

## АРТТЕРАПІЯ

Шагарова І. В., студ.

Терапія мистецтвом є відносно новим методом психотерапії. Уперше цей термін був використаний Адріаном Хіллом у 1938 р. при описі своєї роботи з хворими туберкульозом і незабаром одержав широке поширення.

В даний час їм позначають усі види занять мистецтвом, що проводяться в лікарнях і центрах психічного здоров'я.

Ефективність застосування мистецтва в контексті лікування ґрунтується на тому, що цей метод дозволяє експериментувати з почуттями, досліджувати і виражати їх на символічному рівні.

На початкових етапах терапія мистецтвом відбивала представлення психоаналізу, відповідно до якого кінцевий продукт творчості пацієнта, будь те щось намальоване олівцем, написане фарбами, виліплене чи сконструйоване, розцінюється як вираження неусвідомлюваних процесів, що відбуваються в його психіці.

Терапія мистецтвом є посередником при спілкуванні пацієнта і терапевта на символічному рівні. Образи художньої творчості відбивають усі види підсвідомих процесів, включаючи страхи, конфлікти, спогади дитинства, мрії.

Методики терапії мистецтвом ґрунтуються на тім припущенні, що внутрішнє "Я" відбивається у візуальних формах з того моменту, як тільки людина починає спонтанно писати фарбами, чи малювати ліпити.

Традиційно склалося так, що фахівці, що займаються терапією мистецтвом, не мали самостійного статусу і використовувалися як помічників психіатрів і психологів у тих випадках, коли малюнки, картини дітей і дорослих пацієнтів стаціонарів могли зробити допомога у встановленні діагнозу і для самої терапії.

В даний час за психотерапевтами, що займаються терапією мистецтвом, визнаний статус самостійних практиків, що можуть внести свій внесок у вивчення особистості й у процес лікування. В рамках даного підходу розвиваються два напрямки. Прихильники одного напрямку, що представляються Едіт розглядають мистецтво як самодостатній лікувальний засіб. Вони не розглядають терапію мистецтвом як заміник психотерапії. Прихильники іншого

напрямку, представником якого є Маргарет Наумбург, применшують чисто художні цілі на користь терапевтичних.

Терапевти, що займаються психодинамічною орієнтованою терапією мистецтвом, спираються на ідеї Фрейда і Юнга, що затверджували, що художня творчість виражає несвідоме.

У процесі художнього осмислення такого внутрішнього досвіду пацієнти часто стають більш говіркими.

Більшість керівників груп прямо не інтерпретують художні символи, а допомагають учасникам зрозуміти їхній зміст, устанавлюючи безцінну довірчу атмосферу в групі, заохочуючи вільні асоціації під час художньої творчості.

Вільні асоціації з приводу закінчених картин допомагають прояснити переживання. Цілком можливо, що таке "пізнання" буде відбуватися на підсвідомому рівні і пацієнт відчує емоційне звільнення без свідомого осмислення свого добутку

Одним з найбільше часто використовуваних у терапії мистецтва вправ є "створення групових фресок", у якому учасники або малюють усе, що вони хочуть, на загальній картині, або домальовують на ній щось, відповідно до обраною всією групою темі.

Вправа Г. Вассіліуса, що одержала назва "створення загального групового образу", було спеціально розроблене для використання в групах терапії мистецтвом психодинамічної орієнтації. Основна перевага цієї вправи полягає в тому, що члени групи можуть включатися в художню творчість конкретного учасника.

Вправа дозволяє легко вступати в спілкування один з одним тим індивідуумам, у яких часто виникає почуття небезпеки.

Терапія мистецтвом у даний час використовується не тільки в лікарнях і психіатричних клініках, але й в інших умовах - як самостійна форма терапії і як додаток до інших видів групової терапії.

Наук. кер. – Сахно П.І., *ст. викл.*