

ЗАСОБИ АРТТЕРАПІЇ ЯК ІНСТРУМЕНТ НАЛАГОДЖЕННЯ ВЗАЄМОДІЇ В СІМ'Ї

Скнар Оксана,

*кандидат психологічних наук, с.н.с. Інституту
соціальної та політичної психології НАПН України,
член правління ВГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)*

ART THERAPY MEANS AS A TOOL FOR ESTABLISHING INTERACTION IN THE FAMILY

Sknar Oksana,

*candidate of Psychological Sciences, Senior Researcher
Institute of Social and Political Psychology of the
National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine,
member of the board of the Art Therapeutic Association (Kyiv)*

Обґрунтовано правомірність застосування засобів арттерапії в якості екологічного та ефективного інструменту, що сприяє налагодженню взаємодії у сім'ї. Показниками оцінювання розвивального потенціалу сімейної взаємодії визначено: зовнішні і внутрішні кордони (або психологічні «межі»); ієрархія; гнучкість норм і правил, згуртованість. Відзначено вагомий потенціал (діагностичний, розвивальний, терапевтичний, трансформаційний) при застосуванні засобів арттерапії для дослідження та коригування особливостей взаємодії у сім'ї. Серед них такі: потенції (можливість дослідження тих аспектів взаємодії у сім'ї, які неможливо вивчити за допомогою прямих вербальних методів); наочність (унаочнення раніше неусвідомлюваних або заперечуваних аспектів сімейної взаємодії); ресурси (дозволяє членам сім'ї опанувати нові моделі взаємодії, апробувати конструктивні способи взаємодії); активність залучення (невербальних характер самовираження відкриває можливості дітям активніше проявляти себе); інтерактивність (атмосфера гри); творчий характер (наближує до усвідомлення себе суб'єктом, Творцем свого життя); екологічність (безпечний і нетравмивний інструмент для гармонізації взаємодії людей). Показано, що використання засобів арттерапії дає можливість фахівцю унаочнити важливий матеріал щодо особливостей взаємодії в родині, що може стати основою для непрямого діагностування наявного стану сімейних стосунків (їх проблемних зон, слабких місць, конфліктних точок, ресурсів) та для подальшого планування фахівцем своєї роботи задля налагодження взаємодії між членами сім'ї. Описано вагомий доробок Х.Ландгартен в галузі сімейної арттерапії (представлено: її діагностичні і корекційні завдання; ознаки оцінювання сімейної взаємодії; опис видів дисфункцій у сімейній взаємодії). Надано орієнтовний перелік арттерапевтичних методик і технік, що стануть у нагоді як при дослідженні особливостей сімейної взаємодії, так і у психокорекційній роботі. Виділено напрями роботи, що на загал сприятимуть налагодженню взаємодії в сім'ї, та конкретизовано за темами в межах кожного напрямку: 1) дослідницько-діагностичний; 2) корекційний; 3) трансформаційний.

Ключові слова: інструменти арттерапії, взаємодія в сім'ї, сімейна арттерапія, потенціал сімейної взаємодії, ознаки оцінювання сімейної взаємодії, техніки арттерапії.

Обосновано правомерность применения средств арт-терапии в качестве экологического и эффективного инструмента, способствующего налаживанию взаимодействия в семье. Показателями оценки развивающего потенциала семейного взаимодействия определено: внешние и внутренние границы (или психологические «границы»); иерархия; гибкость норм и правил, сплоченность. Отмечен весомый потенциал (диагностический, развивающий, терапевтический, трансформационный) применения средств арт-терапии для исследования и коррекции особенностей взаимодействия в семье. Среди них такие: потенциалы (возможность исследования тех аспектов взаимодействия в семье, которые невозможно изучить с помощью прямых вербальных методов); наглядность (возможность увидеть ранее неосознаваемые или отрицаемые аспекты семейного взаимодействия); ресурсы (позволяет членам семьи овладеть новыми моделями взаимодействия, апробировать конструктивные способы взаимодействия); активность включения (невербальный характер самовыражения открывает возможности детям активнее проявлять себя); интерактивность (атмосфера игры); творческий характер (приближает к осознанию себя субъектом, Творцом своей жизни); экологичность (безопасный и нетравматичный инструмент для гармонизации взаимодействия людей). Показано, что использование средств арт-терапии дает возможность

специалисту определить важный материал об особенностях взаимодействия в семье, что может стать основой для непрямо́й диагностики существующего состояния семейных отношений (их проблемных зон, слабых мест, конфликтных точек, ресурсов) и для дальнейшего планирования специалистом своей работы для налаживания взаимодействия между членами семьи. Описан весомый вклад Х. Ландгартен в области семейной арт-терапии (представлено: ее диагностические и коррекционные задачи; признаки оценки семейного взаимодействия; описание видов дисфункций в семейном взаимодействии). Предоставлен ориентировочный перечень арт-терапевтических методик и техник, которые пригодятся как при исследовании особенностей семейного взаимодействия, так и в психокоррекционной работе. Выделены направления работы, которые в целом будут способствовать налаживанию взаимодействия в семье, и конкретизированы по темам в пределах каждого направления: 1) исследовательско-диагностическое; 2) коррекционное; 3) трансформационное.

Ключевые слова: инструменты арт-терапии, взаимодействие в семье, семейная арт-терапия, потенциал семейного взаимодействия, признаки оценки семейного взаимодействия, техники арт-терапии.

The article substantiates the legitimacy of the use of art therapy as an ecological and effective tool that helps to establish interaction in the family. Indicators for assessing the developmental potential of family interaction are: external and internal boundaries (or psychological «boundaries»); hierarchy; flexibility of norms and rules, cohesion. Significant potential (diagnostic, developmental, therapeutic, transformational) in the use of art therapy for research and correction of the peculiarities of interaction in the family. These include: potencies (the ability to study those aspects of interaction in the family that cannot be studied using direct verbal methods); clarity (visualization of previously unconscious or denied aspects of family interaction); resources (allows family members to master new models of interaction, to test constructive ways of interaction); activity of involvement (non-verbal nature of self-expression opens opportunities for children to express themselves more actively); interactivity (game atmosphere); creative character (brings closer to the realization of the subject, the Creator of his life); environmental friendliness (safe and non-traumatic tool for harmonizing human interaction). It is shown that the use of art therapy allows the specialist to visualize important material on the peculiarities of interaction in the family, which can be the basis for indirect diagnosis of the current state of family relations (their problem areas, weaknesses, conflicts, resources), and for further planning of their work to establish interaction between family members. H. Landgarten's significant work in the field of family art therapy is described (presented: its diagnostic and corrective tasks; signs of assessment of family interaction; description of types of dysfunctions in family interaction). An indicative list of art therapeutic techniques that will be useful in the study of the peculiarities of family interaction and in psychocorrectional work is given. Areas of work that will generally contribute to the establishment of interaction in the family, and specified on the topics within each area: 1) research and diagnostic; 2) therapeutic; 3) transformational.

Key words: art therapy tools, family interaction, family art therapy, potential of family interaction, signs of family interaction evaluation, art therapy techniques.

Проблема. Сьогодні свідчить про те, що в наших реаліях інститут сім'ї все більше втрачає свої позиції. Численні суспільні виклики, з якими стикнулось населення країни (як-то: Революція гідності, анексія Криму, війна на сході країни, внутрішня міграція частини населення зі сходу України, вимушені карантинні заходи і самоізоляція у зв'язку з загрозою розповсюдження пандемії COVID-19 та, власне, стрімке її поширення), безумовно, позначилось і на перебігу повсякденного життя українських сімей, та увиразнили і загострили проблематику можливості побудови конструктивної взаємодії її членів та й взагалі екологічного співжиття у сімейному середовищі в умовах, що змінилися.

Сім'я, виконуючи низку соціально-психологічних функцій, є невід'ємним компонентом соціальної структури суспільства, його інститутом соціалізації, формою соціальної спільності, в основі формування і розвитку якої знаходиться взаємодія. Це мала група, міні-модель суспільства, що має свій устрій, ієрархію, кордони, власні правила і норми, цінності, традиції, практики взаємодії, розподіл ролей і обов'язків. Дитина в процесі свого розвитку набуває внормованих форм поведінки у взаємодії з дорослими. Проте і подорослішавши, людина зазвичай слідує відомим і засвоєним нормам, правилам, стереотипам поведінки, які були сформовані в процесі взаємодії у сім'ї. Саме тому актуальним завданням є віднайдення адекватного інструментарію, що допоможе сім'ям опанувати нові стратегії взаємодії, а відтак – сприятиме налагодженню конструктивної взаємодії у сім'ї, бо це є запорукою для вибудови у подальшому продуктивної і компетентної взаємодії з іншими.

Мета статті – обґрунтувати доцільність застосування засобів арттерапії як екологічного та ефективного інструменту налагодження взаємодії у сім'ї.

Аналіз наукових джерел, у яких започатковано розв'язання проблеми. Відзначимо, що більшість соціально-психологічних досліджень сім'ї здійснюються науковцями у двох річищах: 1) сімейно-центрованої парадигми, до якої включається підхід, що дозволяє розглянути сім'ю як малу групу, та 2) системного підходу, згідно якого сім'ю розглядають як складну, відкриту й динамічно мінливу систему, метою якої є, з одного боку, саморозвиток, а з іншого – підтримка стабільного стану [10].

Тож, як підсумовує М.Ю. Сидоркіна [10], у наукових дослідженнях сім'ю зазвичай розглядають як *соціально-психологічну спільноту* (малу групу, члени якої пов'язані подружніми або родинними стосунками, спільністю побуту та взаємною відповідальністю), *соціальний інститут* (історично конкретну систему взаємовідносин між подружжям, батьками та дітьми, соціальна необхідність якої обумовлена потребою суспільства у відтворенні населення), або як *відкриту систему* (А. Варга, 2001; А. Черников, 2001; Черников; Р. Kerig, 1995).

Тезово відзначимо, що у **взаємодії**, комунікації завжди виявляються соціально-психологічні стосунки. Їх сутність у тому, що вони мають характер «взаємності». Відмітною характеристикою соціально-психологічних відносин і стосунків є те, що вони є результатом *взаємодії, взаємовпливу, взаєморозуміння, взаємопізнання, взаємоустремління*, тощо (И. Марковская, 2007; В. Куницина, 1992) [7]. В процесі взаємодії стосунки виникають, змінюються, перетворюються та, в свою чергу, впливають на розвиток взаємодії. А отже, стосунки можуть бути як «джерелом» взаємодії, так і її результатом. Стосунки виявляються у спільній життєдіяльності людей та є включеними у реальні процеси взаємодії як в якості умов, так – і результату.

Аналіз сучасних наукових джерел, що стосуються дослідження різних аспектів взаємодії у сім'ї, засвідчує, що значна частина наукових робіт, в яких сім'я розглядається як мала соціальна група, присвячена вивченню її функцій (А. І. Антонов, М. С. Мацковський, В. М. Медков, А. Г. Харчев, Г. Навайтис), структури (Ю. Е. Альошина, Л. Я. Гозман), стадій життя (Ю. Е. Альошина, Е. К. Васильєва, Р. Саєр), типів розподілу сімейних ролей (І. В. Гребенніков) та деякі інші.

Підкреслимо, що розуміння сім'ї як малої соціальної групи актуалізує, по-перше, питання *внутрішньогрупової комунікації, взаємодії* між членами родини, *розподілу влади* та лідерства, *вирішення конфліктів* та міжгрупової взаємодії як побудови стосунків сім'ї з її соціальним оточенням. По-друге, особливий характер сім'ї як малої соціальної групи полягає в *емоційній насиченості стосунків* між членами сім'ї, де на одному полюсі – стосунки прийняття, любові, довіри, прив'язаності, тоді як на іншому – ненависті, відторгнення, відчуження, залежності, негативізму (О.Карабанова) [3, с. 3].

Таким чином, науковий доробок у межах підходу до дослідження сім'ї як малої групи містить вагомі здобутки, що стосуються розуміння особливостей функціонування сім'ї залежно від рольової структури сім'ї, особливостей внутрішньогрупової комунікації

та взаємодії. Водночас продуктивним є, на нашу думку, поєднання цього підходу із досвідом розгляду сім'ї як цілісної системи.

Ми спираємось на точку зору системного підходу, згідно якої сім'я є відкритою цілісною системою, здатною до самоорганізації та такої, що перебуває у постійному взаємообміні із зовнішнім світом. Сім'я є цілісним утворенням, що містить сукупність взаємозалежних елементів, і становить єдине ціле та має певну структуру. При розгляді сім'ї як системи науковці виділяють її параметри (А. Я. Варга, С. Мінухін, Д. Олсон, І. Ю. Хамітова), закони функціонування (А. Я. Варга, Е. Г. Ейдемільлер), стадії життєвого циклу (Е. Г. Ейдемільлер, В. В. Лавров, Н. М. Лаврова, О. В. Черніков). Відзначається також, що життя сімейної системи підпорядковується як закону гомеостазу (згідно якому кожна система прагне зберегти своє становище, прагне стабільності основних параметрів), так і закону розвитку (за яким будь-яка сім'я прагне пройти повний життєвий цикл, на кожній стадії якого вирішуються специфічні завдання, спрямовані на підтримку життєздатності системи) [10].

Доречно згадати також дослідження, що вивчають **функціонально неспроможні сім'ї**. До психологічних **ознак** таких сімей найчастіше науковці відносять наступні: неузгодженість цілей та правил у життєдіяльності сім'ї; переважання конкуренції або антагонізму у сімейній взаємодії; закритість або поверховість комунікації між членами родини; відсутність мотивації до розвитку сім'ї та неготовність до змін (як у сім'ї в цілому, так і в житті кожного її члена); незадоволення основних потреб членів родини як результат невиконання сімейних зобов'язань; відсутність зрозумілих особистісних кордонів у взаємодії членів сім'ї; прояви фізичного чи психологічного насильства, аб'юз; явне чи приховане зневажливе ставлення між членами родини, відсутність взаєморозуміння між членами сім'ї, відчуженість, емоційна холодність у взаємодії; часті неконструктивні конфлікти, тощо [4; 11].

Підкреслимо, що особистість, що зростає, з дитинства занурена у соціальний світ сім'ї, де зміст і процеси її розвитку залежать від особливостей взаємодії з іншими членами родини, і зокрема – з батьками. У середовищі сім'ї повсякчас вибудовується взаємодія між членами родини, що прямо, опосередковано чи неявно впливає (сприяє або, навпаки, утруднює або й унеможлиблює) на розвиток компетентності особистості, що зростає.

Відомо, що **дитячо-батьківська підсистема взаємодії** складається із членів сім'ї, які належать до різних поколінь (батьки та їх ще не дорослі діти). Правила поведінки в цій підсистемі визначаються взаємодіями типу «батько – дитина», що спрямовуються на реалізацію завдання формування у дітей навичок саморегуляції, засвоєння ними норм, цінностей і моделей взаємовідносин в ієрархічній соціальній системі. Саме в рамках даних взаємин дитина вибудовує систему життєвих цінностей, набуває досвід дотримання правил і законів, виконання зобов'язань, слідування традиціям і т.п. (Н. Олифірович, Т. Зинкевич-Куземкіна, Т. Велента, 2006; Сім'я як система) [8].

У нашому соціально-психологічному дослідженні [12] ми визначили показники, за якими можна **оцінювати розвивальний потенціал сімейної взаємодії: зовнішні і внутрішні кордони** (або «**межі**», як їх ще називають); **ієрархія; гнучкість норм і правил, згуртованість** (О.Скнар, 2020) та розробили авторський опитувальник дослідження особливостей сімейної взаємодії батьків і дітей за визначеними параметрами.

В якості показників **неефективності взаємодії** між батьками і дітьми фахівці виокремлюють такі:

1. Низьку згуртованість і відсутність спільної позиції батьків у питаннях виховання дітей;
2. Високу ступінь суперечливості, непослідовності, неадекватності у поведінці батьків;
3. Гіперопіку чи жорсткі обмеження дитини в тих чи інших сферах життєдіяльності;

4. Надмірне стимулювання можливостей дітей та часте застосування у зв'язку із цим погроз, засуджень, відчуження і т.д. [4].

Натомість **ознаками вираженої батьківської позиції**, що оптимально впливає на розвиток особистісного потенціалу дитини, є:

1. Адекватність (близька до об'єктивної оцінка батьками психологічних і характерологічних особливостей дитини);
2. Динамічність (здатність гнучко змінювати форми і методи спілкування та впливу на дитину відповідно до її вікових особливостей, конкретних наявних ситуацій, умов життя сім'ї, нових умов, що виникають у суспільстві, тощо);
3. Міцність, надійність (послідовність і однозначність);
4. Спрямованість виховальних зусиль у майбутнє, відповідно і конгруентно тим умовам, що висуває перед дитиною подальше життя;
5. Збалансоване поєднання емоційного прийняття і підтримки дитини зі здоровою вимогливістю і необхідним контролем, тощо (за [4]).

Таким чином, можна ще раз зауважити на існуванні нагальної потреби у пошуку, розробці та апробації екологічних і продуктивних стратегій соціально-психологічної допомоги сім'ям, що прагнуть опанувати, налагодити конструктивну взаємодію у сімейному середовищі.

Виклад основного матеріалу. Низка закордонних (Д. Аррінгтон, Е. Ейдемільер, М. Кісельова, Х. Квітковська, О. Копитін, Х. Ландгартен, Л. Лебедева, Л. Пролкс, Дж. Рубін, О. Свистовська, Я. Хошино та ін.) і вітчизняних (О. Вознесенська, Л. Галіцина, О. Деркач, Л. Мова, М. Сидоркіна та ін.) фахівців виявили беззаперечні достоїнства арттерапії у роботі з сім'ями. Безумовно, засоби арттерапії мають великий потенціал (діагностичний, розвивальний, терапевтичний, трансформаційний) та низку *переваг* при застосуванні, зокрема у груповій, сімейній взаємодії. Серед них можна виокремити наступні:

- потенції – можливість дослідження тих аспектів функціонування (або ж взаємодії, стосунків, ставлень і т.д.) сім'ї, які неможливо вивчити за допомогою прямих вербальних методів, адже засоби арттерапії дають можливість «обходити» контроль свідомості та психологічні захисні механізми людини;
- наочність та інформативність – застосування засобів арттерапії призводить до унаочнення раніше неусвідомлюваних або заперечуваних аспектів життя сімейної системи, що веде до їх розуміння членами сім'ї;
- ресурси – невербальний характер засобів візуальної експресії дозволяє членам сім'ї опанувати нові моделі взаємодії, перебудувати свої стосунки, апробувати й використати незвичні, нові, альтернативні способи взаємодії;
- активність залучення – застосування невербальних засобів самовираження надає можливості і простір для дітей більш активно проявляти себе у процесі творчої взаємодії, ніби «виривнює» можливості для дітей і дорослих [5];
- інтерактивність – спираючись на природню схильність дитини до ігрової діяльності та фантазування, можна відтворити за допомогою технік арттерапії атмосферу гри і творчості, задіяти «мову» візуальної і пластичної експресії. Для дорослого ж – це можливість з'єднатися зі своєю внутрішньою дитиною (а відтак – поринути чи принаймні доторкнутися до власних дитячих спогадів, переживань, станів, ресурсів, обмежень і т.д.), що може допомогти виявити багато цінного матеріалу для усвідомлення;
- творчий характер – творчість сприяє самовираженню, допомагає людям розслабитися, дати місце своїм почуттям, доторкнутися до творчого потенціалу, вільно і безпечно взаємодіяти один з одним у невимушеній атмосфері, а також наближує особистість до усвідомлення себе суб'єктом, Творцем свого життя;

- екологічність – засоби арттерапії є м'якими, глибокими, безпечними і нетравмівними інструментами для дослідження, розвитку, трансформації, гармонізації взаємодії людей, та ін.

Серед можливих **форм групової роботи**, що сприяють гармонізації сімейної взаємодії, – власне **сімейна арттерапія**, що поєднує в собі арттерапію і сімейну психотерапію (див. роботи Х. Квітковської, Дж. Рубін, О. Копитіна, О. Свистовської); **тематичні арттерапевтичні групи** (М. Кисильова, Л. Лебедева); **арттерапевтична майстерня** або студія (див. напрацювання О. Вознесенської, М. Сидоркіної та ін.).

Використання засобів арттерапії у роботі з сім'ями дає можливість фахівцю унаочнити важливий матеріал щодо особливостей взаємодії в родині – про емоційні зв'язки між членами родини, їх статус, ролі, наявність психологічних меж, ієрархії в сім'ї, а також щодо способів комунікації, звичних практик взаємодії та ін., що, в свою чергу, дозволяє виявити дисфункційні варіанти взаємодії батьків і дітей у сімейному середовищі. А відтак, це створює умови для того, щоб окреслити «проблемні» зони у взаємодії та спрямувати роботу на їх «коригування», трансформацію, гармонізацію, покращення. Іншими словами, отриманий матеріал може стати вагомою основою як для непрямого діагностування наявного стану сімейних стосунків (зокрема, їх проблемних зон, слабких місць, конфліктних точок, тощо), так і для подальшого планування психологом, арттерапевтом своєї роботи, розробки її стратегії і тактики з метою налагодження (покращення) взаємодії між членами сім'ї.

Відзначимо, що за слушним визначенням Х. Ландгарден, сімейна арттерапія орієнтується на вирішення таких діагностичних та корекційних (або трансформаційних) завдань:

- дослідження дитячого досвіду, пов'язаного із взаємодією з батьками (чи сиблінгами);
- вивчення впливу батьків;
- дослідження минулого і теперішнього досвіду сім'ї;
- вираження і усвідомлення неусвідомлюваних переживань членів родини;
- усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків у відносинах і реакціях членів сім'ї;
- визначення транзакційних конфігурацій;
- виявлення і корекція дисфункційних варіантів сімейної взаємодії;
- діагностика актуальних сімейних конфліктів;
- корекція поведінки батьків;
- збагачення досвіду успішного вирішення сімейних проблем;
- розвиток більшої автономності та здатності незалежно функціонувати у членів родини [5; 6].

Серед визнаних і апробованих арттерапевтичних методик, що стануть у нагоді на етапі дослідження особливостей сімейної взаємодії, можна відзначити такі:

- сімейна оціночна процедура Ханни Квітковська (опис див. у [5]);
- діагностична процедура Хелен Ландгарден, що забезпечує всебічну оцінку взаємостосунків і поведінки членів сім'ї (доволі детальний опис див. у [5; 6]);
- сімейні пейзажі Доріс Аррінгтон (для дослідження зовнішніх і внутрішніх психологічних меж сім'ї та її членів) – див. [5].

Засобами, що будуть корисними для отримання додаткової діагностичної інформації щодо взаємин, стосунків між членами родини, є:

- спільний малюнок, інсталяція, скульптура, колаж чи фотоколаж на вільну або задану тему. При цьому можливі, принаймні, дві варіації втілення: 1) без вербального контакту; і 2) з можливістю словесного контакту;
- створення серії малюнків, що ілюструють різні сімейні ситуації в процесі їх перебігу і розвитку;
- зображення проблемних або конфліктних ситуацій сім'ї;
- створення спільної казки (у різних варіантах);

- каракулі – з подальшим промальовуванням образів та обговоренням [1];
- сімейний герб;
- сімейний портрет (реальний чи метафоричний);
- зображення (конструювання) будинку, в якому перебувають члени сім'ї, зайняті якимось справами – малюнок, або ж, як варіант, робота з фігурками, іграшками, тощо;
- ресурси сім'ї;
- зображення того, що видається найважливішим у житті сім'ї;
- бажане майбутнє сім'ї, та багато-багато інших.

Якщо одні завдання можуть виконуватись індивідуально, то інші реалізуються спільно (спільно-послідовно чи спільно-сумісно, залежно від мети роботи).

Зауважимо ще раз на важливості активної уваги і присутності арттерапевта під час творчої роботи членів родини, адже спостереження за тим, як відбувається взаємодія під час обговорення або створення спільного творчого «продукту» може надати багато цінної інформації психологу щодо розподілення ролей у сім'ї, наявності альянсів, ієрархії, ступеню включення і «внеску» в сімейну систему того чи іншого члена, наявності психологічних кордонів, а також багатьох інших особливостей взаємодії членів родини.

Вагомим доробком Х. Ландгартен є виокремлення **17 ознак, що дозволяють оцінити сімейну взаємодію** (за її процедурою). Для цього фахівцю потрібно дати відповіді на такі запитання [5; 6]:

1. Хто розпочав малювати першим, що цьому передувало?
2. У якій послідовності включалися інші члени родини?
3. Чиї ідеї підтримувалися, а чиї – ні?
4. Якою була ступінь залучення в роботу у різних членів сім'ї?
5. Хто працював на обмеженому просторі загального малюнку (в основному на «своєї» території), а хто «гуляв», малював на всьому просторі, вторгався на територію інших?
6. Хто намагався «витіснити» інших (приміром, малював поверх їхніх малюнків)?
7. Хто намагався допомогти іншим, виявляв ініціативу щодо налагодження співробітництва і взаємодії? а хто – уникав контактів і працював окремо?
8. Чи працювали члени сім'ї по черзі, або ж – одночасно? Чи утворювали вони підгрупи?
9. Якщо в процесі роботи відбувалися зміни зображення загального характеру, то з чікими ініціативами це було пов'язано?
10. Де просторово розташовані зображення, створювані різними членами сім'ї (у центрі, в кутках, на периферії, по всьому просторі аркуша і т.д.)?
11. Скільки місця займають зображення, створені різними членами сім'ї?
12. Яке символічне «навантаження» мають зображення, створені кожним членом сім'ї?
13. Хто виявляв незалежність, а хто був залежним від інших?
14. Хто виявляв ініціативу? А хто слідував за ініціативою інших?
15. Чи виникали в процесі роботи конфлікти і як вони вирішувались?
16. Які емоції були проявлені в процесі роботи?
17. Чи мала взаємодія членів сім'ї в ході роботи хаотичний характер, чи організований? Якою мірою виявлялась тенденція до індивідуалізму?

На основі сімейних малюнків Х. Ландгартен також виділила і описала наступні **види дисфункцій у сімейній взаємодії** [2]:

1. **Псевдовзаємність** (зовнішньо доброзичливі стосунки між членами родини. Співробітництво скоріше компенсаторного характеру. Члени сім'ї ставляться до завдання свідомо, поводяться стримано, добре контролюють свої дії. Водночас за зовнішнім фасадом пристойності ховаються серйозні проблеми. Такий варіант взаємодії виявляється в малюнку наступним чином: створення шаблонних, зовнішньо гармонійних малюнків

(приміром, пейзажі з квітами і сонцем). Малюнок при цьому – малозмістовий; творча активність членів сім'ї – низька, а залучення до роботи – невисоке).

2. **Парентифікація** (парадоксальний обмін ролями між дітьми і батьками, порушена ієрархія. Виявляється так: дитина прагне взяти ініціативу в свої руки, а батьки їй підкоряються. Малюнок дитини зазвичай займає центральне місце; вона також може «коригувати», «правити», «коректувати» малюнки дорослих.

3. **Сімейне розщеплення** (взаємна ворожість між членами сім'ї, конфронтація. Члени родини не рахуються з інтересами один одного. Помітною є тенденція псувати малюнки інших).

4. **Сімейне спотворення** (зовнішньо гармонійні стосунки. Виявляється компліментарність позицій членів родини – ініціатива одних і підкорення інших, яке виявляється у прагненні останніх доповнювати малюнки перших, і в результаті кінцевий малюнок усіх влаштовує).

5. **Триангуляція** (два члени сім'ї створюють альянс проти третього. Під час малювання малюнки останнього ігноруються або псуються тими, хто створив альянс).

6. **Формування недиференційованої еґо-маси** (розмитість особистісних психологічних меж, проникнення в образи інших. Як наслідок, виявити, хто і де малював – дуже складно).

7. **Відчуження** (кожен член родини працює на своїй «території», часто між малюнками членів сім'ї є «порожнечі», пусті місця [2; 9].

Підкреслимо, що важливо звертати увагу не тільки на проблемні (слабкі) аспекти досвіду родини, а й спиратися на її ресурсні (сильні) сторони. Зокрема, арттерапевт може звертати увагу та підтримувати у членів сім'ї:

- прагнення до кооперації і співробітництва;
- повагу до позиції іншого;
- адекватний вияв ініціативи, лідерства;
- використання продуктивних стратегій подолання складних ситуацій;
- вияви здорового почуття гумору;
- увагу членів родини один до одного;
- співпереживання, емпатію, тощо.

Можливі психокорекції напрями арттерапевтичної роботи з членами родини (зокрема, в умовах сімейної арттерапії), за О. Копитіним, ґрунтуються на:

- усвідомленні дисфункційних варіантів сімейної взаємодії;
- відреагуванні та прийнятті почуттів;
- отриманні нового досвіду спільного діяння, діяльності та співпереживання;
- засвоєнні, апробуванні та реалізації нових способів взаємодії;
- опануванні адекватних і конструктивних способів вираження почуттів та вирішення конфліктів (зокрема, шляхом пошуку компромісів, узгодження дій, вираження інтересів і очікувань та ін.) [5].

Тоді як корекційна робота арттерапевта, за О. Копитіним, може включати таке:

- парне малювання або реалізацію в парі інших творчих завдань і проектів (пов'язаних зі створенням історій, фотографій і т.д.), спрямоване на те, щоб розділити триангуляції;
- створення індивідуальних малюнків чи фотографій з тим, щоб у подальшому інтегрувати їх у спільний малюнок або фотоальбом (чи фотоекспозицію);
- спільне малювання і втілення фото проектів на основі попереднього розподілу ролей і функцій;
- консультування (інструктаж) батьків;
- визначення правил поведінки;
- вираження почуттів, пов'язаних із сімейними стосунками, засобами малювання чи будь-яких інших форм творчого самовираження;
- зображення конфліктних ситуацій та шляхів їх вирішення;

- позитивне підкріплення в процесі спільної, сумісної роботи;
- техніки, спрямовані на актуалізацію і усвідомлення сімейних ресурсів (приміром, створення родинного гербу, талісманів, предметних композицій, інсталяцій із предметів, що асоціюються з сімейними ресурсами: цінностями сім'ї, традиціями, віруваннями, досвідом спільної діяльності та ін..) [5].

Таким чином, узагальнивши викладене вище, можна виділити, на нашу думку, такі великі теми (напрями) роботи, що врешті-решт сприятимуть налагодженню взаємодії у сім'ї:

1. Дослідницько-діагностична робота, що включає: вивчення особливостей взаємодії між членами сім'ї (розподіл ролей, ієрархія, статус, психологічні особистісні кордони, альянси, зв'язки, виявлені і приховані емоції, способи комунікації, практики взаємодії, конфлікти тощо).

2. Терапевтична (психокорекційна) робота:

з емоційною сферою членів родини, яка може бути спрямована на:

- усвідомлення, розуміння, диференціацію власних станів, емоцій, почуттів;
- опанування способами управління власними емоційними станами; екологічного вираження емоцій;
- опанування техніками саморегуляції емоційних станів;
- розвиток емпатії, емоційного інтелекту, та ін..

з кордонами особистісного простору членів сім'ї, що включає:

- здатність усвідомлювати власні психологічні межі, вміти про них заявити і відстояти за необхідності;
- повагу до психологічних меж інших;
- право казати «ні» і здатність приймати «ні» інших.

зі сферою контактів, яка виявляється у засвоєнні умінь встановлювати, відновлювати, конструктивно підтримувати контакти і зв'язки;

зі сферою комунікації – опанування конструктивними способами спілкування (як коректно заявити про те, що важливо? Як коректно і правдиво давати «зворотній» зв'язок іншому?, тощо)

з конфліктами і способами їх конструктивного вирішення;

3. Трансформування неконструктивних моделей поведінки та апробування, опанування нових способів взаємодії у сім'ї (співробітництва, кооперації, партнерства, об'єднання зусиль, тощо) задля створення спільного безпечного простору конструктивної взаємодії членів сімейної системи.

Висновки.

Обґрунтовано ідею про те, що засоби арттерапії є екологічним та ефективним інструментом, що сприяє налагодженню взаємодії у сім'ї.

Визначено показники оцінювання розвивального потенціалу сімейної взаємодії: зовнішні і внутрішні кордони (або «межі», як їх ще називають); ієрархія; гнучкість норм і правил, згуртованість.

Окреслено показники неефективності взаємодії у батьківсько-дитячій підсистемі та ознаки виваженої батьківської позиції, що оптимально впливає на розвиток особистісного потенціалу дитини, що дає змогу фахівцю діагностування (оцінювання) функціональної спроможності сімей за визначеними параметрами.

Виокремлено переваги застосування засобів арттерапії для роботи з групами загалом, та для дослідження і психокорекції сімейної взаємодії – зокрема.

Виділено напрями роботи, що врешті-решт сприятимуть налагодженню взаємодії в сім'ї, та конкретизовано за темами в межах кожного напрямку: 1) дослідницько-діагностичний; 2) корекційний; 3) трансформаційний.

Література:

1. Енциклопедичний словник з арт-терапії : [за ред. О.Л. Вознесенської, О.М. Скар] / О. Бреусенко-Кузнецов, О. Вознесенська, Л. Галіцина, Ю. Гундертайло, О.

Деркач, Л. Мова, О. Науменко, В. Савінов, М. Сидоркіна, О.Скнар. К. : Золоті ворота, 2017. 235 с.

2. Ждакаева Е.И. Психологическая помощь семьям средствами арт-терапии в условиях дошкольного учреждения. *Омский научный вестник. Психологические и педагогические науки*. Омск, 2012. № 1(105). С. 154 – 157.

3. Карabanова О. А. Психология семейных отношений : учеб. пособие. М.; Самара : СИОКПП, 2001. 119 с.

4. Кисилева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. СПб. : Речь. 2007. 160 с.

5. Копытин А.И. Техники семейной арт-терапии. *Вестник практической психологии образования*. 2010. № 1 (22). С. 97-103.

6. Ландгартен Х. Семейная арт-психотерапия. Игровая семейная психотерапия / Под ред. Ч. Шеффера и Л. Кери. СПб : Питер, 2001. С. 276 – 292.

7. Марковская И.М. Психология детско-родительских отношений : монография. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007.

8. Олифинович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 360 с.

9. Рудестам К. Групповая психотерапия. СПб : Питер, 2000. 384 с.

10. Сидоркіна М.Ю. Спільна художня творчість як чинник гармонізації сімейних стосунків : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2011. 216 с.

11. Сидоркіна М.Ю. Творча взаємодія як засіб гармонізації сімейних стосунків : методичні рекомендації. Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2013. 86 с.

12. Скнар О.М. Сімейна взаємодія у ракурсі розвитку громадянської компетентності молоді: показники дослідження. *Проблеми сучасної психології*. Київ, 2020. № 2 (18), с. 222-231.