Н.В. Саўчанка,
дацэнт кафедры псіхалогіі ДУА «Акадэмія паслядыпломнай адукацыі»,
выкладчык кафедры культуралогіі і псіхолага-педагагічных дысцыплін
ДУА «Інстытут культуры Беларусі»
кандыдат педагагічных навук, дацэнт

З вопыту навучання спецыялістаў сферы культуры тэхнікам арт-тэрапіі пры рабоце з пластычным матэрыялам

Актуальнымі задачамі тэорыі і практыкі бесперапыннай адукацыі з'яўляюцца распрацоўка інавацыйных падыходаў да арганізацыі адукацыйнага працэсу, узбагачэнне праграм павышэння кваліфікацыі спецыялістаў сферы культуры ідэямі і дасягненнямі міждысцыплінарных навуковых і прыкладных ведаў. Вырашэнню гэтых задач прысвечана распрацаваная аўтарскім калектывам Інбелкульта праграма 2-га модуля павышэння кваліфікацыі кіруючых работнікаў і спецыялістаў сферы культуры «Сучасныя арт-тэрапеўтычныя падыходы і тэхнікі ў мастацкай адукацыі і культуры».

Адной з крыніц павышэння эфектыўнасці прафесійнай дзейнасці спецыялістаў сферы культуры з'яўляецца арт-тэрапія, бо ў ёй выкарыстоўваюцца падыходы, метады, сродкі і формы, адпаведныя змястоўным, працэсуальным і выніковым характарыстыкам прафесійнай дзейнасці яе суб'ектаў. Увядзенне ў змест праграм павышэння кваліфікацыі ідэй і палажэнняў сучасных арт-тэрапеўтычных падыходаў і дасягненняў псіхалогіі творчасці дазваляе на прыкладным матэрыяле раскрыць іх магчымасці для ўзбагачэння прафесійнай дзейнасці дасягненнямі культурнай практыкі, заснаванай на арт-тэрапеўтычным узаемадзеянні асобы з выразнымі сродкамі мастацтва, пашырыць дыяпазон стратэгій, якія прадугледжваюць прымяненне арт-тэрапеўтычных тэхнік з пластычным матэрыялам.

Аналіз дэфініцый паняцця «арт-тэрапія», прадстаўленых у медыцынскай, псіхалагічнай і мастацтвазнаўчай літаратуры, выявіў адсутнасць адзінага падыходу да яго трактоўкі [2]. Сёння ў арт-тэрапіі выдзяляюць 19 асноўных напрамкаў [3]. Адной з разнавіднасцей выяўленчай тэрапіі з'яўляецца арт-тэрапія з пластычным матэрыялам, выразныя ўласцівасці якога абумоўліваюць лёгкасць і даступнасць яго прымянення ў арт-тэрапеўтычным працэсе розных напрамкаў прафесійнай дзейнасці.

Выяўленча-выразныя ўласцівасці пластычнага матэрыялу заключаюцца ў тым, што з яго дапамогай можна выконваць неабходныя маніпуляцыі, ствараць любыя фігуры і формы, трансфармаваць іх у адпаведнасці з патрэбнасцямі і жаданнямі

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

ўдзельнікаў арт-тэрапеўтычнага працэсу або ўзнікшымі ў яго ходзе мэтавымі і спантаннымі зменамі.

Вынікі працы з выяўленчым матэрыялам ва ўсіх удзельнікаў характарызуюцца пэўным падабенствам, што дазваляе адзначыць іх універсальны характар, а абмеркаванне амаль аднолькавых па абрысу фігурак не выклікае негатыўных эмацыянальных рэакцый, бо не звязана са зніжэннем самаацэнкі ў сілу адсутнасці сітуацыі сацыяльнага параўнання.

Маніпуляцыі з пластычным матэрыялам не патрабуюць істотных энергетычных затрат, іх прымяненне з'яўляецца прыярытэтным для работы з астэнізаванымі дзецьмі і дарослымі, для якіх характэрна значнае зніжэнне энергетычнага патэнцыялу і псіхічнай актыўнасці. Адзначым, што такія сімптомы выяўляюцца ў сімптамакомплексах, якія характарызуюць структуру сіндромаў значнай колькасці псіхічных і псіхасаматычных парушэнняў і расстройстваў рознай этыялогіі.

Даступнасць выкарыстання ў арт-тэрапеўтычным працэсе пластычнага матэрыялу перавышае даступнасць прымянення малявання і шматлікіх тэхнік малюнка. Гэта звязана з тым, што значная катэгорыя дзяцей і дарослых адмаўляецца маляваць у сілу нежадання падвяргаць свае працы ацэнцы (прыніжаная самаацэнка), а таксама характару малявання, якое патрабуе валявой рэгуляцыі і істотных энергетычных затрат. Як правіла, вышэйназваныя парушэнні звязаны з наступствамі перанесеных псіхічных траўм, траўматычнага стрэсу, псіхалагічнай дэпрывацыяй, перажываннем крызісных станаў. Пры гэтым у заяўленай катэгорыі ўдзельнікаў дзеянні з пластычным матэрыялам (цестам) не выклікаюць цяжкасцей: яны лёгка і хутка ўключаюцца ў іх выкананне.

Рэгулятыўнай дыдактычнай асновай навучання ўдзельнікаў арт-тэрапеўтычнага працэсу тэхнікам з пластычным матэрыялам выступаюць наступныя сфармуляваныя намі прынцыпы:

1) псіхалагічнай бяспекі: кожны ўдзельнік працэсу навучання можа вербалізаваць любое выказванне, суб'ектыўную эмацыянальную і паводзінскую рэакцыю, якія ён лічыць дарэчнымі і адпаведнымі яго актуальным патрэбнасцям, а таксама сітуацыі, якая ўзнікае ў працэсе міжасобасных узаемадзеянняў у групе;
2) безумоўнага прыняцця і безацэначнасці: група прымае любыя рэакцыі ўдзельнікаў навучання, а таксама не прад'яўляе ацэначных меркаванняў «гэта добра» або «гэта дрэнна»;
3) роўнапартнёрства і дыялогу ў міжасобасных узаемаадносінах і зносінах суб'ектаў арт-тэрапеўтычнага працэсу — адлюстроўвае становішча «роўны навучае роўнага»;
4) канфідэнцыяльнасці: тое, што адбываецца ў ходзе арт-тэрапеўтычнага працэсу не выносіцца за межы групы і не абмяркоўваецца з іншымі;
5) дэмакратычнасці: кожны ўдзельнік навучання можа не выконваць тое ці

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

іншае практыкаванне, прапанаваць сваё практыкаванне і папрасіць час для перапынку;
6) неабмежаванай свабоды выбару пластычнага матэрыялу і спосабаў работы з ім; дапушчальнасць адступлення ад традыцыйных выяўленча-выразных форм;
7) экалагічнай валіднасці: афарбаваныя пазітыўнай эмацыянальнай мадальнасцю пачатак і фінал заняткаў, псіхалагічная падтрымка, прафілактыка псіхічных траўм.

Адзначым, што характарыстыкі навучальнага арт-тэрапеўтычнага працэсу не з'яўляюцца аналагамі псіхатэрапеўтычнага працэсу і напрамку псіхалагічнай дапамогі, якія вызначаюцца тэрмінам «арт-тэрапія». Гэта звязана з спецыфікай адукацыйнага працэсу, нарматыўнымі патрабаваннямі да арганізацыі і часовай рэгламентацыі заняткаў, істотнымі адрозненнямі ў дынаміцы функцыянавання вучэбнай і псіхатэрапеўтычнай групы. У навучальным арт-тэрапеўтычным працэсе прыярытэтнай лічыцца метадычная арыентацыя: методыка навучання спецыялістаў сферы культуры арт-тэрапеўтычным тэхнікам з пластычным матэрыялам, якія могуць быць імі выкарыстаны ў сваёй прафесійнай працы з суб'ектамі розных узроставых катэгорый: дзецьмі дашкольнага, малодшага школьнага, падлеткавага ўзросту, дарослымі.

У пералік тэм і пытанняў, якія падлягаюць вывучэнню, былі ўключаны і апрабаваны:

1. Сутнасць, функцыі і спецыфіка арт-тэрапіі з пластычным матэрыялам.

У ходзе вывучэння дадзенай тэмы былі раскрыты выяўленча-выразныя магчымасці пластычнага матэрыялу і вобласці яго прымянення ў арт-тэрапеўтычнай практыцы, звязанай са спецыфікай прафесійнай дзейнасці спецыялістаў сферы культуры. Прадстаўлена характарыстыка асноўных арт-тэрапеўтычных падыходаў (праектыўнага, інтэграцыйнага, творчага, сублімацыйнага) і раскрыта іх значэнне для захавання псіхафізічнага здароўя асобы.

Праектыўны падыход, звязаны з раскрыццём псіхадыягнастычнай функцыі тэхнік з пластычным матэрыялам, рэалізуецца ў тым, што, валодаючы высокапраектыўным характарам, яны дазваляюць выявіць актуальныя патрэбнасці, эмацыянальны стан, адносіны асобы да сябе, іншых людзей, навакольнага асяроддзя, вербалізаваць цяжкія для выказвання праблемы і перажыванні, вызначыць іх этыялогію і дынаміку, вывучыць карціну свету ўдзельнікаў арт-тэрапеўтычнага працэсу.

У русле дзейнаснага падыходу мастацтва выкарыстоўваецца як адна з форм дзейнасці, якая пераключае чалавека на выкананне дзеянняў эстэтычнай накіраванасці, адцягваючы яго ад ірацыянальных думак і дэструктыўных перажыванняў, фіксацыі на траўматычным эпізодзе, падтрымлівае яго творчыя намаганні, спрыяе развіццю новых інтарэсаў, стымулюе іх і ўмацоўвае [3].

2. Сублімацыйны і інтэграцыйны падыходы ў арт-тэрапіі з пластычным матэрыялам.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

Сублімацыйны падыход у арт-тэрапіі дазваляе з дапамогай мастацкай творчасці праяўляць і адрэагоўваць розныя дэструктыўныя імпульсы (агрэсіўныя і інш.), эмоцыі і эмацыянальныя станы, чым зніжае небяспеку знешніх праяў дадзеных сімптомаў у непажаданых або самаразбуральных паводзінах (варожасці, агрэсіі, і інш.). Выкананне арт-тэрапеўтычных тэхнік адрэагавання праз працу з пластычным матэрыялам валодае сублімацыйнай псіхалагічнай прыродай, якая вызначае іх значэнне для захавання і аднаўлення псіхічнага здароўя асобы [3].

У змест працэсу навучання былі ўведзены і апрабаваны тэхнікі адрэагавання дэструктыўных эмоцый і эмацыянальных станаў у арт-тэрапіі з пластычным матэрыялам: «Вылепі свой гнеў», «Вылепі свой страх», «Вылепі свой смутак», «Дрэва пачуццяў» і інш. Удзельнікам навучання была прапанавана методыка пастаноўкі пытанняў у працэсе суправаджэння тэхнік адрэагавання з пластычным матэрыялам, якую можна прымяніць удзельнікам у адпаведным напрамку прафесійнай дзейнасці і суаднесці з яго мэтамі і задачамі.

У творчым і інтэграцыйным падыходах асноўнае значэнне надаецца самастойнай спантаннай творчай актыўнасці. Выразныя сродкі мастацтва служаць выяўленню схаванага творчага патэнцыялу, прадуктыўная творчая дзейнасць актывізуе нябачныя раней здольнасці, падтрымлівае імкненне чалавека да самарэалізацыі і аб'ядноўвае ўсе здольнасці асобы. Удзельнікам навучання раскрыта методыка правядзення неструктураванай тэхнікі па арганізацыі спантаннага творчага самавыяўлення: «Перадача фігур па кругу».

3. Псіхадыягнастычныя і праектыўныя магчымасці арт-тэрапеўтычных тэхнік з пластычным матэрыялам. У працэсе навучання адзначаецца поліфункцыянальная прырода арт-тэрапеўтычных тэхнік з пластычным матэрыялам. Прымяненне ў арт-тэрапеўтычным працэсе практыкаванняў і тэхнік з пластычным матэрыялам (у сілу яго выяўленча-выразных уласцівасцей) дазваляе з высокай ступенню эфектыўнасці рэалізоўваць наступныя функцыі: псіхадыягнастычную, адрэагавання (сублімацыйную, катарсічную), крэатыўную (стварэння арыгінальнага прадукту), фасілітатыўную (аблягчэння вопыту ўсведамлення і перажыванняў актуальных патрэбнасцей), навучальную (набыцця новага вопыту), а таксама функцыю самапазнання.

Варта адзначыць, што матывацыя самапазнання ў той ці іншай ступені паўнаты непазбежна прысутнічае ў кожнага дарослага чалавека, гэтак жа, як і несвядомая кліенцкая арыентацыя, што дэтэрмініруе рэалізацыю асобасна арыентаванага і практыкаарыентаванага падыходаў у навучанні тэхнікам з пластычным матэрыялам. У працэсе заняткаў прадстаўляюцца характарыстыкі псіхадыягнастычных і праектыўных магчымасцей і функцый арт-тэрапеўтычных тэхнік з пластычным матэрыялам. У змест праграмы ўведзены і апрабаваны тэхнікі вывучэння карціны свету і актуальных патрэбнасцей асобы ў арт-тэрапіі з пластычным матэрыялам: «Нараджэнне самасці», «Скульптурныя кампазіцыі з пластычнага матэрыялу».

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

Ахарактарызуем прапанаваную намі методыку навучання на прыкладзе тэхнікі з пластычным матэрыялам «Нараджэнне самасці», арыентаваную на раскрыццё праектыўных магчымасцей прадуктаў творчай дзейнасці, вывучэнне карціны свету, актуальных патрэбнасцей і матывацыі да самапазнання ўдзельнікаў арт-тэрапеўтычнага працэсу. У ходзе правядзення заняткаў ужывалася наступная працэдура:

1) інструкцыя: «З зачыненымі вачамі вылепіць вобраз сваёй асобы ў любой сімвалічнай форме»;
2) паглядзіце на народжаны Вамі сімвал;
3) дайце адказ на пытанне «хто Я?»: што адлюстроўваюць усе элементы створанай Вамі фігуркі?
4) якім іменем можна назваць тое, што Вамі створана?
5) што бачыць група ў створаным Вамі вобразе?

Пры аналізе вынікаў тэхнікі звяртаецца ўвага на ўсе аспекты вобраза «Я» асобы: «Я» рэальнае, «Я» ідэальнае, «Я» сацыяльнае, «Я» духоўнае.

Навучанне спецыялістаў сферы культуры тэхнікам з пластычным матэрыялам грунтавалася на палажэннях полімадальнага падыходу: у ім функцыянуюць не толькі глядзельны, слыхавы, але і тактыльны аналізатары, а таксама ўсе рэпрэзентатыўныя сістэмы.

Экстэрыяцэптыўныя адчуванні, якія ўзнікаюць у ходзе функцыянавання рэцэптараў, размешчаных на кончыках пальцаў і далонях, забяспечваюць кантэйніраванне вопыту эмацыянальнага пражывання, які суправаджаецца пазітыўным эмацыянальным тонам адчуванняў і ўражанняў. У працэс навучання тэхнікам з пластычным матэрыялам уключана значная колькасць экспрэсіўных мадальнасцей (апавядальнай актыўнасці, выразных рухаў, візуальных мастацтваў у іх узаемадзеянні адзін з адным і інш.), што дазваляе стымуляваць праявы дывергентнага мыслення яго ўдзельнікаў [2, с. 22—26].

Спецыфіка інтэрмадальнага падыходу атрымала шматаспектнае адлюстраванне і раскрыццё на прыкладзе ўвядзення ў змест працэсу навучання тэхнік выяўлення эмацыянальных станаў і адносін асобы ў арт-тэрапіі з пластычным матэрыялам: «Зляпі нешта канкрэтнае і раскажы мне пра гэта», «Стань пластылінам (цестам)».

Такім чынам, у ходзе праведзеных заняткаў былі атрыманы наступныя вынікі: удзельнікі засвоілі шляхам практычнай арт-тэрапеўтычнай дзейнасці тэхнікі работы з пластычным матэрыялам, методыкі навучання дадзеным тэхнікам. Раскрыты магчымасці ўвядзення арт-тэрапеўтычных тэхнік у змест прафесійнай дзейнасці спецыялістаў сферы культуры. Распрацаваны характарыстыкі актуальных патрэбнасцей і эмацыянальных станаў удзельнікаў навучання, рэалізаваны іх патрэбнасці ў самапазнанні ўласных магчымасцей і творчых здольнасцей. Удзельнікам групы быў прадстаўлены ўніверсальны характар вывучаных тэхнік

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

з пластычным матэрыялам для ўвядзення ў арт-тэрапеўтычны працэс з суб'ектамі навучання на розных этапах антагенезу. Пры гэтым спецыялісты сферы культуры адзначылі магчымасці ўсіх арт-тэрапеўтычных тэхнік для аказання псіхалагічнай самадапамогі ў працэсе пераадолення наступстваў стрэсаў, якія ўзнікаюць ва ўмовах прафесійнай працы і іншых сферах жыццядзейнасці асобы.

Змест раздзела «Арт-тэрапія з пластычным матэрыялам» праграмы «Сучасныя арт-тэрапеўтычныя падыходы і тэхнікі ў мастацкай адукацыі і культуры» арыентаваны на магчымасць экстрапаляцыі вучэбнага матэрыялу ў змест прафесійнай дзейнасці спецыялістаў сферы культуры (работнікаў бібліятэк, музеяў, клубаў, устаноў адукацыі).

Арт-тэрапеўтычныя тэхнікі з пластычным матэрыялам, якія вывучаюцца ў рэчышчы асваення вышэйназванай праграмы 2-га модуля павышэння кваліфікацыі кіруючых работнікаў і спецыялістаў галіны могуць ужывацца імі ў розных напрамках прафесійнай дзейнасці (у працы гурткоў, навучанні, разнастайных формах культурна-адукацыйнай работы); выкарыстоўвацца для пераадолення стрэсагенных фактараў работы; уключацца ў змест псіхалагічнай самадапамогі.

Спіс выкарыстанных крыніц

1. *Ильин, Е.П.* Психология помощи / Е.П. Ильин. — СПб. : Питер, 2013. — 304 с.
2. *Копытин, А.И.* Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса / А.И. Копытин. — М. : Когито-Центр, 2014. — 203 с.
3. *Пискун, Н.Д.* Теория и практика арт-терапии : методологические основания междисциплинарного подхода / Н.Д. Пискун // Искусство и культура. — 2013. — № 2. — С. 133.
4. *Старшенбаум, Г.В.* Психотерапия в группе / Г.В. Старшенбаум. — М. : Изд-во Института психотерапии, 2005. — 320 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ