

## АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК СКЛАДОВА СОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ЗАСУДЖЕНИХ

УДК 159.922.73 : 614.876 **МАКСИМОВ М.В.**

к. психол. н., асистент кафедри психології розвитку, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, м. Київ

присвячена висвітленню проблемі ресоціалізації засуджених. Показано, що сучасний рівень психологічної практики дає можливість застосовувати нові форми роботи з правопорушниками. Представлено умови впровадження арт-терапії як складова соціальної реабілітації осіб, які знаходяться у місцях позбавлення волі.

**Ключові слова:** *соціальна реабілітація, засуджені, особистість, емоційна сфера, переживання, творчість, арт-терапія.*

## АРТ-ТЕРАПИЯ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ОСУЖДЕННЫХ

Статья посвящена изучению проблемы ресоциализации осужденных. Показано, что современный уровень психологической практики дает возможность применять новые формы работы с правонарушителями. Представлены условия внедрения арт-терапии как составляющая социальной реабилитации лиц, находящихся в местах лишения свободы.

**Ключевые слова:** *социальная реабилитация, осужденные, личность, эмоциональная сфера, переживания, творчество, арт-терапия.*

Сучасні підходи до вирішення завдань соціальної реабілітації засуджених намагаються сконцентрувати і використовувати можливості впливу різних групових та індивідуальних методів для корекції соціально-дезадаптованої поведінки, надання допомоги у вирішенні життєвих труднощів і проблем, зміни особистості. Психотерапія включає в себе безліч методів, які можуть надати соціально-психологічну допомогу засудженим різних вікових категорій в усвідомленні і переосмисленні свого життя. До кожного правопорушника і його проблем соціальний працівник повинен підходити індивідуально і розробляти певну програму із застосуванням тих методів, за допомогою яких буде досягнуто найкращий результат. Наприклад, при роботі з особами похилого віку, які готуються вийти на свободу, де як правило, стикаються з проблемами самотності, непотрібності суспільству на тлі яких може розвинутися комплекс «нікчемності існування», більш ефективні будуть методи арт-терапії, музикотерапії, соціотерапії, які допоможуть підвищити життєвий тонус і активізувати життєдіяльність. Так само будуть ефективні ці методи й при лікуванні розладів нервової системи, лікування або відновленні адекватної «я» - функції, допоможуть клі-

ентові в усвідомленні та інтерпретації власних переживань за допомогою образів – символів, пробудження креативних здібностей. Терапія мистецтвом є посередником при спілкуванні клієнта і психолога на символічному рівні. Образи художньої творчості відображають усі види підсвідомих процесів, включаючи страхи, конфлікти, спогади дитинства, мрії, тобто ті феномени, які досліджують терапевти фрейдівської орієнтації під час психоаналізу.

Методи терапії мистецтвом ґрунтуються на тому припущенні, що внутрішнє “Я” відбивається у візуальних формах з того моменту, як тільки людина починає спонтанно писати фарбами, малювати або ліпити. Традиційно склалося так, що фахівці, які займаються терапією мистецтвом, не мали самостійного статусу і працювали як помічники психіатрів і психологів у тих випадках, коли малюнки, картини пацієнтів стаціонарів могли надати допомогу у встановленні діагнозу і для самої терапії.

Терапія мистецтвом у даний час використовується не тільки в лікарнях і психіатричних клініках, але і в установах соціальної реабілітації – як самостійна форма терапії і як додаток до інших видів групової терапії. Арт-терапія – це складне поняття, яке включає безліч різноманітних форм і методів. Загальновизнаною її класифікації не існує, але дослідники [2] виділяють чотири основних напрямки арт-терапії:

1. Пасивна арт-терапія. Аналіз та інтерпретація людиною вже існуючих творів мистецтва.

2. Активна арт-терапія. Спонування клієнтів до самостійної творчості, при цьому творчий акт розглядається як основний лікувальний фактор.

3. Одночасне використання першого і другого напрямку.

4. Акцентування ролі самого психотерапевта, його взаємин з клієнтом в процесі навчання творчості.

Різновиди арт-терапії: бібліотерапія, відеотерапія, драматерапія, маскотерапія, музикотерапія, пісочна терапія, робота з пластичними матеріалами, казкотерапія, танце-рухова терапія, фототерапія, кольоротерапія.

Спектр проблем, при вирішенні яких можуть бути використані техніки арт-терапії, досить широкий: внутрішні і міжособистісні конфлікти, кризові стани, в тому числі екзистенційні та вікові кризи, травми, втрати, ПТСР, невротичні та психосоматичні розлади та інш. Арт-терапія застосовується в консультуванні і терапії дорослих, дітей і підлітків, індивідуально і в групі. Крім того, одним з найважливіших

завдань арт-терапії є відновлення порушених зв'язків між афектом і інтелектом, розвиток цілісності особистості, виявлення особистісних смислів через творчість.

Арт-терапію можна використовувати:

- як седативний (заспокійливий) засіб при психомоторному збудженні і агресивних тенденціях;
- в якості відволікання і зайнятості;
- полегшення контакту при соціальної дезадаптації;
- виявлення прихованих переживань;
- в якості активуючого і адаптивного засобу;
- при розладах сну;
- в якості психопрофілактичного методу для зменшення стресу і фрустрації, повернення відчуття власної цінності, звільнення від сумнівів у своїх здібностях;
- в терапії хворих неврозами;
- при резистентних формах психопатії;
- для тих, хто в силу фізичних чи психічних особливостей свого стану обмежений в соціальних контактах.

Творчий досвід, нові навички та вміння дозволяють людям із зазначеними проблемами більш активно і самостійно брати участь у житті суспільства, розширюють діапазон їх соціального і професійного вибору.

Ми вивчали можливість застосування арт-терапії як способу соціальної адаптації. Арт-терапія особливо важлива для людей, які в силу своїх психологічних особливостей соціально дезадаптовані, обмежені в соціальних контактах. Творчий досвід, усвідомлення себе, розвиток нових навичок і умінь, дозволяють цим людям більш активно і самостійно брати участь у житті суспільства, розширюють діапазон їх соціального і професійного вибору. Розвиток творчого потенціалу людини сприяє її можливостям приймати рішення, більш успішно будувати своє життя. В якості пріоритетних завдань застосування арт-терапії при цьому можуть виступати: корекція девіантної поведінки та емоційних розладів, профілактика поведінкових і емоційних порушень, адикцій і порушень адаптації; сприяння більш гармонійному, всебічному розвитку особистості, а також профілактика екстремізму і насильства в суспільстві, досягнення більш високого рівня психосоціальної адаптації людини; ресоціалізація дітей та підлітків з «особливими потребами», тобто тих, що мають ті чи інші системні порушення (мови, слуху, зору, рухових функцій), відхилення в поведінці, які перебувають в аномальних психосоціальних умовах і т.д.; профілактика та

корекція емоційних і поведінкових розладів у членів педагогічного колективу (зокрема, профілактика та корекція синдрому емоційного вигорання у педагогів).

Зауважимо, що арт-терапія сама по собі не покликана вирішувати завдання виховно-освітні, але може сприяти їх вирішенню шляхом усунення або пом'якшення психологічних, особистісних відхилень в учнів і членів педагогічного колективу, а також нейтралізації та корекції деяких патогенних внутрішньосімейних впливів на особистість учнів. Висування зазначених вище завдань в якості пріоритетних відрізняє арт-терапію як систему лікувально-корекційних та профілактичних впливів від художньої педагогіки, з одного боку, і різних інноваційних освітніх технологій, що використовують творче самовираження учнів як засобу підвищення ефективності освітнього та виховного процесу, з іншого боку. Незважаючи на те, що форма і навіть зміст творчої діяльності під час арт-терапевтичних занять і в процесі навчання нерідко характеризуються значною подібністю, умови і спрямованість арт-терапевтичного та освітнього процесів все ж різні. Вони по-різному впливають на психологічні структури учнів і обумовлюють різну психічну динаміку.

Перевага арт-терапії полягає в можливості більш глибоко оцінити поведінку людини, скласти думку, на якому етапі життя клієнт знаходиться. У малюнках і виробках знаходять відображення не тільки ситуативні міркування, а й те, що відноситься до майбутнього і минулого хворого, а також пригнічені і приховані переживання. Психологічний та фізіологічний вплив арт-терапії полягає в тому, що художня творчість сприяє поліпшенню координації, відновлення та більш тонкому диференціюванню ідеомоторних актів. Не можна недооцінювати також безпосередній вплив на організм кольору, ліній, форми. Існують різні погляди на механізм лікувальної дії арт-терапії:

1. Креативність. На перший план виступає віра в творчу основу людини, мобілізація латентних творчих сил, яка сама по собі має терапевтичний вплив. Це один із засобів подолання страху, що виникає у зв'язку з конфліктом, що формується у людини, поведінкою якої управляє прагнення до реалізації особистості. Творчі люди краще концентрують свою енергію, свої сили для подолання перешкод і вирішення внутрішніх і зовнішніх конфліктів. Упор в терапії роблять на творчу активність, на здатність створювати і спонукають пацієнта самостійно творити.

2. Сублимація. Художня сублимація виникає, коли інстинктивні імпульси (сексуальні, агресивні) і емоційні стани (депресія, туга, пригніченість, страх, гнів, незадоволеність) людини замінюються візуальним, художньо – образним уявленням. Таким чином, знижується небезпека зовнішніх проявів зазначених переживань у соціально небажаної діяльності. Арт-терапевтичні твори сприяють прориву змісту комплексів у свідомість і переживання супутніх їм негативних емоцій. Це особливо важливо для клієнтів, які не можуть «виговоритися», не вміють бути відкритими або не мають людини, якій довіряють. Висловити свої переживання та фантазії у творчості легше, ніж про них розповісти. Думки, які зображені на папері або виконані в глині, нерідко прискорюють і полегшують вербалізацію переживань. У процесі роботи ліквідується або знижується психологічний захист, який є при вербальному, звичному контакті, тому в результаті арт-терапії клієнт правильніше і реальніше оцінює свої порушення і відчуття навколишнього світу. Малювання, як і сновидіння, знімає бар'єр «его-цензури», що зазвичай утруднює словесне вираження несвідомих конфліктних елементів.

3. Проективний аспект. У цьому разі головна увага приділяється аж ніяк не процесу творення. Провідною є цілеспрямована орієнтація психотерапевта на проективний аспект процедури і його зосередженість на інформації. Функція проективної терапії полягає в тому, що проєкція внутрішніх уявлень кристалізується і зміцнює в сталій формі спогади і фантазії. У ході проективної арт-терапії повинна стимулюватися демонстрація почуттів, відносин, станів для того, щоб людина усвідомила, зрозуміла негативні почуття і пододала їх у собі. Специфіка проективного малювання полягає в тому, що психолог пропонує клієнту сюжет проективного характеру і потім обговорює малюнки й інтерпретує їх.

4. Арт-терапія як зайнятість. Передбачається, що цілеспрямована й плідна діяльність є «оздоровлюючим процесом», який послаблює порушення і об'єднує здорові реакції. Особливе значення надається колективному характеру занять з арт-терапії. Їм притаманний каталізуючий і комунікативний ефект, що сприяє поліпшенню самовідчуття, розуміння своєї ролі в суспільстві, власного творчого потенціалу та подолання труднощів самовираження.

Спеціаліст, який проводить арт-терапію повинен надати учасникам необхідні для художньої творчості матеріали та

інструменти: набори фарб, олівців, крейди, пензлі, глину для ліплення, а також деревинки, камені, клапти матерії, папір. Місце занять має бути добре освітленим і таким, щоб учасники могли вільно пересуватися. Функції арт-терапевта досить складні і змінюються в залежності від ситуації. Йому необхідно володіти певними навичками художнього та декоративно-прикладного мистецтва, так як при проведенні арт-терапії доводиться не тільки розповідати, але й показувати технічні прийоми художньої творчості. Фахівцю потрібні систематичні самостійні заняття художньою творчістю, що дозволяє йому краще відчувати і усвідомлювати багато процесів, завдяки яким значною мірою реалізується психотерапевтичний потенціал методу.

В ході роботи необхідно зважати на те, який етап проходить тренінгова група і наскільки успішно вирішені задачі кожного етапу. Перший етап – інформативний. На цьому етапі вирішуються задачі соціально-комунікативного характеру: необхідно подолати опір, пов'язаний у клієнта з поширеним «комплексом невміння», збентеженням перед незвичним заняттям; виробити установку на подальшу роботу, від чого залежить ефективність соціальної реабілітації; ознайомити клієнта з основами техніки образотворчого мистецтва, провести бесіду про творчість самих різних напрямів і стилів. Другий етап – подолання опору клієнта. Завершення цього етапу можна визначити по зменшенню формального ставлення клієнта до творчості. Це означає, що арт-терапевт може приступати до безпосереднього вирішення корекційних завдань. На початкових етапах роботи більш доцільно щоб арт-терапевт сам пропонував тему для роботи, а надалі активність надається клієнтові.

Можливість застосування арт-терапії як методу соціальної роботи із засудженими була вивчена нами в ході роботи з неповнолітніми правопорушниками. Відповідно поставленим цілям, нами були відібрані арт-терапевтичні вправи, які вже використовувалися раніше іншими авторами [5]. Надалі ці вправи й завдання були скомпоновані в сесії. Кожна група починалася з промовляння почуттів, з якими учасники прийшли на групу. Така ж процедура проводилася і в кінці заняття. Психолог радив учасникам записувати думки, які виникли в учасників групи в ході роботи. Для образотворчої діяльності учасники могли вибирати акварельні фарби, гуашеві фарби, фломастери, кольорові олівці, глину, пластилін, а також у роботі застосовувалася техніка колажу. Після образотворчої частини роботи учасники сідали в коло

і проводилося обговорення малюнків й виробів. Корекційна робота з неповнолітніми засудженими проводилась на базі виправної колонії. Заняття групи проводилися раз на тиждень протягом чотирьох місяців. У кожну сесію іноді входило кілька групових зустрічей. Група складалася з дванадцяти учасників, більшість з яких – засуджені за насильницькі злочини. Завершили групу дев'ять осіб. Три людини після двох занять заявили про втрату інтересу і перестали відвідувати групу. За даний період роботи групи було проведено дев'ять сесій, відповідно до вказаних тем:

- 1) «знайомство»: презентація ведучого, знайомство учасників, вироблення правил, тестування;
- 2) «гарний настрій»: обмін малюнками, робота в парах;
- 3) «мій внутрішній світ»: автопортрет;
- 4) «робота з почуттями»: перехід негативних почуттів в більш позитивні;
- 5) «робота з притчами»: спрямування учасників на позитивне сприйняття світу;
- 6) передача повідомлення малюнком, робота в парах;
- 7) читання улюблених віршів, переклад вірша в образотворчий образ;
- 8) «груповий спектакль»: ведучий пропонує обрати тему, після чого група пише сценарій і грає спектакль. Спектакль фіксується відеокамерою. Після перегляду йде обговорення;
- 9) завершення роботи групи, тестування, самозвіти.

Початок групової роботи обов'язково розпочинався із спеціальної бесіди, в якій пояснювався сенс арт-терапії для функціонування групи і демонстрування учасникам творчих робіт попередніх груп. Крім того, на перших заняттях часто проводилися творчі ігри, спрямовані на знайомства з образотворчими матеріалами та зниження напруги. Поступово процес арт-терапії перестав бути проблемою, зник страх невдачі, зменшувалися заперечення, пов'язані із труднощами художнього зображення чи ліплення. Безпосередньо, терапевтичний процес почався з моменту, коли в центрі уваги виявився не сам твір, а його автор. Тоді починалося аналітичне обговорення, яке було пов'язано з особистістю автора, серйозні й узагальнюючі оцінки, емоції. Обговорення робіт відбувалося безпосередньо після закінчення малювання, ліплення, виготовлення виробів. Дискусія починалася з позиції арт-терапевта вдуматися в малюнок, виріб, співпереживати зображене, зроблене, щоб зрозуміти, що говорить цим автор. Ведучий групи підключався до обговорення на загальних правах, але переважно робив це спочатку, у формі



запитань до тих учасників, що висловлювались. Це важливо тому, що інтерпретації арт-терапевта, як правило, сприймалися іншими членами групи з очікуванням його "всезнання" що сковувало, гальмувало ініціативу групи. Завдання арт-терапевта при обговоренні полягало у стимуляції дискусії і використанні інформації, що виникає в ході заняття не тільки із творчих робіт, а й з особливостей поведінки членів групи.

Слід зауважити, що певного набору тем творчих робіт ми не дотримувалися. Темі охоплювали різні галузі життя засуджених і були лише орієнтирами. Основною вимогою до тем була їх потенційна здатність викликати подальше обговорення. У групі арт-терапії ефекти корекційного впливу тісно перепліталися з психотерапевтичними груповими ефектами. Разом з тим, важливим було виявлення індивідуальної символіки кожного учасника групи, яка може виражати його прагнення в різні моменти життя.

Результати проведеної роботи показали, що найбільші позитивні зміни відбулися в емоційній сфері досліджуваних. Вже через три-чотири місяці роботи у них значно рідше виникали невмотивовані спалахи гніву, знизилася дратівливість, схильність до депресивних станів, тривожність. Позитивні зміни відбулися і в сфері самосвідомості, зокрема, у ставленні до себе. Занижений рівень домагань, невпевненість у собі, які були у семи випробовуваних, наблизилися до нормативних показників.

Проведене нами дослідження дає змогу зробити наступні висновки.

1. Впровадження арт-терапії в реабілітаційні й різні освітні установи дозволяє вирішувати завдання попередження та корекції поведінкових і емоційних розладів у підлітків, розвитку у них комплексу психологічних станів, необхідних для успішної соціальної адаптації.

2. Поряд з іншими заходами, що здійснювались відповідно до концепції психолого-педагогічного супроводу освітньо-виховного процесу, застосування арт-терапії в установах пенітенціарної системи може підвищувати ефективність психологічних втручань і тим самим підсилювати корекційну спрямованість роботи із засудженими.

3. Є значні можливості для впровадження арт-терапії не тільки в освітніх закладах, лікувальних установах, а й установах пенітенціарної системи: виправних колоніях, трудових колоніях, а також в кримінально-виконавчій інспекції, в якості одного з методів соціального супроводу засуджених.



Крім цього, арт-терапію доцільно проводити і в ході роботи з сім'ями неповнолітніх правопорушників, а також персоналом пенітенціарних закладів в цілях профілактики синдрому емоційного вигорання.

### Література

1. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании : Учебник для вузов / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская. – М. : Академия, 2001. – 248 с.
2. Арт-терапия : хрестоматия / Под ред. А.И. Копытина. – СПб. : Питер, 2001.
3. Беличева В.И. Психокоррекция в повседневной жизни. – СПб., 1994.
4. Киселёва М. В. / Арт-терапия в практической психологии и социальной работе / Изд-во Речь. 2007г.
5. Копытин А. И. Исходные арт-терапевтические понятия // Практикум по арт-терапии / Под ред. А. И. Копытина. – СПб. : Питер, 2001а.
6. Копытин А. И. Теория и практика арт-терапии. СПб. : Питер, 2002.
7. Лебедева Л. Д. Практика Арт-терапии : подходы, диагностика, система занятий. Изд-во Речь. 2008г.

The article is devoted to the problem resotsialnoyi prisoners. It is shown that the current level of psychological practice makes it possible to apply new ways of working with offenders. Presented case of implementing art therapy as part of social rehabilitation of persons who are in prison.

**Keywords:** *social rehabilitation of sentenced, personality, emotional sphere, experience, creativity, art therapy.*