

УДК 364 – 785.4:7

ЛЮБОВ ПОЛТОРАК

Чорноморський державний університет імені Петра Могили

РОЛЬ МЕТОДІВ АРТ-ТЕРАПІЇ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ

У статті розглядаються можливості методів арт-терапії та їх роль у професійній діяльності соціальних працівників з різними категоріями клієнтів.

***Ключові слова:** методи арт-терапії, соціальний працівник, професійна діяльність.*

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку науки в Україні пріоритетного значення набуває професійна підготовка майбутніх соціальних працівників до використання методів арт-терапії, оскільки для надання компетентної допомоги соціальний працівник повинен володіти не лише закріпленими роками, але й новітніми знаннями та навиками.

Важливим етапом у вивченні професійної підготовки майбутніх соціальних працівників до використання методів арт-терапії є визначення ролі методів арт-терапії у діяльності соціальних працівників, що надасть змогу проаналізувати можливості застосування методів арт-терапії у професійній діяльності соціальних працівників та визначити їх місце у професійному арсеналі соціального працівника.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Зазначена проблема знайшла певне висвітлення у науковій літературі. Зокрема вчені досліджують окремі аспекти підготовки май-

бутніх соціальних працівників, розкривають зміст та головні функції їх професійної діяльності, створюють моделі підготовки соціальних працівників у вищих навчальних закладах (Т. Семигіна, А. Капська, О. Карпенко, Н. Горішна, І. Мельничук, С. Харченко, Є. Холостова та інші), розглядають проблеми використання методів арт-терапії у різних сферах (О. Копитін, Л. Лебедева, М. Кісельова, О. Вознесенська, Л. Фірсова, Л. Калініна, М. Авраменко, О. Титаренко), висвітлюють важливість використання методів арт-терапії безпосередньо соціальними працівниками та наводять технології їх використання у соціальній роботі (А. Капська, М. Лукашевич, І. Мигович, Л. Тюптя, Є. Холостова, В. Шахрай та інші).

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Водночас ця проблема залишається ще недостатньо дослідженою на теоретичному рівні, що призводить до неефективних дій в умовах практики. Науковцями висвітлюються окремі аспекти використання соціальними працівниками методів арт-терапії, що не дає можливості побудувати цілісну картину та визначити роль методів арт-терапії у професійній діяльності соціальних працівників.

Формулювання цілей статті. Мета цієї статті – визначити роль методів арт-терапії у професійній діяльності соціальних працівників.

Виклад основного матеріалу дослідження. Використання методів арт-терапії активно займає свою нішу у професійній діяльності соціальних працівників. З кожним роком збільшується кількість державних і приватних установ, які запозичують позитивний зарубіжний досвід «лікування мистецтвом» та вводять до переліку методів роботи соціальних працівників арт-терапію.

Відповідно постає необхідність визначити роль методів арт-терапії у професійній діяльності соціальних працівників, для чого проаналізуємо основні напрямки використання соціальними працівниками методів арт-терапії.

Спектр проблем, при вирішенні яких можуть бути використані техніки арт-терапії, достатньо широкий: внутрішньо- і міжособистісні конфлікти, кризові стани, в тому числі екзистенційні та вікові кризи, травми, втрати, невротичні та психосоматичні розлади, в консультуванні і терапії дітей і підлітків, для розвитку особистості, при проблемах у сімейних та дитячо-батьківських відносинах, життєвих, вікових кризах, при психологічних травмах, під час педагогічної корекції, у роботі з обдарованими дітьми, для естетичного виховання особистості [4]. Цей перелік можна продовжувати, адже методи арт-терапії є універсальними та гнучкими методами психотерапії, які можна використовувати у більшості життєвих ситуацій, навіть у випадках активної дії механізмів психологічного захисту.

Аналіз наукової літератури та арт-терапевтичної практики дає підстави стверджувати, що на сьогоднішній день методи арт-терапії найчастіше використовуються соціальними працівниками з таким категоріями клієнтів як: подружні пари, люди з особливостями розвитку, діти, підлітки, люди з проблемами психічного здоров'я, наркозалежні та сім'ї наркозалежних, ВІЛ-інфіковані тощо [2; 3; 4; 5; 6].

Розглянемо більш докладно можливості використання методів арт-терапії в роботі соціальних працівників із зазначеними категоріями клієнтів.

Нерідко професійна діяльність соціальних працівників пов'язана із вирішенням конфліктів у подружніх парах. Використання методів арт-терапії дозволяє подружжю розвинути внутрішню сімейну взаємодію, вирішити проблеми комунікативної компетентності, сформувати зрілі патерни поведінки, підвищити самооцінку членів подружжя, впевненість у своїх силах, а також сформувати навички самостійного вирішення конфліктних ситуацій.

Як зазначає Л. С. Фірсова, арт-терапія сім'ї веде до взаємного розкриття членів сім'ї і їхнього звільнення від переживань, що травмують. У подружжя формується картина світу сім'ї, що сприяє розвитку власної культури стосунків [7, с. 161].

На думку О. Титаренко, методи арт-терапії найбільш часто використовують в реабілітації людей з особливостями розвитку і в роботі з дітьми, що мають будь-які проблеми (мовні, поведінкові, емоційні, сімейні, шкільні та ін.). Тут актуально з'єднання арт-терапії з корекційно-розвиваючим навчанням, оскільки воно направлено на виправлення будь-яких недоліків і дефектів дитини з одночасним розвитком, розкриттям його потенційних можливостей. Діти з відхиленнями у розвитку, діти-індіго, гіперактивні діти мають труднощі в адекватному сприйнятті світу. У такої людини порушено уявлення про цілісну картину

світу. Дитина може сприймати світ як розрізнений хаотичний набір елементів. В результаті вона не може знайти своє місце в житті, бути повноцінним членом суспільства [6].

А. Кудріна зазначає, що дитячі малюнки виступають як способи реалізації дитячого знання, пом'якшення труднощів у розумінні понять, упорядкування уявлень про навколишній світ, як засіб самоделювання і самоусвідомлення в ньому – аналогічно тому, як це відбувається під час гри. Малюнок сприяє подоланню витіснення, прориву змісту пригнічених комплексів і супутніх їм негативних емоцій у свідомості. Це особливо важливо для дітей, які не вміють або не можуть виговоритися, тим більше що намалювати фантазії легше, ніж про них розповісти. Фантазії, зображені на папері, прискорюють і полегшують вербалізацію педриживань [4].

Доцільним є використання методів арт-терапії у роботі соціального працівника з підлітками. Особливо ефективними є групові форми роботи, оскільки підлітки часто вороже налаштовані на дорослих. У даному випадку робота соціального працівника здебільшого пов'язана із подоланням негативного ставлення до свого тіла та налаштована на прийняття змін, які в ньому відбуваються, на формування адекватної самооцінки. Нерідко причиною звернення підлітка за допомогою до мережі соціальних установ є нерозділене кохання, проблеми у родині, навчанні тощо. Методи арт-терапії дозволяють соціальним працівникам зняти стрес у підлітка, яким, як правило, супроводжуються зазначені ситуації, дають можливість знайти соціально прийнятні форми прояву гніву та у ненав'язливій формі надати інформацію необхідну для подолання проблемної ситуації.

Активно застосовуються соціальними працівниками методи арт-терапії у роботі з людьми з проблемами психічного здоров'я. Враховуючи особливості даного контингенту, основними завданнями при арт-терапевтичній роботі з людьми з проблемами психічного здоров'я є:

1. Усунення або послаблення симптомів, які є у пацієнтів, що пов'язані як з самим психічним захворюванням, так і з їхньою реакцією на нього, оптимізація їх психічного стану та соціального функціонування. А також досягнення седативного та активізуючого ефектів під час занять творчістю, які мають як психотерапевтичну, так і психопрофілактичну спрямованість.

2. Досягнення більш високого рівня психосоціальної адаптації пацієнтів до тих умов, в яких вони знаходяться. Під цим мається на увазі, по-перше, досягнення пацієнтами кращого розуміння особливостей свого стану, причин та механізмів розвитку хвороби. По-друге, мається на увазі формування у пацієнтів навичок активної саморегуляції. Сюди входить розвиток у клієнтів здатності виражати свої почуття та думки як у вербальній, так і невербальній формі. Важливим компонентом психосоціальної адаптації є зміцнення у пацієнтів почуття "я", вдосконалення в них здібності до прийняття самостійних рішень, формування в них стійкої системи соціально-значущих зв'язків, інтересів і захоплень [5, с. 4].

Арт-терапевтичні методи використовуються соціальними працівниками в роботі з наркозалежними та їх сім'ями для створення ефективного середовища в період реабілітації. Використання методів арт-терапії дозволяє зняти напругу, яка скоує як самого наркозалежного, так і усіх членів його сім'ї, допомагає усвідомити негативні прояви наркотичної залежності та активізувати внутрішні ресурси для боротьби із своєю проблемою. Групова робота з наркозалежними допомагає їм подивитися на себе зі сторони та, опираючись на досвід інших, побачити, які позитивні та негативні зміни можуть очікувати на них в майбутньому.

Актуальним є використання методів арт-терапії у роботі з ВІЛ-інфікованими, оскільки однією з особливостей даної групи клієнтів є їхня соціальна ізоляція, яку Ю. Вікторова розглядає як одну з причин низької адаптованості ВІЛ-інфікованих у соціумі [1, с. 335]. А. Копитін та О. Богачов зазначають, що арт-терапія є засобом подолання соціальної ізоляції, оскільки вона надає можливість пацієнтам, які беруть участь у заняттях, використовувати символічні засоби комунікації як більш психологічно безпечні у порівнянні з мовою. На основі отриманого при груповій роботі досвіду, учасники групових занять можуть розвивати й інші форми контакту один з одним [2, с. 86]. Проведені нами дослідження показали, що у ВІЛ-інфікованих спостерігається занадто високий рівень дії механізмів психологічного захисту, що зводить майже до мінімуму ефективність вербальних технік. Цінність арт-терапії

полягає в тому, що вона дозволяє подолати такі захисні механізми як заперечення проблем, проекція, інтелектуалізація та пригнічення тяжких переживань.

Можна виділити два основні варіанти арт-терапевтичної роботи – індивідуальну та групову арт-терапію. Кожна з них, у свою чергу, має свої різновиди. Індивідуальна арт-терапія, діючи не тільки на окремі прояви, але і механізми розвитку захворювання, характерна перш за все для пацієнтів із неглибокими психічними розладами, переважно невротичного характеру. Особливу цінність індивідуальна арт-терапевтична робота може мати для дітей і дорослих, які відчувають певну скруту у вербалізації своїх переживань, наприклад, через мовні порушення, аутизм або малоконтактність, а також складність цих переживань і їх “невимовність”.

Індивідуальна арт-терапевтична робота може продовжуватися досить довго. Підставами для завершення індивідуальної роботи, разом із зовнішніми чинниками, є певні зміни в змозі і характері образотворчої діяльності клієнта, що відображають позитивну динаміку арт-терапевтичного процесу. Клієнт повинен бути досить «консолідований» для того, щоб припинити стосунки з арт-терапевтом, тобто уміти самостійно справлятися зі своїми переживаннями [7, с. 160-164].

Групові форми арт-терапевтичної роботи в даний час використовуються соціальними працівниками дуже широко, особливо в освіті, соціальній сфері, інших областях. Існує ціла низка причин, які примушують арт-терапевтів і фахівців, віддавати перевагу її груповим формам. Важливу роль, на думку О. Копитіна, в цьому відіграє їх “економічний” характер, що дозволяє працювати з більш широким колом клієнтів. Групова арт-терапія передбачає не тільки взаємодію з іншими учасниками групи, але і самостійну образотворчу роботу, що робить вплив на динаміку загального процесу. Крім того, поєднуються прагнення учасників до “злиття” з групою і збереження групової ідентичності – з одного боку, і потреба в незалежності і зміцненні індивідуальної ідентичності – з іншого [3, с. 29].

Існує декілька варіантів групової арт-терапії, що розрізняються між собою, головним чином, за ступенем групової взаємодії і “структурованості”: а) студійна відкрита група (переважно неструктурована); б) аналітична закрита група (різний ступінь структурованості); в) тематично орієнтована група (різний ступінь відкритості і структурованості) [3, с. 29].

Аналіз наукової літератури з даної тематики дозволяє стверджувати, що методи арт-терапії володіють очевидними перевагами перед іншими – заснованими виключно на вербальній комунікації – формами психотерапевтичної роботи. Серед них можна виділити наступні:

1. Практично кожна людина (незалежно від свого віку, культурного досвіду, соціального стану) може брати участь в арт-терапевтичній роботі, яка не вимагає від неї яких-небудь здібностей до образотворчої діяльності або художніх навиків.

2. Арт-терапія є засобом переважно невербального спілкування. Це робить її особливо цінною для тих, хто недостатньо добре володіє мовою, відчуває труднощі в словесному описі своїх переживань, або, навпаки, надмірно пов'язаний із мовним спілкуванням.

3. Образотворча діяльність є могутнім засобом зближення людей, своєрідним «мостом» між фахівцем і клієнтом. Це особливо цінно в ситуаціях взаємного відчуження, при утрудненні налагодження контактів, у спілкуванні з приводу дуже складного предмету.

4. Образотворча діяльність у багатьох випадках дозволяє обходити «цензуру свідомості», тому надає унікальну можливість для використання несвідомих процесів, вираження і актуалізації латентних ідей і станів, тих соціальних ролей, які знаходяться у “витісненому” вигляді або слабко виявлених в повсякденному житті.

5. Арт-терапія є засобом вільного самовираження і самопізнання. Вона має “інсайт-орієнтований” характер; надає атмосферу довір'я, високої терпимості і уваги до внутрішнього світу людини.

6. Результати образотворчої діяльності мистецтва є об'єктивним свідомством настроїв і думок людини, що дозволяє використовувати їх для ретроспективної, динамічної оцінки стану, проведення відповідних досліджень і зіставлень.

7. Арт-терапевтична робота в більшості випадків викликає у людей позитивні емоції, допомагає подолати апатію і безініціативність, сформувати більш активну життєву позицію, впевненість у своїх силах, автономність і особисті межі.

8. Арт-терапія заснована на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх механізмів саморегуляції і зцілення [7, С. 160-164].

Висновки. Проведений нами аналіз дозволяє стверджувати, що методи арт-терапії займають важливе місце у професійній діяльності соціальних працівників і відіграють провідну роль у наданні якісної та зорієнтованої на сучасні вимоги допомоги різним групам клієнтів. Використання методів арт-терапії дозволяє соціальним працівникам враховувати індивідуальні особливості особистості, життєві обставини в яких вона перебуває та забезпечувати максимально ефективний процес впливу на особистість в процесі роботи з нею.

Перспективи подальших розвідок. У подальшому автором планується написання ще кількох статей, які будуть висвітлювати питання професійної підготовки майбутніх соціальних працівників до використання методів арт-терапії.

Список використаних джерел

1. Викторова Ю. С. Социальное исключение ВИЧ-положительных женщин / Ю. С. Викторова // *Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена*. – 2009. – № 114. – С. 335–342.
2. Копытин А. И. Изменения психического и социального статуса наркозависимых в ремиссии при групповой арт-терапии [Текст] / А. И. Копытин // *Психологический журнал*. – 2009. – Т. 30. – №1. – С. 86–95.
3. Копытин А. И. *Практикум по арт-терапии* [Текст] / Под ред. А. И. Копытина. – СПб.: Питер, 2000. – 448 с.
4. Кудрина А. В. Методы арт-терапии в практике психологического консультирования / А. В. Кудрина // *Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна»*. 2009. № 3: [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psyanima.ru/>
5. Методичні рекомендації "Використання методів арт-терапії в реабілітації людей з проблемами психічного здоров'я" [Текст] / За загальною редакцією кандидата медичних наук М. Л. Авраменка. – К.: Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів. – 2008. – 55 с.
6. Титаренко О. І. Використання арт-терапії в психолого-педагогічному супроводі освітнього процесу / О. І. Титаренко // *Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти*: [Електронний ресурс]. – Режим доступа: http://virtkafedra.ucoz.ua/el_jurnal/pages/vyrb6/tytarenko.pdf
7. Фірсова Л. С. Арт-терапія у соціально-педагогічній роботі / Л. С. Фірсова // *Вісник Черкаського університету: [зб. наук. ст.]. Вип. 144: Серія Педагогічні науки / М-во освіти і науки України, Черкаський нац. ун-т ім. Б. Хмельницького*. – Черкаси: Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2009. – С. 160–164.

Стаття надійшла до редакції 18.02.2013.

Полторак Л.

Черноморский государственный университет имени Петра Могилы,
г. Николаев, Украина

РОЛЬ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ

В статье описываются возможности методов арт-терапии и их роль в профессиональной деятельности социальных работников.

Ключевые слова: *методы арт-терапии, социальный работник, профессиональная деятельность.*

Poltorak L.

Black Sea State University of Petro Mohyla, Mykolaiv, Ukraine

ROLE OF METHODS OF ART THERAPY IN PROFESSIONAL ACTIVITY OF SOCIAL WORKERS

Article considers opportunities of methods of art therapy and their part in professional activity of social workers with different categories of clients.

Keywords: *methods of art therapy, social worker, professional activities.*