**ПОЛТАВСЬКИЙ ІНСТИТУТ ЕКОНОМІКИ І ПРАВА**

**ВІДКРИТОГО МІЖНАРОДНОГО УНІВЕРСИТЕТУ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «УКРАЇНА»**

Кафедра соціальної роботи

ДОПУСКАЄТЬСЯ ДО ЗАХИСТУ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_р.

**МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА**

**ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНОЛОГІЇ АРТ-ТЕРАПІЇ В СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ**

**Виконала:**

здобувач вищої освіти

спеціальності 231 «Соціальна робота»

**Прошек Наталія Леонідівна**

**Керівник:**

Герасименко Людмила Борисівна, к.пед.н, доцент

Полтава – 2019

ЗМІСТ

ВСТУП 3

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ АРТ-ТЕРАПІЇ В СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ 8

* 1. Еволюція арт-терапії як важливий фактор інновацій у соціальній роботі 8
  2. Характеристика напрямів арт-терапії у соціальній роботі 16
  3. Особливості арт-терапї у соціальній інклюзії 23 Висновки до першого розділу 28

РОЗДІЛ 2. АНАЛІЗ ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ 31

2.1. Основні аспекти арт- терапевтичних методик у соціальній роботі 31

2.2. Етапи проведення технологій арт-терапії 55

2.3. Аналіз використання арт-терапії у соціальній роботі з різними групами клієнтів 58

Висновки до другого розділу 73

РОЗДІЛ 3. Музикотерапія у соціальній адаптації молоді. Результати соціологічного дослідження 76

3.1. Програма дослідження 76

3.2. Аналіз результатів дослідження 79

Висновки до третього розділу 82

ВИСНОВКИ 83

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 85

ДОДАТКИ 93

ВСТУП

А**ктуальність дослідження**. Актуальність теми зумовлена пошуком нових технологій та інструментів в системі соціальної роботи. У магістерській роботі обґрунтовано можливості арт-терапії для зміцнення, збереження, психокорекції соціального здоров’я клієнтів. Узагальнено теоретичні питання використання технології зцілення мистецтвом в професійній діяльності соціальних працівників. Подано комплексне уявлення про арт-терапію як оригінальний метод прогресивної психологогічної допомоги в соціальній роботі, що сприяє формуванню здорової й творчої особистості.

Концептуальною парадигмою становлення й розвитку системи підготовки кадрів для соціальної роботи повинна стати підготовка висококваліфікованого, конкурентоспроможного, усебічно розвиненого фахівця, спроможного знайти адекватні форми реагування, що відповідають соціальним запитам та швидкозмінному середовищу.

На разі зростає суспільний та професійний інтерес до технологій та методів, що здійснюють безпечний, позитивний вплив на психічне та соціальне здоров’я особистості за допомогою мистецтва. Тому необхідною стає підготовка майбутніх фахівців, здатних використовувати арт-терапію, як сукупність творчих прийомів та операцій для зміни стереотипів поведінки особистості, активізації внутрішніх ресурсів і підвищення адаптаційних можливостей за допомогою різних форм і видів мистецтва.

Протягом останніх років в Україні науковці та практики приділяють велику увагу розробленню та впровадженню в практику нових методів та методик соціальної реабілітації. Однією з таких методик є арт-терапія, яка сприяє корекції та розвитку дрібної моторики, покращенню орієнтації у просторі, логічного мислення, формуванню естетичних смаків, створенню умов для психоемоційної релаксації.

Арт-терапія (лат. *ars* — мистецтво, грец. *therapeia* — лікування) — сучасний метод соціальної адаптації, особливо важливий для осіб з інвалідністю, які, як правило, з незалежних від них причин є соціально дезадаптованими. Проте лікування мистецтвом не лише зцілює, але й інтегрує їх у суспільство. Арт-терапія переважно використовує засоби невербального спілкування. Це дуже важливо для тих, кому складно висловити свої думки словами. Арт-терапія дозволяє особам з інвалідністю брати активну участь соціальної інклюзії.

Інтенсивний розвиток арт-терапії в Україні невипадковий. Методи арт-

терапії близькі до ментальності українців, для яких характерна орієнтація

скоріше на емоційно-образне переживання, ніж на раціональне вирішення

внутрішньо-психічних конфліктів. Народна творчість є джерелом душевного здоров'я людей. Українські писанки та вишиванки відомі всьому світу. Потужний цілющий ресурс мала українська музика та пісні, які супроводжували кожен крок наших предків. Використання в сьогоднішній українській арт-терапії форм народної творчості можна розглядати як одну з особливостей розвитку арт-терапії.

**Ступінь наукової розробленості проблеми.** Питання щодо шляхів активізації внутрішніх ресурсів та потенціалу особистості за допомогою арт-терапії висвітлили у своїх дослідженнях О. Ващенко, Н. Вернікова, О. Вознесенська, Н. Ещенко, О. Любарец, Н. Полякова,І. [Садова, В. Саранцева, О. Тараріна,](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=fullwebr&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=A=&S21COLORTERMS=1&S21STR=%D0%A1%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D0%86$) А. Чуприков, Т. Яценко та ін.

Найбільш розробленою і авторитетною серед вітчизняних науковців є позиція О. Сороки, яка трактує «арт-терапію як інноваційну освітню технологію «лікування» засобами образотворчого мистецтва, а саме малюнком, графікою, живописом, скульптурою для гармонійного розвитку особистості. Як допоміжні засоби в арт-терапії використовують музику, казку, танець, гру, драму тощо» [19, с. 34]. У публікації О. Вознесенська пропонує розуміти арт-терапію як «метод оздоровлення за допомогою творчого самовираження. Зцілення передбачає духовну цілісність, гармонію духа і тіла» [4, с. 20]. З позиції Л. Калініної, арт-терапію є «терапією, змістом якої є художня творчість людини» [8, с. 25]. Цікавою є погляди на арт-терапію О. Смілянець, яка вважає її методом лікування за допомогою художньої творчості, що сприяє вираженню агресивних почуттів у соціально допустимій формі; дає основу для інтерпретацій і діагностичної роботи в процесі терапії; дає змогу працювати з думками і почуттями, які здаються нездоланними; сприяє виникненню відчуття внутрішнього контролю й порядку; розвиває й посилює увагу до почуттів. Технології застосування арт-терапії в діяльності фахівців «допомагаючих» професій (психолога, соціального працівника, корекційного педагога) стали предметом дослідження цілої когорти науковців (С. Андрейчин, М. Докторович, О.Наконечна, М. Киселева, З. Ленів та ін.).

Аспекти використання арт-терапевтичних методів у професійній діяльності соціальних працівників висвітлювали А. Капська, М. Лукашевич, І. Мигович, Л. Тюптя, Є. Холостова, В. Шахрай та ін.

**Мета магістерської роботи** полягає в обґрунтуванні теоретичних та практичних засад технологій арт-терапії у соціальній роботі.

**Завдання магістерської рооти:**

1. Узагальнити науково-теоретичні засади значення арт-терапії в соціальній роботі.
2. Визначити основні функції та переваги арт-терапії як найбільш екологічного методу взаємодії з клієнтом.
3. Проаналізувати особливості методівї арт-терапії у соціальній роботі.
4. Дослідити використання технології арт-терапії у роботі з різними групами клієнтами.

**Об׳єкт дослідження** – технології арт-терапії в соціальній роботі.

**Предмет дослідження** – особливості впровадження форм та методів арт-терапії як інноваційної технології у соціальній роботі на сучасному етапі.

**Методи дослідження.** Відповідно до поставленої мети застосовано комплекс різноманітних науково-педагогічних методів дослідження:

- *теоретичні*: аналіз, синтез, систематизація, порівняння, класифікація, узагальнення соціально-педагогічної, психологічної, педагогічної, соціологічної наукової літератури для з’ясування змісту базових понять дослідження: арт-терапія, корекційно-компенсаторні можливості арт-терапії та обґрунтування сутності і особливостей соціальної роботи з особами з інвалідністю в умовах соціальної інклюзії;

*- емпіричні*: обсерваційні (включене й опосередковане спостереження) з метою вивчення реального стану соціально-педагогічної роботи з особами з інвалідністю в умовах інтегрованого освітнього простору.

**Гіпотеза дослідження** полягає у припущенні, що сучасні інноваційні технології арт-терапії є результативними методиками в роботі з різними групами клієнтів у соціальній роботі.

**Теоретична та практична цінність роботи.** Результати даного дослідження апробують на майстер-класах, які проводяться в Рівненському інституті Університету «Україна» на заняттях «Університету третього віку». Також їх можна застосувати в роботі соціальних служб, реабілітаційних центрів. Теоретичну базу дослідження рекомендуємо включити до навчально-методичних комплексів дисциплін спеціальності «Соціальна робота», «Психологія».

**Апробація дослідження** відбулась на ІX Міжнародній науково-практичній інтернет-конференції «Сучасний рух науки» (2-3грудня 2019 р.) –Дніпро, 2019р.

**Публікації.** Основні положення дослідження знайшли своє відображення у науковій публікації:

Прошек Н. Л., Юрчук Л.В. Особливості арт-терапії у соціальній інклюзії / Н. Л. Прошек, Л.В. Юрчук // Сучасний рух науки: тези доп. IX міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, 2-3 грудня 2019 р. – Дніпро, 2019. – Т.3. – 715 с.**-** С.147-150.

**Структура роботи**: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу та загальних висновків, списку використаних джерел і додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ АРТ-ТЕРАПІЇ В СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ

* 1. Еволюція арт-терапії як важливий фактор інновацій у соціальній роботі

Термін «арт-терапія» з’явився ще в 40-х роках ХХ ст. Його запропонував британський лікар і художник Адріан Хілл, який як арт-педагог працював з хворими на туберкульоз у спеціалізованих санаторіях. Він вперше звернув увагу на той факт, що заняття творчістю допомагає хворим легше і швидше одужувати. При цьому пацієнти краще почуваються психологічно, оскільки на якийсь час відволікаються від своїх проблем і переживань.

Арт-терапія (лат. ars - мистецтво, грец. therapeia - лікування) тлумачиться як лікування або зцілення мистецтвом і вважається одним із найбільш м'яких, але ефективних методів, що використовуються в роботі психологами, соціальними працівниками, корекційними педагогами і психотерапевтами.

Арт-терапія використовується як засіб гармонізації та розвитку особистості через заняття художньою творчістю. Зазначений метод психокорекції, маючи в арсеналі художні прийоми і творчість, орієнтований на внутрішній потенціал особистості, де акцентується на природнє виявлення почуттів, настроїв, емоцій.

Поняття „арт-терапія” має декілька тлумачень: по-перше, це динамічна система взаємодії між особистістю, продуктом її образотворчої діяльності та арт-терапевтом у так званому „фасилітуючому” просторі з метою реалізації найважливіших функцій: психотерапевтичної, корекційної, діагностичної, розвиваючої, виховної, реабілітаційної тощо; по-друге, арт-терапія може розглядатися в якості терапевтичної процедури особистості; по-третє, як здоров'язбережувальна інноваційна технологія.

Становлення арт-терапевтичного напряму в Європі датується 60–80-ми роками минулого століття. Якраз тоді створювалися перші професійні об’єднання у цій галузі, накопичувався навчальний досвід. В Україні арт-терапія розглядають не як окремий напрям діяльності, а як додаткову спеціалізацію психіатрів і психотерапевтів. Її методи використовують у своїй роботі вчителі, вихователі, психологи, соціальні і музейні працівники.

Зокрема, психологи переконані, що під час сеансів арт-терапії клієнти отримують важливе послання від власної підсвідомості. Ця методика належить до найдавніших і природних форм корекції емоційних станів. Важливо, що будь-яка людина навіть самостійно, без допомоги фахівця, може займатися арт-терапією, що допомагає розслабитися і зняти напруження. Арт-терапія ґрунтується на вірі у творчу основу особистості. Вона не ставить собі за мету зробити клієнта художником або актором, а передовсім спрямована на вирішення психологічних проблем.

Цей метод профілактики психологічних проблем не має жодних протипоказань і обмежень. Його застосовують у багатьох галузях, зокрема, психотерапії, педагогіці, соціальній роботі і навіть бізнесі.

Учасники арт-терапевтичних проектів мають різні проблеми, але всіх єднає бажання знайти своє місце у нинішньому складному житті. Більше того, дуже часто йдеться не стільки про лікування, скільки про вирішення серйозних екзистенційних питань, для розв’язання яких суспільство пропонує малоефективні засоби. Поради «Не звертай уваги», «Не переймайся», «Не перебільшуй», «Візьми себе в руки» потребують набагато менше часу та зусиль, аніж справжнє розуміння почуттів, котрі неможливо ігнорувати, оскільки вони ранять насправді. Натомість терапія мистецьким самовираженням — арт-терапія — це спроба серйозно поставитись до себе та знайти творчий шлях до гармонії. Мистецтво дає кожному шанс гармонізувати свої стосунки із світом.

Слово «терапія» у перекладі з грецького означає «турбота, догляд, лікування». Як відомо, у медицині широко застосовуються різні види терапевтичного лікування: лікарські засоби, фізіотерапія, фітотерапія, мануальна терапія, тощо. Виходячи зі змісту поняття «терапія», «соціальна терапія» означає лікування якихось соціальних явищ, відносин.

Відповідно, поняття «соціальна терапія» трактується як цілеспрямований процес практичного впливу соціального працівника на конкретні форми проявів соціальних відносин або соціальних дій.

Ще одне визначення соціально-педагогічної терапії за І.Д.Звєрєвою: «Соціально-педагогічна терапія - це форма втручання (інтервенції) в світ клієнта чи його оточення, орієнтована на допомогу клієнту через вплив на психічні та соматичні функції його організму» [25, 176].

Соціальна терапія – це систематичні цілеспрямовані заходи з надання допомоги особі або групі осіб в питанні врегулювання відчуттів, імпульсів, думок, звертань і зняття психологічних симптомів, що викликають тривожність, дискомфорт у клієнтів.

Відомі чотири основні моделі психотерапії: психотерапія як метод лікування, тобто вплив на соматичний або психічний стан клієнта (медична модель психотерапії); психотерапія як метод маніпулювання, який служить меті суспільного контролю (соціологічна модель); психотерапія як метод, який приводить в дію процес навчання особи (психологічна модель); психотерапія як комплекс явищ, що виникають під час взаємодії між людьми (філософська модель).

Основною метою соціальної терапії є оптимізація відносин в системах «людина-людина», «людина - група», «людина - світ». Технології соціальої терапії ґрунтуються на досягненнях психології, психіатрії, психотерапії та соціальної педагогіки. Кожен із методів, що використовується в соціально-педагогічній терапії включає два елементи:

- інтелектуальний, пов'язаний із інформаційним впливом слова;

- емоційний, який зумовлюється використанням міміки, жестів та особливостей характеру соціального педагога.

В основі терапевтичного впливу лежить процедура соціальної допомоги, надання клієнту підтримки з боку оточення, ліквідація негативних наслідків взаємин. «Соціальна терапія» допускає і пряме втручання з метою усунення перешкод, що заважають повноцінному соціальному розвитку індивіда, соціальної групи. Соціальна терапія як визначена форма втручання у світ клієнта може бути розглянута як метод «лікування», що впливає на психічні і соматичні функції організму; як метод впливу, пов'язаний з навчанням і професійною орієнтацією; як інструмент соціального контролю; як засіб комунікації. Об'єктом соціальної терапії може бути не тільки сам клієнт з його особистими проблемами та взаєминами із найближчими людьми, але і робота, житло, сусіди, друзі, знайомі, тощо.

Взаємозв'язок соціальної терапії і соціальної роботи випливає зі спільної кінцевої мети - допомогти людині впоратись з повсякденними життєвими труднощами, спираючись на виявлення і діагностування проблем, структурування, перетворення повсякденних поведінкових і діяльнісних моделей і - в разі необхідності - їх корекцію.

На відміну від безпосередньої допомоги (нагодувати, одягти), соціальна терапія - це «допомога з метою самодопомоги». Необхідно навчити особистість самій допомагати собі, розв'язуючи численні проблеми. В межах соціальної терапії здійснюються такі види діяльності:

* соціально-психологічна допомога (консультування);
* допомога клієнтам у конфліктних і психотравмуючих ситуаціях;
* розширення у клієнта діапазону соціально і особистісно прийнятних засобів для самостійного вирішення проблем і подолання труднощів;
* допомога в актуалізації їх творчих, інтелектуальних, особистісних, духовних і фізичних ресурсів для виходу з кризового стану;
* стимулювання самоповаги клієнтів і їх впевненості в собі.

Наразі, визначені види діяльності значно розширюють можливості надання допомоги клієнтам саме у соціально-педагогічній сфері.

Аналіз технологій соціальної терапії в роботі соціального педагога дозволяє виділити такі типи взаємодії його з клієнтами:

1. Вирішення соціальних завдань - орієнтація на певні норми і критерії поведінки. Спроба клієнта усвідомити і прийняти нові соціальні цінності приводить до дискомфорту і навіть до психосоматичних захворювань. У цьому випадкові вимагається змінити і ввести нові критерії, оцінки, які допоможуть клієнту побачити свою мету в іншому світі, розширити перспективи, дозволять відійти від шаблонної поведінки і переживань.

2. Вирішення моральних завдань - необхідність орієнтації на критерії добра чи зла, які вимагають морального вибору того чи іншого вчинку. Тут важливо показати обмеженість критеріїв добра і зла, якими користується індивід.

3. Вирішення власне психологічних завдань - допомога клієнту в усвідомленні і зміні системи переживань, у розумінні проблем, оцінок, які сприяють розвиткові інших переживань і цілей.

Технологія вирішення психологічних завдань у соціальній роботі передбачає:

* розуміння психологічних особливостей і закономірностей формування основних станів людини;
* розуміння психологічних механізмів корекції і самокорекції психологічних станів з метою усунення негативних станів (в т.ч. стресових) та цілеспрямованого формування позитивних, продуктивних станів;
* оволодіння прийомами самоуправління життєвим тонусом, рівнем працездатності і творчим потенціалом;
* вироблення необхідних навичок психогігієни особистості;
* розуміння прямого впливу морального стану на стійкість нервово-психічної сфери і стан здоров'я людини;
* знання психологічних прийомів і методів, які безпосередньо застосовуються на практиці [28, с.196].

Отже, можна констатувати, що арт-терапія є міждисциплінарним явищем, оскільки виникла на стику мистецтва і науки та увібрала медичні, педагогічні, культурологічні, соціологічні, психологічні аспекти.

Ґрунтовний аналіз психолого-педагогічних досліджень (Л. Виготський, О. Ізотова, О. Нікіфорова) довів, що даний метод сприяє підвищенню рівня самооцінки, зниженню тривожності, вчить позбавлятися негативних емоцій і є дуже ефективним методом діагностики, психокорекції та реабілітації.

О. Копитін зазначає, що сучасна арт-терапія використовує багатий досвід культурного надбання з характерними для нього формами художньої експресії та зцілювальної практики, пов’язаної з творчістю та спілкуванням [6].

Творчий потенціал закладений в кожній особистості на різній глибині підсвідомості й перенести його у свідомість можливо лише опираючись на особистісну індивідуальність [4].

Використання арт-терапевтичної діяльності пов’язане з вирішенням проблеми психофізичного здоров’я певних соціальних груп: осіб, що постраждали внаслідок жорстокого поводження або насилля, людей похилого віку, безробітних, біженців, правопорушників, робота з проблемними сім’ями, з дітьми, що проявляють дезадаптивні форми поведінки тощо.

Соціальний працівник виступає в якості посередника між особистістю, сім’єю, соціумом, різноманітними державними та громадськими структурами. Фахівець соціальної сфери виконує роль зв’язної ланки між особистістю та мікросередовищем. Для успішного виконання цієї ролі соціальному працівникові необхідно виконувати вимоги, що висуваються до нього як до фахівця в сучасному соціумі, які у зв’язку з прискоренням темпу життєдіяльності, трансформацією соціального досвіду, зміною орієнтирів у підготовці фахівців, реконструюванням сфери соціальних послуг, появою інноваційних технологій та методів здійснення соціально-педагогічної діяльності значно зростають. Відповідно вимоги до соціального працівника витікають з функцій його професійної діяльності, які він повинен виконувати.

У сучасній психолого-педагогічній літературі арт-терапія розглядається як інструмент прогресивної психолого-педагогічної допомоги, що сприяє формуванню здорової та творчої особистості, а також реалізації на практиці таких функцій, як діагностична, прогностична, організаційно-комунікативна, психокорекційна, соціально-педагогічної підтримки, психотерапевтична, реабілітаційна.

Методи арт-терапії можуть бути адаптовані до проблем різного характеру, починаючи від вирішення питань соціальної та психологічної дезадаптації і закінчуючи розвитком внутрішніх ресурсів, потенціалу особистості, а тому є універсальними і дозволяють працювати з усіма категоріями клієнтів соціального працівника. Крім того арт-терапевтичні техніки допомагають розвинути творчі та комунікативні здібності, навички соціальної підтримки та взаємодовіри; підвищити самооцінку та рівень самоусвідомлення, емоційний потенціал, сформувати вміння вирішувати внутрішні протиріччя, проявляти емоції, вирішувати конфліктні ситуації, знімати відчуття напруги.

Актуальність арт-терапії зростає та зумовлює значний інтерес серед науковців, які розглядають її використання з різними категоріями клієнтів (М. Авраменко, О. Вознесенська, О. Деркач, А.Капська Л. Полтороак, Л. Фірсова, Є. Холостова та інші). Сьогодні методи арт-терапії використовують для розв’язання таких проблем як міжособистісні конфлікти, вікові кризи, травми, втрати, у консультуванні дітей та підлітків, для розвитку особистості, під час розв’язання сімейних проблем, корекції поведінки, у роботі з обдарованими дітьми тощо. А тому соціальні працівники можуть працювати за такими методиками з різними категоріями населення: діти, підлітки, кризові сім’ї, молоді сім’ї, люди з проблемами психічного здоров’я, нарко- та алкозалежні, люди похилого віку та інші. Арт-терапія розглядається як засіб, який дозволяє піклуватися про емоційний стан людини, її психічне здоров’я засобами художньої діяльності; засіб впливу на особистість за допомогою різних форм і методів мистецтва. До його складу входять такі методи: ізотерапія, бібліотерапія, імаготерапія, музикотерапія, вокалотерапія, кінетотерапія тощо. На думку О. Вознесенської, арт-терапія – це метод зцілення за допомогою творчого самовираження. Не терапія або лікування, а саме зцілення – досягнення цілісності [1, 20]. Тому і основними завданнями її виступають: акцентування уваги клієнта на його відчуттях і почуттях; створення необхідних умов для вербалізації думок та почуттів; допомога клієнту знайти соціально прийнятний вихід як позитивним, так і негативним почуттям [2, 22].

У соціальній роботі методи арт-терапії мають свої переваги:

* практично кожний клієнт може брати участь в арт-терапевтичній роботі, оскільки вона не вимагає спеціальних вмінь, здібностей до образотворчої діяльності;
* арт-терапія є засобом переважно невербального спілкування, а тому підходить для тих клієнтів, яким важко передати словесно свої почуття, переживання, емоції, або, навпаки, занадто багато часу та уваги приділяє спілкуванню;
* образотворча діяльність є хорошим засобом для налагодження взаємостосунків клієнта і фахівця;
* арт-терапевтичні методи краще допомагають зрозуміти «витіснене» з свідомості у сферу підсвідомого і зрозуміти поведінку, соціальні ролі, стани клієнтів;
* арт-терапія є дієвим засобом самопізнання, самоаналізу та самовираження особистості;
* робота з різними видами мистецтва завжди викликає у людей позитивні емоції, викликає бажання змінити себе, бути активним та відповідальним;
* арт-терапія допомагає у самовихованні та саморегуляції особистості, викликає сприятливий настрій, швидке настання емоційної адаптації, оптимізує функціональний стан організму, слугує чинником відновлення людини.

Л. Полторак [49] у своїй роботі на основі переліку послуг в Законі України «Про соціальні послуги» та функціональних можливостей арттерапії в соціальній роботі виділила основні напрями, за якими доцільно працювати з клієнтами: використання арт-терапії у процесі психологічної діяльності соціальних працівників, у процесі навчально-виховної діяльності соціальних працівників, у процесі превентивної та просвітницької діяльності та у процесі аніматорської діяльності. Кожний із напрямів реалізує всі функції роботи соціального працівника з різними категоріями клієнтів. Отже методи арт-терапії займають значне місце у професійній діяльності соціальних працівників та відіграють важливу роль у наданні якісної та зорієнтованої на сучасні вимоги та потреби суспільства допомоги різним групам клієнтів. Використання арт-терапевтичних методів допомагає соціальним працівникам врахувати всі індивідуальні особливості клієнта, життєві обставини, в яких опинилася людина та забезпечити успішний процес впливу на аналіз, розвиток, регуляцію поведінки в процесі роботи з нею. 16 грудня 2009 року Верховна Рада України ратифікувала Конвенцію ООН про права інвалідів (далі КПІ) та Факультативний протокол до неї, а 6 березня 2010 року ці договори набули чинності на території України. Конвенція є першою конвенцією з прав людини в XXI столітті та першим юридично обов'язковим документом для всебічного захисту прав осіб з інвалідністю. Конвенція включає розвиток соціальної точки зору.

* 1. Характеристика напрямів арт-терапії у соціальній роботі

В цілому методи терапії ґрунтуються на двох формах роботи - індивідуальній і груповій, кожна з який характеризується визначеною технологією побудови взаємодії між фахівцем і клієнтом. Метою такої взаємодії може бути подолання будь-яких емоційних проблем, обмін інформацією, розвиток соціальних навичок, зміна ціннісних орієнтацій, спрямування соціальних орієнтацій у конструктивному напрямку.

Індивідуальна терапія заснована на особистому контакті і клієнтом. У результаті терапевтичного впливу дитина вчиться розуміти і приймати себе, піклуватись про себе та будувати стосунки зі світом на основі вільного вибору. Перевагою індивідуальної терапії є те, що окремому учаснику приділяється більше уваги, разом з тим вона більш ефективна при вирішення проблем, що вимагають конфіденційності (зґвалтування, сексуальне життя, сімейні конфлікти тощо).

Групова терапія заснована на знанні законів міжособистісного впливу в малій групі. Терапевт пояснює членам групи сутність їх проблем, прогнозує можливість і терміни корекції, організовує тренінг спілкування. Переваги групової терапії полягають у можливості отримання за законами зворотного зв'язку емоційної підтримки від учасників групи, що мають такі ж проблеми і цілі. В такому випадку людина не тільки просить допомоги, але й надає її іншим. Це полегшує процес вирішення міжособистісних конфліктів, бо у людини є можливість спробувати різні стилі поведінки на заняттях у групі.

Групова терапія поділяється на сімейну та ігрову. Сімейна терапія, що передбачає вилив одночасно на дітей, батьків та найближчих родичів, є провідною у роботі з дітьми з девіантною поведінкою. Ігрова терапія ефективна у подоланні емоційних та комунікативних проблем дітей і підлітків [21].

Творчі методи, що вийшли в основному з психіатрії і психології, все частіше використовуються в інших сферах (медичній, соціальній, освітній). Їх застосування засноване на специфіці дії на людину різних видів мистецтва. Арт-терапія, що належить до творчих методів і підходів, в соціальній роботі є однією з технологій, що входять в соціальну терапію, і порівнюється з трудовою терапією, ритмотерапией, соціотерапією. Можна також, вважаючи арттерапію одним з методів вирішення проблем клієнта, характеризувати її з позиції різних теорій і моделей соціальної роботи.  
       Отже, виникає нагальна проблема визначення впливу потенціалу арт-терапії з різних позицій (можливості терапевтичного ефекту, зв'язок з практикою соціальної роботи), сфокусуємося на ресурсах, що дозволяють розвивати необхідні професійні компетенції працівників соціальних служб. Арт-терапія є таким же практичним методом роботи з клієнтами, як і соціальна робота, в ній приділяється велика увага стосункам між клієнтом і фахівцем.

     Взаємодія і в арт-терапії, і в роботі соціального працівника включає вербальну і невербальну поведінку. Грати роль активного спостерігача, мати навички в отриманні інформації різного рівня, уміти користуватися механізмами зворотного зв'язку - головні завдання фахівця з соціальної роботи.

  Одна з головних цілей соціальної роботи (незалежно від методу) - це зміна ситуації, психологічного стану клієнта. В даному випадку можуть бути ефективні як соціальні зміни, що допомагають вирішувати проблеми у відносинах між людьми, так і особистісні, спрямовані на розкриття здібностей або ухвалення самостійних рішень. Зміни відбуваються і на різних етапах арт-терапевтической діяльності і можуть відбуватися на трьох рівнях: внутрішньоособовому, міжособовому і соціальному. Соціальні зміни припускають зміни в стосунках клієнта з оточенням (сім'я, професійне оточення). Відмінністю буде те, що в арт-терапії цим змінам допомагають не лише стосунки, що складаються між фахівцем і клієнтом, як це відбувається в практичній соціальній роботі, але і створювана в ході роботи продукція, художня експресія.  Існуюча в соціальній роботі екосистемна модель є найбільш відповідною для порівняння з багатьма елементами арт-терапії. Арт-терапевтичні відношення в даному випадку припускають наявність системи різноманітних зовнішніх і внутрішніх чинників, вплив яких на клієнта необхідно враховувати. Це сімейне, професійне, соціальне оточення і соціальні норми, що складаються у зв'язку з цим, установки, професійна і сімейна культура. Уся система є динамічною і відкритою, тому початкуючий фахівець з соціальної роботи, використовуючи елементи арт-терапії, повинен враховувати актуальні соціально-економічні умови життя клієнта.

 Програма з елементами арт-терапії в соціальній роботі припускає, на наш погляд, групову роботу, оскільки в цьому випадку дозволяє змінити сприйняття учасників групи через вивчення колективного досвіду, поліпшити соціальне функціонування, розширити життєвий простір учасника. Групова арт-терапія розвиває цінні соціальні навички, «дозволяє освоювати нові ролі і проявляти латентні якості особистості, спостерігати, як зміна власної поведінки впливає на оточення».

Творчі методи в підготовці фахівців з соціальної роботи служать новим доступним способом пізнання професійних навичок і отримання «тілесних» знань, самоідентифікації і підвищенню рівня соціальної активності, самоврядування. Система самоаналізу по виявленню фахівцем своїх недоліків і ресурсів підвищення якості послуг представляється одній зі значущих в умовах сучасної культури. Таким чином, потенціал творчих методів здатний не лише підтримувати професійний рівень компетенцій, а отже, якість соціального обслуговування, але і виступати ресурсом у боротьбі з професійним вигоранням соціальних працівників. Потенціал творчих методів розширює межі оцінних практик соціальної взаємодії і соціального обслуговування в ціломуУ наш час існує багато методичних прийомів (технік і технологій) терапії. Соціальні педагоги в своїй практичній діяльності використовують ігрову терапію, бібліотерапію, казкотерапію, логотерапію, лялькотерапію, музичну терапію, танцювальну терапію, психогімнастику, епістолярну терапію, фототерапію, оригамі тощо.

Ігротерапія - використання різноманітних ігор. Гра виступає дійовим терапевтичним засобом, тому, що вона сприяє звільненню від напруги, психологічних "затисків", стереотипів, стимулює розвиток енергійності, життєвого оптимізму, створює умови для особистісного росту дитини, зміни ставлення до свого «Я», підвищення рівня само-сприйняття. Для організації ігор можна використовувати неструктурований ігровий матеріал (воду, пісок, глину, пластилін), який сприяє розвитку сублімації.

При роботі з дітьми доречно використовувати структурований матеріал, який провокує дітей проявляти свої бажання і оволодівати соціальними навичками. Наприклад, фігурки людей, постільна білизна викликають бажання піклуватись про когось, зброя - проявляти агресію, телефон, машина - сприяють розвитку комунікативних дій.

Ізотерапія - терапія засобами мистецтва. Арттерапія дає вихід внутрішнім конфліктам і сильним емоціям, сприяє підвищенню самооцінки клієнтів та їх здатності усвідомлювати свої відчуття.

Існує декілька варіантів цього методу:

- використання вже існуючих творів мистецтва через їхній аналіз і інтерпретацію клієнтами;

- спонукання клієнтів до самостійної творчості;

- використання творів мистецтва і самостійна творчість клієнтів;

-т ворчість самого фахівця - ліплення, малювання й ін., спрямоване на взаємодію з клієнтом.

Бібліотерапія - вплив на клієнта за допомогою читання спеціально підібраної літератури з метою нормалізації чи оптимізації його психічного стану. Терапевтичний вплив читання проявляється в тому, що ті чи ті образи і почуття, думки, бажання, що засвоюються за допомогою книжок, компенсують брак власних уявлень, замінюють тривожні думки і почуття, спрямовуючи їх до нових цілей. У процесі читання книги клієнт веде записи, аналіз яких допомагає об'єктивно оцінити його стан. Список книг психотерапевт підбирає відповідно до проблеми клієнта.

Казкотерапія є одним із найцікавіших терапевтичних методів. Казка з її багатим виховним потенціалом та емоційною забарвленістю дозволяє вирішити безліч психолого-медагогічних завдань.

В казкотерапії переважно використовуються такі форми роботи:

- аналіз відомих дитячих казок; створення казки «по слову від кожного»; експромтне інсценування казки;

- вигадування кінця казки чи початку нової казки;

- створення авторської казки кожним членом, де в завуальованій формі він розповідає про власні проблеми, переживання та очікування.

Аналіз таких казок дозволяє терапевту більш яскраво побачити причини життєвої кризи дитини чи підлітка, оцінити рівень позитивних зрушень, що відбулись (чи не відбулись) у клієнта.

Логотерапія - метод розмовної терапії - передбачає розмову з дитиною, спрямований на вербалізацію (словесний опис емоційних переживань пацієнтів терапевтом) емоційних станів, словесний опис емоційних переживань. У процесі логотерапії в особистості клієнта повинна відбутися перебудова, щоб він зміг самостійно виявляти конструктивні зміни в самому собі. Це приносить задоволення, підвищує ступінь самоповаги, сприяє становленню зрілої особистості.

Лялькотерапія - використання лялькової драматизації. Терапевт розігрує ляльковий спектакль, в якому бачить конфліктні і значимі для дитини ситуації, пропонуючи їй їх оцінити як сторонньому спостерігачу. До лялькотерапії, в якій всі дійові особи - звірі, варто залучати дітей, що проявляють тривогу, страх, піддавалися стресу, різноманітним травмам. Можна рекомендувати обмін ролей із дорослими або іншими дітьми.

Музична терапія - один з найстарших методів впливу на психіку людини, що може застосовуватися в соціальній терапії. Даний метод активно використовується в корекції емоційних проблем, страхів, рухових і мовних розладів, відхилень у поведінці, при комунікативних проблемах. Групові, індивідуальні музико терапевтичні заняття містять у собі, з урахуванням актуальної ситуації в групі, музичну тему, що викликає в слухачів переживання, пов'язані з їхнім минулим, сьогоденням і майбутнім. При роботі з дітьми і підлітками цей метод найбільш ефективний, якщо музичний твір виконує сам терапевт, тому що це сприяє виникненню обстановки спонтанної взаємодії, більшої автентичності, довірливості. Разом з тим, можливі тут і негативні моменти, - у клієнтів виникає підвищена тривожність, втомлюваність, дратівливість тощо. Складання музичної програми вимагає визначеної режисури, знання потреб, рівня культури клієнтів, що беруть участь у даній терапевтичній дії. Для деяких клієнтів метод музичної терапії є важкою формою, особливо якщо дитина відчуває недостатність музичної освіти чи не має музичного слуху.

Танцювальна терапія - метод, що застосовується при роботі з дітьми і підлітками з порушеннями спілкування та міжособистісної взаємодії. Танцювальні рухи в поєднанні з фізичними контактами і інтенсивною міжособистісною взаємодією можуть стимулювати глибокі і сильні почуття.

Мета танцювальної терапії - розвиток усвідомлення власного тіла, створення позитивного образу тіла, розвиток навичок спілкування, дослідження почуттів і накопичення групового досвіду. Основним завданням груп танцювальної терапії є здійснення спонтанних рухів. Танцювальна терапія розвиває рухливість і укріплює сили як на фізичному, так і на психічному рівні. Тіло і розум розглядаються в ній як єдине ціле.

Психогімнастика - одна з форм терапії, при якій взаємодія ґрунтується на руховій експресії, міміці, пантоміміці. Нправи спрямовані на зменшення напруги і скорочення емоційної дистанції учасників групи, а також на вироблення уміння виражати почуття, бажання - свої й іншої людини. Наприклад, вправи по зняттю напруги складаються з найпростіших рухів: я йду по воді, по гарячому піску, поспішаю на навчання, повертаюся з навчання та ін. По єднання міміки, жестів, рухів і дотиків створює більш повну можливість вираження і передачі своїх відчуттів і намірів без слів. Для дітей і підлітків це є необхідним переживанням і пізнанням того, що своїм тілом можна передати думку іноді більш переконливо, ніж словом.

Епістолярна терапія - написання листа. Цей метод терапії дозволяє досягнути реставрації міжособистісних стосунків у випадку, коли мовний контакт порушено чи він взагалі не існує. Те, що написане, переконує та навіює сильніше, ніж сказане. Крім того, лист до дитини (чи до батьків) можна використати як допоміжний засіб корекції стосунків. Такий лист повинен починатись словами любові та поваги. Лист має бути лаконічним, яскравим і обов'язково приємним. Бажано, щоб лист містив конструктивні пропозиції щодо покращення порушених міжособистісних стосунків. В епістолярній терапії переважно використовуються такі форми роботи:

- лист до реального (уявного) друга;

- лист самому собі (до своїх) кращого Я, до свого поганого Я);

- лист до улюбленого героя (літературного, історичного, політичного тощо);

- лист у майбутнє та ін.

У технології соціальної роботи не рекомендується віддавати перевагу якому-небудь одному терапевтичному методу, вважаючи його панацеєю. Вплив найбільш ефективний, якщо застосовується комплекс методів з урахуванням умов і ситуації, набутого досвіду, факторів, що підсилюють мотивацію клієнта.

В даний час система спеціальної підготовки кадрів у галузі соціально-педагогічної терапії ще не склалася, хоча потреба у фахівцях даного профілю постійно зростає. Тому кожному соціальному педагогу слід опанувати знаннями і технологічними навичками терапевтичної роботи з клієнтами [18].

* 1. Особливості арт-терапії у соціальній інклюзії.

Арт-терапія (від лат. *ars* – мистецтво, від грец. *therapeia* – лікування) – сучасний метод соціальної адаптації, особливо важливий для осіб з інвалідністю, які, як правило, з незалежних від них причин є соціально дезадаптованими. Протелікуваннямистецтвом не лишезцілює, але й інтегруєїх у суспільство. Арт-терапіяпереважновикористовуєзасоби невербального спілкування, щодужеважливо для людей, яким складно висловитисвої думки словами.

Інтенсивний розвиток арт-терапії в Україні невипадковий, адже її методи близькі до ментальності українців. Для них характерна орієнтація швидше на емоційно-образ непереживання, ніж на раціональне вирішення внутрішньо-психічних конфліктів. Джерелом душевного здоров’я людейє, зокрема, народна творчість.Українськіписанки та вишиванки відомі всьомусвітові. Потужний цілющий ресурс має українська музика та пісні, якіздавна супроводжувалиусі важливі життєві етапи наших предків. Використав сучасній українській арт-терапії форм народноїтворчостіварто розглядати як одну з особливостейрозвитку арт-терапії.

Зокрема, психологи переконані, що під час сеансів арт-терапії пацієнти отримують важливе послання від власної підсвідомості. Ця методика належить до найдавніших і природних форм корекції емоційних станів. Важливо, що будь-яка людина навіть самостійно, без допомогифахівця, можезайматися арт-терапією. Це допомагає їй розслабитися і зняти напруження. Арт-терапія ґрунтується на вірі у творчу основу особистості. Вона не ставить собі за мету зробити пацієнта художником або актором, а передусім спрямована на вирішення психологічних проблем.

У багатьох країнахактивну участь у соціальній інклюзії людей з особливими потребами беруть музеї. Один із найбільших художніх музеїв світу Лувр відомийсвоїм проектом «Музей без правил» та доторковою скульптурною галереєю, створено спеціально для слабозорих відвідувачів.

У США до арт-терапіїпідходи особливо ретельні. З людьми, які мають інвалідіність, комунікують як співробітники музею, так і спеціально підготовлені волонтери. У музеїсучасногомистецтва Нью-Йорка для незрячих і слабозорих проводяться екскурсії, у ході якихвідвідувачам дозволяють «досліджувати» скульптури в спеціальних рукавичках.

Із 1999 р. у Гельсінкі за підтримки національного фонду культури і міністерства освіти Фінляндії діє проект Федерації інвалідів по зору «Картини для вух». У його рамках музеїпроводятьекскурсії, адаптовані для незрячих дорослих і дітей. Відвідувачам видають невеликі магнітофони із записом тексту екскурсії і правилами для орієнтування вприміщеннях музею. Для незрячих людей виготовляються рельєфні малюнки, де зображено картини чи експонати, яких не можна торкатися руками.

У 2000 р. у Муніципальному музеї італійського міста Беллузю вперше у світі відкрили зал для сліпих, де незрячі відвідувачі мали змогу на дотик ознайомитися з тривимірними репродукціями відомих полотен, виготовлених за допомогою комп’ютерних технологій.

Музей природничоїісторії у Відніу 2004 р. упершепровівекскурсійний день для сліпих. Понадп’ятдесятекскурсантівзмоглинавпомацкивідчути величезний сталагміт із вапнякової печери, скам’янілі останки динозаврів, слонів і давніхриб.

Роботи фіналістів першого у Британії конкурсу творів мистецтва, які можуть сприйматися незрячими людьми, були представлені у Лондоні у2005 р. на виставці «Почуття і чуттєвість». Уекспозиції –картини, написані акриловою фарбою на алюмінії, олійнийживопис, плетенівироби, скульптури з бронзи і дерева. Усі вони супроводжувалисязвуковимописом і підписами шрифтом Брайля.

А в берлінському музеї Йоганна Августа Цойнеіз 2007 р. діє постійна експозиція предметів, які можна відчути на дотик, присвячена історії і проблематиці сліпоти [2].

Віднедавна у Львівському музеї історії релігії проводять екскурсії для незрячих, нечуючих та дітей із вадами розумового розвитку. Працівники музею запозичили цю ідею під час поїздки до Польщі, де львівські науковці проходили стажування.Цей проект спрямований на інтеграціюдітей з особливими потребами усоціальний та арт-простір Львова. Інтерактивназустрічіз дітьми, якімають вади слуху, відбувається у два етапи – теоретичний і практичний. Спершу для них проводять ознайомчу екскурсіюмузеєм.Розповідьекскурсоводасупроводжуєтьсясурдоперекладомїхньоговикладача. Після цього нечуючих і слабочуючих дітей навчають малювати ікони на склі[2].

Словосполучення «арт-терапія» в науково-педагогічній інтерпретації трактується як турбота про емоційне самопочуття і психологічне здоров’я особи, групи, колективу засобами художньої діяльності. Таким чином, на перший план виходять завдання розвитку, виховання, соціалізації.

Таким чином, арт-терапія в соціальній роботі – це системна інновація, яка характеризується: 1) комплексом теоретичних і практичних ідей, нових технологій; 2) розмаїттям зв’язків із соціальними, психологічними і педагогічними явищами; 3) відносною самостійністю (відособленістю) від інших складових соціальної діяльності.

Арт-терапія, в основі якої лежать ідеї Фрейда та Юнга, –це не стільки лікування, скільки розвиток у людини властивої їй креативності, гармонізації, які допомагають у вирішенні проблем. Згідно з Фрейдом, внутрішнє «Я» людини виявляється у візуальній формі щоразу, коли вона спонтанно щось малює чи ліпить, а образотворче мистецтво, маючи багато спільного з фантазіями та сновидіннями, компенсує та знімає психічну напругу. Юнг наголошував на важливостівикористанняперсональних та універсальнихсимволів. Центральною фігурою в арт-терапевтичномупроцесі є не пацієнт як хвора людина, а особистість, яка прагне до саморозвитку й розширеннядіапазонусвоїхможливостей. Учений вважав, що пацієнт, спираючись на «трансцендентні» властивостісимволів і власний творчий потенціал, здатен досягти самозцілення, а символічні образи несуть у собі способи вирішення внутрішньопсихічнихконфліктів[5, с. 20].

Існує багато напрямів арт-терапії. Вони поєднують використання в терапевтичній практиці візуальних мистецтв: малюнка, живопису, монотипій, мозаїк, колажів, гриму, боді-арту, масок, ліплення, пісочної анімації тощо.

**Малювання**є одним із основних видів арт-терапії. Ізотерапія – це творчий акт, який дозволяє особі з інвалідністю відчути і зрозуміти самого себе, висловити свої думки та почуття, звільнитись від конфліктів та сильних переживань, розвинути емпатію, бути самим собою. Малювання розвиває чуттєво-рухову координацію, вимагає взаємодії багатьох психічних функцій. Основна мета ізотерапевтичних технологій: корекція емоційно-вольової сфери людини з вадами розумового розвитку [7, 12].

Ізотерапія – це творчий акт, який дозволяє особі з інвалідністю відчути і зрозуміти самого себе, висловити свої думки та почуття, звільнитись від конфліктів та сильних переживань, розвинути емпатію, бути самим собою, вільно висловлювати свої думки. Малювання розвиває чуттєво-рухову координацію, вимагає взаємодії багатьох психічних функцій.

У процесі роботи у технологіях ізотерапії, окрім позитивних змін у поведінці людини, які добре помітні через спостереження, є і наочні, видимі результати: роботи учасників, які дуже красномовно говорять самі за себе.

Основна мета ізотерапевтичних технологій: корекція емоційно-вольової сфери дитини з вадами розумового розвитку. Окрім цього, хочеться виділити і додаткову, не менш важливу: профілактику психосоматичних захворювань, які у даний час помітно витісняють всі інші внаслідок підвищення темпу життя, збільшення емоційних перевантажень, ріст депресивних тенденцій.

У своїй роботі педагоги використовують такі форми ізотерапевтичного впливу як створення індивідуальної творчої роботи, малювання в парі на спільному аркуші паперу, групові форми роботи – створення спільної великої роботи.

Таким чином, робота з казкою сприяє розвитку уяви, навчає особу з вадами розвитку раціонально користуватися своїми внутрішніми ресурсами, розвинути її чуттєвий світ. Завдяки казко терапії вдається запобігти психосоматичним розладам, привернути увагу до свого внутрішнього світу, навчити її виражати, розпізнавати, регулювати свої емоції

Спеціалізованою формою психотерапії є музикотерапія. Використання музики може бути активним і пасивним. За активної музикотерапії особа отримує можливість пограти на музичних інструментах. При пасивній — за допомогою прослуховування, спеціально підібраної музики, досягається необхідний психотерапевтичний ефект. Музикотерапія допомагає подолати внутрішні конфлікти та досягти внутрішньої гармонії [6, 18].

Цілісний розвиток особистості – основний принцип казкотерапії. Остання добре долає у осіб з інвалідністю високий рівень тривожності, різноманітні страхи, агресивність, адаптує до колективу. Використання казки у педагогічній практиці дає змогу розвивати творче мислення, уяву, сприймання, мовлення, стосунки у дитячому колективі, моторику рук, артистичні здібності, збагачувати словниковий запас, допомагає у соціальній інклюзії [9, 10].

У процесі роботи у технологіях ізотерапії, окрім позитивних змін у поведінці людини, які добре помітні через спостереження, є і наочні, видимі результати: роботи учасників, які дуже красномовно говорять самі за себе.

Основна мета ізотерапевтичних технологій: корекція емоційно-вольової сфери дитини з вадами розумового розвитку. Окрім цього, хочеться виділити і додаткову, не менш важливу: профілактику психосоматичних захворювань, які у даний час помітно витісняють всі інші внаслідок підвищення темпу життя, збільшення емоційних перевантажень, ріст депресивних тенденцій.

У своїй роботі педагоги використовують такі форми ізотерапевтичного впливу як створення індивідуальної творчої роботи, малювання в парі на спільному аркуші паперу, групові форми роботи – створення спільної великої роботи.

Таким чином, робота з казкою сприяє розвитку уяви, навчає особу з вадами розвитку раціонально користуватися своїми внутрішніми ресурсами, розвинути її чуттєвий світ. Завдяки казко терапії вдається запобігти психосоматичним розладам, привернути увагу до свого внутрішнього світу, навчити її виражати, розпізнавати, регулювати свої емоції.

**Висновки до першого розділу**

Таким чином, корекційно можливості арт-терапії у соціальній роботі використовуються для досягнення позитивних змін у інтелектуальному, соціальному, емоційному й особистісному розвиткуклієнтів. Творчий характер занять допомагає людині відкрити в собі щось нове, краще розуміти і пізнавати себе, розвивати свої відносини з іншими людьми та навколишнімсередовищем. За допомогоюмистецтваособистість не лише виражає себе, а йбільшедізнається про інших.

Отже, соціальна терапія є однією з соціально-педагогічних послуг, що тісно пов'язана з психотерапією, в якій використовуються методи впливу на психіку. Це систематичні, цілеспрямовані заходи з надання допомоги особі чи групі осіб у питанні урегулювання почуттів, імпульсів, думок, ставлень і зняття психологічних симптомів, які викликають тривожність, дискомфорт у пацієнтів.

В основі терапевтичного впливу лежить процедура соціальної допомоги, надання клієнту підтримки з боку оточення, ліквідація негативних наслідків взаємин.

Соціальна терапія здійснюється в двох основних формах: індивідуальній та груповій.

На сьогодні існує багато методичних прийомів (технік і технологій) соціальної терапії. Соціальні педагоги в своїй практичній діяльності використовують ігрову терапію, арттерапію, бібліотерапію, казкотерапію, логотерапію, лялькотерапію, музичну терапію, танцювальну терапію, психогімнастику, епістолярну терапію тощо.

Виходячи з вищезазначеного, наразі гостро стоїть проблема підготовки фахівців з соціально-педагогічної терапії, що професійно володітимуть технологіями терапевтичної роботи.

Методии арт-терапії поєднують використання в терапевтичній практиці візуальних мистецтв: малюнка, живопису, монотипій, мозаїк, колажів, гриму, боді-арту, масок, ліплення, пісочної анімації тощо.

**Малювання** є одним з основних видів арт-терапії. Ізотерапія – це творчий акт, який дозволяє особі з інвалідністю відчути і зрозуміти саму себе, висловити свої думки та почуття, звільнитися від конфліктів та сильних переживань, розвинути емпатію, бути самим собою. Малювання розвиває чуттєво-рухову координацію, вимагає взаємодії багатьох психічних функцій.Основна мета ізотерапевтичнихтехнологій –корекція емоційно-вольової сфери людини з вадами розумового розвитку.

РОЗДІЛ 2. АНАЛІЗ ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТ

2.1 Основні аспекти арт- терапевтичних методик у соціальній роботі

Одна з головних цілей соціальної роботи (незалежно від методу) - це зміна ситуації, психологічного стану клієнта. В даному випадку можуть бути ефективні як соціальні зміни, що допомагають вирішувати проблеми у відносинах між людьми, так і особистісні, спрямовані на розкриття здібностей або ухвалення самостійних рішень. Зміни відбуваються і на різних етапах арт-терапевтической діяльності і можуть відбуватися на трьох рівнях: внутрішньоособовому, міжособовому і соціальному. Соціальні зміни припускають зміни в стосунках клієнта з оточенням (сім'я, професійне оточення). Відмінністю буде те, що в арт-терапії цим змінам допомагають не лише стосунки, що складаються між фахівцем і клієнтом, як це відбувається в практичній соціальній роботі, але і створювана в ході роботи продукція, художня експресія.  Існуюча в соціальній роботі екосистемна модель є найбільш відповідною для порівняння з багатьма елементами арт-терапії. Арт-терапевтичні відношення в даному випадку припускають наявність системи різноманітних зовнішніх і внутрішніх чинників, вплив яких на клієнта необхідно враховувати. Це сімейне, професійне, соціальне оточення і соціальні норми, що складаються у зв'язку з цим, установки, професійна і сімейна культура. Уся система є динамічною і відкритою, тому початкуючий фахівець з соціальної роботи, використовуючи елементи арт-терапії, повинен враховувати актуальні соціально-економічні умови життя клієнта.

Програма з елементами арт-терапії в соціальній роботі припускає, на наш погляд, групову роботу, оскільки в цьому випадку дозволяє змінити сприйняття учасників групи через вивчення колективного досвіду, поліпшити соціальне функціонування, розширити життєвий простір учасника. Групова арт-терапія розвиває цінні соціальні навички, «дозволяє освоювати нові ролі і проявляти латентні якості особистості, спостерігати, як зміна власної поведінки впливає на оточення».

Творчі методи в підготовці фахівців з соціальної роботи служать новим доступним способом пізнання професійних навичок і отримання «тілесних» знань, самоідентифікації і підвищенню рівня соціальної активності, самоврядування. Система самоаналізу по виявленню фахівцем своїх недоліків і ресурсів підвищення якості послуг представляється одній зі значущих в умовах сучасної культури. Таким чином, потенціал творчих методів здатний не лише підтримувати професійний рівень компетенцій, а отже, якість соціального обслуговування, але і виступати ресурсом у боротьбі з професійним вигоранням соціальних працівників. Потенціал творчих методів розширює межі оцінних практик соціальної взаємодії і соціального обслуговування в цілому.

Соціальна робота зв'язана з великим емоційним і психічним навантаженням. Фахівці не лише підпорядковані безлічі етичних вимог, але і несуть серйозну відповідальність за поліпшення життя своїх клієнтів.

Таким чино, у соціальній роботі все більше використовують творчі ресурси людини, можливості мистецтва впливати на них і сприяти розвитку особистості в цілому. Творчі методи роботи займають значне місце в прикладних науках. Завдяки багатому арсеналу різних технологій і терапій, ці методи викликають теоретичний і практичний інтерес у багатьох галузях знань і займають особливе місце в підготовці професійних працівників галузі соціальної роботи.

Словосполучення «арт-терапія» в науково-педагогічній інтерпретації розуміється як турбота про емоційне самопочуття і психологічне здоров'я особи, групи, колективу засобами художньої діяльності. Таким чином, на перший план виходять завдання розвитку, виховання, соціалізації. Кажучи офіційною науковою мовою, арт-терапія в освіті — це системна інновація, яка характеризується: 1) комплексом теоретичних і практичних ідей, нових технологій; 2) різноманіттям зв'язків з соціальними, психологічними і педагогічними явищами; 3) відносною самостійністю (відособленістю) від інших складових педагогічної дійсності [10, 18].

Метод арт-терапії є одним з давніх форм корекції емоційного стану, для зняття накопиченої психічної напруги, щоб заспокоїтись та сконцентрувати свою увагу.

Існує багато видів арт-терапії, її напрями є найбільш розповсюдженими. Сама арт-терапія є напрямом який поєднує використання в терапевтичній практиці візуальних мистецтв: малюнка, живопису, монотипій, мозаїк, колажів, гриму, боді-арту, масок, ліплення тощо. Арт-терапія найбільш розроблений напрямок із величезною кількістю технік, прийомів, методик. Саме з малюнка почалася історія арт-терапії , як психотерапевтичного методу. Перевагою арт-терапії є відсутність протипоказань та активна діяльність дітей на заняттях, їх бажання працювати.

Творчі методи, що вийшли в основному з психіатрії і психології, все частіше використовуються в інших сферах (медичній, соціальній, освітній). Їх застосування засноване на специфіці дії на людину різних видів мистецтва. Арт-терапія, що належить до творчих методів і підходів, в соціальній роботі є однією з технологій, що входять в соціальну терапію, і порівнюється з трудовою терапією, ритмотерапией, соціотерапією. Можна також, вважаючи арттерапію одним з методів вирішення проблем клієнта, характеризувати її з позиції різних теорій і моделей соціальної роботи.

Отже, виникає нагальна проблема визначення впливу потенціалу арт-терапії з різних позицій (можливості терапевтичного ефекту, зв'язок з практикою соціальної роботи), сфокусуємося на ресурсах, що дозволяють розвивати необхідні професійні компетенції працівників соціальних служб. Арт-терапія є таким же практичним методом роботи з клієнтами, як і соціальна робота, в ній приділяється велика увага стосункам між клієнтом і фахівцем.

     Взаємодія і в арт-терапії, і в роботі соціального працівника включає вербальну і невербальну поведінку. Грати роль активного спостерігача, мати навички в отриманні інформації різного рівня, уміти користуватися механізмами зворотного зв'язку - головні завдання фахівця з соціальної роботи.

  Ізотерапія дозволяє клієнту відчути й зрозуміти себе, виразити свої думки та почуття, звільнитися від негативних переживань. Даний метод є не лише відображенням у свідомості клієнтів оточуючої та соціальної дійсності, але і її моделювання. Зазначений метод можна використовувати з різними категоріями клієнтів, особливої актуальності він набуває в роботі з дітьми, оскільки малювання сприяє узгодженню міжпівкульових взаємозв’язків, активізації конкретно-образного мислення, пов’язаного з роботою правої півкулі й абстрактно-логічного, за яке відповідає ліва півкуля [8 Осипова А.А. Общая психокоррекция. М., 2000. – 512 с.

Мандалотерапія є однією з технік ізотерапії, що полягає у створенні циркулярних композицій – мандал. *Поняття «мандала»* має санскритське походження і означає «магічне коло» [Докторович М. О. Арт-терапія в діяльності психолога та соціального педагога / М. О. Докторович, Г. Л. Рурик, І. А. Хозраткулова. - К. : Редакції загальнопедагогічних газет, 2014. - 97 с.

Створюючи мандалу, клієнт підсвідомо створює символ власної особистості, який допомагає йому зрозуміти себе, чого він вартий, допомагає звільнитися від почуття напруженості, досягти своєї цілісності.

Казкотерапія – метод арт-терапії, який використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, удосконалення способів взаємодії з оточуючим світом. Концепція даного методу заснована на ідеї цінності метафори як носія інформації.

Музикотерапія – контрольований процес використання звуків та музики, що являє собою діяльність, яка містить відтворення, фантазування, імпровізацію за допомогою людського голосу та вибраних музичних інструментів чи прослуховування спеціально підібраних музичних творів [44 с. 19].

Танцювальна терапія - психотерапевтичне використання танцю і рухів як процесуальної дії, що сприяє інтеграції емоційного та фізичного стану особистості. Дана техніка застосовується в роботі з клієнтами, що мають емоційні розлади, порушення спілкування і міжособистісної взаємодії [Копытин А.И. Социальная и клиническая арт-терапия [Электронный ресурс] // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. – 2013. – N 2 (2). – URL: http://medpsy.ru/climp (дата обращения: 20.02.18 г.).

При творчому підході до рухів під музику танок набуває експресивності, яка дозволяє вивільнити почуття та дослідити приховані протиріччя, що можуть бути причиною психічного напруження. Даний метод дуже ефективний в груповій роботі, оскільки на підсвідомому рівні утворює замкнутий стійкий комплекс – «магічне коло» (спільна діяльність учасників).

Ігрова терапія *-* психокорекційне використання гри, що здійснює вплив на розвиток особистості, сприяє створенню міцних взаємовідносин між членами групи, допомагає зняти стан тривожності, підвищує рівень самооцінки, дозволяє перевірити себе в різноманітних ситуаціях спілкування, оскільки, як відомо, у процесі гри знімається небезпека соціально значущих наслідків.

Пісочна терапія *–* один із психокорекційних, розвиваючих методів, спрямованих на розв’язання особистісних проблем через роботу з образами особистої та колективної підсвідомості.

Основна мета даного методу – допомогти клієнтові досягти ефекту самозцілення за допомогою спонтанного творчого вираження особистісного та колективного підсвідомого, включення його у свідоме; посилення здатності особистості до самодетермінації та саморозвитку.

Фототерапія *–* метод терапевтичного впливу, заснований на застосуванні фотографій або слайдів для вирішення психолого-педагогічних проблем, а також для розвитку й гармонізації особистості. У процесі здійснення консультування клієнтів можна послуговуватися такими техніками: особисті колекції клієнта (фотокартки, зроблені клієнтом або фото, які йому просто подобаються); робота з фотографіями клієнта, зробленими іншими особами (клієнт виступає суб’єктом зйомки для подальшого дослідження власного портрету); робота з автопортретом клієнта (ефективна при роботі з проблемою адекватної самооцінки, упевненості в собі); робота з сімейним/біографічним альбомом (фотознімки з сімейного архіву); робота з фотопроекціями (формування спонтанної, першочергової думки про фотокартки в процесі її перегляду чи створення; проекція – дуже корисний інструмент, що дозволяє клієнту зрозуміти власний спосіб сприйняття оточуючої реальності).

Метафоричні асоціативні картистворюють атмосферу безпеки та довіри. Простота застосування даного інструменту дозволяє соціальному працівнику використовувати його для вирішення міжособистісних конфліктів клієнтів, дослідження сімейних систем, побудови генограми, моделювання та дослідження будь-яких процесів у й майбутньому; формувати позитивне мислення; здійснювати самоаналіз та саморозвиток; долати стресові стани; працювати зі страхами тощо.

До головних особливостей зазначеної техніки можна віднести:

1. обхід раціонального мислення, зняття захисту і опору (образ виступає первинним явищем у формуванні свідомості особистості, тому звернення до нього (образу) інтернаціонально за допомогою карт спрацьовує для осіб будь-якого віку, статі, ментальності, рівня інтелектуального розвитку);
2. створення діалогу між зовнішнім і внутрішнім світом (на підсвідомому рівні особистість пам’ятає все, що з нею відбувалося, однак не завжди усвідомлює це; слідом за образом спливають асоціації, пов’язані з ним у підсвідомості, що дозволяє переглянути внутрішній „фотоальбом” клієнта; карти виконують роль пускового механізму у світ уяви, дозволяють створити безпечне екологічне поле для діалогу між зовнішнім і внутрішнім світом клієнта);
3. реконструкція подій (реконструкція психотравмуючих подій на картах дозволяє уникнути додаткової ретравматизації особистості, запускає її внутрішні процеси самозцілення, створює безпечний контекст пошуку і моделювання вирішення, активізує процеси пошуку власного унікального шляху виходу з кризової ситуації.

Музикотерапія - один з напрямів арт-терапії, реалізує психотерапію за допомогою музики і є спеціалізованою формою психотерапії, яка заснована на музиці. Використання музики може бути активним і пасивним. За активної музикотерапії особа отримує можливість пограти на музичних інструментах. При пасивній - за допомогою прослуховування спеціально підібраної музики досягається необхідний психотерапевтичний ефект. Музикотерапія допомагає подолати внутрішні конфлікти та досягти внутрішньої гармонії.

Кольоротерапія - метод психологічної корекції за допомогою кольору. Одним із видів арт-терапії є кольоротерапія заснована на дії кольору на нервову систему особи з інвалідністю. Існує два напрями кольоротерапії: безпосередній вплив на мозок людини та створення необхідного кольорового лікувального середовища [10,7].

Арт-терапія існує як самостійний напрям у лікувально-корекційній і профілактичній роботі усього кілька десятиліть. Цей напрям почав формуватися як окремий і переважно емпіричний метод у середині XX століття.

Первинна основа арт-терапевтичних технологій -- архаїчні форми мистецтва, що збереглися в народній творчості, що характеризується наївністю, безпосередньо діючим характером, опорою на символічну мову несвідомого і які є джерелам душевного здоров'я людей.

На сьогоднішній день розвитком цієї професії - арт-терапії - займаються в основному лікарі-психіатри, психотерапевти та практикуючу психологи, які використовують елементи арт-терапії в профілактичній та корекційній роботі.

Заняття мистецтвом надають унікальну можливість психологічного спілкування, що є не тільки самостійною сферою людського життя, але і, безумовно, необхідним, нічим не замінним її елементом.

Дослідження І.Ю. Левченко показало, що досить успішна компенсація тривоги, відносний психологічний комфорт може забезпечуватися «відходом у мистецтво» -- читанням книг, прослуховуванням музики, вивченням історії мистецтва, переглядом архітектурних пам'яток, а також продуктивними видами художньої діяльності -- живописом, віршотворчістю [30].

Продукти творчості відбивають підсвідомі бажання, настрої і думки людини, що дозволяє використовувати їх для динамічної оцінки її стану і розвитку.

Терапія засобами мистецтва -- арт-терапія -- це синтез декількох галузей наукового знання (мистецтва, медицини і психології). У лікувальній і психокорекційній практиці вона -- сукупність методик, видів мистецтва у своєрідній символічній формі, що дозволяють за допомогою стимулювання художньо-творчих (креативних) проявів людини здійснити корекцію порушень психосоматичних, психоемоційних процесів (І.Ю. Левченко) [30].

Арт-терапія -- метод зцілення за допомогою творчості, що застосовується у психотерапії, психосоматичних клініках та в соціальній сфері.

Говорячи про арт-терапію, найчастіше мають на увазі терапію художньою творчістю. Хоча в наш час інтенсивно розвиваються й інші напрямки арт-терапії (танцювально-рухова, піскова терапія, музикотерапія тощо).

Арт-терапія *–* це засіб вільного самовираження і самопізнання. Художня творчість допомагає зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил і спосіб спілкування із собою. Спираючись на трансцендентні властивості символів і власний творчий потенціал, людина здатна досягти самозцілення. Символічні образи являють собою способи вирішення внутрішньо-психічних конфліктів.

Арт-терапія існує в індивідуальному і груповому варіанті. Індивідуальна арт-терапія може застосовуватися в психіатрії: для осіб, до яких не можна застосувати вербальну психотерапію (олігофрени, психотики, особи похилого віку з порушеннями пам'яті часто здатні виражати свої переживання в образотворчій формі), пацієнтів з неглибокими психічними розладами невротичного характеру; для дітей і Дорослих з проблемами вербалізації (аутисти, мовні порушення -- заїкуватість, малоконтактність), з невимовними переживаннями (з посттравматичними розладами) [2].

Індивідуальний арт-терапевтичний процес відбувається, як правило, на основі психодинамічного підходу -- дослідження несвідомого на продуктах образотворчої діяльності. Як інші форми психотерапії, арт-терапія припускає психотерапевтичний контракт, встановлення психотерапевтичних взаємин, феномени перенесення і контрперенесення.

Методика арт-терапії базується на переконанні, що внутрішнє «Я» людини відбивається в образах кожен раз, коли вона спонтанно малює, пише портрет, розглядає архітектурні пам'ятки або ліпить скульптуру. Використовується як засіб спілкування терапевта з пацієнтом на символічному рівні. Образи художньої творчості відображають види підсвідомих процесів, включаючи фобії, внутрішні конфлікти, спогади дитинства, сновидіння. Сприяє досягненню наступних цілей: дати соціально прийнятий вихід агресивності іншим негативним почуттям; полегшити процес лікування; розвинути відчуття внутрішнього контролю; дає переживання пацієнта. Найбезпечнішим і напевно, найприємнішим методом лікування психіки залишається та ж арт-терапія, яка впливає на психіку через витвори мистецтва - музику, малюнок, літературний твір, архітектуру, скульптуру.

Еволюція поняття “арт-терапія” відбиває процеси відособлення трьох самостійних направлень: медичного, соціального, педагогічного. Поєднує ці направлення художньою творчою діяльністю в якості лікувального, відволікаючого або гармонізуючого фактору [4, 305].

Основна мета арт-терапії складається в гармонізації розвитку особистості через розвиток здатності самовираження й самопізнання. З погляду представника класичного психоаналізу, основним механізмом корекційного впливу в арт-терапії є механізм сублімації. На думку К.Юнга, мистецтво, особливо легенди й міфи й арт-терапія, яка використовує мистецтво, у значній мірі полегшують процес індивідуалізації саморозвитку особистості на основі встановлення зрілого балансу між несвідомим і свідомим "Я" [8, 104].

З погляду представника гуманістичного напрямку, корекційні можливості арт-терапії пов'язані з наданням клієнтові практично необмежених можливостей для самовираження й самореалізації у продуктах творчості, ствердженням і пізнанням свого "Я". Створювані клієнтом продукти, об'єктивуючи його афективне відношення до світу, полегшують процес комунікації й установлення відносин зі значимими іншими.

У якості ще одного можливого корекційного механізму, може бути розглянутий сам процес творчості як дослідження реальності, пізнання нових, раніше схованих від дослідника, сторін і створення продукту, що втілює ці відносини.

Арт-терапія в соціально-педагогічному просторі - системна інновація, яка характеризується: 1)комплексом теоретичних та практичних ідей, нових технологій; 2)різноманіттям зв'язків з соціальними, психологічними та педагогічними явищами; 3)відносною самостійністю від інших складових педагогічної діяльності; 4)здатністю до інтеграції, трансформації.

Дорослий та дитина у арт-терапевтичному процесі здобуває досвід позитивних змін. Послідовно відбувається поглиблення самопізнання, самоприйняття, гармонізація розвитку, особистісний ріст. Це є потенційний шлях до самовизначення, самореалізації, самоактуалізації особистості у навколишньому світі [2, 174].

Аналіз сучасних досліджень з соціальної терапії засобами мистецтва дозволяє побачити доказ корисності цього методу у лікувальних цілях в тому, що він:

1) надає можливість для вираження агресивних почуттів в соціально прийнятній манері. Малювання, живопис фарбами або ліплення є безпечними способами розрядки напруги;

2) прискорює прогрес у соціально-педагогічній терапії. Підсвідомі конфлікти й внутрішні переживання легше виражаються за допомогою зорових образів, чим у розмові під час вербальної психотерапії. Невербальні форми комунікації можуть із більшою ймовірністю уникнути свідомої цензури;

3) дає підстави для інтерпретацій і діагностичної роботи в процесі соціально-педагогічної терапії. Творча продукція через її реальність не може заперечуватися пацієнтом. Зміст і стиль художньої роботи надають соціальному педагогові величезну інформацію, крім того, сам автор може внести вклад в інтерпретацію своїх власних створінь;

4) дозволяє працювати з думками й почуттями, які здаються непереборними. Іноді невербальний засіб виявляється єдиним інструментом, що розкриває й пояснює інтенсивні почуття й переконання;

5) допомагає зміцнити терапевтичну взаємодію. Елементи збігу в художній творчості членів групи можуть прискорити розвиток ємпатії й позитивних почуттів;

6) сприяє виникненню почуття внутрішнього контролю й порядку. Малювання, живопис фарбами й ліплення приводять до необхідності організовувати форми й кольори;

7) розвиває й підсилює увагу до почуттів. Мистецтво виникає в результаті творчого акту, що дає можливість прояснити зорові і кінестетичні відчуття й дозволяє експериментувати з ними;

8) підсилює відчуття власної особистісної цінності, підвищує художню компетентність. Побічним продуктом терапії мистецтвом є задоволення, що виникає в результаті виявлення схованих умінь і їхнього розвитку. Необхідно підкреслити, що використання художніх прийомів у процесі проведення групи також дозволяє глибоко вивчати фантазування й уява, вирішувати конфлікти між членами групи й допомагати їм у досягненні особистісної гармонії [3, 177].

Арт-терапія має очевидні переваги перед іншими - заснованими винятково на вербальній комунікації - формами психотерапевтичної роботи, а саме:

- практично кожна людина (незалежно від свого віку, культурного досвіду і соціального стану) може брати участь в арт-терапевтичній роботі, яка не вимагає від неї яких-небудь здібностей до образотворчої діяльності чи художніх навичок. Кожен, будучи дитиною, малював, ліпив і грав.

Тому арт-терапія не має обмежень у використанні. Немає підстав говорити і про наявність яких-небудь протипоказань до участі тих чи інших людей в арт-терапевтичному процесі;

- арт-терапія є засобом переважно невербального спілкування. Це робить її особливо цінною для тих, хто недостатньо добре володіє мовою, має труднощі в словесному описі своїх переживань. Символічна мова є однією з основ образотворчого мистецтва, дозволяє людині найчастіше більш точно виразити свої переживання, по-новому глянути на ситуацію і життєві проблеми і знайти завдяки цьому шлях до їх вирішення;

- образотворча діяльність є могутнім засобом зближення людей, своєрідним «мостом» між фахівцем і клієнтом. Це особливо цінно в ситуаціях взаємного відчуження, при ускладненні в налагодженні контактів, у спілкуванні з приводу занадто складного і делікатного предмета;

- арт-терапія є засобом вільного самовираження і самопізнання, припускає атмосферу довіри, терпимості й уваги до внутрішнього світу людини;

- продукти образотворчої діяльності є об'єктивним свідченням настроїв і думок людини, що дозволяє використовувати їх для динамічної оцінки стану, проведення відповідних досліджень;

- арт-терапевтична робота в більшості випадків викликає в людей позитивні емоції, допомагає перебороти апатію і безініціативність, сформувати більш активну життєву позицію;

- арт-терапія заснована на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх механізмів саморегуляції і зцілення. Вона відповідає фундаментальній потребі в самоактуалізації - розкритті широкого спектра можливостей людини й утвердження нею свого індивідуально-неповторного способу буття у світі [2].

Арт-терапія (терапія мистецтвом) - один з методів психологічної роботи, що викоритовує можливості мистецтва для досягнення позитивних змін в інтелектуальному, емоційному й особистісному розвитку людини.

Арт-терапія - знак про себе. Будь-яка людина здатна виразити себе, свої почуття і свій стан мелодією, звуком, рухом, малюванням. Для деяких людей це єдиний спосіб дати світу знати про себе, заявити про себе як про творчу особистість.

Арт-терапія - шлях до встановлення відносин. За допомогою мистецтва людина може не тільки виразити себе, але і більше довідатися про себе і про інших людей. Будуючи відносини з людьми, які володіють мовою звуків, фарб, рухів, тобто мовою несловесного спілкування, вона отримує новий досвід, полегшуючи своє спілкування з іншими людьми.

Арт-терапія - процес усвідомлення себе і світу. У творчості втілюються почуття, надії і страхи, очікування і сумніви, конфлікти і примирення. Творчі можливості як дитини, так і дорослого, реалізовані в процесі арт-терапії, припускають інтелектуальний, емоційний розвиток, розкриття творчого потенціалу, здійснення прав на гідне життя, можливість перебороти обмеження, викликані хворобою чи травмами.

Арт-терапія - творчий пошук. Переживання моменту творіння дає сили для подолання перешкод і вирішення внутрішніх і зовнішніх конфліктів.

Арт-терапія - як спосіб соціальної адаптації. Арт-терапія особливо важлива для людей-інвалідів, що в силу фізичних чи психічних особливостей свого стану найчастіше 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 їхнього соціального і професійного вибору. Розвиток творчого потенціалу людини сприяє її можливостям приймати рішення, більш успішно будувати своє життя.

Основний принцип казкотерапії – цілісний розвиток особистості, турбота про душу, зцілення казкою. Казкотерапія добре долає у осіб з інвалідністю високий рівень тривожності, різноманітні страхи, агресивність, адаптує до колективу. Казкотерапію можна використовувати у роботі з агресивними дітьми, невпевненими, сором’язливими, брехливими, а також у випадках різного роду психосоматичних захворювань. Процес казкотерапії дозволяє людині усвідомити та проаналізувати свої проблеми, побачити шляхи їх вирішення.

Суть методу казкотерапії полягає в тому, що казка доступно пояснює, що добре, а що погано. На прикладі позитивних персонажів дитина вчиться бути хорошою, а негативні герої казок викликають у неї лише негативну реакцію [4, 90].

Використання казки в педагогічній практиці дає змогу розвивати творче мислення, уяву, сприймання, мовлення, стосунки у дитячому колективі, моторику рук, артистичні здібності, збагачувати словниковий запас, допомагає у соціальній адаптації дітей з особливими потребами.

У народних казках чітко сформульований ідеал виховання, визначено моральні якості, притаманні культурно освіченій людині, зібрані конкретні відомості про форми і способи культурної поведінки, а також наслідки порушень визначених норм. Немає такого аспекту виховання, який би не відбився у казці. У багатьох казках йдеться про те, яка велика користь і насолода буває від праці. Часто у народних казках деталізується і сам процес праці. Так, наприклад, з казки "Півник і двоє мишенят" учням стає зрозуміло, що працьовитість завжди винагороджується, а лінь – засуджується. У процесі читання даного твору діти дізнаються і про те, як хліб потрапляє на стіл. Майже всі казки, у світі яких проходить дитинство людини, виражають у метафоричній формі конфлікт головного героя з дійсністю, створюють в образній формі виховуючі ситуації, де герой перемагає.

Однією з актуальних проблем, яка стоїть перед педагогами-дефектологами, є проблема агресивності. Діти з інтелектуальною недостатністю – це в основному діти із неблагополучних сімей, діти, які обділені увагою батьків. Вони часто стикаються з проявами неповаги в сім'ї, брутальністю, тобто діти зі складною долею. Саме такі діти потребують найбільшої уваги, турботи про їх емоційне здоров'я, психолого-педагогічної допомоги. Дитина з особливими потребами неспроможна самостійно проаналізувати і критично оцінити свою поведінку та змінити її. Тому в роботі з розумово відсталими учнями, які мають агресивні прояви поведінки, необхідно використовувати такі засоби впливу, які б не викликали у дитини реакцій внутрішнього опору. Одним з ефективних засобів впливу на молодшого школяра спеціальної школи-інтернату і є казкотерапія.

Казка дає дітям можливість зрозуміти свої негативні емоції, що є першим кроком до керування ними, а гра у казкового позитивного чи негативного героя і є спосіб управління своєю агресією. Слухаючи, програваючи або ж вигадуючи казки, дитина, таким чином, може дати волю своїм почуттям, виплеснути негативні емоції, зрозуміти, що як і негативний казковий герой, який знову стає добрим, вона завжди може виправити свої помилки, що немає безвихідних ситуацій.

Тексти багатьох казок легко піддаються прочитуванню в особах. Діти дуже люблять читати, передаючи голосом казкового персонажа. Перед тим, як приступити до читання казки в особах, характеризується кожен персонаж твору. З цією метою використовуються такі дидактичні ігри: гра "Хто я?" – вчитель називає характерні ознаки, а діти відгадують, про кого йде мова; гра "Добери прислів'я" – на дошці таблиця-опора з прислів'ями,учні відбирають ті, що характеризують того чи іншого героя.

Під час роботи над казкою широко застосовуються прийоми інсценізації й драматизації. Драматизовані ігри справляють на дітей величезне враження. Інсценування казки сприяє розвитку мовлення, моторики, емоційно-вольової сфери, акторських здібностей розумово відсталої дитини. Під час підготовки до інсценізації діти з задоволенням беруть участь у створенні костюмів, масок, малюють або роблять аплікації з паперу чи природного матеріалу, зображуючи улюбленого персонажа.

У ході роботи над казкою активно використовуються екранізовані казки. Але не варто використовувати такі види роботи під час ознайомлення з новою казкою. Оскільки у дітей з обмеженими освітніми можливостями саме зорові аналізатори розвинені дещо краще, ніж слухові, і діти вже не сприймають казку як витвір словесного мистецтва.

Активно використовуються ілюстрації до казок, які дають образно-наочне уявлення про казкових персонажів, допомагають глибше пізнати їхній характер, відтворюють навколишній світ. Зорові образи, створені ілюстраціями, легко запам'ятовуються розумово відсталими учнями і надовго залишаються у пам'яті.

Міцні знання особи з інвалідністю набувають тільки у процесі активної пізнавальної діяльності, важливим збудником якої є інтерес. Стійкий пізнавальний інтерес формується під час поєднання емоційного, раціонального й ефективного у навчанні. Тому дуже важливо зробити урок для дітей цікавим і захоплюючим. Захоплені казкою, учні набагато краще засвоюють програмовий матеріал, процес навчання стає для них не важкою працею, а насолодою. Казкові ситуації на уроках створюють робочий настрій, знімають втому, допомагають підтримувати увагу дітей протягом усього уроку [13,10].

Отже, казкотерапія різнопланово використовує потенціал казок, відкриває уяву, дозволяє метафорично висловлювати точнінші життєві сценарії, збагачує лексичний запас учасника терапії. Казки для казкотерапії підбираються різні: народні, авторські, а також спеціально розроблені, корекційні.

Серед сучасних засобів і напрямів в арт-терапії все яскравіше заявляє про себе відносно нове перспективний напрям - орігамі.Традиційне японське мистецтво орігамі-конструювання різноманітних паперових фігурок шляхом складання квадрата без вирізання та склеювання - все ширше інтегрується у світову культуру і науку, стає предметом досліджень фахівців таких галузей, як конструювання, архітектура, математика, технічний дизайн, педагогіка, практична психологія та арт-терапія. У наш час орігамі як метод арт-терапії з успіхом використовують в лікувальній і реабілітаційної практиці лікарі різних спеціалізацій. У матеріалах першої міжнародної конференції «Орігамі в педагогіці та арт-терапії» відзначається позитивний вплив занять орігамі в роботі з інвалідами слуху, зору, опорно-рухової системи, пацієнтами психоневрологічних диспансерів, психіатричних лікарень, глухонімими, онкологічними хворими.

Численні дослідження свідчать про те, що заняття орігамі покращують якість життя хворих, зменшують рівень тривожності, допомагають забути біль і горе, підвищують самооцінку, сприяють налагодженню дружніх відносин, взаємодопомоги в колективі, допомагають встановити контакт між лікарем і пацієнтом. Тому невипадковим є поява нового терміна в арт-терапевтичній практиці - «спосіб життя орігамі».

Займаючись орігамі, клієнт стає учасником захоплюючого дії - перетворення паперового квадрата в оригінальну фігурку - квітка, коробочку, метелик, динозавра. Цей процес нагадує фокус, маленьку виставу, що завжди викликає радісне здивування. Шляхом послідовного нескладного складання паперу вздовж геометричних ліній отримуємо модель, яка вражає своєю красою і змінює в кращу сторону емоційний стан хворого. Виникає бажання показати комусь це диво, скласти щось ще. Зникає відчуття ізольованості, налагоджується спілкування, в тому числі і лікаря з пацієнтом, що є особливо важливим, якщо пацієнт - дитина. Бувають випадки, коли діти, у стані страху, тривоги відмовляються приймати їжу або ліки. Тоді на допомогу приходить лялька в руках арт-терапевта і неможливе стає можливим. Такою ж «чарівною паличкою» служить орігамі. Але далеко не в кожній лікарні знайдеться фахівець з лялькотерапії, в той час як складання в техніці орігамі доступно практично всім, та й папір є завжди під рукою. Відомі приклади успішного застосування орігамі навіть у випадках аутизму.

Соціальні працівники та педагоги з різних країн світу, де вже більше 20 років використовується орігамі стверджують, що ці заняття значно покращують емоційний стан хворих, знімають депресію, підвищують впевненість у власних силах, сприяють встановленню дружніх контактів, Що в цілому поліпшує психологічний стан клієнтів і робить лікування більш ефективним. Унікальність арт-терапевтичного впливу орігамі полягає також у тому, що людина, навіть в умовах повної ізоляції, має можливість вести діалог з собою, зі своїм інтелектом. Це приносить величезне задоволення.

Причин успіху занять орігамі в арт-терапії та організації дозвілля хворих у лікарнях та реабілітаційних центрах багато:

- сам папір з її звичним, неагресивним статусом. З папером можна робити все, що завгодно: Зім'яти, розірвати, малювати на ній, а в орігамі папір виступає в новій незвичній для себе ролі - з неї можна скласти безліч цікавих моделей. З'являється мотивація, бажання навчитися цьому;

- оволодіти технікою орігамі дуже легко, в будь-якому віці, як дітям, так і дорослим;

- результат досягається швидко;

- має місце прогнозований позитивний результат - якщо складати фігурку акуратно і точно, вона обов'язково вийде гарною, і заставу цього - сама природа цієї техніки конструювання, де панують точність, Симетрія і гармонія геометричних ліній;

- є можливість керувати процесом », тобто вносити зміни до фігурку за своїм бажанням, винайти багато власних моделей;

- усувається бар'єр між лікарем і пацієнтом, виникає атмосфера довіри;

- на заняттях орігамі здійснюється невербальний контакт в спілкуванні, що в окремих випадках буває єдино можливим;

- орігамі поєднує в собі прийоми і форми роботи деяких інших арт-терапевтичних напрямків: Казкотерапія (казки орігамі), ігротерапії (ігри з рухомими фігурками), терапію засобами драми і лялькотерапії (розігрування сцен з ляльками орігамі, масок, і тому подібне), терапію засобами музики, Хорового співу та еврітміі з притаманними їм гармонією та ритмічністю рухів (що також має місце при складанні в техніці орігамі та дає терапевтичний ефект), терапію кольором (використовується різнобарвна папір);

- метод повтору і ритмічність у складанні модульного орігамі (зірки, орнаменти, «3-D»-моделі) врівноважують психічний стан людини;

- сама форма деяких фігур (кусудам, многогранників, каркасних структур) несе позитивний гармонізує і оздоровчий ефект.

Цікаво, що одні з найдавніших фігур оригамі - кусудама - паперові кулі із шести або більше модулів, і в наш час не втратили свого традиційного призначення - нести здоров'я людям. Вважається, що таку кулю, якщо його підвісити над ліжком хворого, буде сприяти одужанню. Такі подання відносяться до області сакральної геометрії, а сам термін використовується археологами, антропологами, філософами і культурологами. Його застосовують для опису системи релігійних, філософських і духовних архетипів, які спостерігаються протягом всієї історії людства і так чи інакше пов'язані з геометричними поглядами щодо будови Всесвіту і людини. Згідно з цими уявленнями, людина, за допомогою деяких геометричних об'єктів (правильних багатогранників, наприклад), вступає в контакт з енергетичним світом, земної і космічної енергією, що дає сили для його фізичного і духовного розвитку. Можливо, в цьому і секрет сили тяжіння і оздоровчого потенціалу орігамі. У ньому панує геометрія.

Сучасні дослідження показують, що правильні багатогранники (Платонова тіла) можуть захищати від випромінювань техногенного властивості, активізувати саморегуляцію організму, відновлювати енергообмін людини. Усередині приміщень у формі пірамід процеси загоєння та одужання йдуть швидше. Опукла форма без граней дозволяє накопичувати енергію і передавати власнику. Овальна форма позитивно впливає на психіку і поведінку. Кругла форма конденсує енергію кращим чином і служить для посилення здоров'я.

Є ще одна фігурка орігамі, яка завжди буде асоціюватися з надією на одужання. Це японський журавлик, «цуру», - птах з довгою шиєю - символ довголіття і щасливого життя. Згідно японською легендою, якщо скласти тисячу таких журавлів, виповниться бажання. Через десять років після атомного бомбардування Хіросіми і Нагасакі, японська дівчинка Садако захворіла на лейкемію, - вона стала складати тисячу паперових журавлів, щоб вижити. Коли вона зрозуміла, що не видужає, то, складаючи журавликів орігамі, стала молитися за мир у всьому світі. Садако не встигла скласти тисячу журавликів, але в пам'ять про неї летять тепер тисячі паперових журавлів до меморіального комплексу до Хіросіми, як символи надії.

Практика використання орігамі в арт-терапії дає стійкий позитивний ефект, про що свідчить досвід роботи соціальних працівників та педагогів різних країн світу протягом майже двох десятків років..

Заняття орігамі здатні відвернути їх увагу від хвороби і полегшити важке душевний стан.

Орігамі володіють наступними психотерапевтичними властивостями:

- підвищують активність правої півкулі мозку і врівноважують роботу обох півкуль;

- підвищують рівень інтелекту в цілому;

- активізують творче мислення;

- підвищують і стабілізують на високому рівні психоемоційний стан;

- знижують тривожність і допомагають легше адаптуватися до важких ситуацій;

- покращують пам'ять і окомір.

Ці спостереження однаково цінні як для роботи зі здоровими дітьми, так і в умовах лікарні, коли мобілізація психологічного стану є дуже важливою умовою одужання.

Позитивний досвід у роботі зі сліпими Є.Л. Карабинською (Санкт-Петербурзький центр орігамі). Вона відзначає, що користь орігамі полягає не тільки у розвитку дрібної моторики, концентрації уваги, але і в розвитку тактильної чутливості, мікрооріентірованіі, можливості одномоментного сприйняття цілісності образу предмета, стимуляції творчих здібностей. Перспективними є дослідження швидкості засвоєння точково-рельєфного шрифту та просторового орієнтування в процесі занять орігамі - прекрасного засоби реабілітації.

У нашій країні орігамі в арт-терапії тільки починає свій шлях, а в педагогічній практиці існує вже більше, 15 років. І першими вагомий внесок у справу популяризації цього мистецтва зробили М. Г. Яременко та О. М. Сухаревська з Полтави.

Навчання орігамі та заняття з дітьми у не вимагають багато часу, або якогось спеціального обладнання. У більшості випадків потрібні тільки паперові квадрати або папір формату А4 і елементарні знання роботи в цій техніці. Початковий курс орігамі включає вивчення базових форм, основних прийомів складання, міжнародних умовних знаків для роботи за схемами, знайомить з простими класичними моделями, модульним орігамі та технікою гофрування. Вивчаються також ігрові методи роботи з дітьми. У орігамі є величезна кількість моделей, різних за рівнем складності. Їх вибір залежить від віку дитини і стану його здоров'я.

Розвиток орігамі в нашій країні, впровадження його в педагогіку і арт-терапевтичну практику інтернатів, дитячих будинків, роботу соціальних служб, роботу з літніми людьми - один з пріоритетних напрямків роботи Київського клубу орігамі, створеного в 2000 р. За підтримки Посольства Японії, Київський клуб орігамі щомісяця проводить відкриті заняття для всіх, хто хоче долучитися до цього мистецтва (викладачів, лікарів, студентів, дітей та їх батьків). Щорічно організовуються міжнародні виставки, семінари, майстер-класи, проводяться консультації.

Пісочна анімація як метод арт-терапії,забезпечує якісні зміни в інтелектуальній, емоційно ціннісній, дієво-практичній сферах розвитку особистості. Пісок є чудовим засобом для розвитку та саморозвитку дітей, гра з ним позитивно впливає на їхній емоційний стан. Податливість піску дає кожній дитині можливість відчути себе творцем. Не варто також ігнорувати корекційно-розвивальні ресурси занять з піском у роботі з дітьми, що мають вади розвитку. В пісочниці створюються додаткові можливості для розвитку тактильної чутливості.

Спостереження за дітьми в процесі роботи з піском дають педагогові змогу виявити стан дрібної моторики вихованців, рівень їхнього пізнавального процесу, загальної поінформованості, визначити особистісні характеристики дитини її загальний емоційний стан. Коли діти торкаються піску, занурюють в нього руки, в них розвивається тактильно-кінестатична чутливість та дрібна моторика. Крім того, пісок має дивовижну здатність «заземлювати» негативну психічну енергію, тож є чудовим психопрофілактичним засобом. Малювання сприяє гармонійному розвитку дитини та формуванню таких базових якостей особистості, як самостійність і креативність. Малювання сприяє розвитку дрібної моторики, а як наслідок – розвитку мовлення і розумових здібностей у дітей розвивається координація рухів. Малювання сприяє розвитку пам’яті, уваги, зосередженості. У процесі малювання на піску дитина розслабляється, у неї проходять страхи, комплекси, розвивається впевненість у собі. Адже на піску дитина може намалювати все, що завгодно [5,15].

Ігри з піском є ефективним методом психологічної допомоги дитині: у формуванні впевненості у собі та стійкої самооцінки і у гармонізації внутрішнього емоційного стану, зокрема при негативізмі, образливості, конфліктності, при переживанні будь-яких травматичних ситуацій, таких як розлучення батьків, втрата близьких, в адаптації до будь - яких змін у житті дитини. Заняття піском поліпшують емоційний стан дітей: гіперактивних пісок врівноважує, скутих – розслаблює, тривожних – заспокоює, агресивних – втихомирює. Діти будь – якого віку з великим задоволенням грають у піску. Такі ігри насичені різними емоціями: здивуванням, хвилюванням, радістю, захопленням тощо. У пісочниці діти збагачують свій емоційний та соціальний досвід. Маніпулювання з піском сприяє розвиткові фантазії, образного мислення, відпрацюванню точності рухів. Метод сендплею дає необмежені можливості для організації інтегрованої діяльності дошкільнят. Отже, немає нічого простішого та доступнішого, зручнішого та різноманітнішого, природнішого та об’ємнішого ніж пісочна гра.

У корекційно-розвивальній роботі з дошкільниками ще використовується багато інших методів, які допомагають розкрити потенціал та творчі здібності дошкільнят.

Педагогічна арт-терапія - це чарівна країна. Там дитина навчиться бути самим собою, стане розуміти почуття інших, і використовувати емоції як засобу спілкування. Особлива увага приділяється відтворенню фантазії дитини. При цьому дотримуються основних правил арт-терапії: дитина має право вибирати вид та зміст своєї творчої діяльності, працювати в своєму особистому темпі, врахування індивідуальних особливостей дитини, підбір певних видів діяльності, які окрема дитина спроможна виконати і отримати результат, регламентування роботи дитини, що дає змогу підвищити зосередження уваги. Такі правила дають змогу стимулювати пізнавальн уактивність дитини, організувати поведінку, підвищити самооцінку.

Можливість дитини у розвитку її розумових та творчих здібностей за допомогою пісочної анімації – це новий напрямок сучасного мистецтва та реабілітації. Пісочна анімація – одна з найпродуктивніших арт-терапевтичних корекційних методик для дітей-інвалідів - невербальна форма психотерапії, в процесі якої відбувається «діалог» рук з піском  
[12,13].Вона забезпечує якісні зміни в інтелектуальній , емоційно ціннісній, дієво-практичній сферах розвитку особистості. Пісок є чудовим засобом для розвитку та саморозвитку дітей, гра з ним позитивно впливає на їхній емоційний стан. Податливість піску дає кожній дитині можливість відчути себе творцем. Не варто також ігнорувати корекційно-розвивальні ресурси занять з піском у роботі з дітьми, що мають вади розвитку.

У пісочниці створюються додаткові можливості для розвитку тактильної чутливості. Спостереження за дітьми в процесі роботи з піском дають педагогові змогу виявити стан дрібної моторики вихованців, рівень їхнього пізнавального процесу, загальної поінформованості, визначити особистісні характеристики дитини її загальний емоційний стан. Коли діти торкаються піску, занурюють в нього руки, в них розвивається тактильно-кінестатична чутливість та дрібна моторика. Крім того, пісок має дивовижну здатність «заземлювати» негативну психічну енергію, тож є чудовим психопрофілактичним засобом. Малювання сприяє гармонійному розвитку дитини та формуванню таких базових рис особистості, як самостійність і креативність. Малювання сприяє розвитку дрібної моторики, а як наслідок – розвитку мовлення і розумових здібностей у дітей розвивається координація рухів. Малювання сприяє розвитку пам’яті, уваги, зосередженості. У процесі малювання на піску дитина розслабляється, у неї проходять страхи, комплекси, розвивається впевненість у собі. Адже на піску дитина може намалювати все, що завгодно. Ігри з піском є ефективним методом психологічної допомоги дитині. Заняття піском поліпшують емоційний стан дітей: гіперактивних пісок врівноважує, скутих – розслаблює, тривожних – заспокоює, агресивних – втихомирює. Такі ігри насичені різними емоціями: здивуванням, хвилюванням, радістю, захопленням тощо. У пісочниці діти збагачують свій емоційний та соціальний досвід [6, 35].

Отже, немає нічого простішого та доступнішого, зручнішого та різноманітнішого, ніж пісочна гра. Маніпулювання з піском сприяє розвиткові фантазії, образного мислення, відпрацюванню точності рухів.

2.2. Етапи проведення технологій арт-терапії

Однією з особливостей застосування арт-терапевтичних технологій у процесі соціально-педагогічної терапії є структура проведення занять даного типу, що складається з шістьох послідовних етапів.

Перший етап - налаштування

Початок заняття -- це “налаштування на творчість”. Завдання цього етапу - підготовка учасників до спонтанної художньої діяльності і внутрішньогрупової комунікації. При цьому можна використовувати ігри, рухові і танцювальні вправи, нескладні образотворчі прийоми. Наприклад, різні варіанти техніки «карлючки» («карлючки тіла», «каляки»), техніка «закритих очей», «автографи», «естафета ліній» (див.). При виконанні цих вправ відбувається зниження контролю з боку свідомості і настає релаксація.

Другий етап - актуалізація візуальних, аудіальних, кінестетичних відчуттів. На цьому етапі можна використовувати малюнок у сполученні з елементами музичної і танцювальної терапії. Музика як терапевтичний засіб, на думку багатьох вітчизняних і закордонних учених (С.С. Корсаків, В.М. Бехтерев, К. Швабі та ін.) впливає на настрій людини, поліпшує її самопочуття, стимулює її волю до одужання, допомагає активно брати участь у лікувальному процесі. Для занять краще підбирати мелодійні композиції без тексту, які не викликають протесту в учасників. Голосність звучання також установлюється з загальної згоди. Необхідно змінити чи виключити музику, якщо цього бажає хоча б один із присутніх. Можна сполучати арт- і танцювально-рухову терапію.

Третій етап - індивідуальна образотворча діяльністьЦей етап припускає індивідуальну творчість для дослідження власних проблем і переживань. Прийнято вважати, що всі види підсвідомих процесів, у тому числі страхи, сновидіння, внутрішні конфлікти, ранні дитячі спогади, відбиваються в образотворчій продукції при спонтанній творчості. Більше того, заняття візуальним мистецтвом, на думку англійського арт-терапевта С. Скейфі, сприяють розкриттю внутрішніх сил людини. Таким чином, людина невербальною мовою повідомляє про свої проблеми і почуття, вчиться розуміти й аналізувати свої емоції. За твердженням Е. Крамер, продукт образотворчої діяльності сублімує руйнівні, агресивні тенденції автора і попереджає тим самим їхній безпосередній прояв у вчинках.

Учасники занять, як правило, розрізняються за ступенем готовності до експресії, до контакту з арт-терапевтом, до відкритості у вербалізації своїх переживань. Деякі діти і дорослі намагаються створювати реалістичні, красиві малюнки, тому необхідно пояснити учасникам заняття, що їхні роботи не будуть оцінюватися. Важливий процес спонтанної творчості, емоційний стан «малювальника», його внутрішній світ, пошук адекватних засобів самовираження.

Даний етап заняття передбачає непряму діагностику. Так, деякі додаткові відомості про автора можна одержати при інтерпретації малюнків відповідно до критеріїв відомих проективних методик (див.). Однак варто уникати прямолінійних аналогій і поспішних висновків. При виборі образотворчих засобів потрібно враховувати стан особистості, її потребу в приховуванні травматичних переживань, бажання контролювати емоції. На перших заняттях учасники прагнуть працювати знайомими і звичними засобами, і тільки в міру подолання психологічного захисту починають експериментувати, стають більш експресивними. Як правило, діти з високою особистісною чи ситуативною тривожністю спочатку малюють простим олівцем, багаторазово виправляючи зображення, а тільки потім розфарбовують його. Коли переборені захисні тенденції, фарби здатні викликати сильний емоційний відгук, стимулювати уяву і прагнення творчості. Поліфонія кольорів і відтінків дозволяє більш точно відобразити настрій і психічний стан.

Прийнято вважати, що пластичні матеріали (глина, пластилін, тісто) найбільшою мірою підходять для вираження сильних переживань, агресивних почуттів, страхів.

Використання техніки колажу нерідко допомагає перебороти невпевненість, ситуативну тривожність, пов'язану з відсутністю художнього таланту. Колективна робота над створенням колажу сприяє проясненню взаємин в групі.

Четвертий етап - активізація вербальної і невербальної комунікації

Головне завдання цього етапу полягає у створенні умов для внутрішньогрупової комунікації. Кожному учаснику пропонується показати свою роботу і розповісти про неї. Ступінь відкритості і відвертості самопрезентації залежить від рівня довіри до групи, до арт-терапевта, від особистісних особливостей дитини. Якщо вона з якихось причин відмовляється від висловлювань, не слід наполягати. Можна запропонувати учасникам скласти історію про свій малюнок і придумати для нього назву. Починати розповідь можна словами «Жила собі людина, схожа на мене...». Такий початок полегшує вербалізацію внутрішнього стану і підсилює ефект проекції та ідентифікації. По розповіді учасника можна зрозуміти, кого він засуджує, кому співчуває, ким захоплюється. Тому неважко скласти уявлення про нього самого, його цінності та інтереси, відносини з навколишніми.

П'ятий етап - колективна робота в малих групах. Учасники придумують сюжет і програють невеликі спектаклі. Переклад травмуючих переживань у комічну форму призводить до катарсису, звільненню від неприємних відчуттів, емоцій. Шостий етап.- рефлексивний аналіз

Заключний етап припускає рефлексивний аналіз у безпечній обстановці. Необхідна присутність елементів спонтанної «взаїмотерапії» у вигляді доброзичливих висловлювань, позитивного програмування, підтримки. Атмосфера емоційної теплоти, емпатії, турботи дозволяє кожному учаснику арт-терапевтичної сесії пережити ситуацію успіху в тій чи іншій діяльності. Діти здобувають позитивний досвід самоповаги і самосприйняття, у них зміцнюється почуття власної гідності, поступово коректується образ «Я». На завершення необхідно підкреслити успіхи всіх і кожного окремо [2].

2.3. Аналіз використання арт-терапії у соціальній роботі з різними групами клієнтів.

Зазначимо, що учасні науковці виокремлюють чотири варіанти застосування арт-терапії: 1) пасивна арт-терапія – передбачає аналіз та інтерпретацію картин (репродукцій), фотографій учасниками арт-терапевтичного процесу для «лікування»; 2) активна арт-терапія – зосереджена на самостійній творчій діяльності, яка розглядається як лікувальний чинник; 3) поєднання пасивної і активної арт-терапії; 4) навчання учасника арт-терапевтичного процесу творчій діяльності і вибудовування взаємин з арттерапевтом. Існують різні форми арт-терапії, проте найбільш розповсюдженими є індивідуальна й групова, кожна з яких має різновиди. Інколи, вибір проведення арттерапевтичних занять залежить від бажання учасників, оскільки за відсутності протипоказань вони можуть займатися як індивідуально з арт-терапевтом, так і в групі. Особливо цінною арт-терапія є для тих учасників, які мають труднощі у вербалізації своїх переживань, йдеться про малоконтактність, мовні порушення, «невимовність» у людей з посттравматичними стресовими розладами. Як правило, вони виражають свої емоції і переживання в малюнках, художніх виробах. Для активізації психічних процесів, тренування сенсомоторних умінь і навичок, налаштування на роботу корисною може бути нескладна маніпуляція або гра з різними матеріалами. За умови вибору індивідуальної арт-терапії, арттерапевт намагається налаштувати учасника на роботу. При цьому важливим є встановлення психотерапевтичного контакту, який відбувається на перших зустрічах. При цьому як у арт-терапевта, так і в учасника виникають реакції один на одного (вони не завжди бувають позитивними), що в подальшому впливатиме на атмосферу арт-терапевтичного процесу. Арт-терапевт детально пояснює мету, особливості, характер і умови арттерапевтичної роботи. В разі погодження учасником правил арт-терапевтичної роботи складається контракт, що «захищає» і клієнта, і арт-терапевта, формуючи відповідальність обох сторін за прийняті зобов’язання. Арт-терапевт забезпечує належні умови для проведення індивідуальних арт-терапевтичних занять (засоби, оснащення, регулярність проведення сесій). Учасник зобов’язується відвідувати арт-терапевтичні заняття й оплачувати послуги арт-терапевта. На початкових арт-терапевтичних сесіях арттерапевт разом із учасником узгоджує правила поведінки на заняттях, пояснює що арт-терапія не передбачає спеціальних художніх здібностей, умінь чи навичок, наголошується на вільному самовираженні учасника за допомогою різних художніх матеріалів і засобів. Арттерапевт має враховувати схильність учасника до індивідуального темпу діяльності, оскільки деяким людям складно розпочати малювати, пояснюючи це страхом, сприйманням малювання як дитячої гри або навпаки намаганням створювати якомога гарні малюнки. Поступово, з кожним заняттям між арт-терапевтом і учасником формуються психотерапевтичні відносини, що відрізняються захищеністю, комфортом, переважанням позитивних емоцій. Інколи у учасника можуть виникати негативні відчуття – страх, провина, гнів, образа, злість тощо, які не рекомендується стримувати. Під час малювання, наприклад, техніки «Моє минуле» можуть проявлятися різні спогади, які «опрацьовуються» на етапі обговорення. Арт-терапевт намагається встановити зв’язок між характером образотворчої діяльності людини, досвідом дитинства, взаємовідносинами з іншими людьми і проблемами, характерними для даного періоду життя. Тривалість індивідуальної арт-терапії залежить від загального стану учасника, покращення його психоемоційного стану, характеру образотворчої діяльності – від кількох місяців до року і більше. Групова арт-терапія створює передумови для обміну досвідом, як на вербальному, так і невербальному рівнях, призводить до усвідомлення спільних переживань. Окрім цього, групові арт-терапевтичні заняття відрізняються «демократичною» атмосферою, що проявляється у рівності прав і відповідальності всіх учасників артгрупи, меншому ступені залежності від арт-терапевта, здатністю адаптуватися до групових норм. У цьому контексті М. Лібман [20] наголошує, що групова арт-терапія: ― підвищує самооцінку і призводить до зміцнення особистої ідентичності; ― пов’язана з наданням взаємної підтримки учасникам арт-групи; ― дає змогу опановувати нові ролі, розвивати ціннісні соціальні навички; ― надає можливість поспостерігати за результатами своїх дій і їхнього впливу на інших учасників групи; ― розвиває уміння і навички прийняття рішень. Серед варіантів групової арт-терапії, за ступенем групової взаємодії і структурованості, поширеними є студійна відкрита група, аналітична закрита група і тематично орієнтована група. Слід зазначити, що арттерапевтична група структурується не тільки за рахунок тем, що мають характер індивідуальних чи групових завдань з інструкціями для виконання, але і за рахунок розподілу часу сесії на етапи: 1) введення і «розігрів» (займає приблизно 10–25 % часу сесії); 2) образотворча діяльність (30–40 %); 3) обговорення і завершення сесії (35–40 %) [8].

Особливо дієвою арт-терапія є в соціально-педагогічній роботі з підлітками. Більшість дослідників підліткового віку сходяться у визнанні того виняткового значення, яке має для підлітків спрямованість спілкування з однолітками.

У підлітків особливе значення в житті відіграє спілкування з однолітками, важливим стає думка інших. Дуже часто внутрішні протиріччя, які-небудь проблеми виявляються складними для вербалізації. Ці вікові особливості висувають особливі вимоги до проведення профілактичних, зокрема, тренінгових занять у підліткових групах. Тобто існує потреба в пошуку, адаптації й розробці психологічних технологій, які мають неклінічну спрямованість, доступні для освоєння психолога, цікаві й ефективні в роботі з дітьми. Таким умовам, на наш погляд, відповідає феномен арт-терапії, що повністю відповідає зростаючій потребі людини в м'якому підході до його проблем. Передбачається, що звертання до потужного потенціалу мистецтва, що виконує роль «екзистенціальної підтримки», буде сприяти гуманізації відносин, особистісному розвитку, формуванню позитивного самовідношення, придбанню цінних соціальних навичок.

Під арт-терапією ми розуміємо терапію за допомогою різних видів мистецтва, це один із сучасних напрямків психології.

Наступні характерні риси арт-терапії привабливі для її використання в роботі з підлітками. По-перше, арт-терапія використовує мову візуальної, пластичної, аудиальной експресії. Певні сторони внутрішнього життя підлітка дуже складні для вербалізації, тому арт-терапія стає єдиним способом «зв'язку» між підлітком і суспільством, підлітком і консультантом.

По-друге, арт-терапія сприяє розвитку креативності. Людина творча завжди знайде рішення в будь-якій ситуації. Знайти творче рішення - це значить зробити те, що (як найчастіше здається) ніхто до тебе не робив. Креативність майже тотожна адаптивності, розвиваючи креативність, ми будемо сприяти розвитку адаптивних ресурсів особистості [3, 39].

Наступний момент полягає в тім, що творчість як процес нерозривно пов'язаний з поняттям задоволення. Естетичне задоволення, отримане від створеного, сприяє формуванню в групі довірчих, теплих відносин, прийняттю себе й інших.

Крім того, мистецтво - це унікальний спосіб передачі й засвоєння людського досвіду взагалі, й універсальний життєвий досвід кожного.

Не менш важливим є й той факт, що діяльність, пов'язана із творчістю, є для більшості людей, крім професіоналів, зовсім незвичною, новою, недослідженою, найчастіше сприймається як гра. Ігрова діяльність не має практичної мети. Гра спрямована на процес. Граючи, ми попадаємо в абсолютно комфортний і безпечний простір. У цьому просторі людина може бути такою, якою ще ніколи не була у реальному житті. Коли дорослий або підліток грає, він автоматично попадає в дитинство. Отже, арт-терпія розкриває ресурси людини, дозволяє робити помилки й дурощі, одержувати досвід, що був не можливий у реальному житті.

Взаємодія арт-терапевта з людьми похилого віку вимагає врахування цілого ряду психологічних, соціальних і фізіологічних факторів. Специфічними завданнями арт-терапевтичної роботи при цьому є подолання соціальної ізоляції, підвищення самооцінки людини похилого віку, створення умов для актуалізації її життєвого досвіду, визнання цінностей, реалізація нею свого творчого потенціалу. Безсумнівну, значимість має соціальний контекст, у якому реалізується робота такого роду, зокрема, нерідка самітність і ізольованість людей похилого віку, їхня безпорадність, відносна обмеженість матеріальних ресурсів суспільства для допомоги їм. У нашій країні до цього додається вкрай слабкий розвиток системи геріатричних і психогеріатричних послуг, а також існуюючі соціально-психологічні стереотипи сприйняття старих людей як «баласту» суспільства.

      Арт-терапевтична робота з особами цієї групи може проводитися в соціальних центрах, центрах психічного здоров’я чи стаціонарах денного перебування, лікарнях, інтернатах та ін. медичних і соціальних установах.

      Арт-терапевтична робота з ними може проводитися по-різному, але, як правило, перевага віддається її груповим формам. Допускається участь осіб похилого віку у змішаних групах, однак, у ряді випадків доцільно формувати групи винятково з людей похилого віку — так можна зосередитися на їхніх специфічних потребах чи проблемах і врахувати вікові вимоги. Особливістю старих клієнтів є, зокрема, їхня швидка стомлюваність. Тому групові заняття повинні бути нетривалими, проводитися, по можливості, по ранках і мати тривалі перерви. Необхідно враховувати і такі ймовірні фактори, як слабість зору і слуху, тугорухливість суглобів і т.п. Компенсувати ці недоліки якоюсь мірою можуть додаткове освітлення, великі пензлі чи крейди. Варто брати до уваги і виражене в різній ступені зниження пам’яті й інтелекту, можливе порушення мови. Методи роботи з людьми похилого віку

Як на індивідуальних, так і на групових заняттях можна використовувати вправи для підготовки пацієнтів до роботи, щоб мобілізувати їхню увагу, а в групі - зблизити її членів спільними діями. А саме, вправа «передача листа» цінна тим, що малюнок не має одного автора, а тому не може стати предметом для критики. Арт-терапевт просить учасників групи що-небудь намалювати (це може бути композиція чи знайомий усім образ). Через десять хвилин кожний повинен передати свій малюнок сусіду праворуч. Той що-небудь додає до зображення і передає його далі по колу до тих пір, поки воно не повернеться до свого першого автора.Техніка «завершення карлючок» зручна тим, що дозволяє людям почати роботу не з білого листа. На окремих аркушах арт-терапевт малює різні звивисті лінії, серед яких немає повторюваних, а потім передає зображення учасникам групи і просить їх перетворити лінію в образ. Потім пацієнти показують один одному свої малюнки й обговорюють їх. Приступати до роботи краще з простого завдання, наприклад, «напиши своє ім’я» - клієнтам пропонується зобразити свої імена в довільно обраних стилі і формі. Більшість людей не напружується при цьому і може виявити себе творчо вже на самому початку заняття. Для стимуляції спілкування можна використовувати техніку колажу з кольорового паперу і тканини. В індивідуальній роботі арт-терапевт просить відобразити на малюнку той чи інший сюжет з їхнього життя. Можна використовувати техніку спільного малювання. Багато людей похилого віку мають певні труднощі при малюванні: воно нагадує їм про дитячі роки і здається «несерйозним заняттям». Іноді вони думають, що таким витонченим образом арт-терапевт перевіряє ступінь їх «дурості» оскільки знають про слабість своєї пам’яті. Однак, багато-хто все-таки знаходять образотворчу роботу дуже важливою для себе, тому що вона надає їм можливість реалізувати те, що вони довго в собі «заглушали», все життя займаючись «практично значимими справами», не даючи виходу своїм почуттям і не надаваючи значення такому поняттю як «особистісний ріст». Люди цієї вікової групи мають потребу в поверненні до минулого для того, щоб побачити зміст у власному житті. Деякі арт-терапевти, що працюють зі старими, хотіли б спостерігати очевидні прикмети поліпшення стану своїх пацієнтів. Тобто арт-терапія представляється їм як процес створення красивих картинок для прикраси стін. Якщо їхні пацієнти, займаючись арт-терапією, не виявляють ознак наснаги і щастя, то вони виявляють явну незадоволеність і роздратування. Незадоволеність поступово призводить до ворожості. Старих людей потрібно сприймати такими, які вони є, і не очікувати від них обов’язкового відображення в малюнках щасливих спогадів і почуттів. Люди похилого віку не завжди будуть готові показувати свої роботи іншим: вони, можливо, захочуть сховати їх від навколишніх чи навіть знищити, оскільки в цих роботах відбивається їхня безпорадність. Сентиментальне розчулення і прагнення опікувати - ще одна глибоко деструктивна форма відношення до старих. Вона принижує їхню гідність і підсилює залежність від навколишніх.

Насамперед важливо підкреслити, що в реальному житті правопорушники далеко не завжди відповідають тому образу, що створений засобами масової інформації; серед них багато «звичайних» людей - чоловіків, жінок, підлітків і дорослих, людей веселих і добродушних, роздратованих і агресивних. Вони скоюють злочини з самих різних причин, і часом дуже важко зрозуміти, що ж насправді підштовхнуло їх до криміналу.

Досвід свідчить: заключення людини під варту мало сприяє змінам у її поводженні і не призводить до її реабілітації.

Більшість центрів денного перебування для правопорушників використовує різні форми роботи, серед яких є й образотворче мистецтво. У деяких центрах усвідомлюють, що заняття образотворчою діяльністю може стати важливим інструментом комунікації і роботи з особистістю правопорушника.

Використання арт-терапії засноване на таких же принципах, що і з іншими групами клієнтів. Правопорушники можуть займатися арт-терапією як індивідуально, відповідно до особистих програм, так і в групах, що використовують теми, значимі для всіх учасників. В таких групах образотворча діяльність доповнюється коментарями, на основі яких потім розвертається дискусія.

Техніка «розповіді в картинках» допомагає людині відтворити ланцюжок обставин і вчинків, що скінчилися злочином, представити свій погляд на неї. Це сприяє усвідомленню альтернативних варіантів розвитку подій, що не мали б таких важких наслідків. Крім того, стають очевидними деякі стереотипи криміногенного поводження, усвідомити які дуже складно, якщо використовувати лише вербальні засоби комунікації. Дана техніка має особливу цінність у роботі з особами, що мають певні труднощі у вербальному описі подій чи своїх почуттів.

Після отримання згоди займатися арт-терапією, кілька занять, як правило, використовуються для оцінки особистості правопорушника. Необхідно побудувати індивідуальний план роботи і виділити пріоритетні завдання. Оскільки правопорушення є причиною призначення покарання, воно стає першочерговою темою обговорення. Саме на цій стадії необхідно використовувати образотворчі методи. Клієнту пропонується скористатися технікою «розповіді в картинках», щоб розповісти арт-терапевту про те, що трапилося, і про те, як він сам це сприймає.

На початку роботи клієнт потребує допомоги - або через невпевненість у своїх художніх можливостях, або через те, що йому важко згадати і пояснити те, що сталося. Створення серії малюнків припускає діалог між арт-терапевтом і клієнтом, спрямований на отримання якомога більше інформації про правопорушення.

Коли серія малюнків закінчена, арт-терапевт і клієнт разом її обговорюють. Клієнт нерідко починає відчувати себе діючим персонажем, що знаходиться в центрі подій, а не тільки «жертвою обставин».

Завдання арт-терапевтичної роботи - «розкрити» і довести логіку тих чи інших раніше неусвідомлених учинків. Чим краще клієнт-правопорушник стане зрозумілим для самого себе, зрозуміє вплив власної особистості на навколишніх, тим більше він буде здатний до усвідомлення своєї соціально небезпечної поведінки.

Бездомність означає відсутність у людини надійного, постійного, приналежного їй житла. Такі люди можуть жити в приміщеннях, що не відповідають встановленим стандартам. До категорії бездомних відносять також мігрантів, а також тих, хто проживає в притулках досить тривалий час.

Існує багато причин, що призводять до такого життя: розпад сім’ї, фізичне чи психічне захворювання, тривале перебування в якій-небудь установі (наприклад, у дитячому будинку, лікарні чи в’язниці).  
Відсутність житла - трагедія для будь-якої людини, особливо для жінок. Серед причин, що призводять жінок до бездомності, можна назвати побиття і знущання з боку батьків чи партнера, вагітність, зґвалтування. Багато бездомних жінок мають різного роду психічні розлади.  
Бездомних розрізняють за типом наявних у них психічних чи особистісних розладів. Можна виділити 5 основних категорій: психози (шизофренія); поведінкові порушення (неадекватна чи незрозуміла для навколишніх поведінка);- алкогольна чи наркотична залежність;- органічні поразки головного мозку (травма);- порушення психіки, викликані бездомністю.

Суспільство вважає бездомних марними і навіть шкідливими своїми членами. Повна відсутність перспектив працевлаштування і знаходження надійного даху над головою викликає почуття безпорадності, призводить до розпачу, апатії і зниження мотивації.

Життя бездомних важке не тільки в матеріальному відношенні. Арт-терапевтичні заняття здатні допомогти їм: в особистому плані, наприклад, завдяки арт-терапії ці люди отримують можливість самовираження в досить безпечних для себе умовах, що особливо значимо, якщо мати на увазі почуття гніву. У притулках агресивне поводження є великою проблемою, а його наслідки можуть бути серйозними. Крім того, у бездомних дуже високий рівень тривожності. Займаючись в арт-терапевтичній групі, вони можуть відчути себе більш вільними. Тут вони можуть розкрити свої творчі можливості і поводитися більш природно і спонтанно. У них формується більше довіри до себе, підвищується самооцінка і розвивається здатність кращого розуміння самих себе.

У соціальному плані завдяки арт-терапевтичній групі бездомні вчаться краще розуміти інших і цінувати їхні людські якості, у них розвивається здатність до спілкування і продуктивної взаємодії. У групі вони відчувають підтримку і довіру, причому не тільки з боку ведучого, але й інших учасників.

Казкотерапія – це терапія середовищем, особливою казковою атмосферою, в якій можуть проявитися потенційні можливості особистості, може матеріалізуватись мрія; а головне, в ній з’являється відчуття захищеності та аромат таємниці [1].

Метою казкотерапії є підведення людини до усвідомлення своєї внутрішньої сутності, своєї єдності і неповторності, до відчуття гармонії із собою і світом. У процесі казкотерапії людина навчається сприймати себе такою, якою вона є, усвідомлювати себе й інших людей, кожного, як неповторну індивідуальність. У кожній людині існує потреба у самовираженні, яка здебільшого, залишається незадоволеною, що породжує внутрішній конфлікт.

В основі психологічної проблеми часто лежить незакінченість, незавершеність. Людина зупиняється перед тим, що її лякає, повертаючись багато разів до того самого, доходячи до найстрашнішого. Це може бути залишком психологічної травми, коли індивід знову і знову повертається до її початку, доходить майже до кульмінації - і тут зупиняється, витісняє, просипається. Клієнт вважає, що якщо страшне місце пройти, настає гарна кінцівка, з’являється світло і проблема вирішується, людина залишається живою. Життя означає продовження, прихід нового дня після завершення старого. Все це підкреслює важливість підключення самих клієнтів до складання терапевтичних метафор. Не можна придумати для іншої людини казку, яка має для неї більше значення, ніж метафора, придумана нею для себе. Тому, з огляду на природу проблеми і темперамент клієнта, його можна попросити завершити метафоричну казку, розпочату терапевтом. Першорядну важливість представляє початок казки, він повинен бути правдивим. “Головним героєм казка намагається зробити самого слухача”. А для цього треба коротко і ясно описати йому сутність його ж життя. Гарний слухач - це той, хто намагається себе впізнати. Слухач, особливо дитина, стає героєм, і далі розділяє його долю. Таким чином, ідентифікація дозволяє говорити про казку не тільки як про опис поведінкових можливостей, але і як про досить активне, хоча і недирективне, навіювання. Важливою рисою казки є і те, що в ході її розповіді відбувається трансформація. Хтось маленький і слабкий на початку в кінці перетворюється на сильного, значущого і багато в чому самодостатнього. Описуються історії про подорож героя, про нових помічників, про смерть і воскресіння, про перемогу і воз’єднання. У результаті розширюється галузь свідомого, що вже само по собі дає цілющий ефект. В основі казок лежать обряди ініціації - сконцентровані процеси перетворення дитини в дорослого. Загалом чарівна казка описує процес досягнення героєм мети, яку може описати тільки він, за допомогою подорожі в тридев’яте царство і використання чарівних помічників. Іншими словами, людина робить перехід від проблемного стану до бажаного шляхом підключення ресурсів, звичайно до якогось ступеня підсвідомих. При цьому трансформація торкається не зовнішнього оточення, а змінюється сам індивід. Однією з особливостей психотерапії є уміння переміщати увагу. Нерідке поліпшення настає просто тому, що фокус уваги зміщується з однієї проблеми на іншу. І тільки коли людина доходить до глибинної суті нинішнього утруднення, консультант указує на особисту відповідальність: “Тепер ти сам”. І далі допомагає, тому що, як правило, у процесі консультування відвідувач просувається “туди - не знаю куди і шукає те - не знаю що”. Майже всім способам рішень можна підібрати пари, протилежність. “Миттєво” - “поступово”, “для інших” - “для себе” і т. д. Саме оперування протилежностями здатно максимально підсилити людину, розширити, підштовхнути її до нових рішень і поведінкових сценаріїв. Завжди можна знайти звичайні стратегії і спробувати незвичні.

Структура чаріної казки. Більшість казок мають єдину структуру при розмаїтості змісту. У казці легко замінити Іван-царевича на Золушку чи Хлопчика-з-пальчика, Жар-птицю на молодильні яблука чи царівну, сірого вовка на пташину перинку - і структура казки, її сюжет і закінчення не зміняться.

Т.Д. Зінкевич-Євстігнєєва розробила модель казки, - деяку єдину схему для більшості казок. У пошуках казкових інваріантів створила поняття функції. Функція - це вчинок діючої особи, обумовлений з погляду її значимості для ходу дії. Виділяють 31 функцію діючих осіб:

ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА

1. Отлучка. їдуть батьки; цар йде на війну.

2. Заборона. “Не заходь тільки в десяту кімнату”.

3. Порушення. Побігла Оленка на вулицю, загралася.

4. Вивідування. Стала відьма дізнаватись...

6. Підступ. Вовк наслідує голос мами-кози.

7. Посібництво. Царівна з’їдає запропоноване яблучко.

8. Шкідництво чи нестача. Схопили гусаки-лебеді Івасика, занедужав цар важкою хворобою.

ЗАВ’ЯЗКА

9. Посередництво. “Йди, Оленка, братика шукати...”

10. Протидія. “Дозволь мені, цар, спробувати щастя...”

11. Відправлення. Царевич відправився в дорогу.

ОСНОВНА ЧАСТИНА

12. Перша функція дарувальника. Стала Баба-Яга випитувати.

13. Реакція героя. “Ти б мене спершу нагодувала...”

14. Отримання чарівного засобу. Дав дід Іванові коня; “Скажи: по-щучому велінню...”

15. Переміщення в інше царство. Чи довго йшла Оленка, чи коротко...

16. Боротьба. Став Іван битися зі Змієм.

17. Таврування. Роздряпав йому Змій усю шию.

8. Перемога. Завертівся Кощій і помер.

19. Початкове лихо чи нестача ліквідується. Вийшла до Івана з підземілля Царівна

20. Повернення. Сіли на килим-літак, полетіли додому.

21. Погоня. Кинулися гусаки-лебеді навздогін.

22. Порятунок. Кинула вона дзеркальце, розлилося море.

На цьому казка може скінчитися, але часто зустрічається додатковий сюжет, у якому діє лжегерой (найчастіше брат чи брати головного персонажу). Перша його частина нове шкідництво - аналогічне функціям 8-14. 8а. Лжегерой викрадає здобуток. 11а. Герой знову відправляється на пошуки. 14а. Герой знову знаходить чарівний засіб. Далі при такому розвитку з’являються нові функції.

23. Невпізнане прибуття. Приїхав у рідне місто, але додому не пішов, став учнем кравця.

24. Необгрунтовані домагання. Генерал заявляє царю: “Я - зміїв переможець”.

25. Важка задача. “Хто підніме зміїну голову...”

26. Рішення. Підійшов Іван, тільки торкнувся...

27. Дізнавання. Показав він заповітне колечко.

28. Викриття. Розповіла все царівна, як було.

29. Трансфігурація. Викупався Іван у молоці, вийшов краще колишнього.

30. Покарання. Посадили служницю в бочку...

31. Весілля, воцаріння. Одержав Іван царівну і півцарства.

Не всі функції присутні завжди, але число їх обмежене, і порядок, у якому вони виступають по ходу розвитку казки, незмінний. Незмінними визначили і набір ролей, тобто діючих осіб, що мають своє коло дій - одну чи декілька функцій. Цих ролей шість: відправник, царівна, герой, лжегерой, помічник, дарувальник.

• Якесь лихо спочатку і щасливий кінець.

• Наявність помічників і шкідників.

• Зрадництво рідних.

• Трансформація героя - до кінця казки він не такий як спочатку, він сильнішає і стає значущим.

• Інше царство, яке десь далеко, там інші закони, і там є щось дуже потрібне, за чим приходиться туди йти.

• У той час, як герой трансформується, інші персонажі залишаються більш-менш незмінними, і саме інше царство не змінюється.

• 3 іншого царства приноситься клеймо, оцінка про те, що герой там побував.

• Герой один. При всіх друзях і помічниках він йде один і одружується потім один.

•Перемагає “дурень” і ледар.

• Мінімальний термін, за який герой може чогось досягти, - “поки сім пар чобіт не зноситься”.

• Зумовленість. Дракон заздалегідь знає, що його вб’є саме цей герой, уже заздалегідь відомо, куди треба піти, що зробити; хто, кому, що скаже, і що потрібно відповідати.

• Заборони порушуються, накази виконуються, герой частіше слухається, чим навпаки.

• Відсутність вибору.

Танцювальна терапія з однієї сторони має корені в древніх ритуалах і традиціях, а з іншого боку - є “спільним продуктом” розвитку в XX столітті сучасного танцю і психотерапії. Виділяють три галузі застосування танцтерапії:- танцтерапія хворих (клінічна танцтерапія) - у даному випадку, танцтерапія частіше використовується як допоміжна терапія, поряд з лікарською, особливо для пацієнтів з порушеннями мови. Проводиться в клініках, може тривати кілька років. У такому виді вона існує з 40-х рр. нашого століття;  
- танцтерапія людей із психологічними проблемами (танцювальна психотерапія) - один з видів психотерапії, орієнтований на вирішення конкретних проблем клієнтів. Може проходити як у груповій, так і в індивідуальній формі. Також вимагає досить тривалого терміну для досягнення стійкого, позитивного результату;- танцтерапія для особистого розвитку і самовдосконалення - це заняття для людей, які не страждають від проблем, але хочуть чогось більшого у своєму житті. У даному випадку танець стає способом пізнання себе, своїх особливих індивідуальних якостей, можливістю розширити уявлення про самого себе, знайти нові шляхи вираження і взаємодії з іншими людьми. Як “працює” танцтерапія? Що вона може дати нам? Наше тіло зберігає в собі пам’ять усього нашого життя, тих обмежень, які ми придбали і тих можливостей, які ми можемо використовувати. У кожного тіла є своя мова. Найчастіше, це дуже “тиха” мова - ледь помітний нахил голови, рідко усвідомлювані рухи пальців, на що ми просто не зауважуємо. У кожного тіла є свої “улюблені” (точніше, звичні) пози, жести, особливості ходи, що притаманні саме йому. На жаль, ми не звикли звертати уваги на цю мову. Одне з основних завдань танцтерапії полягає в тому, щоб навчити людину чути неповторний голос свого тіла. У кожної людини є образ свого “я”, який виражений в образі тіла. Стереотипи, породжені вихованням і перенесеними стресами, втілюються у нашому житті й у нашому тілі. У людей є обмеження, страхи і нереалізовані бажання, які виражає тіло. Тому танець — це також і взаємодія, історія людських взаємин. Через танець ми можемо: більш відкрито глянути на світ людських взаємин; виразити ті почуття, які ми не вміємо і боїмося виражати; реалізувати ті бажання, які нам поки страшно чи ніяково втілити; знайти взаєморозуміння, якого так не вистачає в повсякденному житті. Таким чином, танцтерапія працює в трьох галузях; наше тіло, його можливості та обмеження (“Що несе у світ моє тіло?”); наші уявлення про себе самих, розширення і розкриття цих уявлень (“Хто я?”); наша взаємодія з іншими людьми, сфера міжособистісних відносин (“Хто ти і що ми можемо разом?”).

**Висновки до другого розділу**

Основна мета арт-терапії у соціальній роботі складається в гармонізації розвитку особистості через розвиток здатності самовираження й самопізнання. Корекційні можливості арт-терапії пов'язані з наданням клієнтові практично необмежених можливостей для самовираження й самореалізації у продуктах творчості, ствердженням і пізнанням свого "Я". Створювані клієнтом продукти, об'єктивуючи його афективне відношення до світу, полегшують процес комунікації й установлення відносин зі значимими іншими.

Творчий досвід, усвідомлення себе, розвиток нових навичок і умінь, дозволяють цим людям більш активно і самостійно брати участь у житті суспільства, розширюють діапазон їхнього соціального і професійного вибору. Розвиток творчого потенціалу людини сприяє її можливостям приймати рішення, більш успішно будувати своє життя.

Арт-терапевтичне заняття має свою специфічну структуру, зокрема, етапи налаштування, актуалізації візуальних, аудіальних, кінестетичних відчуттів, індивідуальної образотворчої діяльністі, активізації вербальної і невербальної комунікації, колективної робота в малих групах та рефлексивного аналізу.

**Малювання -** одна з основних технік арт-терапії. Малювати можна чим завгодно, але слід пам'ятати, що нервовій людині краще використовувати крейду, тому що акварель, яка розтікається, може спровокувати тривогу. Крейду легше контролювати, і людина переносить це відчуття на життя. А якщо людина закомплексована, то краще малювати аквареллю - це допоможе їй відчути себе розкутою.

**Колаж**робиться з газетних і журнальних вирізок, природних матеріалів, фотографій, кольорового паперу. При виготовленні колажу не виникає напруги, пов'язаної з відсутністю художніх здібностей, саме тому він дозволяє кожному одержати успішний результат.

**Бібліотерапія.** Вибір книг, орієнтованих на коло проблем певної особи чи групи. Після прочитання відбувається спільний аналіз змісту.

Для **ліплення** використовуються пластилін, глина, тісто. Учасники групи можуть виліпити свій страх, подивитись і поламати, а потім створити протилежний стан - радості, щастя.

**Драмотерапія.**Театральні постановки на різну тематику сприятливо впливають на пам'ять, волю, уяву, почуття, увагу та мислення. У спектаклі можуть обіграватися ситуації з життя учасника групи, його взаємини та конфлікти з іншими людьми.

**Фототерапія.** Робиться серія авторських фотографій, які потім аналізуються. Важливе використання сімейних фотографій, оскільки зображені події хоча й залишились у минулому, але підсвідомо вони продовжують впливати на людину. Фотографії допомагають пригадати минуле, усвідомити помилки, побачити образи.

**Маскотерапія.** Маска ліпиться на обличчі. Спочатку на шкіру наноситься крем, на який викладається перший шар паперу, а зверху приклеюється другий. Потім вона знімається й висушується, а далі розмальовується[4,78].

Казкотерапія – психологічне консультування з використанням казок, метод практичної психології. Казкотерапія різнопланово використовує потенціал казок, відкриває уяву, дозволяє метафорично висловлювати точнінші життєві сценарії. Казки для казкотерапії підбираються різні: народні, авторські, а також спеціально розроблені, корекційні та багато інших. Твір казок дитиною і для дитини - основа казкотерапії. Через казку можна дізнатися про так і переживання дітей, які вони самі толком не усвідомлюють, або соромляться обговорювати їх з дорослими. Суть цього методу у створенні особливої казкової атмосфери, яка робить мрії дитини дійсністю, дозволяє дитині вступити у боротьбу зі своми страхами, комплексами [3, 10].

Отже, арт-терапія є однією з технологій соціальної терапії засобами мистецтва. Вона є засобом вільного самовираження і самопізнання, оскільки художня творчість допомагає зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил і спосіб спілкування із собою.

Творчі методи в підготовці фахівців з соціальної роботи служать новим доступним способом пізнання професійних навичок і отримання «тілесних» знань, самоідентифікації і підвищенню рівня соціальної активності, самоврядування. Система самоаналізу по виявленню фахівцем своїх недоліків і ресурсів підвищення якості послуг представляється одній зі значущих в умовах сучасної культури. Таким чином, потенціал творчих методів здатний не лише підтримувати професійний рівень компетенцій, а отже, якість соціального обслуговування, але і виступати ресурсом у боротьбі з професійним вигоранням соціальних працівників. Потенціал творчих методів розширює межі оцінних практик соціальної взаємодії і соціального обслуговування в цілому.

Соціальна робота зв'язана з великим емоційним і психічним навантаженням. Фахівці не лише підпорядковані безлічі етичних вимог, але і несуть серйозну відповідальність за поліпшення життя своїх клієнтів.

Таким чином, у соціальній роботі все більше використовують творчі ресурси людини, можливості мистецтва впливати на них і сприяти розвитку особистості в цілому. Творчі методи роботи займають значне місце в прикладних науках. Завдяки багатому арсеналу різних технологій і терапій, ці методи викликають теоретичний і практичний інтерес у багатьох галузях знань і займають особливе місце в підготовці професійних працівників галузі соціальної роботи.

РОЗДІЛ 3. Музикотерапія у соціальній адаптації молоді. Результати соціологічного дослідження

3.1. Програма дослідження

Музикотерапія - це цілеспрямоване застосування музики або музичних елементів для досягнення терапевтичних цілей, а саме, відновлення, підтримки і сприяння психічному та фізичному здоров'ю.

Слід зауважити, що у соціальній роботі за допомогою музикотерапії клієнт повинен придбати можливість краще розуміти себе і навколишній світ, вільніше і ефективніше в ньому функціонувати, а також досягти більшої психічної та фізичної стабільності. Звуки як комунікаційні сигнали несли й несуть людині безцінну інформацію, саме тому людей здавна цікавили властивості звуків, закономірності їх отримання, передачі та сприйняття.

У соціокультурній діяльності музика використовується в повному об'ємі. Жодний розважальний, пізнавальний, розвиваючий, рекреаційний захід не може обійтися без музичних фрагментів.

Для реабілітаційних цілей використовується музика різних жанрів, яка виступає не тільки як самостійний засіб, а й як доповнюючий елемент до основної діяльності(ліплення, малювання, театр та ін.) Музика часто відповідає вже наявному настрою або здатна міняти його в позитивну сторону. Основними завданнями корекційних музично-ігрових занять є стимуляція потенційних можливостей, подолання труднощів соціальної адаптації відповідно до можливостей клієнта.

Унікальність реабілітаційного впливу музики виражається в здатності об'єднати людей у справах, думках, почуттях: на святі, змаганні, у конкурсах, вечорах, карнавалах і на сімейних св'яткуваннях. Заняття музикою вимагають наявності досить великої кількості часу, що особливо корисно для осіб, які більшу частину життя проводять у стінах свого житла. Даний вид занять має назву музикотерапія.

**Програма дослідження**

**Проблемна ситуація.** Музикотерапія як засіб соціальної адаптації української молоді.

**Об'єктом даного соціологічного дослідження** є українська молодь м. Рівного. Об’єкт складається з 30 осіб, з яких 15 чоловічої статі та 15 — жіночої, віком від 18 до 30 років.

**Предметом соціологічного дослідження** є ставлення представників української молоді до певних стилів та жанрів музики.

**Метою даного соціологічного дослідження** є з'ясувати, як впливає на соціальну адаптацію молоді певна музика.

**Об'єкт, предмет, і мета дозволили сформулювати такі завдання дослідження.**

1.З’ясувати актуальність проблеми музикотерапії в українському  суспільстві.

2. З'ясувати ставлення  до стилів музики.

3. З'ясувати вплив стилів музики на українську молодь.

4. З'ясувати ставлення  певних жанрів.

5. З'ясувати яким виконавцям віддається перевага.

6. З'ясувати чи вважає українська молодь, що музика має властивості адаптувати у соціумі.

7. Розробити практичні рекомендації щодо можливих шляхів вирішення проблеми.

**Гіпотеза дослідження базується на науковому припущенні**, що сучасні інноваційні технології арт-терапії є результативними методиками в роботі з різними групами клієнтів у соціальній роботі.

**Вибірка дослідження** – 30 чоловік.

**Методи дослідження** – метод анкетування.

**Інструментарій дослідження** – бланк анкети.

Основні поняття:

Музичний жанр (фр. Genre — рід, вид, тип, манера) — багатозначне поняття, що характеризує класифікацію музичної творчості за родами і видами, з огляду на їх походження, умови виконання, сприймання та інші ознаки (зміст, структура, засоби виразності, склад виконавців тощо). Поняття музичного жанру відображає основну проблему музикознавства і музичної естетики — взаємозв'язок між поза музичними факторами творчості з її суто музичними характеристиками. Музичний жанр є одним із найважливіших засобів художнього ототожнення.

Музичний стиль - сукупність засобів та прийомів художньої виразності, що історично склалась і відображає естетичні погляди різних суспільних груп певної епохи або творчого напрямку.

Музикотерапія - це контрольоване використання музики в лікуванні, реабілітації, освіті та вихованні дітей і дорослих, страждаючих від соматичних і психічних захворювань.

Музичний напрям вживається для класифікації музичної творчості за її стильовими або жанровими ознаками. Цей термін є менш розроблений у вітчизняному музикознавстві і тому більш вільно вживаний.

Узагальнюючи дані різних жанрів і напрямів, можна зробити наступні висновки щодо ефективності і можливості використання музики і музикотерапії у соціальній адаптації. Музикотерапія сприяє розвитку комунікативних актів, творчої уяви і фантазії, релаксації психологічного тонусу, розширенню і розвиток у емоційної сфери; розвитку почуття колективізму та розвитку естетичних потреб.

3.2.Аналіз результатів дослідження

У соціологічному дослідженні «Музикотерапія у соціальній адіптації молоді» було опитано 30 осіб. Серед них 15 осіб (50%) - представники чоловічої статі і 15 (50%) - представниці жіночої статі. Віком 18-20 років - 14 осіб (47%), 21-25 років - 13 осіб (43%), 26-30 роки - 3 особи (10%).

В ході даного соціологічного дослідження були отримані такі результати:

1.На питання, на скільки, Ви вважаєте, проблема, проблема впливу музики на соціальну адаптацію людини, є актуальною, є актуальною, на що більшість респондентів ( 33,3%) поставили оцінку 4, менш актуальною проблемою вважають 29,97% респондентів, актуальною ж проблемою вважають 19,98 %, лише 16,65% респондентів вважають не актуальною проблемою. Це свідчить про те, що більшість молоді серйозно ставиться до проблеми музичного мистецтва.

2. Молоді люди вважають, що музичне  мистецтво є корисним ( 89,91%) і лише 9,99% байдуже на користь музичного мистецтва та вплив його на людину.

3. Більшість опитаних слухають  музику декілька разів на день (60%), в продовж дня ( 33,34%), цілодобово  слухають , тобто живуть музикою  лише 3,34%  та взагалі не слухають 3,34. Це свідчить про те, що респонденти  часто прослуховують музичні  композиції.

4. Респонденти на питання, скільки  годин ви прослуховуєте музику, відповіли, що 5 і більше годин  слухають 60%, 2 і більше 20%, впродовж  дня 13,34 % та взагалі не слухають 6,67 %. Це дає підставу на те, що багато часу у опитаних займає прослуховування музики ніж приділення часу негайним справам та потребам.

5.За результатами опитування на питання, чи дратуєтесь ви коли вас відволікають від прослуховування музичної композиції,що дали нам змогу зрозуміти,  що більша кількість, а тобто  56,67% - взагалі не дратуються, 23,34% - байдуже відносяться до відволікання  та майже 20 відсотків опитаних  дратуються коли їх відволікають  від прослуховування музики. Це  дає змогу зрозуміти те, що 1/5 людей, що опитувалась дратується, а це означає, що музику яку вони прослуховують впливає на їх психологічний стан.

6. Змістовність композицій, які  прослуховують студенти турбує  лише 53,34% та 36,67 % взагалі не цікавляться  змістовністю композицій які  вони прослуховують, і лише не значний відсоток, а саме 9,99% відносяться байдуже до змісту  композицій.

7. Психічний стан який напряму залежить від кількості ненормативної лексики прослуховуємих композиціях зустрічається тільки у 13,34 % опитаних, взагалі не зустрічаються в змісті 69,99% і байдужих чи використовуються чи ні 16,67%. Це свідчить, що більшість молоді вибирає, що їм прослуховувати.

8. Серед основних напрямків музики серед опитаних зайняло першість Classic та Electronic, які склали по 21%, наступні сходинки зайняли: POP ( 14,7%), Metal ( 16%), Alternative (6,3%), з запропонованих свої варіантів відповіді першість була отримана  Pop & Rock та усі стилі прослуховування (30,76%), Dance (23,07%), взагалі не слухають музику 7,69% та прослуховують Шансон також 7,69% опитуваних. Це дає змогу нам зрозуміти, що кожна людина зможе знайти музику під своє вподобання, яка буде відображати його психологічний стан.

9. На питання, яким виконавцям ви віддаєте перевагу, ми зрозуміли, що більшість респондентів слухають переважно зарубіжну музику, а саме 33,33%, українським виконавцям 18,18%, а байдуже яких виконавців прослуховувати 48,48%. Це свідчить про те, що більшості не важлива національність виконавця.

10. Прослуховування музичних композицій більшості респондентів піднімає настрій та вливає позитивно, а саме (73,33%), впливає негативно (6,67%), а також (19,99%) опитуванних повідомило, що їм байдуже на їх психологічний стан та настрій .

11. Опитавши респондентів більшість  стверджують, що до депресивного  стану музика може підштовхнути (16,15%), не підштовхує (35,53%), інколи  є причиною депресії (38,76%) та байдужих  до депресивного стану (9,69%). Це  свідчить, що більшість респондентів  були під впливом депресивного  стану та прослуховування певних композицій не давало змоги вийти з цього стану.

12. На питання, після прослуховування композиції виникає в вас агресивний стан, опитані дали нам змогу зрозуміти, що все таки деякі музичні напрямки підштовхують до агресії, тому як твердо відповіли, що підштовхує до агресії 6,67%, інколи 36,66% та не підштовхує 56,66%.

13. Про адаптивні властивості музики у соціумі вірять та чули про такі властивості лише 63,33%, проте є такі які взагалі не чули та не піддавались впливу лікування способом музики 13,34% та інколи лікувались музичними композиціями також 13,34 %, деяким ж , а тобто 9,99% є байдужими до властивостей музичного мистецтва.

14. На питання, чому ви прослуховуєте музику, респонденти дали відповіді, щоб скоріше линув час – 42,82%, щоб не відчувати самотності – 15,65%, музика – є прекрасно – 27,27%, щоб провести приємно час – 36,36%,піднімає настрій – 27,27%, не слухають взагалі музики – 6,26% та не знають відповіді на це запитання – 9,09%. Це дає змогу зрозуміти, що респонденти найчастіше слухають музичні композиції для того щоб насолоджуватись улюбленими композиціями та прискорити час очікування та одночасно приємно провести час та підняти настрій.

15.Позитивно відносяться до соціологічних опитувань майже  60% опитаних, негативно 3,34% та байдуже  36,66%. Це свідчить, що переважна частина молоді цікавиться про проблеми у суспільстві та хоче допомагати в вирішенні певних проблем приймаючи участь в таких опитаннях.

**Висновки до третього розділу.**

Це дає підстави зробити наступні висновки про те, що на соціальну адаптацію молоді у соціумі впливає напрям музичного мистецтва. Респонденти  не зважають на жанри, стилі чи використання не цензурних висловлювань, так як зараз молодь вибирає, що їм слухати, скільки часу чи яким виконавцям віддавати перевагу. Молодь, як вони стверджують, слухають, що їм подобається чи під настрій.

У соціальній роботі використовується музика різних жанрів, яка виступає не тільки як самостійний засіб, а й як доповнюючий елемент до основної діяльності(ліплення, малювання, театр та ін.) Музика часто відповідає вже наявному настрою або здатна міняти його в позитивну сторону. Основними завданнями корекційних музично-ігрових занять є стимуляція потенційних можливостей, подолання труднощів соціальної адаптації відповідно до можливостей клієнта.

Музикотерапія як один з основних методів соціокультурної реабілітації має особливо важливий вплив на формування емоційної сфери клієнта. Соціальна адаптація засобами музики проявляється в здатності об'єднати людей у справах, думках, почуттях: на святі, змаганні, у конкурсах, вечорах, карнавалах і на сімейних св'яткуваннях. Заняття музикою вимагають наявності досить великої кількості часу, що особливо корисно для осіб, які більшу частину життя проводять у стінах свого житла.

Про терапевтичні властивості музики люди знали з давніх часів. Культуру якої країни ми б не взяли, всюди можна знайти дані про використання музики для нормалізації душевного стану людей. Не втратила вона своєї актуальності і в сучасний період розвитку наукової думки. Тому у соціальній роботі ми використовуємо культурні традиції музикотерапії для адаптації клієнтів у соціумі.

ВИСНОВКИ

Відповідно до першого завдання нами було проаналізовано теоретико-методологічні засади арт-терапії у соціальній роботі. Арт-терапія у вузькому сенсі – це лікування мистецтвом, якщо ж брати більш розгорнуте визначення цього поняття , то це це область, яка використовує невербальну мову мистецтва для розвитку особистості як засіб, що дає можливість контактувати з глибинними аспектами нашого духовного життя.

Арт-терапія використовує корекційно-компенсаторні можливості мистецтва для досягнення позитивних змін в інтелектуальному, соціальному, емоційному й особистісному розвитку клієнтів. Творчий характер занять допомагає людині відкрити в собі щось нове, краще розуміти себе, розвивати свої відносини з іншими людьми та навколишнім середовищем.

Даний напрям у соціальній роботі передбачає використання в терапевтичній практиці різних мистецтв: малюнка, живопису, монотипій, мозаїк, колажів, гриму, боді-арту, масок, ліплення, казкотерапії, музикотерапії, кольоротерапії, пісочної терапії, оригамі тощо.

Стосовно розвитку арт-терапії в Україні , то вона знаходиться на стадії становлення і має певні свої особливості, а саме: поєднання арт-діяльності й психотерапевтичних форм роботи, опора на народне мистецтво, переважний розвиток в соціальній сфері та освіті, мультимодальність та тяжіння до використання нових форм арт-терапії.

Нами було проаналізовано основні аспекти арт- терапевтичних методик у соціальній роботі. Було з’ясовано, що фахівці соціальної роботи застосовують у своїй діяльності арт-терапевтичні технології , але зміст і форми арт-терапії відрізняються. Це пов’язано з групою клієнтів, віком, компетентностями самих спеціалістів.

Арт-терапія допомагає встановлювати відносини між людьми. За допомогою мистецтва людина не тільки виражає себе, але і більше дізнається про інших. Арт-терапія дозволяє пізнавати себе і навколишній світ. У художній творчості людина втілює свої емоції, почуття, надії, страхи, сумніви і конфлікти. Відбувається це на несвідомому рівні, і людина дізнається про себе багато нового. Арт-терапія розвиває творчі можливості. Під час занять арт особистість може відкрити в собі невідомі раніше таланти.

Арт-терапевтичні технології адекватні у використанні для розв’язання проблем комунікативної компетентності, розвитку внутрішньосімейної взаємодії, психічної і гендерної ідентичності членів сім’ї, формування зрілих чоловічих і жіночих структур особистості в подружніх парах, підвищення самооцінки, активності, впевненості в поведінці.

Нами було проаналізовано результати соціологічного дослідження «Музикотерапія у соціальній адаптації молоді».

Ми дійшли висновку, що арт-терапія має переваги перед іншими методами роботи соціального працівника: не має обмежень у використанні, допомагає встановлювати відносини між людьми, є хорошим способом соціальної адаптації та інше. Вона потребує посильного використання і дослідження у соціальній діяльності.

Це дає підстави стверджувати, що музика суттєво впливає на розвиток всіх сфер молоді (фізичної, психічної та розумової). Це, в свою чергу, соціалізує молодь і надає їй можливість найбільш гармонійно жити у суспільстві.. Засоби музичної терапії повинні стати складовою будь-якої системи виховання молоді, освіти кожногосоціального працівника, здатного до поєднання педагогічних, психотерапевтичних методів із керованим впливом музичного мистецтва, що сприятиме ціннісному ставленню до власного здоров’я молоді, соціалізації й подоланню комунікативних проблем.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальні проблеми соціально-педагогічної роботи (модульний курс дистанційного навчання) /А.Й. Капська, О.В. Безпалько, Р.Х. Вайнола; Загальна редакція А.Й. Капської. - К., 2002 - 256с.
2. Алексеева Л.Л. О теоретических предпосылках педагогики искусства[Електронний ресурс] /Л.Л. Алексеева // Педагогика искусства. - 2008. - № 1. - Режим доступу: http: [www.art-education.ru/AE-magazine](http://www.art-education.ru/AE-magazine).
3. Арт-педагогіка і арт-терапія в спеціальну освіту / Е.А. Медведєва, І.Ю. Левченко, Л.М. Коміссарова, Т.А. Добровольська. - М., 2001 - 176с.
4. Бабій І. В. Теорія і практика арт-терапії: навчально-методичний комплекс / І. В. Бабій. — Умань, Алмі — 2014. — 75 с.
5. Баймуратов М. О. Локальна система захисту прав людини в Україні : сутність та становлення / М. О. Баймуратов // Юридична освіта і правова держава : 36. наук, праць. — Одеса, 1997. — С. 96—99.
6. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка : схеми, таблиці, коментарі : навч. посіб.[для студ. вищ. навч. заклад.] / О. В. Безпалько — К. : Центр учбової літератури, 2009. — 208 с.
7. Берне Р. Развитие «Я-концепции» и воспитание / Р. Берне. — М. : Прогресс, 2006.—233 с.
8. Бриндіков Ю. Л. **Арт**-**терапія**: суть, можливості роботи з військовослужбовцями учасниками бойових дій *//* Науковий вісник Ужгородського університету серія «Педагогіка соціальна робота», м. Хмельницький – 2017. – ВИПУСК 2 (41). – С.42-45.
9. Брусиловский Л. С. Музыкотерапия. Учебное пособие / Л. С. Брусиловский // Руководство по психотерапии. — М. : Наука, 1985. — 142 с.
10. Бреусенко-Кузнєцов О. А. Застосування казки в контексті групової арт- терапії / О. А. Бреусенко-Кузнєцов // Психолог. — 2005. — №39. — С.15-20.
11. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. - СПб.: Питер Ком, 1999. - 528с.
12. Вавіна Л. С. Розвиваємо у дитини вміння бачити : від народження до 6 років : поради батькам / Л. С. Вавіна, В. М. Ремажевська — К. : Література ЛТД, 2008. — 128 с.
13. Василькова Ю. В. Методика та досвід роботи соціального педагога/ Ю. В. Василькова.— М. : Академія, 2002. — 160 c.
14. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. — К. Ірпінь: ВТФ «Перун», 2004. — 1440 с.
15. Вознесенская Е.Л. Особенности и перспективы развития арт-терапии в Украине / Е.Л. Вознесенская // Наукові праці [Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу «КиєвоМогилянська академія»]. Сер.: Педагогіка. – 2009. – Т.108, Вип. 95. – С. 19-24.
16. Вознесенська О.Л. Концепція впровадження арт-терапії в дитячих лікарнях*//* О.Л. Вознесенська, Ю.Д. Гундертайло, Ю.Є.Латуненко, О.А Немежанська, Л.А. Осадчук, О.Т. Плетка, О.М.Скнар, А.А. Яценя / За заг. ред. Вознесенської О.Л., Скнар О.М. – К.: Міленіум, 2007. – 80 с.
17. Вознесенська О.Л., Мова Л.В. Арт-терапія в роботі практичного психолога:використання арт-технологій в освіті / О.Л. Вознесенська – К.: Шкільний світ, 2007. – 120 с.
18. Гаврилова В. М. Соціальне становище сільського населення / В. М. Гаврилова. — К. : Вища школа, 2008. — 165 с.
19. Дмитріюва І. В. Корекція художнього сприймання розумово відсталих підлітків засобами образотворчого мистецтва : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.03 / І. В. Дмитріюва. – К., 2002. – 19 с.
20. **Докторович, М. О.  Арт-терапія в діяльності психолога та соціального педагога / М. О. Докторович, Г. Л. Рурик, І. А. Хозраткулова. – Київ : Ред. загальнопедагогічних газет, 2014. – 104 с. – (Бібліотека "Шкільного світу").**
21. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / за заг. ред. проф. І. Д. Звєрєвої. — К. Сімферополь : Універсум, 2012. — 536 с.
22. Завацька Л. М. Технології професійної діяльності соціального педагога : навч. посіб. для ВНЗ / Л. М. Завацька. — К. : Слово, 2008. — 240 с.
23. Закон України «Про охорону дитинства» [Електронний ресурс]. — Режим доступу до ресурсу : http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2402-14 .
24. Зберегти сім’ю, соціальна робота з родинами, які опинилися у складних життєвих обставинах / [автори-упоряд: О. М. Мороз, Г. І. Постолюк, Т. В. Семигіна, О. С Шепіленко]. — К. : ЕКМО, 2008. — 160 с.
25. Звєрєва І. Д. Соціальна педагогіка: теорія і технології: підручник /. І. Д. Звєрєва. - К.: Центр навч. л-ри, 2006. - 316 с.
26. Звєрєва І. Д. Соціальна педагогіка: теорія і технології: підручник /. І. Д. Звєрєва. - К.: Центр навч. л-ри, 2006. - 316 с.].
27. Ільченко І.С. Арт-терапія**:** навчальний посібник для студентів / І.С. Ільченко – Умань: Видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2013. – 150 с.
28. Капська А.Й.Технології соціальної роботи: Навч. посібник /Заг. Редакція А.Й.Капської. К., 2000 - 276 с.
29. Конституція України із змінами і доповненнями внесеними Законом України від 8 грудня 2004 р. № 2222-ІV. — К., 1996 р.
30. Копитін А.І. Основи арттерапії. - СПб., 1999 - 172с.
31. Копытин А. И. Системная арт-терапия: теоретическое обоснование, методология применения, лечебно-реабилитационные и дестигматизируящие эффекты : автореф. дис. … доктора мед. наук : 19.00.04 / А. И. Копытин. – С-Пб., 2010. – 28 с.
32. Копытин А.И. Руководство по групповой арт-терапии. - М.: Речь, 2003. - 444с.
33. Копытина И.А. Практикум по арт-терапии/ Под ред. А.И. Копытина. – СПб.: Питер, 2000. – 448 с.
34. Куненко Л. О. Корекційна спрямованість музично-естетичної дільності сліпих молодших школярів у позаурочний час : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.03 / Л. О. Куненко. – К. , 1999. – 21 с.
35. Ленів З. Корекція порушень усного мовлення у дітей старшого дошкільного віку засобами арт-терапії : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.03 / З. П. Ленів. – К., 2010. – 21 c.
36. Лисенкова І. Арт-терапія як засіб соціально-педагогічної підтримки молодших школярів із затримкою психічного розвитку : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.03 / І. П. Лисенкова. – Миколаїв, 2012. – 20 c.
37. Лікування мистецтвом [Електронний ресурс]/ Режим доступу: vokrugsveta.ru.
38. М’ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М’ясоїд.— К. : Вища школа, 2001— 487 с.
39. Макшанов С. І. Психологія тренінгу/ С. І. Макшанов.— СПб. : Освіта, 1997. — 287 с.
40. Маценко Л. М. Педагогіка сімейного виховання : навч. посібник / Л. М. Маценко — К. : НАКККіМ, 2011. — 293 с.
41. Методика и технологии работы социального педагога: Учебное пособие для студ. высш. учеб. зав. /Б.Н. Алмазов, М.А.Беляева, Н.Н.Бессонова и др. Под ред. М.А.Галагузовой, Л.В.Мархадаева. - М. - Издат. центр «Академия», 2002 - 287с.
42. Міністерство соціальної політики України [Електронний ресурс]. Режим доступу:www.mlsp.gov.ua/labour/control/uk/publish/article?art\_id=146301&cat\_id=146273 .
43. **Наконечна О. В.  Арт-терапія в професійній діяльності соціального педагога : [методичні рекомендації до спецкурсу "Основи арт-терапії в соціально-педагогічній діяльності" / О. В. Наконечна ; Глухівський нац. пед. ун-т ім. О. Довженка. – Глухів : РВВ ГНПУ ім. О. Довженка, 2015. – 79 с.**
44. Обухова Л. Ф. Дитяча психологія : теорії, факти, проблеми / Л. Ф Обухова — М. : Тривола, 1998. — 246 с.
45. Омельченко І.М. Казки – нев’янучі духовні квіти народу. Комплексна казкотерапевтична програма/ І.М.Омельченко, О.А.Федій. – Полтава: ПДПУ, 2005. – 54 с.
46. П’ятницька-Позднякова І.С. Арт-терапевтичні можливості видів мистецтва// І.С. П’ятницька-Позднякова Педагогіка: Наукові праці. – 2009. - Випуск 95. - Том 108. – С. 36 – 42. 22.
47. Пальчевський С.С. Соціальна педагогіка: навч. посіб. для студ. вищ. пед. навч. закл./ С.С. Пальчевський; ред. В.М. Вдовиченко - К.: Кондор, 2005. – 560 с.
48. Підлипна Л.В. Основи арт-терапії /Л. В. Підлипишина. - К.: Марич, 2009 - 60с.
49. Полторак Л.Ю. Арт-терапія в соціальній роботі : навч. посібник /Л.Ю. Полторак – Херсон: ФОП Грінь Д. С., 2014. – 152 с.
50. Полторак Л.Ю. Професійна підготовка майбутніх соціальних працівників до використання методів арт-терапії. /Л. Ю. Полторак — Кірвоград, 2016, 20 с.
51. Понятійно-термінологічний білінгвальний словник : соціальна педагогіка (Terminology Bilingual Dictionary) / автори-укладачі : С. М. Ситняківська, І. В. Літяга ; за заг. ред. проф. Н. А. Сейко. — Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. — 188 с.
52. Прошек Н. Л., Юрчук Л.В. Особливості арт-терапії у соціальній інклюзії / Н. Л. Прошек, Л.В. Юрчук // Сучасний рух науки: тези доп. IX міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, 2-3 грудня 2019 р. – Дніпро, 2019. – Т.3. – 715 с.**-** С.147-150.
53. Родинно-сімейна енциклопедія / за заг. ред. Ф. С. Арвата. — К. : Богдана, 1996. — 436 с.
54. Сидоров В. М. Введение в социальную работу. Аннотация категориального аппарата социальной работы / В. М. Сидоров — Донецк : БАО, 1997. — 245 c.
55. **Сорока, О. В.  Арт-терапія: теорія і практика : навчально-методичний посібник для студ. вищ. навч. закл. / Ольга Вікторівна Сорока. – Тернопіль : Астон, 2014. – 195 с.**
56. Соціальна педагогіка : категорії і поняття : словник / автори — укладачі Н. А. Сейко, С. М. Коляденко.— Житомир : Житомир. держ. пед. ун- тет,1999. — 55 с.
57. Соціальна педагогіка : мала енциклопедія / за заг. ред. проф. І. Д. Звєрєвої. — К. : Центр учбової літератури, 2008. — 336 с.
58. Соціальна робота : Короткий енциклопедичний словник. — К. : ДЦССМ, 2002. — 536 с.— (Соціальна робота. Книга 4).
59. Соціальна робота : технологічний аспект / за ред. проф. А. Й. Капської. — К. : ДЦССМ, 2004. — 364 с.
60. Соціальна робота в Україні / за заг. ред. І. Д. Звєрєвої, Г М. Лактіонової. — К. : Наук. світ, 2003. — 233 с.
61. Соціальний захист та підтримка багатодітних сімей (стаття 2 липня 2014 року) [Електронний ресурс]. — Режим доступу до ресурсу : www.mlsp.gov.ua/labour/control/uk/publish/article .
62. Соціологія : словник термінів і понять. / автори-укладачі : Є. А. Біленький, В. М. Дебой, М. А. Козловець, А. А. Котвицький, І. В. Саух, В. О. Федоренко, В. О. Цибульський, В. О. Жаловага / за заг. ред. Є. А. Біленького. і М. А. Козловця — К. : Кондор, 2006. — 372 с.
63. Соціолого-педагогічний словник / за заг. ред. В. В. Радула. — Харків : Мачулін, 2015. — 444 с.
64. Титаренко О. І. Використання арт-терапії в психолого-педагогічному супроводі освітнього процесу // Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти: [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://virtkafedra.ucoz.ua/el \_gurnal/pages/vyp6/tytarenko.pdf.
65. Тютюнник О. Підготовка майбутніх соціальних педагогів до профілактики наркотичної залежності серед старшокласників : монографія / О. Тютюнник. — Черкаси : ФОП Гордієнко Є. І., 2014. — 350 с.
66. Філь О. Підготовка майбутніх соціальних педагогів до використаннѐ казкотерапії у професійній діяльності : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.04 / О. В. Філь. – Запоріжжя, 2010. – 20 с.
67. Фірсова Л. С. Арт-терапія у соціально-педагогічній роботі / Л. С. Фірсова // Вісник Черкаського університету : [зб. наук. ст.]. Вип. 144 : Серія Педагогічні науки / М-во освіти і науки України, Черкаський нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. — Черкаси: Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2009. — С. 160–164.
68. Фіцула М. М. Педагогіка вищої школи: [навч. посіб.]/ М. М. Фіцула. — К. : «Академвидав», 2006. — 352 с.
69. Флейк-Хобсон К. Развитие ребенка и его отношений с окружающими:пер. с англ./ К. Флейк-Хобсон , Б. Робинсон, П. Скин. — М. : Центр общечеловеч. ценностей,1993. —510 c.
70. Харченко С. Соціально-педагогічні технології : [навч.-метод. посіб. для студентів вищ. навч. закл.] / С. Харченко, Н. Краснова, Л. Харченко. — Луганськ : Альма-матер, 2005. — 552 с.
71. Холостова Є І. Соціальна реабілітація : навч. посіб. / Є. І. Холостова., Н. Ф. Дементьєва — М. : «Дашков і К», 2002. — 340 c.
72. Шаргородська С. Насилля в сім’ї : види, наслідки, шляхи подолання / С. Шаргородська // Соціальний педагог — 2007. — №2. — С. 14—16.
73. Шахрай В.М. Технології соціальної роботи / В.М. Шахрай Навч.посібник. - К.: Центр навчальної літератури, 2006 - 253c.
74. Шеляг Т. В. Соціальний статус багатодітних сімей та їх здатність до самодопомоги [Електронний ресурс] / Т. В. Шеляг // Соціальна педагогіка. — 2005. — №1. — С. 53—56. Режим доступу до журн. : <http://osvita.ua/vnz/reports/sociology/12652>.
75. Юрків Я. Діяльність соціального педагога з попередження насильства в сім’ї / Я. Юрків // Соціальна педагогіка : теорія та практика — 2013. — № 3. — С. 39—46.
76. Явище децентралізації [Електронний ресурс]. — Режим доступу до ресурсу : http://decentralization.gov.ua/about.
77. Якса Н. Соціально-педагогічний тезаурус : словник / Н. Якса. — Житомир : Вид–во ЖДУ ім. І. Франка, 2006. — 154 с.
78. Яценко Т. Профілактика наркоманії серед дітей підліткового віку / Т. Яценко // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи — 2015. — вип. 52. — С. 215—222.
79. Яценко Т. С. Арт-терапевтичні технології в роботі психолога / Т. С. Яценко, І. В. Калашник, І. О. Чернуха. — К. : Марич, 2009. — 68 с. — (серія «Психологічний інструментарій»).

**ДОДАТКИ**

**ДОДАТОК 1**

**АНКЕТА**

ДОБРИЙ ДЕНЬ!

ШАНОВНИЙ УЧАСНИКУ ДОСЛІДЖЕННЯ!

Студентка спеціальності «Соціальна робота» Полтавського інституту економіки і права ВНЗ «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна» проводить соціологічне опитування щодо проблеми сімейного насильства. Ваші відповіді нададуть нам необхідну допомогу в науковому аналізі цієї проблеми.

Щоб заповнити анкету, достатньо підкреслити той варіант або варіанти відповіді, які, на Вашу думку, є правильними, або напишіть відповідь самі, якщо вона не наводиться.

АНКЕТА Є АНОНІМНОЮ, тобто ви не повинні при заповненні вказувати своє прізвище, ім`я та контактні дані.

Ви також можете не відповідати на запитання, що здаються Вам некоректними або взагалі відмовитись від участі в опитуванні.

1.Скажіть, будь ласка, наскільки, Ви вважаєте, проблема впливу музики на соціальну адаптацію людини, є актуальною?

1. 1.Актуальною
2. 2.Менш актуальної.
3. Не актуальною.

2.Чи вважаєте ви музичне мистецтво корисним?

* 1. Так
  2. Ні
  3. Мені байдуже.

3.Чи часто ви слухаєте музику?

* 1. Постійно в продовж дня
  2. Декілька разів на день
  3. Взагалі не слухаю
  4. Живу музикою

4.Скільки годин в день ви слухаєте музику?

* 1. 2 і більше
  2. 5 і більше
  3. Весь день
  4. Не слухаю

5.Чи дратуєтесь ви коли вас відволікають від прослуховування музичної композиції?

* 1. Так
  2. Ні
  3. Мені байдуже

6.Чи вслуховуєтесь ви в зміст композицій?

* 1. Так
  2. Ні
  3. Мені байдуже

7.Чи часто в композиціях, які ви слухаєте зустрічаються не нормативні висловлювання?

* 1. Так
  2. Ні
  3. Мені байдуже

8.Якій музиці ви віддаєте перевагу?

* 1. POP
  2. Alternative
  3. Electronic
  4. Metal
  5. Classica
  6. Інша відповідь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9.Яким виконавцям ви віддаєте перевагу?

* 1. Українським
  2. Зарубіжним
  3. мені байдуже

10.Чи вважаєте ви, що музика на вас впливає позитивно?

* 1. Так
  2. Ні
  3. Мені байдуже

11.Чи вважаєте ви, що музика може підштовхнути до депресивного стану?

* 1. Так
  2. Ні
  3. Інколи
  4. Мені байдуже

12.Після прослуховування композиції виникає в вас агресивний стан?

* 1. Так
  2. Ні
  3. Інколи
  4. Мені байдуже

13.Чи вважаєте ви, що музика має властивість адаптувати у соціумі?

* 1. Так
  2. Ні
  3. Можливо
  4. Мені байдуже

14.Чому ви слухаєте музику?

* 1. Щоб скоріше линув час
  2. Щоб не відчувати самотності
  3. Я не слухаю музику
  4. Інша відповідь\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

15.Як ви відноситесь до таких соціологічних опитуванням?

* 1. Позитивно
  2. Негативно
  3. Мені байдуже

16.Якої ви статі?

* 1. Чоловічої
  2. Жіночної

17.Скільки вам років? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дякую за участь в соціологічному дослідженні!

**ДОДАТОК 2**

**Арт-терапевтична вправа «Робота з творчим сміттям»**

Для виконання вправи знадобиться все, що накопичилося в глибоких ящиках і вже давно втратило свою цінність, але що відразу було шкода викинути: шматочки паперу, тканини, фантики, скріпки, стрічки, старі календарики та листівки, давно засохлі фломастери і т.п. Розкладаємо перед собою ці «скарби» і відбирає те, що асоціюється у нас з минулим досвідом, який давним-давно пора відпустити - образами, страхами, невпевненістю, злістю, розчаруваннями, невдачами та іншим. Тепер з усього обраного матеріалу необхідно скласти загальну композицію. Головне - не поспішати і робити так, як хочеться, нічого не аналізуючи. До аналізу можна приступити після завершення роботи. Обов'язково подякуйте кожен символ за безцінний досвід і життєві уроки. Скажіть спасибі всім ситуаціям і людям з вашого минулого, а з роботою попрощайтеся і по можливості спаліть її.

**Арт-терапевтична вправа: «Казка про героя»**

Нам знадобиться ручка і чистий аркуш паперу. Сідаємо зручніше. Якщо хочеться, можна включити приємну музику. Робимо кілька глибоких вдихів і видихів, розслабляємося і налаштовуємося на свій внутрішній стан. Після це приступаємо до створення казки. Перш за все, визначаємося з Героїнею або Героєм, місцем і часом дії, його / її особливостями характеру і способом життя. Потім слід зачин, знаменуемий зміною звичної ситуації, виникненням перешкод або початком подорожі. В основній частині казки Герой знаходить друзів, долає всі перешкоди, справляється з усіма «драконами» і отримує винагороду. А у фіналі він знаходить все те, до чого і прагнув - досвід і знання, які якість його життя міняють на краще. Закінчивши написання казки, перечитуємо її ще раз і шукаємо наша схожість з Героєм, визначаємо на якому етапі (за сюжетом казки) ми зараз знаходимося і що може нам допомогти подолати складності.

**Вправи арт-терапії з чорнильними плямами**

Ця серія вправ продовжує і розвиває ідею знаменитого тесту Роршаха, тільки в даному випадку для аналізу використовується не стандартизований стомлений матеріал, а власні абстракції.Беремо чорнило, туш, рідинно розведену гуаш і всім цим капаем посередині аркуша ватману. Складаємо папір навпіл і складені частини притискаємо один до одного, акуратно їх розгладжуючи. Розгорнувши аркуш паперу, перед нашим поглядом постане симпатичний і симетричний абстрактний малюнок. Використовуючи різні кольори, таких «плям Роршаха» необхідно зробити цілу серію. Коли все буде готово, спробуйте описати свої творіння, давши кожному малюнку назву і невелику характеристику.

**«Каляки-маляки»: вправи з карлючками**

***Вправа перша.*** Абсолютно вільно, безглуздо водячи ручкою, олівцем або фломастером по аркушу паперу, малюємо складний клубок ліній, пробуємо «розгледіти» в «каляки-маляки» якийсь образ і усвідомлено розвиваємо його - використовуючи певні фарби виділяємо контури, замальовує ділянки, пишемо короткий коментар або розповідь .

***Вправа друга.*** У окремому зошиті або блокноті заводимо «щоденник каракуль" і ведемо його протягом певного проміжку часу (пару днів, тиждень). Стежимо за змінами в карлючках і аналізуємо їх, а після закінчення «експерименту» пишемо на їх основі розповідь.

***Вправа третя.*** Розмашистими рухами різних частин тіла на великому аркуші ватману створюємо каракулі. Для більш «запаморочливого» ефекту можна закрити очі. Коли «шедевр» буде готовий, знаходимо в зображеному образ і розвиваємо його.

**Терапевтична ліплення: працюємо з глиною, пластиліном, тестом і воском**

* Ліпимо свою проблему в довільній формі, «говоримо» з нею, висловивши їй абсолютно все, що вважаємо за потрібне і що накипіло. Трансформуємо її у те, у що захочемо.
* Створюємо скульптурні зображення з закритими очима.
* Створюємо і розмальовуємо фігури з глини.
* Робимо відбитки своїх рук, своєї ступні, різних предметів.
* Створюємо глиняні амулети і обереги.
* За встановлений термін часу створюємо на задану тему групову композицію.

**Арт-терапевтична вправа «Дозволяю собі грати як дитина»**

Для роботи краще використовувати аркуш паперу великого формату і «м'які» образотворчі матеріали: акварель, гуаш, крейда.«Неробочих» рукою малюємо свою найулюбленішу дитячу гру або заняття, придумуємо до малюнка назву. При малюванні «не тієї рукою» розкриваються нові почуття, розсуваються кордону умінь, людина стає більш спонтанним, висока ймовірність прояву прихованих дитячих страхів і переживань або, навпаки, появи світлих і безтурботних образів. Чому в уяві виникла саме ця дитяча гра? Які почуття виникали під час роботи над образами? Які відчуття і емоції викликає малюнок? Чому вибрані ті або інші кольори?  
Методика самопізнання: «Автопортрет у натуральну величину» ↑  
Для виконання даної вправи знадобиться дуже великий аркуш паперу і партнер. Лягаємо на лист, щоб партнер обвів контури тіла. А тепер приступаємо до створення «образу самого себе»: розфарбовуємо і домальовували все, що вважатимемо за потрібне, щоб показати, що коїться у внутрішньому світі, як себе почувають різні частини тіла, якого вони кольору і т.п.

**ДОДАТОК 3**

**Арт-терапевтична техніка «Колаж»**

Колажування є одним з найефективніших методів роботи з особистістю, який до того ж не викликає напруги, яка може бути пов'язано з відсутністю у людини художніх здібностей. Колаж допомагає визначити психологічний стан людини в даний момент часу, виявити його переживання і актуальні аспекти самосвідомості, розкрити потенційні можливості.Матеріалом для створення колажу можуть служити не тільки ілюстрації з журналів, але також природні матеріали, особисті фотографії і авторські малюнки. Теми вибираються залежно від потреб конкретно взятої групи: «я», «сім'я», «тіло», «чоловік і жінка», «минуле-сьогодення-майбутнє» і т.д.Інструкція: підберіть картинки для заданої теми і оформіть їх у цілісну композицію. З елементами дозволяється робити абсолютно все, що заманеться, роботу можна доповнювати коментарями і написами, домальовувати елементи, зафарбовувати і декорувати порожнечі.Аналіз колажу: розмір елементів і їх розташування на аркуші відносно один одного, виявлення домінуючих елементів, підстави вибору конкретних елементів, колірна палітра, сюжетність і впорядкованість або хаотичність і розрізненість.Ми представили лише невелику частину ефективних методик і арттерапевтіческіх вправ для самодіагностики і самозцілення, які відкривають дверцята у захоплюючий світ арт-терапії, в якому вас чекає маса дивовижних відкриттів.