

АРТ - ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ОПЫТ РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ ТЕХНИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Марчак Е.Е.

научный руководитель канд. мед. наук Веселкова Е.А.

Сибирский Государственный Университет Путей Сообщения

Произведение искусства является формой коммуникации и в историческом контексте служит не только целям эстетического самовыражения, но и практическим целям.

Как для художника, так и для любого другого человека, конечным эффектом творчества является неповторимое переживание борьбы за смысл своей жизни. Творческое произведение является результатом самовыражения глубоко личного характера, включающим как сознательные, так и бессознательные аспекты. Развитие арт-терапии неразрывно связано с характерным для XX века взглядом на изобразительное искусство как на средство выражения чувств и потребностей человека, а не характеристик окружающего мира. Это дает человеку неограниченную свободу выбора материалов и различных видов работы с ними, основанную на выборе цвета, линии и формы.

Арт-терапия связана с созданием визуальных образов в ходе взаимодействия между автором художественной работы, художественным материалом и терапевтом. Основой арт-терапевтического взаимодействия являются выражение и конденсация неосознаваемого психического материала посредством художественной экспрессии (Британская ассоциация арт-терапевтов, 1989).

Основные цели арт-терапии – самовыражение, расширение субъективного опыта, самопознание, внутренняя интеграция личности (различных ее аспектов и компонентов) и интеграция с внешней реальностью (социальной, этнической, культурной).

Термина арт-терапия ввел в употребление в 1938 г. Эдриан Хилл. В дальнейшем термин стал употребляться в широком контексте, характеризуя процесс терапии, восстановления или развития личности разнообразными методами художественного творчества.

Маргарет Наумбург (1958): в ходе арт-терапии происходит символическое выражение, возникающих в подсознании первичных мыслей и переживаний (желания, страхи, конфликты, сновидения, фантазии и воспоминания детства).

Сферы анализа, т.е. то, что имеет значение при анализе творчества:

- как человек себя выражает – часто больше внимания уделяется явным, а не скрытым аспектам экспрессии, человек не всегда придает значение стилистическим или техническим особенностям своего творчества – это дает дополнительные возможности для арт-терапевтического анализа,

- что выражает – может существовать значительное расхождение между тем, что человек хотел произвести, и тем, что он фактически производит;

- почему именно это и в такой форме – существуют глубинные мотивы творчества, а также то, как сам человек объясняет, почему он создает данное произведение;

- как это воздействует на человека или группу – сказывается личный опыт, настроение, стереотипы, традиции, групповая и личная направленность

Цель: описать основные психологические представления о себе и окружающем мире арт – терапевтическими средствами среди студентов технической специальности 1 курса.

Гипотеза:

- мы предполагаем, что представление студентов о собственной активности и оптимизме реализуются в арт – терапевтических техниках;
- арт – терапевтические техники предоставляют способы поиска ресурсных возможностей и выявления проблемного поля.

Эмпирическую базу составляют материалы психологического исследования, проведенного автором. Выборку составили студенты СГУПС, специальности ПГС 18 человек.

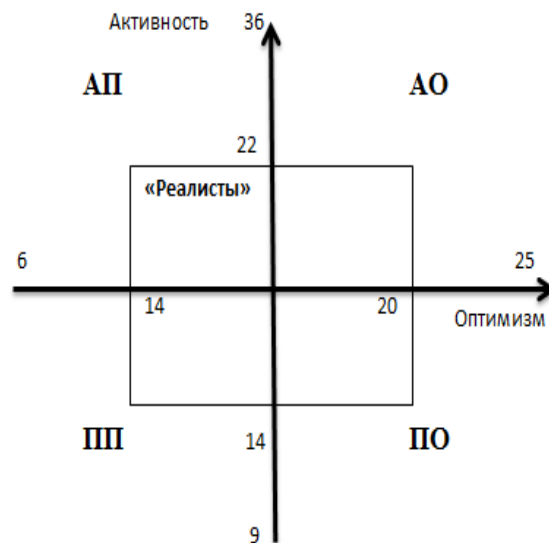
Метод психологического тестирования «Оценка оптимизма и активности личности».

Выбранная методика является адаптированным вариантом шкалы активности и оптимизма, которую разработали И. С. Шуллер и А. Л. Комуниан (AOS). Наша российская версия шкалы AOS позволяет выделить пять типов личности, отличающихся по степени выраженности оптимизма—пессимизма и активности—пассивности (Н. Е. Водопьянова, М. В. Штейн).

Эта методика имеет 2 субшкалы для определения психологических типов в соответствии со степенью оптимизма и активности (энергичности) личности.

В соответствии с ключом подсчитали суммы баллов по данным субшкалам и соотносим с квадратом координатной модели. Каждому квадрату соответствует определенный тип личности.

Рис.1. Типы оптимистов и пессимистов



В ходе исследования было выявлено, что большинство студентов:

88 %, квадрата «АП», свойственна большая активность, но она часто имеет деструктивный характер. Такие люди вместо того, чтобы созидать новое предпочитают разрушать старое. В трудных ситуациях часто используют агрессивные стратегии преодолевающего поведения.

6% респондентам квадрата «Р» адекватно оценивает текущую ситуацию исходя из своих сил (возможностей) и не пытается прыгнуть «выше головы», довольствуется тем, что имеет.

6% респондентам квадрат «ПП» категория людей, которые ни во что не верят и ничего не предпринимают для того, чтобы изменить свою жизнь в лучшую сторону. Они характеризуются преобладанием мрачного и подавленного настроения, пассивностью, неверием в свои силы. В трудных ситуациях предпочитают стратегии ухода от решения проблем, считают себя «жертвой» обстоятельств.

После тестирования была проведена арт – терапевтическая сессия методом «Карта желаний».

"Карта желаний" - это метод визуализации наших целей, инструмент личностного развития, преобразования жизни, с помощью которого мы настраиваем себя на позитивные изменения. "Карта желаний" помогает конкретизировать цели, четко их сформулировать и закрепить художественным методом.

Студенты были разведены на 3 группы. В их распоряжении был ватман, ножницы, журналы, карандаши, фломастеры, скотч и клей.

Установка была следующей, «Вы попали на необитаемый остров, на котором осуществляются все Ваши желания. Подумайте и представьте, каковы они. И с помощью предоставленных материалов, отобразите на ватмане».

1 группа «остров счастья» 5 девушек и один юноша. Были более активны, однако именно в этой группе был Реалист и Пассивный пессимист. Участие принимали все.

2 группа «Иван и Ко» 2 юноши и 5 девушке. Название группы сложилось именно так, потому что было 2 Ивана, они взяли на себя инициативу в названии группы. В этой группе не было разделение на личные желания, как в первой группе. Они отобразили, то что их объединяет.

3 группа никак не могла договориться, что же они будут делать, не было какой либо концепции, почти до конца выполнения задания, они сидели и листали журналы и пытались найти что то подходящее, так же название они не придумали.

На основе тестирования и арт-терапевтической сессии были выявлены следующие закономерности:

- Наличие половой идентификации, острота проблем связанных с противоположным полом, некоторая сексуальная озабоченность и поиск любви.
- Конформизм, проявляющийся в: желании отдыха, желании получать пассивное удовольствие.
- Удовлетворение основных потребностей без затрат энергии, не прикладывая к этому никаких усилий.
- Стремление к материальному потреблению. Много деталей говорят о дорогой и обеспеченной жизни.
- Наличие пустот, свободных мест на коллаже говорит о возможности реализации себя через активные виды деятельности, возможности реализации карьерных желаний.