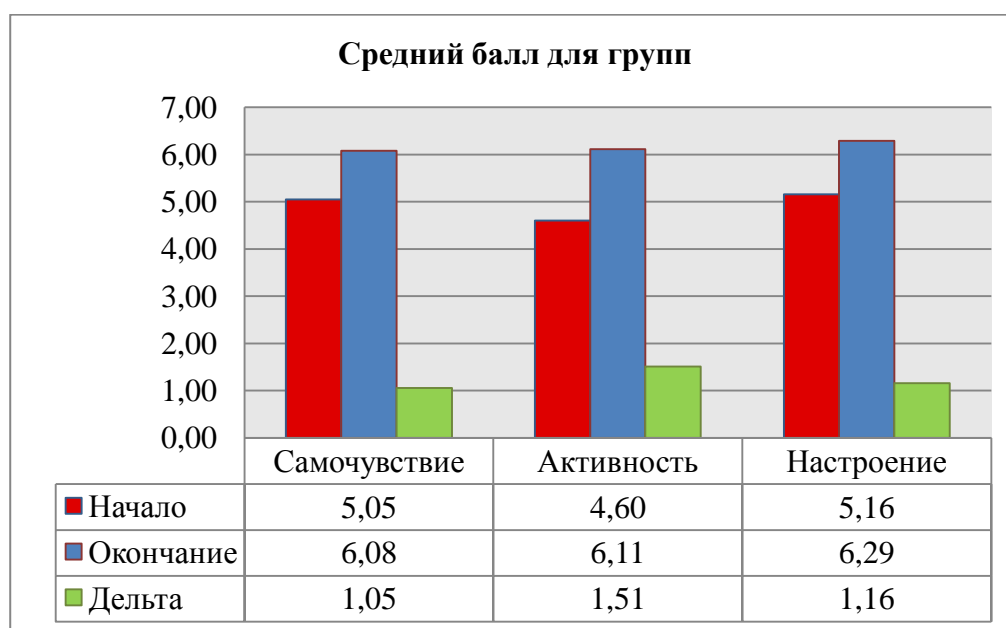


Рис.2. Динамика средних показателей САН и позитивной дельты у всех групп после техники «Ресурс из детства»

Были обнаружены следующие изменения по шкалам «Самочувствие», «Активность», «Настроение»: самочувствие улучшилось на 1,03 (5,05 в начале, 6,08 в конце); активность возросла на 1,51 (4,60 в начале, 6,11 в конце); настроение улучшилось на 1,13 (5,16 в начале, 6,29 в конце). Можно сделать вывод, что у пациентов с ППР наблюдается прирост положительных эмоций (позитивная дельта) ($p < 0,001$).

Заключение.

1 Арт-терапевтическая техника «Ресурсный эпизод из детства», оказывает существенное положительное влияние на динамику

психоэмоционального состояния пациентов с ППР, достоверно улучшая показатели самочувствия, активности и настроения ВАШ бланка КСПЭС.

2 Бланк КСПЭС может эффективно использоваться с диагностической целью для исследования текущего психоэмоционального состояния и его динамики под влиянием арт-терапии, за счет данных о приросте уровня эмоциональных переживаний (позитивной эмоциональной дельте), а также значений показателей самочувствия и активности в качестве информативных критериев ее немедленных эффектов.

Литература / References

1. Копытин А.И. Системная арт-терапия: теоретическое обоснование, методология применения, лечебно-реабилитационные и дестигматизирующие эффекты. Автореф. дисс. на соискание ученой степени доктора мед. наук. – СПб.: Психоневрологический институт им. В.М. Бехтерева, 2010.

2. Копытин А.И. Современная клиническая арт-терапия. – М.: Когито-Центр, 2015. – 526 с.

3. Лебедев А.А. Саногенетический подход, как фактор оптимизации клинической системной арт-психотерапии. // IV международная научно-практическая конференция «Арт-терапия и арт-педагогика: новые возможности для развития и социализации личности»: сборник материалов/ Под общ. ред. Копытина А.И. – СПб – г. Грязи: Скифия-принт, 2019.- С.152-158.

4. Chapman, L., Morabito, D., Ladakakos, D., Schreier, H., & Knudson, M. The effectiveness of art therapy interventions in reducing post-traumatic stress disorder symptoms in pediatric trauma patients // Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association – 2001. – Vol. 16, №2. – P.100-104.

5. Malchiodi, C. (Ed.). Medical art therapy with adults. – London: Jessica Kingsley Publishers, 1999.

6. Rusted, J., Sheppard, L., and Waller, D. A multi-centre randomized control group trial on the use of art therapy for older people with dementia // Group Analysis. – 2006. – Vol.38, №2. – P. 517-536.

**СПОСОБЫ САМОПОМОЩИ И САМОПОДДЕРЖКИ
ПСИХОТЕРАПЕВТА ПРИ ПЕРЕЖИВАНИИ ЛИЧНОГО ГОРЯ ВО
ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19 С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
ТВОРЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИСКУССТВА**

Левковская О.Б.

*Кафедра детской и подростковой психиатрии и психотерапии
ФГБУ ДПО «Российская медицинская академия непрерывного
профессионального образования» Минздрава России, Россия, г. Москва*

Аннотация. Целью данного качественного исследования было феноменологическое описание и анализ творческих технологий, основанных на Терапии творческим самовыражением М.Е. Бурно и арт-терапии, использованных психотерапевтом в качестве самопомощи при переживании личного горя, вызванного смертью близкого человека, в ситуации вынужденных ограничений в период пандемии COVID-19. Применялись, были рассмотрены и оказались эффективными для облегчения острого горя следующие творческие методики самопомощи: ведение «дневника утраты», творческое общение с искусством и художественной литературой, общение с природой и творческая фотография.

Ключевые слова: пандемия COVID-19, психотерапия утраты и горя, самопомощь, самоподдержка, арт-терапия, терапия творческим самовыражением М.Е. Бурно.

WAYS OF SELF-HELP AND SELF-SUPPORT OF A PSYCHOTHERAPIST WHEN EXPERIENCED PERSONAL GROWTH DURING THE COVID-19 PANDEMIC USING CREATIVE TECHNOLOGIES AND ART

Levkovskaya O.B.

*Department of Child and Adolescent Psychiatry and Psychotherapy
Russian Medical Academy of Continuous Professional Education,
Russia, Moscow*

Abstract. The purpose of this qualitative research was a phenomenological description and analysis of creative techniques based on Creative Expression Therapy by M.E. Burno and Art therapy used as self-help during personal grief from the death of a loved one in a situation of forced restrictions during the COVID-19 pandemic. The following creative self-help techniques were used, reviewed, and found to be effective in alleviating acute grief: keeping a «diary of loss,» creative communication with art and fiction, creative communication with nature and photography.

Keywords: COVID-19 pandemic, bereavement and grief psychotherapy, self-help, self-support, art-therapy, Therapy of creative self-expression of Burno M.E.

Введение. Переживания терапевтов в связи с тяжелой утратой и потерей исследованы в литературе в различных контекстах: связанные с окончанием терапии из-за смерти клиента, с тяжелой утратой после потери близкого родственника, друга [9, 10, 11]. Ситуация, сложившаяся в связи с пандемией Covid-19, обсуждаемая в концептах «новой реальности», Vita Covida [5, 7], представляет собой крайне неблагоприятную и имеющую предрасполагающие факторы к развитию затяжного, осложненного горя [2].

В период пандемии COVID-19 к ним можно отнести: вынужденное ограничение социальных контактов, полную социальную изоляцию и локдаун, приводящие к скученности в пространстве квартиры близких родственников-горюющих или пребывание одного человека, сокращение до минимума традиционных ритуалов прощания с умершим и этапных ритуалов расставания,

а в некоторых случаях запрет на прощание с телом и похороны в закрытом гробу. Особо отметим такой фактор, имевший место в нашем исследовании, как одновременное переживание горя от потери близкого и заболевание новой коронавирусной инфекцией самим горюющим. SARS-CoV-2, по разным данным, вызывает повышенную тревожность, напряженность, нарушения сна, беспокойство, депрессивное настроение, астению, истощение механизмов психологической защиты [3, 4, 6], что усложняет и утяжеляет стрессовую ситуацию горевания.

Объект и методы исследования: острая фаза горевания после смерти близкого человека и инструменты самопомощи в ней. Основным методом является самонаблюдение, самоотчет, феноменологическое описание и анализ.

Результаты и их обсуждение. Психологические признаки острой фазы горя в данном исследовании сочетались с соматическими симптомами новой коронавирусной инфекцией осенью 2020 года, протекавшей в легкой степени тяжести, последовавшей сразу за похоронами близкого человека.

Заболевание повлекло за собой режим самоизоляции в течение 3 недель и определило первоначальный выбор творческих методик самопомощи из Терапии творческим самовыражением М.Е. Бурно [1] и арт-терапии, с сочетанием рецептивных (импрессивных) и экспрессивных методик в условиях карантина: а) ведение «дневника горевания»; б) творческое общение с живописью; в) творческое общение с киноискусством; г) творческое общение с литературой и музыкой. В дальнейшем, по выходе из карантина были добавлены: е) творческое общение с природой; ж) творческая фотография; а ведение «дневника горевания» трансформировалось постепенно в электронно-слайдовую версию. На первое место по значимости в нашем списке средств самопомощи ставим ведение «дневника горевания», названного «40 дней после смерти».

Начало ведения дневника приходится на первые сутки после смерти близкого человека. Первые дневниковые записи были очень краткими, пронизаны острейшей душевной болью и напоминали содержательно сжатую хронику с краткими описаниями некоторых часов в течение дня, которые были для автора особенно важны. Дневниковые записи рассказывали, что в это время происходило, что автор делала, что делали члены семьи, кто и что говорил в утешение. По сути, это была «коллекция фактов».

По окончании 40 дней автор постепенно начала оформлять некоторые материалы из «дневника горевания» в посты и слайды. Для этого к тексту добавлялись фотографии природы, сделанные по выходе из карантина, изображения картин, которые автор рассматривала в эти дни. Эти материалы автор выкладывала в течение следующих 40 дней на личных страницах в инстаграме и фейсбуке. Повторное обращение к «дневнику горевания», с дописыванием и психотерапевтической переработкой материала перед публикациями, позволило осмыслить и структурировать записи, поразмышлять и сформулировать для себя самой очень многое.

Следующими по значимости для облегчения переживания острого горя автор ставит такие рецептивные методики, как процесс сотворчества с живописью, литературными произведениями и кино. Среди живописных полотен, которые терапевт рассматривала и использовала в дальнейшем при оформлении постов для размещения на своих страницах в фейсбуке и инстаграме, были: «Меланхолия» Лукаса Кранаха Старшего (1532 г.), «Воскрешение дочери Иаира» Репина И. Е. (1871 г.), «Закрытые глаза» и «Меланхолия» О. Редона (1890, 1876 гг.) и др. Важно отметить, что прошлые предпочтения и открытия в искусстве, сделанные терапевтом в своем обычном, не горестном состоянии, не могли быть использованы в качестве самопомощи в период личностного кризиса, связанного с утратой.

Среди литературных произведений автор обратилась к художественным, религиозным произведениям и научным статьям. Последние относились к теме экзистенциальной проблемы столкновения со смертью, с душевной болью, с личностным кризисом. Среди художественных литературных произведений и кинофильмов преобладал интуитивный выбор, в котором нашли место сочинения Д.Д. Сэлинджера, Г. Гессе, Э.М. Ремарка, Ж.-П. Сартра, психотерапевтическая повесть М.Е. Бурно «Перед смертью», рассказы врача-психотерапевта Т.Е. Гоголевич (Смирновой) «Мой остров» и др. Среди фильмов - экранизации произведений Ф.М. Достоевского, ленты Роя Андерсона, биографический фильм «За пропастью во ржи» (США, 2017, реж. Д. Стронг) и др. Самым главным в этих выборах было то, что данные произведения тем или иным образом касались горестных чувств и/или рассказывали истории о «малых утратах», о невозвратимых мгновениях прошлого, об ушедшем детстве, юности, о чем-то несбывшемся, дорогом и неповторимом в прошлом. Такое соприкосновение с произведениями искусства побуждало к более глубокому осмыслению актуальных переживаний и поиску ответов на бытийные, экзистенциальные вопросы о собственной конечности, о смысле оставшейся части жизни, о Добре и зле, о жизненном пути и его выборе, о ценности творчества, о Любви, смерти, Боге, бессмертии.

Важными творческими инструментами самопомощи по выходе из карантина стали методики творческого общения с природой и фотография. Интенциональность выбора объектов для фотографий определялась их соответствием личным переживаниям и настроению автора. Преобладали картины природного осеннего увядания, потерянных старых вещей и детских игрушек, упавших деревьев. Данные образы помогли выразить в творческой форме, как свою собственную душевную боль и сложные чувства, так и краткие светлые мгновения, например, от соприкосновения с домашним питомцем, с осенними красками, от особенных цветовых сочетаний.

Заключение. Феноменологический анализ личного опыта горевания в осложненных условиях карантинных мер и заболевания новой коронавирусной инфекцией показал, что произведения искусства и литературы, выбранные интуитивно при переживании скорби, служат в качестве искомых личных опор, побуждают к собиранию внутренних ресурсов, помогают пережить сложный жизненный этап и постепенно интегрировать данный опыт в свой жизненный путь. Опосредование скорби через мультимодальное воздействие произведений искусства, обращение к языку символов и метафор имеет важное целебное значение для осознания, обсуждения и выражения сложных горестных чувств в более безопасной, дистанцированной форме с другими людьми. Творческий путь самопомощи и самоподдержки может быть глубоко индивидуальным, зависеть от профессионального, культурального и религиозного опыта горящего человека, способствовать обретению новых смыслов и ценностей.

Литература / References

1. Краткосрочная Терапия творческим самовыражением (метод Бурно М.Е.) в психиатрии. Коллективная монография под редакцией профессора М.Е. Бурно. - М.: Институт консультирования и системных решений, Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига, 2015. 240 с.
2. Волкан В., Зинтл Э. [Volkan V.D., Zintl E.]. Жизнь после утраты: Психология горевания /пер.с англ. М.: Когито-Центр, 2014. 160 с.
3. Мелехин А.И. Тактика психологического обследования и психотерапии нарушений сна в период пандемии COVID-19 // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2021. Т. 9, № 3 (34). С. 259–276. Электронный ресурс: <http://humjournal.rzgm.ru/art&id=493>. Ссылка активна на 03.02.2022. DOI: 10.23888/humJ20213259-276
4. Осколкова С.Н. Амбулаторные случаи психических нарушений в период коронавирусной пандемии COVID-19 // Психиатрия. 2020. №3. С.49-57.

Доступно по: <https://www.journalpsychiatry.com/jour/article/view/510/457>. Ссылка активна на 03.02.2022. DOI:10.30629/2618-6667-2020-18-3-49-57

5. Попов Д.В., Векленко П.В. Vita Covida: антропный коллапс и биополитический кризис // Знание. Понимание. Умение. 2020. №4. С. 59-72. Электронный ресурс: <https://journals.mosgu.ru/zpu/article/view/1264/1517>. Ссылка активна 09.02.2022. DOI: 10.17805/zpu.2020.4.5

6. Селедцов А.М., Акименко Г.В., Кирина Ю.Ю. Важные аспекты психологии неопределенности в условиях COVID-19 // International Journal of Professional Science. 2020. № 8. С. 12-19.

7. Федотова В.Г. Жизнь в условиях коронавируса // Знание. Понимание. Умение. 2020. №3. С. 90-99. Электронный ресурс: <https://journals.mosgu.ru/zpu/article/view/1203>. Ссылка активна 09.02.2022. DOI:10.17805/zpu.2020.3.7

8. Хааз Э. Ритуалы прощания: антропологические и психоаналитические аспекты работы с чувством утраты // Московский психотерапевтический журнал. 2000. №1. С. 5-28.

9. De Santis, Matilda (2015) The lived experience of therapeutic work in the midst of grief: an existential phenomenological study. Other thesis, Middlesex University / New School of Psychotherapy and Counselling. 2015. Электронный ресурс: <https://eprints.mdx.ac.uk/17133/>. Ссылка активна 30.01.2022.

10. Kouriatis, K., Brown, D. Therapists' bereavement and loss experiences: A literature review // Journal of Loss and Trauma. 2011. Vol. 16(3). P. 205–228. Электронный ресурс: <https://doi.org/10.1080/15325024.2010.519289>. Ссылка активна 03.02.2022.

11. Kouriatis, K., Brown, D. Therapists' experience of loss: an interpretative phenomenological analysis // OMEGA. 2013-2014. Vol. 68(2). P. 89-109, doi: <http://dx.doi.org/10.2190/OM.68.2.a>

АРТ ТЕРАПИЯ КАК ЭЛЕМЕНТ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Лыхина Н.И.³, Маньянова И.В.³, Лопатин А.А.¹, Кирина Ю.Ю.^{2,3}

^{1,3}ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово

²Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Аннотация. Профессиональное выгорание является одной из наиболее значимых проблем среди людей, трудовая деятельность которых связана с межличностными взаимоотношениями и полной отдачей. Развитие расстройств на психосоматическом уровне: депрессии, тревожности, безнадежности оказывает негативное влияние на профессиональную деятельность человека, демотивируя его. Использование различных немедикаментозных методик представляется одним из перспективных направлений профилактики и терапии профессионального выгорания. Арт-терапия, как наиболее изученный метод, способствует уменьшению степени выраженности деформации медицинских работников и улучшению их психоэмоционального состояния.

Ключевые слова: арт-терапия, профессиональное выгорание, стресс, депрессия, медицинские работники.

ART THERAPY AS AN ELEMENT OF TREATMENT AND PREVENTION OF PROFESSIONAL BURNOUT

Lopatin A. A.¹, Lykhina N. I.³,
Manyanova I. V., Kirina Y. Y.^{2,3}

^{1,3} Professor N.P. Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo

²The Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology
Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo

Abstract. Professional burnout is one of the most significant problems among people whose work is associated with interpersonal relationships and full dedication. The development of disorders at the psychosomatic level: depression, anxiety, hopelessness has a negative impact on a person's professional activity, demotivating him. The use of various non-drug methods seems to be one of the promising areas of prevention and therapy of professional burnout. Art therapy, as the most studied method, helps to reduce the severity of deformity of medical workers and improve their psycho-emotional state.

Keywords: art therapy, professional burnout, stress, depression, medical workers.

Введение. Выгорание представляет собой реакцию на хронический стресс, обусловленный профессиональной деятельностью, возникающей при умственном, эмоциональном и физическом перенапряжениях.

Рядом зарубежных исследователей понятие «выгорание» было отмечено как «состояние истощения, при котором человек цинично относится к ценности своего занятия и сомневается в своих способностях».

Это может способствовать развитию различных психических расстройств, включая депрессию, тревогу и безнадежность. Выгорание может отражаться на состоянии физического здоровья, коррелируя с многообразием присутствующих соматических жалоб, ослаблением иммунной системы, развитием сахарного диабета, ишемической болезни сердца, сердечно-сосудистыми заболеваниями и скелетно-мышечными болями [1].

Более высокий процент случаев диагностики профессионального выгорания среди представителей тех специальностей, которые подразумевают непосредственный контакт между людьми и повышенное внимание, отдачу к объекту (объектам) своей трудовой деятельности. К категории таких профессий

следует относить работников сферы здравоохранения, педагогов, воспитателей, социальных работников и психологов [2, 3].

Усложнение ситуации чаще наблюдается в медицинской среде, когда контактирующее лицо находится в состоянии дисбаланса психофизической сферы.

В работе зарубежных исследователей было отмечено, что выгорание вызывает апатию и безнадежность у медицинских работников, негативно влияя на их самооценку, выражение профессиональных навыков и безопасность лечения [4, 5, 6].

За последние два десятилетия появилось множество литературы по практике применения различных методик лечения, среди которых особо выделена арт-терапия, сопровождающаяся благотворным влиянием на укрепление психического здоровья и снижение стрессового воздействия.

Цель работы: изучение литературных данных по вопросу применения арт-терапии при профессиональном выгорании.

Среди многих немедикаментозных методов лечения арт-терапия («лечение, основанное на занятиях художественным творчеством») представляет собой комплексное лечение, в котором используются психотерапия и процессы художественного творчества, такие как драма, музыка, танцевальные движения и рисование, способствующие укреплению здоровья и благополучия [6].

Применение арт-терапии при профессиональном выгорании позволяет включать в работу нескольких сенсорных систем (зрения, тактильной чувствительности). Это лежит в основе «переключения» внимания, способствует нормализации мыслительной деятельности.

Систематический обзор 2016 года показал, что арт-терапия эффективна в лечении профессионального выгорания и помогает выздоравливать людям, страдающим депрессией, посттравматическим стрессовым расстройством и

другими психическими заболеваниями [3]. Специалисты в области здравоохранения и психического здоровья могут пройти обучение и поддержку у квалифицированных арт-терапевтов для этического интегрирования искусства в качестве терапевтического инструмента.

Так, в работе отечественных исследований была отмечена высокая эффективность применения арт-терапии при работе с людьми, страдающими профессиональным выгоранием. Основные аспекты улучшения были продемонстрированы по параметрам психосоматических симптомов в виде их уменьшения [5].

Применение арт-терапии способствует усилению потребности в новых ощущениях у медицинских работников, что может трактоваться как стремление к профессиональному росту и получению новых знаний.

В работе Земель З.П. (2020 г.) было продемонстрировано, что использование разработанной авторами арт-терапевтических программ способствует формированию навыка эффективного взаимодействия в группе, пониманию каждым участником ценности своей личности и профессии [5].

Арт-терапевты работают с разными направлениями и теориями, такими как психодинамика; гуманистическим (феноменологический, гештальт, личностно-ориентированный); психопедагогическим (поведенческие, когнитивно-поведенческие, развивающие); системным (семейная и групповая терапия); а также интегративным и эклектичным подходами. Также существуют различные вариации индивидуальных предпочтений и ориентации арт-терапевтов [6].

К наиболее часто применяемым методикам арт-терапии относятся изотерапия, позволяющая использовать изобразительное искусство, свои чувства, эмоции для раскрытия своих ресурсов, библиотерапия, музыкотерапия, цветотерапия, кинезитерапия, ароматерапия.

Применение телесно-ориентированных техник арт-терапии, по мнению А. Копытина, оказывается полезным при работе с лицами, испытывающими эмоциональное выгорание [7].

Заключение. Арт-терапия относится к одной из перспективных методик профилактики и лечения профессионального выгорания у людей, личность которых этому подвержена. Проведение дальнейших исследований в области применения арт-терапии может способствовать расширению использования методов немедикаментозного лечения.

Литература / References

1. Бодагова Е.А., Говорин Н.В. Психическое здоровье врачей разного профиля // Социальная и клиническая психиатрия. – 2013. № . – С. 21-26;
2. Селье Г. Стресс без дистресса. – М.: Прогресс, 1982. – 128 с.;
3. Молчанова С.В., Котова С.А. Эффективность арт-терапии профессиональной деформации медицинских работников // Медицинская психология в России. – 2018. – Т. 10, № 4. – С. 7. doi: 10.24411/2219-8245-2018-14070;
4. Водопьянова Н.Е. Синдром психического выгорания в коммуникативных профессиях. // Психология здоровья / Под ред. Г.С. 68 Никифорова. - СПб.: СПбГУ, 2010. - 498 с.;
5. Земель З.П. Проблемы эффективности арт-терапии при коррекции профессионального выгорания педагогов. Наукосфера №10-1, 2020. С.58-61;
6. Психология труда: учебник для академического бакалавриата / Е. А. Климов [и др.]; под ред. Е. А. Климова, О. Г. Носковой. — М.: Издательство Юрайт, 2019. - 249 с.;
7. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой арт-терапии // Издательство «Речь». 2010. С. 10-31.

ПЕРЕСМОТР ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ИСКУССТВЕ И ПРИРОДЕ: НА ПУТИ К ГЛУБИННОЙ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЕНИЯ

Макнифф Шон

почетный профессор Университета Лесли
США, Кембридж, Массачусетс

Аннотация. Основываясь на всеобъемлющей идее природы, представлениях глубинной психологии, в частности, на идеях Джеймса Хиллмана, а также на экологической философии Томаса Берри, автор делится своим «экологическим» пониманием искусства, которое выступает одним из центральных проявлений человеческого духа, его творческих проявлений в союзе с природой. Эссе включает большое количество живописных работ автора.

Ключевые слова: искусство, арт-терапия, творчество, глубинная психология, природа

REVISIONING ART AND NATURE: TOWARD A DEPTH PSYCHOLOGY OF CREATION

McNiff Shaun

*Professor Emeritus, Lesley University,
The United States, Cambridge, Massachusetts*

Abstract. Based on an all-inclusive idea of nature and with reference to the ideas of James Hillman and Thomas Berry, the author presents his understanding of art as a force of nature, the mainstream of imagination accessible to all and focuses on the process of painting. He illustrates his statements with his own art.

Keywords: art, art therapy, creation, depth psychology, nature.

Введение. В ответ на мое вступительное слово на конференции по экологической арт-терапии в августе 2020 года [3], Александр Копытин

попросил меня более подробно изложить мои взгляды, касающиеся связи природы и искусства и необходимости разработки экологической, глубинно-психологической концепции искусства и творческой деятельности, а также связи экологического искусства и терапии. Мне показалось важным отойти от традиционных представлений о природе как о чем-то отдельном от человека, занимающегося искусством.

Когда я говорю о природе, я имею в виду все живое. Это включает в себя то, что мы называем естественным царством, миром природы, а также человека. Есть второй аспект слова «природа», который касается неотъемлемых или существенных качеств любого объекта, его сущностных свойств или его внутренней природы. Этот аспект я также буду обсуждать.

Примечательно, что природа обычно определяется как физический мир, отличный от человека. Это обозначает разделение субъекта и объекта и, возможно, непреднамеренную антропоцентрическую перспективу восприятия мира, что порождает множество проблем. В соответствии с таким пониманием природы и человека обычно рассматриваются практики, связанные с творчеством на природе или изображением природы. Однако такое разделение противоречит экологическим принципам, касающимся взаимозависимости всех форм жизни в той реальности, в которой мы существуем, и которую мы не обязательно видим достаточно целостно. Если природа включает в себя всю целостность жизни, то из этого следует, что художественное выражение и то, что мы называем искусством, также является неотъемлемым проявлением природы и не отделено от нее. Я думаю, что необходимо начать именно с уточнения парадигмы, в соответствии с которой мы воспринимаем отношения человека с миром природы, и того языка, которым мы пользуемся для описания этих отношений, когда, например, обсуждаем отношения между искусством и природой, процесс рисования природы, творчества на природе или вместе с природой, или творчество как проявление самой природы. Это особенно важно,

если мы рассматриваем связь между творческими проявлениями и психологическими процессами на основе экологических представлений.

Признавая, что на сегодняшний день преобладает такой взгляд, который основан на разделении человеческого опыта и природы, я, тем не менее, ориентирован на противоположную точку зрения, заключающуюся в том, что все связано со всем в целостной реальности бесконечных и постоянно меняющихся участников процесса совместного творчества в жизни и в искусстве. Не умаляя значимости нашего человеческого сообщества и его потребностей, важно осознавать, что мы являемся частью природы, зависимой от нее и формируемыми на основе связи с ней. К сожалению, существует много видов человеческой деятельности, которые противоречат интересам мира природы и не поддерживают жизнь, что является еще одной важной темой, выходящей за рамки нашего обсуждения.

Необходимость глубинной психологии искусства и природы

Психология – это способ размышления о человеческом опыте. Глубинная психология отличается от большинства психологических концепций тем, что уделяет больше внимания тем психическим процессам, которые действуют за пределами сознания и связаны со снами, творческим воображением и художественной экспрессией. Я разделяю приверженность глубинной психологии изучению нелинейных психических процессов, хотя я никогда не принимал понятие бессознательного, поскольку оно оказывается включенным в бинарную модель психики и противопоставленным сознанию. По моему опыту, можно говорить, скорее, о существовании разных степеней осознанности психического опыта, а также различных видов мышления, которые включают логическое, вербальное мышление, с одной стороны, и разные виды мышления образами, с другой стороны.

Джеймс Хиллман (1926-2011) (<https://www.opusarchives.org/james-hillman-collection/>) значительно повлиял на глубинную психологию, поставив под

сомнение ее ориентацию на структуру индивидуального «эго» как первичный локус осознанного опыта, что ограничивает, по его мнению, возможности использования ресурсов воображения. В процессе пересмотра представлений глубинной психологии он был особенно внимателен к тому, какую выгоду мы извлекаем из более тесной связи с миром природы, в частности, с животными. Имея возможность тесного общения с Джеймсом Хиллманом, я в течение многих лет также общался с таким моим педагогом, как Томас Берри (1914-2009) (<http://thomasberry.org>/[http:// thomasberry.org/](http://thomasberry.org/)). Интерес к его философии возник у меня в середине 1960-х, когда я посещал его курсы по восточным религиям. В то время он завершил работу над своей книгой о буддизме и готовил книгу «Религии Индии». На наших занятиях с ним мы также изучали шаманские традиции с их вниманием к земле, душе и взаимосвязи всего живого. Я отчетливо помню посещавшее меня во время занятий с ним чувство изумления, уважения и трепета, которые он смог передать нам, исследуя сакральные и творческие аспекты этих космологий. Они контрастировали с западными философскими системами и помогли мне сформировать мою приверженность художественному выражению как средству психологического исследования и обусловили проявление моего интереса к работам Хиллмана.

Я снова обратился к Томасу Берри, когда я начал оформлять свои мысли о художественном методе как выражающему «силу природы». Я сожалел, что в то время не решился познакомить его с Джеймсом Хиллманом и не помог им установить диалог друг с другом и задокументировать их разговоры. Я рассказал Хиллману о классической книге Эдит Кобб «Экология воображения в детстве», опубликованной в 1977 году издательством Columbia University Press при поддержке Маргарет Мид.

Описывая часто проблематичные отношения людей с Землей, Берри призвал к «глубокой культурной терапии», которая влечет за собой сомнения в наших фундаментальных предположениях о природе реальности, и построение

новой космологии, рассматривающей «вселенную как совокупность субъектов, а не объектов» [2, Р. 17]. В этом видении реальности как процесса взаимодействия, включающего все элементы жизни, которое я считаю основой новой глубинной психологии искусства и природы, человек играет роль со-творца, неотделимого от целого. Берри указывает на потребность людей вносить свой вклад в исцеление земли, признавая, что «радикальное разделение между людьми и нечеловеческими формами жизни» нуждается в «излечении». Экопсихология и экотерапия основаны на понимании взаимозависимости между людьми и миром природы, посредством которой, заботясь о природе, мы возрождаем наши поддерживающие жизнь отношения с ней. «Нет внутренней жизни» – пишет Берри – «без внешнего опыта», который в эту эпоху исключительной сосредоточенности на культурных различиях можно признать «универсальным» [1, Р. 82].

Новая глубинная психология не антропоцентрична; она включает в себя признание взаимосвязи всех вещей, включая преобразующие процессы природы, предполагающие как разрушение, так и создание нового. Это весьма похоже на описание реальности как процесса Альфредом Нортон Уайтхедом и то, как она понимается в классической восточноазиатской философской традиции [8].

Моя опыт художественной практики убеждает меня в том, что точная концептуализация творческого акта требует признания такой полной взаимозависимости. Мы всегда творим вместе с «другими», даже когда эти «другие» – художественные материалы, окружающая среда, воспоминания, цвета, формы и т. д. То, что я называю сообществом творцов, может включать совместную работу с другими людьми, которые представляют собой своеобразные экосистемы, обладающие способностью к творчеству. Искусство, на мой взгляд, включает в себя всевозможные формы творческого выражения, обеспечивая, тем самым, необходимую взаимосвязь сенсорных модальностей,

которые всегда работают вместе. Творческий процесс генерирует энергию, улучшающую жизнь, позволяет преодолевать невзгоды и проблемы и двигаться в сторону утверждения жизни. Все это напоминает то, что происходит в природной среде.

Тенденция к отделению субъекта творчества от природы более отчетливо проявляется в изобразительном искусстве, возможно, из-за давней традиции изображения предметов как внешних объектов по отношению к художнику, которые затем превращаются в изображения. Это контрастирует с представлением об искусстве в более широком смысле, особенно в искусстве перформанса и в поэтическом реагировании на среду.

Живопись как природа

Помогая другим выразить себя, я сталкиваюсь с запретами и неуверенностью, а потому подчеркиваю необходимость сделать процесс творчества наиболее простым и доступным. Я пытаюсь подойти к художественному творчеству как можно более органично. Более 50 лет я был вовлечен в основном в незапланированные «художественные эксперименты», реагируя на то, как люди сопротивляются приглашению участвовать в художественном творчестве даже в самой безопасной, благоприятной и непредвзятой среде. Например, в отношении живописи я часто говорю клиентам: «Если вы можете двигаться, то вы можете и рисовать». Движения часто являются основой творческого самовыражения в изобразительном искусстве.

Я предлагаю посетителям своей студии представить «искусство как силу природы», такую же, как ветер, ритм волн, столь же основополагающее начало, как дыхание [7]. Тем самым я стремлюсь побудить людей ослабить контроль мысли и просто начать движение и позволить жестам создавать искусство.

Я вижу, что, когда люди начинают двигаться естественно, их художественная экспрессия становится непосредственной и уникальной. Как

правило, моя задача состоит в том, чтобы поддерживать естественные жесты. Я вижу, как люди начинают творить достаточно свободно, но затем напрягаются, когда начинают сосредотачиваться на чем-то в своем сознании. Они начинают контролировать свою художественную экспрессию, не позволяя движениям тела, самой природе руководить своими действиями. Все это описано в моей книге «Доверяйте процессу: руководство для художника по отпусканию контроля» [6]. Если довериться природе и действовать спонтанно, то она, как правило, помогает решить любую творческую задачу. Мы являемся частью чего-то гораздо большего, чем мы сами.

Удивительно, как люди повсеместно создают яркое и уникальное искусство, когда они позволяют себе естественно двигаться в процессе взаимодействия с художественными материалами, пока творческий процесс не завершается естественным образом. Я восхищаюсь заявлением Торо о том, что «Бесполезно представлять себе дикую природу как нечто отдельное от нас» (*Journal IX*, 1856): «В дикой природе заключен секрет сохранения мира» (<https://www.walden.org/quotation-category/nature-the-environment/wildness/page/2/>).

Я не предлагаю участникам занятий каких-либо конкретных движений, поскольку это могло бы сформировать определенные ожидания и предвзятость. В этом нет необходимости. Движения и художественная экспрессия проявляются естественным образом, стоит только довериться процессу. При этом часто начинают просматриваться универсальные, архетипические образы [9], что выходит за рамки данного эссе. Хотя это действительно может относиться ко второму значению слова «природа», обозначающему внутренние глубинные качества любого существа. На своих занятиях я вижу наиболее общие человеческие проявления, сочетающиеся с уникальными чертами каждого индивида – то, что буддисты могли бы описать как его внутреннюю и неповторимую природу.

Я полностью поддерживаю и восхищаюсь растущим вниманием арт-терапии к занятию искусством на открытом воздухе, в природной среде, с использованием органических и найденных материалов, что позволяет переживать связь с жизненными процессами вокруг нас, почтение и трепет, возникающие в момент соприкосновения с красотой и жизненной силой природного мира. В то же время, я вполне допускаю менее буквальное понимание того, как природа может участвовать в арт-терапевтическом процессе.

Рисование с природы и пространство вокруг нас

В моих студийных группах я не предлагаю обычно рисовать с природы. Мне ближе позиция Джексона Поллока, который во время беседы с Хансом Хоффманом, в ответ на его вопрос, рисует ли он с природы, сказал: «Я сам природа». Как я описал выше, я обычно поощряю рисовать естественным образом, с помощью самых простых и доступных движений, мазков и жестов, как это было показано в недавнем фильме, снятом Лондонским центром арт-терапии (<https://arttherapycentre.com/galleries/video-how-art-heals-integrating-practice-and-research-prof-shaun-mcniff/>). Проводя свои занятия, я обнаружил, что начиная с элементарных движений можно развить навыки свободной и спонтанной живописи. По мере продолжения процесса людям предлагается работать на основе своего собственного стиля и предпочтений относительно того, как и что они будут рисовать, но я всегда призываю к естественности и уникальности экспрессивной манеры.

Я могу представить себе ситуации, в которых я мог бы приглашать людей «реагировать» на непосредственное окружение свободными жестами и движениями в пространстве. Это может быть важной особенностью опыта арт-терапии с отдельным человеком, хотя я делаю это, занимаясь собственным творчеством – живописью и рисунком. Было бы полезно сосредоточиться на спонтанных жестах. Это могло бы служить важным вкладом в развитие

естественного и спонтанного самовыражения во взаимодействии с окружающей средой.

Конечно, люди часто рисуют «с натуры» или в ответ на посещение какого-либо места на природе. Идея Томаса Берри о реальности как о «общности субъектов» прекрасно подходит для такой ситуации. Как художник я обычно ощущаю, что природа, которую я рисую, также становится частью меня. И человека, и окружающую среду, можно рассматривать как взаимозависимую экосистему совместного творчества. Дерево, камень или место, на которое я отвечаю, создавая свою картину, являются соучастниками творческого процесса, а не объектами, которые я изображаю. Вместе с ними я создаю что-то новое, что рождается из наших отношений или того, что Берри мог бы назвать общением.

Как обычно говорят художники, каждая картина или рисунок, которые являются реакцией на природу, включает в себя процесс абстрагирования, посредством которого мы создаем композиции, позволяющие передать сущность того, что мы видим и переживаем. Это свойственно даже самым подробным и буквальным изображениям. Я предпочитаю искусство, которое определенным образом преобразует предмет изображения, сохраняя при этом творческое напряжение между тем, что изображено, и выразительными жестами или абстракциями, которые передают энергию художника.

Точно так же классическая китайская живопись фокусируется на экспрессии художников, их чувствах и способах интерпретации объекта, в отличие от буквального изображения. На мой взгляд, именно такая изобразительная манера является фактором целебного воздействия занятий изобразительным искусством для большинства из нас, в отличие от попыток добиваться точности в передаче видимого. Однако я научился избегать категоричных заявлений. Думаю, что кто-то может предпочесть задачу точного изображения природы, чувствуя затем удовлетворение от созданной картины. Я

понимаю, что мотивы могут меняться, как и все в жизни. Но по моему опыту, более спонтанный, основанный на движении способ рисования более доступен для большинства людей и для меня является более интересным и терапевтически оправданным. В своем творчестве я стремлюсь избегать тесных рамок, и подхожу к натуре как к своему проводнику или союзнику, помогающему мне найти более естественный и спонтанный, часто даже более дикий способ двигательной экспрессии в процессе рисования.

Что касается вопроса о том, как моя живопись соотносится с природой, то в течение многих лет в своем творчестве я концентрировался на реагировании на мое ближайшее окружение, постоянно обращаясь к художественному выражению как ответу на жизненные ситуации. На протяжении 1980-х и 1990-х годов я много занимался с людьми в художественных студиях, расположенных в разных странах. Различная среда, как естественная, так и созданная руками человека, так или иначе, влияла на студийную динамику и отражалась на моих работах. Многие из них отражают взаимодействие животных и человека в определенном ландшафте.

Мои книги «Глубинная психология искусства» [4] и «Искусство как лечебное средство» [5] предвосхитили то, что мы теперь называем исследованиями, основанными на искусстве. Прежде чем заниматься терапевтическим творчеством в студийных группах, я в 1960-е годы практиковал абстрактную экспрессионистскую живопись, проживая в Нью-Йорке. Я также вместе с пациентами занимался в студии арт-терапии на базе крупной государственной психиатрической больницы в 1970-е годы. Сотрудничество с пациентами научило меня в своем творчестве непосредственно реагировать на жизнь с помощью самых естественных и простых экспрессивных жестов. Я рассматриваю подобное творчество как выражение природной динамики, частью которой я являюсь. Я назвал такой художественный метод реализмом воображения. И хотя он развивался в

процессе арт-терапии с другими людьми, он постоянно поддерживался и развивался также благодаря моим индивидуальным занятиям в своей студии.

В течение последних тридцати лет я пытался работать поближе к дому, исследуя бесконечные возможности творческого взаимодействия со средой вокруг того места, где я живу. Я отношусь к студийным художникам, и никогда активно не рисовал с натуры, находясь на пленэре.

В то же время, я часто ищу подходящие объекты и ландшафты с помощью камеры. Она помогает мне изучать различные физические условия и природные формы. Я также делаю наброски на открытом воздухе, часто во время путешествий, и они нередко используются мной в моих картинах. Эскизы сами по себе являются выразительными интерпретациями и никогда не являются точными попытками буквально воспроизвести натуру. Они являются моими ответами на реальный природный ландшафт, а также на новый материал, проявляющийся в процессе создания изображения. Я двигаюсь максимально свободно, обычно пользуясь смелыми и свободными жестами.



Рис. 1. «Стена пастбища», 2019, 9x12”, бумага, карандаш

Такой процесс погружает меня в жизненную среду и помогает лучше почувствовать и понять природные формы. Спонтанные композиционные структуры создаваемых мной набросков затем часто переносятся на холст. Когда я просматриваю свои работы, созданные на протяжении многих лет, я не вижу иерархии в отношениях между рисунками и живописными картинами. Я воспринимаю первые как иногда наиболее аутентичное и естественное выражение моих реакций на среду.

Хотя фотографии и рисунки играют важную роль в развитии моих взаимоотношений с возможными ландшафтами и предметами, я обнаружил, что обычно «отпускаю» их, как только начальная композиция картины обретет форму. Нередко я вообще не смотрю на ландшафт вокруг, когда начинаю работать, стараясь больше настроиться на общее ощущение от среды и свои внутренние импульсы, определяющие мои жесты. Как только картина начинает оформляться, даже если она может казаться непосредственно изображающей место или предмет, я чувствую, что она должна принять форму, исходя из своей внутренней сущности и моих реакций на то, что проявляется на холсте. Все дело в красках и жестах, а также моих реакциях на среду, а не в конкретике вещей или ландшафтов.

Картина или рисунок – это не я и не объект созерцания, а новая и автономная жизнь, которая обретает форму в пространстве между нами – медиальном «царстве» образного художественного выражения с его бесчисленными дополнительными влияниями, сообществом участников, которое я описал выше. Это моя реакция на то, что я вижу, или на ситуацию, в которой я живу (<https://www.youtube.com/watch?v=feGmBrLI5J4>). Вот две недавние картины, появившиеся в результате описанного мной процесса.



Рис. 2. «Пастбище 3», 2019, 33x40”, холст, масло

В дополнение к такой работе, которая связана с моим взаимодействием с реальными пейзажами, я также создаю работы, передающие мое взаимодействие с воображаемыми ландшафтами. Я занимаюсь этим начиная с 1980-х годов, когда я начал совмещать реакции на реальные пейзажи с фигурами, рождаемыми в воображении.

Заключение. Творчество в условиях пандемии. В заключение, я хочу рассмотреть, как в нынешних сложных обстоятельствах, с учетом пандемии 2019-2022 годов, творчество во взаимодействии с нашим непосредственным окружением может помочь психологически справиться с ситуацией. Наше сотворчество с жизненной средой помогает сделать жизнь более наполненной и почувствовать красоту. Хотя при этом я принимаю и считаю неизбежным хаос и возникающие угрожающие ситуации, переживаемые нами самими и

жизненной средой как нашим партнером в творческом процессе в периоды потерь и трудностей.

Я считаю, что темные и тревожные грани действительности и опасные для жизни силы являются неотъемлемой частью природы. Они вносят свой вклад в наше понимание творческого процесса. Как писал Теодор Рётке: «В темное время суток глаз начинает видеть многое более обостренно». Художественное творчество обладает жизнеутверждающей способностью, даже когда индивид сталкивается с утратой и разрушением. Новая жизнь рождается из горнила творческого процесса. Кризис и хаос нередко поддерживают преобразующую художественную экспрессию, которую я неоднократно переживал и рассматриваю как художественную алхимию. Путь вперед может быть далеко не простым и, скорее всего, будет «творческим поиском», как признался в переписке со мной Рудольф Арнхейм, когда мы обсуждали с ним преобразующую роль хаоса и возникновение «нового, более сложного чувства порядка» (Р. Арнхейм, личная переписка, 11 сентября 1994 г.).

Я, конечно, не призываю к тому, чтобы приглашать хаос и испытания в свою жизнь, но признаю то, что негативные вещи также естественны, и они являются частью природных процессов. Самые сложные аспекты жизни могут стать веским аргументом в пользу развития экологического, природосообразного подхода к искусству и целительству. Природа может научить нас тому, как действовать в ситуации кризиса и испытаний.

Литература / References

1. Berry T. *The great work: our way into the future*. – New York: Three Rivers Press, 1999.
2. Berry T. *Evening thoughts: reflecting on earth as sacred community* (M. E. Tucker, ed.). – San Francisco: Sierra Club Books, 2006.
3. Копытин, А. Conference review: «Ecological/Earth-based arts therapies: International and multicultural perspectives» // *Ecopoiesis: Eco-*

Human Theory and Practice. – 2020. – Vol.1, №2. [open access internet journal].
– URL: <http://en.ecopoiesis.ru>. Accessed January 2, 2021.

4. McNiff S. Depth psychology of art. – Springfield, IL: Charles C Thomas, 1989.

5. McNiff S. Art as medicine: Creating a therapy of the imagination. – Boston, MA: Shambhala Publications, 1992.

6. McNiff S. Trust the process: an artist's guide to letting go. – Boston: Shambhala Publications, 1998.

7. McNiff S. Imagination in action: secrets for unleashing creative expression. – Boston: Shambhala Publications, 2015.

8. McNiff S. Ch'i and artistic expression: an East Asian worldview that fits the creative process everywhere [A Forum article with responses] // Creative Arts Education and Therapy: Eastern and Western Perspectives. – 2016. – Vol.2, №2. – P.12-20. URL.: <http://caet.inspirees.com/chi-and-artistic-expression-an-east-asian-worldview-that-fits-the-creative-process-everywhere-2/>

9. McNiff S. Reflections on what 'art' does in art therapy practice and research // Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association. – 2019. – Vol.36, №3. – P.162-165, doi: 10.1080/07421656.2019.1649547.

РОЛЬ АРТ-ТЕРАПИИ В РЕАБИЛИТАЦИИ ПАЦИЕНТОВ С НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ

Мальцева К.А., Дементьева Г.С., Лопатин А.А., Вострых Д.В.

*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово*

Аннотация: В статье рассматривается психологическая составляющая процесса немедикаментозной реабилитации наркозависимых; описывается эффект от применения арт-терапии, а также ее воздействие на пациентов с наркотической зависимостью в процессе их реабилитации.

Ключевые слова: арт-терапия, наркотическая зависимость, реабилитация.

THE ROLE OF ART THERAPY IN THE REHABILITATION OF PATIENTS WITH DRUG ADDICTION

Maltceva K. A.³, Dementieva G. S.⁴,

Lopatin A. A.¹, Vostrykh D. V.²

*Professor N.P. Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo*

Abstract. The article examines the psychological component of the process of non-drug rehabilitation of drug addicts; describes the effect of the use of art therapy, as well as its impact on patients with drug addiction in the process of their rehabilitation.

Keywords: art therapy, drug addiction, rehabilitation.

Зависимость от наркотиков продолжает являться значимой проблемой как медицинского, так и социального характера. Злоупотребление наркотическими средствами часто приводит к увеличению количества отравлений, увеличению уровня распространенности ВИЧ-инфекции, вирусных гепатитов и прочих социально-значимых заболеваний, требующих привлечения специалистов другого профиля. Лечение и реабилитация пациентов с наркотической зависимостью является серьезной медико-социальной проблемой в силу стойкого характера физиологических, психологических и социальных нарушений, связанных с употреблением наркотических средств [2].

В настоящее время реабилитация базируется на био-психо-социальной модели, включает системный подход применения медицинских, психологических, образовательных, воспитательных, социальных, трудовых,

правовых мер, направленных на личностную реадaptацию пациентов, их ресoциализацию и реинтеграцию в общество [3].

Восстановление нормативного личностного и социального статуса благодаря поддержанию трезвого состояния, дальнейшей коррекции и развитию его личностного, интеллектуального, нравственного, эмоционального и творческого потенциалов [4].

В процессе наркотизации настроение у наркозависимых становится неустойчивым, лабильным, они легко дают дисфорические реакции. Исследования Рохлина М.Л., Козлова А.А., Мохначева С.О. показали, что нарушения в аффективной сфере выражены в той или иной степени на всех этапах заболевания [6]. Пациенты, злоупотребляющие психоактивными веществами, испытывают эмоциональные переживания, связанные с социальной изоляцией, стигматизацией в обществе. Большинство пациентов, страдающих наркотической зависимостью, не могут распознавать свои чувства в следствии алекситимии (затруднении в передаче, словесном описании своего состояния). Актуальность применения арт-терапии заключается в том, чтобы помочь пациентам, злоупотребляющим психоактивными веществами, с помощью арт-терапевтических методик исследовать свои подавленные и трудные для обсуждения чувства или воспоминания неконфронтационным способом.

Основные функции арт-терапии: катарсическая (очищающая, освобождающая от негативных состояний); регулятивная (снятие нервно-психического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния); коммуникативно-рефлексивная (обеспечивающая коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки) [1].

Некоторыми достоинствами арт-терапии с точки зрения реабилитации пациентов являются:

- ее преимущественно невербальный характер, позволяющий пациентам выражать свои сложные, плохо определяемые в словах чувства, которые в противном случае могут «выплескиваться» в поведении;

- ее влияние на повышение самооценки и степени контроля ими своего поведения и психических процессов, что помогает им в принятии решений;

- умение работать с разными материалами, что может иметь большое значение для активизации больных и сохранения важных практических навыков, включая и навыки трудовой деятельности [3].

Этот метод терапии создает безопасную среду для работы, в которой пациент чувствует себя защищенным для того, чтобы выразить свои переживания, чувства, не испытывая никакого давления со стороны окружающей среды.

Коррекция эмоционального состояния через творчество также способствует возникновению положительных эмоций и снижению чувства тревоги, позволяет повышать самооценку, формировать ценностное отношение к себе, осознать проблемы, использовать свои внутриличностные ресурсы для преодоления кризисных ситуаций.

Кроме того, заключенные в изображении «личные смыслы», переживания могут быть «раскодированы» и осознаны как самим «художником», так и специалистом, который призван помочь понять содержание и символику собственного спонтанного творчества [5]. Иными словами, изобразительный продукт – отражение индивидуально-психологических свойств пациента, его мироощущения, характера, самооценки.

Стоит так же отметить следующие преимущества арт-терапии по сравнению с другими формами психотерапевтической работы:

1. почти каждый (независимо от возраста, культурного опыта и социального статуса) может участвовать в арт-терапии. Арт-терапия не требует каких-либо особых способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков;

2. арт-терапия – это средство невербального общения; она помогает человеку точнее выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и повседневные проблемы и найти способ их решения. Это делает его особенно ценным для тех, кому трудно устно описать свои переживания;

3. результаты визуальной деятельности являются объективным свидетельством настроения и мыслей человека, что помогает использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния, исследований и сравнений.

Из разнообразных видов арт-терапии, применяемых в работе с наркозависимыми пациентами, предпочтение отдается групповым формам работы, в первую очередь тематически ориентированным. Использование тематически ориентированных групп может представлять особый интерес, прежде всего потому, что такие группы предоставляют большую возможность для выбора тем и поэтому могут быть легко адаптированы к любому составу пациентов. Кроме того, тематически ориентированные группы являются более структурированными, что означает относительно высокую степень директивности и контроля за группой со стороны специалиста [4].

Реабилитация пациентов с наркотической зависимостью требует понимания истоков злоупотребления психоактивными веществами, мотивирующих факторов для выздоровления и причин сопротивления исцелению. Арт-терапия служит средством психологического компонента выздоровления, предоставляя эмоциональную «отдушину» и средство самовыражения. Чувства или переживания пациентов, которые слишком болезненны или постыдны, чтобы выразить их словами, могут быть выражены

с помощью творчества. В сочетании с другими методами немедикаментозного лечения, такими как индивидуальная психотерапия, «группы поддержки» и семейные консультации, арт-терапия может стать мощным способом содействия процессу выздоровления пациентов с зависимостями от психоактивных веществ.

Литература/ References

1. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании: Учебник для вузов / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. – М.: Академия, 2001. – 248 с.;
2. Арзуматов Ю.Л., Кибитов А.О. Нейрофизиологические и генетические механизмы предрасположенности к наркологическим заболеваниям: Монография. – М.:ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П.Сербского» Минздрава России, 2021. – 146 с.;
3. История развития реабилитации наркозависимых [Электронный ресурс]: Собрание статей / Социальная работа. – 2010. – Режим доступа: <http://soc-work.ru/article/522>. – загл. с экрана;
4. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. – Речь, 2007. – 336 с, илл.;
5. Лебедева Л.Д., Никонорова Ю.В., Тараканова Н.А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии. – СПб.: Речь, 2006. – 336 с.;
6. Рохлина М.Л., Козлов А.А., Мохначев С.О. Аффективные нарушения при героиновой наркомании // Вопросы наркологии. – 2002. - №1. – с. 20-27.

**АБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА
В ХУДОЖЕСТВЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ
СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНЫМ ИСКУССТВОМ**

Мальцева Р. И.

МБОУ ДО ДХШ №14 им. А.А. Леонова, Россия, п. Тисуль

Аннотация. В статье представлена авторская разработка адаптированной программы «Семь цветов здоровья» для абилитации детей с синдромом Дауна в образовательном пространстве средствами арт-терапии изобразительным искусством. Опытом восемнадцатилетней работы с детьми инвалидами и детьми с ОВЗ методами арт-терапии изобразительным искусством делится директор МБОУ ДО ДХШ №14 им. А.А. Леонова п. Тисуль, Тисульского муниципального округа, специалист в области арт-терапии, прошедшая переподготовку в Санкт-Петербургском институте практической психологии «Иматон» по программе дополнительного профессионального образования: «Арт-терапия в образовании, медицине и бизнесе» А.И. Копытина.

Ключевые слова: арт-терапия, абилитация, изобразительная деятельность, цветокоррекция, цветоструктурирование, мандала.

**HABILITATION OF CHILDREN WITH DOWN SYNDROME
IN ART EDUCATIONAL SPACE BY MEANS
OF ART THERAPY BY FINE ARTS**

Maltseva R.I.

*A.A. Leonov Children's Art School No. 14,
Russia, Tisul*

Abstract. The article presents the author's development of the adapted program «Seven Colors of Health» for the habilitation of children with Down syndrome in the educational space by means of art therapy with fine arts. The director of MBOU DO Children's Art School No. 14 named after V.I. A.A. Leonov, Tisul, Tisulsky municipal district, a specialist in the field of art therapy, retrained at the St.

Petersburg Institute of Practical Psychology «Imaton» under the program of additional professional education: «Art therapy in education, medicine and business»
А.И. Копытин.

Keywords: art therapy, habilitation, visual activity, color correction, color structuring, mandala.

Введение. По данным ООН, каждый год в мире примерно от трех до пяти тысяч детей рождаются с синдромом Дауна. Это хромосомное расстройство встречается у одного младенца из 1000-1100 новорожденных. По данным Минздрава РФ в России (как и в мире) распространенность синдрома Дауна составляет около 1% детской популяции. За последние два года число детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в Кузбассе выросло вдвое, и в настоящее время под психолого-педагогическим наблюдением находится 19000 детей с ОВЗ. В Кузбассе в программе «Доступная среда» участвуют 164 общественных организаций и специализированных муниципальных учреждений: центр реабилитации детей и подростков «Фламинго», кемеровская региональная общественная организация «Служба лечебной педагогики», «КузбассНейро» центр реабилитации и развития, школа №20 (для слабовидящих детей), школа №100 (для детей с нарушениями ОДА), школы №104, №27, №10 г. Кемерово. В детских школах искусств и художественных школах реализуются инклюзивные формы образования (п. 27 ст. 2 №273-ФЗ). В современной практике адаптивного воспитания и социализации детей с ОВЗ используются разнообразные формы организации педагогического процесса, направленные на решение вопросов адаптации детей к условиям образовательного учреждения, разрабатываются адаптированные программы. Организуются курсы для обучения преподавателей принципам организации инклюзивного образовательного пространства в соответствии «модели включения» в обучающий процесс ДШИ, ДХШ детей с ОВЗ.

В основе этой формы инклюзии лежат образовательные задачи, для детей с серьезными проблемами здоровья образовательные программы и адаптированные программы не всегда посильны и эффективны. Однако применение методов детско - подростковой арт-терапии в образовательных учреждениях Кузбасса пока не носит массового характера, этому препятствует ряд факторов: относительная новизна данных методов, недостаточная разработанность теоретико-технологических методик и программ для применения арт-терапии в образовании, отсутствие специалистов в образовательных учреждениях дополнительного образования ДШИ, ДХШ, обученных арт-терапевтическим технологиям.

Детская художественная школа №14 им. А.А. Леонова работает с детьми инвалидами и детьми с ОВЗ с 2004 года. Успешно интегрировала в образовательное пространство школы инклюзивную форму абилитации, используя художественный профиль учреждения, применяет арт-терапевтические экспрессивные формы изобразительной деятельности в формировании личностных и социальных навыков необходимых для жизнедеятельности. Цель арт-терапевтической помощи ребенку по авторской программе «Семь цветов здоровья» для абилитации детей с синдромом Дауна средствами арт-терапии изобразительным искусством направлена на формирование навыков сотворчества.

Арт-терапия позволяет задействовать механизмы высвобождения внутренней энергии открывающей возможности свободной реализации своих желаний в творчестве. Аккуратно применяя метод фасилитации в процессе арт-терапевтических занятий, мы создаем атмосферу для рождения доверия, переводя отношения в плоскость сотрудничества, ведь суть абилитации средствами арт-терапии заключается не в научении правильным способам рисования, а в раскрепощении внутренних резервных возможностей организма,

запуская механизмы высвобождения от чрезмерной возбудимости или наоборот от психологических зажимов.

Арт-терапия в художественной практике абилитации.

Адаптированная программа «Семь цветов здоровья» для абилитации средствами арт-терапии изобразительным искусством детей с синдромом Дауна состоит из трех модулей:

I модуль – Арт-педагогический компонент коррекции коммуникативных навыков;

II модуль – Арт-методы коррекции эмоционального состояния;

III модуль – Арт-педагогический компонент развития эмоциональной сферы.

В основу программных модулей заложен принцип вариативности их использования в течении абилитационного процесса с учетом внутренних ресурсов ребенка и уровнем психической динамики его развития. Э. Крамер, основоположник американской арт-терапии, занимавшийся изучением процесса развития графических навыков у детей, отмечает, что для каждой стадии эмоционального развития ребенка характерны свои особенности изобразительной экспрессии [7,17].

Рисование – особый вид деятельности, являющийся ценным источником информации об индивидуальных особенностях развития ребенка, позволяющий получить его целостный психологический портрет. Рисунок ребенка с синдромом Дауна имеет свою специфическую форму, трудную для прочтения, так как графическая изобразительная форма выражения на длительный период «застревает» в предварительной форме изобразительности (каракульной). Для иллюстрации до символических форм изобразительной деятельности, отличающихся содержательной неясностью, характерных для детей с синдромом Дауна, представлены рисунками мальчика по имени Саша (имя изменено) в разные возрастные периоды.



Рис.1. (8 лет)



Рис.2. (9 лет)



Рис.3. (10-11 лет)



Рис.4. (12-13 лет)

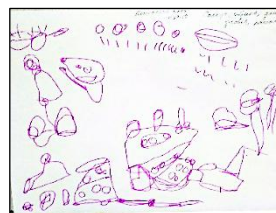


Рис.5. (14-15 лет)

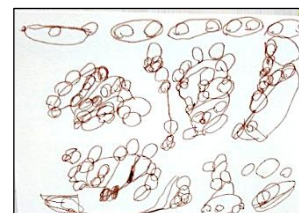


Рис.6. (16 лет)

Такие изобразительные формы у детей с синдромом Дауна могут присутствовать на протяжении многих лет, усложняясь лишь в количественном увеличении элементов и выстраивании линейных связей между ними. По продуктам изобразительной деятельности представленных на Рис.1-6, можно говорить о значительном отставании мальчика в интеллектуальном развитии, в самостоятельной форме рисования проявляется (каракульная) форма изобразительной экспрессии вплоть до шестнадцатилетнего возраста. К 16 годам у мальчика не сформировалось образное восприятие предметного мира и целостности отражения картины мира. В норме к подростковому возрасту происходит своеобразная стабилизация изобразительной деятельности, дети начинают апеллировать символическими образами. В данном случае в рисунках Саши мы наблюдаем отсутствие художественных графических навыков изображения предметов и объектов реального мира, его форма изобразительных графических манипуляций, демонстрирует погруженность в мир своих внутренних переживаний и поиск меж предметных связей в «непредметном» мире.

А.И. Копытин [7, 17] обращает наше внимание на необходимость оказания такому ребенку организующего воздействия на художественную

экспрессию, а также эмпатического эмоционального присоединения к ребенку, включения педагога в совместную игровую и изобразительную деятельность и привлечения внимания к разным художественным материалам и художественным техникам. Предложенная мной программа демонстрирует принципы и методы абилитации средствами арт-терапии позволяющие не «исправлять» недостатки, а создавать особые условия для особых детей, в которых возможно скорректировать нарушенное развитие и дать возможность ребенку выйти в большой мир людей.

I модуль: Арт-педагогический компонент коррекции коммуникативных навыков.

Работа с ребенком, имеющим такое сложное заболевание, как синдром Дауна, носит длительный и кропотливый характер. Адаптационный период иногда растягивается на месяцы, может продолжаться гораздо дольше. Саша пришел в клуб «Подсолнушек» в возрасте 8 лет. Из-за неразвитой коммуникативной функции речи, ему не удавались естественные формы социального общения, у него не было сформировано навыка договариваться, наблюдалась сильная погруженность в себя с проявлением неадекватности в поведении «агрессивными реакциям», зависимости от близких, беспомощности, неприспособленности к условиям отличным от домашних. На начальном этапе абилитационной работы с Сашей, согласно задачам, арт-педагогической коррекции коммуникативных нарушений использовалась индивидуальная и мелкогрупповая форма занятий. Присутствие бабушки или мамы обеспечивало «неопасность» ситуации во время занятий. Постепенно боязнь нахождения в непривычной обстановке исчезла и роль близких на занятии ушла на второй план. В дополнение к программным занятиям на протяжении всего абилитационного процесса особое внимание уделялось формированию новых отношений мальчика к себе, своей социальной роли,

труду, творческой и иной значимой деятельности, персоналу и учреждению, другим людям.



Фото 1.



Фото 2.



Фото 3.

Методы арт-терапии в абилитационном процессе интегрируются в комплексную программу социокультурной терапии, путем вовлечения детей клуба «Подсолнушек» в массовые мероприятия. Полихудожественная среда учреждений культуры Тисульского муниципального округа, как целостная социокультурная система, является «полем» для приобретения навыков осуществления диалога культуры и личности ребенка. Это направление абилитационного процесса осуществляющееся в рамках ежегодного «Плана сотрудничества» с учреждениями культуры Тисульского муниципального округа, в процессе реализации совместных мероприятий успешно решает социально-адаптивные задачи Программы.

II модуль: Арт-методы коррекции эмоционального состояния. Использование диагностических технологий, основанных на законах цветологии позволяют детям накапливать определенный опыт доверять своим интуитивным цветопредпочтениям.

Работа детей с кратким тестом М. Люшера учит осознанно оценивать свой цветовой выбор по принципу главного закона цветопсихологии. Для педагога результат цветовыбора ребенка очень важен, это ключ к расшифровке психологического состояния пришедшего на занятие ребенка т.е. точный психологический портрет, дающий подсказку педагогу о проблемах в

психоэмоциональном состоянии ребенка и о резервных цветовых программах, которые нужно использовать в коррекционной работе с данным ребенком. Знание законов цветологии позволяет педагогу правильно выбрать стратегию цветокоррекционной психологической программы для каждого ребенка [4,41-45;11, 86,87].



Фото 4.

Применение методики «Цветоструктурирование графического образа» дает возможность определить уровень целостности восприятия форм предметного мира и форм реального мира [8,23].

Руководствуясь принципами арт-терапевтической помощи в абилитационном процессе широко используется методика работы детей с различными формами «мандала».



Рис.7. (10 лет)

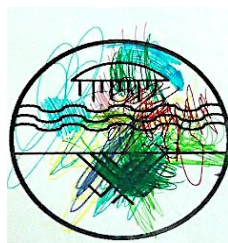


Рис.8. (14 лет)



Рис.9. (15 лет)



Рис.10. (16 лет)

На начальной ступени абилитации дети используют прием свободного раскрашивания «свободный» раскрывающий, далее «формирующий» поддерживающий, помогающий фокусировать внимание. Работа с более сложными процессами направлены на формирование актуальных задач роста личностного «Я», гармонизацию психоэмоционального состояния, признаков упорядоченности [2, 29].

III модуль - Арт-педагогический компонент развития эмоциональной сферы. В отличие от сверстников, дети с синдромом Дауна на долго «застревают» на каком-либо из этапов в развитии, их игры сопровождаются свернутыми действиями и манипуляциями с предметами, и игрушками, стереотипность игры и отсутствие речи присущи также нашему мальчику. Саша, неговорящий мальчик, с глубокими аффективными расстройствами, следовательно методы арт-терапии в работе целесообразно направлять на развитие сохраненных структур мозга, на поиск средств способных привлечь внимание ребенка и научить действовать с предметами и игрушками в соответствии с их функциональным назначением и с заложенным в них СМЫСЛОМ.



Фото 5.



Фото 6.



Фото 7.



Фото 8.

На представленном фотоматериале (5,6,7,8) демонстрируются этапы программы, которые Саша осваивал в процессе абилитации. Периоды сензитивного развития (интенсивного роста способностей) у мальчика растянулись на три возрастные фазы (8-9 лет, 10-12 лет, 13-15 лет) с большими отклонениями от нормы [1,10]. Сензитивный период развития наглядно-образного мышления (сходства) у типичных детей формируется к 5 годам, у Саши развивается с большим отставанием. Приемы работы с шаблонами и трафаретами, позволили сконцентрировать внимание мальчика на главных художественных формах. Этап арт-коррекционной работы нарушений интеллектуальной деятельности направлен на преодоление трудности в

сосредоточении и удержании внимания, на развитие способностей наглядно-образной регуляции, формирование навыка восприятия ребенком форм реального предметного и природного мира, выработку умения совершать манипуляции с художественными элементами в пределах пространства картинной плоскости.

Следующий не менее важный этап программных занятий направлен на формирование целостного восприятия более сложных форм реального предметного и природного мира, сначала отдельных объектов, а затем и групповых композиций.



Фото 9. (15 лет)



Рис.11. (16 лет)



Фото 10. (16 лет)

Задания на заполнение «графического образа» живописными техниками с использованием художественных материалов, гуаши, цветных мелков, пастели развивают эстетические навыки работы с художественными материалами и цветовыми эффектами. В представленном фотоматериале демонстрируются навыки рисования по мотивационному фото образцу с целью формирования целостного восприятия более сложных форм реального предметного и природного мира. В данных заданиях педагог не дает ребенку строгого указания копировать оригинал в соответствии с его цветовым решением. Ребенку дается свобода в выборе цветового решения образа, даже если цвета выбираются и наносятся абстрактно не в соответствии с оригиналом. Задача педагога заключается в присутствии и наблюдении за

последовательностью действий ребенка. Данный этап арт-коррекционной работы направлен на рост объема перцептивного поля, на различение деталей в крупной форме и формирование способности воспринимать сложную структуру образа в целом, то есть происходит коррекция расстройства целостного восприятия предметов и окружающего мира.

Рефлексивный компонент является основополагающим в авторской реабилитационной программе «Семь цветов здоровья». Рефлексивный и личностный компоненты мышления формирует смысловую сферу продуктивного мышления, которая доминирует над содержательной сферой (по И. Н. Семенову) [9, 18-19]. Рефлексия способствует формированию и проявлению обратной связи, включает аналитические и неаналитические процедуры, связанные с восприятием, обсуждением и творческим реагированием на изобразительную продукцию. Развитие личностно-рефлексивных и интеллектуально-рефлексивных механизмов способствует проявлению самостоятельности ребенка при решении творческих задач. Изобразительная деятельность погружает ребенка в область тактильных ощущений и образных фантазий при непосредственной работе с художественными материалами, позволяет расширить экспрессивные возможности.



Фото 11.
«Я сегодня вот такой»



Фото 12.
«Мой дом»



Фото 13.
«Выбор образа животного»



Рис.12. «Образ лошади»



Рис.13. «Образ пантеры»



Рис.14. «Образ котенка»

В фотоматериале (11, 12, 13) отражены арт-терапевтические занятия с использованием языка метафорических образов. Образ животных в психологическом мире детей часто очеловечивается и сливается с чертами человеческого характера. Эмоциональные портреты животных, выбранные Сашей по заданию на предпочтение, в дальнейшей работе помещены на чистую плоскость листа, а затем выполняется задание на подбор для каждого образа цветовой гаммы пятен, передающих среду их пребывания в реальном мире. В рисунках Саши лошадь изображена в замкнутом, темном пространстве; пантера в ограниченном пространстве; маленький котенок, в теплой уютной цветовой среде. Отражение образов животных в рисунках Саши передают его душевные переживания, ассоциативное восприятие себя в реальном мире. Арт-терапевтические занятия на использование языка метафорических образов помогают детям осознать природу внутренних переживаний и выразить их в форме изобразительной экспрессии в художественных образах.

В программе «Семь цветов здоровья» мной используется абилитационный подход с использованием модели «Терапия творческим самовыражением» М.Е. Бруно [6, 20]. Являясь специалистом с художественным образованием, имея большой опыт преподавания основ художественного творчества, профессионально пользуюсь арт-терапевтическими технологиями и методами творческого самовыражения, помогаю детям преодолевать чувство собственной неполноценности, лучше понимать свои личностные проявления, работать над их изменением с целью

реализации в творческой деятельности. Занятия на развитие художественно-творческого компонента личности формируют навыки осознания и создания целостной картины мира в изобразительном пространстве с помощью художественного инструментария: поролоновых валиков для детского творчества, мастихина, кистей разной ширины и ворса, нитей и т.п. Творчески смело создавать фоновые интерпретации, используя различные технические приемы работы художественными материалами, раскатывание краски валиком, методом заливки жидкими красками, кляксами и т.д. Следующий этап творческого самовыражения в рисовании, для ребенка с данным заболеванием, является приобретение навыка введения элементов реального мира в фоновое пространство рисунка.



Фото 14.

«Работа с деталями»



Фото 15.

«Размещение элементов»



Фото 16.

«Создание целостной картины мира»



Рис.15.

«Рисунок с натуры»



Фото 17.

«Живые образы природы»



Фото 18.

«Сознательное рисование»

Заключение. Результаты реабилитационной арт-терапевтической работы с мальчиком с синдромом Дауна, прошедшим девятилетний курс занятий по

авторской программе «Семь цветов здоровья» в образовательном инклюзивном пространстве МБОУ ДО ДХШ № 14 им. А.А. Леонова средствами арт-терапии изобразительным искусством указывает на эффективность арт-терапевтических технологий в работе с детьми, имеющими сложные проблемные заболевания. Благодаря арт-терапевтической работе осуществляемой образовательным учреждением с включением интегрированной социокультурной составляющей, вовлечению мальчика в массовые культурно-досуговые мероприятия удалось достичь положительного эффекта в социальной адаптации Саши в детском коллективе клуба «Подсолнушек».



Фото 19.



Фото 20.



Фото 21.

Участие в выставках и массовых мероприятиях школы, заложили в сознании Саши мотивацию на успешность и принятие себя и личностной «Я» программы. Его творческие арт-терапевтические работы отмечены Дипломами разного уровня, международного, всероссийского, районного. Как следует из приведенного примера, Саша сумел успешно справиться с душевными переживаниями по поводу социальной отстраненности, сниженной самооценки и выйти в большой мир людей. Положительная динамика внутренних изменений в восприятии окружающего мира хорошо демонстрируется через изобразительную продукцию, выполненную в процессе арт-терапевтических занятий. Мальчик довольно свободно научился выражать свои ощущения, восприятие предметов и живых объектов реального мира, используя

символическую экспрессию и разные техники работы художественными материалами. Абилитационный курс по программе «Семь цветов здоровья» Сашей еще не пройден, есть над, чем продолжать работать, он будет в дальнейшем посещать занятия в клубе «Подсолнушек». Родители заботятся о дальнейшем развитии его творческого потенциала с надеждой, что занятия арт-терапией – помогут сформировать у Саши навыки адекватного восприятия социума и умения адаптировано ощущать себя в реальной жизни, продолжать осваивать формы художественного самовыражения творчеством.

Литература / References

1. Динамика умственного развития школьника в связи с обучением // Выготский Л.С. Умственное развитие детей в процессе обучения. М.; Л.: ГИЗ, 1935. С. 33 – 52. Стеногр. докл. на засед. каф. дефектологии. Пед. ин-т им. Бубнова. Декабрь 1933 г.; То же // Выготский Л.С. Педагогическая психология. М.: Педагогика, 1991. С. 391 – 410.
2. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала» / Под ред. А.И. Копытина. - СПб.: Речь, 2005. 139с.
3. Игры с аутичным ребенком. Установление контакта, способы взаимодействия, развития речи, психотерапия / Под ред. Е.А. Янушко. -Изд. 8-е.-М.: Теревинф,2017. 128с.
4. Какого цвета ваша жизнь. Закон гармонии в нас. Практическое руководство / М. Люшер. - М.: ИКСР, 2008. 252 с.
5. Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам: отечественный и зарубежный опыт/ Под ред. А.И. Копытина. -М.: «Когито - Центр», 2012. 286 с.
6. Начала терапии творческим самовыражением. Учебное пособие / М.Е. Бурно. - М.: Минздрав РФ, РМАПО, 1998. 70 с.
7. Практическая арт- терапия: Лечение, реабилитация, тренинг / Под ред. А.И. Копытина. - М.: «Когито - Центр», 2017.288с.

8. Психодиагностика нарушений интеллектуального развития у детей и подростков (методика «Цветоструктурирование») / Под ред. Т.В. Чередникова. - СПб.: Речь, 2004. 352 с.
9. Проблемы рефлексивной психологии решения творческих задач / И.Н. Семёнов. – М., 1990. 215 с.
10. Психокоррекция нарушений развития: учебное пособие для студентов вузов / Г.И. Колесникова. – Ростов н /Д: Феникс, 2009. 345 с.
11. Театр цвета и мелодии Ваших страстей. Цветовая психология и психотерапия шедеврами искусства. Гармонизация цветовых программ жизни и Ваши тайные способности / В.М. Элькин. -СПб.: ИД «Петрополис», 2005. 292с.
12. Формирование личности ребенка с проблемами психического развития средствами искусства в арт-педагогическом и арт-терапевтическом пространстве / Е.А. Медведева. - М.: Институт консультирования и системных решений, 2009. 268 с.

ТРАВМА, ЭКСПРЕССИВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ И ТЕЛЕПОМОЩЬ

Мальчиоди Кэти

PhD, LPCC, LPAT, ATR-BC, REAT, доктор философии, зарегистрированный арт-терапевт и экспрессивный терапевт, директор Института психотравматологии и терапии искусством, США, шт. Кентукки

Аннотация. Глобальная пандемия не только изменила повседневную жизнь, но и повлияла на то, как психотерапевты взаимодействуют с клиентами. Использование экрана для общения убирает то, что является самой приятной частью работы – находиться в одном пространстве с другими людьми во всех его измерениях. Просодия, язык тела, жест, близость, визуальное воздействие и все формы сенсориума внезапно исчезли. В этом выступлении рассматривается, почему клинически необходимо, чтобы арт-терапевты выходили за рамки своих традиционных когнитивных подходов к вовлечению клиентов и начинали

заниматься соматосенсорной природой травмы. Одним из способов установления контакта при использовании телепомощи является активация поливагальной системы в качестве основы для психотерапевтического взаимодействия. Воздействие на вентральную блуждающую сеть посредством экспрессивных искусств – эффективный способ помочь клиентам создать чувство спокойствия и безопасности. Это также поддерживает настройку и связь клиента с психотерапевтом в тяжелое время социальной изоляции и физического дистанцирования.

Ключевые слова: арт-терапия, экспрессивная терапия, телепомощь, травматический стресс

TRAUMA, EXPRESSIVE ARTS THERAPY AND TELEHEALTH

Malchiodi, Kathy

*PhD, LPCC, LPAT, ATR-BC, REAT, PhD., Registered Art Therapist and Expressive Therapist, Director of the Institute of Psychotraumatology and Art Therapy
USA, Kentucky*

Abstract. The global pandemic has not only changed daily life; it has rapidly altered how psychotherapists engage with clients. Using a screen to communicate takes away what is the most enjoyable part of the work—to be in the same space with other humans in all its messy dimensions. Prosody, body language, gesture, proximity, visual impact, and all forms of sensorium are suddenly gone. This keynote presentation explores why it is clinically necessary for art therapists to look beyond their traditional cognitive approaches to client engagement and to begin to address the somatosensory nature of trauma. One place to establish “tele-connection” with individuals is by using the polyvagal system as a foundation for psychotherapeutic interactions. Influencing the ventral vagal network via the expressive arts is an effective way to help clients generate a sense of calm and safety. More importantly, it

supports attunement and connection with the psychotherapist during this distressing time of social isolation and physical distancing.

Keywords: art therapy, expressive arts therapy, telehealth, traumatic stress

Введение. У меня значительный, уже 35-летний опыт работы с травмой, и около 20 лет я провожу свою работу, связанную с помощью пострадавшим от психической травмы удаленно, в частности, с ветеранами войн и действующими военнослужащими с посттравматическим стрессовым расстройством и другими связанными со стрессом нарушениями адаптации [1]. Специалистам в области экспрессивных терапий, арт-терапии следует отойти от стереотипов восприятия дистантных форм помощи, в том числе, при работе с травмой. Это позволяет расширить возможности оказания помощи посредством электронных средств коммуникации.

Работа экспрессивных терапевтов с последствиями психической травмы может опираться на два следующих источника. Один из них – это данные нейрпсихологии. Другой источник – культурный опыт и традиции, связанные с преодолением психической травмы на основе творческой активности. Данные нейрпсихологии, в частности, необходимы при организации работы в дистанционном режиме. Эти данные связаны с учетом того, какие психологические, нейрпсихологические механизмы должны быть учтены в процессе работы на основе экспрессивной терапии. Эти данные подчеркивают то, что сенсорика должна быть отправной точкой в психотерапии травмы.

Иногда арт-терапевты и представители других направлений терапии искусством не учитывают этого обстоятельства. В терапии может быть представлено, например, рассказывание историй, что конечно же важно и помогает стабилизировать состояние. Речевая активность, в частности, описание событий является преимущественно когнитивной активностью в то время, как работа с травмой, конечно, требует участия телесного, сенсорного

опыта. Поэтому я считаю, что прежде всего сенсорика должна быть рассмотрена в процессе оказания помощи при травме.

Травматический стресс, переживаемый многими в ситуации пандемии, это то, с чем мы никогда раньше не сталкивались. Пандемия привела к обездвиживанию людей, тесно связанному с разобщенностью, переживаемой крайне тягостно как состояние отчуждения. Это происходит, как правило всегда, когда люди не имеют возможности контакта друг с другом.

Конечно, ограничения контактов продиктованы необходимостью предотвратить распространение инфекции. Это заставляет людей чувствовать, что они не могут свободно перемещаться и общаться друг с другом. При этом нельзя не учитывать вероятной перспективы развития посттравматических расстройств. Таким образом, мы имеем сейчас уникальную ситуацию, связанную с массовым переживанием психической травмы. Иммобилизация, невозможность двигаться является одним из ключевых факторов психической травматизации.

Я хотела бы поделиться некоторыми соображениями о том, какие арт-терапевтические экспрессивные средства могут быть использованы в этих условиях. Я буду говорить о совокупности разных экспрессивных средств, а не только об изобразительной деятельности. Если рассматривать совокупность экспрессивных средств, то существуют арт-терапия, музыкальная терапия, танцевальная терапия, драматерапия, терапия литературным творчеством. Могут ли эти средства сочетаться друг с другом, и какие из них могут быть определяющими? Насколько это может быть полезно для психотерапии травмы?

Работая в течение последних полутора лет над книгой об арт-терапии травмы [1], я пыталась разобраться в том, как разные экспрессивные средства соотносятся с культурой. Исцеляющие практики, связанные с искусством, существуют в разных культурах уже не одно тысячелетие. Я предлагаю

рассмотреть их через призму четырех модальностей – движения, звука, сочинения историй или повествовательной практики и тишины, то есть молчаливого пребывания в «потоке», в медитации. Рассматривая практику экспрессивной терапии с позиций культурной антропологии, мы можем видеть, что четыре вышеназванных экспрессивных позиции могут сочетаться друг с другом, что связано с определенными процедурами, используемыми в истории довольно широко для преодоления травм и потерь.

Итак, первая модальность – движение, представленная не только танцами, но и йогой, билатеральным движением, то есть движением с участием правой и левой половин тела, с сенсорной интеграцией, с тем, что может напоминать некоторые формы гимнастики. Сюда также можно отнести как называемое «энергетическое искусство» – занятия тай чи, айкидо – разные практики боевых искусств, связанные с разными культурами и используемые также с целью лечения. Сюда же можно отнести и работу с глиной, поскольку она включает сильный двигательный компонент.

Далее рассмотрим использование звука, связанное, в частности, с пением и игрой на барабанах и других инструментах, пропеванием речитативов, восприятием звуков. Использование повествовательной активности в терапии может быть связано с ролевой игрой, пластической импровизацией. Это может быть также связано с изобразительным искусством, поскольку создание визуального образа, как правило, поддерживает создание историй. Литературное творчество может быть связано с сочинением стихов и прозы, рассказыванием историй. В разных культурах повествования тесно связаны с ритуалами и церемониями. Таким образом, люди передавали свой опыт переживания травмы и ее преодоления.

И наконец, рассмотрим молчание, которое связано с широким набором разных практик – тренингом осознанности, медитацией, созерцанием. Изобразительное искусство также может быть медитативной практикой.

Данные исследований свидетельствуют, что изобразительная деятельность – это акт саморегуляции. Есть практики, которые основаны на движении и, в то же время, поддерживают состояние молчания, концентрации. Примером может быть йога, а также движение в лабиринте, поддерживающее состояние концентрации. Мы можем добавить к этому также практики, основанные на созерцании, включая посещение зрелищных мероприятий – театра, музеев, прослушивание музыки. При этом мы также созерцаем, молчим, сконцентрированы.

Таким образом, я представила такой взгляд на использование искусства, который может отличаться от того, как искусства воспринимаются с позиций психотерапии, нейропсихологии. Для нас важно, что люди в разные периоды истории использовали искусство для преодоления психической травмы.

В практике экспрессивной терапии мы опираемся на представления о сочетании разных экспрессивных навыков для установления контакта с другими. Потребность в переживании связи с другими, принадлежности к группе очень важна. Контакт с другими тесно связан с достижением целебных эффектов. Для многих сейчас это составляет серьезную проблему. Мы не можем сейчас в полной мере использовать все механизмы для общения и опираемся в основном на общение посредством экрана, цифровых устройств. Хотя на протяжении тысячелетий основой исцеления от травмы был широкий набор экспрессивных инструментов включая физические контакты.

Теория блуждающего нерва и ее использование для обоснования психотерапии при переживании психической травмы

А сейчас я хотела бы коснуться теории блуждающего нерва, которую могут использовать экспрессивные терапевты при работе с травмой. Я поясню, как эта модель может быть адаптирована к условиям телепомощи. Итак, основы теории блуждающего нерва, подкрепляемые данными исследований Стивена Поржса [2] следующие. Этот исследователь показал, когда происходит при

активации блуждающего нерва. Этот нерв отходит из головного мозга и распространяется на разные внутренние органы, включая сердце и желудочно-кишечный тракт. Он опосредует то, как мы ощущаем окружающую среду. Он реагирует на то, насколько нам комфортно и безопасно. Участие этого нерва крайне важно, чтобы человек мог ощущать ситуацию как комфортную, регулируя свои внутренние процессы, ощущая безопасность на телесном уровне. Это может показывать те принципы, которыми могут руководствоваться в своей работе психотерапевты. Они могут обращать внимание на позу, мимику, голосовую экспрессию клиента, в том числе, при работе удаленно.

Психотерапевты могут помочь клиентам почувствовать себя более комфортно, обращая внимание на эти компоненты их телесного опыта, работая дистантно. Очень важно, чтобы сами психотерапевты могли регулировать свое состояние, работая удаленно и оказывая влияние на клиентов посредством фокусировки на телесных основах саморегуляции.

Все сказанное имеет также отношение к системе социальной вовлеченности, работающей на основе активации чувства безопасности и комфорта, посредством определенных телесных практик. Мы можем использовать блуждающий нерв для поддержки механизмов саморегуляции, выработки организмом химических агентов, медиаторов и гормонов, отвечающих за поддержание чувства комфорта. Все это, однако, невозможно без установления контакта с другими. Первым делом, необходимо установить надежный контакт с клиентом.

Вентральная система блуждающего нерва может быть активирована, в частности, на основе простых упражнений, связанных с ритмическими звуками. Работая дистантно, я нередко использую эти упражнения. Несмотря на ограничения, связанные с таким контактом, я могу синхронизироваться с клиентом, используя такие практики. Мы можем дистантно установить контакт

на основе определенного ритма. При этом очень важно ваше чувство ритма, которое будет проявляться через голосовое звучание. Этот ритм может активировать вегетативную нервную систему – вашу и клиента. Если ритмичное звучание вашего голоса успокаивает, если в нем проявляется энергия, оно будет благотворно сказываться на клиенте. Однако работая дистантно, вам видимо потребуется приложить больше энергии, чем при прямом контакте с человеком.

Так, например, можно вместе пропевать отдельные звуки или их простые сочетания. Простые звуковые вибрации могут активировать систему блуждающего нерва. Вы можете как предлагать пропевать простые звуки за вами, так и просить клиентов инициировать свои звуки. Они могут в дальнейшем пользоваться такой практикой самостоятельно, регулируя свое состояние.

Это может иметь важное значение в ситуации изоляции, при дефиците контактов, в качестве средства саморегуляции. И в заключение я хотела бы остановиться на тех практиках, которые помогают при переживании стресса поддерживать контакт с телом и осознанность телесных процессов. Следует обращать особое внимание на то, как в ситуации стресса реагирует тело, что оно ощущает. Психическая травма, как правило, приводит к потере способности чувствовать тело, особенно, получать удовольствие. Благодаря многолетней практике я убедилась в том, что людей невозможно убедить в наличии внутренних ресурсов, получить положительный физический и эмоциональный опыт прежде, чем они не научатся регулировать свое состояние на телесном уровне и чувствовать свое тело. Ресурсы не могут быть найдены вовне, в виде внешних объектов. Они, скорее всего, могут быть найдены в виде простых физических ощущений и процессов вроде дыхания, голосового звучания, движения и т.д. Все это принципиально важно для достижения изменений в процессе терапии психической травмы. Это то, что позволяет

восстановить чувство физического присутствия в среде, как правило, утрачиваемое в результате травмы.

Заключение. В настоящее время мы испытываем серьезные вызовы. Мы разделены. Но мы можем использовать те возможности, которые предоставляют экспрессивные искусства, терапия искусством, даже работая удаленно. Я хотела бы закончить свое выступление цитатой. Они передают то, как я помогаю сейчас людям поддерживать связь друг с другом и со средой в ситуации пандемии.

Пережившие травму часто приходят к выводу, что сохранить свое достоинство и человечность можно не иначе, как поддерживая связи с другими людьми. Поэтому если мы поддерживаем связи между людьми, используя телекоммуникацию, мы помогаем им справиться со стрессовой ситуацией. Я понимаю, что это сложная задача, но ее можно таким образом решать. Наша способность исцелиться неразрывно связана с возможностью восстановления связей с другими и чувством сопричастности. Во все времена исцеление было связано не столько с техниками, с тем или иным подходом к психотерапии, сколько с отношениями, связями с другими.

Литература / References

1. Malchiodi C. A. Trauma and expressive arts therapy: brain, body, and imagination in the healing process. – NY: Guilford Publications, 2020.
2. Porges S. The polyvagal theory. – New York: Norton, 2011.

ХУДОЖЕСТВЕННЫЕ ВЫСТАВКИ В ВОРОНЕЖСКОМ МЕДИЦИНСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМ. Н.Н. БУРДЕНКО

Маркова С.В.

*Музейный комплекс ВГМУ им. Н.Н. Бурденко
ФГБОУ «Воронежский государственный медицинский университет
им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России,
Россия, г. Воронеж*

Аннотация: Статья посвящена анализу выставочной деятельности музея медицинского университета, опыту и задачам реализации художественных выставок как социокультурных проектов в Воронежском государственном медицинском университете им. Н.Н. Бурденко.

Ключевые слова: медицинский музей; музейный комплекс ВГМУ им. Н.Н. Бурденко; музейная художественная выставка; социально-культурное проектирование, художественные выставки в медицинском вузе.

ART EXHIBITIONS AT THE VORONEZH MEDICAL UNIVERSITY NAMED AFTER N.N. BURDENKO

Markova S. V.

*Museum and Exhibition Complex of
N.N. Burdenko Voronezh State Medical University,
Russia, Voronezh*

Abstract. The article is devoted to the analysis of the exhibition activities of the Museum of the Medical University, the experience and tasks of implementing art exhibitions as socio-cultural projects at the Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko.

Keywords: medical museum; museum complex of N.N. Burdenko VSMU; museum art exhibition; socio-cultural design, art exhibitions at a medical university.

Музейной выставке посвящены немало теоретических исследований в области музеологии (Мазный Н.В., Поляков Т.П. и др.). Однако за рамками

изучения остались теоретические работы, посвященные выставочной деятельности корпоративных вузовских музеев.

С 2007 года в задачу музейного комплекса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко входит организация выставочной деятельности. Выставочная работа очень разнообразна, но особенный резонанс в Воронежском медицинском университете имеют художественные выставки. Они привлекают внимание не только студентов и преподавателей, но и профессионально заинтересованной аудитории, выставки в вузе часто становятся общегородскими событиями.

Художественные выставки в ВГМУ им. Н.Н. Бурденко стали частью социально-культурных проектов воспитательной работы вуза. Музейный «бум», который зафиксирован в целом в России, нашел свое отражение и в маленьких вузовских галереях.

Просветительское сознание диктует нам о том, что интересно лишь то, что полезно. Зачем студенту-медику вернисаж, если он не имеет никакого отношения к художественному искусству: не пишет, ни ваяет и даже вообще не ходит в музей? И все же для выставочной галереи в ВГМУ был оборудован коридор первого этажа, где располагается администрация университета, сейчас его называют «ректорская галерея». После реализации нескольких проектов совместно с Воронежским отделением Союзом художников России стало очевидно, что выставки привлекают самое живое внимание студентов и преподавателей. Все опрошенные нами респонденты сходятся в конечном мнении – да, художественные выставки скорее нужны.

Художественные выставки сегодня уже стали традицией в культуре Воронежского медицинского университета. Выставки Союза художников, воронежских живописцев в ВГМУ им. Н.Н. Бурденко проводятся раз в два месяца. Целевая аудитория: студенты и преподаватели медицинского университета. Информационное сопровождение - электронные ресурсы и СМИ

г. Воронежа, которые выступают как дополнительный информационный повод и стратегия новой формы взаимодействия с местным сообществом.

Основная цель выставок: знакомство с современным художественным искусством. Художественная выставка в медицинском вузе решает множество задач, среди которых:

1. Знакомство с традиционной художественной культурой, адаптация к социальной образовательно-культурной среде вуза.
2. Расширение познавательных возможностей, искусство как средство познания мира.
3. Формирование эстетических идеалов, потребности в эстетическом отношении к миру, окружающей среде.
4. Духовно-нравственное воспитание.
5. Творчество как элемент клинического мышления (раскрытие дополнительных критериев и возможностей аналитического процесса, личностные качества врача как один из элементов успешного взаимодействия с пациентом).

Цель организации художественных выставок - это реализация воспитательных возможностей вуза для формирования гармонично развитого человека, профессионала. В Болонской системе образовательных стандартов нет опыта ценностного мира, это технология образования узких специалистов, точно понимающих и выполняющих ограниченный круг задач жестких профессионалов. Разносторонняя личность и широкое образование - не востребованная альтернатива глобализма, где польза измеряется только прибылью. Ориентация на прибыль сокращает или отбрасывает ненужное – искусство, науку, если они не являются средствами обогащения. От естественных человеческих взаимоотношений общество входит в отчужденный мир, где разрываются социальные связи, а врач или педагог рискуют превратиться в безучастные информационные механизмы.

Современная медицина включает врача в рынок и рассматривает как производство. Вероятно, в проекте «современная медицина» не было бы места целостному (в том числе – эстетическому) пониманию мира, если бы в эту систему не вписывался человек как объект врачевания и врач как субъект и носитель профессиональной и общечеловеческой культуры. Личность врача формируют множество составляющих, приобщению к миру культуры может стать одним из факторов защиты от дегуманизации.

Вуз призван подготовить не только профессионала и узкого специалиста, но должен воспитывать человека, весь педагогический процесс направлен на развитие мыслящей личности, способной к совершенствованию, адаптивному поведению в различных жизненных и профессиональных ситуациях.

Социокультурный некоммерческий проект в медицинском вузе превращает досуговую функцию картинной галереи в образовательную и воспитательную. Для тех, кто за повседневностью забыл о музее, никогда не посещал его в школе, художественный музей не потерян.

Вернисажи ректорской галереи Воронежского медицинского университета стал культурной традицией вуза. Понимание и видение законов красоты и гармонии, эстетическая культура воспитывается в прямом соприкосновении с искусством рядом с учебными аудиториями, в вузовской среде. Художественная культура актуализирует заложенную потребность в эстетической организации и видении окружающего мира. Зритель испытывает спектр эмоций, соучаствует творчеству.

После организации художественных выставок профессиональных живописцев выяснилось, что в Воронежском медицинском университете немало оригинальных и самобытных художников среди сотрудников, а один из преподавателей даже является членом Союза художников России [1]. И для многих творчество так же важно и необходимо, как и профессиональная деятельность. В проектах, например, «Рисуют преподаватели ВГМУ им. Н.Н.

Бурденко», «Студенческое творчество», «Радуга цвета» и других стали принимать участие сотрудники, студенты и выпускники ВГМУ им. Н.Н. Бурденко.

Самыми активными пропагандистами любой творческой деятельности за рамками медицинской профессии являются практикующие врачи-выпускники вуза. При анализе взаимоотношений «врач-пациент» чаще уделяется внимание пациенту, без обратной связи «пациент – врач», как пациент отказывает влияние на врача. На проекте «Весенний калейдоскоп» и «Врачи-художники» в 2019-2021 годах выставлялись работы выпускников Воронежского медицинского института врачей Анны Курьяновой и Ольги Ельчаниновой. «Работа с многочисленными пациентами очень сложна, - говорит художница, выпускница ВГМИ, врач дерматолог Анна Курьянова. - врач должен делиться своим позитивным внутренним состоянием, мне нужно перевести больного в другой эмоциональный горизонт, заставить по-иному взглянуть на свои проблемы. Живопись, творчество – это защита от профессионального выгорания, это радость и любовь, которыми я могу делиться» [2]. Под эгидой выставок в медицинском университете в Воронеже образовано сообщество врачей – живописцев, которые устраивают свои выставки на других площадках города.

Большой популярностью пользуются выставки ветеранов вуза [3]. За последние годы выставочная площадка ВГМУ им. Н.Н. Бурденко становится все более популярной среди художников города [4]. Музейно-выставочный комплекс ВГМУ за годы выставочной деятельности собрал свою собственную коллекцию живописи [5]. Все выставки музейного комплекса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко повышают использование музейных коллекций и одновременно способствуют их дополнительному комплектованию.

Выставки формируют особую культурно-образовательную среду вуза, становятся событием. Безусловно, маленький вузовский музей с очень

ограниченными ресурсами не может сравнивать свои выставки с выставками государственных музеев, но музей сохраняет и пропагандирует культурное наследие образовательного учреждения, медицинской науки, профессиональные традиции [6], а художественные выставки расширяют культурные границы и соответствуют социальному запросу [7].

Литература / References

1. Выставка преподавателя кафедры философии. URL: <http://vrngmu.ru/news/2019-god/20434/> (дата обращения: 10.02.2022).
2. Врачи - художники представили новую выставку. URL: <http://vrngmu.ru/news/2020-god/21265/> (дата обращения: 10.02.2022).
3. В ВГМУ им. Н.Н. Бурденко открылась выставка выпускницы 1960 года. URL: <http://vrngmu.ru/news/2019-god/19369/> (дата обращения: 10.02.2022).
4. В ВГМУ им. Н.Н. Бурденко начала работу новая художественная выставка. URL: <http://vrngmu.ru/news/2018-god/17342/> (дата обращения: 10.02.2022).
5. В ректорской галерее представлена новая выставка из коллекции музейного комплекса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко. URL: <http://vrngmu.ru/news/2021/24638/> (дата обращения: 10.02.2022).
6. Маркова С.В. О роли музея истории в медицинском вузе/Коммуникативные возможности современных музеев, библиотек и архивов. Сб. материалов VIII Международных музейных чтений «Современные проблемы музеологии». Орел, 2018. С.214-216.
7. Барабанова Л.В., Маркова С.В. Концепция художественной выставки в медицинском музее /Педагогика высшей школы и гуманитарные аспекты здравоохранения. Воронеж, 2018. С.7-10.

**ИССЛЕДОВАНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ ПРОБЛЕМНО-РЕШАЮЩЕГО
ПОВЕДЕНИЯ В ХОДЕ ГРУППОВОЙ АРТ-ТЕРАПИИ
ПРИ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВАХ**

Назарова Н. Р.

*Международная школа арт-терапии; медицинский психолог, арт-терапевт,
преподаватель арт-терапии, канд. психол. наук,
Россия, г. Санкт-Петербург*

Аннотация. В статье представлены результаты пилотажного исследования изменений проблемно-решающего поведения у пациентов с психическими расстройствами в ходе групповой арт-терапии. Представлена модель тренинга решения проблем в сочетании с арт-терапией.

Ключевые слова: арт-терапия, проблемно-решающее поведение, тренинг решения проблем в сочетании с арт-терапией.

**STUDY OF CHANGES IN PROBLEM-SOLVING BEHAVIOR DURING
GROUP ART THERAPY FOR MENTAL DISORDERS**

Nazarova N. R.

*International School of Art Therapy; Medical Psychologist, Art Therapist,
Ph.D., Art Therapy Lecturer, Russia, St. Petersburg*

Abstract. The article presents the results of a pilot study of changes in problem solving behavior in patients with mental disorders during group art therapy. A model of problem solving training in its combination with art therapy is presented.

Keywords: art therapy, problem-solving behavior, problem-solving training combined with art therapy.

Арт-терапия и проблемно-решающее поведение в психиатрической реабилитации. Дефицит навыков социального и проблемно-решающего поведения у пациентов [1, 4, 9, 14] сильно снижает способности справляться со стрессовыми ситуациями, поэтому необходимо проведение тренинговых

занятий для пациентов с шизофренией [1, 2, 4, 6]. Выделяют две основные модели тренинга социальных навыков [2, 6]: 1. «Двигательная», в которой считается, что социальное действие зависит от ряда нарушенных поведенческих элементов, а тренинг направлен на заучивание форм приемлемого поведения (взаимодействие с учреждениями, ведение бюджета, покупки и т.п.). 2. Модель проблемно-решающего поведения, основанная на том, что когнитивный процесс получения и обработки информации играет ключевую роль в социальном взаимодействии, поэтому тренинг направлен на возможность оценки ситуации и выработки альтернативных форм поведения до непосредственной реакции на события и, таким образом, двигательный ответ является лишь дополнением к когнитивному процессу.

Модель решения социальных проблем Т. Д'Зуриллы [8] включает пять факторов:

1. *Позитивная проблемная ориентация* (вера в разрешимость проблемы и возможность самостоятельно эффективно решить проблему, обязательство решить проблему, не избегать ее).

2. *Негативная проблемная ориентация* (рассмотрение проблемы как угрозы благополучию, сомнение в собственных способностях успешно решить проблему, фрустрация при столкновении с проблемой).

3. *Рациональный стиль решения проблем* (рациональное, планомерное и систематическое применение эффективных навыков решения проблем).

4. *Импульсивный стиль* (дисфункциональный паттерн с активными попытками решения, но эти попытки носят импульсивный, беспечный характер).

5. *Избегающий стиль* (прокрастинация, пассивность или бездействие, зависимость: субъект ожидает, что со временем проблема разрешится сама собой, и пытается переложить ответственность на других) [3, с.49-50].

Тренинг состоит из пяти этапов: (1) общая ориентация, (2) описание проблемы, (3) выдвижение альтернатив, (4) принятие решения, (5) оценка, и должен научить пациента различным стратегиям, применимых для решения широкой сферы проблем [8].

Исследования эффективности тренинга решения проблем у пациентов с шизофренией [7, 9, 13] показывают: даже короткий двух-трехнедельный тренинг из 7-10 сессий может дать статистически значимые отличия от контрольной группы в улучшении навыков решения межличностных проблем, улучшениям по шкале позитивных и негативных синдромов, увеличении объема рабочей памяти и улучшении самооценки пациентов с шизофренией.

Применение арт-терапии в психиатрической реабилитации [12] влияет на психологическое и социальное восстановление (recovery), применительно к самораскрытию, самовыражению, установлению отношений и социальной идентичности. По мнению Каплан [11], арт-терапия облегчает решение проблем за счет дистанцирования, позволяющего клиентам изменять и упорядочивать свои мысли и переживания. В процессе арт-терапии пациенты должны делать выбор, что стимулирует их быть гибкими, мыслить иначе и искать другие решения. Также важна способность временно отвлекаться от неприятных эмоций во время стрессовых ситуаций на работу с приятными для клиента художественными материалами и в использовании таких способов творчества, которые помогают расслабиться и сосредоточить внимание на вдохновляющих образах [10, с.128].

Выборка и методы исследования. Выборка исследования: 11 пациентов с шизофренией (параноидная форма); 5 мужчин и 6 женщин; возраст от 20 до 40 лет. Арт-терапевтические сессии проводились в медико-реабилитационном отделении психоневрологического диспансера №5 г. Санкт-Петербурга. Проведено 10 групповых сессий по сочетанию тренинга решения проблем с арт-терапией (два раза в неделю по 1,5 часа в формате закрытой группы). Все

пациенты относились к третьей функциональной группе, поэтому [5] использовались преимущественно индивидуально-направленные интервенции, не интерактивные и низко интерактивные формы групповой арт-терапии; элементы совместного восприятия созданных изобразительных работ, краткого обсуждения процесса и результатов изобразительной деятельности.

Для диагностики использовались: Опросник решения социальных проблем Д'Зуриллы в переводе и адаптации М.М. Даниной и др. [3], Шкала удовлетворенности жизнью; Опросник копинг-стратегий COPE. Математический анализ проведен с использованием SPSS for Windows, 22.0.

Результаты исследования и их обсуждение. В таблице представлены результаты срезов в сравнении с интервалами показателей по методикам.

Таблица 1.

Результаты первого и второго среза в сравнении

Показатель	Интервал данных	Первый срез (n=9)	Второй срез (n=7)	t-критерий Стьюдента	
				t	Знч.
Негативная проблемная ориентация	0-36	15,55±7,01	12,80±3,77	4,518	0,011
Позитивная проблемная ориентация	0-16	8,36±4,03	5,60±3,85	1,865	0,136
Импульсивный стиль решения проблем	0-36	12,36±5,80	9,80±4,91	2,508	0,066
Избегающий стиль решения проблем	0-28	10,64±5,59	10,00±2,32	1,414	0,230
Рациональный стиль решения проблем	0-36	16,18±7,56	14,40±5,02	-0,956	0,393
Удовлетворенность жизнью	7-35	19,55±6,29	20,20±5,59	1,134	0,320

По результатам сравнения средних показателей на входе (M= 15,55) и на выходе (M=12,80) выявлено значимое снижение показателя «Негативная проблемная ориентация» (p=0,011). Как тенденцию отметим не достигшее уровня значимости, но наметившееся снижение средних на входе (M=12,36) и на выходе (M=9,80) в показателе «Импульсивный стиль решения проблем»

($p=0,066$). Анализ корреляционных связей (линейная корреляция Пирсона) показал, что при втором срезе значимые взаимосвязи были выявлены между показателем «Позитивная проблемная ориентация» и копинг-стратегией «Поиск социальной поддержки по эмоциональным причинам» (обратная связь $r=-0,917$, $p=0,028$); обратная связь между показателем «Импульсивный стиль решения проблем» и копинг-стратегией «Планирование» ($r=-0,915$, $p=0,029$). Показатель «Рациональный стиль решения проблем» оказался прямо связан со следующими копинг-стратегиями: «Поиск инструментальной социальной поддержки» ($r=0,909$, $p=0,032$), «Использование «успокоительных»» ($r=0,929$, $p=0,022$), и обратно связан с копинг-стратегией «Отрицание» ($r=-0,901$, $p=0,037$).

Таким образом, после проведения занятий в группе значительно уменьшилась негативная проблемная ориентация, пациенты стали лучше понимать, что с переходом к позитивной проблемной ориентации, снижается необходимость поиска сочувствия и эмоциональной поддержки; что импульсивность – это нежелание планировать свои действия по решению проблем; что рациональный стиль связан со стремлением получить информацию, совет или реальную помощь, а не с отказом верить в случившееся и попытками отрицать реальность проблемы.

Заключение. Проведенное исследование было пилотажным. Можно сделать вывод об изменениях показателей проблемно-решающего поведения при сочетании арт-терапии с тренингом проблемно-решающего поведения. Проведенных десяти занятий оказалось достаточно, чтобы постепенно начала уменьшаться негативная проблемная ориентация участников, но недостаточно, чтобы заменить ее на позитивную и стиль решения проблем пациентов с импульсивного и избегающего на рациональный. Результаты исследования могут помочь специалистам понимать возможности арт-терапии в сочетании с

тренингом решения проблем для социализации пациентов с психическими расстройствами.

Литература/ References

1. Антохин Е. Копинг-поведение у больных шизофренией с первым психотическим эпизодом и его динамика в процессе психообразования // Социальная и клиническая психиатрия. 2008. Том 18, N 3. С. 5-12
2. Воронова С., Васильева Т. Динамические показатели навыков проблемно-решающего поведения у больных шизофренией, совершивших ООД и состоящих на активном диспансерном наблюдении // Психология и право. 2011. №3. <http://psyjournals.ru/psyandlaw/2011/n3/46575.shtml>
3. Данина М., Кисельникова Н., Куминская Е. Русскоязычная версия опросника решения социальных проблем (SPSI-R) // Экспериментальная психология. 2017. Т. 10. №. 3. С. 46-64.
4. Исаева Е. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни. СПб.: СПбГМУ, 2009.
5. Копытин А. Клиническая системная арт-терапия эндогенных и органических психических расстройств (шизофрения, шизотипические и бредовые расстройства, органические и аффективные психозы): учебное пособие. СПб.: СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2017.
6. Шмуклер А., Сторожакова Я., Мовина Л., Сальникова Л., Кирьянова Е. Тренинг социальных и коммуникативных навыков у больных шизофренией // Психосоциальная и когнитивная терапия и реабилитация психически больных. Практическое руководство: коллективная монография. М.: «Медпрактика-М», 2015. С. 210-225
7. Barbieri L., Boggian I., Falloon I. and Lamonaca D. (2006). Problem-solving Skills for Cognitive Rehabilitation Among Persons With Chronic Psychotic Disorders in Italy. Psychiatr Serv. Feb; 57(2):172-4.

8. D'Zurilla T., Nezu A. and Maydeu-Olivares A. (2002). Social problem-solving inventory-revised (SPSI-R): technical manual. North Tonawanda, New York, Multi-Health Systems.
9. Eweida R., Mekail M. and Ramadan F. (2017). Problem Solving Ability and Working Memory Capacity of Patients with Schizophrenia: The Effect of Problem-Solving Training Intervention. JOJ Nurse Health Care. 2017; 5(5).
10. Haeyen S., van Hooren S., Dehue F. and Hutschemaekers G. (2018). Development of an art-therapy intervention for patients with personality disorders: an intervention mapping study. International Journal of Art Therapy, 23:3, 125-135.
11. Kaplan F. (2000). Art, science and art therapy. Philadelphia: Jessica Kingsley.
12. Van Lith T., Schofield M. and Fenner P. (2013). Identifying the evidence-base for art-based practices and their potential benefit for mental health recovery: A critical review. Disability and rehabilitation. Aug;35(16):1309-23.
13. Shereen M., Souzan H. (2019). Effect of an interpersonal problem solving intervention on problem solving skills and self-esteem in patients with schizophrenia. Egyptian Nursing Journal, Vol. 16 No. 2, May-August.
14. Veltro F., Mazza M., Vendittelli N., Alberti M., Casacchia M. and Roncone R. (2011). A comparison of the effectiveness of problem solving training and of cognitive-emotional rehabilitation on neurocognition, social cognition and social functioning in people with schizophrenia. Clin Pract Epidemiol Ment Health. 2011; 7: 123-32.

ПРЕОБРАЗУЮЩАЯ РОЛЬ ИСКУССТВА ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ

Начева Л.В.¹, Акименко Г.В.²

¹*Кафедра биологии с основами генетики и паразитологии*

²*Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии*

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Аннотация. В статье дан обзор российских и зарубежных моделей арт-терапии. Отмечено, что в период пандемии COVID-19 интенсифицировался поиск новых форм работы, включая способы использования и создания творческих, основанных на искусстве виртуальных пространств для терапевтических интервенций, сочетания подходов, ранее казавшихся малосовместимыми.

Ключевые слова: арт-терапия, музейная арт-терапия, социальная арт-терапия, музейная среда.

THE TRANSFORMATIVE ROLE OF ART DURING THE PANDEMIC

Nacheva L.V.¹, Akimenko G.V.²

¹*The Department of Biology with the Basics of Genetics and Parasitology*

²*Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology*

Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo

Введение. В последние десятилетия психологи и психотерапевты разных стран активно применяют такой метод работы, как арт-терапия - вид психологической терапии (а не художественный класс или хобби), который использует творческие практики, такие как рисование, живопись, коллаж и скульптура, чтобы обеспечить доступный способ общения и содержать мысли и чувства, которые слишком трудно выразить одними словами - иногда просто нет слов. Арт-психотерапия может быть полезна людям, которые страдают из-за травмы, тяжелой утраты, стресса, тревоги, депрессии, перемещение и разделение. Другие формы терапии, особенно те, которые основаны на

методологиях, ориентированных на решение, часто подчеркивают концепцию устойчивости. Однако выявление потребности в устойчивости имеет привычку находить форму вины в человеке, который страдает. Травма находится вне чьего-либо контроля. Это не их вина. Шок, чувство вины, вины, гнев, отрицание, стыд, тревога, паранойя и недоверие-все это обычно испытываемые чувства, связанные с травмой.

Элизабет Кюблер-Росс предполагает, что при потере сразу нескольких жизней «шок длится гораздо дольше. Отрицание намного сильнее. Гнев становится более интенсивным, а печаль и депрессия - более глубокими». Вполне уместно чувствовать эти сильные и естественные эмоции. Это не делает человека слабым или нуждающимся в устойчивости [10].

Широко распространенная травма поглощает группы людей волнами. Психотерапевт Филиппа Перри связала это с социальной инфекцией эмоций, которые усиливаются в массе [1]. Для человека это может вызвать всевозможные глубинные страдания, связанные со временами в прошлом, когда мы чувствовали себя испуганными, небезопасными или бессильными. Когда травма происходит с нами и вокруг нас, может быть нелегко видеть за ее пределами. Также может быть трудно найти многогранные чувства дистресса внутри себя. Арт-психотерапия может помочь нам войти в контакт с этими чувствами. Создание искусства на сеансах часто возглавляется эмоциональным инстинктом. Пребывание в творческом потоке-это сенсорный, психологический и висцеральный опыт. Этот процесс может обеспечить способ доступа к внутреннему диссонансу, который невозможно объяснить словами. Рождение нового арт-объекта в наш внешний мир также может помочь получить другой взгляд на происходящее.

Доктор Ван дер Колк (*англ.* Van der Kolk), специалист в области посттравматического стресса, описывает, как естественно чувствовать себя беспомощным в ответ на травму. Наше мышление может выйти из-под

контроля, когда наши мысли хаотично дезорганизованы. Он подчеркивает, что мы должны чувствовать связь с нашими умами и нашими телами, чтобы думать с ясностью [3]. В арт-психотерапии наши умы и тела присутствуют в процессе и борьбе создания искусства. Работая здесь и сейчас, эта терапия не полагается на способность вспоминать фактические мысли или воспоминания из прошлого. Важны чувства, которые вызываются в арт-психотерапии, и художественное произведение отражает эмоциональную сущность каждого сеанса. Этот тип якоря может обеспечить мощное чувство контроля и сдерживания [2].

Не будет вакцины от эмоциональной травмы, которую мы испытываем в результате пандемии COVID-19, и поэтому мы должны найти способы позаботиться о наших умах, наших телах и друг о друге. Сохранение социальной дистанции не означает, что мы должны страдать в одиночестве в нашей изоляции. Арт-психотерапия предлагает способ безопасно общаться с другими, делиться опытом и сдерживать наши чувства в это беспрецедентное время.

Пандемии и культура шли рука об руку на протяжении тысячелетий. Самой ранней итерацией болезни, которая сделала для Андреа дель Кастаньо, была Черная смерть, которая прибыла в Европу в 1347 году [11]. Это убило от трети до половины населения, но это также помогло расчистить путь к Возрождению, вызвав большие изменения в экономическом и социальном порядке. Черная смерть не привела непосредственно к Ренессансу, говорит Джон Хендерсон, автор недавней книги о чумах «Флоренция в осаде». Но это привело к большей концентрации богатства среди меньшего числа людей. «Заработная плата удвоилась. Богатые стали еще богаче», - говорит он. Это, в свою очередь, дало им средства для финансирования великого искусства.

Пандемия, возможно, даже оставила свой след в стилях живописи. В первом десятилетии XIV века Джотто создал цикл беспрецедентно

реалистичных фресок в капелле Арена в Падуе, изображающих выражение человеческих эмоций с реализмом, который стал отличительной чертой искусства эпохи Возрождения. Но, как писал Леонардо да Винчи, «после [Джотто] искусство отступило» [5]. По крайней мере, на некоторое время художники в значительной степени отказались от пространственной визуализации и живого выражения для архаичных, стилизованных форм представления. Профессор Хендерсон предполагает, что травма чумы, возможно, возродила энтузиазм к знакомому; точно так же, как многие из находящихся под замком сегодня обратились к утешительным, хорошо продуманным романам и нетребовательным старым фильмам.

Пандемии сформировали творчество и другими способами. «Декамерон» Джованни Боккаччо (1353), в котором десять молодых людей обмениваются рассказами, укрываясь от Черной смерти, является самым известным примером. Один из рассказов Боккаччо был заимствован Уильямом Шекспиром для «Все хорошо, что хорошо кончается» [6]. Они также вдохновили оперы и произведения поэзии и прозы, в том числе, по крайней мере, один роман на арабском языке, «Чума «Саада Эльхадема» (1989), в котором вызывающая страх болезнь-диктатура Гамалья Абдель Насера.

Вирус, который опустошил Флоренцию, когда персонажи Боккаччо пряли свои нити, возвращался снова и снова. Последняя вспышка в Европе произошла в 1743 году в Мессине, том самом порту, через который болезнь проникла на континент почти четыре столетия назад. Жизнь с вездесущей угрозой породила жанры чумного искусства, часто спонсируемые – щедро - кающимися обществами или братствами [8]. Обычно целью было призвать защиту Девы Марии или двух святых, которые считались особенно эффективными против болезней: святого Себастьяна и Святого Роха.

Между тем, врачи и священнослужители с самого начала согласились с терапевтической ценностью музыки, хотя иногда они расходились в том,

подходит ли музыка, которая поднимает дух, для защиты душ. Много преданной музыки предназначалось для исполнения в покаянных процессиях, которые проходили по городам Европы во времена чумы.

Это имеет современный резонанс. На ранних стадиях блокировки в марте итальянцы выходили на свои балконы и террасы, чтобы петь и играть музыку. При этом они невольно подражали своим предшественникам XVI века. Обеспокоенный тем, что покаянные процессии способствовали заражению, архиепископ Милана Карло Борромео «призвал граждан петь из своих дверей и окон, чтобы коллективно выполнять публичные ритуалы, находясь на карантине в своих собственных домах», по словам Реми Чиу, музыковеда, в «Чуме и музыке в эпоху Возрождения» (2017).

Другие формы искусства процветали во время или сразу после других вспышек болезней. За первой из трех великих пандемий холеры XIX века, начавшейся в Индии в 1817 году, последовал первый постапокалиптический роман. «Последний человек» Мэри Шелли (1826) предлагает еще более мрачное видение будущего человечества, чем «Дорога» Кормака Маккарти (2006). Австрийский художник Эгон Шиле нарисовал своего наставника Густава Климта, когда он умирал от пандемии гриппа в 1918 году (несправедливо известной как «испанский грипп»). Сам Шиле умер после окончания рисунка. Вирджиния Вулф, которая страдала от сердечного приступа из-за гриппа, приписала свое истощение заглавному герою своего романа «Миссис Дэллоуэй» (1925) [7].

Элизабет Аутка, профессор Ричмондского университета в Вирджинии, утверждает, что следы психологических последствий пандемии гриппа 1918-20 гг. также можно обнаружить в работах межвоенного периода, написанных другими выжившими. Она видит тень вируса в «Пустоши» Т. С. Элиота (1922), в которой смерть может казаться вездесущей:

Под коричневым туманом зимнего рассвета
толпа текла по Лондонскому мосту, так много,
я не думал, что смерть уничтожила так много.

Что общего между этими формами искусства, как современными, так и более старыми? Несколько тем повторяются. Одним из них является понятие пандемии как «великого выравнивателя». Это сомнительное предложение в свете текущих исследований, показывающих, что бедные пострадали хуже всего, но до статистического анализа это был общий мотив в художественном жанре Танца смерти XV века. Он фигурирует в рассказе Эдгара Аллана По «Маска красной смерти» (1842), в котором принц и его двор закрылись, чтобы избежать эпидемии, но обнаружили, что смертельная болезнь проскользнула в качестве незваного гостя на их маскараде. В некоторых ранних комментариях вокруг COVID-19 тема вернулась.

Еще одно повторяющееся представление состоит в том, что заразные болезни выявляют лучшее и худшее в человечестве. Это одна из тем самого знаменитого романа Италии XIX века Алессандро Манцони «Обрученный» (1827). Действие происходит во время чумы в Милане в 1629-31 годах, история противопоставляет героический альтруизм фра Кристофоро, монаха-капуцина, трусости и мирскости другого священника, дона Абондио. Вскоре после того, как Италия была закрыта в марте, папа Франциск сказал своим священникам: «Во времена пандемии вы не должны быть доном Абондиосом». Это был зловещий упрек. В романе Дон Абондио живет; Фра Кристофоро заражается и умирает.

Это дает иронический поворот самой распространенной теме из всех: пандемия как наказание. На протяжении тысячелетий люди нуждались в рационализации катастрофы и при этом обращались к понятию гнева Бога или Богов. В «Илиаде» Гомера Аполлон заражает ахейцев за похищение миловидных дочерей одного из своих жрецов и превращение их в сексуальных

рабынь. В Ветхом Завете Бог посылает чуму израильтянам на том загадочном основании, что царь Давид приказал провести перепись населения. И в своем рассказе о первой великой вспышке чумы в Европе, которая началась в 541 году, византийский историк Прокопий приписывает все это воле Бога. Но он отметил, что болезнь, которая сократила население Европы вдвое примерно на 700 человек, умела позволить худшему выжить (возможно, копать у императора Юстиниана, который заразился этой болезнью, но выздоровел) [9].

Ислам считал, что жертвами пандемий были мученики, которые таким образом попадали прямо на небеса. Но миллионы христиан умерли от инфекционных заболеваний, полагая, что это их собственная вина. Бесчисленные картины с 14 по 17 века показывают разгневанного Бога, управляющего неизбежным уничтожением. Как утверждала Сьюзен Зонтаг в книге «Болезнь как метафора» (1978), обвинение жертв продолжается и в наше время. Рак когда-то рассматривался как результат подавленных эмоций. СПИД годами считался предполагаемым наказанием для раскованных. Между тем, романы, произведения искусства и музыка, вдохновленные COVID, еще не материализовались. Когда они это сделают, они присоединятся к давней, богатой традиции.

Литература/ References

1. Нормативный документ по регулированию профессиональной психотерапевтической и психологической деятельности в сфере арт-терапии (арт-психотерапии). Стандарт профессиональной психотерапевтической (психологической) помощи в сфере арт-терапии (арт-психотерапии) / Под общ. ред. Копытина А.И. – СПб.- М., 2018. – 100 с.

2. Арт-терапия в эпоху постмодерна / Под ред. А. И. Копытина. – СПб.: Издательство «Речь», 2002. – 224 с.

3. Копытин, А.И. Современная клиническая арт-терапия: учебное пособие. – М.: Когито-Центр, 2015. – 526 с. (Современное психологическое образование).
4. Копытин, А. И. Арт-терапия – новые горизонты. М.: «Когито-центр», 2006. 338 с.
8. Селедцов, А.М., Акименко, Г.В., Кирина, Ю.Ю. Важные аспекты психологии неопределенности в условиях COVID-19 // International Journal of Professional Science. 2020. № 8. С. 12-19.
9. Акименко, Г.В. Проблемы психического здоровья в условиях пандемии // Г.В. Акименко, Ю.Ю. Кирина, А.М. Селедцов / Актуальные вопросы психиатрии, наркологии и клинической психологии Сборник материалов Международной научно-практической конференции, посвященной 115 - летию со дня рождения австрийского психиатра и психолога В.Э. Франкла. 2020 Издательство: КемГМУ. С. 282-290.
10. Shaw L. ‘Don’t look!’ An online art therapy group for adolescents with Anorexia Nervosa. International Journal of Art Therapy. 2020, 25(4), 211–217. URL:<https://doi.org/10.1080/17454832.2020.1845757>.

ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ

У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Носова Т.В.³, Першина Е.Е.³, Кирина Ю.Ю.^{2,3}, Зорохович И.И.¹

^{1,3}ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово

²Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Аннотация. В материале рассмотрены особенности практического применения арт-терапии в работе с подростками. Выделены преимущества и возможности арт-терапевтической деятельности с подростками. Обозначены

наиболее эффективные методы и практики, обозначен ожидаемый от них эффект.

Ключевые слова: арт-терапия, подросток, тревожность, самосознание, творчество.

PRACTICAL APPLICATION OF ART THERAPY IN WORKING WITH CHILDREN AND ADOLESCENTS OF SCHOOL AGE

Nosova Ta. V., Pershina E. E.,
Kirina Yu. Yu., Zorokhovich I. I.

Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo

Abstract. The article discusses the features of the practical application of art therapy in working with adolescents. The advantages and opportunities of art therapy activities with adolescents are highlighted. The most effective methods and practices are indicated, the expected effect from them is indicated.

Keywords: art therapy, teenager, anxiety, self-awareness, creativity.

Введение. Воспитание и развитие подростков – это достаточно сложная и многогранная задача образовательной системы в целом и современности в частности. Подростковый возраст характеризуется критичностью психологического развития, ведь и у юношей, и у девушек растет желание самостоятельности, большую содержательность приобретают межличностные отношения [1]. Кроме того, замечено, что подростки все чаще страдают изоляцией, не умеют слушать, многим сложно взаимодействовать друг с другом. Также в подростковом возрасте часто возникают противоречия внутреннего мира личности, выступающие в виде отражения ее отношения к окружающей действительности (неадекватная самооценка, мотивационные конфликты).

В настоящее время разработаны различные виды занятий, оказывающие позитивное влияние на самосознание личности, самоактуализацию, позволяющие изменить внутренние установки, сформировать опыт положительного отношения к себе и окружающим людям. Одним из таких направлений работы является арт-терапия. Методы арт-терапии своей экологичностью и ненавязчивостью позволяют работать с тревожными состояниями человека и достигать высоких терапевтических результатов [2].

Материал, приведенный в рамках этой статьи, посвящен применению арт-терапии в работе с детьми и подростками, основной целью которой стали формирование и повышение способности проявлять чувства, желания, мечтания, а также адекватного отношения к определенным событиям.

Проблема использования методов арт-терапии в ходе работы с учащимися подросткового возраста вызвала заинтересованность только в конце прошлого века. Над ее исследованием работают такие ученые как: Евсеенкова Е.В., Белогай К.Н., Борисенко Ю.В., Kelly Darke, Shannon Scott-Miller, Frange Pierre.

Использование арт-терапии в качестве метода исцеления творчеством представлено в трудах Макаровой М.М., Сигаевой А.М., Кузнецовой К.А., Гришиной Ю.В., Bellaton, Erianna; Descamps, Diane; Angin, Mathieu и другими авторами.

Несмотря на имеющиеся труды и наработки, необходимо отметить, что анализ научной литературы свидетельствует о том, что проблема особенностей применения методов арт-терапии в работе с детьми и подростками в теории школьного воспитания недостаточно изучена. Отдельного внимания и более углубленного исследования заслуживают проблемы использования арт-терапии в работе практического психолога в контексте выбора наиболее эффективных приемов, методов и техник психологического консультирования.

Таким образом, с учетом вышеизложенного, цель статьи заключается в рассмотрении особенностей применения арт-терапии в работе с несовершеннолетними.

Учитывая, что наиболее благоприятным в формировании эмоционально-эстетического опыта является подростковый возраст, приходящийся на время обучения в основной школе, применение арт-терапии в образовательной и психологической работе является мощным инструментом гармоничного развития личности. Доступность методических приемов арт-терапии и отсутствие противопоказаний позволяют применять ее для детей любого возраста и при любом состоянии здоровья. Подростки с присущей им игровой деятельностью с удовольствием занимаются творчеством: рисуют, лепят, сочиняют, изображают.

Арт-терапия открывает уникальную и очень широкую возможность для создания подростками продуктов творчества, помогающих в дальнейшем понимании и осмыслении внешних и внутренних причин своего поведения, самочувствия, мировосприятия и мироощущения. Те факты, которые первоначально не принимаются и не признаются, становятся открытыми, осязаемыми в продуктах творчества (скульптурах, коллажах, рисунках) [3].

Использование арт-терапии с данной возрастной группой руководствуется теми же принципами и базируется на тех же концептуальных основах, что и с другими возрастными категориями. Методы арт-терапии за рубежом зарегистрированы в качестве самостоятельных парамедицинских специальностей и практикуются профессиональными арт-терапевтами.

В Российской Федерации арт-терапия не имеет статуса самостоятельной специальности; методы арт-терапии в образовательных учреждениях применяются в основном психологами (педагогами-психологами) и в отдельных случаях педагогами. Подростки могут заниматься арт-терапией как индивидуально, в соответствии с личными программами, так и в группах, в

таком случае для творчества задаются темы, которые интересны всем участникам. В групповой работе творческая деятельность обязательно сопровождается комментариями, которые служат базисом для дискуссии. Групповые занятия также подразделяются на варианты – студийный, тематический и динамический [4].

Основная цель арт-терапевтических занятий заключается в снижении эмоционального напряжения. В таком случае может помочь арт-терапия, где на занятиях ребенку предоставляется возможность показать свое эмоциональное состояние через различные виды творчества.

Подросткам можно предложить выразить свои эмоции, чувства с помощью рисования, лепки, создания коллажей. Например, основными темами коллажей могут быть следующие: «Какой Я?», «Как меня видят другие?», «Как меня видят родители?», «Я хочу быть...», «Мои мечты», «Мои цели», «Мои друзья», «Мое будущее», «Мои поступки», «Я – взрослый», «Я и моя семья». Эти процессы позволяют, переживая образы, находить причины своей тревоги и проявлять свою целостность и неповторимость.

Перспективное и быстро развивающееся направление арт-терапии – фототерапия. Смысл этого метода состоит в первую очередь не в фактическом визуальном содержании, а непосредственно в том, какие мысли, чувства, переживания вызывает снимок у конкретного человека. Именно эта черта позволяет эффективно применять фототерапию в лечебно-коррекционной деятельности.

Так же успешно применяются такие методы арт-терапии как драматерапия (психотерапия посредством сценической игры), танцевально-двигательная терапия (психотерапия посредством движения и танца) и музыкальная терапия (психотерапия посредством звуков и музыки), песочница.

Особенностью и несомненным преимуществом арт-терапевтической работы с подростками является то, что выстраиваемая деятельность не

предполагает обсуждение личности и характера ребенка, отсутствует и сравнение между детьми.

Также в процессе общения не применяются отрицательные оценочные суждения, ведь при работе с помощью такой техники учащиеся могут делать то, что обычно не принято или запрещено, таким образом они могут расслабиться. В то же время, благодаря удовлетворению интереса и желания к разрушительным действиям, наружу выходят отрицательные эмоции, а дети становятся более спокойными.

Посредством самовыражения ребенок контактирует со своим «творческим Я», черпает ресурс с детства, когда весь мир казался таким сказочным. Арт-терапия обращается к глубинным пластам бессознательного, задействует процессы поиска путей для преодоления внутренних конфликтов личности.

Занятия с использованием методов арт-терапии помогают детям справиться с психотравмирующей ситуацией, пережить ее на новом уровне, сформировать новые типы поведения, избавиться от фобий, скорректировать поведенческие установки.

Заключение. Арт-терапия является одним из мощных психологических инструментов, диагностики и коррекции тревожных состояний у детей подросткового возраста. Арт-терапевтические приемы и методы позволяют эффективно влиять на психоэмоциональное состояние подростка, а главными задачами арт-терапии следует считать повышение самосознания, укрепление самооценки и достижение понимания собственного внутреннего мира личности.

Литература / References

1. Кузнецова К.А. Психолого-педагогическая коррекция тревожности у подростков средствами арт-терапии // Интернаука. 2020. № 20. С. 91-93;
2. Кузенко С.С., Гаркуша Т.В. Влияние арт-терапии на снижение

уровня тревожности у школьников // Мир университетской науки: культура, образование. 2020. № 9. С. 221-232;

3. Макарова М.М. Роль арт-терапии в урегулировании деструктивного поведения подростка // Молодой ученый. 2020. № 20 (310). С. 646-648;

4. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой арт-терапии // Издательство «Речь». 2010. С. 10-31.

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ – ПЕРСОНАЛЬНАЯ, ПРООФЕССИОНАЛЬНАЯ И ТВОРЧЕСКАЯ ИНИЦИАТИВА

Нэш Гери

соучредитель, практик и исследователь

Лондонского центра арт-терапии Великобритании, Лондон

Аннотация: Автор делится размышлениями о том, какими могут быть экологические творческие инициативы представителей мира искусства, а также специалистов в области арт-терапии, обращает внимание на то, что арт-терапевты все чаще в течение последних десяти лет становятся частью экологического движения на национальном и международном уровнях. Он анонсирует планируемую в 2022 году в Лондоне выставку экологического искусства, которая станет творческим ответом арт-терапевтов на пандемию, глобальную экологическую ситуацию и наши меняющиеся отношения с Землей.

Ключевые слова: арт-терапия, экологическое искусство, клиническая ответственность.

ENVIRONMENTAL ARTS THERAPY – PERSONAL, PROFESSIONAL AND CREATIVE ACTION

Nash, Gary

*Co-founder, Practitioner and Researcher of the London
Center for Art Therapy UK, London*

Abstract. In this review, Gary Nash shares his thoughts on creative ecological social initiatives of art therapists, who have increasingly become more environmentally active over the past decade at the national and international levels. He is announcing an environmental art exhibition planned for 2022 in London, which will be the creative response of art therapists to the pandemic, the global environmental situation and our changing relationship with the Earth.

Keywords: art therapy, ecological art, clinical responsibility.

Введение. В текущей ситуации экологического и гуманитарного кризиса мы все больше ощущаем коллективный призыв к переменам, которые повлияют на каждого человека, наши личные и профессиональные жизнь и отношения. Воздействие пандемии и обострение чрезвычайной экологической ситуации задают новую повестку дня, определяют мир, в котором мы живем и работаем.

Вдохновленный статьей Джеми Бирда «Реакция арт-терапии социальных действий на климатический кризис» [3] я решил поделиться своей личной и профессиональной реакцией на тот ущерб, который мы коллективно наносим окружающей среде, и о личной ответственности, которую я все больше ощущаю, и которая побуждает меня к переменам. Это эссе представляет собой мои размышления о том, какими могут быть творческие художественные инициативы представителей мира искусства, специалистов в области арт-терапии. Являясь представителями этой помогающей деятельности, мы можем внести изменения в нашу работу с клиентами, коллегами и обществом.

Клиническая ответственность

Бремя сознания текущей ситуации включает в себя ответственность за наше поведение как вида *homo sapiens* и представителей мира искусства и одной из помогающих профессий. Эта ответственность сопряжена с переживанием стыда, боли, вины и горя за то, что мы делаем, и, в то же время,

возможность признания того, то мы можем изменить, и как мы можем измениться сами.

Способы, которыми мы боремся с текущей ситуацией и сопротивляемся ей, описаны Сьюзи Орбах [6] и связаны с переживанием «экологической печалью» и «экологического горевания» [9]. Терапевтическая работа с экологическим отчаянием описана также Джоанной Мэйси [4]. Это болезненный процесс, который Бендель [2] назвал его одним из этапов «глубокой адаптации».

Я спрашиваю себя и коллег, насколько мы можем стать вовлеченными в изменение ситуации и социально активными? Что может быть допустимо в нашей работе с клиентами, коллегами и работодателями? Как мы можем поддержать клиентов в ситуации, когда они, как и мы, переживают страх, отчаяние и печаль по поводу того, что происходит в нашем мире? Можем ли мы перенести наши отношения с природой в арт-студию? Можем ли мы выходить на улицу, чтобы лучше почувствовать, как мы взаимодействуем со средой и обществом, в котором мы живем и работаем? Можем ли мы настроиться на более широкую картину, в которой Природа хранит и защищает все, что является ее порождением? Можем ли мы постичь наши взаимозависимые отношения с Матерью-Землей? Моим клиническим ответом было разработать безопасную инновационную практику, позволяющую использовать натуральные материалы в кабинете арт-терапии, и приглашать клиентов выходить на улицу, где они могли бы развивать и поддерживать отношения с природной средой и творчески с ней взаимодействовать [5].

Клиническая адаптация

В своей практике и обучении экологической арт-терапии я обнаружил, что, открывая дверь студии и выйдя на улицу, мы неизбежно преодолеваем ограничения, присущие традиционной клинической парадигме, в соответствии с которой клиенты рассматриваются как получатели услуг, а специалисты – как те, кто услуги оказывает. В экологической арт-терапии Природа выступает в

качестве ко-терапевта, помогающего арт-терапевту совместно поддерживать процессы обучения и исцеления. Когда мы работаем на открытом воздухе, мы обнаруживаем, что наша сущность постоянно отражается во всем, что мы делаем, встречаем или находим на своем пути. Природа становится свидетелем и участником творческих процессов, дает стимул и материал для творчества, когда мы, как клиенты и терапевты сталкиваемся с отчаянием и красотой, пульсирующими в человеческом сердце.

Социальные инициативы и творческое действие

Я наблюдаю за терапевтами, которые творчески и социально активны в повышении экологической сознательности на местном и общегосударственном уровне. Некоторые поддерживают своих детей во время их школьных забастовок «Пятница ради будущего», а другие участвуют в демонстрациях протеста посредством *Extinction Rebellion* и других независимых политических акциях.

Изменения проникают в сознание и способствуют разработке определенной политики и порождают определенные целенаправленные действия. Они становятся частью движения, в котором арт-терапевты на национальном и международном уровнях активно участвуют в течение последних десяти лет [1]. В Великобритании инициативы Джеми Бирда продолжают находить своих сторонников, как указано в его статье в *Newsbriefing* [3]. Джеми нашел поддержку в терапевтическом сообществе через форум *Climate Psychology Alliance*. Я, в свою очередь, чувствую поддержку своих инициатив и общее формирующееся чувство общности, которому способствуют, в частности, семинары через *Ecotherapy UK* онлайн. Также растет число арт-терапевтов и драматургов, которые создали сеть *Environmental Arts Therapy UK*.

Как член арт-терапевтического сообщества, я ценю тот вклад, который художники, терапевты и клиенты могут внести, объединившись на основе

сотрудничества и общих целей, реализуемых через искусство. В прошлом году мы организовали выставку произведений, созданных участниками экологической терапии искусством в галерее парковой зоны Северного Лондона. Выставка знакомит с тем, как творчество может объединять и передавать идеи и мобилизовать социальную активность. Следующая выставка, которая будет проводиться два раза в год, запланирована на осень 2022 года, чтобы совпасть с проведением Саммита ООН по изменению климата. Выставка «Единый мир» («One World») основана на идее, что творчество объединяет, и когда мы используем все виды искусства с социальными и экологическими намерениями, мы можем стимулировать диалог и творческие действия на государственном и региональном уровнях. Выставка будет демонстрировать наши творческие ответы на климатический кризис и наше стремление к переменам и интересам планеты и заботы о наших отношениях с самими собой и Природой.

Выставка и сопутствующие семинары будут посвящены обсуждению следующих тем:

- Экологическая арт-терапия как специализированная форма арт-психотерапии, которая, в свою очередь, является специализированной формой психотерапии. Такая арт-терапия в основном занимается личностным ростом и исцелением, как индивидуально, так в группах; она использует природную среду, а участники и терапевты создают произведения искусства на природе из натуральных материалов.

- Искусство окружающей среды как форма творчества, протекающего в единстве с природой и на основе использования натуральных материалов. Примером такого искусства является творчество художников-экологов – Ричарда Лонга, Энди Голдсуорси и Роберта Смитсона. Их творчество вдохновлено природой, но обычно не предполагает явной политической программы.

• Экологическое искусство или эко-искусство, связанное с созданием произведений с использованием природных факторов и материалов, как правило специально для повышения экологической осведомленности или в качестве инструментов определенной политической экологической инициативы. Экологическое искусство или эко-искусство ближе к протестному искусству или активистским художественным движениям, начавшимся с 1960-х годов, например, «7000 дубов» Йозефа Бойса.

Наш интерес к кураторству этих выставок и семинаров предполагает объединение этих трех областей для того, чтобы включать заботу об окружающей среде и гармонизацию отношений человека с миром природы в терапевтическую практику.



Рис. 1. Ванесса Джонс, «Прости нас».
Бумага, акварель, тушь и нитки (83 см x 75 см)

Участниками выставки будут практикующие художники, терапевты, студенты, клиенты и преподаватели, которые также будут планировать и предоставлять письменную информацию и работать с галереей для организации публичных выступлений и мероприятий, связанных с выставкой. Выставка будет включать двухмерные художественные медиа и фотографические репрезентации произведений искусства, выполненных в естественных условиях и в контексте общественных групп. Выставка будет иметь образовательный элемент и предоставит возможность пригласить членов местных сообществ посмотреть экспозицию, обсудить и испытать на себе методы экологической терапии искусством.

Коллективные действия

Сейчас, когда я прошел через второй национальный карантин, я все-еще нахожусь в процессе адаптации к изменившимся условиям труда и быта, продолжаю испытывать ограничения в общении и доступа к различным природным и культурным объектам. Я пытаюсь помочь себе преодолеть стресс пандемии, справиться с коллективным страхом перед болезнью, изоляцией и смертью, и, в то же время, стараюсь быть открытым для других, многих моих клиентов, которые переживают процесс горевания, сознательный или бессознательный страх за свою жизнь и жизнь близких. Работа арт-терапевтов и экотерапевтов на природе крайне необходима в это время, чтобы помочь нам, нашим клиентам и обществу справиться с чрезвычайной и очень масштабной гуманитарной ситуацией и угрозой экологической катастрофы.

В книге «Экологическая терапия искусством» [8] мы попросили каждого автора поразмыслить над тем влиянием, которое изменение климата и экологический кризис оказывает на их практику и идентичность как терапевтов, занимающихся искусством. Выставка 2022 года также станет нашим совместным творческим ответом на пандемию, глобальную экологическую ситуацию и наши меняющиеся отношения с Землей.

Литература / References

1. Atkins S. and Snyder M. Nature-based expressive arts therapy: Integrating the expressive arts and ecotherapy. – London, Philadelphia PA: Jessica Kingsley Publishers, 2018.
2. Bendell J. Deep adaptation: a map for navigating climate change. IFLAS occasional paper 2 available at www.IFLAS.info, 2018.
3. Bird J. Belonging and imagination in the Anthropocene: a social action art therapy response to climate crisis // Newsbriefing. – 2019. – Winter. – P. 34-36.
4. Macy J. Working through environmental despair. In T. Roszak., M. Gomes., and A.D. Kanner (Eds), Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind. – San Francisco, CA: Sierra Club Books, 1995. – P. 240-259.
5. Nash G. Taking art therapy outdoors: a circle of trees. In I. Siddons Heginworth, and G. Nash (Eds.), Environmental arts therapy: wild frontiers of the heart. – New York & Oxon: Routledge, 2020. – P. 240-259
6. Orbach S. Climate Sorrow. in This is not a drill: An Extinction Rebellion handbook. – London, New York: Penguin / Random House, 2019.
7. Roszak T. Where psyche meets Gaia. In T. Roszak., M. Gomes., and A.D. Kanner (Eds.), Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind. – San Francisco, CA: Sierra Club Books, 1995. – P.1-17
8. Siddons Heginworth I. and Nash G. Environmental arts therapy: wild frontiers of the heart. – New York & Oxon: Routledge, 2020.
9. Windle P. The ecology of grief. In T. Roszak., M. Gomes., and Kanner, A.D. (Eds.), Ecopsychology: restoring the Earth, healing the mind. – San Francisco, CA: Sierra Club Books, 1995. – P. 136-145.

**АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ПОДХОД
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ ВРАЧА**

Пивовар О.И., Зайцева С.В.

*Кафедра эпидемиологии, инфекционных болезней и дерматовенерологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский медицинский государственный
университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В статье отмечается актуальность использования арт-терапии в работе со студентами вуза. Занятия с использованием элементов арт-терапии будут той самой необходимой психологической помощью студентам, что позволит им раскрыть себя и увидеть других новым, осмысленным взглядом. В статье раскрывается потенциал арт-терапии в процессе вузовской подготовки студентов: профессионально-творческое развитие, эстетическое развитие, обучение навыкам эмоциональной саморегуляции.

Ключевые слова: арт-терапия, студенты вуза, образовательный процесс.

**ART THERAPEUTIC APPROACH
IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF DOCTOR TRAINING**

Pivovarov O.I., Zaytseva S.V.

*Department of Epidemiology, Infectious Diseases and Dermatovenereology
Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo*

Abstract. The article notes the relevance of the use of art therapy in working with students. Classes of art therapy with students are the most necessary psychological help that will allow them to discover themselves and to see others in a new, meaningful look. The article reveals the potential of art therapy in the process of university training of students: professional and creative development, aesthetic development, training skills of emotional self-regulation.

Keywords: art therapy, students of the University, educational process.

В век информационной цивилизации невозможно представить развитие врача вне социального контекста. Ведь на практике врач пользуется не только своими профессиональными знаниями, но и лечит своим нравственным обликом. Знания могут прийти с опытом, а гуманное отношение к пациенту, доброта и порядочность, готовность к самопожертвованию, умение принимать нешаблонные решения с ростом профессиональных знаний не приходят. Поэтому все усилия преподавателей должны быть направлены не только на освоение профессиональных компетенций, но и общекультурных.

Сегодня система высшего профессионального медицинского образования столкнулась с серьезными вызовами. Очевидна необходимость возвращения былого престижа и уважения к профессии врача, особенно в условиях российской действительности. Общество предъявляет к доктору все больше требований, которому теперь не достаточно быть хорошим клиницистом. Образовательный процесс подготовки студентов-медиков нуждается в дальнейшей модернизации.

Представляется, что через эстетическое воспитание подрастающего поколения возможен ренессанс высшего медицинского образования, ибо искусство можно определить, как образное выражение действительности, удовлетворяющее естественную тягу человека к «прекрасному». Наряду с наукой, оно является одной из форм познания, в том числе естественно - научного [4, с. 88].

Пандемия новой коронавирусной инфекции COVID-19 поспособствовала возникновению острой необходимости применения психологической подготовки преподавателей и студентов, включая в нее элементарные психотерапевтические сведения. Эффективной технологией, которую может использовать в вузе преподаватель, является арт-терапия. Как известно, арт-терапия практически не имеет противопоказаний, любой человек вне зависимости от художественных способностей, культурного опыта, уровня

образования может быть участником арт-терапевтического процесса. А.И. Копытин отмечает: «Арт-терапия характеризуется широким спектром форм и методов, ориентированных на разные клинические и социодемографические группы и принимающие во внимание культурные и институциональные условия. Она использует богатый опыт культурного наследия с характерными для него формами художественной экспрессии и исцеляющей практики, связанной с творчеством и общением» [3, с.7].

Педагогические основы арт-терапии в образовании были изучены Л.Д. Лебедевой, которая рассматривает арт-терапию как: «...забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности» [5, с.8].

Цель исследования. Обосновать важность применения арт-терапии в образовательном процессе студентов в медицинском вузе.

Объекты и методы исследования. Теоретическая разработка мероприятий была осуществлена сотрудниками кафедры эпидемиологии, инфекционных болезней и дерматовенерологии Кемеровского государственного медицинского университета совместно со студентами. Целевой аудиторией мероприятия были студенты 5 курса лечебного и педиатрического факультетов.

Результаты и их обсуждение. Основной целью арт-терапии является гармонизация развития личности через развитие способности самопознания и самовыражения. Благодаря занятиям арт-терапией, человек развивается, начинает чувствовать гармонию с самим собой и с окружающим миром, осознает свой жизненный путь, начинает смотреть на произошедшие с ним события с другого ракурса и понимать, в каком направлении двигаться, в чем развиваться. На наш взгляд, этот метод эффективен при формировании и коррекции поведения личности, самопознании и развитии личности врача.

Средства арт-терапии могут обладать психологическим потенциалом в обучении студентов вуза, выполняя коммуникативную, регулятивную функции, влияя на их эмоциональную сферу, при этом они способствуют сохранению психического здоровья, дают возможность преодолевать неуверенность в своих возможностях, психологические барьеры. Возникающие в процессе применения средств арт-терапии положительные эмоции усиливают активность обучающихся, стимулируют организованность в приобретении знаний и самостоятельность. Разнообразные техники помогают развитию творческих способностей личности [2, с. 48].

Занятия по арт-терапии показаны всем участникам образовательного процесса в вузе, как педагогам, так и студентам. Средства арт-терапии можно использовать как в индивидуальной форме, так и групповой. В системе образования предпочтение отдается групповой форме, т.к. это позволяет работать с более широким кругом людей и позволяет развивать необходимые социальные навыки, дает возможность наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих и ведет к укреплению личной идентичности.

Виды арт-терапии, представленные в психологии и медицине, отвечают существующим видам искусств: музыкотерапия, танцевальная терапия, драмотерапия, сказкотерапия, библиотерапия, маскотерапия, этнотерапия, игротерапия, цветотерапия, фототерапия, куклотерапия, оригами и тому подобное.

Элементом искусства у врача является врачебная интуиция, которая появляется по мере накопления практического опыта. Она, безусловно, играет определенную роль в диагностическом процессе, но лишь на начальном этапе, а не при завершении диагностического процесса. Интуитивное мышление вторично в том смысле, что оно есть следствие ускоренно протекающего на подсознательном уровне логического мышления.

Следует отметить, что для развития врачебной интуиции необходимо обладать ассоциативной логикой, а это более всего развивает именно музыка, особенно симфоническая. Не случайно многие выдающиеся врачи сами играли на музыкальных инструментах (Александр Бородин, хирурги Теодор Бильрот и Якоб Микулич, физиолог Тренделенбург).

В последнее десятилетие на кафедре инфекционных болезней КемГМУ преподаватели совместно со студентами проводят мероприятия, посвященные увлекательному миру музыки, знакомству с творчеством великих русских и зарубежных композиторов классической музыки XIX века, с прослушиванием музыкальных классических произведений, симфонической музыки.

Каждый врач подобен творцу, занятому необычайно сложным делом, требующим мобилизации всех интеллектуальных сил, творческих способностей, умения сочетать конкретное – образное и ассоциативное мышление. В процессе общения с больным врач формирует образ болезни данного пациента. Каждый такой образ многолик и по-своему обладает определенным звуком, тональностью. Если композитор пытается объединить различные звуки в стройную мелодию, то врач должен из имеющегося набора симптомов-звуков выделить главные признаки, наиболее соответствующие образу болезни. Поэтому врач должен уметь «услышать» в больном не только «звучание» основного симптома, но и его разнообразные вариации [1, с.10].

Занятия по арт-терапии со студентами, на наш взгляд, являются той самой необходимой психологической помощью, которая позволит им раскрыть себя и посмотреть на других людей новым, осмысленным взглядом. Подобные занятия способны повысить самооценку, контроль своего поведения, толерантность. А это является очень важным, т.к. способность контролировать свое поведение и эмоции помогает будущему врачу принимать решения, делать правильный выбор и нести ответственность за последующие результаты.

В результате подобных мероприятий, на наш взгляд, у студентов активизируется эмоциональная реакция на произведения искусства, творческий потенциал, развивается способность анализировать прекрасное не только в искусстве, но и в жизни в целом; бережно относиться к окружающим людям и миру, что, несомненно, поможет стать врачом, тонко чувствующим мир другого человека, его настроение, переживания и оказать необходимую квалифицированную медицинскую помощь.

Занимаясь арт-терапией, студенты становятся менее восприимчивы к негативным эмоциогенным факторам, способны контролировать и сдерживать возникающие астенические эмоции, становятся более эмоционально стабильными и уравновешанными.

Заключение. Таким образом, использование средств арт-терапии в образовательном процессе вуза является важным и необходимым в связи с решением многих задач психологического сопровождения, таких как: психологическая поддержка обучающихся, формирование у студентов ответственности за принятие собственных решений, оказание помощи студентам в определении своих возможностей и формирование у студентов позитивной жизненной позиции.

Литература / References

1. Дворецкий Л.И. Музыка и медицина. Размышления врача о музыке и музыкантах. – М.: Издательство «Анкил», 2002. – 168 с.
2. Кара, Ж.Ю. Особенности арт-терапии / Ж.Ю. Кара// СевероКавказский психологический вестник.– 2010. – Т. 8. – №3. – С. 48-51.
3. Копытин А.И. Клиническая и социальная арт-терапия и визуальная антропология // Клиническая и специальная психология. – 2014. – № 1(9). – С. 1-20.
4. Крайнов С.В., Фирсова И.В., Крайнова И.А., Михальченко В.Ф., Попова А.Н., Милованов В.А. Программа художественно-эстетического

воспитания студентов медицинских вузов // Академия арт-мастерства и арт-педагогике: Материалы педагогических чтений. – М., 2013. – С.88.

5. Лебедева Л.Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании учителя: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01 / – Ульяновск, 2001. – 383 с.

**МЕТОДЫ АРТ-ПЕДАГОГИКИ
В СОЗДАНИИ ПОДДЕРЖИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

Панфилова А. С.

*ГОУ ДО «Китеж-плюс» Приморского района СПб,
Россия, г. Санкт-Петербурга*

Аннотация. В статье представлен опыт применения методов арт-педагогике, которые влияют на создание поддерживающей среды в образовательном процессе художественно-эстетической направленности. Представлено четыре метода: «художественной экспрессии», «отзеркаливания», «деконструкции» и «наведения мостов», которые в своей совокупности позволяют педагогу выстраивать технологию поддержки детей и подростков в общем и дополнительном образовании.

Ключевые слова: арт-педагогика, арт-терапия, образовательная среда, педагогическая поддержка, художественная, изобразительная деятельность

**METHODS OF ART PEDAGOGY IN CREATING A SUPPORTIVE
ENVIRONMENT IN THE EDUCATIONAL PROCESS**

Panfilova A. S.

*GOU DO «Kitez-plus» Primorsky district St. Petersburg,
Russia, St. Petersburg*

Abstract. The article presents the experience of using the methods of art pedagogy, which affect the creation of a supportive environment in the educational process of artistic and aesthetic orientation. Four methods are presented: «artistic

expression», "mirroring", "deconstruction" and "bridging", which together allow the teacher to build technology to support children and adolescents in general and additional education.

Keywords: art pedagogy, art therapy, educational environment, pedagogical support, artistic, visual activity

Введение. Современные требования к организации личностно-ориентированного образовательного процесса, в значительной степени расширяют функции и возможности учителя, воспитателя, педагога дополнительного образования. Педагог сегодня востребован не только в своей дидактической ипостаси. Ему все чаще приходится выполнять функции заботливого Взрослого - тьютора, наставника, психолога, сопровождающего нелегкий процесс взросления. В широком смысле речь идет о принятии педагогом в свой арсенал ценностей, принципов и методов педагогической поддержки.

Наш опыт, связанной с организацией образовательного процесса художественно-эстетической направленности, показывает, что практика применения методов арт-педагогике, влияет на создание поддерживающей среды в целостном образовательном пространстве.

При конструировании методов арт-педагогической поддержки мы опирались на современные достижения психолого-педагогической науки и практики:

- концепцию и технологию педагогической поддержки О.С. Газмана, ориентированных на организацию творческого, гуманистического взаимодействия детей и взрослых, поддержку проявления индивидуальных особенностей детей, оказание помощи в сознательном выборе поведения. [2]

- подходы в организации арт-педагогического процесса в образовании и социальной работе, представленных в трудах В.Г. Анисимова [1], А.И. Копытина [5], Л.Д. Лебедевой [6], Е.А. Медведевой [7]

- функции искусства, описанные в психологических и искусствоведческих исследованиях: гностическая, коммуникативная, социализирующая, регуляторная, адаптивная (Б.М.Теплов, Л.С. Выготский, Ж. Пиаже).

Использование методов арт-педагогике непосредственно во взаимодействии с учащимися позволяет педагогу диагностировать ряд психоло-педагогических проблем и оказывать поддержку в:

1. Осознании *системы ценностей*, актуализация потребностей.
2. Оптимизации *самооценки, самоотношения*, необходимых для более полных взаимообразных отношений со средой.
3. Развитии *реалистичности восприятия* жизненных событий, профилактика виртуальной зависимости.
4. Расширению опыта эмоциональной и волевой регуляции поведения, деятельности и общения.
5. Развитии *интеллектуальной активности* и становлении на этой основе образного и понятийного уровней мышления.
6. Рефлексии *нравственного выбора*, как акта смысловой регуляции жизненного сценария.

Мы выделяем 4 группы методов психологической поддержки, применение которых на каждом этапе легли в основу создания поддерживающей среды: 1. Метод художественной экспрессии; 2. Метод «отзеркаливания»; 3. Метод «деконструкции»; 4. Метод «наведения мостов».

Каждая группа методов предполагает собой законченный цикл встреч (уроков, занятий, событий), в совокупности направленных на решение сквозной

цели. Внутри каждой группы методов педагогом настраивается свое содержание (темы уроков, рисунков), создаются условия, формы, техники изодейтельности. Таким образом, на каждом из циклов занятий (этапов) учащимися и педагогом решаются задачи возрастающей сложности. Приведем ниже примеры.

Методы арт-педагогики

1. Метод художественной экспрессии.

Цель: содействие учащимся в выражении отношения к значимой проблеме средствами художественной, изобразительной деятельности.

А.И. Копытин выделяет три фактора, необходимых для оптимальной организации арт-терапевтического процесса: 1 фактор - художественной экспрессии; 2 фактор – группового взаимодействия; 3 фактор – вербальной обратной связи [4]. Мы также предлагаем учащимся выразить свое отношение к значимым темам своей жизни в рисунке. Основным результатом данного этапа является эмоциональное отреагирование, осознание и освобождение от переживаний, блокирующих дальнейшее развитие.

Процесс художественной, изобразительной деятельности на этом этапе организуется в индивидуальном темпе. Беседа проводится в групповой или индивидуальной форме. В ходе рисования и обсуждения педагог оказывает поддержку в протекании эмоциональных реакций учащихся (гнев, обида, раздражение, страх, тревога, др.), предлагая использовать колористические, графические, фактурные и др. средства художественной выразительности, основные техники изобразительного искусства, такие как: акварель, монотипия, гризайль, пастель. Важнейшими показателями завершения этого этапа являются:

- снижение эмоционального напряжения, стабилизация эмоционального состояния и реакций по отношению к теме;

- активизация личностных ресурсов: у ребенка появляется желание дальше разрабатывать тему, видеть в проблеме другие стороны, развивать позитивные цели.

Возможные темы, предлагаемые к проработке в первом цикле: «Рисунок, посвященный Дню Матери»; «Мое любимое животное»; «Состояние природы»; «Четыре стихии», «Времена года»; «Космос», «Дом моей мечты»; «Подводный мир» и др.

2. Метод «отзеркаливания»

Цель: построение и предъявление оптимальной модели мышления, действия, реагирования; диссоциация.

На данном этапе возможно, освободившись от блокирующих переживаний, посмотреть на проблему со стороны, т.е. диссоциироваться. По содержанию учащимся предлагаются «общие» темы. С одной стороны, они отражают общечеловеческий опыт, а с другой – позволяют отразить свой биографический (событийный) опыт и систему отношений к разным объектам, субъектам и явлениям своей жизни (включая отношение к самому себе). На этом этапе происходит необходимая типизация проблемных ситуаций и своей позиции в них. Важнейшим показателем освоения данного этапа является предъявление ребенком в своей работе, рисунке темы как некой модели, ее описание графическими или вербальными средствами.

Возможные темы: «Автопортрет», «Береги природу!», «Вид из окна» «Картина мира», «Мой мир», «Художник и мир человека», «Художник и мир искусства», «Путешествие вглубь веков», «Древние города нашей земли», «Иллюстрация к любимой сказке» и др.

В этом цикле деятельность педагога направлена в том числе на организацию групповых интерактивных игр, мастерских, групповых проектов,

например. таких как «Создание макета книги» (иллюстративно-тематическое рисование), игра «Морское путешествие» с использованием техники оригами.

3. Метод деконструкции

Цель: оказание психологической поддержки в изменении визуальной модели.

Деконструкция (дословно: «выворачивание наизнанку») - процесс дифференциации, анализа пространства, в ходе которого происходит выявление собственных особенностей и противоречий в восприятии бытия (Ж. Деррида [3]). Метод эффективен для решения задач изменения поведенческого сценария, построения новой модели отношений, переформулирования проблемы с позиции позитивного опыта.

Темы работ на данном этапе не регламентируются, они уже обозначены самими участниками образовательного процесса. Акцент смещается на освоение техник изо-деятельности, соответствующих задачам деконструкции. Мы используем на данном этапе трафаретные техники, анимационные техники, возможности цифровых технологий дополненной реальности.

Ключевым *условием* этого этапа является формирование и поддержание творческой атмосферы открытой студии. Важно отметить, что, начиная с этого этапа, группа (класс, сообщество) начинает развиваться как новое образование – детско-взрослая поддерживающая общность. В нашем опыте мы номинируем такое сообщество как группа-студия.

Каждое занятие проводится в форме урока-события.

Основные задачи, которые решает педагог на данном этапе:

- инициирование «урока-события» (увлекательного совместного дела, предоставление возможности для самовыражения в новой роли, позиции);
- организация обучения изо-деятельности в микрогруппах;
- поддержка диалога в парах, малых группах, в большом кругу;

- помощь в формулировании новых позитивных оснований в системе ценностей.

4. Метод «Наведение мостов»

Цель: помощь в принятии новой модели, структурирование и достижение целостности.

На данном этапе у участников группы-студии появляется возможность соединить в целое новое и старое в опыте, выстроить новую иерархию целей, ценностей, приоритетов, принять новую модель. «Мосты» могут быть наведены, когда человек видит крайности (берега), но находится между ними. Так происходит прояснение, объяснение проблемы и обретение себя в новой целостности.

Возможные темы: «Городской пейзаж»; «Пейзаж. Набережные и мосты»; «Пословицы и поговорки»; «Праздник», «Мой персонаж» и др.

Важнейшими показателями прохождения этого этапа является:

- открытость диалогу в отношении темы;
- стабильный эмоционально-мотивационный фон;
- принятие проблемы на эмоциональном и рациональном уровнях;
- предъявление арт-продукта в символической, знаковой формах.

Одной из возможных форм работы в данном случае является организация групповых и индивидуальных проектов, воплощенных в предметную среду: песочные композиции, инсталляции, работы из пластических материалов, интерактивные экспозиции. Поскольку на этом этапе уровень доверия между участниками группы-студии свидетельствует о высоком уровне социально-личностного соучастия, сотворчества и взаимоприятия, становится возможным выходить за рамки предметно-пространственной среды учебного класса. В нашем опыте здесь мы используем имеющийся потенциал различных образовательных сред таких как: музейно-педагогическая среда, природно-

ландшафтная, цифровая; социокультурная среда. Типичные формами такого взаимодействия являются:

- реализация образовательных метапредметных - краеведческих, культурно-исторических проектов различного уровня;
- организация пленэра;
- участие в экологических конкурсах-выставках;
- вовлечение в исследовательскую деятельность;
- вовлечение в социальные практики;
- создание цифровых каналов общения, взаимодействия, обмена.

Каждая среда вносит свое разнообразие арт-педагогических средств. Каждую из них можно рассматривать в качестве поддерживающих средств позволяющих наводить мосты с собственной жизнью.

Литература / References

1. Анисимов В.П. Артпедагогика как система психологического сопровождения образовательного процесса // Вестн. Оренбург. гос. ун-та. - 2003. - № 4. - С. 146–148.
2. Газман О.С. Педагогическая поддержка детей в образовании как инновационная проблема // Новые ценности образования. - 1996. - № 3
3. Деррида Ж. Позитив. - М.: Академический Проект, 2007.
4. Копытин А. И. Основы арт-терапии. - СПб.: Лань, 1999.
5. Копытин А.И. Воспитательно-социализирующие технологии на основе арт-терапии и арт-педагогике: учебно-методическое пособие. — СПб.: СПб АППО, 2020. - 56 с.
6. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. - СПб.: Речь, 2003.
7. Медведева Е. А., Левченко И. Ю., Комиссарова Л. Н., Добровольская Т. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. - М.: Академия, 2001.

ПУТЬ К УСТОЙЧИВОСТИ: ПРИЗНАНИЕ РЕСУРСОВ И СИЛЬНЫХ СТОРОН ЛИЧНОСТИ НА ОСНОВЕ АРТ-ТЕРАПИИ

Паркер-Белл Барбара

доктор психологии, директор магистерской программы арт-терапевтического образования Флоридского государственного университета, президент Аккредитационной комиссии Американской арт-терапевтической ассоциации, США, Таллахасси, шт. Флорида

Аннотация. В ситуации пандемии люди становятся уязвимыми перед лицом экономических, физических и эмоциональных проблем. Из-за длительного пребывания в физической изоляции ослабевают социальные связи и ресурсы, которые могут служить источником поддержки. В этой ситуации тренинг личной и профессиональной устойчивости приобретает важную роль. В докладе представлены некоторые методики, связанные с использованием творческой активности и предназначенные для развития стрессоустойчивости в себе и других.

Ключевые слова: арт-терапия, пандемия, социальные связи, личность.

A PATH TOWARDS RESILIENCE: RECOGNIZING RESOURCES AND STRENGTHS THROUGH ART THERAPY

Parker-Bell, Barbara

*PsyD. ATR-BC, Director of Art Therapy, Florida State University,
Art Education Department (Tallahassee, FL, USA)*

Abstract. As the world experiences the COVID 19 pandemic, people become vulnerable to economic, physical, and emotional challenges. Furthermore, as we stay home to stay safe, we temporarily lose the social resources that may bolster our spirits. Consequently, cultivating personal and professional resilience is even more necessary. During this presentation, creative methods for cultivating resilience in ourselves and others have been explored.

Keywords: art therapy, pandemic, social connections, personality.

Введение. Еще до того, как возникла пандемия, у нас были определенные представления о будущем. Серьезным вызовом на пути наших жизненных планов явилась пандемия. Данная ситуация пандемии помогает нам осознать сложности бытия, извлечь определенные уроки. Пандемия разрушает наши подчас идеализированные представления о будущем и путях его достижения, привычный уклад нашей жизни, который приносил нам ощущение предсказуемости реальности.

Пандемия создала множество проблем на разных уровнях – психологическом, физической и социальном. Однако мы можем подумать о том, как в сложившейся ситуации мы можем помочь себе и друг другу, нейтрализовать или смягчить стрессогенные факторы, обеспечивая себе и другим психосоциальную поддержку, оказывая себе и другим психологическую помощь, защищая свое физическое здоровье.

Разыгравшийся кризис – это серьезный вызов, связанный со множеством угроз и факторов психической и физической травматизации. Я хотела бы проиллюстрировать это цитатой из работы Виктора Франкла, отражающей его экзистенциальное восприятие холокоста [3]. Он напоминает нам о том, что даже в ситуации очевидной угрозы мы имеем свободу выбора, основанного на нашем индивидуально-личностном отношении к ситуации. Он также признал, что если мы не можем изменить ситуацию, то мы должны изменить себя. Я надеюсь, что таким образом мы можем помочь себе в этой ситуации.

Каким же образом мы можем измениться и укрепить свою стрессоустойчивость? По определению Американской психологической ассоциации [2], стрессоустойчивость – это процесс адаптации в ситуации вызова, психической травмы, трагедии, угрозы и иных стрессогенных воздействий. Это то, с чем мы столкнулись в настоящее время.

Стрессоустойчивость можно развивать. Если вы или кто-то из ваших клиентов не чувствуете себя сейчас достаточно защищенными в ситуации

стресса, вы можете освоить некоторые приемы, помогающие лучше защититься. Это такие упражнения, которые помогут вам поддерживать внутреннее равновесие даже находясь в сложной жизненной ситуации. Вы можете сделать хотя бы небольшой выбор, о котором писал В. Франкл, чтобы освоить какие-либо из этих техник.

Конечно, речь может идти и о выражении сложных переживаний, которые мы сейчас испытываем, чтобы снять напряжение. Арт-терапевты могут идти по этому пути при работе с клиентами, помогая им выразить свои переживания, отделить себя от сложных чувств и лучше их осознать. Это один из возможных подходов. Однако сегодня я хочу сделать акцент на позитивном опыте, который мы можем актуализировать в текущей ситуации. Мы можем больше сконцентрироваться на достоинствах, а не на недостатках, чтобы восстановить пошатнувшуюся самооценку. Одна из арт-терапевтических техник, которая позволяет это делать – это техника создания «Щита ресурсов». На нем могут располагаться изображения разных ресурсов, которые находятся как внутри нас, так и вокруг. Хотя мы, возможно, не можем встречаться с некоторыми членами нашей семьи физически, но мы все равно ощущаем их любовь. Это дает нам ощущение физической и моральной поддержки. В середине щита находится слово «искусство», что говорит о том, что наши творческие ресурсы также очень важны в этой ситуации. Мы можем создать вокруг себя комфортную и более безопасную среду. И хотя мы изолированы, мы можем позаботиться о своем личном пространстве. Также важна символика щита, напоминающего нам о том, что мы можем защититься от внешней угрозы, используя разные факторы.

Некоторые техники, которые я использую в работе с клиентами с целью развития стрессоустойчивости, включают в себя элементы психологического образования. Я, например, помогаю им определить ценные качества собственной личности. Одно из таких упражнений предполагает использование

списка положительных качеств личности, некоторые из которых клиент может признать как свойственные ему самому. Так, один клиент выделил такие качества, как воображение, игра, творчество, чувство юмора, доброта, открытость, честность, любовь. Таким образом, концентрируясь на положительных аспектах опыта, мы помогаем себе и клиентам нейтрализовать негативные аспекты.

В еще одной арт-терапевтической технике используется форма сердца, вырезанная из прозрачного пластика. На его поверхность затем наклеиваются цветные бумажки, ассоциирующиеся с ресурсами, связанными с личностью и доступные для использования. Далее такая работа может быть размещена где-либо, например, подвешиваясь в окне, напоминая витраж. Солнечные лучи могут проходить сквозь изделие, создавая красочный эффект. Можно также использовать цветные стеклышки для создания изображения. Конечно, для этого необходимо специальное оборудование. Поэтому вариант техники, связанный с наклеиванием цветной бумаги на прозрачную поверхность более доступен. Как вариант можно рекомендовать также создание мандал на основе наклеивания цветных кусочков бумаги на прозрачную поверхность круга. Мандала при этом объединяет в себе множество разных ресурсов.

Что еще можно рекомендовать, помимо работы с ресурсами, с целью развития стрессоустойчивости? Это может быть работа, направленная на укрепление надежды и мотивации [1]. Это также может быть мобилизация сети социальной поддержки и лучшее понимание ее наличия [6]. Это может привести к тому, что клиент начинает лучше понимать, что рядом с ним любящие и всегда готовые прийти ему на помощь родственники, или что его соседи относятся к нему с теплотой, что с ними всегда можно обменяться посланиями, поговорить по телефону. Несмотря на то, что сейчас люди физически разделены, но они могут использовать разные средства связи и общения. Еще одно направление работы связано с развитием осознанности

посредством изобразительной деятельности, медитации, дыхательных техник, помогающих снять стресс, тревогу и депрессивные реакции [5,6].

Еще раз следует напомнить важность осознания социальных связей. Это можно сделать на основе их визуализации. Эти связи могут быть семейными или связанными с более широким кругом социального общения или даже с представлением о связях на уровне всего человечества. Итак, клиенту может быть предложено визуализировать и изобразить его связи с другими людьми. Это может стать своего рода талисманом поддержки.

Я реализовывала разные проекты, участники которых, даже переживая страдание из-за травмы, все равно были готовы оказывать друг другу поддержку. Это можно делать путем изготовления своеобразных наградных знаков – звезд надежды и медалей героев. Это использовалось нами в работе с пострадавшими от ураганов и пожаров. Людям предлагалось изготовить, украсить такие наградные знаки и затем подарить кому-нибудь из группы. Такие знаки помогают людям почувствовать поддерживающую связь друг другом. Даже если люди не знают друг друга, они все равно могут посылать друг другу такие знаки связи и поддержки. Вы также можете сделать нечто подобное, напав кому-то, кто как вам кажется чувствует себя одиноким и отчаявшимся, такой наградной знак. Это все поддерживает самооценку, ощущением связи с другими.

Существует много видов восстановительных практик, основанных на привлечении внимания к телесным ощущениям и эмоциональному состоянию, чтобы снять психическое напряжение. Одной из них является практика осознанности. Она может быть реализована, например, на основе рисования мандал [5]. При создании мандал, подбирая цвета и заполняя внутреннее пространство, люди достигают высокой концентрации внимания. Это также помогает снять напряжение.

Другая арт-терапевтическая техника, основанная на осознанности, это сканирование телесных ощущений с их передачей на рисунке. Во время такой практики вы фокусируетесь с любовью на картине телесных ощущений и направляете дыхание в те места, которые испытывают дискомфорт и напряжение. Вы можете не только почувствовать эти точки, но и снять в них напряжение таким образом. Некоторые арт-терапевты также предлагают клиента на основе фокусировки на телесных ощущениях передавать энергии, ощущаемые ими внутри тела. Также при этом клиент может проявить внимание и любовь к тем точкам своего тела, которые испытывают наибольшее напряжение. Есть конечно же традиционные практики, такие как йога, медитация. У меня есть небольшую методическое руководство, в котором описаны такие техники, которые позволяют снять напряжение за пять минут на основе выполнения простых медитативных практик.

Хочу напомнить о еще одном важном механизме поддержки, который связан с установлением связи с более широким кругом природной жизни. В этом заключается значительный потенциал духовной поддержки. Поскольку, когда я переключаю внимание на переживание связи с природой вы начинаете лучше ощущать связь с окружающей вас жизнью и ее циклами, чувствовать себя частью природных процессов изменений. Вы можете пользоваться этим, слушая, например, пение птиц и начиная ощущать связь с чем-то большим, чем вы сами. В нашем городе Талахасси мы имеем множество возможностей почувствовать это, гуляя по паркам, слушая лягушек, наслаждаясь солнцем и красками растений.

Заключение. В заключение я хотела бы сказать о том, что будет, когда пандемия завершится. Она является сейчас огромным испытанием для нас. Однако я полна оптимизма и веры и полагаюсь на ресурсы нашего союза. Я неоднократно являлась свидетелем того, как в этой ситуации проявляются ресурсы людей, их лучшие качества и творческое начало.

У нас в штате Флорида нередко случаются стихийные бедствия, ураганы. Сезон ураганов начинается в июне и заканчивается в октябре. Так, в 2018 году случился один из самых разрушительных ураганов, который причинил серьезный ущерб населенным пунктам, находящимся рядом с моим городом. Как же можно выжить, когда все дома в городе оказываются разрушенными? Люди были очень обеспокоены тем, как они далее будут жить. После непродолжительного времени оказания неотложной помощи пострадавшим, мы начали свою работу с населением, и я убедилась в творческом потенциале жителей. Люди собирались и вместе создавали разные арт-объекты и поддерживали друг друга.

Таких примеров может быть великое множество. Так, в ситуации пандемии дети и подростки, участники одной арт-терапевтической группы, украсили маски для себя и других, в частности, для медицинских работников, проявив при этом богатую фантазию. Мы можем реализовать разные небольшие проекты, поддерживая дух сотрудничества и творческого начала в людях в ситуации испытаний.

Литература/ References

1. Akos P. and Kurz M. Applying hope theory to support middle school transitions // Middle School Journal, 2016, 47(1), 13-18.
2. American Psychology Association. (2020, February 1). Building your resilience. <https://www.apa.org/topics/resilience>
3. Frankl V.E. (n.d.). Goodreads: Viktor E. Frankl quotes from Man's Search for Meaning. https://www.goodreads.com/author/quotes/2782.Viktor_E_Frankl
4. Howard S., Dryden J., & Johnson B. (1999). Childhood resilience: review and critique of literature // Oxford Review of Education, 1999, 25(3), 307-323. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/1050923>

5. Lindsey L., Robertson P., Lindsey B. Expressive arts and mindfulness: aiding adolescents in understanding and managing their stress // *Journal of Creativity in Mental Health*, 2018, 13(3), 288-297.
6. Luo Y., Xiang Z., Zhang H., Wang Z. Protective factors for depressive symptoms in adolescents: interpersonal relationships and perceived social support // *Psychology in the Schools*, 2017, 54, 808-820, DOI: 10.1002/pits.22033
7. Miloseva L., Vukosavljevic-Gvozden T., Richter K., Milosev V., & Niklewski G. Perceived social support as a moderator between negative life events and depression in adolescence: implications for prediction and targeted prevention // *EPMA Journal*, 2017, 8(3), 237. doi:10.1007/s13167-017-0095-5
8. Spier E. Group art therapy with eighth-grade students transitioning to high school // *Art Therapy: Journal of The American Art Therapy Association*, 2010, 27(2), 75-83.

РОЛЬ АРТ-ТЕРАПИИ В ПСИХОКОРРЕКЦИИ ПОДРОСТКОВ ГРУППЫ РИСКА ПО АДДИКТИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

Пискарева О.И., Рубцова О.С., Вострых Д.В., Лопатин А.А.

*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В статье описаны формы применения различных арт-терапевтических методик в психокоррекционной работе с подростками группы риска по аддиктивному поведению.

Ключевые слова: арт-терапия, техники, рисунки, подростки, аддиктивное поведение.

THE ROLE OF ART THERAPY IN PSYCHOCORRECTION OF ADOLESCENTS AT RISK FOR ADDICTIVE BEHAVIOR

Piskareva O. I., Rubtsova O. S.,

Lopatin. A.A., Vostrykh .D. V.

*Professor N.P. Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo*

Abstract: The article describes the forms of application of various art-therapeutic techniques in psychocorrective work with adolescents of the risk group for addictive behavior.

Keywords: art therapy, techniques, drawings, teenagers, addictive behavior.

Среди психологических особенностей подростков с аддиктивным поведением особое место занимают нарушение иерархии мотивов деятельности, неадекватная самооценка, нарушение волевой регуляции поведения. Коррекция нарушений личностной сферы выходит на первый план, так как именно сложности с контролем и регуляцией собственного поведения, становятся преградой на пути к выздоровлению и социально-психологической адаптации. Одной из возможных стратегий коррекции является использование методов арт-терапии. Главной целью арт-терапии является гармонизация эмоционального состояния, коррекция волевых составляющих личности через развитие способности творческого самовыражения и самопознания. Особенности арт-терапевтических методик является легкость установления контакта с подростком, конструктивная работа с эмоциями и чувствами, отсутствие возрастных и интеллектуальных ограничений. В практике психологической коррекции данной категории пациентов широко используется арт-терапия. Арт-терапия – это система психологических и психофизических лечебно-коррекционных воздействий, основанных на занятиях клиента

изобразительной деятельностью, построении и развитии психотерапевтических отношений [1].

В основе содержания термина «арт-терапия» (art therapy), который ввел А. Хилл в 1938г., лежит представление о том, что основой арт-терапии является художественная практика, которая предполагает, во-первых, использование языка изобразительной экспрессии, во-вторых, непосредственное участие человека в изобразительном творчестве, а также понимание того, что художественное самовыражение является символичным и отражает скрытые, бессознательные содержания человеческой психики. Процесс художественного творчества побуждает личность к духовному росту, позитивной внутренней трансформации. Согласно данным Julliard (1995) и Moore (1983), в процессе арт-терапии возможен обход защитных механизмов, а в работах Holt & Kaiser (2009) выявлено, что арт-терапия содействует облегчению выражения эмоций, полезна для установления связи между мыслями, чувствами и поведением, обусловленным злоупотреблением психоактивными веществами, а процесс создания художественных работ способствует активизации мыслительных процессов и нормализации функций памяти.

Направление «арт-терапия» представлено частными формами, или модальностями: изотерапия: воздействие средствами изобразительного искусства, которые могут включать рисование, лепку, декоративно-прикладное искусство и пр.; визуальная терапия образами; медитативное рисование; мультимедийная (интегративная) [2].

Основные функции арт-терапии: катарсическая – очищающая, освобождающая от негативных состояний; регулятивная – регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния; коммуникативно-рефлексивная – обеспечивающая коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки [3].

В работе с подростками используются разные формы арт-терапии, как в ходе индивидуальных занятий, так и в процессе групповых тренингов. Арт-терапия, в частности терапия изобразительным искусством, является естественным средством самовыражения, а продукты творчества показывают эмоции, настроения и мысли подростка, выражающего себя с помощью рисунка. Использование арт-терапии основано на том, что внутреннее «Я» человека отражается в его творчестве. Рисуя, подросток не только «убегает» от нервозности, беспокойства, агрессии, неуверенности в себе и других внутренних проблем, но также обретает уверенность в себе и успех, и связанный с этим положительный опыт и поведенческие модели. Направление арт-терапии в психокоррекции аддиктивного поведения ориентировано на внутренний творческий потенциал личности каждого подростка. Это позволяет исправить эмоциональные, поведенческие и интеллектуальные расстройства и недостатки подростка [4].

Первые занятия посвящены изобразительной деятельности, которая позволяет пациентам выражать в художественной форме свои мысли и чувства, связанные со значимыми проблемными ситуациями. В процессе рисования, на бумаге, подростки имеют возможность выразить то, что им трудно передать словами. Творческая работа способствует высвобождению негативных чувств и эмоций, таких как раздражение, гнев, обида, вина, страх. Завершающие занятия курса арт-терапии также проводятся с использованием изобразительных техник, что дает возможность оценить динамику эмоционального состояния пациентов. Помимо этого, с помощью данных техник у пациентов есть возможность посмотреть на свою проблему заново, самому увидеть варианты ее решения, прорисовав и обсудив ее в группе. В ходе занятий арт-терапией развиваются самопринятие личности, адекватная самооценка, умение адекватно выражать эмоции [5].

Таким образом, в процессе изобразительной арт-терапии участники приобретают ценный опыт безоценочной творческой деятельности, происходят углубленное самопознание, самопринятие, гармонизация развития, личностный рост, а это потенциальный путь к самоопределению, самореализации и самоактуализации личности.

Литература / References

1. Исцеляющее искусство: междунар. журн. арт-терапии. 2009. Т. 12, № 1. С. 9;
2. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб., 2008. 254 с.;
3. Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб., 1999. 256 с.;
4. Шабышева Ю.Е. Психологические средства коррекции дезадаптивного поведения подростков: дис канд. психол. наук. - Омск, 2006. 204 с.;
5. Зеленкова И.В. Изотерапия в работе с девиантными подростками // Социосфера. 2014. №2. С. 108-111.

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО УПРАЖНЕНИЯ «ЗЕРКАЛА ЭМОЦИЙ» В ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ У ПАЦИЕНТОВ С ХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ.

Полуэктова Н.С.

*Государственное автономное учреждение здравоохранения
«Республиканский наркологический диспансер»
Минздрава Республики Бурятия, Россия, г. Улан-Удэ.*

Аннотация: Данная статья описывает опыт применения арт-терапевтического упражнения «Зеркала эмоций» в работе с зависимыми пациентами. Подробно описана техника его проведения, приведены примеры работ пациентов.

Ключевые слова: химическая зависимость, реабилитация, арт-терапия.

**EXPERIENCE OF USING THE ART-THERAPEUTIC EXERCISE
«MIRRORS OF EMOTIONS» IN PSYCHOCORRECTIVE WORK IN
PATIENTS WITH CHEMICAL DEPENDENCE.**

Poluektova N.S.

*Republican Narcological Dispensary,
The Republic of Buryatia, Russia, Ulan-Ude*

Abstract. This article describes the experience of using the art-therapeutic exercise «Mirrors of Emotions» in working with dependent patients. The technique of its implementation is described in detail, examples of patients' work are given.

Keywords: chemical dependence, rehabilitation, art therapy.

Химическая зависимость это болезнь не просто телесная, а поражающая всю личность человека. Медицинская реабилитация считается наиболее эффективной формой лечения химических зависимостей, она затрагивает биологическую, психологическую, социальную и духовную составляющие болезни. Отделение медицинской реабилитации в ГАУЗ «РНД» МЗ РБ открыто с 2012 года. За это время программа реабилитации видоизменялась, совершенствовалась, добавлялись новые формы и методы работы с пациентами.

Одно из направлений медицинской реабилитации - групповая психокоррекционная работа с зависимыми, направленная на преодоление анозогнозии, формирование личностных установок на трезвость, проработки иррациональных установок, дезадаптивных личностных паттернов поведения поддерживающих аддикцию, поиск личностных ресурсов сохранения трезвости. В групповой психокоррекционной работе на всех стадиях реабилитационного процесса нами используются различные арт-терапевтические техники.

Арт-терапия – это направление экспрессивной терапии, в основе которого лежит создание пациентами визуальных образов. Созданный образ представляет собой проекцию внутреннего мира автора, также работая с образом, пациент осознает проблемы и переживания, может найти ресурсы для личностного роста. И. Чампернон, подчеркивает: «Более 25 лет назад я пришла к убеждению в том, что слова, в частности прозаическая речь, являются слишком сложным способом для передачи наших наиболее глубоких переживаний. Для меня стало очевидным, что визуальные, звуковые и пластические образы – это наиболее подходящий способ для передачи тех чувств и представлений, которые вряд ли можно выразить каким-либо иным способом» [1, с. 98]. Проективные арт-терапевтические техники обращены к пониманию неосознаваемых, трудно контролируемых и одновременно эмоционально-значимых проявлений личности [3, с. 6].

Личность аддикта - измененная личность, у пациента наблюдается алекситимия, меняется отношение к себе, теряется адекватное восприятие себя, своих мыслей, чувств, собственного тела, изменяется самооценка [4, с. 71]. Арт-терапевтические техники облегчают процесс выражения и осознания эмоций - конкретных проявлений скрытых проблем и конфликтов и, тем самым, ускоряет процесс психотерапии [3, с. 9]. Также работа с образами позволяет обойти психологические защитные механизмы пациента и является безопасным способом отреагирования негативного эмоционального напряжения.

В своей работе мы используем арт-терапевтическое упражнение «Зеркала эмоций» - разработанная нами модификация упражнения «Волшебные зеркала». Цель упражнения: изучения себя в разных эмоциональных состояниях, гармонизация Я-концепции пациента, снижение тревожности, поиск внутренних эмоциональных ресурсов. Продолжительность упражнения 90-120 минут.

Первая часть упражнения состоит в том, что пациенту предлагается нарисовать три зеркала и три своих отражения в разных эмоциональных состояниях в них. В первом - маленьким и испуганным, второе - большим и веселым, третье - сильным и ничего не боящимся (*уверенным в свои силы, справляющимся со своими страхами*). После просим ответить на следующие вопросы - сколько тебе лет в каждом отражении, какое отражение тебе наиболее близко, просим принять позу и мимику каждого рисунка, спрашиваем, как в этот момент чувствует себя пациент, что на рисунке показывает его страх, радость или силу.

Вторая часть упражнения это групповая обратная связь, где каждый участник группы может высказаться о том, каким видит рисунок автора, соответствие отражения и заявленного эмоционального состояния, соответствие отражения к самой внешности автора, его актуальному возрасту. Последним обратную связь дает психолог, интерпретируя рисунок в целом, как проективный рисунок человека.

Третья часть работы - коррекционная, где мы просим пациентов нарисовать свой автопортрет - себя в своем возрасте, в своем теле, уверенным, сильным и ничего не боящимся. Перед тем как пациенты принимаются за рисование, просим посмотреть на себя в зеркало в полный рост, принять уверенную, сильную позу, мимику, в которой пациент чувствует себя комфортно и затем приступить к рисованию. После в обсуждение, где пациент сравнивает свои работы.

Примеры работ:

Пациент М, 40 лет. Диагноз: Синдром зависимости, вызванный сочетанным употреблением ПАВ.

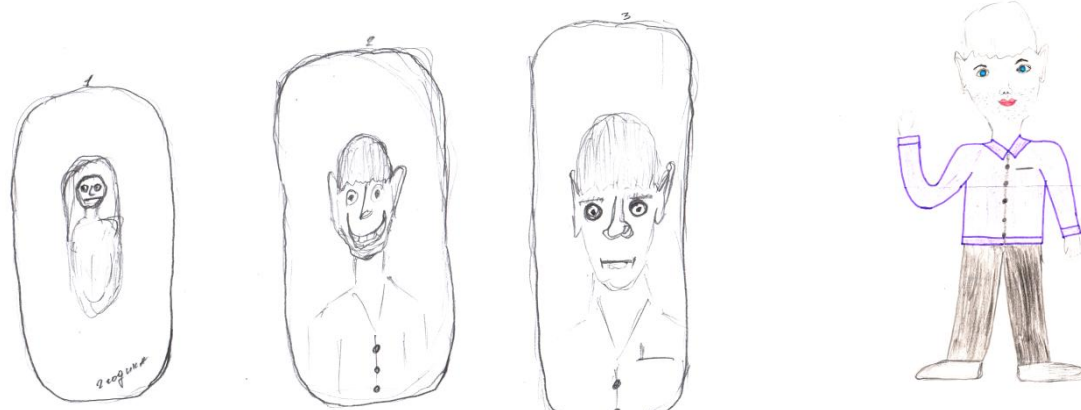


Рис.1. Рисунок пациента с диагнозом синдром зависимости, вызванный сочетанным употреблением ПАВ.

На первом рисунке, в зеркале где он испытывает страх, ему два года, он в кроватке и хочет закрыться одеялом, в зеркале где веселый - «мне здесь наверное 30, я просто веселый, аж зубы сводит», в зеркале где сильный- «Я сосредоточен, напряжен».

После того как М, примерил свои изображения на себе, попробовал эти позу и мимику: «Когда страшно – почувствовал, с одной стороны, бессилие, наверное, могу что-то сделать и не делаю, с другой, какой-то интерес, когда веселый – смех какой-то, я даже устал, сильный - все напряглось шея, лицо»

В обсуждении группы, участники заметили, что на рисунках М младше, чем есть на самом деле, на всех трех рисунках он рисует себя не полностью, «Там где ты веселый и сильный - выглядишь каким-то агрессивным, и где сильный - грустный и злой одновременно».

В третьей части работы - «Здесь я чувствую себя спокойно и уверенно, этот рисунок нравится, я открыт для общения».

Пациентка В, 34 г, диагноз: Синдром зависимости, вызванный употреблением алкоголя.

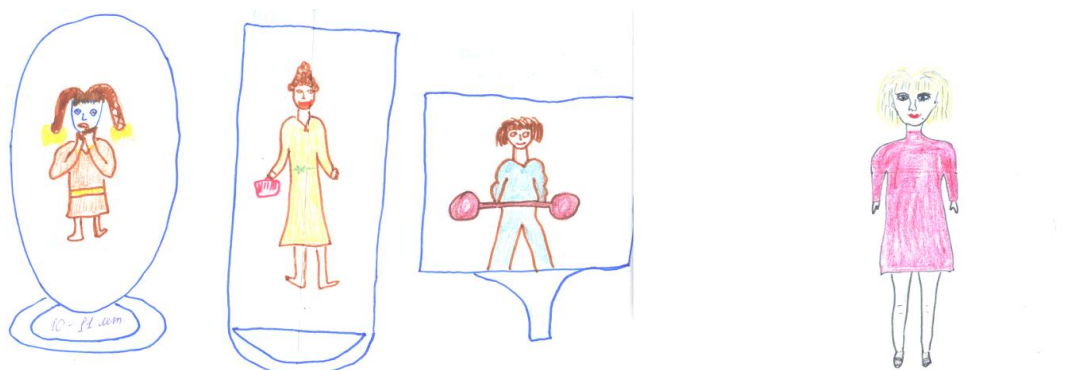


Рис.2. Рисунок пациента с диагнозом синдром зависимости, вызванный употреблением алкоголя.

«На первом рисунке, в зеркале где испытываю страх, мне 10-11 лет, мне очень страшно. В зеркале, где я веселая - я как сейчас, собралась гулять, довольная, в зеркале где я сильная - я штангу взяла, что бы все видели мою силу».

После того как В. попробовала эти позы и мимику: «Когда страшно - я больше расстроенная какая-то, уйти не могу. Когда веселая – вроде же я веселой должна быть, а мне грустно, я как маску надела, сильная - я вся напряглась, устала».

В обсуждении группы, участники заметили: «Там, где ты веселая, то сама на себя не похожа, даже старше выглядишь, а где сильная, наоборот, девочка-подросток», «Ты же светленькая, а тут как будто не ты совсем, штанга как-будто висит, а не держишь ее».

В третьей части работы - «Этот рисунок мне больше нравится, я на себя похожа, чувствую себя сильной, уверенной».

Пациентка Е, 35лет, диагноз: Синдром зависимости, вызванный употреблением алкоголя .



Рис.3. Рисунок пациента с диагнозом синдром зависимости, вызванный употреблением алкоголя.

«На первом рисунке, в зеркале где испытываю страх, мне 6-7 лет, я кричу, машу руками, в зеркале, где я веселая и сильная я в своем возрасте, я веселая с гармошкой, а сильная могу гири поднимать».

После того как Е. попробовала эти позы и мимику: «Когда страшно - да, я всегда кричу, просто стоять не буду, защищаюсь. Когда веселая – телом меня как-то шатает, но не радостно, сильная - вниз куда-то тянет, тяжело так».

В обсуждении группы, участники заметили: «Где, страх и веселье - отражение выходит за рамку зеркала, тебя прямо много, а где сильная - ты не целиком», «где веселая и грустная - старше выглядишь и как мальчик в брюках», «где сильная - правая рука как с гирей, а левая как-будто в боксерской перчатке, только, ты не защищаешься, а какая то бессильная».

В третьей части работы - «На этом рисунке я такая, какая есть, я даже шрам свой нарисовала, но этот рисунок мне ближе ».

Арт-терапевтическое упражнение «Зеркала эмоций» в работе с зависимыми пациентами решает как диагностические, так и психокоррекционные задачи. Ее можно использовать как в индивидуальной,

так и в групповой работе, но в групповой работе использование этого упражнения более эффективно.

Литература / References

1. Копытин А. И. Системная арт-терапия. СПб. : Речь, 2001.-С. 98.
2. Никольская И.М. Метод серийных рисунков и рассказов в психологической диагностике и консультировании детей и подростков.-СПб.: СПбМАПО, 2009-С. 6-9.
3. Тархан А.У. Нейропсихологические механизмы алекситимии и ее связь с алкогольной анозогнозией. Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева. – 2013. – № 1. – С. 71–79.

ИСКУССТВО КАК ИНСТРУМЕНТ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ИЗМЕНЕНИЙ В ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Приленский Б. Ю., Приленская А.В., Бухна А.Г.

*ФГБОУ ВО «Тюменский государственный медицинский университет»
Минздрава России, Россия, г. Тюмень*

Аннотация. Обобщен тридцатилетний опыт клинического применения трансперсональной психотерапии в комплексе с арт-терапией при стрессозависимых расстройствах невротического регистра. Показана высокая эффективность данного подхода при различных состояниях нарушения адаптации и личностных нарушениях, а также в условиях кризиса, спровоцированного пандемией Covid-19.

Ключевые слова: трансперсональная психотерапия, арт-терапия, стрессозависимые нарушения невротического регистра, кризис, пандемия COVID-19.

ART AS A TOOL FOR THERAPEUTIC CHANGE IN TRANSPERSONAL PSYCHOTHERAPY

Prilensky B. Yu., Prilenskaya A. V., Bukhna A. G.

Tyumen State Medical University of the Ministry of Health of Russia,

Abstract. Thirty years of experience in the clinical application of transpersonal psychotherapy in combination with art therapy for stress-dependent disorders of the neurotic register is summarized. The high efficiency of this approach is shown in various states of adaptation disorders and personality disorders, as well as in the conditions of the crisis provoked by the Covid-19 pandemic.

Keywords: transpersonal psychotherapy, art therapy, stress-dependent disorders of the neurotic register, crisis, COVID-19 pandemic.

Введение. Последние тридцать лет развития России сопровождаются кризисными явлениями. Среди причин – распад Советского Союза, структурные разрушения народно-хозяйственного комплекса, безработица, рост заболеваемости и смертности населения. Реставрация традиционной патологии в структуре смертности свидетельствует о деградации системы здравоохранения, тотальной утрате контроля за развитием санитарно-гигиенической ситуации и неблагополучии в образе жизни населения, произошла в России практически повсеместно [6]. Происходит снижение рождаемости, утрачиваются советская идеология, оптимизм и чувство защищенности в обществе. Можно уверенно утверждать, что на протяжении этого периода население находилось в перманентном стрессовом состоянии, что не могло не сказаться на психическом состоянии. Происходящие изменения в современных реалиях мира оказывают влияние на психофизиологическое здоровье человека, вызывая повышенный уровень онтологической и экзистенциальной тревоги, а также пролонгированные стрессы [2].

В условиях нехватки времени у нашего современника возлагать надежду на неторопливое и продолжительное исследование вытесненных детских проблем в уютном кабинете психоаналитика было бы непростительной ошибкой. Человеку требуется быстрая и эффективная психотерапевтическая помощь, позволяющая не только освободиться от симптоматики, но и восстановить работоспособность и оптимизм.

Объект и методы исследования. На протяжении 30 лет нами проводились трансперсональные психотерапевтические группы, в виде интенсивного шестидневного цикла по шесть часов. Такой формат позволяет добиться проработать вытесненные травмы и получить доступ к накопленному массиву незавершённых гештальтов, снять мышечные зажимы. Небольшой размер группы (до 12 человек) обеспечивает индивидуальный подход к каждому участнику.

Перед сессиями холотропного дыхания мы использовали телесноориентированную психотерапию. Применяемые малые по силе и амплитуде воздействия [1] позволяли снять мышечное напряжение, избавиться от тревоги, установить доверительные отношения в группе и получить прямой доступ к неосознаваемым телесным проблемам на фоне возникающего легкого трансового состояния.

Интенсивные трехчасовые дыхательные сессии (холотропное дыхание) проводились на фоне специально подобранных музыкальных программ, что позволяло обеспечить погружение участников в состояние измененного сознания (транс). Возникшие переживания отражали события биографического, перинатального и трансперсонального уровней бессознательного [3]. По существу, измененное сознание при использовании дыхательных техник – это своеобразный, искусственно вызываемый действием гипервентиляции сон с сохранением волевого контроля [4].

Участники получали возможность свободно выражать свои эмоции в безопасных условиях (помещение имело хорошую звукоизоляцию), при этом позволяли телу совершать движения, которые зачастую имели терапевтический характер (например, при остеохондрозе). На фоне звучащей ритуальной или классической музыки участники совершали экспрессивные движения, порой очень пластичные и, порой, грациозные. Звучащая музыка и песни побуждали некоторых из них вокализовать переполняющие их чувства. При этом нередко обнаруживались весьма выразительные голосовые данные.

После дыхательной сессии мы предлагали участникам выразить пережитый опыт на бумаге формата А4, используя акварель, гуашь, цветные карандаши, пастель. Ведущий группу объяснял необходимость работать молча, не комментируя рисунки других участников. Рисовать предлагалось максимально спонтанно, в свободной манере.

Все многообразие действующих в арт-терапии психотерапевтических факторов можно свести к трем наиболее важным, а именно: фактору художественной экспрессии, фактору психотерапевтических отношений и фактору интерпретации и вербальной обратной связи [5].

Как правило, мы избегали интерпретировать рисунки, предлагали участникам внимательно понаблюдать за собственными мыслями, фантазиями, сновидениями, что нередко позволяло сделать самостоятельные открытия.

На следующий день арт-терапевтическая работа вновь предваряла начало группы, и участники в процессе обсуждения делились мыслями, ощущениями, выраженными в рисунках. Таким образом, арт-терапевтическая работа велась на протяжении всего периода проведения группы.

Свободный рисунок позволяет, по нашему мнению, выражать гораздо больше неосознаваемой проблематики в силу отсутствия имеющихся вербальных ограничений.

Результаты и их обсуждение. Интенсивная интегративная психотерапевтическая работа позволяла достигать хороших результатов практически у всех участников, причем не только в виде улучшения состояния здоровья, но и активизировать социальную активность и творческий потенциал. Глубина проработки определялась не только уровнем подготовки ведущего группы, но и степенью доверия участников к возможным необычным переживаниям. Иногда тревога и страх перед необычными переживаниями побуждали участника покинуть группу, что могло негативно сказаться на групповом процессе. Во избежание подобных осложнений следует обращать самое пристальное внимание на личностные особенности потенциальных участников.

Заключение. Психотерапевтические группы с использованием арт-терапии, трансперсональной и телесноориентированной психотерапии показали свою высокую эффективность в период кризисных явлений и заслуживают внедрения в практику. Полученные результаты внедрены в образовательный процесс студентов, ординаторов и врачей.

Литература / References

1. Баскаков, В. Ю. Танатотерапия: теоретическое и практическое применение / В. Ю. Баскаков. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2007. 176 с.
2. Бубеев, Ю.А., Козлов В.В. Экспериментальные психофизиологические и нейропсихологические исследования интенсивного дыхания. // Холотропное дыхание. Теория, практика, исследования, клиническое применение. Сборник статей к 70-летию Станислава Грофа под редакцией Козлова В.В., Майкова В.В. Москва, издательство Института трансперсональной психотерапии, 2001. С. 94-123.

3. Гроф, С. Психология будущего. Уроки современных исследований сознания. Издательство Института трансперсональной психологии. М., 2001, 458 с.
4. Клементинская, Е. А., Назарова, У. А. Влияние эмоционального интеллекта на уровень жизнестойкости // Инновационная научная современная академическая исследовательская траектория (ИНСАЙТ). 2022. № 1 (9). С. 9–27. URL: <https://doi.org/10.17853/2686-8970-2022-1-9-27>. дата обращения 3.03.2022).
5. Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии – СПб.: Питер, 2002. – 368 с.
6. Попова, Л.А. Динамика смертности российского населения от основных классов болезней экзогенной этиологии Попова Л.А. Известия Коми научного центра УрО РАН. 2021. № 2 (48). С. 39-51.

ПРОГРАММИРУЕМЫЕ РОБОТЫ В ПРАКТИКЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Протасова Д.Д., Шатрова А.Н.

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
№ 239 «Детский сад комбинированного вида», Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В данной статье рассмотрен вопрос применения современного арт-педагогического подхода в дошкольном учреждении. Описывается специфика занятий с детьми дошкольного возраста с использованием программируемых роботов. Творческая деятельность с использованием роботов способствует снятию у детей психоэмоциональной напряженности, развитию воображения и коммуникативных навыков.

Ключевые слова: арт-педагогика, дети дошкольного возраста, программируемые роботы, дошкольное образование, творческая деятельность.

PROGRAMMABLE ROBOTS IN PRACTICE PRESCHOOL EDUCATION

Protasova D.D., Shatrova A.N.

*Municipal Autonomous Preschool Educational Institution No. 239
«Kindergarten of Combined Type», Russia, Kemerovo*

Abstract. This article examines the issue of applying a modern art-pedagogical approach in a preschool institution. The specifics of classes with preschool children using programmable robots are described. Creative activity using robots contributes to the removal of psychoemotional tension in children, the development of imagination and communication skills.

Keywords: art pedagogy, preschool children, programmable robots, preschool education, creative activity.

Дошкольное детство – важный этап развития личности. В этот период закладывается фундамент психического и физического здоровья ребенка, а также необходимые навыки и привычки; вырабатываются черты характера. Именно в этом возрасте ребенок получает опыт взаимодействия с другими детьми, основы элементарных знаний; это время, когда у ребенка развиваются эмоциональная, интеллектуальная, социальная сферы. Поэтому крайне важно на ранних стадиях развития личности обучать детей цивилизованным способам выхода негативных эмоций и саморегуляции поведения, чтобы к школьному возрасту у ребенка сформировалась правильная социальная ориентация, развилась способность к адаптации.

Основной задачей специалистов дошкольного образования является предоставление комфортных психологических условий для нахождения «маленького человека» в детском саду. Оптимальным подходом в обеспечении положительного микроклимата в группе детей раннего возраста можно считать творческий – занятия творчеством в дошкольном возрасте дают возможность

детям легче выразить свои чувства и эмоции. В качестве современного метода такого подхода с детьми проводятся занятия с использованием программируемых мини-роботов.

В современном мире все популярнее становится внедрение робототехники в образование. Это обусловлено необходимостью в подготовке ребенка к жизни «в обществе будущего», которое потребует от него особых интеллектуальных способностей, направленных, в первую очередь, на работу с большим объемом быстро меняющейся информацией [1-4].

«Программирование в детском саду» – эта фраза звучит необычно для большинства педагогов дошкольного образования. Но давайте внимательно посмотрим на «наших» детей. Родители часто говорят, что дети почти «с пеленок» умеют включать планшеты и компьютеры, играют в игры на мобильных телефонах. Дети активно используют все современные гаджеты для облегчения современных дел и взаимодействия и воспринимают компьютерные технологии и сеть Интернет, как само собой разумеющиеся явления. Поэтому мы считаем, что в современных реалиях дошкольный возраст – идеальное время для начала внедрения современных средств арт-педагогики.

Означает ли введение таких дисциплин для детей, что ребенок еще больше будет проводить время перед экраном планшета или персонального компьютера? Вовсе нет.

Изменения в требованиях и условиях цифровой среды происходят ежедневно, поэтому в своей работе мы используем «умных» мини-роботов. Занятия с роботами проводятся на добровольной основе, без принуждения и воспринимаются детьми как позитивный, привлекательный досуг. В большинстве случаев их привлекает не конечный результат деятельности, а сам процесс.

Используя роботов в работе с детьми, мы стремимся достичь следующих целей: формирование у детей высокого жизненного тонуса и гармоничных

отношений с окружающим миром, развития взаимопонимания между собой, а также при общении со взрослыми. Мы учим ребенка самовыражению, умению управлять своими чувствами, переживаниями, эмоциями.

Для обучения дошкольников используются современные программируемые мини-роботы – «умная пчела» и «робот-художник».

Занятия с роботами начинаются у детей со средней группы. Для этого возраста идеально подходит робот «умная пчела» – простой в использовании программируемый робот для работы с детьми от трех лет.

Взаимодействие с роботом является достаточно простым и сложным одновременно, требуя от детей «умение» простроить маршрут, разбить его на частички-команды для «пчелы» и задать сам алгоритм программы, ничего при этом не забыв (Рисунок 1).

Это вызывает массу положительных эмоций у детей и пробуждает их желание узнать больше, чтобы управлять «пчелкой» как настоящие профессионалы. «Умная пчела» обладает памятью на 40 шагов, что позволяет создавать сложные алгоритмы.



Рис. 1. Занятия детей средней группы детского сада с роботами.

Уже в старшей и подготовительной группах дети переходят к занятиям с другим «помощником» – интерактивным «роботом-художником». Данное устройство выполняет не только развлекательную, но и образовательную функцию. Этот мини-робот «по поручению ребенка» рисует картинки на листке бумаги. Для этого достаточно приложить к фотосенсору нужную для рисования карточку – робот ее отсканирует и поэтапно нарисует по образцу (Рисунок 2).

«Робот-художник» также «умеет разговаривать» – проговаривать каждое свое действие. Кроме того, эти маленькие роботы в процессе рисования могут издавать различные звуки, «выражая» радость или разочарование, что дает детям большую эмоциональную заинтересованность.

В процессе работы с роботом нет «удачных» или «неудачных» результатов, поэтому дети не боятся допускать ошибок, следовательно, избегаются стрессовые ситуации, и дети получают удовольствие.

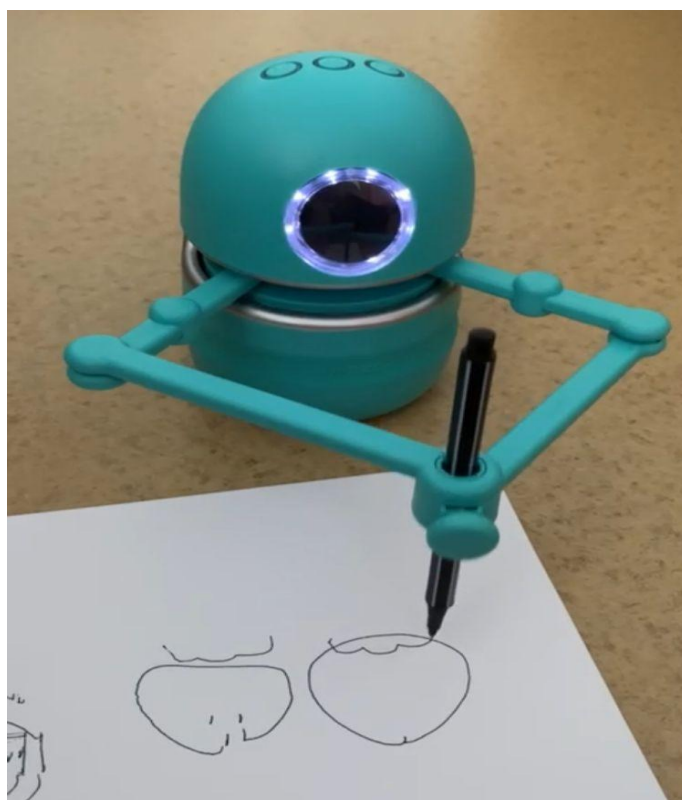


Рис. 2. Рисунок робота.

Использование мини-роботов в педагогическом процессе дошкольников способствует:

1. расширению представления детей об окружающем мире;
2. развитию сосредоточенности;
3. сплочению детей, их раскрепощению, эмоциональной разгрузке – закрепляются навыки командной работы, детям нужно взаимодействовать друг с другом, договариваться и совместно решать игровые задачи. Все это отлично способствует развитию коммуникативных навыков;
4. развитию воображения (дети мысленно простраивают ходы на основе уже полученного опыта и создают свои ходы, основываясь на собственных фантазиях).

Таким образом, использование в дошкольной педагогической практике современных роботов помогает ребенку избавиться от негативных эмоций и получить удовольствие от взаимодействия с интерактивными помощниками. Когда ребенок видит, что имеет успех в выражении и отображении своих эмоций, создании уникальных алгоритмов, к нему приходит успех в общении, а взаимодействие с окружающим миром становится более конструктивным.

Литература / References

1. Вегнер К.А. Внедрение основ робототехники в современной школе // Вестник Новгородского государственного университета им. Ярослава Мудрого. 2013. Т.2. N 74. С. 17-19.
2. Сунеева И.В., Ханова Т.Г. Методическое сопровождение внедрения робототехники и легоконструирования в образование: опыт, проблемы, перспективы развития: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. В 2 ч. Ч. 1. Дошкольное образование. Нижний Новгород: НГПУ им. К. Минина, 2018. С. 359-362. 6.
3. Ханова Т.Г., Сунеева И.В., Кольцова И.Н. Необходимость внедрения робототехники и легоконструирования в дошкольные учреждения //

Современные проблемы педагогического образования. 2017. Вып. 57. Ч. IV. С. 203- 210. 7.

4. Ханова Т.Г. Педагогические условия развития детской игры // Нижегородское образование. 2015. N 3. С. 152-155.

АРТ-ТЕРАПИЯ ПОДРОСТКОВ С АКЦЕНТУАЦИЯМИ ХАРАКТЕРА

Рубцова О.С., Пискарева О.И., Лопатин А.А., Вострых Д.В.,
Буторина М.С.

*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В статье описано применение арт-терапии в качестве эффективного метода психотерапевтического воздействия на подростков с акцентуациями характера. Отмечена необходимость совершенствования методов психокоррекционной работы, учитывающих особенности поведения подростков.

Ключевые слова: арт-терапия, акцентуация характера, профилактика, коррекция, подростковый возраст.

ART THERAPY OF ADOLESCENTS WITH CHARACTER ACCENTUATIONS

Rubtsova O.S., Piskareva O.I, Lopatin A. A., Vostrykh D.V.,
Butorina M.S.

*Professor N.P. Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo*

Abstract. The article describes the use of art therapy as an effective method of psychotherapeutic influence on adolescents with character accentuations. The necessity of improving the methods of psychocorrective work, taking into account the peculiarities of behavior of adolescents, is noted.

Keywords: art therapy, character accentuation, prevention, correction, adolescence.

Введение. Будучи относительно новой формой коррекции поведения, арт-терапия представляется эффективным методом взаимодействия с подростком. С учетом быстро развивающихся информационных технологий возможности арт-терапии прогрессируют, открываются новые перспективы.

Методологической основой исследования данных вопросов являются труды Л.С. Выготского, И.С. Кона, Л.И. Божович, М.Р. Битяновой, В.Г. Казанской и других авторов, раскрывающие как классический подход к пониманию особенностей подросткового возраста, так и современный взгляд на проблему. Собственно, вопросы акцентуаций рассматривались такими исследователями, как К. Леонгард, Г. Шмишек.

Многие специалисты, в том числе А.Е. Личко, утверждают, что для подросткового возраста понятие «акцентуации характера» наиболее приемлемо, поскольку подростковые акцентуации характера можно выявить максимально четко.

Отмечено, что к концу пубертатного периода акцентуации в основном сглаживаются или компенсируются. Также нужно помнить о том, что подростки, у которых диагностируются явные акцентуации, входят в особую «группу риска». Под влиянием негативных условий и событий эти черты могут отразиться на их поведении (девиации, делинквентность, суицидальное поведение и т.д.).

Арт-терапия как метод коррекции поведения подростков предполагает использование различных приемов, направленных на обучение человека анализу продукта собственной изобразительной деятельности и осознание связи этой деятельности с содержанием своего внутреннего мироощущения и личного опыта.

Основными факторами психотерапевтического воздействия в арт-терапии являются: фактор художественной экспрессии; фактор интерпретации и вербальной обратной связи; фактор психотерапевтических отношений. Все они действуют не разрозненно, а взаимодополняя и усиливая друг друга [1].

Акцентуация – это гиперболизированное выделение отдельных черт характера, при которых наблюдаются отклонения в поведении, не выходящие за пределы нормы, но граничащие с патологией. В силу особенностей подросткового возраста именно в этот период можно говорить о том, что наиболее характерными показателями актуального развития, перспектив и рисков психологических отклонений являются именно акцентуации. Именно в связи с тем, что диагностика этого параметра строится на оценке подростком собственных состояний, на основании этого можно изучать эффективность воздействия [2].

Проанализировав работы, посвященные подростковому возрасту и методам арт-терапии, мы предположили, что современные подростки, увлеченные миром социальных сетей, имеющим доступ к цифровым технологиям, могут позитивно отреагировать на программы психологического сопровождения, связанные с фотографией (традиционно приписываемое подросткам увлечение «селфи»), прослушиванием и работой с современной музыкой, просмотром и обсуждением фильмов. Именно опосредованность методов арт-терапии делает возможным снять одну из основных трудностей работы с подростками – сопротивление прямому воздействию со стороны взрослых. Учет особенностей современного подростка и условий современных коммуникаций позволяет расширить возможности арт-терапии именно в этой возрастной группе [5].

Мы применяли методы арт-терапии в коррекции и профилактике акцентуаций у подростков. Соответственно, целью работы стало изучение влияния средств арт-терапии на выраженность акцентуаций у подростков. Мы

предположили, что опосредованный характер воздействия на личность и максимальная опора на эмоциональные сферы позволит снизить сопротивление в процессе коррекционной и профилактической работы с подростками.

Исследование проводилось в два этапа, в 2021-2022 учебном году в группе подростков от 15 до 17 лет, которые являются студентами одной из профессиональных образовательных организаций города Кемерово. Его участниками стали 15 человек: 8 юношей и 7 девушек. В ходе работы были использованы различные диагностические методики, основной из которых является патохарактерологический диагностический опросник А.Е. Личко (ПДО). Данный тест-опросник направлен на определение типов акцентуации характера, психопатий и некоторых особенностей личности подростков 14-18 лет. ПДО включает 25 таблиц – наборов фраз («самочувствие», «настроение» и др.) В каждом наборе от 10 до 19 предлагаемых ответов.

На первом этапе исследования медицинским психологом проводилась первичная диагностика с целью выявления акцентуаций характера у подростков. Сначала проводилась беседа с группой испытуемых, установление контакта и благоприятной атмосферы – то есть проводился позитивный эмоциональный настрой подростков.

Далее была озвучена цель диагностической работы и разъяснялись правила прохождения теста-опросника, раздавались бланки для записи ответов. Выделялось время, равное одному академическому часу, за которое подростки выбирали подходящие для них варианты ответов в каждой из 25 таблиц и указывали соответствующий номер в первой регистрационной колонке. Вторая регистрационная колонка заполнялась по принципу выбора наиболее неподходящих, отвергаемых подростками ответов. Затем следовала обработка результатов и подготовительная работа для реализации второго этапа исследования в виде беседы.

На втором этапе была составлена и реализована краткая коррекционная программа арт-терапии для подростков, целью которой являлась гармонизация развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания; изучение чувств, идей, событий; развитие межличностных навыков и отношений; коррекция эмоционального состояния, формирования адекватной самооценки и уверенности в себе [3, 4, 6].

Программа была составлена из пяти занятий продолжительностью по одному часу по таким направлениям арт-терапии, как: фототерапия, видеотерапия, драма-терапия, изотерапия, музыкотерапия. На заключительном этапе проводилась контрольная диагностика, структура проведения которой аналогична проведению входной. Исследование завершилось сравнительным анализом результатов обеих диагностик и подведением итогов.

Результаты диагностики, проведенной на первом этапе, показали следующее: у 88% испытуемых были выявлены различные акцентуации характера, у 6% акцентуаций выявлено не было, а оставшиеся 6% результатов оказались неинформативны. Причем, из 100% акцентуированных подростков у 54% выявлен эпилептоидный тип акцентуации характера, у 6% – гипертимный, у 6% – истероидный и у 34% – смешанные типы.

После реализации арт-терапевтической программы мы выяснили, что у 70% подростков уровень выраженности акцентуации характера снизился, у 12% уровень не изменился, у 12% уровень не изменился, и также у 12% уровень акцентуированности увеличился.

Изменения связаны с тем, что во время проведения занятий коррекционной арт-терапевтической программы подросткам удалось избавиться от некоторых внутриличностных барьеров, более полно раскрыть и познать свое «Я», сформировать у себя адекватную самооценку и оценку окружающей действительности посредством выполнения творческих заданий, пересмотреть некоторые взгляды, ориентиры и ценности их жизни.

Таким образом, учитывая все социально-психологические особенности подросткового возраста, становится понятно, что именно на этом этапе перед специалистами стоит важнейшая задача – провести работу по выявлению, коррекции и профилактике акцентуаций характера.

Это позволит минимизировать риски подросткового возраста, связанные с кризисом, учитывая индивидуально-психофизиологические особенности, характерные для данного возраста. Такая деятельность позволит обеспечить более гармоничное развитие подростка, его конструктивную интеграцию в социальные группы. Именно эта форма коррекции может эффективно использоваться в вопросах снижения выраженности акцентуаций характера у подростков.

Литература / References

1. Леушканова С.В. К проблеме творческой активности как условия успешности в деятельности // Материалы X городской научно-практической конференции «Научный поиск - 2005: новые направления и результаты исследований». Часть 1. Южно-Сахалинск: Изд-во СахГУ, 2005. – 80 с.;
2. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – Л.: Медицина, 1983. – 256 с.;
3. Макарычева И.Н. Социальная среда как инструмент целенаправленного воздействия на личность // Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. Серия гуманитарные науки. 2016;
4. Макарычева И.Н., Моров А.В. Концепция программы образовательного комплекса «Инновационная школа». Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. Т. 25. – С. 111-115;
5. Мирясова Н.А. Анализ интегративных аспектов арт-терапии // Среднерусский вестник общественных наук. 2013. №1. – с. 14-17;
6. Моров А.В. Основы разработки и проведения тренингов: Учебно-методическое пособие. – Ижевск: 2015. – 80 с.

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ АРТ-ТЕРАПИИ В ПРАКТИКЕ ЛЕЧЕНИЯ ТУБЕРКУЛЕЗНЫХ БОЛЬНЫХ

Сапаева Ш.А.

Кафедра анатомии

Ургенчский филиал Ташкентской медицинской академии.

Узбекистан, Республика Узбекистан, г. Ургенч, Хорезмская область

Аннотация. Арт-терапия одна из наилучших способов излечения фтизиатрических больных с психическими отклонениями. Арт-терапии буквально – лечение искусством, творчеством. Арт - терапия учит детей выражать свои переживания, эмоции. Арт - терапия у детей предполагает создание условий для самовыражения, вызывает новые способы активности ребенка. Помогает ребенку излечиться от туберкулеза, от психических и эмоциональных расстройств. Знать, что беспокоит ребенка, его страх крайне необходимо врачу-фтизиатру, чтобы правильно определить стратегию лечения.

Ключевые слова: туберкулез, арт-терапия, техники, музыка, рисунки, психиатрия, пациенты.

TRENDS IN THE DEVELOPMENT OF ART THERAPY IN THE PRACTICE OF TREATING TUBERCULOSIS PATIENTS

Sapaeva Sh.A.

Department of Anatomy

Urgench Branch of the Tashkent Medical Academy,

Republic of Uzbekistan, Urgench

Abstract. Art therapy techniques have a wide range of applications, including in psychiatric practice. Over the past two years, we have been implementing this type of group psychotherapeutic work. Participants of art-therapeutic process are medical psychologist and psychiatric patients suffering from various mental diseases (schizophrenia, manic-depressive psychosis).

Keywords: tuberculosis, art therapy, techniques, drawings, psychiatric patient.

Актуальность. В фтизиатрическую практику в последние десятилетия активно внедряется арт-терапевтическая помощь больным пациентам. Основными задачами данной арт-терапии является стабилизация психического состояния душевнобольных пациентов, предупреждение новых обострений, преодоление негативных последствий болезни. Важное значение имеет восстановление ценных практических навыков и интересов больных. Что способствует скорейшему излечению. По данным исследователей наиболее эффективно показал себя групповой метод арт-терапии в психосоциальной реабилитации психически больных. А.И. Копытин в результате исследований клинической системной арт - терапии психических расстройств отмечает благоприятную динамику их симптоматического статуса пациентов, положительные изменения их личности. Развитие комплекса ценных жизненных навыков и здоровых потребностей, обеспечивающих психосоциальную адаптацию [1].

Г.Г. Шихоцева описывает опыт применения арт-терапевтических технологий в группе психиатрических пациентов, при этом отмечая следующие результаты терапии: повышении самооценки и степени доверия к арт-терапевту, формирование самостоятельности, активности и вовлеченности в процесс творческой деятельности, восстановление утраченных способностей [2].

П. Лузатто заключает в своей работе, что результаты арт-терапевтических занятий далеко не всегда могут быть понятными и очевидными для пациентов и арт-терапевта [3].

О.А. Ионов в результате исследований утверждает, что повышение уровня психосоциальной адаптации психиатрических пациентов в процессе арт-терапии происходит за счёт совершенствования навыков саморегуляции,

развития способностей самопонимания, укрепления автономии личности, формирования устойчивой системы социальных отношений и интересов [4]. Наш опыт применения групповой арт-терапии в условиях дневного стационара фтизиатрической больницы показывает психотерапевтическую эффективность использования разнообразных техник данного метода.

Групповые арт-терапевтические занятия в отделении проводятся медицинским психологом два раза в неделю, длительность одного занятия составляет 1-1,5 часа. Используются следующие формы работы: изобразительная деятельность, музыкальное взаимодействие, танцедвигательная терапия, сказкотерапия, элементы аутогенной тренировки и техники релаксационного характера. Группы являются открытыми, добровольными, смешанными по половому и возрастному признаку, с участием пациентов с различными психическими расстройствами, чаще с шизофренией и депрессивными расстройствами [5]. Все больные, кроме прохождения курса арт-терапии, получают психофармакологическое лечение. Больные с острыми психическими расстройствами в арт-терапевтические группы не включаются. Одновременно на занятии присутствуют не более 10 человек. Завершение работы в группе чаще совпадает с выпиской пациента из дневного стационара.

Выбор арт-терапевтических техник зависит от потребностей группы и корректируется психологом на разных этапах терапевтического процесса с целью активизации пациентов. На первых занятиях используются наиболее простые, спокойные техники, не требующие как повышенной активности больных.

Арт-терапия является естественным средством самовыражения личности, в связи с этим продукты творчества показывают эмоции, настроения и мысли человека, выражающего себя с помощью рисунка, танца и других видов деятельности. В ходе занятий прослеживается динамика настроения,

активности, самоотношения, способов взаимодействия пациентов с психологом и между собой, направленность коммуникации. Динамическая оценка терапии включает в себя текущую клиническую оценку психического статуса пациентов, промежуточную психологическую оценку, письменные отчеты пациентов о изменениях в своем состоянии, оценку изобразительной продукции. Первые 3-4 занятия посвящены изобразительной деятельности, которая позволяет пациентам выражать в художественной форме свои мысли и чувства, связанные, в том числе, со значимыми проблемными ситуациями. Другие формы занятия, в отличие от индивидуального рисования, требуют от участников большей активности и свободы в выражении своих чувств, тесное взаимодействие друг с другом. Так как участники уже достаточно знакомы и доверяют другу, группа переходит к таким формам арт-терапевтической работы как групповое рисование, инсценировка сказки, совместная игра на музыкальных инструментах, танцевательные упражнения.

Активная музыкотерапия и танцевательные техники

Занятия направлены на развитие навыков межличностного общения, эмоционального самовыражения. Пациенты выбирают музыкальный инструмент среди предоставленных, с помощью которых происходит взаимодействие между участниками группы. С помощью музыкальных инструментов пациенты выражают свои чувства, рассказывают о себе, ведут диалог, участвуют в групповом проигрывании мелодии. На танцевально-двигательных занятиях пациентам предлагается выполнение танцевальной импровизации индивидуально и в паре, группового танца, упражнение на снятие нервно-мышечного напряжения. В ходе и по завершению данных встреч пациенты отмечают улучшение общего самочувствия, повышение настроения, мышечное расслабление. Сказкотерапевтические занятия включают в себя прослушивание и обсуждение готовой сказки, сочинение

индивидуальных и групповых сказок, с последующим ее проигрыванием и обсуждением, рисование по мотивам сказок. Данные занятия проходят достаточно эмоционально и активно.

Методы исследования: Проанализировав полученные результаты обеих групп, нами был сделан анализ сформированности самооценки детей. У детей в группе все же разные виды сформированности самооценки, но преобладает адекватная самооценка, которая выявлена у большинства детей в группе 40%.

Результаты исследования. Сравнительные данные о виде сформированности самооценки в экспериментальной группе №1:

1) самооценка заниженная:

- констатирующий этап (количество детей) - 4 (20%);
- контрольный этап (количество детей) – 1 (5%);

2) адекватная самооценка:

- констатирующий этап (количество детей) – 3(15%);
- контрольный этап (количество детей) – 8 (40%);

3) завышенная самооценка: констатирующий этап (количество детей) – 5 (25%);

- контрольный этап (количество детей) – 6 (30%);

4) неадекватно завышенная самооценка:

- констатирующий этап (количество детей) – 8 (40%);
- контрольный этап (количество детей) – 5 (25%).

Заключение. Изучив полученные результаты, мы видим, что между констатирующим и контрольным этапом есть явные различия. Адекватный вид сформированности самооценки выявлен у большего количества детей, а также снижение числа детей с заниженной самооценкой, мы видим, как у экспериментальной, так и у контрольной группы, но существенные изменения мы видим в экспериментальной группе, с которой в течение года

проводилась дополнительная работа по формированию самооценки через занятия творческой деятельностью.

Литература / References

1. Копытин, А.И. Применение арт-терапии в лечении и реабилитации больных с психическими расстройствами // Медицинская психология : электрон. науч. журн. 2012. N 2. С.45-46.
2. Шиховцева, Г.Г. Саморазвитие личности в арт-терапии пациентов психиатрического стационара // Арт-терапия в психиатрической практике: материалы науч. - практ. конф. (Москва, нояб. 2012 г.) / Департамент здравоохранения. М., 2012. С.23.
- 3.Беляева, Л. А., Чугаева, И. Г. Ценностно-смысловое моделирование на уроках мировой художественной культуры // Педагогическое образование в России. – 2011. – № 1. – С. 126-133.
4. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии / пер. с англ. М. Злотник ; под ред. С. Пьянковой. – М. : Эксмо-Пресс, 2002. – 251 с.
5. Дженнингс С., Минде А. Сны, маски и образы. Практикум по арт-терапии [Электронный ресурс] / пер. с англ. И. Динерштейн.– М.: Эксмо, 2003. 384 с.

ВИРУСНОЕ КИНО КАК ИННОВАЦИОННЫЙ МЕТОД В АРТ-ТЕРАПИИ

Селедцов А.М., Кирина Ю.Ю., Акименко Г.В.

*Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В данной статье рассмотрены теоретические основания кинотерапии как инновационного метода арт-терапевтической работы. В основу конкретной методологии положены такие общенаучные принципы, как

единство исторического и логического в психологических исследованиях, социологической фильмов в жанре катастрофа. В настоящее время эта тема является актуальной и важной не только в искусствоведческом, но и в социальном плане. Популярность этих фильмов нельзя объяснить только с точки зрения их развлекательной ценности и это то, что само по себе нуждается в объяснении.

Ключевые слова: арт-терапия, фильмы-катастрофы, вирусное кино, пандемия.

VIRAL CINEMA AS AN INNOVATIVE METHOD IN ART THERAPY

Seledtsov A.M., Akimenko G.V., Kirina Yu.Yu.

Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology

Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo

Abstract. This article discusses the theoretical foundations of film therapy as an innovative method of art therapy work. The specific methodology is based on such general scientific principles as the unity of the historical and the logical in psychological research, sociological films in the genre of catastrophe. Currently, this topic is relevant and important not only in art criticism, but also in social terms. The popularity of these films cannot be explained in terms of their entertainment value alone, and this is something that needs to be explained.

Keywords: art therapy, disaster films, viral cinema, pandemic.

Вступление. Жанры научной фантастики и фильмов-катастроф были сформированы развитием технологий визуального моделирования, предоставляющих возможности для творческого смешения фактов и вымысла. Современное кино не сводится к динамичным картинам в сочетании со звуковой дорожкой. И так как оно более точно воспроизводит естественное

восприятие человеком мира, то есть имитирует жизнь более полно, чем другие виды искусства, создатели фильмов и сериалов катастроф стараются учесть особенности и закономерности бессознательного восприятия: люди, как правило, воспринимают информацию через саморефлексию [6]. Важна степень значимости и интереса для зрителя тех событий, которые происходят на экране. Известно и то, что любая информация, в которой присутствует человек, воспринимается как позитивная, в отличие от создаваемого на экране того или иного неодушевленного кинематографического образа.

Прошло почти полвека с момента появления знаменитого эссе Сьюзен Сонтаг «Воображение катастрофы», в котором критик размышлял об увлечении публики научно-фантастическими и фильмами-катастрофами. Автор констатировал, тот факт что, «с психологической точки зрения представление о катастрофе не сильно отличается от одного исторического периода к другому с политической и моральной точки зрения» [9], так как для социума важна интенсивность их отражения в средствах информации и массовой культуре, каковой и являются данные фильмы.

Актуальность исследования обусловлено местом и ролью такого социального феномена, присущего современному обществу, как массовая культура, обладающего благодаря современным социальным коммуникациям высокой способностью проникать во все стороны общественной жизни. В этом контексте фильмы-катастрофы, как часть масс - медиа, по праву называют «глобальным средством психотерапии».

Цель исследования: определить основные тенденции развития поджанра триллеров, каковыми являются фильмы - катастроф про пандемии, эпидемии и вирусы в условиях интенсификации влияния средств массовой коммуникации в современном трансформирующемся обществе.

Объект исследования: фильмы-катастрофы, информационные сообщения в Интернете и социальных сетях.

Методология. Основным методом исследования был выбран системный анализ и интерпретация подходов к массовой культуре и оценок ее роли в современном обществе с позиции визуальной арт-терапии.

Результаты. В классической психологии принято считать, что первичные потребности человека вытекают из его биологической природы, и в их числе важное место занимает безопасность. Вторичные или «социальные» потребности определяют интересы и желания человека, стремящегося к той или иной степени востребованности в обществе. В их числе: потребность в общении, потребность в освобождении от навязанных ограничений, потребность в социальной защищенности и др. [5]. И это стремятся учитывать сценаристы и режиссеры фильмов для решения своей основной задачи – привлечение к ним внимания зрителя. Чем эффективнее воздействует фильм на духовные и психические процессы зрителя, тем сильнее интерес к нему и тем дольше фильм остается в активе.

Жанр фильма-катастрофы чаще всего представляет в кино массовую культуру. И это, прежде всего, социально-психологический феномен.

Психологи рассматривают масс - медиа как своеобразные рентгеновские снимки весьма хаотического массового сознания, по-своему отражающего реальность [7]. Поэтому экранные образы в фильмах-катастрофах - это что-то вроде массовых галлюцинаций, актуализирующих коллективные страхи. Установлено, что когда человек осознает, что находится в безопасности, то он получает выгоды от острых ощущений. В этот момент в организме запускается сложная система химических реакций, призванные помочь человеку выжить в угрожающей ситуации: адреналин, эндорфины, дофамин, серотонин, окситоцин и другие гормоны наполняют мозг и тело.

После встречи на широком экране с вампирами, мертвецами и зомби у человека снижается уровень реакции нервной системы на стресс и тревогу [8]. Психологи объясняется это тем, что человек испытывает два типа страхов.

Например, повседневную жизнь людей может отравлять нервное беспокойство общего характера: страх утраты близких, риск потери работы или внезапной тяжелой болезни. Но существует и животный страх, который человек испытывает, когда, в темном переулке возникает лицо убийцы или дверь дома выламывают преступники. И в этом случае, ужас, который зрители переживают в кинотеатре, имеет терапевтическую ценность [3].

Многие современные фильмы отражают некоторые коллективные страхи общества - например, технологический или биологический эксперимент пошел не так, серийные убийцы и психопаты превращают город в смертельную ловушку, а инопланетяне или зомби ведут нас на край света. Ужас, как жанр, часто является выражением таких тревог и позволяет нам коллективно достичь катарсиса, победив эти страхи.

Кинематограф второй половины XX века активно переживал гипотетическую ситуацию последствий ядерной войны, в 1960 - 1980-е годы считавшуюся весьма вероятной. Стремление визуализировать и сюжетно развернуть возможную катастрофу, связанную с взрывами бомб, уничтожающих саму возможность нормально жить на поверхности Земли, руководило самыми разными режиссерами и рождало авторские шедевры, принципиально непохожие друг на друга.

Яркий представитель позитивной медиапсихологии - Винфрид Меннингхаус (Winfried Menninghaus) предложил модель «дистанцирование - восприятие», которая предусматривает два дополнительных механизма. Один избавляет человека от болезненных или других неприятных эстетических стимулов от воздействия, которое помешало бы любому получению удовольствия или оценки стимула.

Другой допускает переживания, которые являются «интенсивными, более интересными, более эмоционально трогательными, более глубокими, а иногда даже более красивыми» [24]. Модель предназначена для объяснения

распространенности негативных эмоций во всех видах искусства и содержит множество классических подходов к этой проблеме. Главное, такой подход дает понимание такого психологического парадокса, как получение удовольствия от негативных эмоций, которые в современном мире в избытке. Фильмы в данном случае может выполнять буферную функцию, защищая от невзгод и предупреждая развитие болезненных отклонений. Практика переориентируют кино в направлении двух забытых миссий - делать нормальных людей более сильными и продуктивными и способствовать актуализации высшего человеческого потенциала.

Поэтому фильм-катастрофа был и остается одним из самых устойчивых и прибыльных жанров кинематографа. Так, по данным сайта «The Numbers», который, начиная с 1960 года, отслеживает кассовые сборы в кинематографе, фильмы ужасов с учетом инфляции собрали в прокате 24 миллиарда долларов [28].

Особое место в жанре фильмы - катастрофы занимает вирусное кино. Научная литература, посвященная современной психологии заболеваний, уделяет центральное внимание связи между страхом, паникой и эпидемиями [1], часто фокусируясь на уникальных характеристиках самих инфекционных заболеваний [29]. У фильмов, посвященных эпидемиям другая задача. И хотя кино также напоминает человеку о инстинкте самосохранения, акцент, главным образом делается на то, что страх, наблюдаемый во время эпидемий, часто мало связан с самой болезнью. На самом деле фильмы показывают, что эпидемии могут толкать общество в двух направлениях: страх, ведущий к нарушению общительности, но также и страх, стимулирующий сохранение жестко закрепленных социальных норм [16]. И это еще одна из причин, по которым многим людям нравится смотреть фильмы ужасов.

Как правило, картины, в которых показываются эпидемии, относят к категории так называемых фильмов-катастроф. Однако все намного

разнообразней: среди фильмов о массовых заболеваниях можно найти и психологические драмы, и артхаус, и научную фантастику, и хоррор, и даже комедии. И это с точки зрения социальной психологии объяснимо: комплекс потребности в катастрофическом существует как сложное производное других потребностей сознания и жизнедеятельности человека. В нем находят реализацию коллективные фобии - и желание коллективно переживать драматические ситуации, обладающие несомненной значимостью для всего человечества.

В современном обществе беспрецедентна степень, в которой средства массовой информации информируют и конструируют контекст, в котором действует воображение. Поскольку зрители воспринимают киносценарии как проекции на экране вымышленного мира, они понимают, что не могут действовать, и их тенденции к действию подавляются [12]. Не менее важно то, что неспособность человека действовать в вымышленном мире является сильным триггером для эмоциональных реакций, связанных с воображением действия. Движимые сочувствием, зрители желают, чтобы главные герои спаслись от ужасной ситуации. В своем воображении они ожидают и надеются, что главный герой будет спасен кем-то или чем-то, а если понадобится, то вымышленным чудом. Таким образом, они испытывают или проявляют виртуальной формы действий по обеспечению готовности к действию. Однако есть одна вещь, которую кинозрители как свидетели неизменно делают, когда их должным образом возбуждают: с нетерпением наблюдают за событиями на экране.

Однако, в воздействии фильмов-катастроф существует некая латентная функция. Ее невозможно объяснить без обращения к психологии и даже биологии. Но это и антропологическая проблема. Недостаточно и объяснения, связанного со стремлением избавиться от сенсорного голода, который мы все, испытывали находясь в самоизоляции во время пандемии. Вероятно, многое

предопределяет предрасположенность человека к агрессии и деструктивности. У некоторых людей она присутствует даже в гипертрофированном виде. Так, в качестве примера личности деструктивного типа Э. Эриксон приводит историю с А. Гитлером. Фильмы работают с этим комплексом даже в том случае, если сам режиссер об этом не задумывается. Это предрасположенность к тому, что З. Фрейд называл влечением к неорганическому, т. е. к инстинкту Танатоса. Хотелось бы, чтобы нашу жизнь определяла воля человека к жизни, т. е. инстинкт Эроса. Но человек сложнее.

Фильмы постоянно ставят перед зрителями когнитивные задачи, с которыми, как они знают, они могут справиться [14]. Фильмы – катастроф - это что-то вроде матрицы. Они как часть культуры программирует наше поведение, определяют нашу и индивидуальную, и коллективную идентичность. Деструктивность находит позитивные каналы траты агрессии.

Вместе с тем, существует огромная разница в том, как люди, сталкивающиеся с катастрофическими событиями в своей жизни, в отличие от научной фантастики, решают эти проблемы. Подлинная катастрофа, например война, подрывает и разрушает материальные структуры, безусловно, но также и структуры справедливости, человеческой доброты и эмоциональности, которые дают нам средства для существования, и которые, как показано, враждебны катастрофе как таковой. Катастрофа легко обходится без цивилизации, так как она вытесняет ее.

В начале семидесятых годов прошлого века мировое кино переживало период застоя. Зрителей перестали интересовать истории о любви и приключениях на необитаемых островах. Всевозможные катастрофы на суше, на море и в воздухе также потеряли свою привлекательность [15]. И тогда режиссеры ведущих кинокомпаний США попытались внести разнообразие в спокойную жизнь киноиндустрии, инициировав несколько новых проектов на тему заражения смертельными вирусами, бактериями, различными

инфекциями. Появилось вирусное кино. Производство таких фильмов было дорогостоящим, но эффект был впечатляющим и экономически эффективным. Фильмы о вирусах и инфекциях вызывали интерес у кинозрителей любого возраста. Сюжеты таких фильмов не отличаются особой оригинальностью, события развиваются в напряженной атмосфере. Смерть и разрушение - главные отличительные черты ужаса. Тем не менее, фильмы - катастроф о вирусной инфекции имеют свою аудиторию, есть даже ценители этого непростого поджанра. Как следствие появились кинотеатры, которые начали специализироваться на показе вирусных фильмов [26].

Мотивы эпидемии чумы или эпидемии непостижимого, чему нет названия, нашли отражение в разных жанрах мирового кинематографа. Например, в костюмном авантюрном фильме «Плоть и кровь» (1985) Пола Верховена, в «Сказке странствий» (1983) Александра Митты, научно-фантастическом фильме «Вельд» (1987) советского режиссера Назима Туляходжаева по ряду произведений Рэя Брэдбери и др.

В 1987 году Ларс фон Триер выпустил свой знаменитый фильм «Эпидемия», который тогда казался произвольной постмодернистской игрой. Его часто описывают как выставку его художественных методов. Правда в фильме чума выступает в качестве универсальной метафоры экзистенциальных и непреодолимых кошмаров современного общества и европейского художника.

Первым фильмом о вирусной инфекции, ставшим заметным событием и принесшим значительную прибыль по оценке специалистов стал фильм «Обитель зла» (1997) по сценарию Пола Андерсона – первый из серии киноадаптаций видеоигр.

Жанры фильмов-катастроф, включая вирусное кино, были актуализированы развитием технологий визуального моделирования, предоставляющих возможности для творческого смешения фактов и

вымысла. Свободно смешивая правду и полуправду с целью усиления драматического эффекта, они решают важные психологические задачи, такие как организация сценариев кошмаров и слишком легких побед на экране. Неопределенность в отношении точной причины, масштаба или продолжительности катастрофических эпидемий отражается в приостановке неверия в жизнеспособность некоторых человеческих реакций на изображения городских бедствий.

В XXI веке фильмы про эпидемии стали появляться чаще. В их числе: «Птица в клетке. Заражение» (2020), «Эпидемия» (мини-сериал, 2020), «Горячая зона» (мини-сериал, 2019), «Птичий короб» (2018), «Нулевой пациент» (2018), «Оно приходит ночью» (2017), «Штамм» (сериал, 2014 – 2017), «Вирус» (2015), «Мобильник» (2014), «Заражение» (2011) и другие. Была продолжена эпопея «Обитатели зла». В 2009 г. вышел на экраны злой и умный хоррор про инстинкт выживания в зараженном вирусом мире - «Носители» режиссеров А. и Д. Пастор.

Показательно, что у сценаристов и режиссеров каждого времени - свои «любимые» катастрофы. Еще недавно в центре внимания был феномен исторического слома эпох, своего рода общественные катастрофы. В XXI веке на первый план вышли эпидемии, пандемии, вирусы. Пандемия COVID-19 явилась глобальной и при этом абсолютно реальной катастрофической ситуацией, способной коснуться каждого. Искусство к ней было готово давно, будучи всегда в противоречивых взаимоотношениях с линейным и необратимым временем. Очевидно, что в чем-то искусство развивается медленнее, оставаясь в рамках традиционных принципов, с помощью которых бывает невозможно точно отобразить специфику современного бытия. В чем-то оно забегают вперед, видит дальше и чувствует острее, нежели мир и человек вне художественного творчества. Взрывной характер кризисных проявлений в

отечественной и мировой культуре, в том числе в искусстве, уже подвергался глубокому анализу, в частности, в книге Ю. Лотмана «Культура и взрыв» [11].

В последние десятилетия заметно активизируется способность искусства предвидеть и прогнозировать ближайшее будущее. Ритм трансформации предвидения в элемент объективной реальности имеет тенденцию к ускорению.

Одной из тенденций последнего времени в кино является рассмотрение в научно-медицинском дискурсе тех явлений, которые прежде кодировались исключительно как род фантастики или разновидность игровых форм. К таким явлениям со всей очевидностью тяготеют летучие мыши и маски.

Вспышки птичьего и свиного гриппа в начале XXI века уже способствовали появлению медицинских масок в социальном пространстве некоторых стран. Однако тогда нас это не затрагивало. Кино же отреагировало на те вспышки, увидев в эпидемии очередную тему, способную остро прозвучать и стать востребованной у достаточно широкой аудитории. Показательно, что в фильмах период эпидемии многие герои носили маски специфическим образом, то есть скорее дежурно - формально - где-то в районе подбородка и шеи, что делало наличие маски совершенно бессмысленным. Однако и не снимали совсем. Медицинская маска, тем самым, становилась частью социального маскарада, игры по новым правилам, соблюдать которые всерьез очень сложно, хотя бы в силу затрудненности дыхания, но игнорировать тоже не стоит. Таким образом, наличие маски становилось признаком «продвинутого» человека - старающегося учитывать тренды современности или, во всяком случае, показывать понимание их объективного характера. С 2020 г. это стало, и пока остаются реальностью во всем мире.

Анализ вирусного кино позволяет утверждать, что главная эмоциональная реакция на миры фантастических фильмов - это сочувствие. И это отвечает существующей фундаментальной человеческой потребности в

общении с другими и признании любого вымышленного персонажа кем-то «вроде нас», предположительно достаточным для возникновения симпатии.

Вместе с тем, основные фильмы этого поджанра в полной мере активизируют беспокойство, поскольку их сочувствующие главные герои сталкиваются с взлетами и падениями на пути к своим целям. Эмоции, основанные на сочувствии подобно разочарованию, сожалению, веселью, неизвестности, надеждам и страхам, сострадание и печаль возникают в ответ на препятствия или их устранение на пути к главным героям, реализующим свои проекты. Очевиден и тот факт, что многие люди испытывают свободно плавающую тревогу в большей или меньшей степени: тревогу, которая не всегда связана с какой-либо конкретной причиной. Фильмы ужасов дают им выход для этой тревоги, катарсис и дают обоснование их беспокойству.

Но, психика людей устроена по-разному. Некоторые из нас не смотрят фильмы ужасов вообще. Исследователи обнаружили, что уровень серотонина у человека может быть генетически детерминирован, поэтому наш мозг может просто не выделять столько серотонина, сколько необходимо, чтобы преодолеть ужас от просмотра фильма. Поэтому, поскольку негативные эмоции преобладают над удовольствием, смотреть такое кино просто не стоит. Как и любое лекарство, фильмы катастроф не для всех.

Заключение. Кинематографисты держат руку на пульсе новейших концепций развития человечества и вариантов бытия цивилизации в будущем.

Реалистичных фильмов о вирусных катастрофах не много. Пандемии, как правило, служат лишь эффектным фоном для разыгрывания криминальных, политических и мелодраматических сюжетов. Но, кино – это и не реальность, и элементы страха, ведущие к панике и хаосу, вероятно, сохранятся в драматических представлениях о болезнях исключительно для развлечения. В вирусных фильмах именно с помощью образов и звуков можно участвовать в фантазии о том, чтобы пережить собственную смерть и многое другое, смерть

городов, уничтожение самого человечества. Являясь по факту научно – фантастическими это фильмы не о науке. Они о катастрофе, которая является одной из старейших тем в искусстве. Важно, что современное вирусное кино фиксирует тот факт, что в условиях реальной опасности люди обычно ведут себя социально приемлемо, придерживаясь морали и закона. Массовые скупки товаров кажутся иррациональной эмоциональной реакцией, но эмоции не иррациональны – они помогают сосредоточить внимание на проблеме. Одновременно кинематограф обозначает симптомы социальных недугов, нередко предчувствуя такие глобальные потрясения, как пандемия, которая, несомненно, приведет к изменению многих трендов цивилизации и картины мира в художественных произведениях.

Литература / References

1. Акименко, Г.В. Проблемы психического здоровья в условиях пандемии // Г.В. Акименко, Ю.Ю. Кирина, А.М. Селедцов / Актуальные вопросы психиатрии, наркологии и клинической психологии Сборник материалов Международной научно-практической конференции, посвященной 115 - летию со дня рождения австрийского психиатра и психолога В.Э. Франкла. 2020. Издательство: КемГМУ. С. 282-290.
2. Жинкин, Н.И. Психология киновосприятия / Кинематограф сегодня. Вып 2. М.: Искусство, 1971. - СС. 220-235.
3. Инновации в психологии . — Текст : электронный // via Future : [Электронный ресурс]. - URL: <https://viafuture.ru/katalogidej/innovatsionnye-tehnologii-psihologii> (дата обращения: 18.03.2022).
4. Крюкова, Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения [Текст] / Т. Л. Крюкова // Психологический журнал. – 2008. – Т.29. – №2. – С.88-95.
5. Лотман, Ю. М. Культура и взрыв. М.: Гнозис, Издательская группа «Прогресс», 1992. – 273 с.

6. Новикова, А. А. Серилал как инструмент социокультурного воздействия // Большой формат: Экранная культура в эпоху трансмедийности. В трех частях. Часть 3. М.: Издательские решения на платформе Ридеро, 2019. С. 217.
7. Павлова, Е. Особенности метода кинотерапии в программах психотерапии и длительного коучинга /Е. Павлова. — Текст : электронный // Кинотерапия РФ [Электронный ресурс]. - URL: <https://cinematherapy.ru/method/> (датаобращения: 18.03.2022).
8. Прокофьева, Н. Кинотерапия как инструмент личностного развития [Электронный ресурс] // Кинотерапия и кинотренинг: [Электронный ресурс]. URL: [http:// kinoterapia.info/theoretics-cinematherapy/method-of-kinoterapia/](http://kinoterapia.info/theoretics-cinematherapy/method-of-kinoterapia/) - (дата обращения: 18.03.2022).
9. Сальникова, Е. В. Визуальная культура в медиасреде: Современные тенденции и исторические экскурсы. М.: Прогресс-Традиция, 2017. С. 372-378.
10. Селедцов, А.М. Важные аспекты психологии неопределенности в условиях COVID-19 // А.М. Селедцов, Г.В. Акименко, Ю.Ю. Кирина International Journal of Professional Science. 2020. № 8. С.12-19.
11. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. С. 202-344.
12. Grodal T. (1997) Moving Pictures. Oxford University Press, New York, NY.
10. Zombies Are Worth Over \$5 Billion To The American Economy, Business Insider (October 25, 2020).
11. Jha, Alok. Scientists vote Blade Runner best sci-fi film of all time (англ.), The Guardian (26 August 2004). (дата обращения 27 октября 2021).
12. Tan ES, Doikaru MM, Balint K, Kuipers MM (2017) Is the absorption of the plot world of the film a paradox? In: Tan ES, Doikaru MM, Hakemulder F, Balint K (ed.) Immersion in storytelling. John Benjamins, Amsterdam, pp. 98-118

**ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ
В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ
С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Соколовская В.В.¹, Соколовский М.В.²

¹*МБДОУ № 201 «Детский сад компенсирующего вида», Россия, г. Кемерово*

²*Кафедра общественного здоровья, организации и экономики здравоохранения
имени профессора А.Д. Ткачева*

*ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация: В данной статье рассматривается вопрос создания условий для самореализации детей с ограниченными возможностями здоровья путем практического применения арт-терапевтических технологий в рамках реализации программы «Детская картина мира», которые успешно применяется в работе с детьми дошкольного возраста с различной зрительной патологией и создают дополнительные условия для интеграции детей в общество сверстников и социальную жизнь при переходе к школьному обучению.

Ключевые слова: арт-терапия, арт-терапевтическая технология, коррекционная работа, дети дошкольного возраста.

**PRACTICAL EXPERIENCE APPLICATION OF ART TECHNOLOGIES
IN CORRECTIONAL WORK WITH PRESCHOOL CHILDREN**

Sokolovskaya V.V.¹, Sokolovsky M.V.²

¹*Municipal Budgetary Preschool Educational Institution № 201*

«Kindergarten of Compensatory Type», Russia, Kemerovo

²*Professor A.D. Tkachev Department of Public Health, Organization and Economics
of Healthcare*

Kemerovo State Medical University, Russia, Kemerovo

Abstract. This article discusses the issue of creating conditions for the self-realization of children with disabilities through the practical application of art-therapeutic technologies within the framework of the program «Children's Picture of the World», which are successfully used in working with preschool children with

various visual pathologies and create additional conditions for the integration of children into peer society and social life during the transition to schooling.

Keywords: art-therapy, art-therapy technology, correctional work, preschool children.

Ведение. В настоящее время проблема здоровья детей становится наиболее актуальной. Здоровых детей рождается все меньше, количество и выраженность симптомов возрастает. Значительно утяжеляется контингент воспитанников дошкольных образовательных учреждений со сложными нарушениями (дети с умеренной умственной отсталостью, слабовидящие, с расстройствами аутистического спектра, тяжелыми нарушениями речи, нарушениями опорно-двигательного аппарата). Имеет место невротическая симптоматика, сопутствующие соматические заболевания, поведенческие проблемы, речевой негативизм, нарушение способности к приему и переработке информации, многие не используют речь для коммуникации, вследствие чего отстают в развитии. Все это требует внедрения эффективных форм коррекционной работы с целью успешной социализации и выравнивания их возможностей на этапе перехода к школьному обучению.

Объект и методы исследования. В исследовании анализируется практический опыт применения арт-терапевтических технологий в коррекционной работе с детьми дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья. Применялись системный анализ, методы сравнения и обобщения, метод синтеза научной литературы.

Результаты и их обсуждение. Одним из средств коррекции различных нарушений является арт-терапия. Арт-терапия – это способы и технологии реабилитации средствами искусства и художественной деятельности [2].

Арт-терапия преследует единую цель: гармоническое развитие ребенка с проблемами, расширение возможностей его социальной адаптации посредством

искусства. Арт-терапевтические методики позволяют воздействовать на полушария головного мозга через различные движения, картинки, звуки, ритм. Щадящая и поэтапная методика с использованием художественно-творческой деятельности позволяет добиваться нужного результата: комфортное эмоциональное самочувствие и улучшение психологического здоровья. И как писал великий русский педагог К. Д. Ушинский, ребенок «мыслит формами, красками, звуками, ощущениями».

Для детей дошкольного возраста это самый бережный и деликатный подход, позволяющий аккуратно воздействовать на психику ребенка и решать даже самые сложные проблемы эмоционально-личностного развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Это говорит о том, что коррекция арт-терапией является наиболее мягкой, безопасной, экологичной, доступной и в тоже время продуктивной.

В коррекционной работе используется две формы арт-терапии: пассивная и активная. При пассивной форме ребенок «потребляет» художественное произведение, созданное другими людьми: рассматривает картинки, слушает сказки, прослушивает музыкальные произведения. При активной арт-терапии ребенок сам создает продукты творчества [1].

Арт-терапевтические технологии заложены в подпрограмму «Игра. Театр. Жизнь», разработанную специалистами МБДОУ № 201 «Детский сад компенсирующего вида», успешно реализуются на практике в рамках основной образовательной программы «Детская картина мира» [4].

Коррекционно-развивающие технологии подпрограммы «Игра. Театр. Жизнь» являются активной формой арт-терапии. Это постановка музыкальных спектаклей по произведениям К. И. Чуковского, С. Я. Маршака и современных авторов. Ребенок рассматривает своих героев и воображаемые отношения как бы изнутри, со стороны, проясняя смысл вещей, устанавливая возможные модели отношений. Через ситуации, разыгрываемые в спектакле, он учиться

общаться с одним ребенком и группой детей [4]. Участие ребенка в театрализованной постановке помогает ему погрузиться в мир собственных переживаний, учит его выражать свои чувства не только словами, но и жестами, мимикой, движениями. Ребенок, примеряя на себя различные образы, обретает индивидуальность и учиться понимать переживания других людей. А педагог при этом мягко проводит психологическую коррекцию его поведения. Участие ребенка в спектакле с назначением роли помогает стабилизировать психоэмоциональное состояние, развивает речь, внимание, память и ориентировку в пространстве.

Технология «Игра. Театр. Жизнь» реализуется в театрализованной, музыкально-ритмической деятельности. С помощью театрального действия у ребенка появляется возможность представить себя самого в жизни, свое будущее и выразить свое отношение к происходящему. Цель: реализация творческого потенциала личности ребенка через организацию детского музыкального театра. Задачи: (1) игровая коррекция негативных сторон личности ребенка через осознание и регуляцию эмоций; (2) воспитание чувств и овладение культурой игры и элементами художественного творчества; (3) восприятие ребенком картины мира, системы связей, закономерностей мира реального и мира сказочного; (4) приобретение нового опыта ориентации в жизни, в мире людей, вещей, человеческих отношений; (5) развитие произвольного поведения; (6) развитие коммуникативной и регулятивной функций личности ребенка; (7) развитие воображения через осознание внутреннего плана действий и использование образа при решении творческих задач; (8) развитие речи посредством интонационной выразительности [1].

Театрализованная деятельность является полностью символической деятельностью, помогающей процессу интериоризации (формированию и построению внутреннего плана действий).

Ребенок принимает условность и символичность сцены, декораций, слов, музыки, языка, комическую сторону происходящего – знаки и символы театрального искусства. Разногласия героев, происходящие в виде дискуссии в театральном спектакле, освобождают ребенка от эгоцентризма, что помогает ему понять и принять иную позицию, другой взгляд на вещи и события, на отношение к вещам и явлениям, переводя действие во внутренний план [4].

Искусство театрализованной деятельности характеризуется «единством аффекта и интеллекта» в сознании ребенка (Л. С. Выготский, А. В. Запорожец).

Главным новообразованием детей дошкольного возраста Л. С. Выготский называл «обобщенное переживание». Познание, наполняемое эмоциональным содержанием, соединение знания о предмете, явлении с собственным к нему отношением, соединение «действия и страсти» раскрывается в театрализованной деятельности, как ни в какой другой [3].

Эмоциональное реагирование на роль является кратковременным, эмоциональным, мотивированным ответом. Воспринятый ребенком мотив, становится его желанием. Сравнение желания с реальностью, подчинение поведения определенной линии сюжета, будит мысль ребенка, развивая воображение и наполняя эмоциональный резервуар. Формирующее новообразование способствует переходу к новой деятельности, подчиненной правилам и является первым актом произвольного поведения.

Переживая сюжет спектакля, погружаясь в мир чувств и эмоций, ребенок приобретает бесценный опыт: учится по-новому ориентироваться в жизни, накапливает запас оптимизма и веры, приобретает уверенность в будущем, понимая ценность человеческой жизни, любви, добра и созидания.

Частые эмоциональные нарушения детей с ограниченными возможностями здоровья выражаются в недостаточной эмоциональности, гипервозбудимости, тревожности, застенчивости, негативных парадоксальных реакциях. Много детей страдают различными нарушениями речи.

Эти недостатки можно устранить и легче всего исправить в театрализованной игре, в которой ребенок действует как бы «не за себя», «не от себя», а переживает сам. Со временем его собственное переживание выведет его на действие «от себя самого».

И тогда ребенку становится понятным его собственное переживание, его целесообразность и необходимость, излишество и ненужность этого переживания. В театрализованной деятельности отрицательные эмоции нормализуются с помощью метода «усиления интенсивности эмоциональных переживаний» – обострения. Ребенок «проигрывает» состояние героя во внутреннем плане и находит выход, подсказанный автором, может представить себе свое будущее, понимая, что сегодняшние трудности являются временными и проходящими, что все будет хорошо, что все преодолимо. Это самые главные слова, которые должен сказать педагог ребенку в кризисном возрасте. Речь ребенка, его дикция, голос, оттенки, модуляции, темп и ритм также развиваются и корректируются в спектакле [4].

Заключение. Многолетний опыт работы показывает, что реализация коррекционных технологий арт-терапии заложенных в подпрограмму «Игра. Театр. Жизнь» в рамках образовательной программы позволяет получить опыт позитивной и успешной социализации детей с ограниченными возможностями здоровья, в частности: (1) облегчает процесс коммуникации для слабоориентированных на общение и замкнутых детей с ОВЗ со сверстниками и взрослыми; (2) обеспечивает эффективное эмоциональное отреагирование и положительный настрой; (3) способствует преодолению коммуникативных барьеров; (4) создает благоприятные условия для развития произвольности способности к саморегуляции; (5) оказывает влияние на осознание ребенком своих чувств, переживаний, эмоциональных состояний и создает предпосылки для их регуляции; (6) существенно повышает личностную ценность, уверенность, содействует формированию позитивной «Я-концепции»; (7)

развивается воображение, эстетический опыт, творческое самовыражение; (8) повышаются адаптационные способности; (9) снижается утомляемость и развивается чувство внутреннего контроля.

Эффективность технологии заключается в том, что ребенок начинает чувствовать себя нужным, узнает о себе хорошее, развивает добрые отношения с окружающими. В отличие от обучающих занятий, в арт-терапии важен не конечный результат, а сам творческий процесс. Этот процесс можно сравнить с лекарством, с помощью которого происходит исцеление от недуга и освобождение от проблем.

Литература / References

1. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании / Под ред. Е.А. Медведева. – М: Академия, 2001. – 248 с.
2. Барсукова, О. В. Использование техник арт-терапии и арт-педагогики в работе педагога-психолога с детьми с особыми образовательными потребностями / О. В. Барсукова. // Образование и воспитание. – 2016. – № 5 (10). – С. 33-35.
3. Выготский, Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте. / Л. С. Выготский. – М: Перспектива, 2020. – 125 с.
4. Соколовская, В. В. Детская картина мира. Образовательная программа для старших дошкольников / В. В. Соколовская, М. В. Габрунер. / Под общей редакцией Т. М. Чурековой. – ОблИУУ, ЦНО КемГУ– Кемерово, 1997.

**ВОЗМОЖНОСТИ КОМПЬЮТЕРИЗАЦИИ
ВИЗУАЛЬНО-НАРРАТИВНЫХ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ ДЛЯ
САМОПРОФИЛАКТИКИ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ**

Степанчук Н.Н.

*ГУ «Институт проблем искусственного интеллекта»,
ДНР, г. Донецк*

Аннотация. В статье освещены теоретические и практические аспекты применения нарративно-экспозиционной терапии для лечения посттравматических расстройств. Предложена модификация метода, аргументирована целесообразность встраивания в его структуру дополнительных графических и текстовых элементов. Акцентируется внимание на допустимости публичного предъявления опыта переживания травмы.

Ключевые слова: посттравматическое расстройство, нарративно-экспозиционная терапия, модификация метода, графические образы, компьютерная самопомощь.

**COMPUTERIZATION POSSIBILITIES
OF VISUAL-NARRATIVE METHODS OF ART THERAPY
FOR SELF-PREVENTION OF POSTTRAUMATIC DISORDERS**

Stepanchuk N. N.

*Institute of Problems of Artificial Intelligence,
DPR, Donetsk*

Abstract. The article highlights the theoretical and practical aspects of the use of narrative-exposure therapy for the treatment of post-traumatic disorders. A modification of the method is proposed, the expediency of embedding additional graphic and text elements into its structure is argued. Attention is focused on the admissibility of public presentation of the experience of experiencing trauma.

Key words: post-traumatic disorder, narrative-exposure therapy, method modification, graphic images, computer self-help.

Введение. Сегодня психическое здоровье и благополучие человечества серьезно затронуты кризисом COVID-19, событиями на геополитической арене, глобальным падением уровня жизни. Многие люди испытали адаптационный стресс вследствие миграционных перемещений во время эвакуации или переселения; стали жертвами геноцида, обстрелов, свидетелями или участниками боевых действий; потеряли дом, работу, близких и друзей. Такие события запускают спектр негативных эмоциональных, когнитивных, поведенческих и соматических реакций. Люди в тяжёлом состоянии обращаются за помощью в медицинские учреждения, но тяжесть последствий травмы не всегда достигает клинического уровня, во многих случаях травмы доклинического уровня являются преходящими и лишь незначительно снижают качество жизни [2, с. 13]. Вместе с тем нередки случаи негативных копинг-стратегий, способов совладания со стрессом: употребление алкоголя, наркотиков, табака, лудомания, чрезмерное увлечение онлайн-играми. Поэтому психологическая поддержка (например, средствами арт-терапии) критически важна для обучения методам самопомощи: позитивного влияния на собственное поведение, мысли, чувства и социальные взаимодействия, для предотвращения развития психических расстройств [3].

Единственным реальным выходом из сложившейся ситуации является увеличение вклада технологий искусственного интеллекта (ИИ) в удовлетворение возрастающей потребности в психологической помощи. В отчётах ВОЗ также отмечена потребность в таких формах профилактики и помощи, где вовлечение живого специалиста минимально.

Цель и методы исследования. Использование ИИ создаёт возможность получения квалифицированной помощи для людей, недостаточно

мотивированных для контакта со специалистами в области психического здоровья. Кроме того, существует опасность стигматизации людей с ментальными расстройствами и убеждение в необходимости избегать обращения к специалисту. При этом существует общественный консенсус относительно того, что пользоваться диалоговыми компьютерными системами «не стыдно», и это можно делать приватно [1, 6].

Цель работы – выявление возможностей разработки и использования модифицированного компьютерного варианта нарративно-экспозиционной терапии (НЭТ) в качестве инструмента психологической самопомощи для управления сложными эмоциями, освоения продуктивных копинг-стратегий.

Современные методики психологической помощи основаны на гуманистической парадигме, ориентированной на индивидуальность человека, понимание его внутреннего состояния, предоставление возможностей саморазвития и самосовершенствования. В качестве методов исследования использован содержательный анализ литературы по проблеме с позиций письменной терапии (writing therapy) [4; 8] и терапии искусством [3].

Результаты и их обсуждение. НЭТ является одним из специализированных методов психотерапии психической травмы, основанным на повествовательной активности пациента, который в процессе психотерапии постепенно актуализирует различные компоненты травматического опыта, описывая и включая их в общий план биографических событий. Особое значение придаётся созданию связного повествования, что способствует планомерному воссозданию сенсорных и эмоциональных компонентов травматического опыта, постепенному преодолению неконтролируемых переживаний тревоги и страха, привыканию к ситуации, описываемой как имевшей место «там-и-тогда» и её последующее встраивание в целостную картину реальности [3, с. 12-13; 7; 9; 10].

Учитывая, что диалоговая программа на основе ИИ создаётся для удовлетворения потребностей пользователя, можно апеллировать к П. Рикёру, который считал, что достоинство человека и его самоуважение конституируются произведениями искусства. Искусство кажется человеку безопасным, а интерпретация произведений искусства позволяет ослабить напряжение и давление, оказываемое на человека извне [5, с. 176].

Появление в программе графических образов «является элементом неожиданности, который невозможно предвидеть и который часто ускользает от обыденной рациональности до того, как нам раскрывается значение изображений» (М. Бютор, 1973). Этот элемент неожиданности является ключом к возбуждению интереса пользователя, неким запоминающимся «резким» опытом и представляет собой специфическую разновидность структурированного интервью (Ф. Франселла, Д.Баннистер, 1967).

В рассуждениях об искусстве «эстетический взор делает видимым то, что до сих пор оставалось в тени» (М. Бютор, 1990), другими словами - использование абстрактных интеллектуально-понятийных интерпретаций позволяет видеть вещи в более широком контексте.

Так, камни (в НЭТ – символ травмирующих событий) в Восточной Азии интерпретируют как «ядра энергии» и «кости земли» и передают из поколения в поколение, символизируя наполненную глубоким смыслом и переживанием красоты духовную связь человека с окружающим его ландшафтом (Д. Додсон, 2021).

Предложенная модификация метода НЭТ заключается в следующем.

1. Первая фаза НЭТ предполагает проведение диагностических процедур, обучение основам психологической самопомощи, определение потребности в помощи и наличия актуальных стрессоров. Опираясь на опыт применения визуально-нарративного подхода в арт-терапии постстрессовых расстройств [3, с. 42-46], который предполагает сочетание повествовательной активности с

элементами визуально-пластической экспрессии, предлагается включить в структуру первой сессии процедуру выбора пользователем из набора графических образов (предварительно проранжированных с использованием метода ранговых решёток) один образ, символизирующий текущее состояние пациента. Допускается повторное обращение к процедуре выбора графического образа на последующих этапах с целью поддержания вовлечённости пациента в экспозицию травматического материала и мониторинга динамики его психоэмоционального состояния.

2. Завершающий этап НЭТ предусматривает «выкладывание» окончательного варианта «линии жизни» с включением всех позитивных (цветы) и негативных (камни) событий; возложение цветов, символизирующих надежды на будущее; формулирование жизнеутверждающих пожеланий. Заключительная сессия включает также предоставление обзорной информации о позитивном символизме камня, расширяя понимание его значения посредством словесных и визуальных метафор и других приёмов наглядно-чувственного познания и, тем самым, включая пациента в продуктивный терапевтический диалог.

Заключение. Алгоритмизация сложного взаимодействия «диалоговая система – пользователь - произведение искусства» обеспечивает возможность получения широким кругом пользователей с различным культурным опытом качественной психологической помощи и поддержки, независимо от их географического положения, материальной обеспеченности и времени суток.

Более того, факт получения своей биографии в письменном виде является стимулом для завершения лечения, предоставляет возможность поделиться своим опытом в публичном пространстве, что может быть использовано как для противодействия «синдрому выжившего», так и для создания системы сочетания психологической самопомощи, взаимной помощи и помощи специалиста.

Литература / References

1. Кисельникова Н. В. Технологии и психотерапия: союзники или соперники [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://psy.su/feed/9271/> (дата обращения 20.03.2022).
2. Клиническое ведение психических, неврологических состояний и состояний, связанных с употреблением психоактивных веществ, в чрезвычайных гуманитарных ситуациях – ВОЗ и УВКБ ООН [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://istss.org/public-resources/war-and-disaster-resources> (дата обращения: 19.03.2022).
3. Копытин А. И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса. М.: Когито-Центр, 2014. 203 с.
4. Падун М. А., Котельникова А. В. Психическая травма и картина мира. Теория, эмпирика и практика. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. 206 с. (Перспективы психологии).
5. Рикёр П. Конфликт интерпретаций. Очерки о герменевтике. М.: Академический проект, 2008. 695 с.
6. Степанчук Н. Н. Дружественный интерфейс текстовых чат-ботов с включением произведений изобразительного искусства // Сборник тезисов Всероссийской научной конференции с международным участием «Философские контексты современности: искусственный интеллект и интеллектуальная интуиция». Ижевск: Изд. центр «Удмуртский университет», 2022 (в печати).
7. Feasibility of narrative exposure therapy in an outpatient day treatment programme for refugees: improvement in symptoms and global functioning / S. M. de la Rie [and etc.] // European Journal of Psychotraumatology, 11, 2020. P. 1-13. [Electronic resource]. — Access mode: <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1759983> (date of access: 03/19/2022).

8. Ruini C., Mortara C. Writing Technique Across Psychotherapies – From Traditional Expressive Writing to New Positive Psychology Interventions: A Narrative Review // Journal of Contemporary Psychotherapy 52 (7), 2022. P. 23-34. [Electronic resource]. – Access mode: DOI:10.1007/s10879-021-09520-9 (date of access: 03/19/2022).
9. Schauer M., Neuner F., Elbert T. Narrative Exposure Therapy. A Short-Term Treatment for Traumatic Stress Disorders: 2nd revised and expanded edition. HOGREFE, 2011. 110 p.
10. Treating traumatized offenders and veterans by means of narrative exposure therapy / T. Hecker [and etc.] // Frontiers in Psychiatry: Hypothesis and Theory, 2015. P. 1-13. [Electronic resource]. – Access mode: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyt.2015.00080/full> (date of access: 03/19/2022).

ПСИХОКОРРЕКЦИЯ АФФЕКТИВНЫХ НАРУШЕНИЙ У ПОДРОСТКОВ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ I ТИПА

Султонова К.Б., Шарипова Ф.К.

*Кафедра психиатрии, наркологии, детской психиатрии,
медицинской психологии и психотерапии*

*Ташкентский Педиатрический Медицинский Институт,
Республика Узбекистан, г. Ташкент*

Аннотация. В статье приведены результаты исследования психоэмоциональной сферы подростков с сахарным диабетом, выявлено влияние сахарного диабета на клинические проявления аффективных нарушений. Полученные результаты позволят выделить важные личностные мишени психотерапевтической и психокоррекционной работы с подростками, склонными к развитию тревожно-депрессивной и фобической симптоматики.

Ключевые слова: арт-терапия; сахарный диабет; подростки; тревожные расстройства; эмоциональные расстройства; депрессия.

PSYCHOCORRECTION OF AFFECTIVE DISORDERS IN ADOLESCENTS WITH TYPE I DIABETES MELLITUS

Sultonova K.B., Sharipova P.K.

*The Department of Psychiatry, Narcology, Child Psychiatry, Medical Psychology and
Psychotherapy, Tashkent Pediatric Medical Institute,
Tashkent, Uzbekistan*

Abstract. The article presents the results of a study of the psycho-emotional sphere of adolescents with diabetes mellitus, reveals the effect of diabetes mellitus on the clinical manifestations of affective disorders. The results obtained will highlight important personal targets of psychotherapeutic and psychocorrectional work with adolescents prone to the development of anxiety-depressive and phobic symptoms.

Keywords: art-therapy; diabetes mellitus; adolescents; anxiety disorders; emotional disorders; depression.

Введение. Изменения эмоциональной сферы у детей и подростков на фоне сахарного диабета первого типа являются ключевым вопросом психондокринологии [4]. Своевременная и эффективная психокоррекция нарушений тревожно-депрессивного и фобического спектра невротического уровня у детей и подростков с психосоматической патологией способствует сохранению адаптационного потенциала личности [2, 5].

В последние десятилетия актуальными становятся вопросы комплексного подхода к лечению и организации психосоциальной реабилитации, социальной адаптации и коррекции тревожно-фобической и депрессивной симптоматики у детей и подростков с сахарным диабетом первого типа [1]. Анализ литературных источников обнаружил недостаточную изученность влияния сахарного диабета первого типа на психоэмоциональное состояние подростков школьного возраста, чем и обусловлено данное исследование [3, 6].

Цель исследования: изучить влияние сахарного диабета первого типа на формирование аффективных нарушений и эффективность арт-терапии для редукции эмоциональных нарушений у подростков с сахарным диабетом I типа.

Материалы и методы исследования: в Республиканском специализированном научно-практическом центре эндокринологии была набрана группа из 110 подростков в возрасте 10-18 лет с верифицированным диагнозом СД I типа, находившихся на амбулаторном лечении, получавших комплексную терапию в виде фармакотерапии и психотерапии в течение 3-х месяцев наблюдения. Для выявления эмоциональных изменений использовался экспериментально-психологический метод исследования - восьмицветовой тест Люшера.

Уровень тревожности определялся с помощью методики Г.В. Резяпкиной. Использовался метод определения копинг-стратегий для детей школьного возраста, разработанной И.М. Никольской и Р.М. Грановской. Для редукции психоэмоциональных изменений у подростков проводились групповые и индивидуальные занятия методом арт-терапии медицинскими психологами и психотерапевтами в течение 3-х месяцев по специально разработанной реабилитационной программе.

Результаты: На инициальном этапе исследования клинико-психопатологическим методом путём расспроса, наблюдения за пациентами и сбором анамнестических сведений со слов родителей и близких были установлены клинические варианты нарушений аффективной сферы у подростков, среди которых депрессивные расстройства определялись у 96,6% подростков, тревожные расстройства у 86,1% подростков, дисфорические – у 28,6%, фобические – у 54,7% обследованных пациентов (рисунок 1).

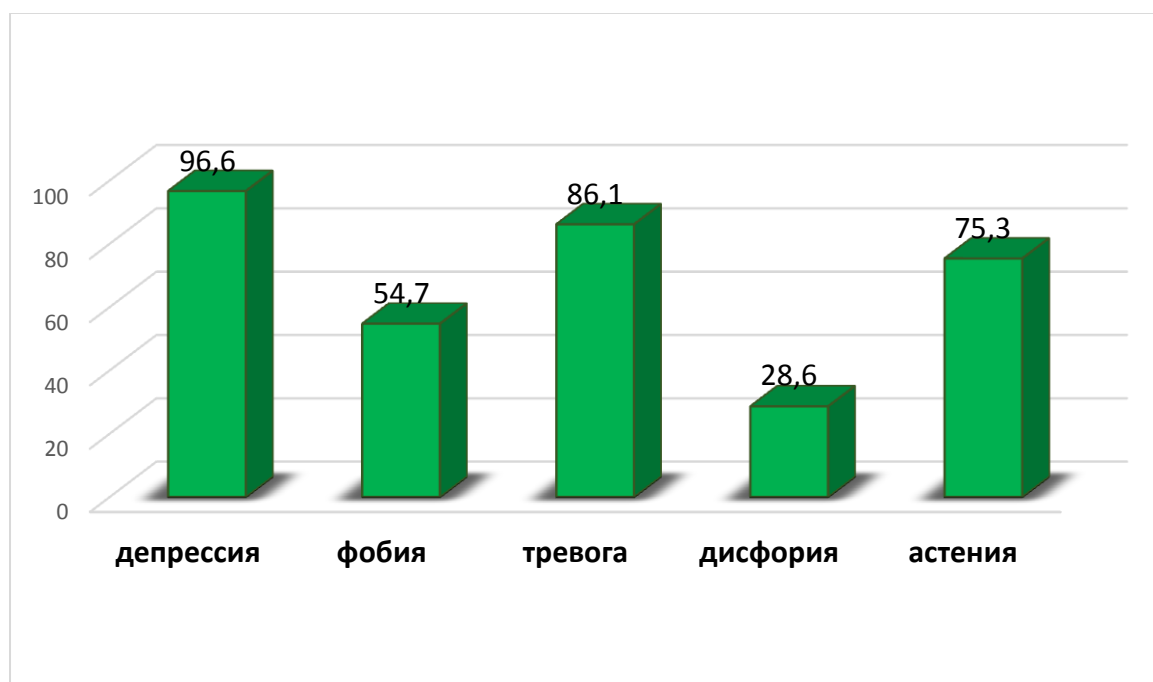


Рис.1. Клинические проявления аффективных нарушений у подростков до проведения арт - терапии.

На следующем этапе исследования с помощью восьми цветового теста Люшера были исследованы изменения в психоэмоциональной сфере обследуемых пациентов, которые определили, что у 96,6% обследованных подростков регистрируются признаки депрессивного расстройства невротического регистра легкой или умеренной степени клинических проявлений. У подростков на фоне гипергликемии развивались дисфорические состояния, достаточно длительные периоды пониженного настроения с внутренней напряженностью, отмечались суточные колебания настроения, снижение мотивационной деятельности, ухудшение внутрисемейных взаимоотношений. На фоне депрессивных расстройств у подростков значительно снижалась школьная успеваемость (58%), отсутствие желания продолжать учебу (25%), появились конфликты со сверстниками и поведенческие нарушения (60%), суицидальные мысли и тенденции (15%).

В обследованной группе в ходе тестирования с помощью теста Г.В. Резяпкиной, выявлено наличие тревожных расстройств, различной степени

выраженности у подростков, среди них было отмечено наличие проявлений тревоги средней степени выраженности (67,8%), у 20,7% обследуемых – без клинически значимой тревоги и у 11,5% подростков – констатировалась выраженная тревога. Тревога усиливалась в основном во второй половине дня и была связана с переживаниями по поводу соматического заболевания. Тревожность сопровождалась формированием депрессивных расстройств легкой и умеренной степени, что позволяет сформулировать понятие о коморбидности аффективных нарушений и сахарного диабета первого типа. Структура аффективных расстройств менялась в зависимости от этапа и тяжести течения сахарного диабета. На этапе высокого уровня гипергликемии у 26 подростков (86%) были выражены: тревожно-фобические нарушения, аффективные колебания, эмоциональная лабильность с раздражительностью. В 75% случаев симптомы депрессивного регистра были первыми клиническими проявлениями обострения заболевания.

У подростков выявлены достаточно длительные периоды астенических состояний с внутренней напряженностью (23%), вспышки агрессии (27%), навязчивые страхи (16%). Дистимия регистрировалась в 98,0% случаев. В результате изменений эмоционального состояния у подростков значительно снижалась самооценка (77%), нарушалась стрессоустойчивость к внешним факторам (65%), формировались тенденция к изоляции (70%), суицидальные намерения (15%). Механизмы психологической защиты и стили дезадаптивного поведения определяли с помощью копинг-стратегий для детей школьного возраста, разработанной И.М. Никольской и Р.М. Грановской, которые выявили что для пациентов с данной психосоматической патологией характерны агрессивные и конфронтационные поведенческие реакции. Основными целями проводимой психокоррекции являлись проведение арт-терапии и улучшение социальной адаптации подростков (формирование мотивации к социальной активности). На инициальном этапе реабилитационной программы наши

специалисты старались проводить занятия в рамках такой психотерапевтической техники как арт-терапия. В ходе проведения арт-терапии была предложена новая форма деятельности в рамках прикладного искусства: оригами, лепка из белой глины, бисероплетение, аппликации стразами, декупаж, изготовление украшений, роспись по стеклу, дереву, плетение макраме, вышивание на пальцах цветными нитями мулине.

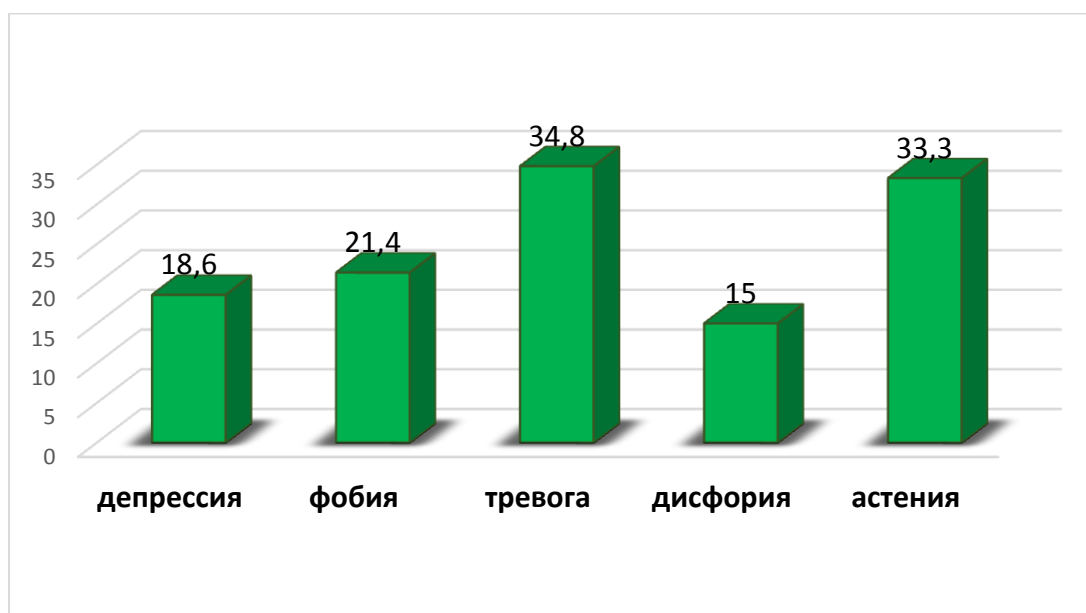


Рис. 2. Редукция аффективных нарушений у подростков после проведения арт – терапии

Практически у всех подростков (98,8%) отмечалась положительная динамика – они быстрее и эффективнее начинали справляться с заданиями, направленными на раскрытие творческого потенциала, фантазии, воображения, возможности проявить самовыражение, свой внутренний мир посредством искусства. В то же время мы обратили внимание, что в ходе проведения тренингов происходит не только улучшение внутрисемейных взаимоотношений, но и оживление эмоционального комплекса, появление интереса к окружающим, желание продолжать занятия, улучшение социального функционирования, редукция тревожно-фобических проявлений. Подростки проявляли большой интерес к творческому самовыражению, предлагали

собственные варианты арт-терапии. По сведениям родителей, подростки стали более активны в быту и с особой эмоциональностью рассказывали о занятиях и демонстрировали результаты творческого труда.

Заключение. Проведённое исследование выявления влияния сахарного диабета I типа на формирование аффективных нарушений у подростков определило, что в большей мере наблюдаются тревожно-депрессивные расстройства у пациентов. В ходе проведённой арт-терапии регистрировались значительные улучшения в психоэмоциональной сфере и возможность адаптироваться подросткам к быстро изменяющимся условиям социума.

Литература / References

1. Abdullaeva V.K., Abbasova D.S., et al. Predict depressive disorders at the earliest stages of its formation in adolescents”// Annali d/ Italia (2020) VOL 1, No 7; pp 15-18.

2. Abdullaeva V.K., Babarakhimova S.B. Analisis of psychosocial factors in development of suicidal tendencies at adolescents / Central Asian Journal of Pediatrics 2 (1), 201-204, 2019

3. Babarakhimova S.B., Sharipova F.K. Efficacy using the psychology and pedagogical help to teenagers with diabetes of the 1st type // Education and Psychology. No 3 (2017) pp. 77-80

4. Babarakhimova S.B., Sharipova F.K. The psychology and pedagogical help to teenagers with diabetes of the 1 type // Personality in Changing World: Health, Adaptation, Development. No 3 (18) 2017, pp. 381-390

5. Matveeva A.A., Sultonova K.B., Abbasova D.S. et al. Optimization of psycho-diagnostics of emotional states // Danish Scientific Journal. VOL 3, No 5(2020) pp.24-27

6. Nurkhodjaev S., Babarakhimova S., Abdullaeva V. Early Detection and Prevention of Suicidal Behavior in Adolescents – Indian Journal of Forensic medicine & Toxicology. VOL 14, No 3(2020) pp.7258-7263

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В ПРОФИЛАКТИКЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
ПСИХОЛОГОВ ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ**

Суховольская А.С., Рублева О.П., Лопатин А.А., Говорова Г.М.

*ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер
имени профессора Н.П. Кокориной» Россия, г. Кемерово*

Аннотация. В данной статье рассматриваются подходы к изучению профессионального выгорания консультантов Телефона доверия, анализируются факторы его развития, а также методы профилактики профессионального выгорания с использованием средств арт-терапии.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, профилактика, арт-терапия, ресурсы.

**THE USE OF ART THERAPY IN THE PREVENTION OF PROFESSIONAL
BURNOUT PSYCHOLOGISTS OF THE HELPLINE**

**Sukhovolskaya A. S., Rubleva O. P.,
Lopatin A.A., Govorova G.M.**

*Professor N.P. Kokorina Kuzbass Clinical Narcological Dispensary,
Russia, Kemerovo*

Abstract. This article discusses approaches to the study of professional burnout of Helpline consultants, analyzes the factors of its development, as well as methods of preventing professional burnout using art therapy.

Keywords: professional burnout, prevention, art therapy, resources.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, «синдром эмоционального выгорания» (далее – СЭВ) – это физическое, эмоциональное или мотивационное истощение, характеризующееся нарушением продуктивности в работе, усталостью, проблемами со сном, психосоматическими проявлениями.

Впервые феномен синдрома эмоционального выгорания был описан американским психиатром Г. Фрейденбергером в 1974 году на примере работников психиатрического учреждения, характеризующийся состоянием крайнего истощения, усталости и деморализации [5].

К. Маслач определяет, что эмоциональное выгорание присуще представителям, так называемых, коммуникативных профессий. Выделяют три составляющие, которые определяют наличие и степень эмоционального выгорания:

- эмоциональное истощение (усталость, эмоциональная опустошенность, проблемы со сном);
- деперсонализацию (снижение личностной вовлеченности в профессиональную деятельность);
- редуцирование личных достижений (чувство собственной несостоятельности) [5].

Психологи «телефона доверия» в полной мере подвержены синдрому профессионального выгорания. Это обусловлено тем, что для реализации основной задачи службы – оказание экстренной психологической помощи, профессиональная деятельность консультанта «телефона доверия» предполагает постоянную эмоциональную включенность в ситуацию и острые эмоциональные переживания абонента, обращающегося за психологической помощью [3]. Вместе с тем, работа психолога связана с определенными факторами их деятельности, которые негативно влияют на эмоциональное состояние, и усиливают вероятность появления СЭВ [1].

Среди них можно выделить:

- интенсивность работы;
- консультирование абонентов, которые переживают кризисную ситуацию, утрату, суицидальных абонентов;
- отсутствие обратной связи, для оценки эффективности своей работ;

- незащищенность консультантов от агрессии, оскорблений и угроз со стороны абонентов.

В таких условиях важное значение приобретает профилактика психоэмоционального выгорания.

В настоящее время широко используется потенциал арт-терапии и арт-терапевтических методов в практике медицинских, образовательных и социальных учреждений. Важно отметить, что основания для использования арт-терапевтических методов в профилактике эмоционального выгорания обусловлены самими функциями арт-терапии. Основными из них являются: катарсическая (очищающая, освобождающая от негативных эмоций); регулятивная (регуляция психоэмоционального состояния); коммуникативно-рефлексивная (коррекция межличностных отношений) [4].

Рассмотрим возможности применения арт-терапевтических методов для профилактики эмоционального выгорания консультантов «телефона доверия». Одной из таких форм профилактики, показавших наибольшую эффективность, является групповые занятия и тренинги, где хорошо «работают» именно приемы арт-терапии [2] и приведем несколько примеров упражнений, в которых используются такие приемы.

«Знакомство». Участникам предлагается изобразить на рисунке метафорический «образ себя» (несуществующий персонаж). Затем пообщаться в парах и рассказать о себе от лица этого персонажа. После завершения упражнения проводится групповое обсуждение с обозначением эмоций и чувств, которые возникли в ходе выполнения задания.

«Ресурс из прошлого». Предлагается вспомнить позитивное состояние из прошлого, свое телесное, эмоциональное состояние, и зафиксировать его, изобразив на рисунке свои ощущения. По завершению, провести обсуждение в группе.

«Обнаружение ресурсов поддержки». Участникам предлагается создать коллаж с изображениями, которые кажутся участнику поддерживающими, используя вырезки из журналов. Представить получившийся коллаж группе. Совместно обсудить, что поддерживает членов группы.

Применяемые арт-терапевтические методы групповой работы помогают снять эмоциональное напряжение, помогают осмыслению своих потребностей, актуализируют ресурсы поддержки личности.

Подводя итоги, необходимо отметить, что психологи «телефона доверия» находятся в группе риска развития профессионального выгорания. Чтобы поддерживать высокую эффективность работы службы, необходимо уделять особое внимание психо-эмоциональному состоянию ее сотрудников и своевременно проводить профилактические мероприятия для снижения риска развития и прогрессирования синдрома «выгорания».

Профилактическая работа может иметь разнообразные формы и использовать различные методики, в том числе и проективной направленности, к которым относится арт-терапия. Мероприятия по профилактике должны быть направлены на эмоциональную поддержку, формирование ресурсов, информирование о методах самопомощи.

Литература / References

1. Вестник РАТЭПП: Сборник методических материалов. – Пермь: изд. Богатырев П.Г., 2003, с. 24-52;
2. Вестник РАТЭПП: Сборник методических материалов. Саратов: изд. Саратовского университета, 2004, с. 51-55;
3. Моховиков А.Н. Телефонное консультирование. – М.: Смысл, 1999. 410с.;
4. Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб., 1999. 256 с.;

5. Королева Е.Г., Шустер Э.Е. Синдром эмоционального выгорания // Журнал Гродненского государственного медицинского университета, 2007. №3. С. 108-111.

УЛИЧНОЕ ИСКУССТВО И ГРАФФИТИ КАК ФОРМА АРТ-ТЕРАПИИ

Федосеева И.Ф.¹, Акименко Г.В.²

*¹Кафедра неврологии, нейрохирургии, медицинской генетики
и медицинской реабилитации*

*²Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»
Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация. Искусство, являясь важным фактором художественного развития, оказывает большое психотерапевтическое воздействие, влияние на эмоциональную сферу человека, при этом выполняя коммуникативную, регулятивную, катарсическую функции. Формы уличного искусства, такие как граффити и перформанс, рассматриваются в качестве альтернативы возрастающей симулятивности культуры постмодерна.

Ключевые слова: арт-терапия, граффити, уличное искусство, идентичность, психическое напряжение, бессознательное.

STREET ART AND GRAFFITI AS A FORM OF ART THERAPY

Fedoseeva I.F.¹, Akimenko G.V.²

*¹Department of Neurology, Neurosurgery, Medical Genetics
and Medical Rehabilitation*

*²Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology
Kemerovo State Medical University, Kemerovo*

Abstract. Art, being an important factor in artistic development, has a great psychotherapeutic impact, influence on the emotional sphere of a person, while performing communicative, regulatory, cathartic functions. Street art forms such as

graffiti and performance art are seen as an alternative to the increasing simulativity of postmodern culture.

Keywords: art therapy, graffiti, street art, identity, mental stress, unconscious.

Актуальность темы. Условия настоящего времени связаны с глубокими преобразованиями во всех сферах социальной жизни людей и сказываются на состоянии и функционировании социально-культурной среды. Личность в этих условиях оказывается перед выбором поведенческих альтернатив. Феномен граффити не является ни искусством, ни предметом литературоведения, ни предметом лингвистики. Скорее граффити представляет интерес для специалистов в области социальной и клинической психологии.

Результаты и обсуждение. Арт-терапия является междисциплинарным подходом, соединяющим в себе различные области знания - психологию, медицину, педагогику, культурологию, социологию и ряд других. Ее основой выступает художественная практика, поскольку в ходе арт-терапевтических занятий клиенты вовлекаются в изобразительную деятельность. Так, по М. Либману, арт-терапия – это использование средств искусства для передачи чувств и иных проявлений психики человека с целью изменения структуры его мироощущения [1].

Термин «арт-терапия» (*англ.* art therapy) впервые был использован в 40-е годы в англоязычных странах такими авторами, как М. Наумбург и А. Хилл, для обозначения тех форм клинической практики, в рамках которой психологическое «сопровождение» пациентов с эмоциональными, психическими и физическими нарушениями осуществлялось в ходе их занятий изобразительным творчеством [1].

Изучением психологических аспектов граффити занимался ряд зарубежных и отечественных ученых (Скороходова А.С., Бодрийяр Ж., Lachmann R. и др.). Их исследования в основном направлены на изучение

возрастных, гендерных, статусных характеристик авторов граффити (Kokoreff M., Lachmann R., Brewer D., Miller M.L.) и степени распространенности данного вида изобразительной деятельности (Mawby R.I., Rhyne L.D., Ullman L.P.).

В современной западной психологической науке теории граффити представляются как продукт подавленных бессознательных влечений личности. Культура формулирует социальные запреты, не позволяющие реализовать инстинктивные влечения человека непосредственным образом. Граффити являются социальными механизмами удовлетворения бессознательных влечений человека, наряду с искусством, религией и т. д. Подтверждением этого является тот факт, что многие граффити содержат оскорбления и непристойности в виде рисунков и грубых слов, по-видимому, выражающих стремление к преодолению социального запрета.

Слово «граффити» происходит от итальянского «grafficare» - царапать (буквально «нацарапанные»). Первоначально так называлась одна из техник настенной живописи. Позже термином «граффити» воспользовались археологи, употребляя его как общий термин для обозначения всех видов случайных надписей и рисунков на стенах домов.

Граффити явление чрезвычайно древнее. Первые рисунки, которые можно отнести к данному явлению, встречаются уже в пещерах древних людей. Впоследствии подобные артефакты были обнаружены учеными при исследовании культур Древних Египта, Греции, Руси, у индейцев племени майя и т.д. Если заглянуть вглубь истории арт-терапии, то можно с уверенностью сказать, что она возникла еще задолго до вышеизложенных событий, 5-6 тысяч лет назад в глубокой древности.

Изначальным классическим видом арт-терапии было рисование. Искусство возникло, возможно, для элементарного чего-то простого. В наскальных рисунках древние люди изображали различные ритуалы, которые помогали им закрепить уверенность в себе, преодолеть страх, например перед

выходом на охоту, или рисовали уборку урожая, после которого благодарили богов за погоду, солнце.

Систематическое изучение граффити начинается во второй половине XX века. При этом большинство работ в этой области принадлежат зарубежным ученым; отечественных исследований, посвященных граффити, крайне мало.

Художественные граффити (Street art) появились в США в 1960-х. Здесь, в Филадельфии, в конце 60-х годов прошлого века юноша по имени Деррил Маккрей безнадежно влюбился в девушку. Желая произвести впечатление на свою избранницу, он расписал все близлежащие районы города незамысловатой надписью «Cornbread Loves Cynthia». Его творчество не понравилось местным властям, в результате молодой художник даже ненадолго угодил за решетку [2].

Street art - это следствие граффити, оно закономерно вытекает из него. Но здесь другая направленность, другие цели, другое воздействие на окружающих. У Street art и граффити много общего, но объединять их нельзя. Диапазон средств уличного художника, в отличие от граффити райтера гораздо более широк. Они не ограничивают себя только лишь баллончиками с краской. Одна из главных целей Street art - именно воздействие на зрителя. Часто они используют социально-политические темы в своих работах, чтобы донести конкретную мысль, связанную с современной ситуацией. Работы авторов в дискурсе Street art понятны практически каждому прохожему, тогда как граффити являются сложными для визуального восприятия и понимания смысла.

Нередко идентифицировать отличие одного вида работ от другого достаточно сложно, так как и граффити, и Street art могут находиться непосредственно рядом друг с другом. Существует мнение, что уличные художники гораздо чаще имеют образование в сфере искусства, граффити райтеры, особенно это касается последних 10 лет.

Еще одно важное отличие - работы Street art чаще связаны с конкретным местом, где они расположены, здесь крайне важна контекстуальность. Художники уличного искусства часто создают свою работу еще до того, как помещают ее на улицу, то есть сначала идет подготовительный этап и тщательное продумывание места и идеи. В случае с граффити - есть первоначальные эскизы, но их разработка не является такой долгой. Проблема термина «уличное искусство» заключается в том, что оно стремится вобрать в себя множество слишком разных направлений и техник.

Суть арт-терапевтического направления – это использование любого вида искусства как терапевтического, то есть как лечение. Например, креативная терапия, или как мы ее называем нестандартная - лечение творчеством; экспрессивная терапия - творческим выражением, творческой экспрессией; интермодальная арт-терапия - терапия разными направлениями искусства.

Граффити используются как средства личного самовыражения и самоутверждения. Сам акт написания граффити в большинстве случаев приравнивается к агрессивному поведению, которое может служить средством самоутверждения.

Создание граффити обусловлено двумя основными причинами: возможностью выразить свое отношение к миру и желанием самоутвердиться в группе, в которой часто присутствует элемент агрессии. Соответственно создание граффити способствует снижению психического напряжения, выступает средством борьбы с негативными эмоциями.

Особый интерес представляет изучение мотивации авторов граффити. Предлагается классификация причин, побуждающих к созданию: утверждение личностной или групповой идентичности; протест против социальных и культурных норм; агрессивные реакции; мотивы творчества; сексуальные мотивы; развлекательные мотивы.

Основными потребностями, которые удовлетворяются в ходе изобразительной деятельности, являются социальные потребности, прежде всего – потребности в идентичности и в самоактуализации. Изучение психологических особенностей авторов граффити позволило сделать вывод, что их основное отличие заключается в специфике межличностных отношений и особенностях отреагирования негативных эмоций. Для авторов граффити свойственна более высокая выраженность мотива достижения успеха и менее высокая – мотива избегания неудачи. У авторов граффити в большей степени удовлетворена потребность в самовыражении, и в меньшей – потребность в безопасности [3,4].

По оценке специалистов к причинам, побуждающим к созданию граффити и Street art, относятся: утверждение личностной и групповой идентичности; протест против социальных и культурных норм; мотивы творчества.

С точки зрения цвета Street art в городском пространстве сравнимо с ярким взрывом. Проведенные исследования показывают, что подавляющее большинство граффити образует практически максимальный контраст черных, темно-синих, темно-фиолетовых, темно-зеленых, темно-коричневых рисунков с белой или очень светлой (светло-желтой, светло-зеленой, светло-голубой) поверхностью стены. Или, наоборот - на стене из темно-красного кирпича с темно-серым или практически черным покрытием размещаются изображения светлого, белого или почти белого цвета.

Вынужденная изоляция весны и осени 2020 г. стала импульсом для творчества художников по всему миру. Летописцы нового времени, они моментально переносили на холст, бумагу, 3D-принтер витающие в воздухе идеи, страхи, ожидания, надежды. Людям хочется скорее вернуться к жизни «как раньше» и забыть пандемию как страшный сон, но в искусстве она уже

оставила свой след, и коллекция корона-арта становится одним из главных и точных свидетельств произошедшего.

Когда почти год назад весь мир вдруг ушел на самоизоляцию, творческие индустрии сориентировались очень быстро. Музеи принялись запускать виртуальные экскурсии. Повсюду - от Аргентины до Канады и России - начали организовывать культурные мероприятия, ради которых не нужно выходить из дома. Театры стали транслировать спектакли online, музыканты - заводить коллаборации в TikTok, художники - устраивать мастер-классы в режиме реального времени, а дизайнеры - салоноподобные диджитал - презентации.

Не остался в стороне от художественной проработки ситуации с пандемией и Street art. Работающие в жанре стрит и паблик - арта предприняли попытку осмыслить происходящие трансформации в режиме реального времени. Актуальные граффити и в настоящее время продолжают появляться на стенах Англии, Италии, США, России и других стран. Уже в первые месяцы пандемии уличные художники по всему миру вышли на тихие улицы и оставили после себя яркие, заставляющие задуматься, забавные комментарии к кризису.

Художники по всему миру отреагировали на пандемию COVID-19, создав привлекательное уличное искусство с коронавирусом. Маски для лица, туалетная бумага и сам коронавирус (или SARS-CoV-2) - все это общие темы в уличном искусстве, в то время как некоторые работы дают советы о том, как оставаться здоровым. Показательно, что тема коронакризиса получила свое художественное развитие по мере того, как разворачивались события и менялось восприятие происходящего. Сначала стрит-арт художники с юмором изображали нового врага человечества и иронизировали над туалетно - бумажной и продовольственной паникой, которая настигла почти все, даже самые развитые страны.

Многие художники, создающие уличное искусство коронавируса, изображали людей на передовой. Те, кто действительно борется с вирусом. Во всем мире люди, работающие в сфере здравоохранения, наблюдается всплеск признательности. Это отражается в появившемся уличном искусстве. Авторы художественных произведений вслед за К. Бэнкси повторяли мысль о том, что врачи и медсестры являются настоящими героями в этом кризисе. Это можно увидеть в новой работе амстердамского уличного художника FАКЕ, чья фреска «Супер медсестра!» изображает медсестру в маске с логотипом Супермена. «Супер-медсестра» FАКЕ - еще одно из тех привлекательных изображений, которыми делятся по всему миру [5, 6].

Массовой формой психологической защиты от гнетущей тревоги как для людей, серьезно озабоченных реальной ситуацией, так и для так называемых COVID - диссидентов стало народное юмористическое творчество в социальных сетях в разгар пандемии коронавируса 2020 г.

Художники использовали самые узнаваемые образы в своем уличном искусстве. Представляя их с помощью маски, они обеспечивали людям реальную связь с миром, который мы так хорошо знаем. Пример – «Будда в маске» партизанского граффитиста Тайлера, созданный недалеко от Мумбаи в Индии, которое является ярким свидетельством тому, что даже самые почитаемые в мире изображения не защищены от вирусного искусства [7].

Пестрота жанров и настроений, смешение героического и комического, спонтанный переход от серьезности в осознании и осмыслении проблемы к ее смеховой интерпретации, отражающаяся в актуальном искусстве, заставляет задаться вопросом о психоэмоциональной природе этого явления, и понять психологические механизмы, лежащих в его основе.

Французский философ, социолог, Жильбер Дюран, друг и ученик К.Г.Юнга, в своих работах рассматривает вопросы о страхе смерти и страхе перед временем. С точки зрения Ж. Дюрана, человек, используя культурные

инструменты (символы, образы, знаки, ритуалы, искусство), старается победить смерть и время. Искусство при этом выступает, как один из способов устранить страх смерти.

Искусство способствует выражению и разрешению конфликта между нашими инстинктивными желаниями и ограничительными требованиями социума. Художественное творчество (в первую очередь – изобразительное) условно легализует и позволяет выразить чувства гнева, ненависти, боли, обиды, тревоги и страха, и таким образом гармонизировать психическое состояние через возможность самопонимания и психоэмоциональной разрядки.

Содержания (чувства, эмоции, комплексы) «Я» человека находят отражение в образах, когда он делает зарисовки, пишет картины или лепит, в ходе чего происходит разрядка энергетических блоков негативных эмоций, переход энергии токсичных переживаний в энергию творческого «делания», движения, и как следствие достижения состояния освобождения, внутреннего равновесия.

Кроме того, «овнешление» (от «сделать внешним»), экстериоризация объекта тревоги или самого негативного переживания понижает уровень напряженности эмоциональных реакций, приносит субъективное чувство облегчения, а порой и переживания, которые можно отнести к разряду катартических. Художественные визуализации (картины, скульптура) позволяют придать нашим внутренним переживаниям, фантазиям и даже мучительным фантазмам образную, символическую форму, вследствие чего происходит по меньшей мере частичное освобождение от них. Не случайно «король ужасов» английский кинорежиссер Альфред Хичкок в одном из своих интервью говорил: «Единственный способ для меня избавиться от страхов - снять о них фильм» [1].

Со времен У. Джеймса в психологии известно утверждение о том, что даже принудительная улыбка (улыбка не соответствующая внутреннему

состоянию человека, вызванная внешним стимулом), способствует оптимизации психоэмоционального строя личности. Такое же воздействие оказывает художественный визуальный ряд

Интерес к феномену Street art как форме арт-терапии в последние два года возрастает, причем как у жителей городов, связывающих свою повседневную жизнь с практиками знакомства, освоения и запечатления произведений уличного искусства, так и у представителей клинической медицины, исследователей различных социально-гуманитарных дисциплин: искусствоведения, культурологии, философии, социологии, архитектуры и дизайна, политологии, права. Для их научных работ характерным признаком, как правило, является сосредоточение исследовательского фокуса на какой-то одной стороне стрит-арта, представляющего собой многогранный и разносторонний социокультурный феномен современного городского пространства.

Заключение. Искусство улицы – это область чувств и настроений в форме их непосредственного переживания. Мирочувствование Street art происходит благодаря диалогу, событийности. При этом искусство воспринимается не просто как внешнее для человека, а как пережитое, как часть «Я» личности. В период пандемии COVID-19 Street art стал важной сферой межличностного общения, диалога – «от личности к личности», выражением социальных чувств, способом социализации и гуманизации человека. Street art способен очищать чувственный мир, корректировать его направленность, поэтому без чего невозможно представить полноценную жизнь человека, в том числе в условиях пандемии, равно как и в других кризисных ситуациях.

Литература / References

1. Шоттенлоэр, Г. Рисунок и образ в терапии / Г. Шоттенлоэр. – СПб., 2001. 231 с.

2. How Street Artists Around the World Are Reacting to Life With COVID-19. – URL.: <https://www.smithsonianmag.com/travel/how-street-artists-around-world-are-reacting-to-life-with-covid-19-180974712/>. (дата обращения 28.03.2022)

3. Акименко Г.В., Кирина Ю.Ю., Начева Л.В., Селедцов А.М. Изобразительное искусство пандемии: как эпидемии вдохновляли художников. Вестник общественных и гуманитарных наук. 2021; 2(2):44-64.

4. How Can Art Therapy Help During the Covid-19 Pandemic? URL.: <https://welldoing.org/article/how-art-therapy-help-during-covid-19-pandemic> (дата обращения 28.03.2022)

5. Nosotros y nuestros socios hacemos el siguiente tratamiento de datos. URL.: https://en.as.com/en/2020/04/28/album/1588089946_479414.html (дата обращения 28.03.2022)

6. Art as Therapy Becomes an Outlet for Mental Health Issues During Pandemic. URL.: <https://chapelhillmagazine.com/art-as-therapy-becomes-an-outlet-for-mental-health-issues-during-pandemic/> (дата обращения 28.03.2022)

7. Art Therapy Is More Important Now than Ever During the COVID-19 Pandemic. URL: <https://www.rtor.org/2020/08/03/art-therapy-is-more-important-now-than-ever-during-the-covid-19-pandemic/> (дата обращения 28.03.2022).

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СЛАЙМОВ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА КАК РАЗНОВИДНОСТЬ АРТ-ТЕРАПИИ И ИХ РОЛЬ В СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ

Флягина В.Ю.

*Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский
университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово*

Аннотация: В статье рассмотрены понятия арт-терапии и слайма, раскрыты положительные свойства слаймов. Представлены объективные

признаки, на основании которых использование слаймов в работе с дошкольниками можно считать одной из техник арт-терапии. Определено влияние использования слаймов на социализацию дошкольников.

Ключевые слова: арт-терапия, слайм, социализация, слаймеры.

USE OF SLIMES BY PRESCHOOL CHILDREN AS A FORM OF ART-THERAPY AND THEIR ROLE IN SOCIALIZING CHILDREN

Flyagina V.Yu.

*Department of Psychiatry, Narcology and Medical Psychology
Kemerovo State Medical University, Kemerovo*

Abstract. The article considers the concepts of art therapy and slime, reveals the positive properties of slimes. Objective features are presented, on the basis of which the use of slimes in working with preschoolers can be considered one of the art therapy techniques. The influence of using slimes on the socialization of preschoolers has been determined.

Keywords: art therapy, slime, socialization, slimers.

Не секрет, что именно дошкольный возраст один из самых важных этапов в жизни ребенка. На этом этапе ребенок активно познает окружающий мир, учится быть в ладу с собой и с миром, в семье и детском саду получает первый опыт взаимодействия с другими людьми.

Наиболее актуальной технологией работы с детьми на этом этапе является арт-терапия (терапия творческим самовыражением). В настоящее время в отечественной науке и практике накоплен достаточно богатый опыт использования методов арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста. В их числе работы Копытина А.И. [8; 9], Киселевой М.В. [5; 6], Бурковского Г.В., Хайкина Р.Б. [2], Мамайчука И.И. [10], Сучковой Н.О. [13], Свистуновой Е.В. [11], Захарова А.И. [3], Карабановой О.А. [4] и многих других.

Арт-терапия помогает устанавливать отношения между людьми, поскольку посредством искусства человек не только выражает себя, но и

больше узнает о других. Арт-терапия является хорошим способом социальной адаптации, поскольку использует в основном средства невербального общения. А это, в свою очередь, особенно важно для детей, которым сложно выражать свои мысли и чувства словами. Использование методов арт-терапии существенно повышает личную ценность ребенка, содействует формированию позитивной самооценки и повышению уверенности в себе, снятию коммуникативных барьеров и психологических защит. Методы арт-терапии направлены на развитие высших психических функций ребенка, таких как: внимание, воображение, мышление, память, а также на развитие социальных и вербальных навыков, мелкой моторики и т.д. [14; 7]

В последние несколько лет среди дошкольников стали вновь популярны слаймы. И их все чаще можно встретить на прилавках магазинов, ларьков и в частной продаже. С чем же это связано?

Слайм (или лизун) – игрушка, впервые выпущенная компанией Mattel в 1976 году, состоящая из вязкого желеобразного материала. С тех пор его выпускали разные компании в разной консистенции материала под общим названием «слайм». Существует несколько вариаций слайма: глянцевый, айсберг, пенный, пузырчатый, прозрачный, металлический, бархатистый, снежный, масляный и прочие. Основные компоненты его приготовления – клей определенного вида и активатор. Остальные ингредиенты добавляются по предпочтению: пищевые красители, гель для душа, лосьоны, шампунь, пена для бритья, крахмал, блестки, искусственный снег и т.д. [12]

В жизни современных дошкольников применение этой необычной игрушки достаточно разнообразно. В силу своей пластичности отдельные виды слайма очень похожи с пластилином. Из них также можно вылепливать разные фигурки, что способствует самовыражению детей и развитию их мелкой моторики. Также постоянное переминание в руках нежного желеобразного по консистенции слайма способствует снятию напряжения и стресса у детей, что, в

свою очередь, может облегчать снятие барьеров коммуникации и психологических защит, помогать им сосредотачиваться. Кроме того, сегодняшние дошкольники активно используют слайм в процессе коммуникации (делятся им между собой, обсуждают, у кого какой есть и что они с ним делают), что способствует процессу их социализации, социальной адаптации в детской среде. Кроме того, с использованием слайма в настоящее время связан и еще один творческий процесс – это, собственно, создание слайма. Современный ребенок в семье или в детском саду может попробовать сам создать слайм.

В настоящее время, особенно за рубежом, продаются даже наборы для детей по созданию слайма. «Замешивая» свой слайм из разных химических составляющих, абсолютно безвредных для детского организма (клей ПВА, тетраборат натрия (бура на глицерине)), ребенок может почувствовать себя настоящим творцом, ученым-химиком и даже поваром. Дети часто замешивают туда разные пищевые красители, ароматизаторы, бусины, блестки, стразы и прочие украшающие элементы, отражающие индивидуальность ребенка. Что также будет способствовать всяческому развитию ребенка: его внимания, воображения, мышления (в том числе наглядно-действенного и творческого), памяти и т.д., поможет излагать через творчество свои мысли.

Ученые утверждают, что в возрасте от 6 до 14 лет социализация ребенка происходит во многом благодаря развитию зеркальных нейронов. Ребенку важно подражать другим детям, так как таким образом он учится общению и умению действовать в коллективе. Именно поэтому ролики, обучающие изготовлению слаймов, набирают миллионные просмотры на You Tube. Детям важно видеть, что делают другие дети, повторять это за ними и сравнивать результаты. Детей, размещающих эти ролики, называют слаймерами [15].

По результатам опроса родителей, проведенного автором в средней группе (дети 5 лет) дошкольников одного из детских садов города Кемерово, 92

% детей играют в слаймы, остальные постоянно просят родителей купить, но родители не делают этого, ссылаясь на бесполезность данной игрушки. Ни одна семья из опрошенных не создавала дома слаймы, но более половины детей с родителями встречали ролики по изготовлению слаймов на You Tube и родители отмечали, что все дети с большим интересом смотрели данные ролики. 86% опрошенных семей отмечают, что дети использовали в игре слайм как заменитель пластилина и 35% родителей отмечали, что ребенок брал в руки слайм, когда был чем-то расстроен или озабочен. По личному наблюдению автора статьи, в компании детей, где появляется слайм все дети сразу хотят взять себе от него кусочек и находят ему разное применение: лепка, перекачивание в руках ребенка, аппликация и прочее. В ходе данного действия все дети становятся вовлечены в общий творческий процесс, что доказывает положительную роль слаймов в процессе социализации дошкольников.

Однако, по общему мнению исследователей влияния слаймов на детей и подростков, большинство из них предостерегают о недобросовестности производителей и превышении количества бора в игрушке [1]. В этой связи, учитывая объективный положительный эффект от использования слаймов, необходимо более активно в семейной среде практиковать создание слаймов из безопасных материалов под контролем родителей, что также будет способствовать сближению с детьми, улучшению детско-родительских отношений.

Литература / References

1. Безопасны ли слаймы для детей /Роскачество – портал умного покупателя. URL : <https://rskrf.ru/tips/spetsproekty/kozhnaya-trevoga-bezopasny-li-slaumu-dlya-detey/> (дата обращения 4.04.2022).
2. Бурковский Г.В., Хайкин Р.Б. Изучение изобразительной продукции арттерапевтической группы психически больных. \ \ Клинико-психологические исследования групповой психотерапии. Л., 1979. 134 с.

3. Захаров А. И. Неврозы у детей и психотерапия. СПб., 1998. 236 с.
4. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. М., 1997. Гл. 1. С. 11-28; Гл. 2. С. 47-55, 83-97.
5. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. СПб: М.: Речь, Серия «Психология», 2020. 160 с.
6. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. СПб., 2007.
7. Кольчикова Н. В., Игра как фактор социализации личности ребенка, 2017. URL : [https://cyberleninka.ru › article › igra-kak-faktor-sotsializatsii-lichnosti-rebyonka](https://cyberleninka.ru/article/view/igra-kak-faktor-sotsializatsii-lichnosti-rebyonka) (дата обращения 4.04.2022).
8. Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб: Лань, 1999.
9. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб: Питер, 2002.
10. Мамайчук И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. СПб.: Речь, 2006. 400 с.
11. Разноцветное детство: игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия /под ред. Е.В. Свистуновой. М.: Форум, 2016. 192 с.
12. Слайм. Википедия.- URL : <http://ru.m.wikipedia.org>. (дата обращения 4.04.2022).
13. Сучкова Н.О. Арт-терапия в работе с детьми из неблагополучных семей. М.: Сфера, 2008. 112 с.
14. Фадеева. М. Арт-терапия как средство развития личности и коррекции эмоциональных проблем ребенка дошкольного возраста. – МААМ.RU: международный образовательный портал. URL : <https://www.maam.ru/detskijasad/-art-terapija-kak-sredstvo-razvitija-lichnosti-i-korekci-yemocionalnyh-problem-rebenka-doshkolnogo-vozrasta.html> (дата обращения 4.04.2022).

15. Хрусталеv, Р. Слайм – вредная или полезная игрушка: исследовательская работа. URL.: <https://pandia.ru/text/86/007/78698.php> (дата обращения 4.04.2022).

АРТ-ТЕРАПИЯ С БЕЖЕНЦАМИ И ВАЖНОСТЬ ПЕРЕХОДНОГО ПРОСТРАНСТВА

Хампе Рут

доктор философии, почетный профессор факультета инклюзивного образования Католического университета прикладных наук, Германия, г. Фрайбург

Аннотация. В работе с беженцами - будь то с детьми, подростками или взрослыми – время и пространство для сближения и установления доверия в отношениях с ними имеют важное значение. Когда Д.В. Винникотт говорит о переходном пространстве в терапевтической среде, становится ясно, насколько это важно в работе с беженцами. Память беженцев о прошлом, о доме, а также их ориентация на обустройство жизни в новых условиях становятся основой для работы специалиста. Работа включает в себя поддержку ресурсных воспоминаний и прежней идентичности и направлена на поиск безопасности здесь и сейчас. Например, такие мотивы, как «Дом» или «Место благополучия на природе», образуют тематические аспекты, которые многократно выражаются в визуальных мотивах у беженцев – как детей, так и взрослых.

Ключевые слова: арт-терапия, беженцы, переходное пространство, миграция

ART THERAPY WITH REFUGEES AND THE IMPORTANCE OF THE INTERMEDIATE SPACE

Hampe, Ruth

*Ph.D., Professor Emeritus at the Catholic University for Applied Sciences,
Department for Inclusive Education and Art Therapy
Freiburg, Germany*

Abstract. In refugee work - whether with children, adolescents or adults - the space-time continuum in coming together is of importance. When D.W. Winnicott speaks of the intermediate space in the therapeutic setting, it becomes clear how important this is in refugee work. The memory of the past, the home, but also an orientation towards the new in the creation of perspective forms of life become the main focus. It includes a certainty of where I come from - partly with nostalgic endeavors. It is also characterized by the search for security in the here and now. For example, motifs such as «The house» or «A place of wellbeing in nature» form thematic aspects that are repeatedly expressed in the visual design, both for adults and for children who have fled the country. The variation of the motif offers the possibility of creating a space for oneself or the surrounding, securing it and making it possible to arrive. Aspects of idealization as well as needs for a place of retreat can emerge that contrast with the individual life situation in the refugee home. The approach of the contribution is to show this ambivalence on the basis of exemplary created objects in the art therapeutic sessions and to present it for discussion.

Keywords: art therapy, refugees, transition space, migration.

Введение. Начиная с 2018 года, я занимаюсь работой с беженцами из разных стран во Фрайбурге. С одной стороны, моя арт-терапевтическая работа связана с группой детей и подростков в приюте для беженцев Немецкого «Красного Креста», а с другой стороны, это Центр «Рефугиум» для травмированных беженцев, как детей, так и взрослых. Учитывая сложные обстоятельства вынужденной миграции и разные стрессовые факторы, детям, подросткам, а также взрослым требуется психологическая поддержка. Для этого особенно подходит арт-терапия с ее возможностями невербального общения. Она дополняет другие формы консультирования и психотерапии или психиатрической поддержки. Я расскажу про ресурсо-ориентированные техники арт-терапии в работе с беженцами. Далее будут представлены

характерные примеры арт-терапевтической продукции в связи с различными случаями работы с беженцами.

Переходное пространство

Дональд Виннекотт придает особое значение переходному пространству, как некоему безопасному внутреннему месту или месту благополучия. Бегство и миграция - это явления, широко представленные в истории человечества. Причины этого могут быть экономическими, но они также идут рука об руку с преследованием, опытом войны и стихийными бедствиями. Бегство и миграция также предполагают передачу опыта из поколения в поколение, поскольку травматический опыт может бессознательно передаваться следующему поколению. Это также связано с нарушением культурных связей и значимых отношений, а также с биографической травмой и опытом дискриминации, изоляции и расизма. Эти аспекты межпоколенческой трансформации имеют особое значение при сопровождении беженцев. Опасения беженцев по поводу их права остаться в принимающей стране, а также интеграция в чужую культуру с другим языком и другими условиями жизни, часто с тесным размещением беженцев, также являются стрессовыми аспектами.

В творческой работе могут активироваться внутренние образы, которые служат мостом между внутренней и внешней реальностью. Воспоминания в сочетании с вытесненными переживаниями могут дать возможность получить новый эмоциональный опыт в процессе интуитивного творчества в арт-терапии. У людей с травматическим опытом в памяти остаются в основном только сенсорные и физические переживания, в то время как конкретные обстоятельства не запоминаются. В воспоминаниях доступными остаются только фрагменты событий. В арт-терапевтическом процессе, при использовании ресурсоориентированных техник, различные аспекты опыта могут быть актуализированы и переработаны. Кроме того, само пространство

арт-терапии предполагает «удержание», как важный механизм терапии применительно к кризисным ситуациям.

Работа с идентичностью беженцев

Беженцы, прибывающие из стран Африки, таких как Гамбия, многие из которых проживают во Фрайбурге, часто прибывают через Ливию, где они ранее зарабатывали себе на жизнь как желанные гастарбайтеры для физического труда. Их положение как рабочих-мигрантов в Ливии изменилось из-за возобновления гражданской войны и казни Каддафи повстанцами. Повстанцы преследовали их как чернокожих африканцев и возможных наемников. Их захватывали, пытали, а в некоторых случаях заставляли сесть на лодки, чтобы пересечь Средиземное море.

Это относится, например, к молодому человеку из Гамбии, который покинул дом в возрасте шестнадцати лет вместе со своим братом, который был на два года старше его, после того, как отец умер, когда ему было девять лет. У него и его брата не было безопасных условий жизни после того, как мать снова вышла замуж, и впоследствии их унижал деспотичный дядя в другом городе, где они работали на него.

В процессе арт-терапии с этим молодым человеком было важно исследовать его жизненный путь, включая взлеты и падения, его прошлый опыт и опыт перемещения через различные африканские страны и пустыню, а также другие яркие впечатления. Его старший брат был схвачен противниками Каддафи в Ливии и с тех пор пропал без вести, в то время как самого клиента пытали в тюрьме Триполи и заставили сесть в лодку, чтобы перебраться в Италию под угрозой для его жизни. Он участвовал как в индивидуальных, так и групповых арт-терапевтических занятиях. Созданная им в процессе арт-терапии продукция отражает его детские или более поздние воспоминания о жизни на родине, жизнь его сельской общины. Позднее он создал целый альбом картин в технике журнального фотоколлажа. Он содержит также работы, отражающие

его воспоминания о жизни на родине. Такие ресурсные воспоминания также характерны для многих других беженцев. Таким образом поддерживается их культурная и социальная идентичность в ситуации отрыва от родины.

Такие воспоминания способствуют стабилизации эмоционального состояния и образа Я, несмотря на то что, попадая в страну нового пребывания, они сталкиваются с многочисленными проблемами. Одной из них является пандемия.

Межпоколенная травма

У детей и подростков травматический опыт часто проявляется в дезадаптивном поведении. например, в эмоциональной замкнутости или агрессивном поведении по отношению к сверстникам, Это характерно для беженцев из Сирии, которые, например, годами проживают в палатках в лагере беженцев в Греции. Травма войны и опыт бегства через Средиземное море с многочисленными смертельными случаями часто звучит в их рисунках и иной продукции

Например, сирийский мальчик играл в песочнице с фигурами человека, съеденного акулой в воде, в результате чего фантастические аспекты реанимации развивались в игре в течение нескольких сеансов через волшебную фигуру. Игра в песочнице с фигурами также способствовал психологической переработке травмы. Именно эта игровая творческая переработка имеет укрепляющий эффект. В отличие от этого, схематическое изображение сцен насилия провоцирует внутреннюю пустоту. Например, рисунки 17-летней девочки и 8-летнего мальчика из Сирии показывают, что дети выдают желаемое за действительное, когда в их фантазиях они удовлетворяют свои потребности, стараясь создать для себя место безопасности и защиты.

Дети и подростки также нередко наследуют травмы и страхи своих родителей. С помощью творческих вмешательств создается переходное пространство между внутренней и внешней реальностью, где может

происходить их постепенная интеграция. Для детей важно свободное самовыражение, когда они могут начинать с планирования своего творческого проекта. Дети-беженцы часто отбашаются в своих рисунках и играх к мотиву дома, пытаются создать свой собственный игрушечный трехмерный дом. При этом мы помогаем им создать самодельный игрушечный дом. Он становится уютным местом в пространстве художественной студии, приобретает особую символическую силу. Создавая себе такое место, ребенок реализует замещающую функцию символического объекта, что помогает ему постепенно осваивать новое социокультурное пространство.

Роль природы в работе с беженцами

Поскольку мы помогаем создать образ безопасного места, ориентированного на ресурсы, восприятие природы как ресурсного ориентира имеет особое значение. При выборе имиджевых мотивов для ориентации в среде, наряду с животными мотивами, особое значение преобладают пейзажные образы. Природа действует как стимул, например, в случае с сирийской женщиной, которая хотя и изучала искусство, но не рисовала более семи, с тех пор как стала беженкой. Благодаря арт-терапии, она, казалось, заново открыла для себя любовь к живописи, характерную для нее до гражданской войны. Создавая пейзажные картины, основанные на фотографиях, или развивая живописные цветочные мотивы, она смогла восстановить свое эмоциональное равновесие. Ее творческое самовыражение стало более свободным, более спонтанным и интуитивным. В ее художественных образах все больше проявлялось ощущение порядка и стабильности.

Для участников наших программ важно знакомство с природой в ее различных аспектах. Для молодого человека из Гамбии арт-терапевтическая практика была связана с образом плодоносящего мангового дерева. Она активировала его позитивные детские воспоминания, вносила гармонию и

имела стабилизирующий эффект. Это хорошо также проявилось в работе с 17-летней девушкой из Сирии. Она ценила силу и красота животных. Ее воспоминания из детства и ранней юности усиливали идентификацию с животными и пробуждали ресурсы. В то же время, это всегда было связано с безопасностью места, переживанием защиты, поскольку это также неоднократно происходило при игре с коробкой Plämo, различными материалами Playmobil для терапевтических целей. Она создавала композиции, включая в них заборы, сильных животных и защитников в виде идеализированных героев, оживляя их в игре. Она также активно использовала при создании композиций такие объекты, как сейфы, замки и другие, предназначенные для сохранения ценностей.

Заключение. Одной из особенностей арт-терапевтической работы с беженцами является то, что они могут выражать себя лишь в ограниченной степени из-за отсутствия языковых навыков. Более того, восполнить пробел с помощью переводчика сложно и важно только для разъяснения жизненного опыта и опыта перемещения. После установления контакта с терапевтом и друг другом, в процессе художественной диалогической практики беженцы часто выбирают для стабилизации характерные изобразительные мотивы, связанные с попытками самоидентификации. Эти мотивы, например, могут включать:

- пейзажи, в которых можно чувствовать себя в безопасности, комфортно и надежно,
- воду в виде источника, ручья, озера и т. д.,
- дерево, связанное с значимым биографическим опытом,
- целебные лучи солнца,
- другие источники силы, такие как реальные или воображаемые защитники, животные и т. д.
- воспоминание о приятных детских впечатлениях.

Очень важна атмосфера арт-терапевтического кабинета в динамике развивающихся отношений с терапевтом, которая является фундаментальной, в том числе в отношении «удержания». Смелость действовать творчески, пробовать что-то, отвергать и пересматривать также очень важны для беженцев и основаны на сочувствии и сострадании, вселяя чувство безопасности в творческой среде. Так укрепляется связь между творческим воображением и реальной жизнью как условие успешной адаптации.

В то же время травмирующие переживания перерабатываются на основе укрепления связи к ресурсам, давая ощущение согласованности и связанности картины мира. Важное значение имеет природа и общественный опыт, отсылки к прошлой семейной жизни с ориентацией на новое культурное пространство. Если беженцам и их детям удастся найти детский сад, интегрироваться в школьную систему, изучить новый язык, а также найти работу и жилье, это способствует психологической стабилизации.

ИСКУССТВО В ОБРАЗОВАНИИ И ТЕРАПИИ – ПУТЬ КИТАЙСКОГО УЧЕНОГО

Чжоу Тони

доктор философии, доктор биомедицины, приглашенный профессор Пекинского педагогического университета, учредитель и исполнительный редактор журнала «Искусство в образовании и психотерапии – восточные и западные перспективы», Китайская Народная Республика

Аннотация. В статье рассматривается то, как ученые воспринимают искусство и его вклад в развитие и оздоровление людей, и как китайцы учатся у Запада и объединяют это со своим культурным наследием. Первоначально получивший образование ученого в Китае, доктор Чжоу вошел в мир искусства во время своей исследовательской работы в Нидерландах. Это открыло ему новую дверь, чтобы взглянуть на вселенную и людей под другим углом. Помимо нескольких международных учебных программ, которые он основал в

Китае начиная с 2010 года, в 2015 году доктор Чжоу основал журнал «Креативные искусства в образовании и психотерапии – восточные и западные перспективы», служащий платформой для диалога и сотрудничества между Востоком и Западом. Чжоу делится своим профессиональным и личным опытом в путешествии, пролегающим между областями искусства и науки в международном масштабе и о том, как он привносит это в развитие экспрессивной терапии в Китае.

Ключевые слова: искусство, креативные искусства, экспрессивная терапия, Восток, Запад, Тао, Те, Ци.

CREATIVE ARTS IN EDUCATION AND THERAPY – A CHINESE SCIENTIST’S JOURNEY

Чжоу Тони Zhou, Tony

Doctor of Philosophy, Doctor of Biomedicine, Visiting Professor at Beijing Normal University, Founder and Executive Editor of the «Creative Arts in Education and Therapy - Eastern and Western Perspectives» Journal, People's Republic of China

Abstract. How do scientists view art and its contribution to their work and eventually to the development of human beings? How do Chinese learn from the West and combine that with their cultural background to strengthen personal growth? Originally trained as a scientist in China, Dr. Zhou stepped into the art world during his research work in the Netherlands. This opened a new door for him to look at the universe and human beings from a different angle. In 2005 he started the journey of integrating science and art in his professional and personal life. Besides several international training programs, he founded in China since 2010, in 2015 Dr. Zhou established “Creative Arts Education and Therapy – Eastern and Western Perspectives,” an international journal bridging China and the world and a platform for mutual dialogues and collaboration between East and West. Zhou will share his professional and personal experiences for this adventurous journey navigating

between the art and science domains with an international dimension and how he brings this to advance arts therapy in China.

Keywords: arts, creative arts, expressive therapy, East, West, Tao, Te, Ch'i.

Введение. Во-первых, я хочу сказать, что восхищаюсь впечатляющими результатами, достигнутыми Россией и ее народом в области искусства. Я верю, что благодаря искусству и международному сотрудничеству, как эта конференция, мы можем продвинуть наше взаимопонимание, уважение и гуманность, сохранить свое здоровье, благополучие и человеческое достоинство во времена глобальных испытаний. Сегодня я не буду говорить о техниках арт-терапии, а скорее перейду на макроуровень, чтобы поделиться своими взглядами и личными историями как ученого и знатока искусства.

Ранее я получил биомедицинское образование, и это означает, что мои знания были в значительной степени основаны на западной системе естественных наук, которая является очень логичной, рациональной и аналитической. Конечно, я многое узнал о вселенной через призму науки. Но, как вы все знаете, чем больше вы знаете, тем больше понимаете, что мало знаете о мире. Конечно, в моей исследовательской работе я сталкивался с трудностями, которые я не мог преодолеть с помощью научных уравнений и моделей. На третьем курсе университета я переехала в Европу, чтобы получить докторскую степень. В это время мой отец заболел тяжелым заболеванием. Я увидел, как он страдает как пациент, и, в то же время, моя мама, как основной опекун, страдала эмоционально.

Это стало одной из причин, побудивших меня сделать некоторые изменения в моей карьере и в жизни. По стечению обстоятельств я начал заниматься современным танцем в университете, когда мне было 30 лет. Во время этих занятий я впервые почувствовал, как выразительное движение может глубоко влиять на мое тело и эмоциональное состояние, сделав меня

более живым и ярким человеком. Конечно, я не до конца осознавал, что такое целительная сила танца, пока через год не встретил голландского танцевального терапевта. Танцевальная терапия привлекла меня, потому что она перекликалась с китайскими представлениями о гармонии тела, разума и духа.

Я с энтузиазмом взялся за объединение науки и искусства, которое дало мне больше возможностей в моей жизни. В 2005 году я решил привезти танцевальную терапию в Китай, а в 2010 году мы создали первую программу обучения танцевальной терапии в Китае. Уровень нашей программы соответствует стандарту Американской ассоциации танцевальной терапии и стал образцом подготовки в Китае. Тем не менее, я понял, что обучение – это только часть того, что нам нужно делать. Без международной платформы у нас не может быть диалога с Западом и остальным миром.

Таким образом, в 2015 году мы основали журнал «Креативные искусства в образовании и терапии – восточные и западные перспективы» с открытым доступом. Этот журнал является платформой для сотрудничества в области гуманитарного образования и креативной терапии на основе интеграции достижений восточной, западной и глобальной культур. Я чувствую, что важно, чтобы наш голос из Китая и Азии был услышан в международном сообществе, а также вывел искусство и человечество на передний план, чтобы как профессионалы, так и общественность понимали больше ценность искусства для развития человека.

Терапия искусством, экспрессивная терапия – все еще довольно маленькая область профессиональной деятельности, по сравнению с другими профессиями. Поэтому мы должны объединяться. В 2019 году мы создали IACASE (Международную ассоциацию соматического образования в области творческих искусств), чтобы расширить сотрудничество и поддержать развитие экспрессивной терапии в развивающихся странах и регионах.

Перспективы развития человека и роль науки и искусства

Как люди, мы постоянно бросаем вызов себе, и наши перспективы продолжают развиваться. Мы не можем видеть вирус невооруженным глазом, потому что он просто слишком мал. И вирус не может видеть нас, потому что мы слишком большие. Мы можем представить себе, что мы, люди, можем быть похожими на вирус для других супер-существ, которые видят нас такими же, как мы видим вирус. Мы, вероятно, слишком малы, чтобы видеть и чувствовать этих супер-существ. Мы все знаем, что мы не можем определенно предсказать будущее, даже если мы владеем определенными научными методами. Будущее во многом находится далеко за пределами нашего человеческого понимания и способности прогнозировать развитие.

Развитие человеческого сообщества за последние 4000 лет можно разделить на разные эпохи – эпоху сельского хозяйства, индустриальную эпоху, информационную эпоху и эпоху робототехники и биотехнологии. В каждой из этих эпох человечество стремилось освоить и подчинить себе окружающую среду, используя для этого разные средства и технологии. В индустриальный век мы строим небоскребы и машины, чтобы завоевать пространство. В информационную эпоху люди создали компьютер, чтобы быстрее вычислять, чтобы завоевать время, а на основе биотехнологии мы пытаемся изменить телесные основы человека. Если мы посмотрим на всю кривую развития человечества в разные эпохи, то увидим, что она похожа на кривую роста бактерий, начиная с медленного роста до экспоненциального роста, и, вероятно, на следующей стадии своего развития люди перейдут в эпоху распада, либо исчезнут, либо перейдут на новую стадию.

Я помню, как впервые посетил Рокфеллер-центр в Нью-Йорке. Я стоял перед огромной фреской и был поражен этим произведением. Попытки и амбиции людей покорить мир, переданные на этой фреске, впечатлили и напугали меня одновременно. С точки зрения биолога и человека я понимаю

наше желание быть в центре природы, но, будучи человеком, принадлежащим к традиционной китайской культуре с ее почтительным отношением к природе, я чувствовал, сколь опасно бросать вызов Матери-Природе. Эпидемия коронавируса сильно напомнила мне, как мало мы знаем о Вселенной и насколько мы можем быть уязвимы.



Рис. 1. «Американский прогресс». Хосе Мария Серт (фреска 1937 г., деталь): Рокфеллер Центр, Нью-Йорк.

Заключение. Кажется, что природа посылает коронавирус в качестве посланника, сообщая нам, как мы должны мыслить более экологично, как индивидуумы и как вид. Вирус может разделить нас, но также может объединить нас, в зависимости от того, как мы поступаем друг с другом и со всем миром. Это время, когда нам нужна пауза и глубокие размышления о себе [3].

В последние недели, когда я писал две статьи о коронавирусе, я больше читал о древнекитайской философии и был очень вдохновлен духом и мудростью древней цивилизации. Искусство очень ценится в традиционной китайской культуре как один из источников знания, данного человеку от природы, которым мы должны пользоваться более активно.

Искусство в традиционной китайской философии может быть представлено как способ реализации добрых намерений, или человеческой добродетели, так называемого *Те*, позволяющего пользоваться жизненной энергией, *Ци*. Без добродетели эта энергия не может быть преобразована или интегрирована в творческий процесс. Добродетель означает не только социальную ответственность, но и сострадание ко всем формам жизни, включая людей, животных, растения и даже вирус. Такой добродетели у человечества и его руководства сейчас явно не хватает. Вся древняя китайская философия подчеркивает баланс и гармоничные отношения между человеком и природой. Нам нужно следовать Пути или *Дао* природы, чтобы наслаждаться дарами природы, включая искусство [1, 2, 3].



Рис. 2. Культивирование энергии *Ци* с помощью добродетели *Те* в соответствии с представлениями древнекитайской философии.

Примечание:

- *Те* (德): внутреннее качество добродетели и социальной ответственности
- *Ци* (气): жизненная энергия
- Преобразование энергии *Ци* на основе *Те* в творческую активность

- Искусство как драгоценный природный ресурс
- Выход за рамки человеческой перспективы как условие гармоничных отношений с природой, устойчивого развития
- Следование священному Пути жизни – *Tao* (道)

Литература / References

1. McNiff S. Ch'i and artistic expression: an East Asian worldview that fits creative process everywhere // *Creative Arts in Education and therapy*. – 2016. - Vol. 2, №2. -P.12-20.
2. Plevin M., Zhou T.Y. Creative movement with Te and Ch'i - global virtual and embodied connection during Covid-19 pandemic // *Creative Arts in Education and Therapy*. - 2020. - Vol. 6, №1. - P.10-18.
3. Zhou T.Y. Virus - on the edge of art and science, human beings, and nature // *Creative Arts in Education and Therapy*. - 2020. - Vol.6, №1. - P. 3-9.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Абрамов Борис Эвильевич, ассистент курса психиатрии Учреждение образования «Гомельский государственный медицинский университет», Республика Беларусь, г. Гомель

Акименко Галина Васильевна, к.и.н., доцент кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Алешина Ирина Владимировна, младший научный сотрудник, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки «ФИЦ питания и биотехнологии», Россия, г. Москва

Алешин Гордей Андреевич, студент, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет», Россия, г. Москва

Басалаев Юрий Михайлович, доктор физико-математических наук, профессор, профессор, кафедра медицинской, биологической физики и высшей математики ФГБОУ ВО «Кемеровский медицинский государственный университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Алиева Валентина Олеговна, магистрант, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет», Институт образования

Басалаева Оксана Геннадьевна, к. ф. н, доцент, доцент, кафедра медицинской, биологической физики и высшей математики ФГБОУ ВО «Кемеровский медицинский государственный университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Батурин Сергей Петрович, к.и.н., доцент ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет», Россия, г. Кемерово

Богонис Елена Васильевна, врач психиатр-нарколог, «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Борисова Валерия Анатольевна, врач-психиатр, «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Боровикова Злата Владимировна, к.и.н., доцент, доцент кафедры истории, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Валиуллина Евгения Викторовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Водопьянова Яна Станиславовна, студент, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Воробьева Ирина Николаевна, старший преподаватель, кафедра психологической антропологии Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет», Институт детства, Россия, г. Москва

Вострых Данила Владимирович, заместитель главного врача по организационно-методической работе, Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Гмошинская Мария Владимировна, врач-педиатр, ведущий научный сотрудник, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки «ФИЦ питания и биотехнологии», лаборатория возрастной нутрициологии, Россия, г. Москва

Говорова Галина Мариановна, медицинский психолог, Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Головко Ольга Владимировна, к.ф.-м.н., доцент, доцент, кафедра медицинской, биологической физики и высшей математики, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Гукина Людмила Владимировна, кандидат филологических наук, заведующий кафедрой иностранных языков, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Гус Эфрат, профессор, руководитель магистратуры по арт-терапии для социальных работников, Университете Бен-Гуриона, Израиль, г. Беер-Шева
Дарсалия Ольга Владимировна, врач-психотерапевт, Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Дацковский Израэль (Владимир Модестович), Ph.D. Кабинет клинической психологии и патопсихологии, г. Бейт Шемеш, Израиль

Дементьева Галина Сергеевна, заведующая диспансерным отделением, врач психиатр-нарколог, Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Дубская Юлия Владимировна, заведующая кабинетом профилактики, врач психиатр-нарколог, Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Дубчак Юлия Владимировна, заведующая отделением реабилитации, врач психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Евдокимова Оксана Васильевна, студент, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Евстратова Ольга Васильевна, врач психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Еремина Светлана Михайловна, врач психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Жегурова Оксана Александровна, ассистент кафедры психологии здоровья и отклоняющегося поведения, Санкт-Петербургский государственный университет, Россия, г. Санкт-Петербург

Жуланова Валерия Владимировна, студент, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Иванова Анжелика Владимировна, медицинский психолог ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П.Кокориной, г. Кемерово, Россия

Зайцева Светлана Валерьевна, ассистент, кафедра эпидемиологии, инфекционных болезней и дерматовенерологии ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Захаренкова Ксения Андреевна, ассистент, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Зорохович Ирина Ивановна, заместитель главного врача по медицинской части, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Калакуцкая Алина Александровна, психолог, магистрант, кафедра ЮНЕСКО Культурно-историческая психология детства, Московский государственный психолого-педагогический университет, Россия, г. Москва

Кунназарова Наргиза Амангелди кызы, врач общей практики, Многопрофильная поликлиника при РМО, Республика Узбекистан, Каракалпакстан, Тахиаташ

Келябидина Олеся Александровна, медицинский психолог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Кирина Юлия Юрьевна, к.м.н., доцент кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово
заведующая кабинетом медицинских осмотров ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Кириченко Елена Анатольевна, врач психиатр, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Ковалева Галина Петровна, кандидат философских наук, доцент, доцент ФГБОУ ВО «Кузбасская государственная сельскохозяйственная академия», Россия, г. Кемерово

Колосова Елена Владимировна, доцент, кафедра общей и педагогической психологии, Федеральное ГБОУ ВО «Воронежский государственный педагогический университет», Россия, г. Воронеж

Кузнецова Наталия Владимировна, врач психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Лавров Никанор Васильевич, кандидат медицинских наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет Минздрава России, Россия, г. Санкт-Петербург

Левин Стивен, доктор философии, заслуженный профессор Йоркского университета (Торонто, Канада), декан докторантуры в области экспрессивных искусств в Европейской школе последипломного образования Швейцария, Саас-Фе.

Лизунова Наталья Вячеславовна, заведующая стационарным отделением, врач психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Лопатин Андрей Анатольевич, главный специалист нарколог СФО, главный врач ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово, д.м.н., профессор кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Люлина Ирина Леонидовна, заведующая областного химико-токсикологического центра, врач психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Лыхина Наталья Игоревна, врач-психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Мальцева Раиса Иосифовна, директор, Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Детская художественная школа №14 им. А.А. Леонова», Россия, п. Тисуль, Тисульского МО, Кемеровской области

Макнифф Шон, почетный профессор Университета Лесли, США, Кембридж, Массачусетс

Мальчиоди Кэти, PhD, LPCC, LPAT, ATR-BC, REAT, доктор философии, зарегистрированный арт-терапевт и экспрессивный терапевт, директор Института психотравматологии и терапии искусством, США, шт. Кентукки

Мальцева Раиса Иосифовна, директор МБОУ ДО ДХШ №14 им. А.А. Леонова, Россия, Тисуль

Маркова Светлана Васильевна, музейно – выставочный комплекс ВГМУ им. Н.Н. Бурденко ФГБОУ» Воронежский государственный медицинский

университет им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России, Россия, г. Воронеж

Назарова Наталия Рафаэлевна, кандидат психологических наук, медицинский психолог, арт-терапевт Россия, Международная школа арт-терапии, г. Санкт-Петербург г. Санкт-Петербург

Начева Любовь Васильевна, д.б.н., профессор, заведующий кафедрой биологии с основами генетики и паразитологии, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Никитин Павел Игоревич, заместитель главного врача по экспертизе, врач психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Нэш Гери, соучредитель, практик и исследователь Лондонского центра арт-терапии Великобритании, Лондон

Орлов Максим Валентинович, врач-психиатр, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Паркер-Белл Барбара, доктор психологии, директор магистерской программы арт-терапевтического образования Флоридского государственного университета, президент Аккредитационной комиссии Американской арт-терапевтической ассоциации, США, Таллахаси, штат Флорида

Панфилова Анна Сергеевна, педагог изобразительного искусства, методист ГОУ ДО «Китеж Приморского района СПб, Россия, г. Санкт-Петербург

Пивовар Ольга Ивановна, к.м.н., доцент, доцент кафедры эпидемиологии, инфекционных болезней и дерматовенерологии, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Полуэктова Надежда Сергеевна, медицинский психолог отделения реабилитации, Государственное автономное учреждение здравоохранения «Республиканский наркологический диспансер» Министерство Здравоохранения Республики Бурятия, Россия, г. Улан-Удэ

Приленский Борис Юрьевич, д.м.н., профессор, заведующий кафедрой психиатрии, психотерапии и наркологии, ГБОУ ВПО «Тюменский государственный медицинский университет», Минздрава России, Россия, г. Тюмень

Протасова Дарья Даниловна, воспитатель, первая квалификационная категория, Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение № 239 «Детский сад комбинированного вида», Россия, г. Кемерово

Рублева Ольга Петровна, медицинский психолог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово

Ржеуцкая Елена Ивановна, заместитель директора по воспитательной работе, учитель начальных классов, Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Мийнальская основная общеобразовательная школа», Россия, п. Мийнола Лахденпохского р-на

Салтанова Елена Владимировна, старший преподаватель, кафедра медицинской, биологической физики и высшей математики, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Сапаева Шарофат Аминовна, к.м.н., доцент, заведующий кафедрой анатомии, Ургенчский филиал Ташкентской медицинской академии, Республика Узбекистан, г. Ургенч

Сквира Иван Михайлович, д.м.н., доцент, заведующий курсом психиатрии, доктор медицинских наук, Учреждение образования «Гомельский государственный медицинский университет», Республика Беларусь, г. Гомель

Селедцов Александр Михайлович, д.м.н., профессор, заведующий кафедрой психиатрии, наркологии и медицинской психологии ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Селина Галина Александровна, врач психиатр-нарколог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер» имени профессора Н.П. Кокориной, Россия, г. Кемерово

Соколовская Валентина Васильевна, учитель-дефектолог, Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 201 «Детский сад компенсирующего вида», Россия, г. Кемерово

Соколовский Михаил Владимирович, к.э.н., доцент, кафедра общественного здоровья, организации и экономики здравоохранения имени профессора А.Д. Ткачева, к.э.н., доцент, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Степанчук Наталья Николаевна, аспирант, младший научный сотрудник отдела теоретических исследований в области искусственного интеллекта, Государственное учреждение «Институт проблем искусственного интеллекта», Донецкая Народная Республика, г. Донецк

Султонова Камола Баходировна, ассистент кафедры психиатрии, наркологии, детской психиатрии, медицинской психологии и психотерапии. Соискатель степени PhD, Ташкентский педиатрический медицинский институт Республика Узбекистан, г. Ташкент

Суховольская Анастасия Сергеевна, медицинский психолог, ГБУЗ «Кузбасский клинический наркологический диспансер имени профессора Н.П. Кокориной», Россия, г. Кемерово

Тиунова Кристина Романовна, студент, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Федосеева Ирина Фаисовна, к.м.н., доцент, доцент кафедры неврологии, нейрохирургии, медицинской генетики и медицинской реабилитации, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Хампе Рут, доктор философии, почетный профессор факультета инклюзивного образования Католического университета прикладных наук, Германия, г. Фрайбург

Чжоу Тони, доктор философии, доктор биомедицины, приглашенный профессор Пекинского педагогического университета, учредитель и исполнительный редактор журнала «Искусство в образовании и психотерапии – восточные и западные перспективы», КНР.

Шмакова Ольга Валерьевна, к.м.н., доцент, заведующий кафедрой педиатрии и неонатологии, ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет» Минздрава России, Россия, г. Кемерово

Приложение.

ГРАФФИТИ И СТРИТ - АРТ
ПОСВЯЩЕННЫЕ ПАНДЕМИИ COVID-19



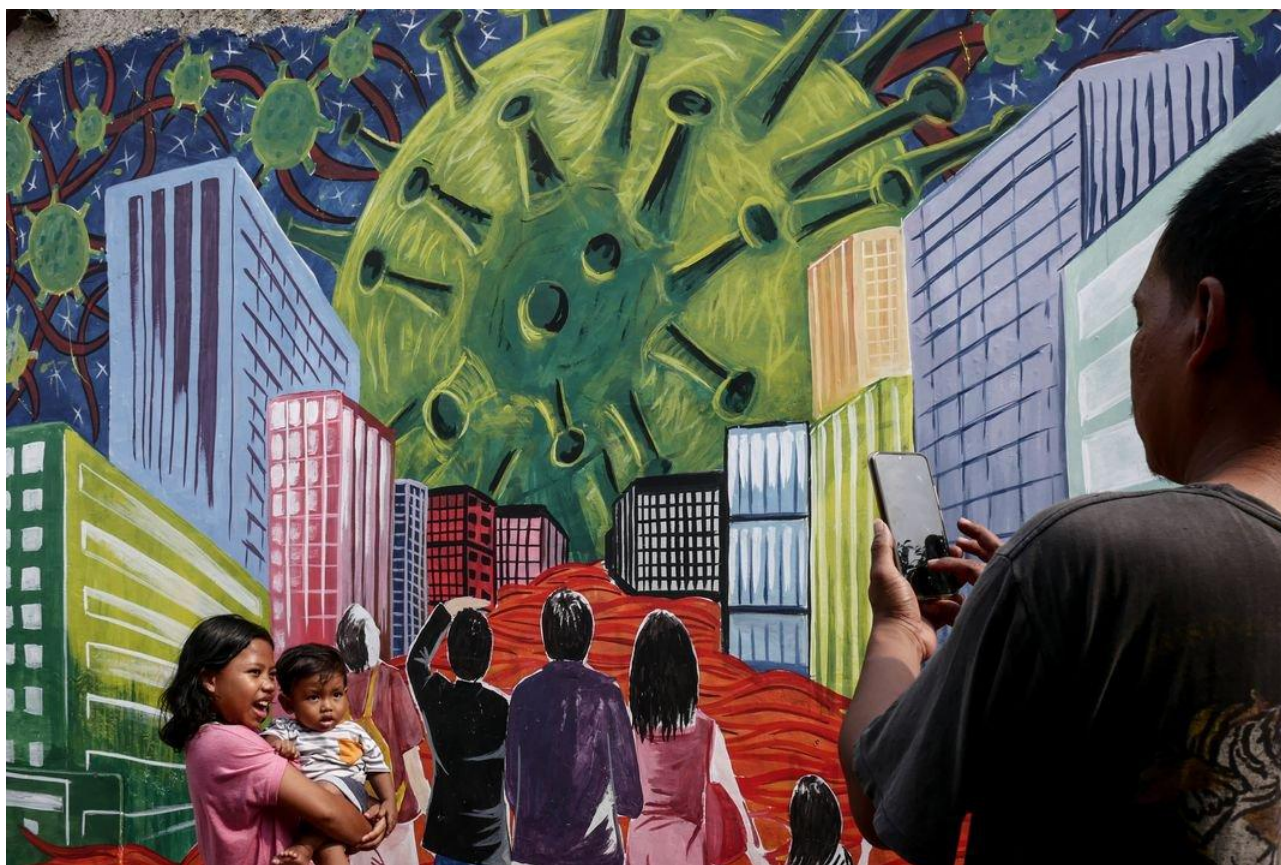




*В Приложении использованы фотографии из открытого источника.–
URL: <https://mtdata.ru/u13/photo6ECC/20743034273-0/original.jpg>
(дата обращения 7.04.2022)*







Научное издание

Международная научно-практическая конференция
ПРАКТИКА ИСЦЕЛЕНИЯ ТВОРЧЕСТВОМ:
СОВРЕМЕННАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ
В ОБРАЗОВАНИИ, МЕДИЦИНЕ
И СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЕ

Отв. ред. Г. В. Акименко; ред. А.И. Копытин, А. А. Лопатин,
А. М. Селедцов, Л.В. Гукина, Л.В. Начева, И.Ф. Федосеева

16+

Подписано в печать 24.04.2022. Формат 60x84 1/16.

Печать офсетная. Бумага офсетная № 1. Печ. л. 28,44

Тираж 500 экз. Заказ № 11244

Кемеровский государственный медицинский университет

650056, г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22 А.

Отпечатано в типографии ООО «АРФпринт»: г. Кемерово, ул. Карболитовская,
1/173, офис 202.

Тел.: (3842) 65-79-09. Сайт: www.arf-print.ru