

**ГО «Арт-терапевтична асоціація»**  
**Інститут соціальної та політичної психології АПН України**  
**Інститут мистецтв Національного педагогічного університету ім.**  
**М.П. Драгоманова**  
**Інститут соціології, психології та управління НПУ ім.М.П. Драгоманова**  
**Національний медичний університет імені О.О.Богомольця**  
**Національна медична академія післядипломної освіти ім. П.Л. Шупика**  
**ГО «Центр психології руху та творчого самовираження»**  
**Київський міський Будинок Вчителя**

**«ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:  
горизонти стосунків»**

**VII Міжнародна міждисциплінарна  
науково-практична конференція**

**(Київ, 12-14 березня 2010 р.)**

**ТЕКСТИ ДОПОВІДЕЙ  
ТА МАТЕРІАЛИ  
ТВОРЧИХ МАЙСТЕРЕНЬ  
І ЛАБОРАТОРІЙ**

**Київ – 2010**

**УДК 159.98**  
**ББК 84.5**

**Простір арт-терапії: горизонти стосунків:** Матеріали VII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Київ, Київський міський Будинок Вчителя, Інститут мистецтв Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова, Національний медичний університет імені О.О.Богомольця, 12-14 березня 2010 р.) / За наук. ред. А.П. Чуприкова, Л.А. Найдьонової, О.А. Бреусенка-Кузнецова, О.Л. Вознесенської, О.М.Скнар. – К., 2010. – 110 с.

Редакторська група – А.П. Чуприков  
Л.А. Найдьонова  
О.А. Бреусенко-Кузнецов  
О.Л. Вознесенська  
О.М. Скнар

У збірнику представлено тези доповідей та концепції майстер-класів і лабораторій VII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції «Простір арт-терапії: горизонти стосунків» (м. Київ, Київський міський Будинок Вчителя, Інститут мистецтв Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова, Національний медичний університет імені О.О.Богомольця, 12-14 березня 2010 р.), які відбивають сучасний стан теорії та практики арт-терапевтичної допомоги особистості у вирішенні життєвих проблем та пошуку внутрішніх ресурсів особистісного зростання.

Для арт-терапевтів, психологів, педагогів, психіатрів, мистецтвознавців, для всіх, хто цікавиться вітчизняним та світовим досвідом арт-терапії.

**«ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:  
горизонти стосунків»**

**VII Міжнародна міждисциплінарна  
науково-практична конференція  
(Київ, 12-14 березня 2010 р.)**

**ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ**

## МИРЫ СКАЗОК К.И.ЧУКОВСКОГО: ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКИЕ ГОРИЗОНТЫ ОТНОШЕНИЙ ГЕРОЕВ

*Бреусенко-Кузнецов Александр,*

*кандидат психологических наук,*

*доцент НТУУ «КПИ», доцент КНУ имени Тараса Шевченко,  
член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Основной вопрос доклада: есть ли в сказках К.И.Чуковского то положительное содержание, которое оправдывает весь риск их чтения ребёнку? Чтобы понять **специфику конструктивного влияния** сказок К.И. Чуковского, уместно обратиться к феноменологической категории «жизненного мира» и выявить специфику его сказочных миров; рассмотреть символические черты основных персонажей; выявить специфические для его сказок сюжетные ходы.

**Миры**, представленные в сказках К.И.Чуковского, могут быть разделены на следующие варианты:

**Мир людей** – географически соотнесён с Ленинградом; к этому миру принадлежат звероподобно **толпящиеся** герои ранней сказки «Крокодил», **непослушные** (Федора, грязнуля, Танечка и Ванечка) и **перестраховщики** – родители, не пускающие в Африку гулять. Отсюда родом **великодушные** герои (Ваня Васильчиков, Айболит).

**Мир зверей** – географически соотнесён с Африкой; звери, населяющие этот мир, ведут себя в массе вполне по-человечески: **веселятся, обижаются, боятся, страдают от болезней, лечатся**, единственное что, **не развиваются**. Это мир сниженного, естественного функционирования человека; самый густонаселённый мир у К.И.Чуковского.

**Мир вещей** – локализован в человеческом быту; каждая вещь имеет некоторое человеческое назначение, аналогичное профессиональному занятию человека (и поэтому сей мир может быть проинтерпретирован как мир профессионально-технический). Это мир **служебный**, лишённый предельных целей, и тем подобен предыдущему. Вещи – профессионально специфицированные звери, звери же – социально специфицированные люди. То человеческое, что сохраняется за вещами – **право на бунт** против неадекватного хозяина.

**Мир нелюдей** – к этому миру относятся **герои-беспредельщики**: паук из «Цокотухи», Тараканище, Бармалей, иногда Крокодил. Нелюди не всегда безнадежны; людоедство подлежит педагогической коррекции.

Миры, представленные в сказках К.И. Чуковского, либо *цивилизованные* и географически соотнесены с Ленинградом (миры людей и вещей), либо *дики* и географически соотнесены с Африкой (миры зверей и нелюдей). Цивилизация проникает в мир зверей с гостинцами Крокодила («Льву – халву, мартышке – коврижки, ослу – пастилу, бегемотику – книжки»...), звери же вносят в мир людей революционно-освободительную дикость (в том же «Крокодиле»). Вещи через тотальный *хаос* принуждают своих хозяев из мира людей к *порядку*. Если «*светлые*» миры – людей и примыкающие к ним вещей и зверей – находятся под покровительством Асклепия и его дочерей: Панацеи (миры людей и зверей) и Гигиены (миры людей и вещей), то альтернативный «*тенево́й*» мир остаётся в удел пожирающим солнце драконам и истребляющим своё потомство Урану и Крону.

*Центральные персонажи* (в этом статусе находятся получившие наиболее широкую известность герои, чьё значение не замыкается в отдельной сказке, а распространяется на весь их корпус), как оказывается, объединяют по два и более названных миров. Эти герои таковы:

*Айболит – помогающий персонаж (область Панацеи)*. Тема помощи и великодушия пронизывает весь «Телефон», «Айболит». Айболит – под деревом сидит на рубеже человеческого и природного мира (каковой аспект усилен в мультфильме). Дерево же – как образ – восходит к символике Мирового или «философского» древа (Мировой ясьень Иггдрасиль, рождественское древо). В отличие от доктора Дулитла у Хью Лофтинга – фигуры «господинчика в цилиндре» с выраженными чертами обыденности, Айболит оказывается фигурой сверхчеловеческой – носителем божественных черт. Айболит – герой-медиатор, посредник между мирами людей и зверей.

*Мойдодыр – контролирующий персонаж (область Гигиены)*. Страж нравственной чистоты, глава иерархии («сумывальников начальник и мочалок командир»). Его власть имеет черты революционной чрезвычайщины, ему подконтрольны взбунтовавшиеся вещи (вещные аналоги рабочих специальностей), энергию которых он может сфокусировать и направить на цели гигиенического террора. Без такого командира революционный порыв рабочих-вещей быстро иссякает, вещи проникаются жалостью к прежнему хозяину (ср. «Мойдодыр» и «Федорино горе»). Мойдодыр – герой-медиатор, посредник между мирами вещей и людей.

*Бармалей – персонаж, наказывающий – заслушание, но и за благородство*. Он пират и людоед, живущий в опасной Африке, причём людоедство обращено преимущественно к детям (тема Крона-Сатурна) и мотивировано оральным влечением. Способен к бескорыстной деструк-

ции; стало быть, представляет дьявола, чистое зло, которое, впрочем, подлежит перевоспитанию, перерождению. В этом последнем (трансформационном) плане Бармалей – носитель функций главного героя. Потому Бармалей – герой-медиатор, посредник между миром нелюдей и людей.

**Крокодил – амбивалентный персонаж.** Он то вредитель, то спаситель, то страж порядка и трансформирующий сосуд. В любом «амплуа» он, впрочем, – существо сильное, способное к волевому, даже насильственному утверждению некоторых идей или целей. Крокодил – самый ранний и часто встречаемый из центральных персонажей К.И.Чуковского, причём он единственный вступает во взаимоотношения со всеми остальными центральными персонажами. Бросаемого в костёр доктора Айболита он спасает от Бармалея в «Айболите», Бармалея он там же глотает с воспитательной (трансформирующей) целью; с Мойдодыром он вступает в опосредованное соперничество – глотает его мочалку, находящуюся при исполнении служебных обязанностей, и самостоятельно запугивает грязнулю, вынуждая к очищению. Крокодил – существо естественное, его интерес к вещам и культуре – во многом гастрономический (о чём говорит тема поедания калош в «Крокодиле» и «Телефоне»). Людоедство – общий атрибут Крокодила и Бармалея – предстаёт у Крокодила как осуществимое, но обратимое деяние, совершаемое в порядке возмездия.

Эти герои, т.о., служат медиаторами между названными мирами.

Найденные нами два типичных для творчества К.И.Чуковского сюжета сказочного повествования: 1) подчиняющийся «логике битвы»; 2) подчиняющийся «логике наказания» – разворачиваются в горизонтах данных миров и служат моделями переживания межмировых конфликтов.

## **ТАНЕЦЬ У МЮЗИКЛІ: КВІНТЕСЕНЦІЯ ОПТИМІЗМУ**

***Верховенко Ольга,***

*Київський національний університет культури і мистецтв,  
викладач кафедри «Хореографічного мистецтва» (Дніпропетровськ)*

Танець в мюзиклі тривалий час залишається нерозробленою темою в історії видовищних мистецтв, хоча сам мюзикл, особливо як музичний жанр, давно вже є усталеним видом сценічної творчості. У науковій літературі також не було ще прикладів застосування танцю в мюзиклі як арт-терапії, хоча з відомих зразків рухового впливу на клієнтів до нього можна віднести танцювально-рухову терапію, яка в мюзиклі природно поєднується із казкотерапією, музикотерапією тощо.

Адже саме поліжанровість мюзиклу, на якій акцентують увагу усі його дослідники, є головним чинником того синтезуючого початку, основа якого закладена у ритмово-пластичній партитурі видовища. Інакше кажучи, танцювальна складова (її ритмічна структура та стилістичне офарблення) завдають естетику видовища. А воно з часів перших мюзиклів до сучасних постановок є переважно оптимістичною, що має позитивний вплив на стан клієнтів.

У реальній історії мюзиклу, що розпочиналась на американському континенті, є багато прикладів, де драматична дія, танцювальні й пісенні номери, аудіо- і візуальні ефекти доповнювалися виступами акробатів, канатохідців-еквілібристів, ілюзіоністів і навіть ковзанярів (для яких був належним чином переустаткований замерзлий ставок). В історичній перспективі такі видовища сприяли різнобічній професіоналізації виконавців – акторів, вокалістів і танцівників в одній особі. Так формувалися професійні якості майбутніх «зірок» мюзиклу, чії дарування розцвіли протягом 1910-1920-х років.

Звичайно, арт-терапія не має за мету розвиток суто професійних якостей підопічних. Але імітація в танці таких дій, як танець на дроті або еквілібр може повернути клієнтові відчуття впевненості та звитяги. Можуть стати до нагоди такі жанрові різновиди танцю в мюзиклі як степ (чечітка) або канкан, що підсвідомо діють на психологічну установку до врівноваженості. Варто також сполучати із сюжетом пісенні й танцювальні номери та наділяти їх оптимістичним мотивуванням.

Слід зауважити, що саме у мюзикл ХХ ст. було залучено оригінальні ідеї зі сфери пластичної драматургії, апробовані одним з найзначніших балетмейстерів ХХ сторіччя Дж. Баланчіним разом з Р. Роджерсом і Л. Хартом («На пуантах», «Я оженився на янголі»). Дебют Баланчіна на Бродвеї відбувся у 1943 році («Що трапилося?» Ф. Лоу – А. Дж. Лернера).

Цю естафету підхопив інший видатний хореограф Дж. Роббінс. У 1944 році композитор Л.Бернстайн написав музику балету «Вільна Фантазія», постановка якого під управлінням автора була здійснена на сцені «Метрополітен опера». У тому ж році разом із Дж. Роббінсом він переробив цей балет для мюзиклу «Там, у місті». Перетворення балету в мюзикл не було випадковим епізодом. Налаштовані на позитивне світовідчуття, постановники бачили у цьому жанрі «рецепт» від скуки та життєвих негараздів, а разом привод для непоганих фінансових прибутків.

Можна з упевненістю стверджувати, що в 1950-1960-ті роки, які визначаються в дослідницькій літературі як «золоте століття» мюзиклу,

виникли не випадкові або експериментальні, а творчо усталені, органічні сполучення синтезуючих музично-пластичних компонентів. Це тяжіння до синтезу, своєї черги, призвело до якісних змін у співробітництві композитора, режисера та балетмейстера (два останні здебільшого уособлювались в одному постановнику). Такі умови позначились й на виконавській діяльності артистів, які суміщали гру, танець та співи (Джін Келлі, Френк Сінатра, Фред Астер, Джуді Гарланд, Леслі Карон та ін.). Нова естетика сприяла розмиванню кордонів між складовими мюзиклу та позбавила гостроти проблему художньої відповідності, коли солісти розподілялись на танцюючих та співаючих та були не спроможні створити переконливі сценічні образи.

Мюзиклом була підхоплена й розвинена апологія казковості, «чарівності» сліпуче барвистих дійств-феєрій, що оснащуються новітньою театральною машинерією, помпезними декораціями й костюмами. Відеоперегляд таких захоплюючих вистав може налаштовувати позитивне світовідчуття клієнтів та стимулювати їх активність до участі у подібних проєктах.

Так, до уваги дитячої та дорослої аудиторії можна рекомендувати відеOVERсію знаменитого мюзиклу Е.Л. Уеббера «Йосиф та його кольоровий плащ сновидінь», дія якого, за задумом лібретиста Т. Райса, відбувається у американській школі та розігрується просто перед очами підлітків.

Що ж до дитячого контингенту, тут маємо позитивний досвід використання жанру мюзиклу в Україні для естетичного виховання, який варто перенести на терени арт-терапії. Прикладом може слугувати Київський дитячий театр пісні «Планета MUSIC», який нещодавно презентував авторський твір молодих митців Дмитра Саратського та Дмитра Тодорюка – «Ляльки», в якому співають і грають тільки діти. Наймолодшому із виконавців 6 років, а найстаршому 13 років.

Невибагливий сюжет мюзиклу та мелодійні музичні номери, налаштовані на віру у перемогу добра над злом, любові над ненавистю, правди над брехнею. А природною квінтесенцією вистави стають оптимістично налаштовані танці, які, подібно до «дорослого» мюзиклу, є пластично – ритмічним підсумком моральних ідей будь якого твору цього жанру.



## ДРАМАТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ДОСЛІДЖЕННЯ КОЛЕКТИВНОГО НЕСВІДОМОГО

*Вознесенська Олена,*

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник  
Інституту соціальної та політичної психології АПН України,  
президент ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)*

Сім'я, подружжя, взаємодія та стосунки між чоловіком та жінкою – тема, яка не лишає байдужим жодну людину незалежно від віку, статі, раси, віросповідання. Особливо актуальною ця тема стає в сучасну епоху, яку можна назвати епохою кардинальних змін у сфері соціальних цінностей, перебудови системи гендерних ролей, потужного змішування рольових позицій чоловіка та жінки, епохою розлучень, руйнації сім'ї як соціального інституту.

Кожен чоловік чи жінка були колись дітьми, їхнє ставлення до протилежної статі формувалося під впливом їхньої родини, стосунків батька з матір'ю. Несвідомо діти наслідують моделі поведінки, притаманні батькам. Під впливом стосунків між батьками, їхнього ставлення один до одного формуються внутрішньоособистісні феномени мужності та жіночності, прагнення до перемоги, здатність захищати інших або здатність приймати захист і допомогу спільно зі здатністю годувати та виховувати дитину (захищати її від негараздів та прикрощів). Те, якими є на сьогодні сучасні жінки та чоловіки – наслідок попередніх епох, розвитку людства взагалі. Тому у психолога, який працює з темою стосунків чоловіка з жінкою, у сімейного психотерапевта завжди виникає питання особливостей сімейної історії, подружжя, що прийшли по допомогу.

Сімейні психологи ще у минулому столітті почали досліджувати сімейну історію. На сьогодні вже не викликає сумніву феномен міжгенераційної передачі емоційного досвіду, тісного, невербалізованого зв'язку між різними поколіннями (І. Бузормені-Надя, Я. Морено, А.А. Шутценбергер, П. Келлерман, В. де Гольжак, Б. Хелінгер, П.П. Горностай). Останнім часом психологи ведуть мову про існування генетичної пам'яті у немовлят; щодо того, що є небезпечним, а що – корисним, чого потрібно остерігатися, а до чого прагнути (наприклад, ідеться про вроджений страх змії чи відсторонення немовлят від отруйних рослин). Дослідження свідчать, що емоційні травми навіть цілого народу можуть передаватися через багато поколінь та впливати на поведінку сучасної людини (наприклад,

феномен голодомору в Україні 30 років попереднього століття, геноцид єврейського народу у другій світовій війні).

Якщо вже доведено, що ми вибудовуємо свою поведінку, перебуваючи у зв'язку з емоційним досвідом наших бабусь та дідусів, то який вплив тоді має досвід, почуття, вчинки та стосунки у попередніх поколіннях? У міфології криється інформація, яка дає нам розуміння щодо вірувань наших предків, їхньої картини світу, знань, історія – показує події та особливості побуту різних суспільств, соціально-економічні відносини та суспільний лад. Завдяки психології міфу ми можемо визначити гендерні ролі у попередніх цивілізаціях та у суспільствах, які вже зникли. Хоча жодна із сучасних наук не дає нам уявлення щодо почуттів та відчуттів наших далеких предків. А це саме те, що, згідно з дослідженнями міжпоколінної передачі емоційного досвіду, може впливати на почуття і поведінку сучасної людини. І це те, що, на наш погляд, зберігається у колективному несвідомому кожної людини, спільно з архетипами, символами, архетипічними образами та мотивами.

Але методів дослідження колективного несвідомого наука визначила не багато – аналіз сновидінь, міфів, казок. Лише через це ми можемо домислювати, що відчували наші предки, борючись з дикими тваринами або зберігаючи вогонь, що може згаснути.

Інтерес до драматерапії як метода допомоги людині у розвитку внутрішньоособистісних феноменів чоловічності та жіночності та до міжгенераційної передачі емоційного досвіду привів нас до ідеї драматизації стосунків Чоловіка та Жінки в різні історичні епохи. Адже ці стосунки визначають не лише ставлення до сім'ї та дітей, а й суспільний устрій. Чим характеризувалися стосунки між чоловіком і жінкою в різних суспільствах? Якими були почуття Чоловіка-мисливця та Жінки-охоронниці вогнища? Чого прагнув Чоловік-лицар, та чи була задоволена його Жінка-муза? Чи були щасливі Жінки-амазонки? Яке психологічне наповнення такого культурно-історичного феномену як «пояс вірності» та чому спалювали на багатті жінок у Середньовіччі? Такі питаннями ми ставили у нашій роботі.

Варто сказати кілька слів щодо вибору драматерапії як методу дослідження стосунків Чоловіка з Жінкою в різні історичні епохи. Як відомо, драматерапія як різновид арт-терапії базується на активності уяви та використанні мистецтва театру і драми. Мистецтво драми є інструментом міжособистісної, міжгрупової й внутрішньоособистісної комунікації. За рахунок ігрової форми, можливості вибору ролей, активізації уяви драматерапія дає можливість послабити невротичні захисти людини та апелює

до образів колективного несвідомого. Форма драматерапевтичних занять містить певний ритуал, який нагадує обряди ініціації через залучення людей у спеціально сконструйований «світ гри», що має власну організацію і структуру в рамках сформованої картини світу (Андерсен-Уоррен М., Грейнджер Р., Кіпніс М.Ш., Копитін О.І.).

Драматерапія з тематики стосунків Чоловіка та Жінки в різні історичні епохи була нами впроваджена в рамках роботи лабораторії, спільної з В.В. Савіновим, на VI Міждисциплінарній Науково-практичній конференції з міжнародною участю «Простір арт-терапії: міф, метафора, символ» (м. Київ, 26-28 лютого 2009, в рамках трьох майстер-класів на Міжнародному навчально-терапевтичному проєкті Арт-калейдоскоп «Стосунки любові» (м. Щолкіно, серпень 2009 року) та на майстер-класах під час роботи III Всеукраїнської науково-практичної конференції «Соціально-психологічні особливості діяльності працівників соціальної сфери: подорож в просторі змін» (м. Мелітополь, 28-30 травня 2009 року), IV Міжнародної науково-практичної конференції «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору» (м. Київ, 26-28 листопада 2009) та X ювілейної Всеукраїнської науково-практичної конференції «Перспективи інтеграції соціально-психологічних досліджень сім'ї та практики системної сімейної психотерапії в Україні» (м. Полтава, 29-31 січня 2009 року). У цій роботі взяли участь близько 140 людей.

Перша стадія драматерапевтичної сесії – розігрів – варіювалася від групи до групи, виконуючи функцію занурення в тему стосунків та налагодження емоційного фону роботи. Учасники різних груп мали можливість обирати історичну епоху для драматизації. Обов'язковими ролями у кожній драмі були ролі Чоловіка та Жінки, інші – пропонували самі учасники. Це могли бути інші члени сім'ї (наприклад, діти, бабусі та дідусі), друзі сім'ї або інші значущі для сім'ї люди (наприклад, священник у Середні віки), певні почуття (любов, пристрасть), тварини (кішка, кінь, дикі тварини як здобич Чоловіка-мисливця), навіть речі (фетіш, телевізор, вогнище, печера). Лише одного разу було запропоновано обговорити власне історичну епоху, яку передбачалося потім грати-проживати. В усіх інших випадках драма розвивалася без обговорення історичних особливостей та визначення сценарію. Після розподілу ролей починалася драматерапевтична дія – спільне програвання ситуації взаємодії Чоловіка та Жінки обраної епохи за повної відсутності заданого сюжету. За рахунок активізації уяви членів групи відбувався спонтанний перехід у драматичну реальність,

розвивалася міфотворчість групи і формувалася міфопоетична модель імагітивного контексту взаємодії.

Для нас є принциповим, що в процесі драматерапевтичної дії учасники-«актори» розвивають обрані ролі, виходячи з власного внутрішнього відчуття, з власного бачення ситуації та спонтанно розгортаючи їх у сценічній дії. «Задається» лише початок драми ролями та уявленнями щодо запропонованої історичної епохи, надалі її «перебіг» виявляється *непередбачуваним* як для самих акторів, так і для драматерапевта. У процесі драми відбувається актуалізація матеріалу колективного несвідомого та, висловлюючись метафорою, підключення до групового несвідомого кожного члена групи, включно глядачів, які не беруть участі у драматичній дії.

Останній етап драматерапевтичної роботи полягав в обговоренні почуттів, інсайтів та інших складових зворотного зв'язку, які виникали у акторів та глядачів у ході гри. Інколи позиція глядача давала можливість учасникам вийти в метапозицію та піднятися на високий рівень узагальнення побаченого. У деяких випадках учасники зазначали на наявність зв'язку драми з їхньою сімейною історією. Вони розуміли певні вчинки своїх предків і ту історичну ситуацію, яка зумовила ті події. Терапевтичний ефект викликали інсайти щодо впливу на теперішню ситуацію людини певних історичних подій та участі в них предків.

Особливого значення ми надаємо спостереженню того, що ставлення до дітей та їхнє виховання у різні історичні епохи повністю відповідало стилям виховання, які були описані в рамках психоісторії Л. де Мозом. Зауважимо, що жоден із учасників драматизацій не був знайомий з цією теорією.

На жаль, формат публікації не дозволяє нам представити результати спостереження в повній мірі. Але досвід драматерапевтичної роботи з темою стосунків Чоловіка та Жінки в різні історичні епохи дає можливість дійти певних висновків:

*Перший* – щодо адекватності методу драматерапії для дослідження колективного несвідомого. Стосунки чоловіка та жінки певної історичної епохи драматизувалися майже однаково в різних групах.

*Другий* висновок ми робимо щодо впливу емоційного досвіду наших предків на сучасні стосунки чоловіків та жінок. До цього варто додати, що наша гіпотеза про збереження емоційного досвіду попередніх поколінь у колективному несвідомому підтвердилася.

*Третій* висновок стосується психотерапевтичної значущості усвідомлення емоційного досвіду та паттернів сімейної взаємодії попередніх поколінь для побудови гармонійних стосунків сучасних Чоловіка та Жінки.

Залишається для наступних публікацій аналіз та інтерпретація конкретних почуттів Чоловіка та Жінка один до одного в конкретні історичні періоди – первісному суспільстві, суспільстві Амазонок, Середньовіччі, Ренесансі, на початку ХХ століття, в сучасний час і навіть у ХХІ столітті, особливості їхніх стосунків та побудови ними взаємодії з іншими людьми та суспільством взагалі.

## **ДОСВІД ВИКЛАДАННЯ КУРСУ «АРТ-ТЕРАПІЯ» У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ**

*Волкова Людмила,*

*старший викладач кафедри образотворчого мистецтва та дизайну Київського Університету імені Бориса Грінченка (Київ)*

Курс «Арт-терапія» викладається вже 4 роки у КУ ім. Бориса Грінченка для майбутніх викладачів напряму «Образотворче мистецтво» та «Початкова» освіта. Метою викладання курсу є знайомство з теоретичними основами арт-терапії та практичне застосування базових технік і методів активної і рецептивної арт-терапії, розширення і поглиблення можливостей сфери діяльності студентів.

У процесі вивчення та засвоєння дисципліни передбачається комплексне вирішення **завдань художньо-педагогічної підготовки фахівців:**

- формування і розвиток у майбутніх вчителів нестереотипного мислення, художнього смаку, педагогічних вмінь та навичок, необхідних для якісної організації і творчого проведення уроків, а також різноманітних позакласних заходів у самостійній педагогічній діяльності;
- розвиток сенсорних здібностей у студентів, як основу повноцінного естетичного сприйняття творів мистецтва та власної художньої творчості;
- розвиток уяви як важливий фактор розкриття творчого потенціалу особистості, формування оригінального, нестереотипного асоціативно-творчого мислення;
- набуття досвіду виконання мистецького аналізу, здійснення добору творів образотворчого мистецтва для учнів, проведення аналізу дитячих художніх робіт;

- розширення художньо-естетичного досвіду студентів, збагачення їх емоційно-почуттєвої сфери;
- здатності до художньо-творчої самореалізації і духовно-естетичного самовдосконалення у процесі самостійної педагогічної діяльності;
- формування комунікативних навичок.

Досвід викладання курсу «Арт-терапія» дозволив виділити особливості застосування методу «Мандала», різних технік і вправ: «Автопортрет» (з варіантами), «Герби та символи», робота з біографією та інші; парна робота; різні форми групової арт-терапії; можливості роботи з різними образотворчими матеріалами (вуголь, крейда, фарби, папір, шерсть, глина).

### **КОНТАКТНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ – РАБОТА С ОТНОШЕНИЯМИ**

***Грудий (Костевич) Вероника,***

*магистр психологии, танцевально-двигательный терапевт,  
специалист центра психологии движения «Малюма и Такэтэ»,*

*член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев),*

*член ОО «Ассоциация танцевально-двигательной терапии» (Москва)*

«Партнеры по контактному танцу это самый богатый и понятный источник импульсов к движению. «Случайный» партнер на джеме или воркшопе заставляет меня мобилизоваться, «высвечивает» во мне, для меня - меня саму...

Я, как бы, вижу свои границы... И всегда есть возможность определить свой путь дальше, путь в области контактного танца, и просто жизни. Кажется, больше всего пугают тупиковые ситуации. А партнер, если он к тебе неплохо относится, может показать путь движения дальше»

Марина Коновалова

Танец во многих научных и ненаучных литературных источниках упоминается в качестве пространства своеобразных телесных отношений. Причем пространством отношений танец являлся как в эпоху первобытных танцев, так и в настоящее время, о чем свидетельствует актуальность разного рода танцевальных встреч: милонги, джемы, сальсотек и др. Действительно, в танце проявляются отношения с собой, с пространством, с партнером, с группой.

В танцевально-двигательной терапии существуют различные техники, которые так или иначе работают с темой отношений: использование ритма, трансформация движения в коммуникацию, круговые групповые танцы, использование танцевальной импровизации для невербальной коммуникации и т.д.

Контактная импровизация – направление, возникшее в кругу хореографических исследований, создателем которого является Стив Пэкстон, в последствии стала объектом внимания психотерапевтов, работающих с движением вобщем, а соответственно, танцевально-двигательных терапевтов в частности. Контактная импровизация представляет собой большой потенциал для исследования взаимоотношений на телесном уровне.

Технически, контактная импровизация представляет собой движение, следующее за смещением точки контакта между телами партнеров. Как правило, это два человека, двигающихся вместе, в соприкосновении, поддерживая спонтанный телесный, физический диалог через кинестетические чувственные сигналы распределения веса и инерции.

Как один из инструментов танцевально-двигательной психотерапии контактная импровизация представляет собой целое поле для исследования взаимоотношений.

#### **Основные темы, с которыми работает КИ:**

- Исследование **внимания** к себе, к партнеру в контактном танце. Возможность «быть в потоке», доверяя чувствованию тела и снижая привычный контроль движений. Танец «здесь и сейчас», исследование того, что заставляет нас забывать о партнере даже тогда, когда мы остаемся с ним в физическом контакте. Исследование иллюзий по поводу себя, партнера, наших с ним отношений и того, куда они приводят.
- **Границы.** Исследование темы собственных телесных границ и границ контакта с партнером. Контакт на дистанции и непосредственный телесный контакт. Вхождение в контакт, выход из контакта, экспериментирование с отказом в контакте и с приглашением на взаимодействие.
- **Чувствительность, сексуальность.** «Прикосновение интимно, а интимное прикосновение может быть сексуальным» (Ann Brook).
- **Ведение – Следование.** Исследование ролей ведущего и ведомого, их значение для участников. Влияние осознания той или иной роли на общий танец. Взаимодействие из заданной роли ведущего или ведомого и со спонтанной сменой ролей. Понятие партнерского взаимодействия.
- **Доверие.** Работа с весом тела: исследования собственного веса тела, экспериментирование с потерей баланса и его нахождение. Исследование возможностей передачи веса собственного тела и поддержания веса партнера. Контакт с закрытыми глазами.

### «Подводные камни» КИ:

- Активное использование прикосновений. Палка о двух концах: с одной стороны, возможность дополнить опыт телесного принятия, внимания, контакта, актуального для тех, кому его было недостаточно в детстве или по каким-либо причинам недостаточно в настоящий момент. С другой стороны – зона повышенного риска для тех, у кого с телесным контактом связан какой-либо травматический опыт, осторожность в использовании с зависимыми, со-зависимыми клиентами, в работе с детьми (имеется в виду работа среди сверстников).
- Необходимость в хорошей психотерапевтической и физической подготовке ведущего КИ, понимания собственного тела, собственных возможностей и ограничений. КИ – кладёз знаний о собственном теле и о взаимоотношениях разного рода с партнером, с пространством, с группой, требующий много времени для собственной телесной и аналитической практики.

**Сфера применения:** работа с семьями, тренинги личностного роста, психотерапевтические группы, темой работы которых являются взаимоотношения, тренинги командообразования и т.д.

Возможности применения контактной импровизации в психотерапевтической практике еще недостаточно рассмотрены и изучены отечественными танцевально-двигательными терапевтами и требуют дальнейшего исследования. Но можно с уверенностью сказать, что КИ представляет собой большой потенциал для психологического / психотерапевтического исследования взаимоотношений.

### МЕТОД «СОЧИНЕНИЕ СКАЗКИ С ПРОДОЛЖЕНИЕМ» В ПРАКТИКЕ ПСИХОЛОГА И ПСИХОТЕРАПЕВТА

*Гуков Александр,  
аспирант факультета психологии КНУ  
имени Тараса Шевченко (Житомир-Киев)*

Использование сказок и историй в психотерапевтической и развивающей психологической практике известно довольно давно. Его давно использовали классики психологии – З.Фрейд, К.Юнг и их последователи-сказкотерапевты – Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева, И.Г.Вачков, А.А.Бреусенко-Кузнецов и др.

Работа со сказкой эффективна и для взрослых, и для детей. Причём для последних – это единственный способ *передать необходимую*



**информацию** недиригентным путём. Сказка передаёт жизненные ценности – любовь, дружбу, взаимоотношения между людьми, то есть те ценности, которые позволяют полноценно жить, существовать в социуме, быть конструктивным и гармоничным. Смысл любой сказки – это та или иная ценность, которую она транслирует, проходя через барьер сознания, и проникает сразу в бессознательное. Таким образом, эти ценности и идеалы становятся внутренним достоянием человека, его сущностью. Он становится похож на смелых, решительных, добрых, побеждающих героев сказок.

Использование сказок и историй, как правило, осуществляется в форме их чтения, слушания, обсуждения либо самостоятельного написания соответствующих текстов. Последний способ, на наш взгляд, является наиболее эффективным и «экологичным» для клиента, так как является авторским по сути. Он наиболее полно отражает актуализированные потребности, проблемы и ресурсы конкретного человека – автора сказки.

Безусловно, очень важно обсуждать эти сказки с автором для повышения и закрепления полученного эффекта. Ключевыми вопросами и темами для обсуждения могут быть следующие: «О чём эта сказка? Что чувствовали герои? Чего они хотели? Какой урок извлекли из того, что произошло?». Не менее важно, чтобы наш клиент, взрослый или ребёнок, имел возможность извлечь урок из этой сказки. Вопросы: «Как ты думаешь, чему это научило героев и что они могут делать, благодаря этим знаниям?» или «Как ты будешь теперь использовать это открытие в твоей конкретной личной ситуации?», – являются связующим звеном между сказкой и реальностью. Он переводит сказочный опыт на реальный язык.

В представляемом методе «**Сочинение сказки с продолжением**» мы опираемся на идею А.А.Бреусенко-Кузнецова о **психологическом смысле** двух типов сказок. Сказки **о животных**, по его мнению, выражают генеральные паттерны социальной адаптации, главные жизненные роли человека, повседневные способы его функционирования (по-лиси, по-вольчихи, по-заячьи, по-медвежьи), **волшебные** же сказки посвящены главным – экзистенциальным – темам человеческого становления. Если в сказках **о животных** герои функционируют сообразно своим животным ролям и **не развиваются**, то в волшебных – развитие происходит в интенсивных кризисных формах. Волшебная сказка традиционно имеет несколько этапов – встреча, расставание, уход из дома, встреча с трудностями, встреча с мудрецом, поиск решения, выход из ситуации. Таков алгоритм сказки и таков алгоритм любой жизни. И работая со сказкой, человек получает возможность пройти эти этапы достойно, без особых сложностей и потерь.

Говоря о **назначении** метода, заметим, что в нём реализуются три **функции сказок**: диагностическая, психотерапевтическая и прогностическая, соответственно коим, кстати, могут быть выделены диагностическая, терапевтическая и прогностическая сказки (Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева). Диагностическая сказка позволяет выявить базовые сценарии и стратегии поведения человека. Например, главный герой играет в сказке активную роль, взаимодействуя в решении проблем с другими героями сказки: «И сел Иван-царевич на Серого Волка, и полетели они...». Терапевтическая сказка повествует о том, как клиент достигает желаемого будущего – разрешает актуальную проблему, объединившись с другими: «И собрались они всем миром, и построили дворец людям на пользу, себе на славу, белу свету на удивление...». Прогностическая функция реализуется в той части сказок, где речь идёт о будущем героя: «И нашёл он свою суженую, и жили они долго в красивом доме, что сами построили». Как правило, в процессе работы над сказкой одновременно реализуются все три функции сказки, хотя и в разной степени.

В нашем методе можно выделить следующие **этапы реализации** (к данному делению работы с методом на этапы мы пришли в творческом диалоге с А.А.Бреусенко-Кузнецовым):

- Клиенту предлагается представить себя в виде какого-либо **животного персонажа** из известных сказок.
- Ему предлагается сочинить **сказку** жанра **«о животных»**, в которой избранный герой играл бы главную роль. Этой сказке нами предназначается **диагностическая** функция (она служит выявлению жизненного сценария, паттернов социальной адаптации).
- Клиенту предлагается представить, что избранный им «животный персонаж» **очеловечился** (превратился в человека). Что это привнесло нового в его облик?
- Ему предлагается сочинить **волшебную сказку** с этим – изменившимся – персонажем, в которой были бы обоснованы цели, пути и способы его трансформации. На долю этой сказки в значительной мере ложится выполнение **психотерапевтической** функции.
- **Обсуждение**. В ходе него актуализируются прогностические моменты в содержании волшебной сказки. Что именно позволит вырваться за рамки детерминирующего влияния жизненных сценариев к подлинной аутентичной человеческой жизни.

Сам представленный метод (и сказкотерапия в целом) – один из немногих в психологической практике, позволяющий с высокой эффективностью решать вопросы выявления и изменения жизненных сценариев, понимания и признания своих истинных желаний, постановки и достижения желаемых целей.

## **КОРЕКЦІЯ ПОВЕДІНКОВИХ МОДЕЛЕЙ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ КАЗКИ**

*Деркач Оксана,*

*кандидат педагогічних наук, доцент кафедри мистецької підготовки  
Вінницького державного педагогічного університету ім. М.Коцюбинського,  
член ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Вінниця)*

Педагогічна технологія виховання казкою – це дієвий засіб практичної реалізації особистісно орієнтованої системи навчання та виховання, адже казкотерапія – найдревніший психологічний і педагогічний метод передачі знань про духовний шлях і соціальну реалізацію людини. З уст в уста, з покоління в покоління передавались знання про світ, про філософію життя. Трактуючи «виховання» як розвиток самосвідомості і духу людини, психологи визначають казкотерапію «вченням про загальнолюдські цінності», виховною системою, що відповідає духовній природі людини, адже гармонічна людина і в казці, і в житті є Творцем, тоді як дисгармонійна – Руйнівником.

Організація художньо-творчої спонтанної діяльності створює умови для виявлення творчих можливостей кожної дитини, тож серед палітри запропонованих видів діяльності діти обов'язково оберуть ті, що найбільше відповідають їхнім природним потребам. Використання педагогічної технології виховання казкою передбачає організацію живого конструктивного союзу дитини / дітей та дорослого у культуротворчому мистецькому просторі, сприяє розвитку емоційно-вольової сфери дитини, навчає вмінню підпорядковувати особистісні потреби соціальним запитам та моральним цінностям.

**Мета** нашої роботи – познайомити практичних психологів, вчителів, вихователів та батьків із теоретичними та методичними аспектами реалізації виховного потенціалу психокорекційної казки (наприклад – як засобу корекції поведінки чи емоційного стану дитини тощо), а також створити умови для власної художньої творчості, у ході якої всі бажаючі зможуть не лише переконатися у ефективності

запропонованої технології, а й отримати задоволення від спонтанної творчості та занурення у світ дитинства.

## **АРТ-ТЕРАПИЯ И СОЦИАЛЬНОЕ ИСКУССТВО: ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПАРАДИГМА ГРУППОВОЙ РАБОТЫ**

**Ещенко Наталья,**  
*архитектор, художник, преподаватель учебного центра «Метаформ»  
член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

**Косенко Даниил,**  
*преподаватель факультета дизайна КНУТД,  
руководитель учебного центра «Метаформ» (Киев)*

Еще в 1918 году австрийский философ Рудольф Штайнер отмечал характерную особенность человека нового времени – стремление к индивидуализации, освобождению личности от влияния социальных структур. В предшествующие исторические периоды принадлежность человека к той или иной социальной структуре была вполне естественной, воспринималась как само собой разумеющееся и не подвергалась критической рефлексии, а современный человек не хочет больше быть органической частью рода, класса, сословия, а стремится проявить себя как уникальная индивидуальность. Такое положение вещей позволило Штайнеру охарактеризовать доминирующую тенденцию в развитии сознания современного человека как «антисоциальную». В противоположность этой тенденции естественное стремление людей к объединению в сообщества Штайнер обозначает как «инстинктивную» и «усиляющую» – в смысле, не осознаваемую и не способствующую развитию сознания. Исходя из этого, Штайнер сформулировал требование «претворения инстинктов в сознательные импульсы», то есть поиска новых путей социализации, основанных уже не на природных влечениях человека, а на сознательных действиях свободных индивидуумов.

Эти идеи получили дальнейшее развитие в 1960-80-х годах в работе немецкого художника Йозефа Бойса. Интерпретируя идеи Штайнера, Бойс выдвинул концепцию «социальной скульптуры» – скульптуры как искусства формирования не мертвых пластических масс, а самой жизни. «Социальная скульптура означает, что мы лепим и формируем мир, в котором мы живем. Каждый человек – художник» – говорил Бойс. Как и его американский современник Энди Уорхол, Бойс разрабатывал в искусстве формы «хеппинга», «перформанса», «акции». Однако творчество Уор-

хола – сугубо индивидуально, в то время как Бойс стремился к социальности, работы Уорхола (при всей эпатажности) весьма рационалистичны, можно сказать – сконструированы, а Бойс декларировал необходимость основываться на интуитивном, то есть «над-сознательном» опыте, возникающем как новая, более высокая форма развития сознания, преодолевающая ограниченность рассудочного дискурса. Можно по-разному оценивать эстетические качества «объектов» и «акций» Бойса, но нельзя не признать того, что парадигма «социальной скульптуры» оказала огромное влияние на всю европейскую культуру конца 20 века. Именно расширенное понимание искусства как «социального творчества», как сознательного построения новой человеческой общности, позволяет увидеть новые подходы и в области арт-терапии.

В современных подходах к групповой работе можно выделить две основные тенденции (разумеется, как и всякая тенденция, не встречающиеся «в чистом виде», но задающие направление работы). Первую условно можно назвать «групповая терапия». Речь идет о методах, основанных на индивидуальной деятельности в составе группы под руководством терапевта или «тренера». Наиболее характерными для этого подхода являются техники художественной импровизации. В рамках этого подхода вполне закономерно, что каждый из участников решает собственные проблемы, а ведущий не только не стимулирует, но держит под контролем и сознательно удерживает участников от образования социальной общности (помимо этой ситуации участников ничего не объединяет).

Вторая тенденция наиболее явно проявляется в корпоративных тренингах, где совместная деятельность участников направляется на внешние цели, не связанные с индивидуальными потребностями каждого. В рамках такого подхода участники действуют не из собственной свободы, а исходя из поставленной организаторами задачи. При решении коллективных задач участники рассматриваются не с точки зрения человеческой индивидуальности каждого, а с позиции того, какой вклад человек может внести в «общее дело» – таким образом, при подобном подходе свободная личность в лучшем случае «выносятся за скобки», а в худшем – подавляется и подчиняется требованиям «корпорации». Методологическим основанием первого подхода, как правило, выступает психоанализ, а второго – бихевиоризм.

Между этими двумя крайними тенденциями и выступает гуманистически направленное социальное искусство. В этом подходе происходит трансформация основных мотивов как групповой, так и тренинговой фор-

мы. Здесь нет необходимости сдерживать участников от естественной антисоциальности или инстинктивного растворения в групповом.

Гуманистически направленное социальное искусство предлагает особенные подходы к организации работы в группе, базирующиеся на свободном социальном творчестве участников. Такая работа возможна, если, во-первых, каждый из участников осознанно открыт к восприятию проявлений индивидуальности других людей в большей степени, чем к своим реакциям, а, во-вторых, вопросы, поставленные перед группой, воспринимаются участниками как свои собственные. И то, и другое требует сознательной подготовки и выработки оснований для совместной работы. Задача ведущего заключается в том, чтобы показать участникам, что их подходы к вопросу являются не противоречивыми, а взаимодополняющими точками зрения, и построить процесс от индивидуализации вопросов до формирования целостного совместного образа. Для моделирования процессов и образов в работе используется инструментарий различных видов искусств – лепки, живописи, музицирования, движения. Через обращение к эстетическим формам в социальном искусстве достигается эстетизация собственно человеческих отношений, развивается способность интуитивного восприятия моральных ценностей. Целью социальных упражнений в искусстве является не создание произведения искусства, а осознание существа вопроса в процессе совместной деятельности. По сути, это путь коллективного исследования в области социальных процессов, который в то же время действует оздоравливающе в личном пространстве каждого из участников.

### **Литература:**

1. *Де ла Уссей Л.* Социальное искусство и его источники. – Тбилиси: Тектаргмани, 1993. – 59с.
2. *Штейнер Р.* Основные социальные требования нашего времени. – М.: Новалис, 2003. – 304с.
3. *What Is Art?: Conversation with Joseph Beuys.* / Edited by V. Harlan. – Forest Row, Clairview Books, 2004. – 112p.

## АРТ-ТЕХНОЛОГІЇ: СИМВОЛИ І ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ У ПРОФЕСІЙНОМУ САМОВИЗНАЧЕННІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

*Злочевська Людмила,  
аспірантка Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих АПН України,  
практичний психолог, арт-терапевт, кінезіолог,  
член ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)*

Профорієнтаційна робота з учнівською молоддю ставить за мету виявити інтерес у них до змісту різних професій, зорієнтувати їх до свідомого творчого вибору свого професійного майбутнього, до самовизначення і саморозкриття природжених і набутих здібностей, нахилів та рис характеру.

Шлях до вибору професії є складним і тривалим процесом, на який впливає багато факторів, як зовнішніх так і внутрішніх, і здійснюється він на етапі переходу від періоду дитинства до дорослості.

Пора юності є стартовою площадкою для вибору ціннісних орієнтирів майбутнього, реалізації бажань та захоплень і являє собою завершальний етап первинної соціалізації.

Професійне самовизначення – це, передусім, орієнтація на певну соціальну позицію, що передбачає усвідомлення свого соціального – історичного минулого, сучасного і майбутнього, де соціально-професійна орієнтація формується на основі усвідомлення особистістю свого соціального походження, культурних традицій сім'ї, роду та країни.

Велику роль у формуванні свідомості та самосвідомості особистості відіграють події історичного минулого, які тим чи іншим чином впливають на її світоспоглядання та світосприймання.

Екскурс в історичне минуле привернув нашу увагу на використання символів, де поняття «символ» означає знак, пов'язаний з предметністю, що позначається ним так, що зміст знака і його предмет представлені тільки самим знаком і розкриваються лише через його інтерпретацію. Такий тісний зв'язок мистецтва та реальності через застосування алегорій, символів, знаків – яскравий приклад поєднання глибини інтелектуального пошуку та відчуття навколишньої дійсності.

У відповідності до цього, нас зацікавила історія застосування символічного зображення XI-XII століття «Цеховий знак», який був знаком відміни різних закритих корпоративних спілок, що склалися з членів, приналежних до одного або кількох зближених ремісничих фахів.

Символічне зображення «Цеховий знак» як явище було пов'язане з тим, що у різних груп людей виникло бажання відділитися, аби підкреслити професійні особливості даного фаху, тобто знаряддя праці, атрибути, матеріали, з якими вони працювали, та інше. А відтворювали цей знак відміни із різних матеріалів: паперу, картону, тканини, фарб різного виду, текстури, кераміки, дерева, металу та ін.

Цей історичний матеріал спонукав згадати народну мудрість, що «нове – давно забуте старе», і надихнув нас використати його у профорієнтаційній роботі з учнівською молоддю, створивши для цього методику **«Цеховий знак»**, яка являє собою один із етапів програми **«Психологічні виміри професійного «Я»**.

Програма **«Психологічні виміри професійного «Я»** являє собою комплексний, творчий підхід методами арт-терапії до психологічної діагностики, корекції, консультування та програм розвитку для учнівської молоді, з метою допомоги їм у професійному самовизначенні, у виборі майбутньої професії та самореалізації у сучасних умовах ринку праці. Науковий підхід створення програми **«Психологічні виміри професійного «Я»** розроблено в рамках позитивної психології та соціально-психологічного і гуманістичного підходів до професійного самовизначення учнівської молоді, з урахуванням їх вікових особливостей і формуванням різних аспектів соціально-професійного образу «Я», де синтезуючий підхід інтегрує в собі положення різних розвиваючих і творчих концепцій арт-методів і технологій.

Використовуючи арт-терапевтичні технології у профорієнтаційній роботі з учнівською молоддю з метою пізнання світу професій та вибору майбутньої спеціальності, ми бачимо, як образотворча діяльність створює своєрідні «мости», які допомагають віднайти той особистісний творчий шлях, який приводить до розширення світосприймання сучасного професійного простору.

На основі аналізу можливостей арт-терапії і порівнюючи ці можливості з іншими методами і методиками, які використовуються у профорієнтаційній роботі, ми можемо констатувати, що потенційний ресурс арт-терапевтичної роботи з учнями, де художня діяльність збагачує комунікативні можливості і соціальний репертуар, надає можливість їм отримати певний ціннісний досвід, відкриває нові шляхи до пошуку свого соціально – професійного «Я», спонукає до створення моделі свого майбутнього.



## МУЗИЧНА ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ГАРМОНІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

*Малашевська Ірина,*

*кандидат педагогічних наук, доцент кафедри мистецьких дисциплін ДВНЗ  
«Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет  
ім. Григорія Сковороди», музикотерапевт (Переяслав-Хмельницький)*

Музикотерапія є одним із провідних напрямків арт-терапії. Музика впливає на людину на всіх трьох рівнях: **фізіологічному** (відчуваються об'єктивні зміни в організмі, а саме виділення ендорфінів), **душевному** (відбувається зміна настрою, народження емоції) і **духовному** (пробуджуються творчі сили, з'являється духовне піднесення, одкровення).

**Метою** доповіді є вивчення механізмів лікувально-профілактичного впливу музики на людину та висвітлення необхідності застосування астромузики в музично-терапевтичній діяльності.

Всім нам відомо, що цей світ ми сприймаємо через зір, дотик, смак, нюх і слух. Вухо – це перший орган, що формується в ембріона. Наші слухові рецептори працюють безперервно і не виключаються навіть коли людина знаходиться у несвідомому стані. Звукові хвилі проходять крізь повітря і воду. Можуть проникати через тверді предмети, двері і стіни. Весь світ – це ієрархія вібрацій. Останні дослідження довели, що клітини людського організму також перебувають у постійному коливному русі. Стреси, неврози здатні розбалансувати його: функції органів порушуються і починають працювати в іншому ритмі. Але правильно підібрана музика здатна відновити здоровий ритмічний режим. Адже ритм є одним із основних цілющих факторів музики.

Музикотерапія ґрунтується на таких принципах: **медичний** (не нашкодь), **первинність музичного впливу** (головне музика, а не медицина), **пріоритет активної творчості** (співати, грати, музикувати тощо).

У музикотерапії розрізняють **активні** та **пасивні** форми. До пасивних відносять **слухання** музики на слух та **вслуховування** як специфічне відношення людини до джерела звуку. Активні форми передбачають ситуації, де людина сама є джерелом звуку: **гра на музичних інструментах** та **вокалотерапія**. Слід зауважити, що спів – це могутня вібрація. Співаючи, людина ніби проводить внутрішній масаж своїх органів. І лише 20 відсотків цієї енергії виходить зовні, а інші 80 залишаються всередині організму.

Дуже розповсюдженим у музикотерапії є використання комплексних методів, які об'єднують візуальний канал та слух: споглядання

прекрасних пейзажів з музичним супроводом, рухи під музику, малювання під музику. Вченими досліджено, що саме класична музика дає найбільшу психофізіологічну дію, що забезпечує зміни станів фізіологічних процесів. В класичній музиці зосереджено генофонд всього людства: відбиралися найвиразніші інтонації, найгармонічніші ритми. Московський дослідник В.Кирюшин свого часу довів, що в класичній музиці аж 128 формул-морфем, а в так званій «попсі» – всього 15. Це як словниковий запас, але в музичному сенсі.

Про різноманітність впливу музики різних стилів та жанрів на фізіологічний, психологічний та емоційний стан людини зазначає **Побережна Г.І.** На її думку, **григоріанський хорал** здійснює м'язову релаксацію, вводить в медитативний стан. Музика **бароко** розвиває пам'ять, увагу, духовне піднесення. Музичні твори стилю **рококо** знімають розумову втому. Музичний **класицизм** підвищує ефективність інтелектуальної праці, стимулює розвиток інтелекту, здійснює цілісну гармонізацію особистості. Твори композиторів-**романтиків** збагачують емоційну сферу особистості, розвивають її душевні якості. Музика **імпресіоністів** знімає емоційну напругу, розвиває фантазію. **Експресіонізм** – це стресотерапія. **Музика XX ст.** впливає в залежності від індивідуального стилю композитора. **Джаз** сприяє знаттю м'язових зажимів, особистісного розкріпачення. **Рок** синхронізує півкулі мозку або здійснює інтелектуальне пригнічення. **Рен** організовує думки у ритмі сучасного життя, позбавляє від негативних психічних станів. **Попса** впливає на фізіологічний рівень, низинні поверхи свідомості. **Танцювальна музика** сприяє цілісній гармонізації за умови спонтанного танцю, впливає на емоційно-фізіологічний рівень. **Важкий рок** знімає агресивність або руйнує фізичне та психічне здоров'я. **Фольклор** пробуджує генну пам'ять, збуджує у підсвідомості «ресурсні стани» – відчуття гармонічної повноти буття. **Православні піснесніви** пробуджують найглибші релігійні почуття, здійснюють душевне просвітлення і примирення з дисгармонічною дійсністю, знімають відчуття самотності, туги і страху [4].

Одним із новітніх напрямків музичної терапії є астромузика. Даний напрямок ґрунтується на інтеграції музично-космогонічної теорії древності та сучасними революційними відкриттями в дослідженнях макро- і мікросвітів. В древності стверджували, що кожна людина – це клітина, яка виконує свою універсальну роль в організмі Всесвіту, це як окремий звук, який має вписатися у світову симфонію, у так звану «музику сфер». Всі ми неповторні та індивідуальні. У кожного з нас своя психофізіологічна структура, свої умови життя, своя доля і кожен з нас має своє місце і значення в

музичній гармонії світу. І необов'язково масштаб реалізації життєвої місії має бути на рівні держави чи країни, це може бути сім'я, рід, професійний вид діяльності тощо.

Будь-яка людина має свою вроджену поведінкову модель. Даний комплекс психофізіологічних реакцій людського організму на зовнішні життєві обставини (обумовленими в тому числі і генетичними факторами) задає те, що ми звикли називати долею. Фактично, – це «сценарій життя», який вимагає трансформації вродженої поведінкової моделі.

Дата, час і місце народження кожного з нас не є випадковими. Вони є ключем для визначення нашого життєвого спрямування, вібрації нашого посиленого розвитку. І спеціально підібрана музика (тобто астромузики), разом з розумінням свого шляху, дають нам можливість розвиватися, еволюціонувати, бачити перспективи, досягати життєвого успіху і розуміти причини наших проблем. Дане вчення дає можливість бачити весь свій шлях від Альфи до Омєги, а не тільки місце, на якому ви зараз знаходитесь (в астрології це має назву «сонячний знак»). Розуміння вектору свого життєвого руху та музики, яка відповідає даному спрямуванню дають можливість стати «штурманом своєї долі».

### **Література:**

1. *Побережна Г.І.* Музично-логічні основи буття (коментар до музично-космогонічних теорій) // Ставропільські філософські студії: Ultimo ratio. – Вип. 3. – Львів, 2009. – С. 9-43.
2. *Побережная Г.И.* Музыкальные крылья судьбы. – К.: ДИА, 2008. – 76 с.
3. *Хазрат Инаят Хан.* Мистицизм звука. – М.: Сфера, 1998. – 145 с.
4. *Малашевська І.А.* Музична терапія як здоров'язберігаюча технологія освітнього процесу // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»: Науково-теоретичний збірник. – Переяслав-Хмельницький, 2008. – Вип. 15. – С. 27-29.

## **ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ФОЛЬКЛОРОТЕРАПІЇ У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

*Мельничук Ольга,*

*студентка Вінницького державного педагогічного університету ім. М.М.Коцюбинського (Вінниця)*

Наш стрімкий і бурхливий час, сповнений стресів і хвилюючих негараздів, активізує пошуки вченими різних галузей наук (медицини, валеології, психології, соціології, педагогіки та ін.) способів зміцнення психічного та фізичного здоров'я людини, що визначається як неоцінений феномен

буття. Усвідомлення ж різнобічного впливу музики на психіку людини обумовив нині розвиток такого напрямку психотерапії, як музична терапія. Доведено, що музика, завдяки своїй властивості впливати на внутрішній світ людини, допомагає їй звільнитися від душевного дискомфорту, конфлікту, тривожності; коригує емоційний стан; допомагає відновити душевний спокій, психічне та фізичне здоров'я особистості.

Цілющий вплив музики на організм людини був помічений ще на зорі цивілізації. Містичними легендами пояснювалось покращення самопочуття та настрою, зменшення болісних відчуттів та тривожності, повернення людині бадьорості та енергії від дії чаруючих звуків музики. Лікування звуком має давню історію – відомий досвід китайської національної традиції лікування співом, де на серце лікуючий вплив здійснює поєднання звуків «чен», на легені – «шен», на нирки – «ю», а на печінку – «гуо» [2]. З вітчизняного досвіду вокалотерапії відомо, що такі звуки, як [у] та [о] концентрують людину на внутрішньому світі. Науковці довели, що тільки 20% звуків, які відтворює людина, спрямовані до зовнішнього простору, інша частина спрямовується у внутрішній простір, викликаючи резонанс внутрішніх органів, тканин і більш тонких структур людського організму (ми зможемо відчути цю вібрацію, якщо застосуємо прийом співу закритим ротом (головний та носовий резонатори)) [2].

Музика впливає на організм людини різнобічно. В результаті численних досліджень науковцями медичного центру «Ленц» (м. Москва) виявлено, що під впливом музики, яка відповідає функціональному станові організму, такі психічні процеси, як пам'ять та орієнтація покращуються на 45-50%, а увага – на 25-30%. Окрім того, музика активізує і розумові здібності: систематичні заняття музикою у віці від 5 до 15 років дозволяють значно підняти IQ людини. Як стверджує Л.Д.Назарова, музика здатна розвивати та підвищувати працездатність та зосередженість, адже звукові вібрації стимулюють кровообіг та емоційний тонус, а під дією ритму активізується дихання, збільшується вентиляція легенів [2].

Музикотерапія складається з творчої та рецептивної діяльності, яка пов'язана зі сферою емоційних, етичних і естетичних відчуттів, пізнанням та спрямованістю інтересів особистості. Такими ж універсальними якостями цілеспрямованого впливу на психічний та фізичний стан дитини володіє і народне музичне мистецтво. Дитячий музичний фольклор, який є випробуваним засобом залучення дітей до прекрасного, увібрав у себе естетичний, моральний та світоглядний досвід багатьох поколінь. У художніх образах українського фольклору розкриваються най-

кращі риси національного характеру: патріотизм, хоробрість, чесність та людяність; йому властиві життєвість змісту, велика емоційна сила, яскрава образна виразність. Активне спілкування з народним мистецтвом дає дітям насолоду, збагачує їх духовний світ, активізує і розвиває емоційну чутливість не лише до мистецтва, а й до життєвих явищ, формує здатність до вираження образу в різних видах музично-творчої діяльності, переконана М.Н.Зикова [1].

Аналіз наукових джерел дозволив визначити, що до напрямку фольклорної музикотерапії сьогодні відносяться: робота з голосом (вокалотерапія), гра на дитячих музичних інструментах, створення музичних творів, робота зі створеними музичними творами, «лікарська музика», музична обрядова діяльність. Дуже цікавим, на наш погляд, є досвід російського фольклориста та арт-терапевта Л.Д. Назарової. Автор розглядає російський пісенний фольклор як природну систему інтегративної арт-терапії, що містить у собі лікування звуком, музикою, рухом, драмою, малюнком, кольором і несе в собі приховані інструкції по збереженню цілісності людської особистості [2].

Музичному фольклору, як зазначає М.Н. Зикова, притаманні наступні психокорекційні та психотерапевтичні функції:

- фольклор акумулює можливості окремих видів мистецтва, які використовуються як засоби психотерапії і корекції: так, компонентами обряду завжди є імпровізований спів, і ритмізовані рухи, і елементи драми;
- будь-який обряд занурює суб'єкта в безоцінну ситуацію колективного естетичного переживання, що спонукає до вільного вираження індивідуальності;
- обряд дає суб'єкту можливість виразити особисті відчуття і переживання в контексті певного дійства, що, з одного боку, полегшує завдання їх вираження, з іншого – дає простір для імпровізації;
- фольклор дає можливість суб'єкту такої діяльності самовиразитися через костюм і проведення магічних дій;
- участь в обряді допомагає засвоєнню суб'єктом смислу даної діяльності (можливо, на підсвідомому рівні, але все-таки засвоєння відбувається);
- в ході обряду суб'єкт отримує можливість виразити («відіграти») агресію у відповідній соціальній формі;

- для зняття втоми у дітей молодшого шкільного віку на уроках шляхом використання музично-рухливих вправ під музику: марширування, танцювальні елементи, музичні ігри тощо.

В процесі залучення кращих зразків народної музичної творчості до навчально-виховного процесу необхідно використовувати всі види музичної діяльності у їх тісному взаємозв'язку. У репертуарі пісень для хорového співу слід добирати якомога більше календарно-обрядових пісень. Такі пісні мають ігровий характер, просту побудову, нескладну методичну лінію, інтонацію, простий метро-ритм і тому легкодоступні для вивчення і для використання у терапевтичних цілях.

Таким чином, аналіз наукових психолого-педагогічних джерел дозволив констатувати, що використання кращих зразків народної музичної творчості у навчально-виховному процесі початкової школи у поєднанні з елементами фольклоротерапії не лише допоможе зреалізувати ряд завдань з художньо-естетичного виховання учнів, а й забезпечить корекцію психічного та емоційного стану дитини, сприятиме збагаченню її духовного світу та її художньо-творчій самореалізації.

### **Література:**

1. *Зыкова М.Н.* Фольклоротерапия. – Москва – Воронеж, 2004. – 160с.
2. *Назарова Л.Д.* Фольклорная арттерапия. – СПб.: Речь, 2002. – 240с.

## **НАБЛЮДАЯ КАЖДОЕ МГНОВЕНЬЕ ИЛИ В ПОИСКАХ ЛИЧНОСТНОГО СВОЕОБРАЗИЯ**

*Мова Людмила,*

*кандидат психологических наук, доцент кафедры практической психологии и психотерапии Института социологии, психологи и управления НПУ им. Н.П.Драгоманова, член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Каждый человек сегодня стремится к тому, чтобы быть реализованным, максимально присутствуя в настоящем времени. Цель каждого из нас – передавая информацию о том, кто мы есть, что мы делаем и почему, быть понятыми другими людьми. Взаимодействуя с окружающими, мы пытаемся установить определенную связь с каждым, выстроить контакт тем или иным образом: от мягкого и уступчивого до уверенного и, может быть, агрессивного стиля взаимодействия. Чтобы достичь этого, необходимо осознавать внутренние способы выстраивания контакта. И учитывать работу двух уровней: вербального – что я говорю, и невербального, а именно: как взаимосвя-

заны между собой все части тела для подкрепления информации или намерения. Это может быть достигнуто с максимальным эффектом лишь при использовании знаний о взаимосвязях, возникающих в теле каждого из нас.

В свою работу со студентами мы включаем много импровизационных техник, техники релаксации и осознания тела, более тонкого чувствования внутренних сигналов, импульсов движения, чувствование партнера, пространства/времени как элементов, рождающих взаимодействие.

Для нас техника импровизации – это возможность раскрытия личностного потенциала. Импровизация предполагает со-творчество с телом, признание одинаковой значимости предыдущего жизненного опыта и сиюминутных импульсов. Для импровизации нужно чувствующее и «думающее» тело, причем способ этого мышления кардинально отличен от традиционного вербального дискурса. В импровизации мир еще не создан, взаимодействие может стать любым (хотя это, в какой-то мере, иллюзия), и в импровизации чаще рефлексивируется материал, из которого создается реальность. При этом появляется возможность «переузнавания» мира и осознание того, что многое зависит от степени осознанности того, что происходит в данный момент действия с телесными взаимосвязями: где рождается импульс, где опора в теле, какова степень усилий, прикладываемых для совершения взаимодействия. Слышат ли другие люди меня, и как я воспринимаю информацию из внешнего мира.

Для анализа движения мы используем базовый блок знаний LMA, включающий в себя усилие (динамические качества веса, времени, пространства и потока), пространство (примеры точек в пространстве, через которые движется тело), форму (изменение формы тела в пространстве).

Лабан назвал внутренний импульс, вызывающий движение, усилием (мышечной энергией), характер которого зависит от внутренней установки на принятие или отвержение обстоятельств, что влияют на движение – силы, времени, течения, пространства движения. В таком виде усилие имеет определенные выразительные характеристики. Малейшие изменения усилия или его направления вызывают перемену смысла. Понимание тела в движении – это фактор, который имеет значение в любом человеческом опыте. Кроме того, напомним, что Лабан определил связь усилия с внутренней мотивацией. И согласно ему, сила связана с физическими функциями, время – с интуицией, пространство – умственными функциями, а течение – с эмоциями.

Для выстраивания тела и осознания базовых телесных взаимосвязей мы также включаем в свою работу физические практики, разработанные

ные физиотерапевтом Ирмагд Бартеьефф, в течение второй половины XX века, в рамках теории движения Лабана. Эти методы движения тела во всем мире принято называть Barteieff Fundamentals (Основы Бартеьефф). Эти тонкие и концентрированные практики развивают понимание внутренних связей в человеческом теле и восприятие индивидуальных многочисленных отношений внутри собственной деятельности.

Базовая концепция ВФ классов включает: Динамическое выравнивание, Опытное исследование (образцов движения), Поддержка дыхания, Поддержка внутреннего стержня, Центр тяжести и Центр перемещения, Инициация и Упорядочение, Пространственное намерение, Намерение усиления, Ротационные факторы.

LMA – это способ, с помощью которого мы имеем доступ к движению, изучаем и понимаем его, а ВФ – это способ, с помощью которого мы распознаем, изменяем и адаптируем наши движения.

Хорошо известно, что в студенческом возрасте есть все необходимые предпосылки для развития рефлексии. Студенческая группа также становится средой для развития отношений и коммуникативных умений. Профессия психолога имеет свои сущностные особенности, общий смысл которых состоит в том, что это процесс обучения взаимодействию: психолог – клиент, тренер – группа. Поэтому самый продуктивный, на наш взгляд, и прямой путь к достижению данной цели – это учиться в действии и непосредственном движении. А через полученный опыт рефлексии и самоосознания, развиваться: лично, профессионально и духовно.

Таким образом, учебная группа студентов-психологов должна стать средой, способствующей самопознанию, саморазвитию и развитию отношений в группе. На достижение именно этих целей направлено содержание предлагаемой нами работы со студентами в рамках танцевально-двигательного направления психотерапии.

## **ХУДОЖНЬО – ТВОРЧА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК НАПРЯМОК КОРЕКЦІЇ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ ПІДЛІТКІВ З ДЦП**

*Пастернак Ольга,*

*аспірант кафедри корекційної психопедагогіки  
КНПУ ім. М.П.Драгоманова (Київ)*

Радикальні соціально-економічні і політичні зміни в суспільстві суттєво ускладнюють умови розвитку особистості підлітків з церебральним паралічем, змінюючи соціокультурну ситуацію, як заставу гармоній-



ної особистості. У цьому зв'язку міжнародна корекційна педагогіка і спеціальна психологія засвідчують вагому дію мистецтва на всі аспекти осіб зазначеної категорії, особливо самосвідомість [2].

У підлітковому віці емоційно-ціннісна складова самосвідомості виступає пріоритетною, оскільки емоційні переживання власної унікальності визначають комунікативні, емоційні, регулятивні особливості підлітка з дефіцитарним типом дизонтогенезу, його загальну життєву позицію.

Порівняльний аналіз результатів нашого дослідження показав, що емоційно-ціннісна складова самосвідомості підлітків з ДЦП і здорових однолітків має тенденцію до зниження протягом визначеного періоду. Однак у старшому підлітковому віці, на відміну від здорових, у підлітків з ДЦП спостерігається тенденція до зростання його негативного змісту.

Грунтуючись на корекційно-особистісному і діяльнісному підходах у розвитку, арт-педагогіка і арт-терапія підкреслюють, що стрижневою метою є гармонійний розвиток особистості; розширення можливостей її соціальної адаптації за допомогою мистецтва, участі в суспільному житті і культурній діяльності в мікро і макросередовищі [2].

Тому застосування технологій арт-педагогіки і арт-терапії у спеціальному освітньому просторі сприяють формуванню нових навичок взаємодії і рефлексії, саморозуміння й самоцінності підлітків з ДЦП.

В якості альтернативного інструментарію, що забезпечує позитивні зміни в емоційно-ціннісній складовій самосвідомості особистості підлітків з церебральним паралічем, ми розглядаємо різні види художньо-творчої діяльності.

Згідно з поглядами дослідників, мистецтво – це важливий чинник художнього розвитку, який має велику психотерапевтичну дію, психоко-рекційний ефект мистецтва розкривається у спілкуванні з ним, оскільки воно «відшліфовує» негативні переживання, що склалися у попередніх стадіях онтогенезу і знаходить креативне джерело позитивних вражень [2].

Аналіз психолого-педагогічної літератури доводить, що, незважаючи на складнощі і протиріччя, підлітковий вік є сензитивним для творчості. Важливим аспектом її формування є уява. Розвиток уяви характеризується руйнуванням та пошуками нової рівноваги, що розкривається у мистецтві й художньо-творчій діяльності.

Творчі образи, створені фантазією підлітка з церебральним паралічем, виконують функцію мистецтва для себе. Вона виступає однією з проявів творчої діяльності підлітків зазначеної категорії, надає можливість самовираженню суб'єктивних, емоційно-негативних переживань,

які травмують душу й знаходять нові течії конструктивного перевтілення у літературно-творчу діяльність. Тому ми вважаємо, що заняття художньо-творчою діяльністю створюють позитивні зміни у розвитку емоційно-ціннісного компоненту самосвідомості підлітків з ДЦП.

Театр – один з найбільш наочних форм відображення життя, ідеї і образи якого розкриваються у діях актора, що впливають на глядача безпосередньо в момент творчості. Психокорекційний ефект театральної діяльності досягається через вираження, і через сприйняття підлітків з церебральним паралічем. Виразити переживання – означає звільнитися від нього (висловити, виспівати, вималювати, виграти, витанцювати хвилювання, трансформуючи в музику, малюнок, картину, танець, вірш, поему), водночас розділити з іншими, побачити зі сторони.

Використання різноманітних форм і методів занять у спеціальному освітньому просторі (ляльковий театр, в репертуарі якого застосовуються казки, байки, розповіді, пісні; бесіди, дискусії, диспути, «круглі столи», літературні вечори, техніки самопідтримки, ігри, пантоміми, етюди, творчі завдання і вправи, конкурси, музичні і танцювальні елементи) активізують творчий потенціал, сприяють духовному збагаченню, особистісному самовдосконаленню, розвитку самоцінності підлітків з церебральним паралічем. В процесі самопізнання, самовиховання, спілкування, художнього сприйняття і аналізу літературного матеріалу поступально формується позитивне емоційно-ціннісне ставлення до себе.

Таким чином, психокорекційні заняття з використанням елементів мистецтва і художньо-творчої діяльності, завдяки самовираженню власного внутрішнього «Я» у різноманітних видах творчості, створюють позитивні зміни у емоційно-ціннісному компоненті самосвідомості підлітків з ДЦП, слугують альтернативним інструментарієм у духовному збагаченні, особистісному самовдосконаленні й самовихованні.

### **Література:**

1. *Выготский Л.С.* Психология развития ребенка. – М.: Эксмо, 2005. – С.260 – 268.
2. *Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.Н., Добровольская Т.А.* Арт-педагогика и арттерапия в специальном образовании. – М.: Академия, 2001. – С.18- 28.

## ОБРЯД КОЛОДКИ – СТАБИЛИЗАЦИЯ ОТНОШЕНИЙ ПОВЗРОСЛЕВШЕЙ ДОЧЕРИ И МАТЕРИ (ФОЛЬКЛОРНАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ)

*Плетка Ольга,*

*м. н. с. Института социальной и политической психологии АПН Украины,  
член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Мелитополь-Киев)*

Народный календарь испокон веков отмечал важнейшие события в жизни как народа, так и каждого человека. Так случилось – весь жизненный цикл был расписан от рождения до смерти и сопровождался ритуалами и обрядами, помогающими человеку перейти на новый социальный уровень. Особенно четко выделялись все этапы в жизни женщин. То ли патриархальное общество таким образом контролировало бесправных женщин, то ли суровая жизнь требовала фиксации жизни женщин. Ученые спорят по этому поводу до сих пор. Однако в ряду разнообразных празднеств отдельно стоят праздники и ритуалы, связанные с поиском пары, с замужеством и женитьбой. Исходя из народного календаря – пары знакомились или объявляли о начале свиданий на Ивана Купала, на Покрову – сватались и до рождественского поста играли свадьбу. Но если какая либо девушка, войдя в возраст невесты, не находила пару, то весной, во время «гукания» детьми Лели–весны, взрослые женщины, обязательно счастливые в браке, собирались и ходили по дворам с Колодкой. Украинский народный обряд предусматривал выяснение причины «невостребованности» девушки, беседу с девушкой о причине, а также «привязывание колодки» матери, чтобы отпустила девушку на гуляния. В данном обряде обыгрывалась фактически сепарация дочери от материнской семьи, обозначалось время «повзроslения» дочери и важность создания новой семьи. Как порой в современных семьях не хватает этой самой Колодки, чтобы родители поняли, что дочь выросла и ей пора учиться взаимоотношениям, а затем и строить свою семью. Как часто сейчас встречаются семьи, где престарелая мать и взрослая дочь живут обособленно, замкнуто и не впускают в свой мир ни одного мужчины. Иногда сильная обида матери на мужчин становится ценностным ориентиром дочери, иногда ревность матери к молодости ее дочери не допускает взросления, иногда страх за свою «вечно» маленькую дочь, гиперопека не позволяют женщине отпустить свою дочь во взрослую жизнь. Что держит этих женщин вместе: страх, безысходность, невозможность послушаться, обида на мужчин, боязнь стать взрослой или нечто другое? На самом деле, не важно, как мы назовем причину, важно, чтобы вовремя

произошла сепарация и дочь сама стала матерью, не нарушая естественный ход жизненных событий.

Использование фольклорного материала в практике арт-терапии позволяет не только прикоснуться к сокровищнице народной мудрости, но и соотнести собственную жизнь в канву народной жизни. Исследуя свой личностный путь под призмой народных традиций, мы приподнимаем пласт бессознательных архетипических образов, свойственных представителям того или иного народа. Данный пласт часто на неосознаваемом уровне является опорой личностных структур, помогает найти свое уникальное место в жизни. На семинаре исследуются те причины, которые не позволяют свободно «дышать» нам во взрослой жизни, что движет нами, когда мы удерживаем возле себя уже взрослых детей. Аутентичный обряд позволяет обнажить для нас те бессознательные поведенческие паттерны, которые удерживают нас в детстве, запрещая взросление. По сути, данный обряд – это получение разрешения и благословение на взросление дочерью от матери, своего рода материнская инициация в будущую тещу и бабушку.

Внедрение в практику арт-терапии авторского семинара («Арт-Мозаика, Мигово-2009»), как самостоятельный семинар – февраль 2010) позволяет высветить некоторые наблюдения. Так, проведение обряда с помощью метода драматизации способствует созданию определенного социального поля в рамках которого каждый участник драматизации демонстрирует непроговариваемые, неосознаваемые паттерны поведения и особенности взаимоотношений в семье участницы, проигрывающей роль дочери. Зачастую называемые причины таковыми не являются, а служат лишь «ширмой», за которой прячутся реальные проблемы, порой невыносимые для участниц. Иногда проблемы неосознанно передаются от поколения к поколению (в драматизации это проявляется появлением двух колодок, введением роли бабушки и т.п.). Предварительный анализ особенностей психологического проявления той или иной семейной ситуации в драматизациях колодки свидетельствует о том, что переживания и ощущения участников действия резонируют с чувствами главной героини (дочери) и накладываются на собственные чувства участников. Эмоциональная включенность участников происходит на фоне активизации личностных представлений каждого из участников, что является действенным способом познания себя, своей семейной истории и потенциальным творческим ресурсом личности. Уровень доклада не позволяет более детально остановиться на выявленных психологических феноменах в

умовлях драматизації народного обряда прив'язування колодки. Детальний аналіз передполагається висвітлити в дальнійших публікаціях.

## **МУЗИЧНО-ДІАГНОСТИЧНА ПСИХОДРАМА ЯК ІНСТРУМЕНТ ОСОБИСТІСНОЇ ПСИХОКОРЕКЦІЇ**

*Побережна Галина,*

*доктор мистецтвознавства, професор кафедри теорії та історії музики  
Інституту мистецтв НПУ імені М.П. Драгоманова,  
керівник Центру арт-терапії та психодіагностики (Київ)*

Внутрішні ресурси людини – чи не останній шанс для людства, що, вочевидь, завершує екстенсивний шлях свого розвитку. Налагодження гармонійної взаємодії особистості із суспільством є на сьогодні однією з актуальніших проблем у міждисциплінарному полі – і науковому, і соціально-практичному. Звісно, суспільство прагне утвердити у свідомості громадян загальнолюдські життєві цінності. Але чи достатні умови для того, щоб громадяни могли їх засвоїти?

Закономірною, що педагоги і психологи все більше актуалізують проблему психологічної культури особистості [1-4]. Адже від рівня її сформованості залежить рівень культури суспільства в цілому. Головне ж – наявність психологічної культури забезпечує здатність людини до особистісного вдосконалення і загалом – культуру соціальної взаємодії людей.

Варто згадати концепцію «психологічної антропології» Дж. Хонігмана, який в своїй роботі «Культура й особистість» визначив особистість «як культуру, відбиту в індивідуальній поведінці» [1, с.15], а також – висунуті Л.С.Виготським у роботі «Історія розвитку вищих психічних функцій» поняття «культурного розвитку поведінки» і поняття «оволодіння власними процесами поведінки» [5].

Останнє й виражає сутність психологічної культури. Таке оволодіння собою (в різній мірі) проявляється не тільки в самосуб'єктних відносинах, але й у суб'єкт-суб'єктних і навіть у суб'єкт-об'єктних відносинах. У зв'язку із цим, для нас є особливо актуальними наступні висловлення Л.С.Виготського:

- «Особистість стає для себе тим, чим вона є в собі, через те, що вона демонструє іншим»;
- «Спосіб впливу на себе спочатку є способом впливу на інших або способом впливу інших на особистість»;
- «Можна сказати, що через інших ми стаємо самими собою» [6].

Отже, психологічна культура є основною передумовою стійкого гармонійного функціонування особистості, а досвід міжособистісного спілкування – передумовою напрацювання такої культури. Інтенсифікувати зазначений процес покликаний метод музично-діагностичної психодрами (МПД), розроблений в Київському центрі арт-терапії та психодіагностики, що адаптує концепцію Я. Морено до завдань місіональної парадигми психотерапевтичної роботи. При розробці зазначеного методу враховувалась специфіка структури психологічної культури, основними компонентами якої є:

- психологічна грамотність;
- комунікативна компетентність;
- здатність до рефлексії;
- творчий компонент.

Інші задіяні чинники: музикотерапевтичні технології [7] та концептуальне спирання на Юнгівське «колективне несвідоме» як вмістилище 12 архетипічних поведінкових моделей, що індивідуалізуються в соціально-психічному досвіді людини. Згадаймо, що саме несвідоме К. Юнг вважав «головним резервуаром культури».

Відмінністю методу є сфокусованість на тих парадоксальних життєвих ситуаціях, що характеризуються фактором несподіваності і відкривають індивідууму поліваріантний простір щодо їх розрішення. В розробці тренінго-діагностичних ситуацій враховується:

- психологічний аспект (спрямованість, темперамент, характер, здібності особистості);
- соціальний (належність особистості до певної соціальної групи, національності);
- біологічний (стать, тип вищої нервової діяльності, будова аналізаторів, фізична сила, статуру й т.і.).

Енергія, що стає стимулятором бажання рефлексії, самовдосконалення і, як наслідок, особистісної психокорекції, народжується в результаті того, що метод дозволяє конкретизувати дистанцію неспівпадіння у людини «реального Я» (самосприйняття у заданій ситуації), «динамічного Я» (яким намагається бути) та «ідеальним Я» (яким мусить бути в результаті об'єктивно заданих поведінкових змін, який задає напрямок особистісної еволюції [8]).

Метод дозволяє також людині усвідомити свою надзадачу у родинному та дружньому спілкуванні, співвіднести свої соціальні ролі з

відповідними нормами архетипічної поведінки і вресіті-решт досягти правильної ідентифікації (сформованості власної ідентичності), без чого людина не знаходить себе, почувається «втраченою».

Комунікативна компетентність особистості в МДП оцінюється у відносній площині і тому може бути не тільки позитивним, але й гальмуючим фактором. Теоретичним підґрунтям слугує думка Т.Гордона, який так визначає комунікативну компетентність: «це вміння вийти з будь-якої ситуації, не втративши ні грама внутрішньої свободи і в той же час не дозволивши втратити її партнерові по спілкуванню [9]». Лише на підставі вміння адекватно оцінювати себе в постійно змінних умовах суспільного життя людина здатна вдосконалювати власну поведінку, плідно співіснувати та співдіяти з оточуючими людьми.

### **Література:**

1. *Семикин В.В.* Психологическая культура в образовании человека: Монография. – СПб., 2002. – 173 с.
2. *Волобуева Н.М.* Психологическая культура как условие успешной адаптации молодых специалистов // Форум НГПИ «Педагогика и психология XXI века» [Электронный ресурс] / Н.М.Волобуева. – режим доступа: [www.forum.tatngpi.ru](http://www.forum.tatngpi.ru).
3. *Мотков О.И.* Методика «Психологическая культура личности» [Электронный ресурс] / О.И.Мотков. – режим доступа: [www.psychologyonline.net](http://www.psychologyonline.net).
4. *Побережная Г.* Музыкальная терапия как предмет совершенствования психокультуры // Проблемы педагогики мистецтва: Зб. статей. – Вип. I. – Ялта, 2007. – С. 51-61. – Сер.: Музична педагогіка і мистецтвознавство.
5. *Выготский Л.С.* Собрание сочинений: В 6 т. – Т. 3. – Проблемы развития психики. – М.: Педагогика, 1983. – 368 с.
6. *Выготский Л.С., Лурия А.Р.* Этюды по истории поведения. – М.: Педагогика-Пресс, 1993. – 224 с.
7. *Побережная Г.* Музыкалотерапия как инновационная технология личностного развития // Проблемы педагогики мистецтва: Зб. статей. – Вип. 4. – Ялта: РВВ КГУ, 2009. – С. 55-65. – Сер.: Музична педагогіка. Мистецтвознавство.
8. *Побережная Г.* Музыкальные крылья судьбы. – Кн. 1. – К.: ДИА, 2008. – 76 с.
9. *Колмогорова Л.С., Каширский Д.В.* Сравнительное изучение особенностей становления психологической культуры старшеклассников и студентов-первокурсников [Электронный ресурс] / Л.С.Колмогорова, Д.В.Каширский. – режим доступа: [www.informika.ru](http://www.informika.ru).

## ОБРАЗ РОДИНИ В БУСАХ

*Прейс Ірина,*

*аспірантка Інституту соціальної та політичної психології АПН України,  
член ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)*

Дослідження сімейно-родинних стосунків, які зазнали значних трансформацій разом із усім нашим суспільством, є надзвичайно важливим на сучасному етапі. Актуальність досліджень в царині сімейної проблематики зумовлена загальною кризою сім'ї. Ця криза є доволі поширеною, виявляється у кількісних (зменшення показників народжуваності дітей, значна кількість розлучень, проблемних сімей) та якісних показниках (трансформація суспільних та сімейних цінностей, психологічні проблеми членів сім'ї тощо). Очевидно, що за таких умов необхідними є дослідження сучасної сім'ї.

Переломним моментом в розвитку науки про родину було виникнення уявлення про неї як систему, такий підхід означає, що в сім'ї все взаємопов'язано, це єдине ціле – єдиний біологічний та психологічний організм. В свою чергу, загальна теорія систем сприяла тому, що замість концентрації на кожному з членів родини, потрібно розуміння спільного функціонування всіх її членів як цілого, системи родини.

Метою даної методики є діагностика родинних стосунків, робота з образом сім'ї та значенням кожного з її членів. Завданням методики є визначення кольору, що об'єднує всю сім'ю, зображення членів родини за допомогою поданого матеріалу.

В ході роботи були використані наступні матеріали: буси, бісер, гудзики різного кольору, форми та природи, різнокольоровий папір формату А-4, нитки звичайні та для в'язання.

Для досягнення поставлених завдань клієнту пропонується метод візуалізації, в якому він уявляє власний простір та кожного члена своєї сім'ї в ньому чи можливо поза ним. Саме візуальне мислення дозволяє оперувати та маніпулювати зоровими образами та створювати нові образи, що несуть змістове навантаження та роблять значиме видимим. Важливим є створення образу певного кольору що поєднує всю родину. Особливу увагу слід звернути на кожного з членів сім'ї, на кого вони схожі, в якому символічному образі вони можуть бути представлені.

Наступним етапом є зображення даних образів за допомогою представленої матеріалу. Вибір паперу потрібного кольору, нитку для позначення власного простору та визначення його, вибір та розташуван-



ня на папері відповідних бусин, бісеру чи гудзиків, що найбільше характеризують кожного з членів сім'ї. Робота з запропонованим матеріалом забезпечує експресивно-символічну діяльність, що актуалізує образи підсвідомого та надає можливість їх творчого зображення.

Обговорюючи композицію, психолог і клієнт досліджує почуття, асоціації та емоції, які виникали. Психолог просить клієнта описати свій власний простір, на що він був схожий, чи зручно було в ньому знаходитись, які були почуття. Чи змінився простір після появи членів сім'ї, як вони розташувались? Клієнт підбирає асоціації до кожної з обраних бус, бісерин чи гудзиків, описуючи їх властивості, якості, виникаючі образи та розповідає про почуття, які вони викликають. Властивості матеріалу можуть асоціюватись з певними характеристиками людини, що її позначає. Психолог підкреслює значимість розташування матеріалу та самої композиції, особливості, символи, також варто звернути увагу на зображення власного простору клієнта, його форму, текстуру обраної нитки. Наступним етапом є обговорення створеної картини, які вона викликає почуття, чи є бажання щось змінити. Розташування матеріалу змінюється до найбільш комфортного для клієнта, поступово з обговоренням і усвідомленням взаємозв'язку всіх членів сім'ї, створюється цілісний образ даної ситуації та визначає центральну проблему та спосіб її вирішення. При інтерпретації враховується: з чим клієнт звернувся, який був запит; особисті асоціації клієнта; асоціації психолога; символізм кольору, форми, характеристики матеріалу, розташування; кінцевий результат образу.

Дана методика є досить ефективною як в індивідуальній терапії, так і в груповій роботі.

### **Література:**

1. *Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М.* Семейный диагноз и семейная психотерапия. Учебное пособие для врачей и психологов. – СПб.: Речь. – 2003. – 336с.
2. *Системная семейная терапия: Классика и современность/ Составитель и научный ред. А.В.Черников.* – М.: Независимая фирма «Класс», 2005. – 400с.

## УРОВНИ ОБЩЕНИЯ И ИХ КОРРЕКЦИЯ В ТАНЦЕВАЛЬНО-ПСИХОМОТОРНОМ ТРЕНИНГЕ НА ОСНОВЕ ТЕОРИИ Н.А.БЕРНШТЕЙНА

*Роговик Людмила,*

*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии  
Киевского национального лингвистического университета, тренер научно-  
методического центра практической психологии и социальной работы  
Министерства образования и науки Украины,  
руководитель танцевального клуба «Остров» (Киев)*

Общение, как и большинство психологических функций, имеет сложное строение, включающее биологические (материальные) и социальные (психологические, душевные) компоненты. Общение целостно в своем проявлении, в его развитии эти составляющие тесно взаимосвязаны – любое их разделение условно, искусственно. Однако в случае возникновения нарушений общения, такое разделение помогает определить уровень проблемы и наметить пути коррекции [2, 4].

В танцевально-психомоторном тренинге двигательная деятельность строится на основе теории уровневого построения движений Н.А.Бернштейна [1]. Исходя из этой концепции, мы рассматриваем танцевальные действия не как простую цепочку деталей, а систему, которая строится по законам иерархии и субординации построения движений. Предложенные Н.А.Бернштейном уровни построения движений можно рассматривать значительно шире – как уровни психического функционирования и психического реагирования человеческого организма [3, 4, 6]. С точки зрения уровня построения движений, в танцевально-психомоторном тренинге рассматривается построение общения посредством танца – норма, проблема, диагностика, возможные пути коррекции. Одновременно производится групповой психоанализ эмоционального реагирования и поведения участников тренинга [8].

Мы придерживаемся мнения, что при многих проблемах общения первичным является нарушение восприятия своего тела: потеря чувства равновесия, пространства, удержания его позы, веса, а также цели и направленности движений. Исходя из данной концепции, нарушение общения, эмоционального реагирования и поведения – вторичны, так как они исходят из телесных проблем [4, 5, 9].

**Уровень А** – уровень целостного тонического подстраивания, тонической регуляции, подразумевающей не только тонус нервно-мышечного аппарата, а тоническую активность всего организма. Ведущая аффе-

рентация (от лат. afferens – приносящий) уровня – это глубокая чувствительность и вестибулярное восприятие положения тела относительно силы тяжести. Эфферентный ответ (от лат. efferens – выносящий) – это выход на тоническую регуляцию тела [1].

**Общение уровня А** – это тактильная коммуникация на очень близком расстоянии с опорой на глубокую чувствительность – тоническое соподстраивание, тоническое объединение двух тел. Обратная связь в общении этого уровня формируется с опорой на глубокую чувствительность. Если мы не считываем тонический ответ с тела, на которое воздействуем, если не происходит тонического объединения, мы испытываем неудовольствие, а в некоторых случаях – даже страх (боязнь неприятия, отвержения). Проблема общения этого уровня демонстрирует себя тем, что не формируется тоническое подстраивание двух тел, участвующих в общении: они не взаимодействуют друг с другом, остаются разобщенными [2, 4].

Из нашего опыта работы можно отметить, что в тренинговой группе движения в контакте в парах, прижавшись друг к другу той или иной частью тела, вызывает единое эмоциональное настроение, близкое к уровню аффективной пластичности [5]. Партнеры считывают информацию тонического взаимодействия, опираясь на глубокую чувствительность тела. Мы считаем, что в результате коррекционной работы с использованием танца, происходит стимуляция глубокой чувствительности, вестибулярного восприятия, что приводит к ослаблению чувства неуверенности, уменьшению отстраненности, появлению возможности активного социального взаимодействия. Коррекционная работа строится с использованием упражнений и танцевальных движений, направленных на познание тела, осознание его частей, веса, развитие чувства пространства. Для воздействия на глубокую чувствительность тела, используются движения, активизирующие мышцы спины – растяжки, скручивания и т.п. В первую очередь, клиенту нужно дать почувствовать свое тело через тактильное взаимодействие, восстановить психомоторную активность организма, насыщая его ощущениями глубокой чувствительности с одновременным восстановлением психологического чувства доверия.

**Уровень В** – уровень взаимодействия общения, уровень синергий и штампов с ведущей афферентацией собственного тела. Уровень В – уровень психического реагирования, для которого значимо обоняние, осязание, зрение и слух. Он руководит основными локомоциями, целостными перемещениями: подъем головы, повороты туловища, ползание, ходьба и т.п., подчиняя себе тоническую регуляцию уровня А. Все движения уровня

В хорошо и легко делаются с закрытыми глазами, поскольку вся система афферентации этих движений привязана только к собственному телу [1].

**Общение уровня В** – объединение в движении, владение и считывание телесного общения, движения в группе, погружение в телесные ощущения (объятия, толкания, поглаживания). Обратная связь в общении на уровне В выражается в контактных движениях: прижаться и оттолкнуться в ответ (англ. push – толкнуть, pull – тянуть). В работе с партнером танцующие провоцируют друг друга на ответное движение, которое дает возможность считывать состояние друг друга. Коррекция общения на этом уровне идет через совместное движение – тело к телу, рука в руке. Хороши танцы в кругу, передвижения гуськом (ламбада, летка-енка). Если клиент получает достаточно общения на уровне В, у него появляется самостоятельность в построении пространства общения.

**Уровень С** – движения на уровне пространственного поля. Афферентный синтез объединяет все виды рецепции нашего тела: тактильную, проприорецепцию, вестибулярного аппарата, обоняния, осязания, зрения и слуха. Все эти модальности воспринимаются «здесь и сейчас», сливаются с памятью и образуют единый образ пространственного поля. На уровне С строится и осознается целостное восприятие собственного тела как одного из вариантов пространства. Возникает сознание «Я» и «ЗДЕСЬ». На этом уровне вводятся в регуляцию кисть и пальцы руки, появляется указательный жест, подражательные движения, выразительная мимика становится осознанной. Симптоматичен для этого уровня построения взгляд глаза в глаза. Появляется активность, призыв к общению, которое всегда происходит внутри границ единого поля общения, в едином пространстве, здесь и сейчас [1, 4].

**Общение на уровне С** становится возможным не только на близком, но и на отдаленном расстоянии. Внимание в общении пространственного поля – это не столько внимание двух людей, обращенное друг на друга, сколько совнимание к единой цели в пространстве: соделание – общий танец, танец-игра, включающий целый ряд действий и демонстраций, танцы-подражания движениям животных. Основной путь развития навыков уровня С – это подражание и запечатление. При проведении коррекционной работы в танце в парах отрабатывается способность удержания прямого взгляда, цели движения в пространстве; взаимодействие с пространством партнера; указывание глазами. Используется прорисовывание пространства, протанцовывание различных движений в кругу, в парах, танцы-караоке. Можно нарисовать схему тела, линии движений,

передающие конфигурацию ощущений, так как они помогают «обуздать» пространство и время. Все коррекционные занятия по становлению движений уровня пространственного поля должны проходить внутри четко, ритмически организованной среды – это и временной ритм, и пространственный, и ритмичный фон занятий.

**Уровень D** – общение уровня действий, образов, правил и схем. Уровень D почти монополюно принадлежит человеку, с него мы входим в сферу интеллектуального развития. Действия уровня D протраиваются у человека через запечатление и через обучение, т.е. формируются прижизненно, легко автоматизируясь, могут выполняться почти бессознательно. Восприятия и движения уровня D – это взгляд на ситуацию как бы со стороны, сначала подумать, потом делать. И в афферентном синтезе, и в эфферентном ответе уровня D господствует схема. На уровне D происходит достраивание целостной ситуации до знакомой нам схемы-ситуации. Эти врожденные схемы ситуаций близки к архетипам К.Г.Юнга. Планируя действия уровня D, мы заранее представляем себе ожидаемый результат, «потребное будущее», где цель не видима, но предполагаемая. Действия прodelываются сначала мысленно, с этого уровня включается воля [1].

При определении границ на уровне пространственного поля, проявляется интересная психологическая особенность: границы пространства переносятся в область поведения, общения, нравственности. Такой же перенос мы наблюдаем и при становлении выбора: выбор действий, ритма, решений, поступков.

С уровня движений D определяется доминантное полушарие в движениях, начинается этап формирования знаковой системы движений. Н.А.Бернштейн к символическим актам уровня действий D относит слово, звук, и др. знаки. Мы бы добавили к этому списку символические жесты, танцевальные движения, линии движений. Поведение на уровне D полностью социально и определяется правилами и нормами той группы, в которой находится человек: человек инстинктивно стремится подстроиться под требования группы, быть «как все». Уровень D – уровень стереотипизации. Танцующий запечатлевает образцы танцевания в схемах-композициях, отыгрывает их, внимательно отслеживая реакцию окружающих [4, 10].

Работа по коррекции движений и общения уровня D всегда должна проходить внутри целостной ситуации. Мы протанцовываем понятные участнику ситуации «Моя жизнь», «Моя проблема» «Мой обычный день», «Праздник в моей жизни» и т.п. Ритм уровня D – это уже мелодия, объединяющая целостную ситуацию в танце. Для коррекции движения и об-

щения уровня действий D рекомендуется: планирование и составление схем, композиций; использование ситуации выбора: «Ты будешь танцевать в быструю или медленную музыку?»; разведение действий во времени (танец в группах); разбивка движений на отдельные элементы, усвоение единичных танцевальных действий (ходьба, работа бедер, вытяжка корпуса); отыгрывание моделей поведения в разных ситуациях, протанцовывание сюжета, события в группе, распределение ролей; построение образа предмета, протанцовывание образных ситуаций.

**Уровни E** – группа интеллекта. Если рассматривать уровни построения движений шире – как уровни психического реагирования, то к уровням E можно отнести всю интеллектуальную деятельность человека. На уровне E происходит отрыв от реально воспринимаемой ситуации – здесь и афферентный синтез, и эфферентный ответ могут формироваться мысленно, в уме. Мы выходим на уровень трансцендентности, когда наши цели, действия, мышление могут быть никак не связаны с сиюминутными потребностями человека. На уровне E тело может отрываться от реального образа: появляются отвлеченные понятия, метафоры, характеризующие движения тела («руки-змеи», «пластилиновая спина», «резиновые ноги» и др.) [1].

**Общение на уровне E** – символическое осознание себя как существа мыслящего. Таким символом становится понятие «Я». Выполнение движений танца на уровне E идет уже не только за счет практического неосознанного запечатления и повторения действий, но главным образом за счет понимания. Танец становится той речью, которая выходит за пределы культурного пространства человека, становясь понятной любому зрителю. На уровне E становится возможным изображение танца при полном погружении в воображаемую ситуацию. Основной уровень общения на уровне E – танцевальная речь: движения объединяются в слова, фразы, целые истории. Общение на уровне E развивается на основе объединения по интересам: танцоры общаются на основе мыслимого идеального смысла. Танец превращается в идею, в идеальном поле пространства танца происходит искреннее общение, подкрепленное положительными эмоциями, катарсисом [9].

На уровне E выстраиваются схемы поведенческого воздействия на других, появляется оценка себя, своих мыслей, эмоциональная оценка собственных движений. Положительные эмоции на уровне E подкрепляют групповое общение и желание познавать, учиться, совершенствоваться, появляется интеллектуальное объединение, сопровождающееся сопержи-

ванием, сочувствованием, пониманием эмоционального мира другого человека. Здесь можно заранее спланировать эмоциональное воздействие на зрителей. Над уровнем Е правила и нормы общества уже не властны, поведение на уровне интеллекта уже практически не зависит от мнения и оценки окружающих, а определяется мнением, понятиями, взглядами непосредственно самой личности человека. Начиная с уровня Е, человек может строить себя сам, он выходит из-под контроля, определенного социального пространства, расширяя границы собственной телесности, он в состоянии черпать ресурсы из своего телесного «Я».

Коррекция социального взаимодействия на уровне Е предполагает использование театрализованных игр в танце, которые дают возможность принять на себя какую-нибудь роль, дают возможность посмотреть на себя со стороны. Кроме того, танец помогает: становлению различных аффективных синтезов (гештальтов восприятия), разных схем или паттернов поведения; формированию выхода на новые, менее стереотипизованные пути действия и контроля; посмотреть на свои действия со стороны, отслеживая реакции зрителей в группе [5, 7, 8, 9].

Таким образом, динамика становления уровней общения в тренинге выводит участников на тот уровень личностного развития, когда человек становится самодостаточным в своей презентативности, в умении общаться легко и естественно, не нарушая личностную гармонию.

### **Литература:**

1. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активности. – М., 1990. – С. 373-392.
2. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка. – М., 2001. – 384 с.
3. Лурия А. Р. Основы нейропсихологии. – М.: Изд-во МГУ, 1973. – 207 с.
4. Максимова Е.В. Уровни общения. Причины возникновения раннего детского аутизма и его коррекция на основе теории Н.А.Бернштейна. – М.: Диалог-МИФИ, 2008. – 288 с.
5. Никитин В.Н. Энциклопедия тела: психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт. Менеджмент. – М.: Алетейя, 2000. – 624с.
6. Психофизиология. Учебник для вузов / Под ред. Ю.И. Александрова. – СПб.: ПИТЕР, 2001. – 463 с.
7. Хостов А. Психология телесности. – М.: Смысл, 2002. – 287 с.
8. Роговик Л.С. Психотерапевтичні ефекти танцювально-психомоторного тренінгу // Актуальні проблеми психології. – Т. X. – Вип. 4. / За ред. акад. С.Д.Максименка. – К.: Главник, 2008. – С. 155-165.
9. Роговик Л.С. Психологія танцю. – К.: Главник, 2007. – 304 с.
10. Роговик Л.С. Зміст і структура танцювально-психомоторного тренінгу: ТІЛО. ТАНЕЦЬ. РОЗУМ. ПОЧУТТЯ // Простір арт-терапії: структура, ха-

ос, стихія.: Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції з міжнародною участю (Київ, 26-28 лютого 2009 р. ) / За наук.. ред. А.П.Чуприкова, Л.А.Найдьоновой, О.А.Бреусенко-Кузнецова, О.Л.Вознесенської, О.М.Скнар. – К.: Міленіум, 2009. – С.46-50.

## **МОНОТИПИЯ В РАБОТЕ С СЕМЬЕЙ**

*Самышкина Олеся,*

*практический психолог*

*Центра творческого развития личности «Путь»,  
член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Цель выступления: рассказать о возможностях использования техники монотипия в работе арт-терапевта с семьей.

Члены семей часто обращаются на консультации с разными вопросами и ждут быстрых и конкретных ответов. Они находятся в кризисе, в трудной ситуации, поэтому у них нет ни времени, ни желания «растягивать удовольствие» и ходить на длительную терапию. Поэтому очень важно с первой же консультации показать клиентам суть их проблемы. Иногда это может оказаться достаточно для семьи, иногда нет.

Семья – это система, стремящаяся к равновесию; система, в которой все взаимозависимо, которая имеет ряд системных параметров. Равновесие в семье будет соблюдаться любыми средствами. Обращается к психологу обычно кто-то один из семьи или родитель с ребенком. Работать с одним членом семьи чаще всего не имеет смысла. Семья, стремясь сохранить равновесие, возвращает его к привычным паттернам поведения. Если же семья решается прийти вместе, то в надежде, что психолог даст «рецепт», после чего все проблемы решаться сами собой.

Плюсы арт-терапии в работе с семьями:

Основной акцент в арт-терапии семьи делается на изучении структурно-функциональных особенностей семьи [1]. Невербальные средства часто являются единственно-возможными для выражения и прояснения сильных переживаний, что позволяет высказаться всем членам семьи. Арт-терапия является мощным средством сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении в налаживании контактов в семье, при отсутствии взаимопонимания. Арт-терапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека. Это делает общение семьи с психологом достаточно безопасным, позволяет выходить на глубокие и серьезные проблемы. Арт-терапия, в большинстве случаев, вы-



зывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию. Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления, она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации, раскрытии широкого спектра возможностей человека и утверждения им своего индивидуального неповторимого способа бытия в мире.

Рассмотрим особенности работы *семейной монотипии*.

Монотипия (от «моно» – один и греч. «τύπος» — отпечаток, оттиск, касание, образ...) – вид печатной графики. Это достаточно известная техника в арт-терапии. Ее можно использовать для индивидуальной работы и для работы с семьей для прояснения запроса.

На первой консультации семье, после короткого знакомства с причиной прихода к психологу, предлагается нарисовать проблему, которую они хотят решить. Рисование предлагается методом монотипии. Каждый член семьи на отдельном стекле рисует свое видение проблемы. Это может быть что-то конкретное или абстрактное, возможно просто игра цвета. После этого предлагается всем членам семьи оставить отпечатки своих стекол на одном листе формата А3. Так индивидуальность накладывается на общее пространство семьи. В результате получается общая картина, которая и обсуждается со всеми членами семьи.

Обычно взрослые как инструмент общения используют речь. Совместное творчество помогает обойти табу и психологические защиты, которые сопровождают страх самораскрытия, особенно у взрослых; помогает установить атмосферу более высокого уровня доверия. Семейная монотипия помогает взаимному познанию членов семьи и освобождению от травматических переживаний.

Очень часто для семей, находящихся в кризисной ситуации, достаточно осознать свою проблему, чтобы найти способы ее решения. Семейная монотипия позволяет также установить диалог между членами семьи, понять позиции друг друга. А, как известно, проблемы во взаимоотношениях возникают именно тогда, когда люди «не слышат» друг друга. Этот метод позволяет также членам семьи посмотреть на проблему глазами своих партнеров, детей, родителей; увидеть тайные взаимосвязи проблемы (ведь проблема в разных семьях может быть одна, типа ребенок не хочет ходить в школу, а причины этого в каждой семье свои).

Особенность семейной монотипии в том, что получаемое изображение всегда отличается от того, что изображала семья на стекле. Замы-

словатые узоры, проявляющиеся на листе, носят случайный характер, тем самым обнажая истинную проблему. У всех членов семьи появляется возможность выразить свои сиюминутные эмоции и настроения, возникшие в результате проговаривания проблемы с психологом.

Монотипия — это способ свободы самовыражения, это проекция внутреннего мира. Поэтому искренность жанра бесспорна.

Внутреннее «Я» человека отражается в зрительных образах всякий раз, когда он спонтанно, не особенно задумываясь о своих произведениях, рисует, пишет картину, лепит. Принято считать, что образы художественного творчества отражают все виды подсознательных процессов, включая страхи, внутренние конфликты, воспоминания детства, сновидения. Когда рисует вся семья, появляется возможность одновременного спонтанного выражения отношения к проблеме, что дает возможность посмотреть на нее с разных сторон, ощутить всю ее полноту, увидеть «картину целиком». Семейная монотипия открывает возможность для непрямого обращения к актуальным проблемам, создает атмосферу взаимного принятия, доброжелательности, безопасности и эмоциональной поддержки. Невербальное взаимодействие в процессе такой работы способно генерировать конфликт, который затем обсуждается.

Этот метод также позволяет:

- отреагировать свое видение проблемы всем членам семьи одновременно
- снять страх перед арт-терапией
- обойдя табу и психологические защиты, увидеть проблему в целом
- выразить свое видение, ощущение проблемы детям от 6-ти лет
- выделить главное для всех
- найти ресурс для решения проблемы.

В результате работы участники, создав симультанные семьи, создают совместные «семейные» монотипии и осваивают основные принципы работы с семьей с помощью этой методики.

### **Литература:**

1. *Вознесенка О.* Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті / О. Л. Вознесенська, Л. В. Мова. – К.: Шк. світ, 2007. – С. 84-90.

## МАЛЮНОК «Я І ДЕРЖАВА»: ОСНОВНІ НАПРЯМИ АНАЛІЗУ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ

*Скнар Оксана,*

*кандидат психологічних наук, с. н. с.*

*Інституту соціальної та політичної психології АПН України,  
член правління ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)*

Насьогодні все більше науковців доходять висновку про необхідність використання в політико-психологічних дослідженнях не тільки вербальних методів, які дозволяють дослідити радше раціональні, усвідомлювані уявлення респондентів, а й широкого залучення ресурсів *проективних* методів, завдяки яким отримується можливість актуалізувати неусвідомлювані пласти політичної свідомості респондентів й дослідити їх систему ставлень в ході оцінювання.

Так, в нашому емпіричному дослідженні, спрямованому на виявлення рівня сформованості політичних компетенцій молоді, окрема увага приділялась з'ясуванню ставлення сучасної студентської молоді до держави та оцінці ними свого місця в соціумі. Для вирішення цього завдання ми застосували проективний малюнок «Я і держава» [1], який дає змогу дослідити неусвідомлений рівень вияву того, як людина сприймає і переживає своє місце в соціумі, оцінює ставлення держави до неї або висловлює власне ставлення до держави.

Ми виходили з того, що *конструювання образу держави* в масовій свідомості відбувається через *когнітивне* (приміром, держава – це цілісність; або певна територія і т.д.) та *оцінне* (наприклад, позитивне чи негативне ставлення) його *наповнення*.

Респондентам пропонувалось намалювати рисунок на тему «Я і держава» (передати малюнком своє бачення відносин із державою за допомогою геометричних фігур), позначити літерою елемент, який зображує «Я», і той – що державу та написати короткий коментар. Зазначу, що, на жаль, багато респондентів не лишили коментарів до своїх малюнків, що утруднювало їх інтерпретацію.

В результаті опитування було отримано 248 малюнків, які підлягали групуванню, аналізу та подальшій інтерпретації. Проте залежно від критерію групування, один і той самий малюнок міг потрапити в декілька різних груп. Для *процедури аналізу* отриманих малюнків ми залучили поєднання кількісних та якісних методів.

Спочатку ми поділили малюнки на 2 групи – формалізовані та сюжетні малюнки. В даній публікації коротко зупинимось на аналізі першої з них.

**Аналіз формальних елементів малюнку.** Ми звертали увагу й фіксували, передусім, наявність окремих зображень для позначення «Я» і держави, а також взаємне розташування цих фігур [1]. Наприклад, розташування фігури «Я» всередині фігури «держави», можна тлумачити як вияв усвідомлення себе частиною цілого (йдеться про образний прототип колективної ідентичності); тоді як зображення «Я» і «держави» окремими фігурами може свідчити про вияв тенденції (можливо навіть не усвідомлюваної особистістю) до дистанціювання від цілого (прототип скоріше індивідуальної ідентичності). Тож, **просторові взаємини зображуваних фігур** аналізуємо за такими **параметрами**, як: всередині – зовні; близько – далеко; вище – нижче, а також більше – менше; центр – периферія та деякі інші [1].

Узагальнення отриманого матеріалу надає змогу виявити найхарактерніші ознаки образів, представлених на малюнках, що, в свою чергу, допомагає визначити **критерії їх оцінки** [1], які були доповнені й розширені нами. А саме:

- розміри фігур «Я» і держави та їх співвідношення;
- взаємне просторове розташування фігур «Я» і держави на малюнку;
- відстань між фігурами «Я» і держави;
- наявність / відсутність ознак зв'язку (або взаємодії) між фігурами «Я» і держави;
- наявність на малюнку ознак впливу та тиску між фігурами «Я» і держави;
- символіка використаних образів, що позначають фігури «Я» і держави;
- когнітивна складність / простора зображень.

З'ясовано, що на отриманих малюнках представлені всі вияви просторових параметрів, проте **найбільш поширеними** є ті, що асоціюються з відносинами **домінування / підпорядкування**. Йдеться, насамперед, про такі параметри, як: велике – мале, вище – нижче та всередині – зовні, які символічно відбивають переважне **сприйняття** респондентами **відносин між «Я» і державою в контексті опозицій панування – підлеглість** [1]. За допомогою цих опозицій можна наочно побачити, кого із суб'єктів суспільно-політичної взаємодії сучасна молодь вважає «головною». Тож, ви-

ходячи з аналізу малюнків, ми виявили типові варіанти сприйняття відносин людини і держави.

Беручи до уваги критерій, що стосується **розмірів зображень**, ми з'ясували, що державу зображено великою фігурою більш ніж на половині рисунків, тоді як «Я» зображують на цих малюнках переважно як маленьку фігуру, інколи навіть зменшену до розмірів крапки. Як письмово прокоментував це один із авторів малюнку, «...державна могутня, захищена і велика, а я – маленька людина...». Це може свідчити про *усвідомлення* респондентами *величі держави, яке поєднується з розумінням необхідності їй підпорядковуватись*. Адже добре відомо, що загалом великі розміри асоціюються на фізичному рівні з силою суб'єкта оцінки, а на соціальному – з його владою.

Контекст **підлеглості «Я» державі** передається на малюнках також через **розташування фігур**.

Розглянемо спочатку групу малюнків, в якій «Я» включено в державу. З одного боку, зображення «Я» **всередині держави** може свідчити про відчуття особистості приналежності до великого цілого (тобто до держави), а з іншого – може відбивати ідею поглинання більшим меншого. При цьому «всередині» частіше зображується маленьке «Я». Тож, можна припустити, що таким чином виявляються ознаки колективного типу ідентичності в площині «Я – держава», коли відбувається самоідентифікація через образ «маленької людини», яка належить до маси. У масовій свідомості такий образ людини співвідноситься з образом могутньої держави (певної монолітної цілісності), яка поглинає особистість [1]. Отже, близько 2/3 отриманих малюнків цієї групи відображає *тип відносин*, за якого *держава*, як велика монолітна цілісність, *поглинає «Я»* як маленьку частинку. Такі уявлення призводять до усвідомлення того, що, за висловом одного з авторів малюнку, «...Я входжу до складу держави, приймаю певні рішення, але вони мало впливають на долю держави». Зміщення фігури «Я» на периферію малюнку може свідчити про підсилення опозиції панування – підлеглості: «держава тисне на мене»; «я в державі, але моя хата з краю». Водночас приблизно на 1/4 з подібних зображень фігура «Я» розміщена в центрі простору держави та має відносно великий розмір (принаймні пропорційний стосовно розміру держави), що увиразнює *тип відносин* із державою з *усвідомленням певної значущості власного «Я»*: «я – рівноцінна складова держави, могу впливати на країну».

Розглянемо групу малюнків, в якій «Я» розташовано **окремо від держави**. Гадаємо, що це може свідчити про наявність тенденції до певно-

го дистанціювання від держави. Виокремлену за даним критерієм групу (більше половини від загальної кількості отриманих рисунків), в свою чергу, можна поділити на дві підгрупи: 1) окреме розміщення фігур «Я» і держави та дотичне їх розташування; 2) окреме розташування зазначених фігур, в якому наявні ознаки певного зв'язку чи взаємодії. Спробуємо проаналізувати першу під-групу малюнків за критерієм розміру зображених фігур, тобто з огляду на опозицію велике – мале. Цікаво, що на чверті малюнків респондентами підкреслюється момент відокремлення держави від громадян: «в наш час держава знаходиться окремо від кожного з нас», при цьому саме в цій (першій) підгрупі малюнків часто йдеться, з одного боку, про *байдуже, зневажливе й зверхнє ставлення держави до людини*, яке інколи підсилюється розташуванням фігури держави над зображенням «Я», а з іншого – про *відчуття власної нікчемності, неспроможності*: «Я – нікчемна істота, дуже дрібна, щоб держава дбала про мої інтереси. От вона і не дбає. Їй однаково, що зі мною буде» або «я ніщо порівняно з державою, владою – їм всім нічого не доведеш...» тощо і як результат – «я не маю відносин з державою (практично не впливаю на неї)» та «не взаємодію з державою». *Сприйняття ставлення держави до людини як байдуже та негативно емоційно забарвлене* простежується й на більшості малюнків, в яких зафіксовано дотичне розташування фігур «Я» і держави. Наприклад, «моя держава мене не любить» чи «я не в інтересах держави».

Водночас на половині малюнків даної групи (без врахування тих, що стосуються власне взаємодії) фігура «Я» або наближається за розмірами до зображення держави, чи дорівнює їй, або ж навіть є більшою порівняно з розміром фігури «держави». Це може свідчити про *високу значущість образу «Я», який водночас певною мірою дистанціюється від держави*. Автори малюнків або центруються на власному «Я», або принаймні зображують його фігурою, яка за розміром не поступається зображенню держави. Це може свідчити як про *відчуття людиною власної незалежності й самодостатності, так і про віру в себе, свої сили, у здатність змінити щось у суспільстві*, можливо навіть у спроможність певним чином впливати на суспільство. Це підтверджує, приміром, такий коментар: «держави – це великий дім, а я – його мешканець, і від мене певною мірою залежить порядок і атмосфера в ньому».

Яскраві **вияви** на малюнках **опозиції «вище – нижче»** також є свідченням сприйняття відносин із державою у контексті панування – підлеглості. У більшості випадків фігура держави зображена над фігурою

людини, і лише зрідка – навпаки. Слушною є думка про те, що такі «...проти-лежні типізації неявно містять ідею *використання одним із суб'єктів іншого*» (виділено мною) [1]. Так, автори зазначають: «...держава бере з людей набагато більше, чим надає...» та ін.

Таким чином, на проаналізованих малюнках представлені просторові співвідношення фігур держави і «Я», які дають змогу визначити основні типи відносин між ними, які, по суті, у різних варіантах демонструють відносини підпорядкування.

### **Література:**

1. Соціальний простір життя як суб'єктивна символічна реальність / [Злобіна О., Мартинюк І., Соболева Н., Тихонович В.]. – К.: Ін-т соціології НАН України, 2004. – 299с.

## **РЕАЛІЗАЦІЯ ТЕРАПЕВТИЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА НА УРОКАХ МУЗИКИ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ**

*Черниш Тетяна,*

*вчитель музики ЗОШ № 35 (Вінниця)*

Музика здавна вважалася одним із наймогутніших засобів виховання, який не лише надає естетичного забарвлення життю людини, а й впливає на її духовний розвиток та формування системи ціннісних орієнтацій, гармонізує емоційний та психічний стан. «Пізнання світу почуттів неможливе без розуміння й переживання музики, без глибокої духовної потреби слухати музику й діставати насолоду від неї, – писав В.Сухомлинський. «Без музики важко переконати людину, яка вступає в світ, у тому, що вона прекрасна, а це переконання, по суті, є основою емоційної, естетичної, моральної культури», – ці слова видатного педагога-гуманіста конкретизують його думку про музичне виховання як першооснову у вихованні людини [4].

Ця ж думка є основною ідеєю педагогічної концепції визначного музиканта-педагога ХХ століття Д.Кабалевського, який підкреслював, що головним завданням музичного виховання у загальноосвітній школі є не стільки навчання музиці, скільки вплив через музику на духовний світ учнів, передусім на їх моральність. Учитель має розвивати у дітях розуміння цього виду мистецтва, відкривати їм світ добра й краси, допомогти пізнати в музиці животворне джерело людських почуттів і переживань. Саме діяльність учня і педагога, їх власна активність мають стати основою музич-

ної освіти. При цьому учні не повинні виступати як об'єкти педагогічних впливів, а як активні суб'єкти навчального процесу, які у власній діяльності, відповідно до своїх вікових та індивідуальних особливостей, зі своїм, хоча й невеликим, але унікальним досвідом, відкривають дійсність, відтворену в музиці, по-своєму сприймаючи і переживаючи її [1].

До основних завдань, що їх повинна переслідувати шкільна мистецька освіта, належать пробудження у дітей інтересу до мистецтва, формування особистісно-ціннісного ставлення дитини до мистецьких творів на основі сприймання і розуміння художніх образів; залучення учнів до художньо-творчої діяльності в різних видах мистецтва та забезпечення сприятливих умов для художньо-творчої самореалізації особистості. Втім, аналіз педагогічної практики свідчить, що й досі деякі вчителі не можуть звільнитися від стереотипів застарілого мислення, не усвідомлюють той факт, що метою процесу навчання виступає саме розвиток особистості учня, а не набуття знань, умінь і навичок, за якими залишається лише роль (хоча й важлива) бути засобом цього розвитку, зазначає О.Ростовський [3].

Серед традиційних, вивіренних часом музичних навчальних і виховних форм, все частіше з'являються нові, альтернативні, до яких можна віднести і музичну терапію.

У процесі викладання шкільного курсу музики, арт-терапевтичні методи, до яких належить і музична терапія, поки що використовуються рідко. Водночас арт-терапевтична практика свідчить, що значна частина музично-терапевтичних технік, що їх широко використовують психотерапевти, вже адаптована до роботи з дітьми. Їх метою є профілактика та корекція негативного емоційного стану, нормалізація емоційно-вольової сфери дитини, подолання страхів, тривожності, сором'язливості та гіперактивності, визначення сприятливості соціального оточення, адаптації дитини у школі. Це сприяє як духовному, так і фізичному оздоровленню дітей.

Аналіз наукових джерел з проблеми музичної терапії засвідчив, що значна частина таких практичних вправ ґрунтується на імпровізації – вокальній, ритмічній чи пластично-руховій, багато в чому використовуючи ідеї педагогів-новаторів, як Ж.Далькроз та К.Орф. Ми спробували систематизувати музично-терапевтичні вправи, що можуть бути використані у навчально-виховному процесі початкової школи за метою, змістом та формами роботи (див. табл. 1).

Спробуємо детальніше розглянути деякі з них.



**Класифікація музично-терапевтичних вправ**

Музично-терапевтичні вправи		
<i>За кількістю учасників:</i>	<i>За змістом діяльності:</i>	<i>За метою:</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- індивідуальні</li> <li>- парні;</li> <li>- групові;</li> <li>- колективні</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дихальні</li> <li>- вокально-імпрровізаційні;</li> <li>- ритмічно-імпрровізаційні;</li> <li>- гра-імпрровізація на дитячих музичних інструментах;</li> <li>- музично-рухові (пластичні).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- розвиток емоційної сфери дитини;</li> <li>- розвиток комунікативних умінь та навичок;</li> <li>- формування навичок самопрезентації.</li> <li>- корекція емоційного та психічного стану (тривожності, агресії, тощо);</li> <li>- розвиток емпатії.</li> </ul>

**Вокально- та ритмічно-імпрровізаційний напрям** певною мірою був започаткований німецьким педагогом і музикантом Карлом Орфом, який розробив систему комплексної музичної діяльності, що базується на інтеграції руху, співу і гри на спеціально створених дитячих ударних музичних інструментах (в результаті його експериментальної музично-педагогічної роботи навіть було створено посібник з музичного виховання «Шульверк»). Залучення дитини до музики, на думку К.Орфа, повинне ґрунтуватися на активній творчій діяльності, що приносить радість і відчуття задоволення. Саме тому значна увага дослідника приділялася організації музично-ритмічної діяльності школярів, що здійснюється в русі, грі на елементарних музичних інструментах та мелодійній декламації. Значущості набуває слово як елемент мови і поезії, його метрична структура, мелодико-інтонаційне звучання.

**Музично-інструментальна діяльність** – один з видів дитячої спонтанної художньо-творчої діяльності. Застосування дитячих музичних інструментів та шумових іграшок збагачує музичні враження молодших школярів, розвиває їх музичні та комунікативні здібності. Коли вчитель викликає інтерес – діти заражаються прагненням знань, активної, творчої діяльності, пов'язаної із відчуттям задоволення і радості. Інструментальне музикування як на уроці музики, так і в позакласній роботі, може стати якісно новою формою реалізації ідей музичної терапії у навчально-виховному процесі початкової школи. Це – творчий процес сприйняття музики через гру на доступних дитині музичних інструментах, взаємопроникнення різ-

них видів музичної діяльності (слухання музики, вокально-хорове та інструментальне виконання, імпровізація).

Що стосується *музично-рухових та пластичних ігор*, то цей напрямок у сучасних музикотерапевтів нерідко пов'язується із поняттям «евритмія» та системою музично-ритмічного виховання, створеною швейцарським педагогом і композитором Емілем Жак-Далькросом, що стала протилежністю традиційній «співацькій» концепції музичного виховання. Вона була реакцією музиканта-педагога на однобокий інтелектуалізм шкільного навчання, коли тіло перебуває у бездіяльності; на обмеженість фізичних занять, коли інертні розум і почуття.

Працюючи з дітьми, Е.Жак-Далькрос дійшов висновку, що головними недоліками традиційної методики є:

- ізольованість видів музично-навчальної діяльності й поділ процесу осягнення музики на низку навчальних дисциплін;
- позбавлення музичного виховання його сутнісної основи – емоційності.

Повернення процесу музичного виховання до емоційності та розвиток справжньої музикальності можливі лише на шляху естетичного осягнення музики та її виражальних засобів. Найважливіше у музичному навчанні – попереднє і супутнє осягнення музики. Виховання музикальності немислиме поза музичним сприйманням. Лише повноцінне сприймання закладає основу музикальності дитини, тільки на цій основі можливе навчання і подальший музичний розвиток: «Музичне виховання повинно повністю ґрунтуватися на слуханні або, у будь-якому разі, на сприйманні музичних явищ», – підкреслював Е.Жак-Далькрос.

Аналіз психолого-педагогічних джерел та спостереження за дітьми під час проведення музично-терапевтичних вокально- та інструментально-імпровізаційних вправ дозволило зробити висновок, що їх використання вчителем початкових класів у навчально-виховному процесі допомагає реалізувати ряд педагогічних завдань, а саме:

- збагачення комунікативного досвіду молодших школярів;
- розвиток їх комунікативних умінь та навичок;
- розвиток емоційної сфери особистості;
- корекція психічного та емоційного стану (тривожності, страхів, невпевненості, сором'язливості, гіперактивності тощо).

Таким чином, оволодіння вчителем музично-терапевтичними технологіями не лише сприятиме реалізації основних навчальних завдань, а й налагодженню емоційно-сприятливої атмосфери у класному колективі, формуванню навичок самопрезентації та самореалізації молодших школярів.

рів у ході спонтанної музично-творчої (вокальної, ритмічної та пластичної) діяльності.

### **Література:**

1. *Кабалевский Д.* Как рассказывать детям о музыке? – М.: Сов. композитор, 1977. – 198 с.
2. *Полякова Н.* Корекція емоційно-поведінкових розладів засобами музичної терапії // Психолог. – 2005. – № 39. – С.27-39.
3. *Ростовський О.* Методика викладання музики у початковій школі: Навч.-метод. посібн. – 2-е вид., доп. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 216 с.
4. *Сухомлинский В.* Серце віддаю дітям. – К.: Рад.школа, 1969. – 247 с.

## **МЕТОД МАНДАЛЫ КАК ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКА ПРИ ИЗУЧЕНИИ АРХЕТИПИЧЕСКИХ СОСТАВЛЯЮЩИХ ЛИЧНОСТИ**

*Шевченко Вера,*

*арт-терапевт, руководитель «Школы Арт-терапии»,  
член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Доклад посвящен изучению метода мандалы как проективной диагностической экспресс-диагностике.

При изучении мужских и женских архетипов личности в экспериментальной группе УЭР было принято отображать отдельные архетипы с помощью психогеометрического метода, при этом было сделано еще одно введение: фигуры – отображающие отдельные архетипы рисовали с помощью разноцветных карандашей, причем размер и активность ведущих или пассивных, подавленных архетипов отображались соответственно.

Напомню, что в психогеометрическом тесте С.Деллингер была совершена попытка описать личность, сопоставляя личностные психологические качества с помощью пяти геометрических фигур: квадрата, круга, треугольника, зигзага и прямоугольника. Российские психологи в своих работах показали неправомотность применения данного теста для описания свойств личности. Однако в изначальных мандалах мы обнаруживаем использование тех же фигур.

Мы используем проективное свойство геометрических фигур и их цвета как оценочное отношение личности для обозначения своего внутреннего состояния по отношению к предлагаемому внешнему воздействию. И используем размер, форму, цвет центрированных по отношению к единому центру как проективную экспресс-диагностику состояния личности как совокупности интегрированных архетипических составляющих.

**«ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:  
ГОРИЗОНТИ СТОСУНКІВ»**

**VII Міжнародна міждисциплінарна  
науково-практична конференція**

**(Київ, 12-14 березня 2010 р.)**

**ТВОРЧІ МАЙСТЕРНІ**

## «ПУТЬ ГЕРОЯ – ВЫБОР СУДЬБЫ»: ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С ФАТУМОМ

*Бреусенко-Кузнецов Александр,*

*кандидат психологических наук,*

*доцент НТУУ «КПИ», доцент КНУ имени Тараса Шевченко,*

*член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Посредством выбора, реализуемого нами в отношении нашего предметного, и особенно социального окружения, в нашу жизнь входит фатум. Наши отношения с другими людьми во многом фатальны. В этих отношениях мы выступаем субъектами выбора, которые не знают, что именно они выбирают, а результаты выбора предопределяют траектории наших жизненных путей.

Название мастер-класса проективно. На самом деле, непонятно, кто кого выбирает. То ли идущий по пути герой вершит свою судьбу, то ли судьба предопределяет путь героя. Непонятно, то ли путь героя есть заранее предначертанный выбор судьбы, то ли судьба складывается из начертания героем пути. Всё непонятное отрадно тем, что может быть понято каждым по-своему (сообразно локусу контроля, а также решению философского вопроса о свободе выбора).

*Ход работы* следующий:

Участникам – для предстоящей сказкотерапевтической работы с судьбой – предлагается разбиться на пары (желательно попасть в пару с незнакомым человеком).

Участникам объявляется, что им предстоит сочинить волшебную сказку под названием «Путь героя» (или «Путь героини»). Это – мало к чему обязывающее название, ибо *любая* волшебная сказка предполагает обращение к проблематике жизненного пути.

Участникам предлагается выбрать (задать) *место действия*; назвать и охарактеризовать в двух-трёх предложениях *героя*, а также (если они есть) *вредителя*, создающего проблему; *отправителя*, велящего герою выполнить задание; *помощника*; *дарителя*; используемые *волшебные предметы*; *искомого персонажа* (м.б., *искомый предмет*); *ложного героя*, пытающегося присвоить лавры победителя.

Участникам объявляется, что сделанными выборами исчерпывается их влияние на судьбу героев. Как в человеческой жизни не все нити находятся в руке живущего, что-то всегда остаётся на «власть судьбы» да на «волю случая», – так и в пути героев предполагается момент *самопро-*

*извольного развития сделанных участником выборов.* Участники осознанно выбрали место действия и состав персонажей, а в самом начале, неосознанно (разбиваясь на пары) – авторов для своей сказки.

Теперь каждому участнику предстоит выступить *автором чужой сказки.* Он будет представлять «руку судьбы», ведущую героя по заданным другим участником координатам. Вводить в эту чужую сказку собственных героев и свои места действия нежелательно, хотя можно творчески развивать заданные.

По окончании работы над созданием сказок – *обсуждение*, важнейший элемент которого – *проговаривание участниками чувств* по поводу созданных для них сказок. Вполне возможно, что описание пути твоего героя, созданное другим человеком, вызовет отторжение. Но ведь выбор представляемой им «руки судьбы» находится на твоей собственной ответственности. Зачем этот выбор был именно таков?

## **ПРАКТИКА САКРАЛЬНОЙ АРХИТЕКТУРЫ ТЕЛА. ИСЦЕЛЕНИЕ И ОСВОБОЖДЕНИЕ ПО МОЛИТВЕ (Самые интересные примеры)**

*Буценко Наталия,  
медицинский психолог, руководитель школы «Тело – Храм Духа»  
фонда «Сотворчество», мастер Сакральной архитектуры тела (Киев)*

Душевность без духовности – болото,  
духовность без душевности – лед  
Н.Хамитов

Данный мастер-класс посвящен взаимовлиянию духовного, душевного и телесного аспектов человеческой личности.

Разговор пойдет об отношении с наивысшей глубинной сутью людей – нашими Божественными способностями.

Вся Библия посвящена тому, как сделать эти способности доступными.

Школа «Сакральная архитектура тела» построена на Христианской традиции, на представлении о теле как Храме – физическом аспекте Образа Божьего. Методика школы построена на движении в молитвенном состоянии, синхронизированным дыханием. На сегодняшний день исцеляющее действие молитвы научно обосновано. Человек делает открытия и творит в состоянии, близком к молитвенному, когда его жизненный опыт отбрасывается, и не мешает находить нестандартные решения. В Библии дано челове-

ку все – от методов мышления (Духовного мышления или мистического метода) до законов устройства Вселенной (Духовных законов).

Духовный метод дает возможность формирования цельного объемного видения явлений жизни во всех ее пространственно-временных и причинно-следственных связях. Духовное мышление имеет объемную структуру, полностью соответствующую структуре Вселенной.

Современный человек часто даже не подозревает, что обладает бесценным даром – даром видеть ИСТИНУ. Миг вхождения человеческого существа в состояние Духовного мышления (видения) – это миг озарения. Так человек способен получать откровения, исцелять других, пророчествовать и т.п.

В каждом человеке заложена способность к озарению, но воинствующая бездуховность человечества лишила многих людей возможности использовать этот дар.

Сакральная архитектура тела предполагает для ведущего владение Дарами Святого Духа. Человек не может по своему желанию открыть эти дары. Дары открываются и сохраняются только при постоянном упражнении в плодах Святого Духа – это: любовь, радость, мир, долготерпение, благодать, милосердие, вера, кротость, воздержание.

Психосоматика, сравнительно новое направление в психологии, становится все более популярным, среди врачей в том числе.

Сакральная архитектура тела представляет собой практикум по психосоматике, в частности, психосоматике позвоночника.

Медленное, мягкое движение Сакральной архитектуры тела позволяет проявить, сделать видимыми те аспекты личности, которые нуждаются в освобождении, а молитвенное состояние способствует исцелению.

## **КРАСАВИЦА В ПЛЕНУ У ЧУДОВИЩА: ВОЗМОЖНОСТИ ДРАМАТЕРАПИИ**

*Вознесенская Елена,*

*кандидат психологических наук, с. н. с. Института  
социальной и политической психологии АПН Украины,  
президент ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Целью мастер-класса является рассмотрение возможностей драматерапии в контексте развития внутриспсихических феноменов мужественности и женственности. Мы сконцентрируем наше внимание на мотиве «Битвы с Драконом», присутствующем в культуре каждого народа,

и поведенческих моделях пленницы Дракона. На наш взгляд, драматерапевтическая работа с этим мотивом способствует развитию зрелой женственности клиенток, страдающих от одиночества и неудовлетворительных отношений с партнером.

Почему драматерапия? Потому что драматерапия, благодаря игровой форме и выбору ролей, активизации воображения, позволяет ослабить защиты и выразить те стороны личности человека, которые находятся в области Тени (К.-Г. Юнг). «Драматерапевтический процесс является метафорой жизненных изменений» [1]. Драматерапия дает возможность человеку стать более гибким – подобно актеру в шекспировском значении этого слова – и в большей мере реализовать себя как человека. Она дает ему ощущение большей свободы и ответственности за свою жизнь [6]. Драматерапия принципиально отличается от социально-психологических тренингов коммуникации или социальной компетентности, в которых также могут использоваться возможности театра и драмы. Драматерапия связана со *свободным* проявлением чувств и *спонтанностью* деятельности, с реализацией *социальной природы человека* [3]. В ходе драматерапии все участники могут самовыражаться совершенно свободно, им не навязываются никакие мысли и чувства, благодаря чему они ощущают себя в достаточной безопасности. Таким образом, театральное искусство может выступать в качестве доступного каждому человеку средства исцеления.

Поскольку драматерапия основана на творчестве, она обязательно предполагает активность воображения. В драме применяется закон перевоплощения – применяется сознательно, целенаправленно и эффективно, а также, чтобы утвердить личную реальность и дать возможность членам группы получить трансформирующий опыт, не разрушив при этом «Я» каждого, используется *воображение всех членов группы*. Кроме того, работа с отношениями Мужчины и Женщины предполагает взаимодействие, поэтому драматерапия – наиболее адекватный метод для работы с этой тематикой. Драматерапия всегда связана с групповыми феноменами, также как и драма являет собой групповое событие. Подлинная драма предполагает межличностное взаимодействие.

Теперь обратимся собственно к мотиву спасения Красавицы из «лапа» Чудовища. Использование мифологической формы, как известно, позволяет упорядочить духовный опыт человека. *Мифы* в драматерапии выступают в качестве символов и метафор, которые помогают постичь смысл жизни, значимый для каждого человека лично. Как известно, в большом количестве мифов и сказок присутствует *сражение Героя с чу-*



*довищем*, целью которого является освобождение из-под его власти *пленницы*. Этот мотив – испытание или инициация – на жизненном пути Героя наиболее полно был проанализирован Э.Нойманном [4]. Именно пленница – Василиса в славянской культуре – оказывается одним из главных действующих лиц – сокровищем, похищенным и скрываемым. Кроме того, инициация Героя без *воссоединения с женским* началом не будет завершена. В конце сказок всего мира, она, как правило, выходит замуж за Героя, сотворяя с ним союз, дающий начало новому. Без Василисы, без ее участия в битве, невозможным становится путь Героя и дальнейшая эволюция мужского сознания. Пленница, находясь в заточении Дракона, символизирующего власть Ужасной Матери, является его частью. Ее освобождение приводит к *трансформации отношения мужчины к женщине*, открытие Героем психического мира, овладение сокровищами своей души. Пленница – это новый элемент, благодаря освобождению которого возможно дальнейшее развитие Героя. Именно сама пленница является тем труднодостижимым сокровищем, чашей Грааля, которую должен найти и освободить каждый мужчина. Она – женщина – обладает магическими свойствами, способна исполнять желания, хранить ключи от тайн, иметь откровения, творить и вынашивать жизнь, делая Героя бессмертным.

Занимая в мотиве «В плену у Дракона» женскую позицию пленницы, клиенты проходят важную инициацию истинно женского поведения в кризисных обстоятельствах. Согласно Франц [5], в сказках содержится идеальная модель такого поведения – *умение* зрелой женщины *ждать* мужчину без напряжения и агрессии, ждать, пребывая в особенном состоянии веры в его победу и в успех его предприятия, быть в союзе с ним даже на расстоянии, хранить и поддерживать пространство единства с мужчиной, следуя своим предчувствиям и интуитивным знаниям. Пленные красавицы не предъявляют претензий своим освободителям, а стремятся помочь им преодолеть препятствия.

Все разворачивающееся драматерапевтическое действие является отражением внутренних психических процессов протагониста, в данном случае – Василисы (принцессы, красавицы), находящейся в заточении у Дракона. Задача Ивана – сразиться и победить Дракона и освободить из его плена Василису, воссоединиться с ней. Иван является отражением внутренней мужественности участника [2].

За счет активизации воображения членов группы, происходит спонтанный переход в драматическую реальность, развивается мифотворчество группы и формируется мифопоэтическая модель имагинитивного

контекста взаимодействия [3]. Для нас принципиально, что в процессе драматерапевтического действия участники-«актеры» развивают свои роли, исходя из внутреннего чувствования, из собственного видения ситуации. Лишь начало битвы «задается» сценарием, а в дальнейшем ее «течение» оказывается **непредсказуемым** как для «режиссёра», так и для драматерапевта (что роднит драматерапию с современными формами искусства – перформансом, хеппенингом).

На основе анализа 70 «Битв с Драконом» участников тематических арт-терапевтических групп и мастер-классов нами были выделены **стратегии «ожидания Василисы»**, выступающей пленницей Дракона.

Вслед за А.Сеймур, мы считаем, что драматерапия может помочь людям «преодолеть взаимное отчуждение, поскольку обладает уникальной способностью соединять частное и социальное измерения человеческого бытия» [1, с. 16]. Сражение с Драконом имеет сакральный смысл, оказывает иницилирующее действие на становление внутренних женственности и мужественности и развитие зрелости отношений. Проживание роли пленницы способствует развитию женских качеств личности, умения ждать, верить, поддерживать.

### **Литература:**

1. *Андерсен-Уоррен М., Грейнджер Р.* Драматерапия. – СПб: Питер, 2001. – 288 с.
2. *Вознесенская Е.Л.* Психотерапевтическое воздействие сказочного мотива «Битва с Драконом» // Простір арт-терапії: Зб. наук. ст. / ЦППО АПН України, ГО «Арт-терапевтична асоціація»; Редкол.: Семиченко В.А., Чуприков А.П. та ін. – К.: Міленіум, 2007. – Вип. 2. – С. 120-141.
3. *Копытин А.И.* Теория и практика арт-терапии. – СПб: Питер, 2002. – 368 с.
4. *Нойман Э.* Происхождение и развитие сознания. – М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1998. – 464 с.
5. *Франц М.-Л.* Психология сказки. – СПб: Б.С.К., 1998. – 276 с.
6. *Фузейникова И.Н.* Театрально-педагогические технологии как средство социокультурной адаптации старших подростков. – Автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук. – М.: ГУ «Институт художественного образования» РАО, 2007. – 24 с.

## КВАЛИТАТИВНОЕ ПЛАСТИЦИРОВАНИЕ

**Тема: «Мужское и женское»**

**Волкова Людмила,**

*старший преподаватель кафедры изобразительных искусств и дизайна педагогического института КУ им. Б. Гринченко, член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

**Ещенко Наталья,**

*архитектор, художник, преподаватель учебного центра «Метаформ» член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Пластицирование – один из распространенных арт-терапевтических методов. Упражнения в пластицировании используют в своей практике психологи и терапевты в лечебно-педагогических учреждениях, школах, домах престарелых и консультациях в разных странах. Материалом для сессий может служить глина, пластилин и воск.

Методическая основа квалитативного пластицирования – феноменологический и гетеанистический подход к рассматриваемым темам. Наблюдение процесса работы и самонаблюдение во время работы. Квалитативный анализ результатов упражнения и коррекция формы. Развитие качественного наблюдения способствует расширению диапазона восприятий, укрепляет связь с реальностью, уточняет мотивацию взрослого человека, занимающегося саморазвитием. Работа с материалом строится в направлении от целого к частностям, от центра к периферии – от создания динамичного массива к последующему проявлению характерных мотивов и мелких выразительных деталей. Создавая мысленный образ чего-либо из чувственных восприятий и абстрактных представлений, человек имеет возможность воплотить его в пластично-динамической форме.

Предлагаемый мастер-класс познакомит участников с упражнением, прорабатывающим аспекты взаимодополняющих комплексов: «качества женственности» и «качества мужественности», в дальнейшем «женское» и «мужское».

В упражнении используется пластичная глина, не предназначенная для обжига и длительного хранения, чтобы в конце упражнения или по истечении определенного арт-терапевтом срока, индивидуального для участников, созданная на сессии форма была разобрана. В начале сессии проходит этап приготовления глины к работе, который сам по себе играет важную терапевтическую роль как гармоничный переход и подготовка к серьезной работе над заданной темой. Метод проработки глины для упражнения основан на наблюдении и работе с темперентами участников,

позволяющей во время этого этапа привести участников в рабочую атмосферу и сформировать группу как творческий коллектив.

Как и в других арт-терапевтических сессиях, важной составляющей упражнения является самонаблюдение в процессе работы над выявлением заданных темой качеств – сначала в исследовании и описании актуального представления о «женском» и «мужском», затем в создании пластичной формы в глине.

В процессе выполнения упражнения в методике качественного пластицирования человек имеет возможность исследовать, как заданные категории определяются в его понятийном аппарате, затем, следуя внутреннему образу качества или категории, перейти к волевому акту создания пластической формы. На завершающем этапе лепки внимание участников не акцентируется на достижении определенной проработки скульптурной формы, поэтому степень детализации определяется в свободном режиме.

В результате получаются образы, подчиненные характеристикам, которые отражают субъективное переживание объективных «мужских» и «женских» качеств – два объекта с особенными пластическими мотивами. Следующим этапом участники должны выявить и осуществить взаимодействие этих двух форм как диалог «мужественного» и «женственного», чтобы получилась объемная композиция. Эта скульптурная форма становится носителем невербального текста, который предлагается к рассмотрению другими участниками группы. При обсуждении композиций акцентируется не ассоциативно-личностный аспект индивидуальных восприятий, а объективно-органичные аспекты композиции как объекта, подчиненного объективным законам развития и обладающего воспринимаемыми качествами. Определение качеств объемов и качеств композиции можно проводить через наблюдение равновесия, тектоничности, восприятие тяжести и легкости, качества поверхности и пластичности объектов и т.д.

Следующий этап состоит в коррекции пластики по услышанным наблюдениям, чтобы привести в соответствие жест формы с тем, что участник хотел бы выразить через материал.

Затем, в режиме «посещение выставки скульптур», к обсуждению наблюдений присоединяется поиск возникших ассоциаций и образов. Возможен поиск и качественный просмотр образов, соотнесение образов и качеств стихий, темпераментов, возникших литературных и художественных ассоциаций, биографические детали. Как результат, дается название или девиз композиции.

В конце сессии в общем кругу восстанавливается методическая последовательность действий участников, желательно в ретроспективной форме и участникам дается время на личную запись событий.

Метод квалитативного пластицирования, работаюя с динамически развивающимися пластичными массами, затрагивает такие области, как чувство веса и равновесия, чувство меры и ритма, адекватность восприятию веса, размеров, формы, пропорций и др.

Через асоциативное и образное восприятие анализа пластических форм могут быть затронуты такие аспекты присутствия «мужского» и «женского» в жизни участников сессии, как:

- индивидуальное переживание границ телесности и социального пространства, способности удерживать форму изнутри, и формировать ее извне; осознанное восприятие себя как носителя качеств «мужественности» и «женственности»;
- биографическая работа: осознание прошлого, наблюдение настоящего и планирование будущего;
- социальная жизнь: осознание объективных различий в психологии и поведении мужчин и женщин и взаимодействие их в социальной и интимной сфере; ясное восприятие личных контактов; осознанная работа в группе, интеграция в социальном пространстве.

## ВПРАВА «ВИТИНАНКА. ЛЯЛЬКА»

*Галицина Людмила,*

*головний редактор газети «Управління освітою»  
видавництва «Шкільний світ», відмінник освіти України,  
член ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)*

Нами презентується адаптована авторська методика для групової та індивідуальної роботи. **Мета:** пізнання та гармонізація «Я» – потреб особистості, гармонізація емоційного поля особистості засобами арт-терапії, гармонізація взаємостосунків.

### **Завдання:**

- допомогти учасникам усвідомити свої потреби «тут і тепер»;
- розвивати навички «бути в моменті»;
- розвивати навички комунікації, толерантності, розуміння інших;
- творчий розвиток особистості;
- пошук і створення Я-ресурсу.

**Обладнання:** Аркуші А3 або А4, акварельні фарби, музика (на розкриття серцевої чакри).

Хід проведення.

**Етап 1. Групова робота. «Витиначі. Творці або боги».** За 3 хвилини учасники руками створюють паперову Ляльку.

Час роботи – до 10 хв.

**Інструкція.** Всі учасники стають в коло. Кожен учасник бере аркуш А3, або А4, (тренер демонструє виконання, всі інші – продовжують самостійно) складає вдвоє і *руками витинає* ляльку від лінії згину.

**Етап 2. Індивідуальна робота. «Пізнання себе».**

Час роботи – до 15 хв.

**Інструкція.** Всі учасники повертаються на свої місця. Слухають завдання, спочатку записують, а потім – в абсолютній тиші, мовчанні виконують його – записують відповіді.

Тренер. (Мотивація): Цей етап – своєрідна зупинка для глибшого пізнання себе, свого «Я», своїх прагнень, емоцій, уподобань, бажань, мрій на певному етапі свого життя. Не оцінювання, а дослідження себе... Зважте, що рамки, межі ми самі собі встановлюємо самі, бо у відповідях вас ніхто і нічим не обмежує ...

Кожен учасник пише на Ляльці по 3 відповіді-позиції на питання:

- Голова – «Я люблю думати про...»
- Обличчя – «Я люблю говорити про...»
- Голова – «Я люблю слухати ...»
- Рука (права – ліва) – «Я люблю робити...»
- Рука (права – ліва) – «Я люблю давати-брати»
- Ноги (права – ліва) – «Я люблю подорожувати...»
- Нога (права – ліва) – «Я люблю рухатися»
- Тіло (центр – вісь) – «Я люблю мріяти про...».

**Етап 3. Групова робота «Пізнання інших».**

На розвиток комунікативних вмінь, розвиток довіри, відкритості до світу, до інших.

**Інструкція.** Всі учасники стають в коло і за командою **за три** хвилини, спілкуючись між собою, знайомляться один з одним по-іншому, розповідають про свою внутрішню людину щонайменше 3 учасникам. Знайдіть спільні позиції.

Після групового хаотичного спілкування всі учасники сідають в коло для групового обговорення.

Групове обговорення. Рефлексія. Питання для обговорення:

- Як ти (ви) думаєш, чому взяв великий аркуш, чому маленький?
- Чи подобається тобі твоя лялька? Так? Ні? Чому?
- Як давно дозволяв собі робити те, що любиш...?
- Що в собі відкрив нового?
- Хто і чи знайшли спільні позиції з іншими учасниками.
- Як ви гадаєте, про що це?????..

Час обговорення — до 30 хв.

**Етап 4. Індивідуальна робота. «Кольори-обереги, або захисна аура ляльки».**

Загальний час проведення цього етапу – від 60 хв.

**Інструкція.** Учасники повертаються на свої місця. **Обладнання:** ляльки, акварельні фарби, спокійна музика (на відкриття серцевої чакри).

Учасники зручно сідають, заплющують очі. лунає заспокійлива музика. Тренер до учасників (до 5 хв.): глибоко дихайте, прислухайтеся до свого дихання: як повітря опускається у ваші легені і розтікається по всьому тілу, як дає вам життя, енергію. Продовжуйте дихати... а зараз внутрішнім зором починайте досліджувати своє тіло, своє «я», ви маєте свій основний колір, ви маєте свою ауру кольорів, і вона чудова, побачте її, відчуйте її. Який колір основний? а який наступний? а який за ним? Дихайте спокійно, глибоко, вивчайте свої кольори, спілкуйтеся з ними. І коли наспілкуєтесь зі своїми кольорами, і коли відчуєте, – розплющіть очі і намалюйте їх на зворотній стороні ляльки.

Час роботи – 15. хв.

Питання для обговорення:

- Що відчував, коли дихав?
- Що відчуваєш зараз, коли дивишся на створену ауру?
- Як ти думаєш, чому саме цей колір основний (той, який покладено першим або у центрі ляльки...)?
- Що в собі відкрив?
- Що ти хочеш сказати саме тут і зараз своїй Ляльці...
- У чому твій ресурс?

Час обговорення — до 30 хв.

**Терапевтичний ефект «Ляльки»** або передбачуваний результат:

- зняття напруження, емоційна розрядка; проявлення індивідуальних потреб та переживань;
- зняття захисних механізмів особистості;

- пізнання себе, своїх власних потреб на «тут і зараз»;
- орієнтація на інсайт;
- гармонізація особистості;
- пізнання інших, зближення з іншими;
- зростання самооцінки учасників групи;
- розвиток толерантності до різноманітності.

## РАБОТА С ИГРУШКАМИ В ГЕШТАЛЬТ-ПОДХОДЕ

**Любарець Оксана,**

*гештальт-терапевт, супервизор, тренер Московского Гештальт-института, психоаналитик, врач-психиатр, нарколог, преподаватель гештальт-психотерапии, член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

**Лобанов Сергей,**

*гештальт-терапевт, супервизор, ассоциированный тренер Московского Гештальт-института, медицинский психолог, врач-психиатр, преподаватель гештальт-психотерапии, сотрудник отдела проблем наркологии Института социальной и судебной психиатрии и наркологии (Киев)*

Учитывая регрессивный характер проективных игровых техник, в работе предлагается формирование базового доверия к терапевту. Регресс сам по себе является ключевым феноменом работы с целым рядом состояний. При этом – поскольку игра связана с доверием и осуществляется в том пространстве, которое пролегает между ребенком и матерью – нами предполагается достаточно быстрый и эффективный инструментарий для формирования устойчивого терапевтического альянса между клиентом и терапевтом.

Так, игра сопровождается переживанием чувства удовлетворения, и это справедливо даже в тех случаях, когда она сопряжена с тревогой. «Она возбуждает, в ней проявляется закон случайности... поскольку игра предполагает взаимодействие субъективного и объективного... В игре и только в игре как ребенок, так и взрослый могут проявить творческое начало и реализовать свои возможности, и лишь реализовав свое творческое начало, человек становится личностью» (Winnicott, 1971, pp. 60-61, 63).

Работа с игрушками в гештальт подходе, как одна из проективных методик, позволяет развернуть ряд позиций, которые в теории объектных отношений являются опорой и основой для исследования клиентом его запроса.

Описывая технические особенности проведения работы, можно остановиться на следующих позициях. В групповом пространстве появля-



ється мешок с іграшками, оброща к архетипическому образу мешка с подарками Деда Мороза или Святого Николая, уже самим своим видом возвраща участников группы к детству и детским переживаниям, призывая к игре. Ведущие дают задание каждому выбрать понравившуюся игрушку. Все возвращаются в круг, следующее задание назвать игрушку и придумать сказку о жизни персонажа. Каждый, рассказывая «свою сказку», предлагает возможные варианты взаимодействия с другими персонажами. Следующий этап – «проигрывание» этих взаимодействий с другими участниками группы. Заключительный этап – возвращение в круг и обратная связь.

Итоговыми позициями применения данной техники в терапевтической работе чаще всего бывает формирование устойчивых терапевтических отношений, прояснение переносных явлений, способствование безопасному и ресурсному регрессу клиента. Акцент в данной технике ставится на исследование применения гештальт терапии в работе с образами, которые появляются при регрессии, в арттерапии.

Иллюстрируются гештальт-ориентированные подходы работы с детьми, формируется среда для знакомства с тем, как устроен мир детского до-речевого опыта и символические образы, отражающие этот мир в душе взрослого. Также применима эта методика при работе с алекситимичными пациентами – пограничными и зависимыми, даже на ранних этапах помога добратся до id-функций и осознания потребностей.

## **ТАЄМНИЦІ ВЗУТТЄВОЇ ШАФИ або В ПОШУКАХ НОВИХ МОЖЛИВОСТЕЙ**

**Мова Людмила,**

*кандидат психологічних наук, керівник Центру психології руху та творчого самовираження «Малюма і Такете», доцент кафедри практичної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та управління НПУ ім. М.П. Драгоманова, член правління ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ),*

**Скнар Оксана,**

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

Чи звертаєте Ви увагу, вирішуючи актуальні проблеми сьогодення, на те, в чому сьогодні взуті? І взагалі, як Вам здається, вибір взуття пов'язаний з власними внутрішніми станами, звичними руховими патернами, специфікою власної стопи, чи його продиктовано модними тенденціями,

або ж просто Ви знаєте, що так справляєте певне враження на оточуючий світ? Чи означає взуття щось особливе для Вас, значуще?

Ви коли-небудь розмірковували: чому обираєте саме *такі* черевички? Чому в Вашій взуттєвій шафі самі тільки напів-чобітки, або елегантні туфлі без підборів, або на дуже високих?, чи це обов'язкове взуття по сезону? І з чого саме для Вас складається поняття: просто зручно?

Міркуючи над цими запитаннями, збираючи й аналізуючи незначну і не систематизовану інформацію, що стосується висвітлення окремих аспектів символіки взуття, представлені в психологічній, а точніше, психотерапевтичній літературі, ми переконалися в тому, що загалом *взуття для людини символічно відбиває те, на що вона спирається в житті*. Так, К.П.Естес слушно зазначає: «Символ взуття можна розуміти як психологічну метафору: воно захищає й оберігає те, на чому ми стоїмо, – наші ноги» [1]. Ноги людини, як відомо, є не тільки опорою людини, що дають їй відчуття заземлення, стабільності, впевненості, енергетичного зв'язку з землею (саме тому таким корисним є досвід ходіння босоніж), а й «засобом пересування» – завдяки ним ми маємо можливість рухатись по життю. Й людина часто рухається саме таким чином, як це «дозволяє» її взуття. Ми можемо говорити про *зручність*, практичність, *комфортність* руху; про прудкість ходіння й про швидкість пересування; про якість руху (причому, легко чи, навпаки, важко) тощо.

Розглядаючи взуття як талісманічний об'єкт, О.Копитін зазначає, що чоботи, черевички можуть підкреслювати те, як герой рухається своїм життєвим шляхом, наскільки він пов'язаний з землею, чи здатний відриватися від неї і завдяки цьому переміщатися більш стрімко (наприклад, він взутий в крилаті сандалі або чоботи-сороходи) [2]. До цього цікаво додати, що, на думку К.П.Естес, ноги в архетипічній символіці уособлюють, втілюють не тільки рухливість, а й свободу. І в цьому сенсі мати взуття для захисту ніг – означає бути впевненим в своїх переконаннях і мати можливість діяти, виходячи з них [1].

Як окремий аспект, варто відзначити, що взуття уособлює *статус* людини. Адже відомо, що у давні часи раби і найбідніші люди не мали взуття. Це було привілеєм правителів, знаті й ознакою досягнення певного статусу, більш високого рівня розвитку (матеріального або духовного). К.П.Естес, аналізуючи казку «Червоні черевички», підкреслює, що майстрування дівчинкою собі черевичків (тоді як до цього у неї не було взуття), надало їй змогу «...підняти своє життя з рівня босоногості / рабства – коли просто йдеш, втупившись на дорогу, не дивлячись ні управо, ні вліво, – на рівень свідомості, коли зупиняєшся, щоб створювати, коли бачиш красу і

відчуваєш радість...» [1]. А у відомій казці «Кіт у чоботях» чоботи були одним з важливих «іміджевих» атрибутів кота, які допомогли йому досягти мети (одружити маркіза де Карабаса з принцесою й отримати у володіння замок, де кіт став знатною вельможею) й, тим самим, підвищити свій статус. Та й наші часи мало чим відрізняються від давнини в тому сенсі, що сьогодні також для багатьох важливою складовою «першого враження» є увага, приділена взуттю – дороге, якісне, вишукане взуття є ознакою гарного статку та свідченням високого статусу людини.

Також акцентують увагу на взутті як на символі *сексуальності*. Так, Я.Л.Обухов, описуючи роботу в символдрамі з мотивом «Обслідування дому», вказує на важливу роль спальної кімнати, яка символізує інтимно-сексуальну сферу людини, та вказує на «...необхідність звернути особливу увагу на взуття, еротичне значення якого виражається в його особливій модності й елегантності. І навпаки, витіснення еротичної складової виражається в тому, що взуття може бути незграбним, поношеним і непривабливим» [3].

Тож, за влучним висловом К.П.Естес, «взуття може дещо повідати нам про те, що ми собою являємо, і навіть про те, чим ми прагнемо бути, про персону, яку ми на себе приміряємо» [1].

### **Література:**

1. *Эстес К. П.* Бегущая с волками. Женский архетип в мифах и сказаниях / Пер. Т.Науменко. – К.: София; М.: ИД «Гелиос», 2002. – 656с.
2. *Копытин. А, Корт Б.* Исцеляющее путешествие: техники аналитической арт-терапии. – СПб.: Речь, 2007. – 144с.
3. *Обухов Я.Л.* Символдрама: Кататимно-имагинативная психотерапия детей и подростков [Электронный ресурс]. – режим доступа: [http://www.psychology.vuzlib.net/book\\_o181\\_page\\_2.html](http://www.psychology.vuzlib.net/book_o181_page_2.html)

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА В ИССЛЕДОВАНИИ НЕВЕРБАЛЬНЫХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ «ТЕЛО, ЧУВСТВА, ОТНОШЕНИЯ И ПРОЧИЕ РАДОСТИ ЖИЗНИ»**

*Мовсесян Артем,  
специалист интегративной и телесно-ориентированной психологии,  
бизнес-тренер, директор по развитию Центра  
практической психологии образования (Москва)*

«Отношения – это сознательная, основанная на опыте связь человека с различными сторонами жизни. Эта связь выражается в дейст-

виях, реакциях и переживаниях. Отношения являются движущей силой личности, характеризуя степень интереса, силу эмоций, желаний, потребностей. Столкновение значимых отношений с несовместимой с ними жизненной ситуацией выступает источником нервно-психического напряжения, вызывающего нарушения здоровья», – считает Е.Ю. Коржова. Отношения являются всеобъемлющей и значимой частью жизни человека. В этой статье мы рассмотрим некоторые причины кризиса в человеческих взаимоотношениях с точки зрения телесно-ориентированного подхода.

Для формирования полной картины мы будем рассматривать отношения в рамках концепции годологического пространства Курта Левина. Годологическое пространство представляет собой совокупность прошлого опыта, настоящего и надежд на будущее. С точки зрения психологии каждое из этих событий предопределяет поведение человека в конкретной ситуации. Таким образом, годологическое пространство формируется личностными потребностями человека во взаимодействии с его психологическим окружением. Под актуальной ситуацией мы подразумеваем сценарий взаимоотношений, в который в данный момент вступают субъекты. И если в прошлом был какой-либо негативный опыт, то по этому признаку присутствует повышенная тревожность и напряжение, и прогнозы на будущее заключают в себе ожидание повторения данного опыта. И в соответствии с этими ожиданиями выбирается сценарий взаимоотношений.

Ссылаясь на основателей психоанализа, можно сказать, что большинство причин наших поступков лежит в области бессознательного, а осознанная часть наших поступков очень невелика. Бессознательное с точки зрения телесно-ориентированного подхода – это структура тела и паттерны поведения. «Все, что мы говорим, двигаемся, думаем и чувствуем по-разному, каждый в соответствии с тем образом себя, который он построил за годы своей жизни. Чтобы изменить образ действия, нужно изменить образ себя, который мы несем в себе», – подчеркивает М. Фельденкрайз. Он выделяет четыре компонента образа себя: движение, ощущение, чувствование, мышление.

С точки зрения телесно-ориентированного подхода, – все, что происходит с нами в жизни, «записывается» у нас на структуры физического тела (мышцы и фасции), что формирует так называемый мышечный каркас, что является базисом движения. Следовательно, все наши проблемные ситуации и кризисы запечатлеются в определенных поведенческих паттернах. Например, если человек был сильно напу-

ган – при этом происходит сильное сокращение мышц плечевого пояса (поднятие плеч, вжимание грудной клетки, втягивание головы и т.д.). Если этот опыт не был конструктивно пережит, человек продолжает носить этот испуг в своем теле, и, как следствие, у него формируется специфический паттерн движения, который он не осознает. Так как в головном мозге моторная часть коры близко расположена к тем структурам, которые отвечают за мышление и чувство, и существует процесс диффузии, то значительные изменения в моторной коре дают параллельные изменения в мышлении и чувствовании. И этот испуг он вносит в годологическое пространство отношений.

То есть если мы были кем-то напуганы, и это записалось в области тела и чувств, то это будет влиять и на наши мысли тоже. Вспомним пословицу: «обжегшись на молоке, дуем на воду». Получается, что, пережив негативный опыт (чувства), записав его в телесные структуры (тело), мы ожидаем повторение этого опыта в сходных ситуациях (мысли), тем самым формируя универсальную установку «Все горячее обжигает». И если в случае с горячим это установка кажется разумной, то давайте перенесем этот механизм в сферу взаимоотношений. Например: женщина бросила мужчину, сделав ему больно – все женщины делают больно. Любое наше ожидание негативного опыта, связанное с телесно-поведенческим паттерном провоцирует повторение такого опыта, так как ментально мы должны получить подтверждение «правильности» существующей установки. Наше внимание блуждает из области сознания в область бессознательного, выискивая в окружающем пространстве те объекты, которые смогут подтвердить правдивость сформировавшихся бессознательных установок, и мы выбираем по ожидаемому соответствию, что в свою очередь усиливает напряжение. Итак, при наличии эмоционального напряжения, существуют мышечное напряжение в теле в соответствующей области – эти две составляющие определяют наше восприятие (точку зрения), и, следовательно, выборы.

У каждого человека в зависимости от возраста и обстоятельств, свои жизненные опыты. В нашей стране в принципе не уделяется внимание психологической гигиене – этого просто нет в нашей культуре. Переживая многочисленные негативные ситуации, в дальнейшем мы ничего с этим не делаем, оставляя возможность записаться этим переживаниям в бессознательные телесные структуры. И с этими травмами мы входим в новые взаимоотношения, продуцируя повторение болезненных переживаний. Когда же сталкиваясь много раз с од-

ним и тем же результатом, мы понимаем, что это не то, что нам хочется, но сделать с этим ничего не можем – вот тогда наступает ситуация кризиса. Под ситуацией кризиса мы будем понимать ситуацию, в которой человек не может эффективно разрешить стоящую перед ним задачу привычным способом. И только в этом случае, как правило, происходит обращение к психологу.

Работать с подобными обращениями можно, используя различные психотерапевтические подходы:

**Вербальный.** Это довольно таки продолжительный вариант. Ведь информация об прошлых травмах находится в области бессознательного, а значит придется каким-то образом обойти многочисленные защиты, социальные маски, чтобы поднять этот поведенческий паттерн из бессознательного в сферу понимания, прожить вытесненные эмоциональные переживания, и затем уже научиться действовать по-новому, формируя новый поведенческий навык.

**Телесный.** Тело, как правило, находится в неосознанной области, и, работая в зоне телесности, можно обойти хитроумность нашего ума. Можно научиться действовать по-новому на уровне тела. Затем приходит понимание, за счет того, что фокус внимания в процессе обучения находился именно в области повышенной напряженности и в силу эффекта диффузии в коре головного мозга.

В телесно-ориентированном подходе существует две части работы: обучение навыкам и эмоциональное отреагирование.

Обучение навыкам – мы просто учимся новым физическим действиям, обучаем тело действовать по-новому. В телесно-ориентированном подходе существует тщательно разработанные технологии, связанные с мышечной активностью, эмоциональной состоянием и когнитивной составляющей.

Эмоциональное отреагирование активно включает те мышцы, которые были заблокированы в результате конкретного негативного опыта. В нашем обществе, ориентированном на понимание и объяснение всего, что происходит, сложно что-то делать, якобы не связанное с актуальной проблемой, переживать эмоции, не понимая, как и откуда они пришли, трудно довериться мудрости своего тела. Это одна из основных проблем, связанных с методом отреагирования. Вне зависимости от глубины понимания, проблемы технологии телесно-ориентированной психотерапии эффективны для работы с клиентом. Например, Арка Лоуэна снимает напряжение, находящееся в периферической нервной системе. Губка Райха снимает напряжение, связанное с

емоціями в сексуальній сфері – одні из самых блокованих областей тела в нашом обществі (любовь, обида, насиліе). Причём все это делается не проговаривая, не обучаючи, не вербалізуючи, а именно емоціоноально реагуючи. Чоловік вызиває у себе емоції определеного плану и переживає их, снимаючи мышечное, а вместе с тем и емоціоноальное напруження, после чего к нему приходит новое видение проблемы, новые способы решения ситуации.

Когда напруження с области чувств и тела снимається, благодаря телесной работе по емоціоноальному отреагированию, появляется возможность нового взгляда и выбора сценариев поведения. Далее в телесно-ориентированной работе уделяється значительная часть времени социализации. То есть интеграции полученных навыков в привычную социальную жизнь человека.

Телесно-ориентированный подход в работе с кризисной личностью и кризисом отношений является наиболее эффективным и действенным методом, но и при этом он является достаточно технологически сложным, что требует высокую квалификацию и качественную профессиональную подготовку практикующих психологов.

## **МАНДРІВКА В ЖИВУ КАЗКУ (поєднання символдрами та арт-терапії в роботі психолога з дітьми та дорослими)**

*Науменко Олена,  
дитячий психолог ДНЗ № 111, психотерапевт,  
керівник арттерапевтичної майстерні «Чарівне рукоділля», член ГО  
Арттерапевтична асоціація (Київ)*

Можливість уявляти образи – унікальна здатність людини. За допомогою образів ми уявляємо людей та явища, що відбулися в далекому минулому, або переносимося у майбутнє. Образ – це можливість допомогти собі, вирішити проблеми, розв'язати конфлікти, побачити власні страхи і ресурси.

Сучасна наука психоаналітичноорієнтована психотерапія – кататимно–імагінативна психотерапія або символдрама (метод «сновидінь наяву») базується на принципах глибинної психології, використовує особливий метод роботи з уявою, з малюнком.

На майстер-класі буде представлено власний досвід автора: поєднання методів символдрами, арт– та казкотерапії. Передбачається

проведення сеансу групової символдрами та показу «живої казки» з використанням принципів вальдорфської педагогіки.

Мета майстер-класу: показати можливості поєднання гуманістичних напрямків в психотерапії.

## **РАЗВИТИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЙ КЛИЕНТ-ТЕРАПЕВТ В КОНТЕКСТЕ ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ НА ПРИМЕРЕ РАБОТЫ С РИСУНКОМ**

***Овчарек Екатерина,***

*психотерапевт, коуч, член УСП, Сертифицированный тренер Международной Ассоциации центров Позитивной психотерапии, член совета Украинского Института Позитивной психотерапии (УИПП), руководитель Киевского филиала УИПП (Киев)*

***Лищук Наталья,***

*психолог-консультант в русле Позитивной психотерапии, соавтор и тренер «Родительской школы», социально-психологического проекта для подростков «Життєтворчі компетенції, або Як бути успішним у власному житті» на базі Технічного ліцея НГУУ «КПІ», модератор інтерв'язіонних учєбних груп в Київському філіалі Українського Інституту Позитивної кросс-культурної психотерапії та менеджмента, тренер и учасник молодєжного лагєря лїчносного розвитку «Пси-зон» (Черкасы)*

На мастер-классе будет представлен алгоритм работы с рисунком в русле 5-шаговой модели Позитивной психотерапии, которая дает возможность: целостно взглянуть на тему, исследовать причину, найти ресурс и дополнительные возможности, а также пути разрешения данной ситуации в балансе рационального и эмоционального опыта. Ключевой принцип позитивной психотерапии – баланс, что проявляется как в содержании, так и в процессе работы с клиентом: баланс контакта и контракта, баланс направленности на процесс и результат, баланс эмоционального и рационального, а также баланс способностей «любить» и «знать».

Предлагаем целостный подход, базирующийся на философско-методологических аспектах позитивной психотерапии, который расширяет возможности процесса терапии при работе с рисунком, действуя в балансе способности «любить» и «знать» – как у клиента, так и у психотерапевта.



## «КАМІНЬ СПОТИКАННЯ»

*Побережна Галина,*

*доктор мистецтвознавства, професор кафедри теорії та історії музики  
Інституту мистецтв НПУ імені М.П. Драгоманова, керівник  
Київського центру арт-терапії та психодіагностики (Київ)*

«Якщо немає перешкод на твоєму шляху – створи їх», – радили східні мудреці. А якщо їх і без того забагато? Це означає лише одне: ти до цього часу не зрозумів, у чому твій «камінь спотикання». Будь-які між-особистісні стосунки (особливо в ближньому колі) пропонується розглянути як доленосний тренінг, мета якого одна – відкрити тобі очі, аби ти побачив той «камінь» і прибрав його з дороги.

**Мета** майстер-класу – перевести присутніх на новий рівень знань про себе і свої поведінкові реакції, оцінити власний «камінь спотикання», що перешкоджає у житті. Кожний зможе дізнатися про себе більше.

Майстер-клас демонструє ексклюзивний **метод музично-діагностичної психодрами**, який дозволяє кожному учаснику (і дієвим особам, і «акваріуму») зрозуміти свої основні вади в кризових і просто нестандартних ситуаціях життя.

Учасникам пропонується прийняти участь (активну чи пасивну) у розігруванні трьох з семи запропонованих проблемних ситуацій. «Музична сугестія» використовується при цьому як допоміжний фактор, що дозволяє «відчути», а потім усвідомити свою вірну реакцію в запропонованих «режисером» обставинах.

## РИТМ КАК СРЕДСТВО АДАПТАЦИИ К ПАРТНЕРСКОМУ ОБЩЕНИЮ В ГРУППЕ

*Роговик Людмила,*

*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии  
Киевского национального лингвистического университета, тренер научно-методического центра практической психологии и социальной работы  
Министерства образования и науки Украины,  
руководитель танцевального клуба «Остров» (Киев)*

Ритм – заклинание времени, и в этом состоит смысл ритма. Благодаря ритму творческий дух человека управляет временем  
А.Н.Скрябин

Мастер-класс презентует часть танцевально-психомоторного тренинга, который основывается на теории уровневого построения

движений Н.А.Бернштейна А, В, С, D, E. Этот процесс можно рассматривать значительно шире – как уровни психического функционирования и реагирования человеческого организма в сопровождении определенного физиологического ритма. Исходя из этой точки зрения, ритмические упражнения и танцевальные движения вполне соответствуют психофизиологическим особенностям человека, способствуя усвоению, развитию и коррекции движений. Погружение в ритм деятельности активизирует механизмы психологической адаптации личности в условиях группового взаимодействия и общения.

Цель занятия: исследование индивидуальных особенностей ритмической организации участников тренинга; ознакомление с ритмом как интегративным фактором уровней построения движений; поведенческая психокоррекция общения посредством ритма – норма, проблема, диагностика; групповой психоанализ эмоционального реагирования и поведения участников тренинга.

Опыт групповой работы показывает, что при многих проблемах общения первичным является нарушение восприятия своего тела: потеря чувства равновесия, пространства, удержания его позы, веса, а также цели и направленности движений. Исходя из данной концепции, ритм рассматривается как системообразующий фактор на всех этапах познания телесной сущности Я, интегратором эмоционального реагирования, поведения и социального взаимодействия личности.

Занятие включает такие этапы:

- информация об основной концепции тренинга;
- содержание понятия «ритм», его физиологические основы, психологическое содержание ритма в организации деятельности общения;
- диагностическая работа: изучение индивидуальных особенностей ритмической организации участников мастер-класса (использование теппинг-теста, написание текста под музыку, рисование под музыку, ритмические упражнения по выявлению особенностей индивидуального темпоритма, анкетирование);
- практикум по отработке ритмических паттернов поведения участников (ритмизация телесных ощущений в схеме тела, управление ритмом в различных движениях);
- изучение способов ритмизации с использованием дыхания, произнесения слов (создание группового «рэпа»);
- групповой анализ уровней общения с погружением в заданный ритм;
- выводы и рекомендации.

Процесс погружения в ритм происходит в три этапа: 1 – знакомство с ритмом, диагностика ритмической организации, осознание ритмоэнергетического центра в схеме тела; 2 – работа с ритмом в общей форме и гармонизация ритмических движений с дыханием; прорисовывание линий движения индивидуально, в парах и группе; коррекция, уточнение, дифференциация темпоритмов; 3 – закрепление, стабилизация ритмических движений и адаптация индивидуальных темпоритмов в групповом и парном взаимодействии.

Участники мастер-класса получают информацию о применении ритмотерапии в групповой работе по коррекции уровней общения, эмоционального реагирования и социального поведения личности. Психотерапевтический эффект заключается в познании индивидуального темпоритма, умении управлять ритмической энергией и распределять ее в схеме тела на различных уровнях построения движений. Динамика становления уровней общения в тренинге выводит участников на тот уровень личностного развития, когда человек становится самодостаточным в своей презентативности, в умении общаться легко и естественно, не нарушая личностной гармонии.

## **ПЛЕЙБЕК-КОНСТРУИРОВАНИЕ НОНФИНАЛЬНОСТИ ОТНОШЕНИЙ**

***Савинов Владимир,***

*психолог, гештальт-терапевт,*

*специалист в области социально-психологического тренинга,  
руководитель Киевского Playback-театра «Déjà vu plus» (Киев)*

Многие проблемы в отношениях между людьми возникают из-за восприятия и переживания самих отношений как конечных, завершаемых. Так, попытки их разорвать, остановить или уйти от них не приводят к уничтожению, а лишь к их переосмыслению и, возможно, трансформации. Даже не имея желаний или возможности общения, отношение к другому присутствует в жизненном мире личности. Стоит только попытаться его актуализировать – и оно может быть достаточно полно выражено. С другой стороны, конкретная конфигурация отношений также не является конечной – всегда есть шанс ее изменения.

Именно такое качество принципиальной незавершенности отношений мы называем их «нонфинальностью». В постмодернистской гуманитарной науке данный термин описывается как открытость радикальным трансформациям, имманентная нестабильность, что является условием развития какого-либо феномена изнутри, а не от внешних причин.

Таким образом, одним из условий гармонизации отношений является «возвращение» либо, шире, конструирование их «нонфинальности».

Итак, составляющими феномена «нонфинальности отношений» являются:

- во-первых, более осознанное их восприятие, понимание необходимости их строить, вкладывать определенный ресурс; работа в отношениях тогда представляется не только в сиюминутном реагировании, временном конфигурировании, а и в поиске такой позиции, которая во времени будет наиболее удовлетворять участников отношений;
- во-вторых, более адекватное восприятие конкретной конфигурации отношений – отдельных фактов, позиций, актуального «распределения сил» в отношениях, осознание того, что все может измениться вплоть до противоположного.

Естественно, что конструирование нонфинальности может осуществляться разными методами – кому-то достаточно самостоятельно прочитать о ней, а кому-то будет сложно уловить данное состояние и после длительного курса психотерапии.

В этом же методологическом поле находится и современная социально-психологическая практика, являющаяся сочетанием психотерапии, шоу и искусства – плейбек-театр. Это театр зрительских историй, который основан на историко-культурном принципе «нон финито» в отличие от, например, «хэппи энда» или трагизма в классическом театральном и киноискусстве.

На нашем мастер-классе мы предлагаем попробовать себя в роли как актера, так и рассказчика историй, что даст возможность заново пережить некоторые сюжеты как своих и чужих отношений и принять их как часть опыта, преимущественно не фатального. А «точки» и другие знаки препинания в отношениях расставить в обновленной редакции своего жизненного текста.

## **ИЗГОТОВЛЕНИЕ РУССКОЙ НАРОДНОЙ КУКЛЫ «КРУПЕНИЧКИ»**

*Самышкина Олеся,  
практический психолог Центра творческого развития личности «Путь»,  
член ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Крупеничка, красная девица.  
Кормилка ты наша, радость-сердце.

Цвети, выцветай, молодейся,  
Мудрее, курчавей завивайся,  
Будь всем добрым людям в угоду!

На Руси, да впрочем, и у всех славянских народов, было большое многообразие куколок. Это и куклы-игрушки для детей, и куклы, с помощью которых передавались обряды из поколения в поколение, и куклы, исцеляющие от болезней, и куклы-обереги.

Обережными куклами не играли. Они хранились в сундуках и передавались в день свадьбы. Самые первые куклы делались из золы. Потом были куклы из травы, из сена, из целебных трав, из ниток, из тряпочек, из зерна...

В наше время почти утрачено искусство кукло-творчества. И вместе с ними потеряны и традиции и уверенность в том, что в доме всегда будет достаток, мир и покой, потому как нет куклы-оберега.

**История тряпичной куклы.** Традиционной игрушкой в быту русской деревни даже в самых бедных крестьянских семьях с давних времен была тряпичная кукла. В иных домах их до ста штук накапливалось. В кукол играли до 7-8 лет все дети, пока они ходили в рубахах. Но лишь мальчики начинали носить порты, а девочки юбку, их игровые роли и сами игры строго разделялись.

Пока дети были маленькими, кукол им шили матери, бабушки, старшие сестры. С пяти лет такую потешку уже могла делать любая девочка. Становясь старше, девочки шили кукол более затейливых, а иногда обращались к мастерице, бабе, у которой эти куклы получались очень хорошо, и она делала их на заказ.

В куклах-игрушках лицо вышивали или карандашом наводили, а в более ранних куклах – угольком. Куклы-обереги были безлики. Обязательно приделывали косу и ленту в нее вплетали, если шили девку, а если бабу, так прическу по-настоящему разбирали. Наряжали красиво, фартук вязали и поясок поверх рубахи. Девицам – платочки, бабам борушку надевали.

Кукла рассматривалась как эталон рукоделия, часто на посиделки вместе с прялкой девочки-подростки брали повозку с куклами. По ним судили о мастерстве и вкусе их владелицы. В кукольных играх дети произвольно учились шить, вышивать, прясть, постигали традиционное искусство одевания.

Игрушки никогда не оставляли на улице, не разбрасывали по избе, а берегли в корзинах, коробах, запирали в ларчики. Брали на жатву и на посиделки. Кукол разрешалось брать в гости, их клали в приданое «моло-

духе», пришедшей в дом жениха после свадьбы, ведь замуж выдавали с 14 лет. Она прятала их на чердаке и тайком играла с ними. Старшим в доме был свекор, и он строго приказывал бабам не смеяться над молодой. Потом эти куклы переходили к детям.

В кукольных забавах проигрывались почти все деревенские праздничные обряды. Относились к игре очень серьезно, сохраняя последовательность обряда, запоминая и повторяя разговоры взрослых, исполняемые ими обрядовые песни. Для игры собирались группами в избе, в амбаре, летом на улице. И каждая девка приносила с собой коробейку с куклами.

**Цель мастер-класса** – восстановить и передать умение делать национальные куклы, пробудить интерес к народным традициям и обрядам, сделать куклу-оберег «Крупяничку», а также исследовать связь национального кукольного творчества с внутренними архетипическими структурами (в частности, с архетипом матери).

В ходе мастер-класса участники прослушают историю возникновения кукол-крупяничек, сказку о Крупяничке и сделают свой оберег.

Куколка «Крупяничка» (другие названия «Зернушка», «Горошинка») – это оберег на сытость и достаток в семье (на хозяйственность). Традиционно эту куклу наполняли гречишным зерном или пшеницей. Это главная кукла в семье. Кукла зернушка символ урожая, богатства, еды, ее дарили на праздники, связанные с урожаем, а так же на Коляду и Рождество. Зернушка наполняется разным зерном, так как в древней Руси основным видом питания была каша. Кукла – зернушка помогает человеку верить в удачный год, а вера помогает человеку творить все необходимое для чудо-жизни.

Во время посева, 13 июня, в старину всякого странника угощали кашей досьта. Странники ели да похваливали и желали, чтобы посев был счастливым, чтобы гречи уродились на полях видимо-невидимо, потому что без хлеба и без каши – ни во что и труды наши! Первые горсти при посеве зерна брали из мешочка, сшитого в образе этой куколочки. Зерно в ней символизировало сбереженные силы Кормилицы Земли.

После уборочной страды куколочку вновь наполняли отборным зерном уже нового урожая. Ее наряжали и бережно хранили на видном месте в красном углу. Верили, что только тогда следующий год будет сытым и будет достаток в семье.

В голодное время брали крупу из куколочки и варили из нее кашу. Считалось, что эта каша передает силы Матери Земли.

Входящий в избу гость мог по куколочке определить, сытно ли живет семья. Если куколочка была худа, значит в семье беда...

У каждой хозяйки в доме в «красном углу» (так назывался угол, в котором стояла икона и другие святые и обережные вещи) была куклолка, и когда в семье были ссоры, то, оставшись одна, женщина открывала окна и будто маленьким веником-куклой «выметала сор из избы». Это не материальный мусор, а сор, из-за которого ссоры в доме.

**Символизм куклы.** Для того, чтобы в доме сытно и богато было, хозяйка дома делала куклу «зерновушку». Делали ее после сбора урожая. В основе куклы – мешочек с зернами, собранными с поля. Также эту куклу женщина делала для того, чтобы у нее были дети.

Сам процесс изготовления символизирует выделение человека из мира природы. Была бесформенная тряпочка, а стала куклолка. Интересно и то состояние, которое возникает при скатывании скрутки или пеленашки (младенца Крупянички). Оно близко к состоянию созерцания. Это такое внимание спокойное, как бы без мыслей, где думается образами. Мысли там текут плавно и вытекают одна за другой. И решать в нем задачи хорошо получается. Руки сами делают. Если это состояние не возникает, скрутка не получается. То кривится, то разваливается.

В большинстве случаев кукла – это образ женщины, богини и, поэтому, прямую связь с ней имела женщина. Но и мужчины тоже пользовались этими куклами. Женщина давала куклу мужчине, когда тот уходил в дорогу или на войну. Считалось, что кукла охраняет мужчину и напоминает о доме, очаге.

Издавна кукла служила символом перехода из одного состояния в другое, символом изменений и трансформации времени и пространства, играя роль проводника и заместителя. Она наделялась магической силой плодородия.

Традиционная тряпичная кукла безлика. Лицо, как правило, не обозначалось, оставалось белым. Кукла без лица считалась предметом неодушевленным, недоступным для вселения в него злых, недобрых сил, а значит, и безвредным. Она должна была принести владельцу благополучие, здоровье, радость.

При изготовлении скруток, витых поясков можно получить опыт состояния созерцания, которое необходимо при творении нового. Самим способом скатывания передается и длительный труд вынашивания ребенка. А также способ навивания тела пеленашки, как и кукол закруток и столбушек, передает образ слоистого устройства тонких тел человека, образ постепенного воплощения. Тут отзываются и слои личности. Но все это требует более подробного изучения. Так что простая куклолка оказывается не такой уж и простой. Если человек хочет верить и видеть си-

лу, як кажется на перший вигляд, в простенькій куколці, то эта кукла и стане для него магічної, а если нет, то...

### **Литература:**

1. *Телешов Н. Д.* Купленичка: Сказки. – Барнаул.: Алт.кн.изд, 1984. – 20 с.
2. *Котова И.Н., Котова А.С.* Русские обряды и традиции. Народная кукла. – СПб.: Паритет, 2008. – 40-50 с.
3. *Азаева И.В.* Кукла-закрутка. // Народное творчество. – 2004. – №3. – С. 28-30.
4. Мастер-класс по изготовлению русской народной куклы «Крупенички» [Электронный ресурс]. – режим доступа: [http://maminsite.ru/early\\_files/kukolki.html](http://maminsite.ru/early_files/kukolki.html).
5. Народная тряпичная кукла. Кукла-оберег «Зернушка» [Электронный ресурс]. – режим доступа: [http://www.it-n.ru/board.aspx?cat\\_no=4262&tmpl=Thread&BoardId=4265&ThreadId=59669](http://www.it-n.ru/board.aspx?cat_no=4262&tmpl=Thread&BoardId=4265&ThreadId=59669).
6. Стаття с сайта Елены Кенунен [Электронный ресурс]. – режим доступа: <http://kenunen.boom.ru/index.html>.

## **СПІЛЬНА ХУДОЖНЯ ТВОРЧИСТЬ ДІТЕЙ ТА БАТЬКІВ ЯК ШЛЯХ ДО ГАРМОНІЗАЦІЇ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ: СІМЕЙНА АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНА СТУДІЯ**

*Сидоркіна Марина,*

*аспірантка Інституту соціальної та політичної психології АПН України, психолог БДГ Подільського району, член ГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)*

Організація спільної художньої творчості членів сім'ї у формі сімейної арт-терапевтичної студії створює умови для надання психологічної допомоги сім'ям, які переживають напруженість у стосунках, відчуженість батьків та дітей, емоційні та поведінкові порушення у дітей (зокрема, підвищена тривожність, агресивність), сім'ям, у яких ускладнено протікає переживання криз (зокрема, таких як народженням молодшої дитини, вступ дитини до школи, післяопераційні ускладнення в емоційному стані членів сімей).

Метою майстер-класу є розкриття можливостей застосування студійного підходу до організації арт-терапевтичної групової роботи з сім'ями, спрямованої на гармонізацію сімейних стосунків. У межах майстер-класу буде представлено програму роботи «Сімейної арт-терапевтичної студії». Співавтором ідеї створення та впровадження такої студії виступила О.Л. Вознесенська.

В теоретичній частині майстер-класу розглянемо ряд арт-терапевтичних технік, що використовуються у роботі сімейної арт-терапевтичної



студії, етапи та принципи організації такої роботи. Передбачається отримання учасниками особистого досвіду застосування деяких технік. Досвід роботи у «симультанних» сім'ях та подальше обговорення процесу творчості, може бути корисним для кращого розуміння процесів, що відбуваються у ході спільної творчості членів сім'ї, певною мірою розкриє діагностичний потенціал арт-терапії у роботі з сім'єю, та надасть учасникам матеріал для рефлексії власного спектру паттернів взаємодії у своїх сім'ях.

Основними перевагами використання арт-терапевтичних технологій в організації спільної художньої творчості членів сім'ї у формі сімейної арт-терапевтичної студії є:

- створення можливостей для укріплення внутрішньосімейних границь, внутрішньосімейної інтеграції, покращення взаєморозуміння членів сім'ї [1] та кращого розуміння батьками потреб дітей [4];
- можливість використання потенціалу невербального спілкування, що є особливо цінним у тих випадках, коли спостерігаються ускладнення у словесному описі емоційних переживань [3];
- актуалізація позитивних емоцій в процесі творчої діяльності, формування більш активної життєвої позиції, що є необхідним у роботі з сім'ями, які відчувають соціальне напруження [там само];
- створення можливості для соціально прийняттого вивільнення негативних почуттів, дозволяє проаналізувати почуття та думки (які людина звикла подавляти) та поступово розвиває здатність до саморегуляції [там само];
- створення можливостей для гуманізації стосунків між поколіннями та профілактики сімейних дисфункцій [2].

### **Література:**

1. *Вознесенская Е.Л.* Особенности групповой динамики в работе семейной арт-терапевтической мастерской // Журнал практического психолога. – 2008. – Вып. 14. – С. 277-287.
2. *Вознесенська О.Л., Сидоркіна М.Ю.* Арт-терапевтична майстерня як форма профілактики сімейних дисфункцій. // Соціально-психологічні особливості професійної діяльності працівників соціальної сфери: Матеріали всеукр. наук.-прак. конф. – Мелітополь, 2007. – С. 62-67.
3. *Киселева М.В.* Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2008. – 160 с.
4. *Пролкс Л.* Групповая арт-терапия с маленькими детьми и их родителями. // Арт-терапия – новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. – М.: Когито-Центр, 2006. – С. 87-104.

## СТАРЫЕ ПЕСНИ О ГЛАВНОМ...

*Тамакова Татьяна,*

*преподаватель кафедры психологии и педагогики Национального  
медицинского университета им. О.О.Богомольца,  
соучредитель ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

Древний как мир и всегда актуальный вопрос: какая **Я Женщина**? Чего Я хочу? Где Он – мой единственный **Мужчина** и каким он может быть? Насколько далеко простираются **Горизонты Отношений между Мужчиной и Женщиной**?

В последнее время женщины все чаще обращаются к своей Женской Сущности. Кто она: современная Женщина? Мать, любовница, хозяйка, наивная девочка, грозная королева или изощренная стерва... Какие энергии преобладают в каждой из нас, насколько они сбалансированы и мы довольны своей жизнью и счастливы?

Только найдя себя, прожив все четыре состояния – Девочки, Любовницы, Хозяйки и Королевы, женщина может обрести целостность и наполнить себя энергией. Каждое состояние раскрывает новые грани каждой из нас.

Состояние Королевы дарит свободу и независимость, умение понять свой путь и свои желания, возможность услышать свой зов и идти по этому пути, невзирая ни на что. Состояние Любовницы наделяет вдохновением и талантом, открывает в тебе страсть к жизни, наполняет увлеченностью и удовольствием. Состояние Девочки помогает оставаться непосредственной и радостной, восторженной и легкой, помогает понимать и принимать свои эмоции, дает гибкость и способность довериться другому. А состояние Хозяйки наполняет уравновешенностью и спокойствием, умением создавать и делиться тем, что создаешь.

Проявляя себя во всех состояниях, есть возможность понять, какие из них наиболее проявлены и чего хочется? Знание о себе дает понимание, зачем тебе нужен Мужчина и каким он должен быть и как выстраивать Отношения с ним. Знание об энергиях, стихиях, которые преобладают в мужчине, позволяет лучше понимать его и принимать таким, каков он есть, со всеми ограничениями и достоинствами. Поэтому Женщина, которой знакомы четыре основных состояния – Любовницы, Королевы, Девочки и Хозяйки, может настроиться на любого мужчину, понимая, каких проявлений он ждет от нее.

Каждый Мужчина ищет ту энергию, которая дополняет и усиливает его. Мужчина действует, а Женщина создает поле деятельности.

Мастер-класс предполагает знакомство и арт-терапевтическую работу с четырьмя состояниями Женщины, четырьмя природными стихиями, создание круга Женской Силы для уверенного управления своей Женской Энергией.

**«ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:  
горизонти стосунків»**

**VII Міжнародна міждисциплінарна  
науково-практична конференція**

**(Київ, 12-14 березня 2010 р.)**

**ТВОРЧІ ЛАБОРАТОРІЇ**

## ФЕЛТИНГ (ВАЛЯНИЕ)

*Бабенко Юлия,  
дизайнер, мастер по фелтингу*

История фелтинга, или валяния, насчитывает несколько тысячелетий. Такой универсальный материал, как войлок, использовался многими народами с древнейших времен: от кочевников Азии и Монголии до воинов Китая и Рима. Повышенный интерес к валянию наблюдается и со стороны любителей рукоделия: они заново открывают для себя прелесть работы с текстильным материалом, которому можно придать различную форму, объем, украсить вышивкой, аппликацией, бисером. Изделия из войлока выглядят оригинально, приемы работы с ним просты и предоставляют безграничные возможности для творческого самовыражения. С помощью фелтинга можно создать буквально все: экзотические настенные панно, стильные подушки, различные фигурки...

Практическая ценность валяния:

- валяние шерсти – медитативное занятие, часто не требующее пристального внимания и потому помогающее расслабиться. Это отличный способ занять зимний вечер после напряженного трудового дня;
- работа с шерстью развивает чувство цвета, ощущение композиции и гармонии;
- создание бижутерии из шерсти способствует формированию абстрактного мышления, экспериментам с формами и материалами;
- техника валяния позволяет даже людям без художественного образования создавать прекрасные шедевры. Часто, занявшись валянием, люди открывают в себе скрытые прежде таланты;
- изготовление изделий методом сухого валяния способствует развитию концентрации и координации работы кисти;
- валяние шерсти – отличный способ самовыражения. Сделанные собственноручно аксессуары, бижутерия и даже одежда подчеркнут индивидуальность каждого. К счастью, в данной технике практически не бывает негативных опытов;
- для валяния используются натуральные материалы, чрезвычайно приятные в работе. Отличные тактильные ощущения обеспечены!
- Валяние шерсти комбинируется с другими техниками изготовления ручной работы, расширяя тем самым границы фантазии и творчества.

Валяние шерсти – простой и забавный способ создавать красивые вещицы «из ничего». На мастер-классе по валянию вы познакомитесь с

двумя техниками работы с шерстью (фелтингом и фильцеванием), узнаете, какие материалы и инструменты необходимы и где их приобрести, получите навыки работы с бижутерной фурнитурой и, самое главное, самостоятельно сделаете стильные и яркие бусы в технике горячего валяния и серьги в технике сухого.

## **КУКЛА КАК ОТРАЖЕНИЕ СОБСТВЕННОГО МИРА**

***Буренкова Елена,***

*кандидат психологических наук, доцент Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского, психолог-консультант, танцевально-двигательный психотерапевт, член Ассоциации танцевально-двигательной психотерапии, куклотерапевт (г. Пенза, Россия)*

При всех этнографических различиях везде кукла являла собой мифологическую формулу мироустройства, отражая самую суть вселенского круговорота в природе и в жизни человека. Простейшая трехчастная фигурка, перетянутая по месту шеи и перепоясанная, строилась по схеме триединого мира: небесного (верхнего), земного (среднего) и подземного (нижнего). Крестовидные куклы указывали ещё и на четыре стороны света

Г. Дайн

Кукла издревна является не только переходным символом знания о мироздании, но и отражением особенностей культуры народа, его обычаев, собственного того, что в психологии исследуется в пластах коллективного бессознательного.

Каждый человек является продолжателем своего рода. И в его телесности как интегральной характеристике, включающей и культуральные, и личностные, и эмоциональные, и физические особенности, отражатся образ архетипа духа как единственная непосредственная реальность – реальность содержания сознания и бессознательного, несущие в себе знак своего духовного или материального происхождения (К.Г.Юнг). «Если в индивидуе происходит нечто психическое, – пишет Юнг, – то, что он ощущает как принадлежащее ему самому, то это и есть его собственный дух. Если, однако, с ним случается нечто психическое, что ему кажется чужеродным, то это какой-то другой дух, который, вероятно вызывает одержимость. В первом случае дух соответствует субъек-

тивной установке, в последнем, – общественному мнению, духу времени или изначальной, еще не человеческой, антропоидной диспозиции, которая называется также и бессознательным» [1]. Духовной сущности свойственен принцип свободного порождения образов, их трансформация, творческий потенциал, и поэтому одно из свойств архетипа духа – динамичность, спонтанность, вечное движение. Архетип духа связан с философией отношений человека, им проявляется в коммуникативных особенностях взаимодействия с Миром. Созидательная природа данного архетипа состоит в том, что он дает человеку побуждение идеи, чему свидетельствует слово «вдохновение», и таким образом связано с ответом на вопросы «что я хочу?» и «кто мне может в этом помочь?».

Архетип духа имеет наряду с позитивными свойствами – умом, интуицией, доброжелательностью, бескорыстием, готовностью помочь, терпением – и негативные стороны: злопамятность, агрессивность, предательство [2]. И в этом также проявляется его трансцендентная функция качественного изменения состояния и мировоззрения человека. Архетип лишь «создает и опосредует возможность трансформации из примитивной формы своей первоначальной инстинктивной сущности совершить прорыв в иные – высшие измерения» и несет в себе выражение идеи универсального способа человеческого бытия. «Архетипические формы представляют собой образования, имеющие телесно-духовную природу: архетип связан с идеями (направлен вверх) и влечениями (направлен вниз). В этом смысле архетип ... представляет собой онтологическую метафору внутренней реальности человека» [2].

В процессе работы на мастерской мы будем исследовать собственную телесность как интегральную характеристику экзистенциального опыта, взаимодействие внутреннего и внешнего жизненного пространства человека [2].

Действительно, тело есть первоначальное человеческое пространство, которое «является исходной точкой для постижения границ с другими пространствами, служит первым источником символов и кодов, наиболее естественным инструментом человека и проекцией на внешний мир» (А.Т. Шаталов). И тело является первоосновой развития через коммуникацию с Миром и Другими. Отношения таким образом укореняются в личном опыте базовой коммуникации – телесного переживания присутствия / отсутствия Другого.

В ходе работы мы прикоснемся к исследованию отношений с окружающим Миром через истории телесного бессознательного, которое

возможно сделать видимым в непосредственно выразительном движении – в танце, который живет в теле, и является спонтанным выражением нашего эмоционального состояния, отражающего в настоящем как предыдущий опыт, так и направление выбора пути в дальнейшем.

В основе работы лежат принципы танцевально-двигательной терапии и интермодальной терапии творческим выражением. Методологической основой предлагаемого двигательного исследования послужила концепция телесности О.В.Лавровой, где основным является предположение о том, что телесное бессознательное имеет принципиально ту же структуру, что и бессознательное вообще, и обладает теми же свойствами (трансформации, формообразования, связь с коллективным и индивидуальным опытом).

Существует архетип телесного бессознательного, который проявляется в протоформах – «шар», «человекоподобный образ», «матрешка». Сама протоформа пуста и приобретает определенный образ в процессе индивидуации, где она трансформируется и интегрируется в более сложные архетипические образования: анимально-анимусные (женские и мужские) архетипические формы; теньевые архетипические формы тела представляют собой нечто до-человеческое: насекомых, животных, птиц, рыб, мифологических существ с характерным брутальным содержанием (грязное, устрашающее, злое, болезненное); персонная архетипическая форма – «одетый» образ тела – элементы одежды или предметы быта, в котором гипертрофированы те части, которые имеют негативную концептуализацию [2].

Кукла или ее аналог является видимым выражением архетипических форм, отражающих качественные характеристики архетипических образований и являющихся символическим отображением личностных историй.

Таким образом, кукла есть некий персонифицированный символ, отражающий на телесном и внетелесном уровнях как качества личности и ее отношений с миром, так и возможности трансформации ее некоторых особенностей. И на этапе взаимодействия с данным выражением символа человек выбирает значимое в зависимости от этапа жизненного пути, от внутренних переживаний и актуальных потребностей. Фокус на исследовании особенностей взаимодействия с куклой позволяет раскрыть нюансы межличностных историй взаимоотношений человека с Миром. «Когда двое ... каким-то образом связаны друг с другом, поведение одного из них в отношении другого обусловлено тем, как воспринимает его этот другой, а переживание одного зависит от поведения другого» [3].

Взаимоотношения с созданной человеком куклой является отражением отношений человека – с Собой, с Другими, с Миром в целом. Выражение историй взаимоотношений позволяет не только увидеть некоторые их особенности, но и изменить, находя ресурсы в творческом выражении. Интеграция архетипа тела с архетипом духа и самостью приводит к циклической трансформации в образах направленной визуализации: круг трансформируется в шар, прозрачный для света и энергии. И кукла в этом смысле является ресурсом, помощью в решении главной задачи в достижении цели – нахождения способа изменения в жизни, выбора решений через коммуникацию и взаимодействие с Собой, Другими и Миром в целом.

### **Литература:**

1. *Безруких А.В., Пилявина О.М.* Архетипы в психотерапии [Электронный ресурс] / А.В. Безруких, О.М. Пилявина. – режим доступа: [http://www.pvppl.ru/show\\_articles\\_123.htm](http://www.pvppl.ru/show_articles_123.htm).
2. *Лаврова О.В.* Концепция телесности в интегративной психотерапии [Электронный ресурс] / О.В. Лаврова. – режим доступа: // [http://www.adhoc-coaching.spb.ru/pub/koncepciya\\_telesnosti.htm](http://www.adhoc-coaching.spb.ru/pub/koncepciya_telesnosti.htm).
3. *Лэйнг Р.Д.* Феноменология переживания. Райская птичка. О важном / Пер. с англ. – Львов: Инициатива, 2005. – С.34.

## **АНІМАЦІЯ – РОДИННИЙ РЕСУРС ЧИ ПРОВОКАЦІЯ**

***Голубєва Олена,***

*м. н. с. лабораторії психології масової комунікації та медіа-освіти  
Інституту соціальної та політичної психології АПН України,  
керівник студії мультиплікації «Червоний собака»  
ЦДЮТ Солом'янського району (Київ)*

- Дайте нормально додивитись!
- Краше б дивився «Вінні-Пуха» або «Доктора Айболіта» – в нашому дитинстві були чудові мультфільми...

Дуже знайома ситуація, яка розгортається перед екраном. І не дуже важливо, який це екран – телевізора, монітора або темна зала кінотеатру. Екран достатньо часто розділяє родину – заганяє її членів по різних кімнатах та залишає наодинці з віртуальними героями.

За спостереженням українських медійників, порівняно з західною екранною аудиторією, відвідувачі кінотеатрів України перестають родинною переглядати сімейні анімаційні фільми (наприклад, «Лідніковий пе-



ріод», «Мадагаскар» тощо), коли дитині виповнюється 9-10 років (в західних родинях – після 14-16 років).

Анімація залишається тим унікальним мистецтвом, яке може як інтегрувати сімейні стосунки, так і розділити членів сім'ї. З точки зору психологічної інтервенції, створення анімації є для родини досить провокативним завданням, яке може фруструвати як родину в цілому, так і окремих її членів. З іншого боку, стереотипний побутовий образ «дитячості» та несерйозності дозволяє зробити певний крок у напрямку системної роботи з сім'єю.

Завдяки анімації родина може створити та реалізувати власний сценарій.

Формат роботи запропонований класичним кінематографічним процесом, який має приблизно три рівних за часом періоди: підготовчий етап, зйомка, монтажний етап. У дуже вільному асоціативному напрямі можна зазначити психологічний рух: взаємодія членів родини, спільне усвідомлення взаємодії (завдяки покадровій зйомці), інтеграція родини на новому рівні усвідомлення.

Принципи роботи родини у процесі сімейної анімації:

- орієнтація на процес
- спонтанність дій
- знаходження візуального, рухового, звукового або іншого кінематографічного образу для кожного члена родини.

## **DIE HEILENDE KRAFT DER EURYTHMIE**

***Doenges Eckhart,***

*Dozent für Eurythmie, Skulptur, Waldorfpädagogik*

### ***Gliederung der Veranstaltung:***

- Einführung: was ist Eurythmie; wie ist sie entstanden; mit welchen Kraefen arbeitet sie; auf welchen Gebieten wird sie angewandt; wie wirkt sie in verschiedenen Lebenssituationen usw.
- Demonstration der eurythmischen Bewegung. Eventuell einfache Übungen im Plenum.
- Gemeinsames Gespräch, Fragestellungen und Abschluss.

Was ist Eurythmie:

Eurythmie ist eine (umfassende) Bewegungs-Kunst, die mit dem ganzen Menschen ausgeführt wird. Da der menschliche beseelte Körper das universellste Instrument (auf der Erde) ist, haben wir die Möglichkeit, unser

Denken, unser Fühlen, unsere Intensionen durch dieses Instrument zum Ausdruck zu bringen. So wie durch die Sprache der Mensch sich lautlich ausdrücken, ebenso kann der Mensch sich ausdrücken durch die sichtbare Bewegung der ganzen Gestalt. **Die Eurythmie ist sichtbare Sprache und sie ist sichtbarer Gesang.**

Wie ist Eurythmie entstanden:

Diese Bewegungskunst wurde seit dem Jahre 1911 durch Rudolf Steiner in der Schweiz entwickelt. Zunächst waren es wenige Menschen, die sich dieser neu entstehenden Kunst widmeten: Aber bald schon entstand die erste Eurythmieausbildung in Stuttgart. Heute gibt es viele Berufsausbildungen für Eurythmie in der Welt : Ukraine, Schweiz, Österreich, Deutschland, Holland, England, Frankreich, Russland, Indien, Ägypten, Südamerika, U.S.A., Japan, Italien, Norwegen, Schweden, Ungarn, Australien.

Die Bewegungen der Eurythmie als sichtbare Sprache sind nicht tote Zeichen, die wir mit den Armen zeigen, wie unsere gedruckten Buchstaben, sondern es sind lebendige Bewegungen. Wir übertragen die Bewegungsimpulse, die wir mit unseren Kehlkopf, Zunge, Mund etc. Beim Sprechen ausführen auf den ganzen menschlichen Organismus. Was sich beim Sprechen hörbar von der Kehlkopfregion entfaltet, wird in der Eurythmie sichtbar durch die ganze Gestalt. Da das Gefühl und der Geist in den gesprochenen Worten mitschwingen, so auch ist es möglich das Gefühl und den Geist durch die Gebärden zum Ausdruck zu bringen.

In den einzelnen Lauten unserer Sprache wirken die gleichen Kosmischen Bildkräfte, die auch unseren Leib am Leben erhalten, die unsere Organe (Herz, Leber, Knochen, Haut etc.). Ständig durchpulsen, und das Auf – und Abbaugeschehen des Körpers im Gleichgewicht halten.

Diese lebendigen Bildkräfte werden durch die Eurythmie am Menschen zur Sichtbarkeit gebracht.

Auf welchen Gebieten wird die Eurythmie angewandt :

Wenn die Eurythmie mit den gleichen lebendigen Bildkräften arbeitet, die den menschlichen Organismus gesund und am Leben erhalten, dann ist es verständlich, dass diese eurythmischen Bewegungen belebend und heilend auf den physischen Organismus zurückwirken und die verjüngenden Lebensprozesse stärkt. So dass heute im Zusammenwirken mit den Ärzten die Heileurythmie segensreich an Spitälern und Privatpraxen durch geführt wird. (es wird einiges demonstriert).

In vielen Städten der Welt bestehen kleinere und große Kunst-eurythmiegruppen, die die Eurythmie auf Theaterbühnen solistisch und in Gruppen zur Darstellung bringen. Es werden Musikkompositionen mit

Soloinstrumenten oder Symphonien, Gedichte oder Teile aus Dramen künstlerisch gestaltet und aufgeführt.

*Als pädagogische und hygienische Eurythmie* wird diese Bewegungskunst schon im Kleinkindalter begonnen und kann bis ins hohe Alter Gesundheit und Freude am Leben bewirken. An vielen Schulen ist es üblich, dass die Schüler von der 1. bis in die 12. Abschlussklasse regelmäßig 2 Stunden in der Woche in diesem Fach unterrichtet werden. Für jedes Unterrichtsfach, auf jeder Altersstufe hat die Eurythmie die Möglichkeit, bewegungsmässige Verbindungen herzustellen, so dass sie zentral im Schulgeschehen darin entstehen kann.

In der Eurythmie lernen die Schüler mit der Zeit komplizierte Vorgänge zu kombinieren, was die Intelligenz fördert. Sie werden geschickter und lernen ihre Wille zu beherrschen. Gleichzeitig schulen sie ihre Sozialkompetenz, indem sie in dem gemeinsamen Eurythmieunterricht ständig bei ihren eigenen Bewegungen das Bewusstsein bei ihren Mitschülern haben.

*Sozial – hygienische Eurythmie* wird in Laienkursen zur Erhaltung der Lebensfrische, in Wirtschaftsbetrieben als Ausgleich zur einseitigen Arbeit oder für Manager an Tagungen und Kongressen zur Harmonisierung von Leib, Seele und Geist ausgeübt.

## ЦІЛЮЩА СИЛА ЕВРИТМІЇ

*Дьонгес Екхарт,*

*викладач з евритмії, скульптури, вальдорфської педагогіки (Швейцарія)*

Робота лабораторії складається з 3 частин:

- Вступ: що таке евритмія; як вона виникла; з якими силами вона працює; до яких сфер вона відноситься; як вона діє в різних життєвих ситуаціях і т.ін.
- Демонстрація евритмічних рухів. Виконання вправ.
- Обговорення, питання та завершення.

Основні тези:

### **Що таке евритмія:**

Евритмія всеохоплююче мистецтво руху, що релізується всією постаттю людини. В зв'язку з тим, що людське одушевлене тіло є найуніверсальнішим інструментом на Землі, ми маємо можливість відтворювати наші думки, почуття, наші наміри цим інструментом. Так само, як в мовленні людина висловлюється звуками, так само можна висловлюватись через рух всієї постаті, яку ми бачимо. *Евритмія є видимою мовою, видимим співом.*

### **Як виникла евритмія:**

Таке мистецтво руху було розвинуте Рудольфом Штайнером в Швейцарії. Кількість людей, що напочатку присвятили себе цьому новому мистецтву, що тільки виникало, була дуже мала, але перша Евритмічна освіта в Штутгарті виникла достатньо швидко. Сьогодні в світі існує багато освітніх можливостей професійної освіти з евритмії. Це Україна, Швейцарія, Австрія, Німеччина, Голандія, Англія, Франція, Росія, Індія, Єгипет, Південна Америка, США, Японія, Італія, Норвегія, Швеція, Угорщина, Австралія.

### **З якими силами працює евритмія:**

Рухи евритмії як видиме мовлення – це не тільки знаки, які ми показуємо руками, як друкованими літерами в писемному мовленні, це живі рухи. Ми переносимо імпульси рухів (таких, що при мовленні створюються гортанню, язиком, вустами і так далі) на рух всієї постаті людини. Те, що ми чуємо при мовленні, що виникає в гортані, в евритмії стає видимим через всю постать. Так само як почуття та дух виявляються через слово, це можливо висловити рухами.

У окремих звуках нашого мовлення діють однакові космічні творчі сили, які також постійно підтримують наше тіло у житті, наші органи (серце, печінка, кістки і т.ін.) і стан тіла у рівновазі. Ці оживляючі творчі сили завдяки евритмії стають видимими.

### **Де застосовується евритмія:**

В зв'язку з тим, що евритмія працює з творчими силами, які цілющим чином впливають на людину, то зрозуміло, що евритмічні рухи оживлюють та оздоровлюють фізичний організм та посилюють процеси омолодження. Таким чином, сьогодні евритмія застосовується дуже успішно у взаємодії з лікарями в клініках та у приватній практиці. Сьогодні в багатьох містах утворюються маленькі та великі художньо-мистецькі евритмічні групи, вони представляють евритмію на сцені соло та групою. Так демонструються певні музичні твори сольних інструментів та симфонії, вірші або частини великих драматичних творів.

### **Евритмія в педагогіці та для гігієни:**

Уже в маленькому дитячому віці починається вправління в евритмії і може тривати до глибокої старості, впливаючи позитивно на людину.

У вальдорфських школах евритмія проводиться з першого по дванадцятий класи дві години на тиждень. В кожному класі евритмія може застосовуватись також на різних уроках.

З часом учні навчаються комбінувати складні процеси, що вимагають розуміння. Учні стають спритнішими і вчаться керувати своєю волею.

Одночасно з цим відбувається розвиток соціальних компетенцій, тому що на кожному уроці вони вправляються в усвідомленні власного руху та руху своїх однокласників.

**Соціально-гігієнічна евристична** впроваджується на курсах для відновлення життєвих сил, на підприємствах як можливість для компенсації однобічної роботи або для менеджерів на семінарах та тренінгах, конгресах для гармонізації тіла, душі та духа.

## ПИСАНКОВИЙ СВІТ ВЕЛИКОГО ПОСТУ

*Пінчук Катерина,*

*арт-терапевт, Арт-майстерня для дітей та дорослих на Подолі (Київ)*

Мистецтво виготовлення писанок відомо в Україні з давніх давен і має глибоке коріння, що сягає дохристиянських часів. Мовою писанки наші предки розповідали нам про будову Всесвіту, просили захисту у сил природи, вшановували Дерево роду, вклонялися родючості землі та невинному руху сонця. Різноманітна символіка писанок віддзеркалює нашарування різних культур і тісно пов'язана із символікою, що ми можемо бачити на вишиваних рушниках, кераміці, у ткацтві.

Перше визнання цього унікального українського мистецтва прийшло від визначного українського антрополога Федора Вовка на III-му Археологічному Конгресі в Києві у 1874 році.

Великий внесок по вивченню українського спадку зробила сестра М. Драгоманова Ольга Косач (Олена Пчілка), яка подорожувала разом із своїм чоловіком по волостях Волині та збирала узори народних вишивок, тканин і писанок. Зібраний матеріал вона опрацювала і в 1876 році видала у формі альбому під назвою «Український народний орнамент». У вступній статті Ольга Косач згадує, що збрала значну колекцію писанок, але при підготовці до друку у альбом увійшли 23 найбільш типових.

Великою подією була Кустарно-промислова виставка, яку організував на початку XX сторіччя у Києві український археолог, знавець і любитель писанок Микола Біляшівський. Це була виставка українського народного мистецтва, в тому числі і писанок, про яку Ольга Косач писала, що «це щось надзвичайне, б заль тільки українські речі, та які гарні. Виставка чудова, просто грандіозна!». Під час цієї виставки було показано близько 6000 писанок.

Дослідження писанкарства мало свої підйоми та спади й на сьогоднішній день маємо чудове дослідження Віри Манько «Українська народна

писанка», де зібрано понад 1300 вірців писанок із різних куточків України, методологічну збірку Зої Сташук та Оксани Білоус «Школа писанкарства», посібник з писанкарства Марії Іванишин «По білому яйці воскові взори», «Світ у писанках Тараса Городецького».

При виготовленні писанок традиційно використовували рослинні фарбники з кори вільхи, материнки, полину, ягід бузини, череди, зелених шкарлуп волоських горіхів, крапиви, цибулиння, звіробію та багато інших. З появою синтетичних барвників палітра кольорів писанок змінилася, фарбувати стало простіше, але кожен колір так само мав своє тлумачення. Так, наприклад, червоний символізував вогонь, силу, чоловічу стать, владу, любов. Жовтий колір означав зорі та місяць, достаток, врожай, достигле зерно. Блакитний колір – це вода, небо, здоров'я, зелений колір уособлював багатство рослинного світу, прихід весни, коричневий колір символізував землю, її родючість, чорний колір пов'язаний із червоним символізував вічність життя. За традицією, кожен рік створювались писанки, на яких малювали найдавніші символи – спіралі, кола, хрести, ромби, трикутники, безкінечники, «грабельки». Кожна лінія, кожна крапка на писанці мала свій зміст. Так, наприклад, крапочки на писанках – то є зображення засіяної землі, сподівання на багатий врожай.

Один із центральних символів у писанкарстві – то Дерево Життя, Світове Дерево, Дерево Роду. Дерево символізує собою Всесвіт із всіма його проявами. Сягаючи своїм корінням неосяжних глибин, Дерево розвивається у могутній стовбур – вісь Всесвіту із кроною, спрямованою вгору. Дерево являє собою безсмертя, нескінченність життя. Воно об'єднує минуле, сучасне і майбутнє. Дерево Життя завжди зображують квітучим. Квіти символізують людські життя, бруньки – зародки майбутніх поколінь, а плоди – людські діяння. Дерево завжди має яскраво виражену центральну верхню квітку, вона символізує вогонь Життя, який палає постійно, не згасає, повний енергії. Цей вогонь оберігається двома світлосяйними духами – ангелами (у християнській традиції) або пташками (у народній інтерпретації). Такими ангелами-хранителями виступають також і предки, котрі вийшли з цього Світу, але їхні душі пильно стежать, аби ніщо не зашкодило Родовому Дереву.

Під час проведення арт-терапевтичної лабораторії ми будемо мати можливість не тільки дізнатися більше про писанкарські традиції, тлумачення символіки та використання кольорів, але й власноруч доторкнутися до таїнства народної творчості – створити власну писанку.

## ВСТРЕЧА НА ЭЛЬБЕ...

*Плетка Ольга,*

*м.н.с. Института социальной и политической психологии АПН Украины,  
член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Мелитополь-Киев)*

Жили-были сказки... Многие их читали, многие о них слышали, но не многие действительно понимали. А сказки путешествовали по миру, менялись сами и меняли мир вокруг. На первый взгляд простые сказочки. Детишкам они нравились, взрослые их тоже любили. Поэты, писатели, художники, режиссёры с удовольствием сочиняли, рисовали по сказочному сюжету свои творения, ставили спектакли, балеты, снимали прекрасные фильмы для детей и взрослых. Жили себе сказки и не тужили, пока ими не заинтересовались исследователи – люди, которым стало очень важно разобраться в таких любимых знакомых сказках: всё ли в них так просто и знакомо. Что тут началось...

Хороша присказка, да дело не только в ней...

К сказке как источнику народной мудрости испокон веков обращались люди творческих профессий, педагоги, этнографы, фольклористы. Новой вехой освоения сказок стало появление различных психологических теорий. З.Фрейд, К.-Г.Юнг и их соратники пытались пояснить смысл иносказания сквозь призму символики бессознательного. Э.Берн и его последователи в сказках искали отголоски сценария жизни человека: «Сценарий личности часто отражается в сказках, которые содержат как основные манипуляторские роли, так и сюжет, по которому эти роли исполняются» [1]. Незаменимой сказка оказалась не только с точки зрения её психологического анализа. Практики консультирования и психотерапии с удовольствием работают со сказками. Не важно, как «рассказана» сказка: с помощью слов, движений, лепки или рисунка. Можно её показать с участием кукол, пластилиновых фигур, лоскутков ткани, листов сложенной бумаги, игрушек и т.п.

Предметом нашего познания на лаборатории будет путешествие в мир инициационных сказок. В путешествие мы отправим женские и мужские сказки. Наши Герои и Героини встретятся... Какой будет встреча, узнаем на лаборатории.

На основании посюжетного принципа, В. Пропп относит их к инициационным, т.к. главные герои – это парни и девушки, вступающие во «взрослую» жизнь, которая начинается свой путь с пубертатного возраста.

Р.Ефимкина выделяет общие моменты данных сказок. Среди них: 1) герои уже не дети, но еще не взрослые; 2) у них нет одного или обеих родителей; 3) родной родитель не заступает за своих детей; 4) есть сводные сестры и братья, к которым приемный родитель добр; 5) герои проходят смертельное испытание, с которым сестры и братья не справляются; 6) есть наставник(и), который помогает героям пройти испытание; 7) у героя или героини появляется пара, с которой счастливы; 8) в конце сказки приёмный родитель погибает [2].

В.Люсин считает, что в инициационных сказках проявляется патриархальный комплекс культуры, а именно: идеальность и добродетель в женских сказках – другое название неволи и угнетения, – инфантилизация женщины или незавидная роль младших сыновей... Экономические корни данных сюжетов: теперь род приемного родителя возьмет верх, его дети унаследуют все, либо наследство младшего чудесным образом становится самым большим и важным [3].

Принято считать, что рядом со слабым героем обязательно будет сильный помощник, который поможет пройти испытания. Однако, когда персонажи женских и мужских инициационных сказок встретятся, может случиться, что рядом с сильным окажется сильный, а рядом со слабым – слабый. Как построят отношения такие пары, что окажется итогом их взаимодействий? Как данные сюжеты соприкасаются с реальной жизнью? Поиском ответов на заданные вопросы будет посвящена лаборатория. Драматизация известных сказочных сюжетов позволит участникам отыскать в себе неосознаваемые грани бытия, найти ту «золотую середину», где микс сюжетов позволяет раскрыть новые горизонты взаимоотношений, построить непривычные позиции отношений: Сильный – Сильная; Слабый – Слабая и поможет «взвесить» отношения: Сильный – Слабая; Слабый – Сильная.

### **Литература:**

1. Джеймс М., Джонсгард Д. Рожденные выигрывать. Трансакционный анализ с гештальт-упражнениями. – М., 1995.- 345с.
2. Ефимкина Н. Три инициации в женских волшебных сказках // Российский гештальт. – Вып.4. – М.: Новосибирск, 2003. – С. 18-37.
3. Люсин В. Особость архетипов женского / девичьего успеха в русской сказке // Общественные науки и современность. – 2000. – № 4. – С.88-102.



## МУЗЫКАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ, ОСНОВАННАЯ НА АНТРОПОЛОГИИ

**Протасова Светлана,**

*музыковед, музыкальный терапевт лечебно-педагогического центра «Солнечное подворье» и центра раннего развития Всеукраинской ассоциации «Даун-синдром», сотрудник ПНДЛ МЭ Национальной музыкальной академии, член организаторской группы Украинского музыкально-терапевтического семинара (Киев)*

Проводить занятия также будут музыкальные терапевты и члены организаторской группы Украинского музыкально-терапевтического семинара:

**Гридина Людмила,**

*семейный центр детского развития «Лесенка», вальдорфская школа «Ступени» (Одесса);*

**Мерцалова Анжелика,**

*лечебно-педагогическая школа «Феникс» (Харьков)*

**Коченко Светлана,**

*Центр интегративной терапии «Антропос+София», свободная школа «Астр» (Одесса)*

Музыкальная терапия данного направления основывается на **антропологическом** рассмотрении существа человека и характеризуется рядом особенностей, которые отличают ее от музыкальных терапий других направлений. Особенности антропологически ориентированной музыкальной терапии являются: активное участие пациента в музыкально-терапевтическом сеансе (игра на инструментах, движение, пение и пр.), использование комплексного подхода к диагностированию заболевания (рассмотрение симптомов с различных точек зрения), применение акустических музыкальных инструментов с натуральными тембрами, а также широкое использование движения, дыхания, резонансной терапии и, конечно же, терапии слушанием.

Методы, которые используют в своей работе антропологически ориентированные музыкальные терапевты, базируются на принципах феноменологии и симптоматологии. **Феноменологический** метод применяется для исследования качеств музыкальных феноменов и их воздействия на человека. **Симптоматологический** метод применяется для музыкального диагностирования пациента и позволяет выявить уровень, на котором нарушение равновесия привело к заболеванию.

С помощью методов антропологической музыкальной терапии можно работать со многими психическими и соматическими патологиями: пограничные состояния, нарушения развития (ДЦП, аутизм, синдром Дау-

на, эпилепсия, истерия, гиперактивность, легастения и др.), психиатрические заболевания (психозы, диссоциации, фобии, посттравматические синдромы, нарушения настроений и др.), соматические проблемы (болезни сердца, внутренних органов, рак, астма и др.). Музыкальная терапия подобного рода успешно используется также в паллиативной медицине.

Антропологически ориентированная музыкальная терапия применяется во множестве учреждений Европы и мира – от школ, лечебно-педагогических центров, терапойтикумов до предприятий, клиник и хосписов.

Целью работы в данной лаборатории по музыкальной терапии является ознакомление участников с основными видами музыкальной терапии и ведущими музыкально-терапевтическими методами. Будут представлены характерные приемы работы с музыкальными инструментами: струнные смычковые (грота, стринг-псалтер), лиры (пентатоническая, альтовая, бурдон-лира), деревянные и медные духовые (крумхорн, медная флейта), а также различные виды деревянных и металлических ударных инструментов (ксилофоны, металлофоны, колокола, джембе, маракасы, кастаньеты и пр.).

В разделе социальной музыкальной терапии будут проведены отдельные упражнения на развитие социальных способностей с помощью метров, ритмов, ощущения формы, пространства и т.п. В разделе лечебно-педагогической музыкальной терапии будут представлены характерные методы работы с детьми с нарушениями в развитии, такими как детский церебральный паралич, синдром Дауна, аутизм и пр. В том числе будут рассмотрены приемы музыкально-терапевтической работы, применяющиеся в паллиативной медицине.

### **«ТЕАТР ИЗ ТЕСТА»**

***Шевченко Вера,***

*арт-терапевт, руководитель центра «Школа Арт-терапии»,  
член правления ОО «Арт-терапевтическая ассоциация» (Киев)*

В работе лаборатории представлена методика, являющаяся для нас продолжением поиска методов решения проблем адаптации детей в условиях новых социальных групп (детского сада, начальной школы). Однако, как показала практика, не менее интересна она и для решения задач психокоррекции.

В методике «Театр из теста» детям предлагается с помощью солёного теста создать автопортрет (в полный рост), наклеив на неболь-

шую стеклянную бутылочку. Это может быть и образ человека, и любой образ, который ребенку захочется представить – как своего «представителя» (если предполагает, что не сможет справиться с заданием, или не хочет представлять именно себя).

Затем, работа разукрашивается гуашью или акварелью.

Мы понимаем, что данная презентация является и диагностической (какие цвета потребляются, какие образы создаются).

Но мы знаем свойства соленого теста – оно просто не может сохранить жесткие линии и агрессивность форм. И даже в процессе изготовления при лепке происходит уменьшение отрицательно заряженного эмоционального состояния.

Фигурки, приготовленные таким образом, удобно двигать, так как обычно работы из теста – плоскостные: тесто сползает, расплзается.

Затем фигурки можно выносить на центральный стол класса и рассказать в нескольких словах, например, о том, кто изображён? какой это образ? какие у него качества? нравится ли ему в школе, в детсаду или нет? и как ему можно помочь? и т.д.

По завершении презентации отдельных персонажей, можно предложить детям придумать некую историю, сюжет, сказку и отыграть ее. Причем двигать можно только свой персонаж и нельзя отрывать его от плоскости стола, двигая как на шахматной доске, – иначе он(а) может пострадать. При этом все фигурки уже расположены на столе – как на сцене действия.

Как показала практика, детям очень захотелось продолжить данную «игру», и в последствии были «долеплены» новые персонажи для новых историй. Создающийся таким образом «театр» позволяет решить некоторые сложные для детей проблемы, в том числе проговорить, проиграть возникающие конфликты. Или «отыграть» предложенные темы: «Мне нужен друг», «Нечестно», «Путешествуем вместе», «Поход в сказку» и т.д.

Фигурки хороши тем, что их можно затем дополнять – уже используя техники инсталляций (доклеивая, привязывая что-то). А тесто – один из удобных и доступных подручных материалов.

Почему используются бутылочки? Такая кукла – объёмная, часто округлая, «добрая» и устойчиво самостоятельно стоит.

В процессе такой «куклотерапии» решаются такие психокоррекционные задачи, как навык коммуникации и другие задачи, решаемые сказкотерапией. Очень интересно то, что дети часто спонтанно выходят на изображение персонажей в стиле народной игрушки.

## ЗМІСТ

### ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ

<b>Бреусенко-Кузнєцов О.</b> Світи казок К. І. Чуковського: феноменологічні обрії відносин героїв .....	4
<b>Верховенко О.</b> Танець у мюзиклі: квінтесенція оптимізму .....	6
<b>Вознесенська О.</b> Драматерапія як метод дослідження колективного несвідомого .....	9
<b>Волкова Л.</b> Досвід викладання курсу «Арт-терапія» у вищому навчальному закладі .....	13
<b>Грудій (Костєвіч) В.</b> Контактна імпровізація – робота зі стосунками .....	14
<b>Гуков О.</b> Метод «створення казки з продовженням» у практиці психолога та психотерапевта .....	16
<b>Деркач О.</b> Корекція поведінкових моделей школярів засобами психокорекційної казки .....	19
<b>Єщенко Н., Косенко Д.</b> Арт-терапія та соціальне мистецтво: гуманістична парадигма групової роботи .....	20
<b>Злочевська Л.</b> Арт-технології: символи і їх застосування у професійному самовизначенні учнівської молоді .....	23
<b>Малашевська І.</b> Музична терапія як засіб гармонізації особистості .....	25
<b>Мельничук О.</b> Використання елементів фольклоротерапії у навчально-виховному процесі початкової школи .....	27
<b>Мова Л.</b> Спостерігаючи кожен мить або в пошуках особистісної своєрідності .....	30
<b>Пастернак О.</b> Художньо–творча діяльність як напрямок корекції психічного розвитку підлітків з ДЦП .....	32
<b>Плетка О.</b> Обряд колодки – стабілізація стосунків дорослої дочки та матері (фольклорна арт-терапія) .....	35
<b>Побережна Г.</b> Музично-діагностична психодрама як інструмент особистісної психокорекції .....	37
<b>Прейс І.</b> Образ родини в бусах .....	40
<b>Роговик Л.</b> Рівні спілкування та їхня корекція у танцювально-психомоторному тренінгу на основі теорії Н.А.Бернштейна .....	42
<b>Самишкіна О.</b> Монотипія в роботі з сім'єю .....	48
<b>Скнар О.</b> Малюнок «Я і держава»: основні напрями аналізу та критерії оцінки .....	51
<b>Черниш Т.</b> Реалізація терапевтичного потенціалу музичного мистецтва на уроках музики в початковій школі .....	55
<b>Шевченко В.</b> Метод мандали як експрес-діагностика при вивченні архетипічних складових особистості .....	59

## ТВОРЧІ МАЙСТЕРНІ

<b>Бреусенко-Кузнєцов О.</b> «Шлях Героя – вибір долі»: взаємостосунки з фатумом .....	61
<b>Буценко Н.</b> Практика сакральної архітектури тіла. зцілення та вивільнення по молитві .....	62
<b>Вознесенська О.</b> Красуня в полоні у чудовиська: можливості драматерапії .....	63
<b>Волкова Л., Єщенко Н.</b> Квалітативне пластикування. Тема: «Чоловіче й жіноче» .....	67
<b>Галіцина Л.</b> Вправа «Витинанка. Лялька» .....	69
<b>Любарець О., Лобанов С.</b> Робота з іграшками у гештальт-підході ..	72
<b>Мова Л., Скнар О.</b> Таємниці взуттєвої шафи або в пошуках нових можливостей .....	73
<b>Мовсєсян А.</b> Використання тілесно-орієнтованого підходу в дослідженні невербальних взаємовідносин «Тіло, почуття, стосунки та інші радощі життя» .....	75
<b>Овчарек К, Лішук Н.</b> Розвиток взаємодії клієнт-терапевт у контексті позитивної психотерапії на прикладі роботи з малюнком .....	79
<b>Науменко О.</b> Мандрівка в живу казку .....	80
<b>Побережна Г.</b> «Камінь спотикання» .....	81
<b>Роговик Л.</b> Ритм як засіб адаптації до партнерського спілкування у групі .....	81
<b>Савінов В.</b> Плейбек-конструювання нефінальності стосунків .....	83
<b>Самышкіна О.</b> виготовлення російської народної ляльки «крупеничи» .....	84
<b>Сидоркіна М.</b> Спільна художня творчість дітей та батьків як шлях до гармонізації сімейних стосунків: сімейна арт-терапевтична студія .....	88
<b>Тамакова Т.</b> Старі пісні про головне .....	90

## ТВОРЧІ ЛАБОРАТОРІЇ

<b>Бабенко Ю.</b> Фелтінг (валяння) .....	92
<b>Буренкова О.</b> Лялька як відображення особистого світу .....	93
<b>Голубєва О.</b> Анімація – родинний ресурс чи провокація .....	96
<b>Дьонгєс Е.</b> Цілюща сила евритмії .....	97
<b>Пінчук К.</b> Писанковий світ великого посту .....	101
<b>Плетка О.</b> Зустріч на Ельбі .....	103
<b>Протасова С.</b> Музикальна терапія, ґрунтована на антропології .....	105
<b>Шевченко В.</b> Театр з тіста .....	106

Наукове видання

**ПРОСТІР АРТ-ТЕРАПІЇ:  
горизонти стосунків**

**VII Міжнародна міждисциплінарна  
науково-практична конференція**

**(Київ, 12 - 14 березня 2010 р.)**

Верстка – **О.А. Бреусенко-Кузнєцов, О.М. Скар**

Дизайн обкладинки – **О.Л. Вознесенська**

Надруковано з оригінал-макета, виготовленого  
в ГО «Арт-терапевтична асоціація»

---

Підписано до друку 3.03.2010 р. Формат 84x108/32.

Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.

Ум. друк. арк. 5.8. Обл.-вид. арк.

Тираж 300 пр.

Видавництво «Міленіум»

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи

до державного реєстру видавців, виготівників

і розповсюджувачів видавничої продукції

ДК № 535 від 19.07.2001 р.

м. Київ, вул. Фрунзе, 60

---