

## **Арт-терапевтические технологии в работе по формированию социальной адаптации лицами с ОВЗ**

Термин «арт-терапия» («art» – искусство, «therapy» – терапия англ.) впервые был употреблен Адрианом Хиллом в 1938 г. при описании своих занятий с туберкулезными больными в санаториях [5, с. 430]. Как метод психологической работы арт-терапия основана на синтезе психологии и искусства, и представляет собой использование искусства в терапевтических целях.

Участникам арт-терапевтического процесса предоставляется возможность и создаются условия для выражения и отреагирования внутренних переживаний различными средствами искусства и художественно-творческой деятельности. Продукт творческой деятельности представляет собой образ, символическое отображение предметного мира, и, создавая его, клиент переносит в работу частицу себя; создавая таким образом в едином символическом поле образ мира и образ «Я».

Первоначально термин «арт-терапия» объединял в себе все возможные методы использования всех видов искусства и творческой деятельности в терапевтических целях. Постепенно сложился ряд ее разновидностей.

На сегодняшний день в соответствии с международной классификацией выделяются 4 самостоятельных направления:

- собственно арт-терапия, под которой понимается психотерапевтическая работа посредством изобразительного творчества;
- драматерапия, то есть психотерапевтическая работа посредством применения сценической игры;
- танцевально-двигательная терапия, терапевтическая работа реализующаяся через танцевальные движения осуществляемые под музыку;
- музыкальная терапия, применения звуков, музыки с психотерапевтической целью.

Во многих англоязычных странах под термином «Art Therapy» понимают преимущественно первый из указанных подходов, то есть применение пластических искусств (живописи, графики, скульптуры, дизайна и т. п.) в которых ведущую роль играет визуальный канал коммуникации [10, с. 3].

Так, по определению Американской арт-терапевтической ассоциации, арт-терапия представляет собой направление, связанное именно с применением изобразительной деятельности в контексте взаимоотношений терапевта и клиента. В подходе Британской ассоциации арт-терапевтов данное терапевтическое направление так же увязано прежде всего с созданием визуального образа [9,7].

В РФ активное продвижение и развитие арт-терапии как направления психологической работы началось во второй половине 90-х гг. XX в. Фактически, важнейшей начальной вехой можно считать создание в 1997 г. в Санкт-Петербурге Арт-терапевтической ассоциации, которая стала ядром формирования отечественных подходов к данному направлению в психотерапии. Задачи деятельности ассоциации включают раскрытие исцеляющих возможностей занятий творчеством, поддержку лечебно-реабилитационных проектов и практических исследований, связанных с арт-терапией, а также разработку и реализацию программ арт-терапевтического образования [8, с. 8].

В настоящее время отечественная арт-терапия представляет собой проработанный системный инструментарий психологической работы в различных сферах.

Для нас предлагаемые в арт-терапии подходы и методы имеют особое значение потому, что созданные первоначально именно в целях терапевтической работы с больными и уже тогда продемонстрировавшие свою несомненную состоятельность в решении проблем именно данного контингента, они как никакие другие подходят для реабилитационной и абилитационной работы.

Динамические изменения и терапевтический эффект проявляются уже в процессе осуществления клиентом творческой деятельности. В основе возникающих психологических изменений лежит переживание катарсиса, что позволяет отреагировать внутренние конфликты, неосознаваемые потребности, активизировать подсознательные механизмы. Кроме того, вовлеченность в творчество дает возможность самовыражения, изменения самоотношения и отношения к миру. Для нашей работы особенно важно, что, обогащая коммуникации клиента с миром, арт-терапевтические методы предоставляют широкое поле подходов для решения проблем социальной адаптации.

Основными задачами при проведении арт-терапевтических занятий социально-адаптационной направленности с молодыми людьми с ОВЗ являются:

- организация деятельности, позволяющей раскрыть и развить творческие возможности личности;
- отреагирование чувств и переживаний;
- переживание и закрепление положительного эмоционального опыта;
- развитие коммуникативных навыков;
- интеграция в социум;
- достижение более высокого уровня самопонимания и самопринятия;
- повышение самооценки.

Безусловно, для достижения устойчивого результата необходима системная арт-терапевтическая работа на протяжении долгого времени.

В нашу работу с молодыми людьми с ограниченными возможностями здоровья мы широко привлекли методики, связанные с обрядово-обережной этнической культурой различных народов. Нами задействованы такие виды терапии творческим самовыражением, как куклотерапия и сказкотерапия. Сочетание подходов позволило активизировать творчество воспитанников, стимулировать и углубить их вовлеченность в терапевтический процесс.

На наш взгляд, адресация в процессе занятий к традиционной народной культуре предоставила целый спектр дополнительных возможностей для гармонизации личностного развития, поскольку затрагивает механизмы осознания принадлежности к глубинной родовой системе, к этническим и культурным корням. Позволяя осознать свою индивидуальность и, в то же самое время, почувствовать себя неотъемлемой частицей мира.

Большую роль играет широкий спектр используемых в работе материалов. Это привычные художественные материалы: акварельные и гуашевые краски, карандаши, бумага, а так же различные виды текстильных материалов, шерстяные нити, дерево. Каждый применяемый материал предоставляет собственную палитру возможностей для творческого самовыражения.