

Гусарова Елена Николаевна

Арттерапия

Учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей вузов культуры и искусств.

Краснодар 2012

УДК 159.9(075)
ББК 88.4я7
Г961

Рецензенты:

Доктор педагогических наук, профессор, зав. кафедрой этнографии и декоративно-прикладного творчества Краснодарского государственного университета культуры и искусств Е.Г. Вакуленко

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и психологии Кубанского социально-экономического института Г.И. Гапонова

Гусарова Е.Н.

Арттерапия. Учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей вузов культуры и искусств. – Краснодар, 2012.

Учебное пособие представляет целостный курс лекций по предмету «Арттерапия», основанный на обширном теоретическом и практическом материале, который позволяет формировать качеств, способствующие творческому развитию личности. Курс «Арттерапия» помогает освоить теоретические и прикладные аспекты терапии и коррекции методами искусства. Учебное пособие предназначено для студентов и преподавателей вузов, готовящих специалистов с углубленным знанием психологии и педагогики, может быть полезно читателям, интересующимся современными методами коррекции.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Оглавление	3
Арттерапия.....	4
Введение	11
Тема 1. Введение в арттерапию.....	13
Тема 2. Артпедагогика.....	18
Тема 3. Методы арттерапии.....	25
Тема 4. Прикладные аспекты арттерапии	33
Тема 5. Коррекционные методы арт-терапии	42
Тема 6. Современные методы арт-терапии	51
Методические рекомендации по изучению учебной дисциплины ..	60
Задания и вопросы.....	61
Список литературы.....	63

АРТТЕРАПИЯ

В последние годы вырос интерес специалистов к механизму воздействия искусства на человека. Несмотря на тесную связь с лечебной практикой, арт-терапия (art therapy, буквально: «терапия искусством») во многих случаях приобретает преимущественно психопрофилактическую, социализирующую и развивающую направленность.



Отличие арттерапии от других методов психотерапии.

- Арттерапия как метод – безболезненна, не имеет ограничений и используется практически во всех направлениях психотерапии, в педагогике, социальной работе, бизнесе и т.д.

- Арттерапевтические техники дают возможность доступа к глубинному психологическому материалу, помогают обходить цензуру сознания, вызывают массу удовольствия, стимулируют проработку бессознательных переживаний, обеспечивая дополнительную защищенность и снижая сопротивление изменениям.

- Через работу с символическим материалом в искусстве развиваются ассоциативно – образное мышление, а также заблокированные или слаборазвитые системы восприятия.

- Арттерапия ресурсна, так как находится вне повседневных стереотипов, а значит, расширяет жизненный опыт, добавляет уверенности в своих силах.

- Арттерапия формирует творческое отношение к жизни с ее проблемами и «зигзагами судьбы», умение видеть многообразие способов и средств достижения цели, развивает скрытые до сих пор способности к творческому решению сложных задач, не ожидая «вдохновения» или особых условий для творчества.

- Интеграция различных психических функций задействует весь потенци-



ал человека для целенаправленного изменения личности. Человек открывает общие закономерности творческого процесса, как в искусстве, так и в жизни, и постепенно два понятия соединяются в одно – искусство жить.

- Спектр проблем, при решении которых могут быть использованы техники арттерапии, достаточно широк: внутри – и межличностные конфликты, кризисные состояния, в том числе экзистенциальные и возрастные кризисы, травмы, потери, ПТСР, невротические и психосоматические

расстройства, развитие креативности, развитие целостности личности и т.д.

- Арттерапия применяется в консультировании и терапии взрослых, детей и подростков, индивидуально и в группе.

Педагогическое направление арт-терапии связано с изменением стереотипов поведения средствами художественного творчества. Термин «арт-педагог» обычно применяется в контексте художественного образования и воспитания детей.

Современная специальная психология и педагогика в значительной степени ориентирована на использование в коррекционной работе

различных видов искусства как важного средства воспитания гармоничной личности ребенка с проблемами, его культурного развития.



Арт-терапия представляет собой частную

форму психотерапии искусством, включающей драматерапию, музыкотерапию и танцевально-двигательную терапию и др. В





настоящий мент активно развиваются кие направления как: маскотерапия, куклотерапия, фототерапия, коллаж, песочная терапия, глино-терапия.

Существует большое количество методик в

арт-терапии, связанных с рисуночными техниками.

Специфические особенности рисуночных техник в арт-терапии - это их ресурсность, метафоричность, диагностичность. Психологические и терапевтические механизмы в работе с рисунком направлены на раскрытие потенциал человека. Это методики индивидуальной работы с рисунком: «мое настроение», «автопортрет символ моего образа», «работа с негативными со-



стояния-ми», «ас-социативный и свобод-ный ри-сунок», «медита-тивный рисунок, как за-пуск на ресурсы бессозна-тельно-



го», «цветная мандала», «рисование музыки», «пальчиковая живопись», «работа с эмоциями», «работа с чувствами» и т. д.

Групповые рисуночные техники: «Диалог», «Рисунок по кругу», «Групповой рисунок», «Ассоциативные и свободные рисунки», «Коллективный автопортрет» и др.

Глинотерапия. Пластические материалы являются признан-

ным психотерапевтическим средством. Союз человека и глины дает удивительные результаты: благодаря лепке человек может научиться управлять собой.

Работа с пластическими материалами, как и любая арттерапия, не имеет противопоказаний и возрастных ограничений, здесь практически невозможно сделать ошибку. Они дают человеку возможность почувствовать себя творцом, это одно из лучших средств



при работе с эмоциями. Гибкость, податливость пластических материалов позволяет клиенту не только отразить в своем произведении любые чувства, в том числе страх, агрессию, обиду, но и изменять их в процессе взаимодействия, то есть дает возможность

«управления чувствами».

Лепить может каждый. Глина восприимчива к чувствам и может эффективно помочь отреагировать гнев, агрессию, страх, тревогу, вину, тем са-



мым снижая вероятность проявления их в реальной жизни. Пластичность глины позволяет вносить изменения в работу и "исправлять" эмоциональное состояние. Работа с глиной развивает моторику рук, кинестетические ощущения, тело начинает через глину общаться и состояние человека проявляется наиболее отчетливо.

ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ (ТДТ) — это метод психотерапии, в котором тело является инструментом, а движение процессом, помогающим клиентам пережить, распознать и выразить свои чувства и конфликты. Телесные движения человека рассматриваются как отражение его внутренней психической жизни и взаимоотношений с



окружающим миром. Танцевальная терапия базируется на предпосылке, что тело и психика взаимосвязаны.

Терапевт может быть инициатором движения, образов или содержания. На том, как движение трансформируется и структурируется, ос-

новывается на развивающемся терапевтическом процессе и потребностях клиента.

Куклотерапия — это коррекция детских проблем средствами кукольного театра (дети проигрывают куклами этюды по специально разработанным сценариям, отражающим индивидуальные проблемы конкретного ребенка).



Арттерапевтическая по мотивам сказки. Особое значение в работе терапевта здесь играют клиентские сказки. Сказко-



терапия отмечает два важных факта. Первый — все люди умеют сочинять сказки. То есть этот навык является частью человеческой природы. И второй факт

говорит о том, что уже просто написание самой сказки является мощным творческим терапевтическим воздействием.

Маскотерапия — издавна известный метод психологической работы, основанный на переводе глубинных комплексов и проблем клиента в неживую материю маски.

Лицо человека - это основная часть его образа, на которую мы чаще всего смотрим



при общении друг с другом. Это наша визитная карточка. Общаясь с человеком, мы не

только слушаем то, ЧТО он нам говорит, но и автоматически отслеживаем его жесты, а главное - мимику. Причем, не всегда отдавая себе отчет в самом процессе, четко фиксируемся на результате нашего целостного восприятия этой конкретной личности.



Именно слово «личность» произошло от древнего слова «личина», т.е. образ, обличие.

В современной арттерапии существует несколько направлений:



1. Использование уже существующих произведений искусства путем их анализа и интерпретации.



2. Побуждение клиента к самостоя-

тельному творчеству, при этом созидательный, творческий акт рассматривается как основной лечебный фактор.



3. Обсуждение взаимоотношений с клиентом в процессе обучения его творчеству.

ВВЕДЕНИЕ

Дисциплина «Арттерапия» предназначена для студентов, обучающихся по профессиональной образовательной программе, обеспечивающей подготовку выпускников в соответствии с квалификационной характеристикой. Она связана с курсами «Основы общей психологии», «Психология личности», «Общие основы педагогики», «Возрастная психология», «Методы активного социально-педагогического обучения».

Целями освоения дисциплины «Арттерапия» являются: изучение теоретических и прикладных аспектов терапии и коррекции методами искусства, освоение навыков работы методами арттерапии, формирование личностных качеств, способствующих творческому развитию.

Задачи дисциплины:

- определение теоретических основ арттерапии и ее исторических особенностей;
- изучение психологических факторов, влияющих на позитивные изменения личности методами арттерапии;
- анализ социальных факторов, влияющих на формирование гармоничной личности в творчестве;
- изучение особенностей протекания арттерапевтического процесса;
- формирование некоторых навыков обучения арттерапии и навыков коррекции личности методами арттерапии;
- получить представление о специфике различных видов творчества и принципах развития творческой активности методами арттерапии;
- получить представление о специфике работы арттерапевта.

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля): ОК-1 (способен использовать в профессиональной деятельности основные законы развития современной социальной и культурной среды); ОПК-12 (способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства); ПКСПП-2 (готов применять рекомендованные методы и технологии, позволяющие решать диагностические и коррекционно-развивающие задачи).

Студенты, освоившие дисциплину «Арттерапия» должны знать: определение понятия арттерапии в психологии и педагогике; условия использования методов арттерапии для развития личности; прикладные аспекты арттерапии и артпедагогики, здоровьесберегающие технологии; особенности технологий коррекции личности при использовании искусства.

Должны уметь анализировать особенности развития личности и направления ее коррекции; определять риски и опасности социальной среды и образовательного пространства; проводить диагностические процедуры; ис-