

Фомина О. Е., соискатель, кафедра социальной педагогики и психологии Владимирского гос. пед. университета; зам. директора ДХШ им. И. С. Куликова, г. Муром.

Применение приемов арт-терапии в практике художественного образования детей

В последние годы в педагогической практике образовательных учреждений все более активно применяется метод психотерапии искусством. В современной международной классификации он представлен пятью основными направлениями: арттерапией, включающей в себя изотерапию, глинотерапию, песочную терапию и т. д.; драмотерапией, в которую входят сказкотерапия, сценические игры и т. д.; танцевально-двигательную и музыкальную терапию.

Термин «арттерапия» (art therapy) был введен Адрианом Хиллом (1938) при описании собственной работы с туберкулезными больными в санаториях. Им было замечено, что изобразительная деятельность сопровождается терапевтическим эффектом и что искусство само по себе обладает целительным действием. 1960—1980-е годы являются решающими в становлении психотерапевтических направлений. Именно тогда были созданы первые профессиональные объединения, способствовавшие внедрению и более четкому определению роли арттерапевтических методов в разных областях практической работы. Начали действовать первые центры арттерапевтического образования, в некоторых странах произошла государственная регистрация арттерапии как самостоятельной специальности.

В системе различных направлений психотерапии искусством арттерапия рассматривается как совокупность психологических методов воздействия, осуществляемых в контексте изобразительной деятельности клиента и психотерапевтических отношений, используемых с целью лечения, психокоррекции, психопрофилактики, реабилитации и тренинга лиц с различными физическими недостатками, эмоциональными и психическими расстройствами, а также представителей групп риска. Большинство отечественных психотерапевтов и психологов, затрагивающих в своих публикациях тему арт-терапии, она также понимается как система здоровьесберегающих воздействий, либо как одна из форм психотерапии, основанная на занятиях клиентов изобразительным творчеством.

В российских источниках арттерапия наиболее часто трактуется как «метод психотерапии, имеющий вспомогательное и самостоятельное значение» (Бурно, 1999; Хайкин, 1977). Иногда говорят о «подходе». Так, А. И. Копытин определяет арттерапию как «направление работы»: «лечебно-реабилитационной, педагогической и социальной...» (Практикум, 2001).

Но арттерапия сегодня ни концептуально, ни практически не относится к формату «малой психиатрии (психотерапии)», так как арттерапия, сегодня гораздо чаще применяется в социально-реабилитационных программах, программах социализации, разного рода тренингах и в рамках других работ с практически и клинически здоровыми людьми.

Концепт «терапии» — в значении медицинского «вмешательства», «починки сломавшегося устройства» — не является базовым для арттерапии. Гораздо чаще арттерапия оперирует такими категориями, как «самореализация», «гармонизация» человека, «образ жизни», что является

воспитательной задачей педагогики. Применительно к последней, арттерапия решает иные задачи: «гармонизация» личности, помощь человеку в «самораскрытии и самореализации», стимулирование «личностного роста», работа с «духовным кризисом» и пр. Педагогика же, которая обращается к реалиям современной культуры (в том числе, художественной и музыкальной), неизбежно имеет дело с вопросами человеческого существования в мире, вопросами свободы и способности индивида взаимодействовать с самим собой и с другими людьми.

Во многом такого рода императив справедлив и для педагогики искусства, по крайней мере, в той ее части, которая нацелена не на формирование будущих виртуозов и лауреатов конкурсов, а на менее амбициозную, но не менее важную цель, а именно — на становление человека в простом и обще-культурном смысле слова. Современная артпедагогика предполагает способность обращаться с реальностью современного искусства. В случае с музыкой это означает практиковать музыку («Музыка сама и обучение ей есть прежде всего не профессиональное занятие, а установление отношений с миром и с собой» (Fripp, 1989)), с литературой — практиковать реальность литературного творчества (Выготский, 1986).

Говоря об изобразительной деятельности, нам бы хотелось отметить, что намерение разглядеть в художественных продуктах, созданных детьми, черты «патологического», «проекции комплексов» или «отображение симптомов» — тенденция, в которой проявляется традиционное отношение психологов и психотерапевтов к «творчеству кризисных личностей». Между тем, арттерапия, если перестать ее воспринимать лишь как одну из «технологий» в рамках традиционной педагогики, но видеть в ней определенное культурное и социальное движение, предлагает иной путь. Артпедагог должен худо-бедно, по-любительски, быть способным сам что-то нарисовать, сыграть ли-бо поучаствовать в пантомиме или, по крайней мере, иметь смелость на это отважиться при полном неумении и отсутствии навыков в перечисленных видах деятельности. При этом он должен быть в состоянии отнестись к художественным продуктам как к художественным продуктам, а не только как к «материалу для интерпретации».

Иначе говоря, от артпедагога требуется быть, прежде всего «гуманитарным человеком», а не просто психоаналитиком (хорошо еще — если психоаналитиком) или специалистом в области «патологического искусства».

Это условие стало основным в решении применить методы артпедагогической работы с детьми в возрасте от 7 до 9 лет, учащимися отделения Эстетического развития и воспитания младших школьников Детской художественной школы имени И. С. Куликова (г. Муром).

С 2006 года, с момента открытия данного отделения, преподаватели отмечали высокую степень утомляемости детей, низкий уровень внимания и концентрации, подверженность стрессам, увеличение числа учащихся с ограниченными возможностями (иначе говоря, детей-инвалидов), с нарушениями социального развития. Проведя анкетирование среди родителей учеников (в исследовании принимали участие родители 45 учащихся) мы выяснили, что 64 % детей воспитываются в неполных семьях, 12 % «семилеток» еще нуждаются в дневном сне, 40 % детей имеют серьезные заболевания (из них 10 % имеют инвалидность), 70 % — эмоционально неустойчивы...

Главными причинами столь безрадостной картины мы считаем не только ухудшение социальных и экологических условий жизни, но и разрушение института семьи, психофизическую неготовность детей к высоким нагрузкам в школе, неумение детей управлять своим эмоциональным состоянием, анализировать и выражать свои чувства.

Рассмотрев возможные методы и приемы коррекции создавшейся ситуации, мы остановились на изотерапии, позволяющей реализовать ряд целей:

- 1) преодолеть психологическую защиту ребенка — успокоить или, наоборот, активизировать, настроить, заин-тересовать;
- 2) установить контакт между педагогом и ребенком;
- 3) развить коммуникативные и творческие возможности ребенка;
- 4) повысить самооценку учащегося;
- 5) способствовать развитию чувств;
- 6) возможность пережить катарсис;
- 7) способствовать установлению и развитию межличностных отношений;
- 8) формировать ценные практические навыки работы с различными художе-ственными материалами;
- 9) улучшить речевую функцию, развить мелкую моторику;
- 10) помочь занять ребенка увлекательным делом — рисованием, лепкой, кон-струированием, и т. д.;
- 11) непродолжительное занятие изобразительной деятельностью на каждом уроке хо-рошо усваивается детьми, плохо переносящими учебные на-грузки;
- 12) увлекает и оказывает сильное успокаивающее воздействие на большинст-во гиперактивных детей.

Внутреннее «Я» человека проявляется в зрительных образах всякий раз, когда он спонтанно рисует, пишет картину, лепит скульптуру. Наши пе-дагоги заметили, что для детей младшего школьного возраста характерна од-на особенность: образы художественного творчества отражают все виды под-сознательных процессов (страхи, внутренние конфликты, психические трав-мы, воспоминания детства, сновидения). При их словесном описании у детей могут возникать затруднения. Поэтому невербальные средства зачастую ста-новятся основными для выражения и прояснения сильных переживаний. Де-ти «передвигаются» от исследования своих внутренних переживаний и ощу-щений к рассмотрению себя в пространстве, во времени и в отношениях с другими.

Следует особо отметить, что арттерапевтические занятия в нашей шко-ле проходят на особых уроках, и изобразительные упражнения по своим це-лям и задачам совершенно отличаются от обычных уроков учебного цикла.

Рисунки и скульптуры детей в данном случае не подвергаются ни кри-тике, ни оценке, не ведется обсуждение художественных достоинств рисунка, его грамотности и выразительности, эти работы не экспонируются на про-смотре. Ребенок рисует то, что думает, чувствует, переживает или боится. Во время работы и по ее окончании педагог разбирает с ребенком то, что на-рисовано, «проигрывая» ситуацию соответственно теме рисунка.

При работе с изобразительными материалами мы предлагаем де-тям для изображения объектов использовать линии, геометрические фигуры, лег-кие или жирные мазки, длинные и короткие штрихи, яркие, темные и светлые цвета так, чтобы эти приемы помогли передать настроение самого художни-ка.

Очень важным в ходе занятия мы считаем совместное обсуждение ра-бот, которое предлагаем проводить несколькими способами:

1. Спросить всех детей в группе по очереди, что они чувствуют, глядя на од-ну из нарисованных картин. При этом все должны внимательно слушать друг друга. Когда человек все сказал, его благодарят. Потом слушают следующе-го. Не разрешается спорить, перебивать, говорить долго, говорить не о том. В конце педагог делает краткое заключение. (Например: какие мы все разные, неповторимые, как интересно узнать, что чувствует каждый. Или: как заме-чательно автор передал то, что хотел, все смогли это почувствовать.)

2. Можно попросить каждого ребенка рассказать про свою картину, что он хотел на ней изобразить, дать маленький словесный рассказ-описание. Разрешается задавать вопросы рассказчику о том, что изображено в той или иной части картины, особенно если он затрудняется рассказывать сам. Педагог поощряет неуверенного в себе ребенка, направляет его внимание, ограничивает чрезмерно словоохотливого ребенка, в конце благодарит.
3. Каждый отвечает на вопрос: что он сумел выразить наиболее удачно и почему. Например: «У меня получился дом, я его нарисовал аккуратно», или «У меня красивые яркие цвета», или «Машина у меня похожа на папину», или «Я нарисовал, как девочка танцует» и т. д. Если ребенок затрудняется найти, что вышло хорошо, то ему помогают другие.
4. Если в классе есть застенчивые, неуверенные в себе дети, можно попросить их друзей ответить на вопрос «что тебе нравится в рисунке?». Преподаватель сознательно выбирает рассказчика и картину, о которой он будет говорить.
5. Можно сложить все картины вместе в ряд и попросить одного из ребят сочинить по ним общую историю. Это можно делать, если картины были нарисованы на разные темы или на одну всеобъемлющую тему. Педагог помогает ребенку. Рассказ должен иметь начало, середину и конец. Можно рассказывать историю по очереди (каждый про свою или про очередную картину). Задача ребенка — связать в рассказе изображение на картине с изображением на предыдущем рисунке.
6. Можно спросить ребят, что думает герой, изображенный на их картине. Каждый должен рассказать что-либо от лица героя. (Под героем понимается главный персонаж картины. Это может быть не только живое существо, но и море, платье, чемодан и любой другой предмет.) В этом задании педагог имеет возможность получить информацию от ребенка напрямую: то, что волнует ребенка, что он хотел бы сообщить вам, но не может, он легко произнесет от лица персонажа. Если ребенок произносит что-то тревожное, то рассказ не должен на этом закончиться. Педагог обязательно сразу после слов ребенка задает вопрос, который позволит ребенку присоединить к своему восприятию нечто новое, выводящее его из этого состояния или указывающее направление выхода.
7. Если предложить ребенку поговорить от лица героев картин других детей, то вы сможете узнать о его проблемах во взаимоотношениях с другими людьми (обижает ли его кто-то, боится ли он кого-нибудь) и помочь ему правильно вести себя в этих ситуациях.

Мы используем на занятиях разные упражнения, тексты инструкций к которым могут выглядеть, например, так:

- «Сейчас ты будешь в течение минуты смотреть на этот цветок (игрушку, вазу, осенние листья и т. д.). Я засеку время по секундомеру (песочным часам) и затем попрошу, когда закончится время, сделать рисунок тех чувств, которые ты испытывал, когда смотрел на него».
- «Попробуй выразить свой мир в виде образов, представленных в цветах, линиях, формах, символах. Как выглядел бы мир, если бы он был таким, как тебе хочется».
- «Нарисуй, что ты делаешь, когда ты, сердисься; что заставляет тебя быть сердитым».
- «Изобрази место, которое делает тебя счастливыми; как ты себя чувствуешь в данный момент; как бы ты хотел себя чувствовать».
- «Нарисуй себя: как ты выглядишь сейчас, как бы ты хотел выглядеть, когда станешь старше; когда ты состаришься, когда ты был младше (в каком-то определенном возрасте или вообще)».
- «Нарисуй то время, которое ты вспоминаешь с удовольствием, ту вещь, которая тебе нравится больше всего; семейную сценку; твой любимый обед; сон».
- «Нарисуй, где бы ты хотел быть: идеальное место, любимое место. Место, которое ты не

любишь; самую худшую вещь, которую ты можешь себе представить».

- «Нарисуй, как ты обращаешь на себя внимание; каким образом ты добиваешься того, чего ты хочешь; что ты делаешь, когда ощущаешь печаль, беспокойство, ревность, одиночество».
- «Нарисуй: счастливые линии, мягкие линии, линии печальные, сердитые, испуганные и т. д.».
- «Нарисуй вещи, противоположные друг другу: слабый — сильный; счастливый — несчастный, печальный — веселый; любить — не любить; хороший — плохой; счастье — несчастье; доверие — подозрение; отдельно — вместе».
- «Нарисуй подарок, который тебе хотелось бы получить. А что тебе хотелось бы подарить? Кто мог бы тебе это подарить? Кому бы ты мог это подарить?»

Работая с детьми, можно также произносить слова и предлагать детям быстро рисовать то, что обозначают эти слова: любовь, красота, тревога, свобода, милосердие и т. д. В качестве тем для рисунков мы предлагаем использовать множество других вещей: фантазию, рассказы, звуки, движения, дос-топримечательности. Можно также комбинировать рисование с сочинением литературных произведений, стихов. При выполнении заданий наряду с красками, карандашами, восковыми мелками или пастелью, мы часто используем для создания коллажей журналы, цветную бумагу, фольгу, тек-стиль, лепим из глины, пластилина и соленого теста. Для некоторых заданий необходимо иметь бумагу разных форматов, кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств, ножницы, нитки, скотч и т. д.

В ходе нашего исследования мы убедились в несомненной пользе применения арттерапевтических приемов в работе с детьми в группе:

1. устанавливается тесный психологический контакт всех членов процесса (контакт глаз), появляется демократизм отношений;
2. у ребенка появляется чувство значимости, повышается самооценка;
3. воспитывается чувство коллективизма;
4. отмечается высокая степень активизации самостоятельной работы каждого ребенка (даже робкие включаются в работу);
5. на занятиях применяется индивидуальный подход к каждому ребенку;
6. создается комфортный психологический климат в группах: доброжелательность, открытость, откровенность, выслушиваются мнения каждого;
7. стимулируется творческий подход, рассмотрение вопроса с многих точек зрения;
8. формируется умение слушать и принимать чужую точку зрения; умение высказывать, отстаивать свою точку зрения;
9. идет развитие речи и коммуникативных навыков; умение четко и ёмко излагать свои мысли;
10. уменьшается чувство тревожности, повышается уровень внимания, снимается излишняя агрессивность.

Все эти позитивные изменения мы считаем своим успехом и в дальнейшем предполагаем ввести занятия с элементами арттерапии в классах отделения «Ранней профориентации» для старших школьников, так как эти уроки позволят решить ряд проблем выпускников ДХШ, связанных не только с выбором профессии, но и дальнейшего жизненного пути.

Список литературы.

1. Аметова Л. А. Формирование арттерапевтической культуры младших школьников «Сам себе арттерапевт». М.: Московский государственный открытый педагогический университет, 2003 а.
2. Бозенкова М. Психологическая защита, образ «Я» и развитие личности ребенка // Гештальт в работе с детьми. Материалы конференции, 1996. С. 27—28.
3. Выготский Л. С. Психология искусства. М., 1965.
4. Гришина А. В. Развитие творческой индивидуальности подростков средствами арттерапии в

- учреждениях дополнительного образования. Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. Волгоград, 2004.
5. Копытин А. И. Арттерапия в общеобразовательной школе. Методическое пособие. СПб., 2005.
6. Копытин А. И. Теория и практика арттерапии. СПб., 2002.
7. Лебедева Л. Д. Арттерапия в педагогике // Педагогика. 2000. № 9. С. 27—34.