

УДК 37.013+37.134

**Головатюк Іван Григорович**

актор Тернопільського обласного академічного театру актора і ляльки  
м.Тернопіль, Україна

## АРТ-ТЕРАПІЯ У ЗАРУБІЖНІЙ НАУКОВІЙ ТРАДИЦІЇ

*У статті проаналізовано специфіку сприйняття арт-терапії зарубіжними науковцями. Досліджено особливості розуміння арт-терапії представниками професійних організацій арт-терапевтів США та Великобританії. Проаналізовано праці сучасних західноєвропейських та американських теоретиків і практиків у галузі арт-терапії. Співставлено особливості роботи арт-терапевта в Україні та країнах Західної Європи і США. Виявлено відмінності у розумінні арт-терапії й обов'язків арт-терапевта у країнах Західної Європи і США.*

*Ключові слова:* арт-терапія, арт-терапевт, мистецтво, творчість, зарубіжна наука.

**Вступ.** Арт-терапія стосується психологічного впливу мистецтва і використовується в соціальній, педагогічній, психологічній роботі як засіб гармонізації і розвитку психіки людини за допомогою художньої творчості [1, с.4]. Актуальність застосування арт-терапії обґрунтовується тим, що сутність цієї роботи полягає не у навчанні певного виду мистецтва (малювання, музики, танців, акторської майстерності), а в тому, що особистість за допомогою арт-терапевтичних технік, спеціально підібраних засобів, отримує можливість самовиразитись, виплеснути негативні емоції, поділитися своїми переживаннями і, таким чином, покращити свій психоемоційний стан. Зародження арт-терапії як окремого наукового напрямку пов'язують з іменем А.Хілла (А.Hill), британського художника, який у 1938 році під час лікування від туберкульозу в санаторії Мідхерст, малюючи, зрозумів, що це допомагає одужанню. Оскільки саме у Західній Європі виник термін «арт-терапія», а діяльність перших арт-терапевтів (Е.Крамер, М.Наумбург,) спричинила появу американської арт-терапевтичної школи і в подальшому напрямку, доцільним вважаємо проаналізувати погляди західноєвропейських та американських учених на арт-терапію.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Відзначимо, що загальні аспекти арт-терапії представлені у роботах зарубіжних дослідників (Л.Аметова, Л.Белозорова, Б.Карвасарський, М.Кисельова, О.Копитін, Л.Лебедева, К.Рудестам та інші). Доволі ґрунтовно вивчені методичні аспекти арт-терапії у наукових публікаціях зарубіжних арт-терапевтів – М.Бетенскі, Е.Крамер, М.Лібман, М.Наумбург та інших. Попри те, що в Україні арт-терапія перебуває на стадії становлення, вона неодноразово привертала увагу окремих представників наукової спільноти. Так, відомі праці, що відображають результати дослідження арт-терапії загалом та її окремих аспектів таких вітчизняних науковців, як О.Вознесенської, Л.Волкової, Є.Пінчук, Г.Побережної, О.Сороки, В.Шевченко та інших. Однак особливий інтерес викликає аналіз поглядів на арт-терапію, що побутують у зарубіжній, зокрема західноєвропейській та американській науці, де цей напрям зародився і набув найбільшого розвитку.

**Метою** статті є аналіз особливостей розуміння арт-терапії представниками зарубіжної науки.

**Виклад основного матеріалу.** В останні роки в психіатричних закладах різних країн все більш активно застосовується такий інноваційний здоров'язберігаючий підхід, як психотерапія мистецтвом (expressive arts therapies). Згідно з міжнародною класифікацією (European Consortium for Arts Therapies Education, 1999, 2002, 2005), психотерапія

мистецтвом представлена чотирма модальностями: арт-терапією (психотерапією за допомогою образотворчої діяльності), драматерапією (психотерапією за допомогою сценічної гри), танцювально-руховою терапією (психотерапією засобом руху і танцю) і музичною терапією (психотерапією за допомогою звуків і музики) [3, с.3].

В контексті медичної науки арт-терапія, за О.Копитіним, розглядається як сукупність методів психологічного або психофізичного впливу за допомогою зображувальної діяльності на пацієнтів з різною психічною і соматичною патологією для їх лікування, профілактики і реабілітації [3, с.3].

Слід констатувати, що арт-терапія виникла в контексті психоаналітичних ідей З.Фрейда і К.Юнга, оскільки свобода самовираження і використання уяви дають змогу зіткнутися свідоме і несвідоме особистості. Представниця традиційного психоаналізу, М.Наумбург почала використовувати спонтанний малюнок як терапевтичну техніку, акцентуючи увагу на вільних асоціаціях та інтерпретаціях. Показово, що у своїй роботі художниця спиралася на погляди З.Фрейда, зокрема на ідею про те, що первинні думки і переживання особистості, що виникають у підсвідомості, найчастіше отримують вираження у формі образів і символів. Саме образи художньої творчості відображають усі види підсвідомих процесів – страхів, конфліктів, дитячих спогадів, мрій, тобто тих феноменів, які терапевти досліджують під час психоаналізу [2, с.13].

Принципово зазначити той факт, що принципове значення для арт-терапії мають символи. Основи психодинамічного розуміння символу були закладені З.Фрейдом. На його думку, вони сприяють поступовому усвідомленню особистістю своїх потреб. Символи за З.Фрейдом – це деформовані потреби. Деякі інші поглядів дотримувався К.Юнг, для якого символи є природним способом психічної експресії на різних стадіях психічного розвитку. Вони тісно пов'язані з динамікою індивідуального і колективного несвідомого. Ті символи, що відображають зміст колективного несвідомого є так званіми архетипними символами. Саме архетипні символи відображають найбільш фундаментальні психічні властивості і процеси, а також відпрацьовані еволюцією способи розв'язання внутрішніх конфліктів. З архетипними символами К.Юнг пов'язував прояви тієї функції психіки, що виступає фактором індивідуалізації і відбиває її здатність до саморегуляції [2, с.18]. Отже, на відміну від З.Фрейда, котрий вважав символи проявом інстинктивних потреб, К.Юнг стверджував, що символи можуть сприяти не лише відновленню психічного балансу, а й особистісному росту. За допомогою символів людина здатна взаємодіяти з блокованими аспектами несвідомого і їх енергією, і за-

вдяки цьому поступово прийти до їх усвідомлення і до психічної цілісності.

Ці відмінності в поглядах З.Фрейда і К.Юнга зумовили принципово різні підходи в практичній роботі. Так, К.Юнг вважав різні види самостійної творчої роботи своїх пацієнтів дуже важливими для лікування і гармонізації особистості. Ця робота проходила у формі вираження несвідомого через образотворчу діяльність, рух, танець тощо. Водночас відбувалася взаємодія пацієнта і терапевта через спільний аналіз продуктів творчості пацієнта.

Арт-терапевт і художник А.Хілл, який виявив терапевтичні можливості рисунку і малярства для хворих на туберкульоз, стверджував, що цінність арт-терапії полягає у тому, що вона «повністю оволодіває розумом, як і руками, і вивільняє творчу енергію зазвичай стриманих пацієнтів» [9, с.101-102]. Це, на думку А.Хілла, спонукає пацієнта «створювати міцну систему оборони від нещастя» [там само].

Американська дослідниця М. Наумбург, яка також стояла біля витоків арт-терапії, почала використовувати термін «арт-терапія» у своїх роботах. Її модель арт-терапії базувалася на ідеї про вивільнення несвідомого за допомогою спонтанного мистецького, творчого вираження; про трансферентні взаємостосунки між пацієнтом і терапевтом, а також спонукання до вільних асоціацій [7, с.1].

Однією з найвідоміших сучасних дослідниць арт-терапії вважають американську вчену К.Малкіоді (С. Malchiodi). У своїй праці «Довідник із арт-терапії» («Handbook of Art Therapy») [10] вчена зауважує, що мистецтво є потужним засобом спілкування. Загальновідомим є той факт, що вираження за допомогою мистецтва є способом візуалізації думок і почуттів, які є болісними, щоб висловлювати їх вербально. Творчість використовують у психотерапії не лише тому, що це – свого роду інша мова, але й тому, що їй властива здатність допомагати людям будь-якого віку досліджувати власні емоції і переконання, зменшувати стрес, розв'язувати проблеми, конфлікти і загалом покращувати стан [10, с.9].

Укладач посібника з арт-терапії Д.Едвардс (D. Edwards) стверджує, що арт-терапією є форма психотерапії, що використовує образотворення, щоб дослідити і полегшити процес мислення, внутрішні конфлікти особистості, які є причиною емоційної тривожності індивідуума [7, с.4].

За оцінкою медиків США, не менше третини пацієнтів цієї країни прагне використовувати можливості арт-терапії для свого лікування. Кількість прихильників тільки однією з форм арт-терапії – музичної терапії – досягає в США приблизно 600 тисяч чоловік. Такі масштаби використання арт-терапії свідчать про те, що розробка творчих методів лікування виникла не випадково.

Американською Асоціацією Арт-терапевтів (American Art Therapy Association) у 1996 році було висунуто ідею про те, що процес створення предметів мистецтва здійснює лікувальний ефект на людину, за допомогою якого оживають спогади, думки і почуття [5]. Привертає увагу той факт, що в зарубіжному науковому товаристві арт-терапію розуміють не лише як науку, але й як професію. Зокрема, це відображено у визначенні арт-терапії, запропонованому Американською Асоціацією Арт-терапевтів у 2017 році, згідно з яким арт-терапія – це інтегративна професія, що перебуває на межі двох галузей: психічного здоров'я і соціального забезпечення, і покликана покращувати життя кожної окремої особистості, сімей, спільнот за допомогою активної творчості, ство-

рення предметів мистецтва і людських переживань у процесі психотерапії [5].

Науковці зазначають, що арт-терапію краще застосовувати для покращення когнітивної і сенсомоторної функцій, формування самоповаги, почуття власної гідності й самоусвідомлення, емоційної стійкості, розвитку соціальних навичок, розв'язання конфліктів і зниження тривожності [8].

Дещо відмінне визначення арт-терапії пропонує Британська Асоціація Арт-терапевтів (The British Association of Art Therapists), представники якої переконані, що арт-терапія є, передусім, формою психотерапії, що використовує медіамистецтво як основний засіб (режим) спілкування [6, с.2]. У цьому контексті мистецтво не є інструментом для діагностики, а використовується як засіб звернення до емоційних проблем, що можуть бути суперечливими для особистості або бути причиною психологічних страждань [12].

Представники Канадської Арт-терапевтичної Асоціації (Canadian Art Therapy Association) зазначають, що арт-терапія використовує процес творення мистецтва і вираження почуттів клієнта для того, щоб покращити психічний, фізичний і емоційний стан індивідуума [7, с.3].

Як відомо, в Україні фахівці, які проводять арт-терапевтичні заняття, є, як правило, психологами або психотерапевтами. Натомість, у західноєвропейській та американській практиках арт-терапевт – це, скоріше, лікар, клінічний працівник вищої категорії. Так, за свідченням О.Сороки, у Великобританії арт-терапевти мають офіційний статус, користуються державною підтримкою і мають право на захист професійної діяльності. Окрім того, британський уряд стежить за ефективністю підготовки фахівців та проходженням ними підвищення кваліфікації, яка має бути підтверджена відповідним сертифікатом. Таким чином, у Великобританії арт-терапія є загальноновизнаним і значущим напрямом у лікувально-реабілітаційній, а також соціальній і педагогічній роботі [4, с.168]. Арт-терапевти працюють як у державних, так і у приватних установах. Зокрема фахівці з арт-терапії є затребуваними в університетах, коледжах, школах, притулках, соціально-корекційних службах, тюрмах, будинках для інвалідів, геріатричних будинках, художніх студіях, а також у лікарнях та лікувальних центрах. Спеціальність арт-терапевта нині є однією з найбільш популярних і затребуваних закордоном [там само].

Попри це, перед зарубіжною арт-терапією постають певні проблеми. Так, Д. Едвардс наголошує на недоліках арт-терапії у Великобританії. Науковець зауважує, що сучасна арт-терапія зосереджена, здебільшого, на візуальному мистецтві (малярство, скульптура) і, як правило, не передбачає такі види мистецтва як музику, драму, танець тощо. Водночас дослідник наводить приклад Нідерландів, де ситуація дещо відрізняється. Так, у Нідерландах арт-терапія відома під назвою «креативна терапія» (creative therapy) і має безпосереднє застосування у процесі професійної підготовки і професійного розвитку фахівців [7, с.4].

Згідно з інформацією Американської Асоціації Арт-терапевтів, робота арт-терапевта пов'язана як з людьми, які мають проблеми зі здоров'ям фізичного та психічного характеру, так і з тими особами, котрі потребують емоційного, творчого й духовного розвитку [5]. Водночас К.Малкіоді зазначає, що арт-терапевтичні технології і засоби є не лише в арсеналі власне арт-терапевтів, ними послуговуються також

вихователі, психологи, психіатри, соціальні працівники і навіть лікарі загальної практики [10, с.1].

Ми переконані, що арт-терапевт повинен добре розуміти мистецькі процеси і це розуміння має бути підкріплено серйозною терапевтичною практикою. Така практика, на думку представників Британської Асоціації Арт-терапевтів можлива, якщо арт-терапевт має досвід роботи з людьми різного віку, соціального статусу, за різних умов, наприклад, психотерапевтичної роботи з дорослими, з особами, які мають труднощі з навчанням, у дитячих і молодіжних центрах, у в'язницях, в галузі паліативної допомоги тощо [6, с.2]. За свідченням О.Сороки, у країнах Західної Європи та США кваліфікаційна характеристика арт-терапевта передбачає чутливість до потреб і вражень людини, психічну стабільність, терпимість і терплячість, уважність, вміння підтримувати бесіду, досягати згоди з людьми, вибудовувати гармонійні стосунки, а також почуття гумору, гнучкість, вміння адаптуватися до мінливих обставин навколишньої дійсності, готовність до роботи з представниками різних культур, націй, віросповідань тощо [4, с. 169].

Варто зауважити, що в зарубіжній науковій традиції прийнято чітко розмежовувати мистецьку освіту і арт-терапію. Мистецька освіта має на меті розвиток знань, умінь, навичок і підходів до розуміння мистецтва. В центрі уваги в цьому випадку – власне мистецтво, акцент робиться на продукті мистецтва, а не на процесі його створення. Іншими словами, мистецька освіта фокусується на мистецтві, а не на індивідуумі, котрий його створює. Натомість призначення арт-терапії – догляд, турбота. Вона зосереджується на особистості творця предметів мистецтва і використовує процес творчості в якості лікувального процесу [13]. Водночас справедливою є думка про те, що без мистецтва арт-терапія є неможливою. Цю ідею висловлює, зокрема, Дж. Рубін (J.Rubin), котра зауважує, що основою основ арт-терапії є влас-

не мистецтво. Без нього не існує ані арт-терапії як дисципліни, ані теоретичних підходів до її розуміння [11, с.17].

У фундаментальному дослідженні Дж.Рубін «Підходи до арт-терапії: теорія і техніка» (“Approaches to Art Therapy: Theory and Technique”) виокремлено основні підходи до розуміння арт-терапії у сучасній західній науці, а саме: – психодинамічний (psychodynamic approach); – гуманістичний (humanistic approach); – оцінювальний (contemplative approach); – когнітивний і нейронауковий (cognitive and neuroscience approaches); – системний (systemic approach); – інтегративний (integrative approach) [11, с.9-12].

Із зазначеного очевидним є той факт, що арт-терапія може інтегруватися з іншими терапевтичними підходами, як-от: когнітивно-біхевіоральна терапія (cognitive behavioral therapy), підготовка соціальних навичок для розв’язання проблем (training in social skills and for problem solving), систематична десенсебілізація (systematic desensitization) для покращення когнітивних, соціальних та емоційних результатів [13].

Викладений матеріал дає змогу зробити **висновки**. Арт-терапія нині є предметом наукових інтересів зарубіжних дослідників. У країнах Західної Європи та США створюють професійні організації арт-терапевтів, які виконують допоміжну та регулятивну функції і загалом визначають напрям розвитку арт-терапії як науки. Сприйняття арт-терапії та арт-терапевта як фахівця зі своїми обов’язками і функціями в Україні та у країнах Західної Європи та США суттєво відрізняється. Зокрема, в Україні відсутня професія арт-терапевта, а його роль зазвичай виконує психолог, у той час як для західної традиції властивим є клінічна практика арт-терапевтів. Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективи подальших досліджень у аналізі підходів до арт-терапевтичних технологій, що розробляються зарубіжними науковцями.

### Список використаної літератури

1. Белозорова Л.А. Арт-терапия как средство психокоррекции нарушений эмоциональных состояний детей-дошкольников: автореф. дисс. на соискание уч. степени канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / Л.А.Белозорова. – Курск, 2011. – 27 с.
2. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе / М.В.Киселева. – СПб.: Речь, 2007. – 336 с.
3. Копытин А.И. Системная арт-терапия: теоретическое обоснование, методология применения, лечебно-реабилитационные и дестигматизирующие эффекты: автореф. дисс. на соискание уч. степени д-ра мед. наук: спец. 19.00.04 / А.И.Копытин. – СПб., 2010. – 50 с.
4. Сорока О.В. Зарубіжний досвід підготовки арт-терапевтів / О.В.Сорока // Науковий вісник Ужгородського університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота. – 2015. – Вип.36. – С.167-170.
5. American Art Therapy Association [Електронний ресурс]. – URL: <https://arttherapy.org/about-art-therapy>
6. Art Therapy Information. – London: The British Association of Art Therapists, 2014. – 10 p.
7. Edwards D. Art Therapy: Creative Therapies in Practice / David Edwards. – London: SAGE, 2014. – 198 p.
8. Gain important education outcomes: Implement a successful art therapy program within k-12 schools [Електронний ресурс]. – URL: [www.americanarttherapyassociation.org/upload/toolkitarttherapyinschools.pdf](http://www.americanarttherapyassociation.org/upload/toolkitarttherapyinschools.pdf)
9. Hill A. Art versus Illness: A Story of Art Therapy / Adrian Hill. – G. Allen and Unwin, 1948. – 94 p.
10. Malchiodi C.A. Handbook of Art Therapy / C.A.Malchiodi. – London; NY: The Guilford Press, 2003. – 480 p.
11. Rubin J.A. Approaches to Art Therapy: Theory and Technique / J.A.Rubin. – NY; London: Routledge, 2016. – 511 p.
12. The British Association of Art Therapists [Електронний ресурс]. – URL: <http://www.baart.org/About-Art-Therapy>
13. UCLA Centre For Health Policy [Електронний ресурс]. – URL: <http://healthpolicy.ucla.edu/Pages/home.aspx>

Рецензент: докт. пед. наук, доц. Сорока О.В.

Стаття надійшла до редакції 14.10.2017 р.

Стаття прийнята до друку 20.10.2017 р.

**Головатюк Иван**

актер Тернопольского областного академического театра актера и куклы  
г.Тернополь, Украина

### **АРТ-ТЕРАПИЯ В ЗАРУБЕЖНОЙ НАУЧНОЙ ТРАДИЦИИ**

*В статье проанализирована специфика восприятия арт-терапии зарубежными исследователями. Исследованы особенности понимания арт-терапии представителями профессиональных организаций арт-терапевтов США и Великобритании. Рассмотрены труды известных современных западноевропейских и американских ученых и практиков арт-терапии. Сопоставлены особенности работы арт-терапевта в Украине и странах Западной Европы и США. Выявлены различия в понимании арт-терапии и обязанностей арт-терапевта в странах Западной Европы и США.*

*Ключевые слова: арт-терапия, арт-терапевт, искусство, творчество, зарубежная наука.*

**Holovatiuk Ivan**

Actor of Ternopil Regional Academic Theater of Actor and Puppet  
Ternopil, Ukraine

### **ART THERAPY IN FOREIGN SCIENTIFIC TRADITION**

*The specificity of perception of art therapy and art-therapeutic technologies by foreign researchers are analyzed in the article. It is now widely known that expressing with the means of art is a way of visualizing thoughts and feelings that are too painful to express them verbally. Creativity is used in psychotherapy not only because it is in a different language, but also because it has the ability to help people of all ages to explore their own emotions and beliefs, reduce stress, solve problems and conflicts, and generally improve the sense of well-being. Art therapy is used to improve cognitive and sensory-motor functions, to form self-esteem, self-esteem and self-awareness, emotional stability, social skills development, conflict resolution and anxiety reduction. Features of the art therapist work in Ukraine and countries of Western Europe and the USA are compared. Differences in the understanding of art therapy and the duties of an art therapist in Western Europe and the United States have been revealed. In Ukraine, art therapy specialists are usually psychologists, psychotherapists. Instead, in West European and American practice, the art therapist is rather a doctor; a clinical worker of the highest category.*

*Key words: art therapy, art-therapist, art, creativity, foreign science.*