

УМАНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені ПАВЛА ТИЧИНИ

**Ільченко І.С.**

# **АРТ-ТЕРАПІЯ**

Навчальний посібник для студентів  
денної та заочної форми навчання

**Умань**  
**Видавничо-поліграфічний центр «Візаві»**  
**2013**

УДК 159.98:7  
ББК 88.5 К65.

**Рецензенти:**

**Чудасва Н.В.** – кандидат психологічних наук, доцент.

**Сафін О.Д.** – доктор психологічних наук, професор.

*Рекомендовано до друку вченою радою  
Інституту соціальної та економічної освіти  
Уманського державного педагогічного університету  
імені Павла Тичини  
Протокол № 1 від 29.08.2013 р.*

Ільченко І.С. **Арт-терапія:** навчальний посібник для студентів. – Умань: Видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2013. – 150 с.

У розробленому посібнику подані лекції, плани практичних занять, основна та додаткова література до відповідних тем, методичні вказівки, завдання для самостійної роботи студентів, індивідуальні навчально-дослідні завдання, контрольні питання для перевірки рівня засвоєних знань.

Подані нижче матеріали допоможуть студентам в організації самостійної роботи, підготовці до занять. Запропонована структура практичних занять сприятиме удосконаленню психолого-педагогічної підготовки майбутніх учителів.

Ільченко І.С., 2013

## ЗМІСТ

<b>РОЗДІЛ I. ЛЕКЦІЙНИЙ КУРС ДИСЦИПЛІНИ «АРТ-ТЕРАПІЯ» .....</b>	<b>5</b>
<b>Тема 1. Арт-терапія як новий напрям в психотерапії .....</b>	<b>5</b>
<b>Тема 2. Теоретичні аспекти і проблеми арт-терапії .....</b>	<b>17</b>
<b>Тема 3. Основні форми арт-терапевтичної роботи .....</b>	<b>24</b>
<b>Тема 4. Етапи розвитку психотерапевтичної групи .....</b>	<b>28</b>
<b>Тема 5. Психоаналітичні аспекти розуміння природи і механізмів образотворчого мистецтва .....</b>	<b>32</b>
<b>Тема 6. Проективний підхід в інтерпретації образотворчої продукції .....</b>	<b>50</b>
<b>РОЗДІЛ II. ПРАКТИЧНІ ТА ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ</b>	
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. Основні теоретичні проблеми арт-терапії .....</b>	<b>53</b>
<b>Практичне заняття 1. Арт-терапія як новий напрямок у психотерапії .....</b>	<b>53</b>
<b>Практичне заняття 2. Теоретичні аспекти і проблеми арт-терапії .....</b>	<b>54</b>
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. Організація арт-терапевтичного процесу .....</b>	<b>55</b>
<b>Практичне заняття 3. Основні форми арт-терапевтичної роботи .....</b>	<b>55</b>
<b>Практичне заняття 4. Етапи розвитку психотерапевтичної групи .....</b>	<b>56</b>
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. Психоаналітичні засади арт-терапії .....</b>	<b>57</b>
<b>Практичне заняття 5. Психоаналітичні аспекти вивчення образотворчого мистецтва .....</b>	<b>57</b>
<b>Практичне заняття 6. Проективний підхід в інтерпретації образотворчої продукції .....</b>	<b>58</b>
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4. Практика арт-терапевтичної діяльності .....</b>	<b>59</b>
<b>Лабораторне заняття 1. Техніки і прийоми арт-терапії .....</b>	<b>59</b>
<b>Лабораторне заняття 2. Арт-терапевтичне заняття на тему: «Моє минуле, сьогодні і майбутнє» .....</b>	<b>63</b>
<b>ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ.....</b>	<b>67</b>
<b>САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТА .....</b>	<b>68</b>
<b>ІНДИВІДУАЛЬНІ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНІ ЗАВДАННЯ .....</b>	<b>69</b>
<b>СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ ДО НАВЧАЛЬНОГО КУРСУ .....</b>	<b>70</b>
<b>КОРОТКИЙ ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК.....</b>	<b>71</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>74</b>

Золоті правила арт-терапевтично обговорення образотворчого матеріалу (В. Слександр) .....	74
Оцінка діагностичних параметрів у арт-терапії .....	75
Діагностичні ознаки в арт-терапії: символ та лінія .....	77
Символіка кольорів у арт-терапії .....	78
Проективна методика «Малюнок сім'ї» .....	80
Проективна методика «Неіснуюча тварина» .....	92
Проектна методика «Малюнок дерева» .....	98
Проективна методика «Будинок-Дерево-Людина» .....	103
Проектна методика «Людина під дощем» .....	122
Проективна методика «Палітра почуттів» .....	125
Проективна методика «Автопортрет» .....	126
Проектна методика «Малюнок школи» .....	129
Проективна методика «Кактус» М. А. Панфілова .....	131
Арт-терапевтичні заняття .....	132

# РОЗДІЛ І. ЛЕКЦІЙНИЙ КУРС ДИСЦИПЛІНИ «АРТ-ТЕРАПІЯ»

## ТЕМА 1

### АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК НОВИЙ НАПРЯМ В ПСИХОТЕРАПІЇ

#### План

1. Поняття про психотерапію.
2. Арт-терапія як самостійний психотерапевтичний напрям.
3. Арт-терапія в ієрархії напрямів, заснованих на мистецтві.
4. Історія розвитку арт-терапії.

#### 1. Поняття про психотерапію

Вперше термін П. введений в кінці XIX в. Тьюком (Tuke D. H.). В опублікованій їм в 1872 р. книзі «Ілюстрація впливу розуму на тіло» один з розділів так і названий: «Психотерапія». Загальноживаним термін П. стає тільки в 90-х рр. XIX в. у зв'язку з розвитком техніки гіпнозу, а П. розглядається як частина медицини. Прийнятим стає визначення П. як системи лікувальної дії на психіку і через психіку на організм хворого. І, отже, будучи методом лікування, П. традиційно входить в компетенцію медицини (Карвасарський Би. Д., 1985).

Розробляючи зміст і межі П., різні автори підкреслюють інтеграційний її характер, включення в її науковий і практичний апарат і в методологію сучасних досягнень в першу чергу психології і медицини, а також філософії, соціології.

Проте термін П. не став чисто медичним поняттям. Психотерапевти, що не є лікарями за освітою або роду діяльності, висувують іншу — філософську і психологічну — модель, яка заснована на первинному значенні цього слова, — «зцілення душею». Основна мета цього підходу не лікування від психічних розладів, а допомога у процесі становлення свідомості і особи, при якій психотерапевт предстає супутником хворого і наставником.

Наслідком такого розуміння П. є розповсюдження її методів в різних сферах в педагогіці, соціальній роботі, прикладній психології і ін.

Про це свідчить зміст Декларації по П., прийнятою Європейською асоціацією психотерапії в Страсбурзі 21 жовтня 1990 р. Згідно цієї декларації:

- 1) П. є особливою дисципліною гуманітарних наук, є вільною і незалежною професією;
- 2) психотерапевтична освіта вимагає високого рівня теоретичної і клінічної підготовленості;
- 3) гарантованою є різноманітність психотерапевтичних методів;
- 4) освіта в області одного з психотерапевтичних методів повинна здійснюватися інтегрально; вона включає теорію, особистий терапевтичний досвід і практику під керівництвом *супервізора*, одночасно отримуються широкі уявлення про інші методи;
- 5) доступ до такої освіти можливий за умови широкої попередньої підготовки, зокрема, в області гуманітарних і суспільних наук.

## **2. Арт-терапія як самостійний психотерапевтичний напрям**

Поява арт-терапії (термін А. Хілла) як сфери теоретичного і практичного знання на стику мистецтва і науки відносять приблизно до 30-м рокам минулого сторіччя.

Найбільш загальним визначенням арт-терапії незалежно від різних напрямів її розвитку може бути наступним.

**Арт-терапія** – це динамічна система взаємодії між учасником (дитиною, дорослим), продуктом його образотворчої творчої діяльності і арт-терапевтом (психологом, педагогом) в » арт-терапевтичском просторі.

### ***1. Соціальний напрям розвитку арт-терапії.***

Спочатку словосполученням «арт-терапія» позначали різні методи використання всіх видів мистецтва і творчої діяльності з терапевтичними цілями. Поступово склалися наступні різновиди: терапія відволікаючими враженнями, терапія зайнятістю (з метою навчання хворих і відвернення їх від переживань, пов'язаних з хворобою), трудова терапія і соціальна реабілітація (працетерапія на основі виробничої діяльності осіб, лікування, що проходять, і реабілітацію). Останній різновид має і інші назви: індустріальна терапія або терапія трудовою діяльністю.

Арт-терапію іноді розглядають як окремий випадок трудової терапії, якщо основним змістом роботи учасників стають ремесла і

інші види художньої творчості. Проте сучасні арт-терапевти даної думки не розділяють.

Отже, позначені вище сфери застосування художньої діяльності і творчості в роботі з людьми, що мають проблеми із здоров'ям, утворили так званий соціальний напрям. Воно розвивалося професіоналами в сфері прикладного мистецтва, що не мали спеціальної медичної і психологічної підготовки.

### ***2. Медичний напрям розвитку арт-терапії.***

Медичний або психотерапевтичний напрям арт-терапії, навпаки, побудований на тісному психотерапевтичному контакті і, поза сумнівом, припускає ґрунтовні професійні знання відповідних галузей медицини і психоаналізу..

Суб'єктом аналітичної або медичної моделей арт-терапії є пацієнт, а основні цілі — діагностика, психоаналіз і лікування.

### ***3. Педагогічний напрям розвитку арт-терапії.***

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 (процесів навчання, управління і ін.);
- 4) здібністю до інтеграції, трансформації.

### **3. Арт-терапія в ієрархії напрямів, заснованих на мистецтві**

На основі порівняльного аналізу існуючих загальнонавчаних термінологічних одиниць складена наступна класифікаційна система.

Зовнішня форма цієї класифікаційної системи містить супідрядні один одному таксономічні категорії або одиниці (клас, сімейство, вигляд) і відображає об'єктивні відносини між ними.

## **Арт-терапія в ієрархії напрямів на основі мистецтва і творчої діяльності**

**Тип:** *терапія мистецтвом*

**Клас:** *терапія творчістю (креативна терапія)*

**Підклас:** *експресивна терапія*

**Сімейства:**

- *терапія творчим самовираженням*
- *музична терапія*
- *ігрова терапія*
- *драмотерапія*
- *сказкотерапія*
- *библіотерапія*
- *танцювальна терапія*
- *тілесно-рухова терапія*
- ***арт-терапія***

**Види арт-терапії:**

- *малюнкова терапія*
- *візуальна (терапія образами)*
- *медитативне малювання*
- *мультимедійна (інтеграційна) терапія.*

### **4. Історія розвитку арт-терапії**

Арт-терапія як самостійний напрям в лікувально-коректувальній і профілактичній роботі налічує всього декілька десятиліть свого існування. Як науково-обґрунтований, переважно емпіричний, методу вона почала формуватися приблизно в середині ХХ століття. Проте за такий недовгий історичний термін вона досягла стану «зрілості», про що свідчить її широке впровадження в різні сфери практичної роботи, глибина і системність методології, а також високоспеціалізований характер діяльності арт-терапевтів.

#### ***Роль науково-культурного життя ХХ ст. у становленні арт-терапії***

Сучасна наукова арт-терапія при всьому різноманітті її зв'язків з різноманітними культурними феноменами щонайближче стоїть, мабуть, до первісного, «примітивного», доісторичного мистецтва. Останнє, як і арт-терапія, засновано на спонтанному самовираженні і певною мірою ігнорує естетичні критерії в оцінці його результатів і «професіоналізм» автора. І для того і для іншого важливіший процес творчості, що не стримується ніякими умовностями, щирість і



повнота самовираження, а не кінцевий продукт і його оцінка аудиторією.

На початку ХХ століття почали розповсюджуватися ідеї про те, що «наївне», «непрофесійне» мистецтво може бути засобом оновлення і лікування, виникають нові підходи до художньої освіти дітей, в яких робився акцент на вільному самовираженні, що ігнорує норми «високого» мистецтва (Lizek, Richardson і ін.).

Разом з розвитком руху за «дитяче мистецтво» ріс інтерес і до «патологічного мистецтва». Останнє, таке, що представляє творчість психічнохворих і так званих «аутсайдерів», як і «дитяче мистецтво», розглядалося як приклад творчості, вільної від стримуючого впливу якої-небудь культурної традиції. З того часу беруть свій початок практика колекціонування і вивчення робіт психічно хворих (Hans Prinzhorn), а також спроби його імітації у власній образотворчій творчості (Jean Debuffet).

*Велика роль в затвердженні принципів, закладених в мистецтві такого роду, належить J. Debuffet. На нього справила велике враження книга Н. Prinzhorn «Художня творчість психічно хворих», що вийшла в 1922 р. Через деякий час він починає збирати ізопродукцію пацієнтів психіатричних лікарень і організовує Compagnie de Art Brut, до якої увійшли декілька художників і лікарів. Паралельно з цим J. Debuffet намагається імітувати мистецтво хворих в своїй власній творчості. Він ототожнює себе з художником-аутсайдером, тобто тим, хто знаходиться в опозиції до існуючих стереотипів культури. До певної міри у зв'язку з діяльністю J. Debuffet формується далеко не безперечно, «романтичне» уявлення про взаємозв'язок, що існує між художньою свободою і «безумством».*

*J. Debuffet вдалося зібрати надзвичайно цікаву колекцію робіт психічно хворих, яка експонувалася в Європі і Америці і змогла повернути до себе великий інтерес громадськості і фахівців. Його діяльність помітно вплинула на погляди сучасних йому художників, які прагнули подолати умовності офіційного мистецтва і шукали нові підходи до образотворчої творчості. Деякі з них використовували ізопродукцію психічно хворих як стимул для своєї роботи і надалі почали займатися арт-терапией. Враховуючи те, що в ті роки (аж до кінця 60-х рр.) організованої підготовки арт-терапевтов ще не існувало, прихід художників в арт-терапію часто*

відбувався багато в чому завдяки їх інтересу до мистецтва психічно хворих.

*J. Debuffet* ввів в ужиток поняття *art brut*, що в перекладі з французького означає «грубе мистецтво». Спочатку позначаючи творчість психічнохворих, воно поступово стало вельми ємким визначенням, що включає різноманітні форми «мистецтва аутсайдерів» — «ізгоїв культури», що використовують свій власний, в чомусь щиріша і живіша художня мова, ніж мова «офіційної» культури. Не дивлячись на деякі стилістичні обмеження, закладені в понятті *art brut*, *J. Debuffet* вдалося уловити основні тенденції європейського мистецтва почала ХХ століття, які полягали у відмові від «завищених» естетичних ідеалів і моралізації, властивих мистецтву попередніх епох. Як відомо, пошук нової художньої мови в мистецтві ХХ століття здійснювався багато в чому через освоєння і синтез найбільш архаїчних, брутальних і «примітивних» форм мистецтва, що відповідають потребі людини ХХ століття в автентичному, нерідко підкреслено індивідуалістичному виразі свого внутрішнього світу.

Згаданою тенденцією європейській культурі кінця ХІХ – першої половини ХХ століття, звичайно ж, не обмежувалися впливи на формування арт-терапії. У контексті європейської культури в цілому є певні підстави говорити про зв'язок арт-терапії з впливом мистецтва класицизму і романтизму, яке простежується аж до теперішнього часу. Вплив класичного мистецтва, на думку М. Edwards (1989), виявляється в тому, що зберігається у ряду арт-терапевтів переконані в тому, що продукт образотворчої творчості може раціонально тлумачити, укладені в нім переживання і «особисті сенси» можуть бути «розкодовані» і осмислені як самим його автором, так і іншою особою (наприклад, арт-терапевтом, психологом, лікарем і т. д.).

Вплив романтичної традиції простежується, на думку М. Edwards, в поширеному уявленні про зціляючий характер творчого натхнення, яке глибоке ірраціонально за своєю природою. Тому продукт творчості не може бути логічно осмислений, а автор не потребує допомоги іншої особи для «правильної» оцінки змісту своєї роботи.

На розвиток перших форм арт-терапевтичної роботи якоюсь мірою вплинула і діяльність деяких лікарів, що займалися дослідженням образотворчої продукції психічно хворих. Можна назвати, наприклад, психіатрів Erick Guttman і Walter Maclay.

Разом з діяльністю педагогів, художників і лікарів, що займалися вивченням творчості дітей і психічно хворих, розвиток арт-терапевтичного напрямку готувався також поборниками психодинамічного підходу. В цьому відношенні показовий приклад Margaret Naumburg.

*М. Naumburg багато хто вважає засновницею арт-терапевтичного напрямку в США. Вона мала психологічну освіту, отримавши потім спеціалізацію психоаналітика. М. Naumburg відома як автор динамічно-орієнтованої арт-терапії. У 40 рр. поточного сторіччя вона почала використовувати в своїй психоаналітичній роботі з дітьми рисувальні техніки, розглядаючи вільний вираз дитиною своїх переживань в образотворчій діяльності як інструмент для дослідження його несвідомих процесів. Результати цієї роботи описані нею в книзі «Вивчення вільної художньої експресії дітей з порушеннями поведінки як засіб діагностики і лікування» (1947). Вона звертає увагу на відмінності між вільними малюнками дітей і тією формою образотворчої роботи, яка використовувалася як засіб зайнятості пацієнтів. Вона відзначає, що пацієнтові вільна художня експресія додає упевненість в своїх силах і формує в ній відчуття глибокого задоволення. В той же час ця техніка, як відзначає М. Naumburg, може використовуватися психіатром як проектний інструмент діагностики. Коли пацієнт в результаті занять долає невпевненість і починає вільно виражати свої страхи, потреби і фантазії, він вступає в зіткнення зі своїм несвідомим і «розмовляє» з ним символічною «мовою» образів.*

*У своїх подальших роботах М. Naumburg починає використовувати термін «арт-терапія».. При цьому вона розглядає арт-терапію, головним чином, з погляду психоаналітичного підходу, як техніку, що дозволяє людині виражати свої внутрішньопсихічні конфлікти у візуальній формі і поступово приходити до їх усвідомлення і вербалізації (Naumburg, 1958). Вона розвиває концепцію динамічно-орієнтованої арт-терапії в своїх подальших публікаціях (1966), застосовуючи при цьому поняття перенесення, вважаючи, що спонтанне самовираження пацієнтами своїх переживань в образах веде до зміцнення психотерапевтичних відносин. На діяльність і погляди М. Naumburg великий вплив зробив рух за розвиток дитячої творчості, що набрав силу в США в ті роки. Для цього руху було характерне, зокрема, визнання творчого*

потенціалу, що закладеного в кожній дитині, дозволяє йому виражати свої переживання у візуальних образах.

*М. Naumburg справедливо вважають також родоначальницею арт-терапевтичного освіти в США. У 50-і рр. вона заснувала перші курси по арт-терапії і в подальшому прагнула до їх перетворення на повноцінну програму післядипломної підготовки арт-терапевтів.*

У Європі засновниками і «хрещеним батьком» арт-терапевтичного напрямку нерідко визнають Adrian Hill і Herbert Read. А. Hill був першим, хто ввів в європейський ужиток поняття «арт-терапія», позначивши їм свою власну роботу (див. А. Hill «Art Versus Illness», 1945). Він відомий не тільки завдяки своїй роботі з хворими як арт-педагога в госпіталях Великобританії, але і активній популяризації лікувально-реабілітаційної художньої практики через засоби масової інформації, а також завдяки значним організаторським здібностям. Протягом багатьох років він був президентом Британської Асоціації Арт-терапевтів.

Таким чином, в перші десятиліття ХХ століття встановлюються тісніші зв'язки між представниками «миру мистецтва» і лікарями-психіатрами. Образотворча діяльність хворих стає предметом для художнього осмислення і наукових досліджень, а також все більш широко використовується з діагностичною метою. Вивчається і певний лікувальний ефект від занять малюванням. Відбувається зближення поборників «дитячого мистецтва» і творчості психічно хворих з представниками нових художніх течій. Все це веде до формування перших ідей про зцілюючий потенціал художньої творчості і ширшого використання образотворчого мистецтва як лікувально-коректувальний прийом.

У другій половині 40-х - початку 50-х рр. 20 сторіччя мали місце перші спроби арт-терапевтів до об'єднання і чіткішого визначення своєї ролі. Так, в 1949 р. був створений перший Комітет Арт-терапевтичеський, який очолив А. Hill.

На цьому етапі розвитку арт-терапії її найбільш поширеними формами були:

- використання арт-терапії в психіатричних лікарнях з метою оцінки стану пацієнтів і динаміки процесу одужання. При цьому арт-терапія виступає головним чином як інструмент діагностики, хоча і припускає певний «лікувальний» ефект.

- використання образотворчої продукції пацієнтів в соматичних лікарнях (включаючи спеціалізовані клініки тривалого перебування) переважно для прикраси палат.

Таким чином, арт-терапія як і раніше розглядалася більшістю медиків або як різновид терапії зайнятістю, або як один з аспектів діагностичної роботи лікаря або психолога. І хоча вже існували інші форми арт-терапевтичної практики (Champagnowne, Naumburg), що набагато ближче стоять до психотерапії, вони не набули ще широкого поширення.

У 50-і рр. поточного сторіччя сформувалися різні сегменти арт-терапевтичного напрямку: арт-терапія, як різновид терапії зайнятістю, арт-терапія в освіті, арт-терапія як засіб психотерапевтичної роботи та інші. Їх лідери нерідко по-різному визначали зміст арт-терапевтичної діяльності і навіть вступали в конфлікт один з одним. В той же час очевидний було і прагнення до об'єднання, з тим щоб підкреслити властиві всім їм відмінності від інших професійних груп, народжувалися перші ідеї арт-терапевтів про формування професійних асоціацій.

Таким чином, перша половина ХХ століття була часом первинного оформлення арт-терапії як самостійний напрям, що використовує образотворчі прийоми в роботі з різними групами пацієнтів і що вчаться шкіл. Цей період характеризувався високою рольовою невизначеністю тих, хто застосовував ці прийоми, що пов'язане з відмінностями в їх професійній підготовці і досвіді.

Аж до 60-х рр. не існувало чітких уявлень про те, що таке арт-терапія і арт-терапевт, ні серйозних програм підготовки в цій області, що базуються на певній методології і системному сприйнятті суспільної місії арт-терапії. 60-е рр. 20 сторіччя виявилися багато в чому поворотним періодом для розвитку арт-терапевтичній спеціальності.

На початку 60-х рр. минулого сторіччя у ряді країн були створені перші професійні об'єднання арт-терапевтів. Раніше всього — в 1963 р. — з'явилася Британська Асоціація Арт-терапевтів (БААТ). Незабаром послідувало утворення Американської Асоціації Арт-терапевтичеської.

Можна говорити про те, що на початку 60-х рр., незадовго до створення професійних асоціацій арт-терапевтів у Великобританії і США, сформувалася сприятлива громадська думка щодо різноманітних можливостей арт-терапевтичного напрямку. У цих

умовах як самі арт-терапевти, так і представники різних медичних спеціальностей, керівники лікувальних установ, великі групи художників і арт-педагогів все більш відчували своєчасність і необхідність створення спеціального професійного об'єднання, здатного координувати і розвивати арт-терапевтичну роботу в різних сферах. Все це привело до того, що з невеликим тимчасовим інтервалом відбулися засновницькі збори спочатку Британською, а потім Американській Асоціації Арт-терапевтів, що знаменувало початок нового етапу в еволюції арт-терапевтичного напрямку.

Для того, щоб перетворити асоціації в дієвий інструмент професійного зростання їх членів, були розроблені певні критерії членства. Так, наприклад, кандидати в члени БААТ повинні були задовольняти наступним вимогам:

- працювати або як арт-терапевта, або арт-педагога в лікувальній установі або спеціалізованій школі;
- по можливості мати кваліфікацію арт-педагога або диплом про художню освіту;
- володіти досвідом роботи в області художньої педагогіки, психології або психоаналізу;

Як видно з перерахованих вимог, з самого початку своєї діяльності БААТ прагнула орієнтуватися на достатньо високі професійні стандарти.

Представляється, що приклад британської системи охорони здоров'я багато в чому ближчий Росії, а тому має сенс декілька детальніше зупинитися на історії інтеграції арт-терапії в державну систему охорони здоров'я в цій країні, зокрема, у зв'язку з проблемою введення норм, регулюючих умови і оплату праці арт-терапевтів.

У 70-і рр. Британською Асоціацією Арт-терапевтів були зроблені важливі кроки у напрямі інтеграції арт-терапії в державну систему охорони здоров'я. Арт-терапевти прагнули до того, щоб їх інтеграція в систему охорони здоров'я відбулася так, щоб були враховані досягнення арт-терапевтичного підходу, виступаючого як самостійна медична спеціальність, а не «вторинний», «інструментальний» прийом, використовуваний іншими фахівцями (наприклад, інструкторами по терапії зайнятості або соціальній роботі). Доводи арт-терапевтів, що обстоювали такий погляд на свою роль в системі охорони здоров'я, в другій половині 70-х рр. виглядали вже достатньо переконливо. Важливе значення мало те, що програми

підготовки арт-терапевтів на той час відповідали вже високим вимогам вищої і післядипломної освіти, а значна частина арт-терапевтів володіла глибокими знаннями психотерапевтичних підходів і володіла навиками індивідуальної і групової роботи з різними пацієнтами.

На початку 70-х рр. були організовані також деякі інші спеціалізовані курси арт-терапевтичної підготовки в рамках післядипломної освіти. В даний час такі курси існують вже в декількох країнах, зокрема п'ять з них — у Великобританії, дещо більше — в США. У країнах континентальної Європи подібних курсів немає, що пов'язане з тим, що арт-терапія тут не виділилася в самостійну спеціальність.

У другій половині 80-х - 90-і рр. поточного сторіччя в світі відбулися серйозні зміни, які не могли не вплинути на професійне мислення і діяльність арт-терапевтів. Як найбільш важливих з цих змін слід назвати: закінчення «холодної війни» і ослаблення тоталітарних режимів, створення Європейського Союзу, зміна культурного «клімату» в найбільш розвинених країнах і транснаціональних утвореннях, реформування економіки в країнах Центральної і Східної Європи, а також зміни в соціальній політиці в багатьох країнах.

Закінчення «холодної війни» і затвердження принципів «інформаційної відвертості», а також європейська інтеграція стимулювали процеси професійного обміну і розповсюдження найбільш передових і ефективних форм психотерапевтичної роботи. Крім того, вперше в історії встало питання про розробку і введення єдиних стандартів професійної підготовки і практики на всьому просторі Європейського Союзу. Це стало початком осмислення існуючих відмінностей між методами образотворчої роботи в охороні здоров'я, освіті, соціальній сфері і інших сферах. У цих умовах прогресивніші моделі арт-терапевтичної підготовки і практики стали природними орієнтирами для тих країн, де арт-терапевтичний підхід відрізняється відносною «незрілістю». Безперечними лідерами стали ті держави, в яких накопичений багатий досвід арт-терапевтичної роботи, де діють відпрацьовані механізми її державного регулювання при збереженні високої міри професійної свободи і самостійності, де є розвинена теоретична база арт-терапії і реалізовані системні принципи арт-терапевтичної освіти, що орієнтується на

«випередження» багатьох соціально-економічних і культурних процесів.

Подальший розвиток арт-терапевтичного підходу в 60-90 рр. привів до чіткішого оформлення професійної ролі арт-терапевта. Досвід художньої практики в подальшому вдалося об'єднати з прийомами вербальної психотерапії і реалізувати в контексті відносин пацієнта і арт-терапевта, а також диференціювати різні форми арт-терапевтичної роботи, залежно від її завдань і характеру тієї або іншої групи пацієнтів.



## ТЕМА 2

### ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ І ПРОБЛЕМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

1. Психотерапевтичні відносини: перенесення і контрперенесення.
2. Особливості психотерапевтичних відносин в арт-терапії.
3. Проблема інтерпретація художньої продукції в арт-терапії.
4. Інтеграційна стратегія інтерпретації художнього образу.

#### 1. Психотерапевтичні відносини: перенесення і контрперенесення

**Поняття перенесення і контрперенесення** мають безпосереднє відношення до будь-якої психотерапевтичної практики, заснованої на психодинамічному підході, включаючи і роботу арт-терапевта. Ці поняття позначають ті усвідомлювані і неусвідомлювані реакції на особу психотерапевта, які виникають в психіці клієнта, з одного боку, а також реакції на особу клієнта, що виникають в психіці психотерапевта, з іншого боку.

Іншими словами, класичний психоаналіз виходить з того, що **перенесення** — це несвідомі тенденції і фантазії, які виникають в психіці пацієнта в процесі аналізу у вигляді серії ситуацій, що відображають його дитячий досвід спілкування з найбільш близькими йому людьми, але що відносяться вже не до минулому, а до особи аналітика в сьогоденні.

Перенесення відкриває двері в несвідоме і при адекватній його інтерпретації дозволяє здійснити реконструктивну дію на психіку пацієнта. Минулий досвід знаходить для пацієнта сенс і стає усвідомленим і контрольованим.

Погляди М. Klein на природу і механізм перенесення допомагають зрозуміти те, що створений пацієнтом образ може містити надзвичайно важливий матеріал для аналізу ранніх дитячих переживань. Разом з тим, на відміну від Фрейда, М. Klein вважає, що перенесення не обов'язково пов'язане з актуалізацією минулих ситуацій і відносин психотравмуючого характеру, але може відображати всю сукупність психічного досвіду пацієнта — його страхи, любов, провину, фантазії, відношення до світу, що виявляються в контексті «тут і зараз» психотерапевтичних відносин.

М. Klein, як відомо, розробила ігрову техніку, що є незамінним засобом для вивчення нею несвідомих процесів дитини. Вона вважала, що перенесення у багатьох випадках яскравіше виявляється у відносинах дитини з предметами ігрової діяльності, ніж чим з самим психотерапевтом. Це положення мало велике значення для розвитку уявлень про перенесення в контексті арт-терапевтичної роботи. Воно, зокрема, допомагає осмислити той факт, що образ, будучи дзеркалом несвідомих процесів, іноді сам по собі може виступати як інструмент психічної трансформації.

З моменту введення поняття контрперенесення Фрейдом його зміст багато разів переглядався. Відомо, що **Фрейд** вважав за необхідне збереження аналітиком якогось безпристрасного стану, при якому він виконує роль «чистого екрану». Контрперенесення небажане, оскільки заважає цьому.

**Юнг** писав про контрперенесення у зв'язку з можливістю аналітика піддатися негативній психічній дії і травматизації з боку пацієнта. Він відзначав, що контрперенесення є одним з основних ускладнень аналітичної практики, що примушує перервати психотерапевтичну роботу (Jung, 1931). Разом з тим, на відміну від Фрейда, Юнг вважав, що контрперенесення може грати і позитивну роль і що аналітик у багатьох випадках може їм користуватися як дієвим психотерапевтичним інструментом при тому, проте, умові, що він не має сколь-либo серйозних психологічних проблем.

На відміну від ранніх психодинамічних уявлень значна частина сучасних авторів дотримується ширшого їх тлумачення, вважаючи, що перенесення і контрперенесення торкається як усвідомлюваного так і неусвідомлюваного рівня психічної діяльності клієнта і психотерапевта.

## **2. Особливості психотерапевтичних відносин в арт-терапії**

Завдяки розвитку психодинамічних уявлень, арт-терапевтам вдалося сформуванати оригінальну теорію психотерапевтичних відносин в арт-терапії. Її стрижнем є ідея про те, що **арт-терапевтичний процес** — це безперервна трибічна комунікація і динамічна взаємодія між трьома основними її елементами або учасниками — пацієнтом, арт-терапевтом і матеріалом або продуктом образотворчої діяльності.

Стосовно арт-терапії дана модель включає наступні **основні положення**:

- арт-терапевтична практика є особлива сфера прояву перенесення і контрперенесення;
- арт-терапевт є активним посередником у взаємодії клієнта з матеріалом/продуктом його роботи.

Специфічною **особливістю перенесення і контрперенесення в арт-терапевтичній роботі** є те, що:

- перенесення виявляється не тільки в емоційних реакціях і особливостях поведінки і висловів пацієнта, але і його образотворчій діяльності і характеристиках створюваного ним образу, тому предметом для аналізу перенесення є і те і інше;
- контрперенесення викликається як особливостями поведінки і висловів пацієнта, так і його образотворчою продукцією, особливостями створюваного ним образу.

Таким чином, в арт-терапевтичній роботі перенесення і контрперенесення здійснюються за **трьома основними каналами комунікації**:

- клієнт—матеріал/продукт (образотворчої діяльності)
- клієнт—психотерапевт
- психотерапевт— матеріал/продукт (образотворчої діяльності клієнта).

Позитивним моментом проєкції в психотерапевтичних відносинах, а також при роботі пацієнта з образотворчим матеріалом є те, що в результаті її суб'єктивний досвід стає доступним для сприйняття як реальна особа або матеріальний предмет (наприклад, образу зображення). Як відзначає S. Langer: *«проєкція відчуттів на зовнішні об'єкти — це перший крок до символізування і визнання цих відчуттів»* (Langer, 1953, с. 390).

### **3. Проблема інтерпретація художньої продукції у арт-терапії**

Сприйняття художньої продукції припускає активність глядача, як указує Сміт (Smith, 1973), **основне завдання інтерпретації** полягає в розкритті змісту художнього образу.

При аналізі будь-якої образотворчої продукції доцільно взяти до уваги чинники, які роблять вплив на її створення.

1. Художній твір може розглядатися як результат взаємодії індивідуальних, соціальних і культурних чинників.

2. На процес створення візуального образу роблять вплив відношення між клієнтом і психотерапевтом, взаємодія клієнта з художніми матеріалами і те, які види допомоги крім арт-терапевтичної отримує клієнт.

Одна з перших спроб використовувати певну систему критеріїв для аналізу візуальних образів була зроблена Едіт Крамер (Kramer, 1971). Її ідеї про підготовчий етап образотворчої діяльності, емоційне відреагування за допомогою художньої творчості, захисну функцію візуального образу, піктограму і оформлену експресію можуть служити основою для сприйняття художньої продукції клієнтів.

Фромм – Рейхманн (Fromm-Reichmann, 1950) указувала на необхідність фокусування в процесі аналізу образів на тому, що клієнт готовий сприймати. Вона підкреслювала, що в своєму підході до інтерпретації образів психотерапевт повинен керуватися найрізноманітнішою інформацією (перенесення, обмовки, сновидіння, обмани сприйняття, фантазії клієнта і т. д.). Вона також виступала за розвиток у психотерапевта комунікативних навиків, які дозволили б йому, незалежно від того, що конкретного піддається аналізу матеріалу (візуальні образи, вербальні описи, поведінка клієнта), зберігати з клієнтом тісний зворотний зв'язок.

Крім даного підходу до інтерпретації образів арт-терапевти можуть використовувати деякі спеціальні стратегії. Так, зокрема, трибічні відносини між психотерапевтом, клієнтом і його образотворчою продукцією вимагають використання системного підходу, що дозволяє усвідомити комплексний характер комунікації, що відбувається між ними.

Могутнім засобом збагнення сенсу створених іншою людиною образів є емпатія.

**Емпатія** – це розуміння емоційного стану іншої людини за допомогою співпереживання і проникнення у її внутрішній світ. Термін „емпатія” виник на основі німецького слова **einführung**, що використовувалося німецькими психологами і у дослівному перекладі означає проникнення.

Емпатія у спілкуванні означає, що консультант співпереживає і реагує на переживання клієнта, так начебто це його власні переживання. Одне з перших визначень емпатії належить З.Фрейду: *„Мі враховуємо психічний стан пацієнта, уявляємо собі у цьому стані і намагаємося зрозуміти його, порівнюючи зі своїм власним”*.

Низка авторів порівнювали емпатію з іншими близькими їй процесами. Слід розрізняти жалість, коли ми говоримо іншій людині „Мені вас шкода”, симпатію – „Я співчуваю вам” і емпатію – „Я з вами”.

Емпатія полягає насамперед у щирій зацікавленості і встановленні відкритих стосунків з людиною. Ефективній психолог-консультант має прислухатися до кожної людини, настільки уважно й акуратно, наскільки це можливо. Емпатійне слухання включає в собі утримання від засудження іншої людини. Емпатія не використовується для власної вигоди чи користі і не визначається скритими мотивами.

*Альфред Адлер* говорив: „Емпатія з’являється, коли одна людина починає говорити, з іншою. Неможливо зрозуміти іншу людину, якщо не поставити собі на її місце. Якщо ми намагаємося зрозуміти, звідкіля виникає здібність діяти і відчувати так як інша людина, то слід говорити про вроджене почуття. Воно має носити космічний характер і являє собою ознаку самого буття людини”. Але входячи у внутрішній світ іншої людини, консультантові важливо залишатися незалежним і зберігати свою індивідуальність.

*Карл Роджерс* застерігав: „Якщо я дійсно відкритий для досвіду іншої людини і приймаю її світ у мій, то я ризикую дивитися на життя лише її очима, з втратою власної індивідуальності я не зможу змінюватися разом з моїм клієнтом. Інша загроза криється у повному збереженні власного погляду на світ, критичному аналізі і надмірному оцінюванні і тоді розуміння іншої людини є неможливим”.

Саме тому співпереживання психолога клієнту не має бути повним, а лише частковим.

### **Основні положення про емпатію:**

Відмій психотерапевт Карл Роджерс узагальнив основні положення про емпатію, а саме

✓ Здатність зрозуміти іншу людину і зрозуміти її світогляд є найважливішою якістю ефективного психотерапевта. Здатність проявляти емпатію залежить від зрілості особистості психолога і чим більш цілісною особистістю він є, тим більш теплі стосунки він може побудувати з клієнтом.

✓ Клієнти які відчують, що психолог їх розуміє, стають більш сміливими і здатними до саморозкриття.

✓ Завдяки емпатії клієнт дізнається, що його цінують і сприймають таким яким він.

✓ Справжня емпатія позбавлена від критики й оцінювання клієнта.

### **Роль емпатії у психологічному консультуванні**

Позитивне значення емпатії для психологічного консультування визнавала більшість психологів. Вона є *обов'язковою умовою психологічної взаємодії*. Вона включає ототожнення з іншою людиною і завдяки їй досягається взаєморозуміння різних людей.

➤ Емпатія дозволяє „вживатися” у внутрішній світ клієнта і розуміти справжній смисл подій в цьому світі. Таке „входження” має бути без оціночним, без поділу вчинків іншої людині на хороші і погані.

➤ Безоціночне ставлення психолога дозволяє сприймати інших людей такими, якими сморід є. Якщо консультант намагається розібратися в почуттях клієнтах, зрозуміти його радість, щастя, злість, страх, ворожість, тривогу, то і клієнт отримує можливість краще почути і зрозуміти собі.

➤ Емпатія допомагає психологові розібратися у причинах недостатньої щирості клієнта, про що клієнт не говорить і що скриває, оскільки боїться що його не почують і не зрозуміють.

### **Особливості емпатії в арт-терапії**

Повертаючись до ролі емпатії в арт-терапії відзначимо, що центрування на образі, на відміну від центрування на «я», підвищує об'єктивність сприйняття візуальних феноменів. Враження, що виникає при цьому, будучи заснованим на уважному вивченні образу, неможливе без його співвідношення з нашим особистим досвідом, який може бути аналогічним досвіду іншого (Buie, 1981). Результатом цього є таке розуміння образу, яке просто неможливе без здатності сприймати події крізь призму власного досвіду і в той же час без здатності до емпатии.

Здатність до емпатии є найважливішою передумовою збагнення сенсу афектно-насичених образів, що припускає «вчувствование» в те, що створено іншим. Усвідомлення за допомогою емпатії дозволяє зрозуміти сенс як явної, так і прихованої в художній продукції інформації (Franklin, 1990).

#### 4. Інтеграційна стратегія інтерпретації художнього образу

**Перший етап** характеризується *естетичним і феноменологічним підходом* до сприйняття художньої продукції:

- *естетичний підхід* до сприйняття художньої продукції (відмова від критичних оцінок, центрування на образі);
- *феноменологічний підхід* (оцінка проєкцій, допустимість суб'єктивності сприйняття, феноменологічні описи).

**Другий етап** відрізняється *підходом формаліста* (аналіз різних формальних характеристик художньої роботи, їх ретельний опис, але не інтерпретація).

**Третій етап** виявляється *особистим підходом* (аналіз особливостей психічного розвитку клієнта, історії його життя і захворювання, сімейної системи, захисних механізмів, архетипических проявів, сильних і слабких сторін особи).

**Четвертий етап** є втіленням *соціокультурного підходу* (аналіз пов'язаних з етнічною, класовою, демографічною, релігійною і так далі приналежністю клієнта впливів на процес і результати його образотворчої діяльності, включаючи патогенні соціокультурні впливи).

**П'ятий етап** – це власні враження і спостереження психотерапевта (формулювання суб'єктивних і об'єктивних гіпотез).

## ТЕМА 3

### ОСНОВНІ ФОРМИ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ

1. Основні підходи в класифікації форм арт-терапії.
2. Особливості індивідуальної арт-терапії.
3. Особливості групової арт-терапії.
4. Основні форми групової арт-терапії:
  - а) студійна відкрита група;
  - б) аналітична закрита група;
  - в) тематично орієнтована група.

#### 1. Основні підходи в класифікації форм арт-терапії.

Можна використовувати різні підходи до класифікації форм арт-терапії.

**1-й підхід** – залежно від теоретичної підстави можна виділити

- 1) клінічну
- 2) психодинамічну
- 3) гуманістичну
- 4) трансперсональну і інші моделі арт-терапії.

**2-й підхід** – залежно від тієї або іншої групи клієнтів (наприклад, психіатричні хворі, особи з межовими психічними розладами, пацієнти з соматичною патологією, мотивовані до особистого «зростання» клінічно здорові особи і т. д.).

**3-й підхід** – залежно від вікової категорії учасників арт-терапевтичної групи (так, форми арт-терапії різні при роботі з дітьми, підлітками і дорослими).

**4-й підхід** – залежно від орієнтації на індивідуальну або групову взаємодію в ході арт-терапевтичного процесу. Тут можна говорити про два основні варіанти арт-терапевтичної роботи — індивідуальну і групову арт-терапію.

#### 2. Особливості індивідуальної арт-терапії

**Індивідуальна арт-терапія** може використовуватися з широким колом клієнтів:

- клієнти, що не підлягають вербальній психотерапії (олігофрени,



психотики, особи похилого віку з порушеннями пам'яті і деякі інші).

- діти і дорослі, що мають певні утруднення у вербалізації своїх переживань, наприклад із-за мовних порушень, аутизму або малоконтактності, а у осіб з посттравматичним стресовим розладом.
- клієнти, що мають неглибокі психічні розлади.

### **Обмеження в застосуванні індивідуальної арт-терапії.**

Протипоказанням є серйозні психічні порушення, які є могли б бути перешкодою формуванню стійких психотерапевтичних відносин. Стосовно осіб з грубими змінами особі, нестійкою або порушеною ідентичністю індивідуальна арт-терапевтична робота була б зв'язана з ризиком ще більшої дисоціації.

## **3. Особливості групової арт-терапії**

**Основною метою групової арт-терапії** є досягнення певних змін у соціальній поведінці учасників групи. В той же час вона не пов'язана з «лікуванням» в медичному сенсі цього слова і в меншій мірі, чим індивідуальна арт-терапія, орієнтована на дослідження індивідуальних проблем, причин і механізмів розвитку хвороби.

Крім того, групова арт-терапія, дозволяє розвивати цінні соціальні навички;

- пов'язана з наданням взаємної підтримки членами групи і дозволяє вирішувати загальні проблеми;
  - дає можливість спостерігати результати своїх дій і їх вплив на тих, що оточують;
  - дозволяє освоювати нові ролі і проявляти латентні якості особи, а також спостерігати, як модифікація рольової поведінки впливає на взаємини з тими, що оточують;
  - підвищує самооцінку і веде до зміцнення особистої ідентичності;
- розвиває навички ухвалення рішень

### 3. Основні форми групової арт-терапії

Існує декілька варіантів групової арт-терапії, що розрізняються між собою, головним чином, за ступенем групової взаємодії і «структурованості»:

- а) студійна відкрита група (переважно неструктурована);
- б) аналітична закрита група (різний ступінь структурованості);
- в) тематично орієнтована група (різний ступінь відвертості і структурованості).

**а. Студійна відкрита група** - умови її роботи чимось нагадують художню студію, в ній відсутній постійний склад і на будь-якому етапі роботи до групи можуть приєднуватися нові учасники.

**Показання до застосування студійної відкритої групи.** Не дивлячись на розповсюдження інших форм групової арт-терапевтичної роботи, відкритим студійним групам перевага віддається, перш за все, в стаціонарах з тривалим перебуванням пацієнтів, наприклад в психіатричних лікарнях, в спеціалізованих інтернатах і школах-інтернатах, в денних соціальних центрах і реабілітаційних установах.

**б. Аналітична закрита група** орієнтована в основному на роботу з неусвідомлюваними психічними процесами її учасників. Слово «закрита» в назві означає, що протягом всього часу склад групи залишається постійним. Аналітична група є комплексним видом роботи, що поєднує в собі як образотворчу діяльність клієнтів, так і вербальну комунікацію. Вербальний компонент може варіювати в широкому діапазоні: від спонтанних висловів, що коментують образотворчий процес, до групової дискусії. Групові аналітичні сесії вельми динамічні і включають на різних стадіях глибоке занурення учасників в самостійну роботу і колективне обговорення.

**в. Тематично орієнтована група** в порівнянні із студійною і аналітичною групами, як правило, припускає великий ступінь структурованості, яка досягається, головним чином, за рахунок використання тим, що зачіпають загальні інтереси і проблеми учасників. В більшості випадків тематично орієнтовані групи є напіввідкритими: деякі учасники на певному етапі можуть покидати

групу, у будь-який момент вона може поповнюватися новими членами. Це допустимо, оскільки робота тематично орієнтованої групи не має динаміки, властивій аналітичній групі. В той же час робота цієї групи деколи динамічніша, ніж робота студійної групи. Її велика структурованість, в порівнянні з аналітичною групою, надає гальмуючу дію на групову динаміку. Як правило, тематично орієнтована група працює нетривалий час, націлюючись на певні аспекти досвіду її учасників і вирішення цілком конкретних завдань.

## ТЕМА 4

### ЕТАПИ РОЗВИТКУ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРУПИ

1. Загальна характеристика етапів розвитку психотерапевтичної групи.
2. Стратегія формування психотерапевтичної групи.
3. Динаміка психотерапевтичного процесу в групі.

#### 1. Загальна характеристика етапів розвитку психотерапевтичної групи.

Перша стадія розвитку групи – *орієнтаційна* – характеризується пасивністю пацієнтів і високим рівнем напруги, обумовленої переважно неспівпаданням очікувань з реальною ситуацією і позицією психотерапевта. .

Друга стадія – *перехідна* – характеризується роботою з конфліктами, захистами і опорами. Конструктивним на цій кризовій стадії можна вважати відкритий вираз пацієнтами своїх відчуттів і обговорення в групі проблем, пов'язаних з авторитетами, залежністю, пошуками підтримки, недостатньою самостійністю і відповідальністю, невпевненістю.

Третя стадія – *робоча* – характеризується процесом структуризації групи роботою із значущими труднощами, відбувається становлення групової культури, виробітку групових норм, цілей, цінностей, формування згуртованості, взаємодопомоги і взаємопідтримки. відмічена активними діями.

Четверта стадія - *об'єднання і закріплення* отриманого досвіду – зосереджена на застосуванні того, чому клієнти навчилися в групі, до повсякденного життя.

#### 2. Стратегія формування психотерапевтичної групи

Основні завдання консультанта в період формування групи такі:

- Визначити загальні цілі і конкретний напрям руху групи.
- Висунути ясні пропозиції з формування групи.
- Представити ці пропозиції фахівцям і вислухати компетентні думки.
- Заявити про набір в групу, надавши потенційним учасникам

групи інформацію про неї.

- Організувати передгрупове інтерв'ю для відбору членів групи і з метою їх орієнтації.
- Ухвалити рішення про остаточний склад групи.
- Сформувати практичне забезпечення групи.
- Отримати дозвіл батьків (якщо це необхідно).
- Організувати попередню групову сесію з метою знайомства, презентації основних правил і підготовки членів групи до отримання успішного групового досвіду.
- Забезпечити інформовану згоду на участь в групі, обговоривши можливий психологічний ризик участі в групі.

### **3. Динаміка психотерапевтичного процесу в групі**

#### **Перша стадія - орієнтаційна стадія розвитку групи**

##### **Характеристики орієнтаційної стадії:**

- Учасники перевіряють обстановку і знайомляться один з одним.
- Члени групи знайомляться з нормами і тим, що від них очікується, дізнаються про те, як функціонує група і як брати участь в ній найефективніше.
- Члени групи проявляють соціально бажану поведінку, ухвалення ризику порівняльне низьке, а дослідження характеризується напруженістю.
- Якщо члени групи готові виражати те, що вони думають і відчують, поступово встановлюється групова згуртованість і довіра.
- Члени групи хвилюються з приводу того, чи будуть вони виключені з групи або включені в неї, вони шукають своє місце в групі.
- Центральною проблемою є формування довіри або його відсутність.
- Зустрічаються періоди тиші і незручності, члени групи можуть чекати вказівок.
- Члени групи вирішують, кому можна довіряти, наскільки вони можуть розкриватися, наскільки безпечна група, кому вони подобаються і не подобаються і наскільки можна включатися в роботу.
- Члени групи дізнаються про базові моменти групи — пошану, емпатію, схвалення, турботу і відповідальність — тобто про всі

компоненти, які необхідні для побудови довіри.

### **Друга стадія - перехідна – робота з опором**

#### **Характеристики стадії.**

Перехідна стадія розвитку групи відмічена відчуттям тривоги і захисною поведінкою, яка виражається в різних формах опору. У цей період члени групи:

- Роздумують, що трапиться з ними, якщо вони розширять самоусвідомлення, і хвилюються з приводу того, чи будуть вони прийняті або знехтувані іншими членами групи.
- Випробовують консультанта і інших членів групи, намагаючись визначити, наскільки безпечне навколишнє середовище.
- Переживають внутрішню боротьбу між бажанням залишитися на периферії і ухваленням ризику.
- Проходять через боротьбу за владу і контроль, а також через конфлікт з іншими членами групи або консультантом.
- Дізнаються, як працювати з конфліктом і конфронтацією.
- Відчувають небажання повністю залучатися до роботи групи на особовому рівні, тому що не упевнені, що інші члени групи віднесуться до них відповідним чином.
- Спостерігають за консультантом, намагаючись визначити, чи гідний він довіри, і вчать у нього тому, як вирішувати конфлікти.
- Вчать тому, як виражати себе так, щоб інші прислухалися до них.

### **Третя стадія - робоча**

#### **Характеристики стадії.**

Коли група вступає в робочу стадію, вона набуває наступних характеристик:

- Високий рівень довіри і згуртованості.
- Комунікація усередині групи відкрита і включає точний вираз того, що переживається.
- Члени групи взаємодіють один з одним вільно і прямо.
- Члени групи готові йти на ризик дослідження хворобливого або лякаючого матеріалу і готові дозволити іншим дізнатися себе. Члени групи приносять в групу особисті теми, які вони хотіли б обговорити і краще зрозуміти.
- Конфлікт між членами групи усвідомлений і опрацьовується відкрито і ефективно.
- Зворотний зв'язок надається вільно і приймається і розглядається у відкритій (не захисною) позиції.

- Конфронтація здійснюється так, щоб уникнути навішування ярликів або засудження.

- Члени групи готові працювати поза групою над досягненням змін в поведінці.

- Учасники відчують підтримку в своїх спробах змінитися і готові ризикнути і випробувати нові форми поведінки.

- Члени групи повні надій на те, що зможуть змінитися, якщо зроблять активні дії, і не відчують себе безпорадними.

#### **Четверта— об'єднання і завершення**

В ході завершальної стадії відбувається об'єднання всього, чому вони навчилися, і всього, що вони дізналися. Це час для підведення підсумків, інтеграції і інтерпретації групового досвіду.

Початкова і завершуюча стадії – найбільш важливий час в житті групи. Якщо початкова фаза була ефективною, учасники зможуть дізнатися один одного і встановити свою ідентичність. Розвивається атмосфера довіри і закладається основа для інтенсивної роботи на пізніших стадіях. Фінальна стадія існування групи — критична, тому що це час, коли члени групи включаються в когнітивну роботу, необхідну для ухвалення рішення про те, як і коли використовувати те, що вони дізналися про себе і про інших.

#### **Характеристики стадії.**

В ході завершальної стадії розвитку групи виявляються наступні характеристики:

- Присутні печаль і тривога, пов'язані з усвідомленням неминучості відділення.

- Є вірогідність, що члени групи відступлять і їх участь стане менш інтенсивною напередодні закінчення групи.

- Члени групи вирішують, який напрямок вони хотіли б вибрати.

- Можуть виникати страхи, пов'язані з відділенням і з тим, наскільки членам групи вдасться застосувати те, чому вони навчилися, в повсякденному житті.

- Члени групи можуть виражати свої страхи, надії і неспокій і розповідати один одному про те, яким був їх досвід присутності в групі.

- Члени групи можуть оцінити груповий досвід.

- Вони можуть говорити про групу для поста зустріч або планувати свої дії, тому слід заохочувати їх втілювати свої плани в життя.

## ТЕМА 5

# ПСИХОАНАЛІТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗУМІННЯ ПРИРОДИ І МЕХАНІЗМІВ ОБРАЗОТВОРЧОГО МИСТЕЦТВА

1. Основні положення теорії З.Фрейда
2. Несвідоме і мистецьке фантазування.
3. Психоаналітичний підхід К.Г.Юнга у вивченні творчості.
4. Психологічна природа і функції символу в арт-терапевтичній діяльності.

Важним в розвитку арт-терапії являється психодинамічне напрямлення, яке обогатило теоретичний арсенал арт-терапевтичного підходу рядом фундаментальних понять і дозволило розробити важливі теоретичні представлення, що стосуються природи художественного творчості і естетичного досвіду, а також сприйняття продуктів творчої діяльності самим автором і іншими людьми.

Примітно, що психоаналіз з самого початку свого появи став звертатися до аналізу образотворчого творчості. Це пов'язано з представленням про те, що спонтанна образотворча діяльність здатна виражати неосвідомі змісти психічного життя.

Для розуміння образотворчого творчості в руслі ранніх психоаналітичних представлень необхідно згадати представлення З.Фрейда про природу психічного.

### 1. Основні положення теорії З.Фрейда

Людину психоаналіз розглядає як **живу енергетичну систему**, повнену різноманітних різноспрямованих динамічних поривів, напруг і бажань, яка постійно намагається відновити власну рівновагу і набутти стану спокою. Сили, приховані за цими поривами, напругами і бажаннями, називаються інстинктами. Інстинкт – це певний енергетичний заряд, що рухається в конкретному напрямку.

**Інстинкт** (з лат. – *instinctus* – спонування) – психічні прояви вроджених тілесних станів збудження, що виявляються у вигляді бажань.



Щоб визначити несвідоме, Фрейд вживає поняття „Воно”.

**Воно** – поняття, що використовується в класичному психоаналізі для позначення первинного енергетичного джерела психіки, що є сферою інстинктів.

У психічній системі уявлення людини наповнюються енергією несвідомого або навпаки позбавляються її, тобто відбувається перехід від одного елементу системи до іншого за рахунок переміщення енергії.

Несвідоме характеризує байдужість до реальності і вплив лише одного принципу задоволення – незадоволення.

*„Цілком зрозуміло, що Воно не визнає ніяких цінностей, не знає добра і зла, не має моралі... На нашу думку, всі інстинктивні наслідження, що вимагають розряду, певного відпливу енергії, перебувають у Воно”.*

Змісти несвідомого є „репрезентаторами потягів”. Діалектична опозиція двох основних потягів до життя і потягу до смерті) визначає боротьбу сил у сфері несвідомого. Фрейд виділяє два основних інстинкти, два могутні потяги людини – потяг до творення і потяг до руйнування. Напруга, яка штовхає людину до конструктивної мети, трактується як **лібідо** або **Ерос**. Найважливіша його функція – продовження роду.

Потяг до знищення і напруга, що дає силу негативним почуттям і бажанням, є **інстинктом руйнування** (за міфологією **Танатос**), тобто інстинктом смерті.

Отже, Воно, первинне енергетичне джерело, структурно можна визначити як „великий резервуар” енергій протилежних потягів.

У системі людської психіки, крім Воно, класичний психоаналіз виокремлює дві сили, що розвиваються з енергетичного джерела, тобто з Воно. Перша – під впливом зовнішнього світу, означена **Я**. Друга – під впливом культурного виховання, означена **Над – Я**.

**Я** – поняття класичного психоаналізу на позначення психічної інстанції, яка прагне контролювати всі психічні процеси.

Використання особового займенника **Я** для назви цієї психічної інстанції зумовлене функцією синтезу свідомих і несвідомих психічних процесів відповідно до реальності. **Я** перебрало на себе завдання представляти перед зовнішній світ перед Воно, яке знехтувавши могутні сили реальності, неминуче загинуло б у своєму сліпому пориві до задоволення інстинктів. **Я** повинне спостерігати зовнішній світ, подавати його правдиве відображення в слідах

спогадів про його сприйняття, і діючи, твердо дотримуватися принципу перевірки реальністю.

*„Я струшує з трону принцип насолоди, бо має необмежену владу над ходом усіх процесів у Воно, і заступає його принципом реальності, що обіцяє більшу безпеку й певніший успіх”.*

Відносини між Я і Воно Фрейд порівнював із відносинами між вершником і конем: *„Кінь постачає енергію для руху, вершник має привілей визначати мету, спрямовувати рух сильнішої за нього тварини... Проте між Я і Воно досить часто трапляється аж ніяк не ідеальна ситуація, коли вершник мусить вести коня туди, куди заманулося коневі”.*

**Над-Я** – поняття класичного психоаналізу на позначення психічного утворення, яке формується під впливом сімейного, а згодом – цілісного культурного вихання (національних традицій, вимог соціального середовища тощо).

Фрейд психічну структур **Над-Я** визначав як батьківську інстанцію, оскільки вона виконує властиву батькам функцію заборон і покарань. Основні функції **Над-Я** „представника усіх моральних обмежень”, поборника прагнень до досконалості” – совість і формування ідеалів.

Всі три інстанції є учасниками психічного конфлікту, в якому кожен виконує свою роль: **Я** – уособлює розум і розважливність, роль контролю і синтезу (об’єднання психічних процесів), **Над-Я** – роль заборон, **Воно** – роль різних потягів.

У **триструктурній теорії психічного Воно** (несвідоме) посідає центральне енергетичне місце:

- з економічного погляду Воно – первинне джерело психічної енергії;

- з динамічного погляду Воно постійно перебуває у психічному конфлікті з Я та На-Я;

- з генетичного погляду Я і Над-Я виникають із Воно.

Фрейд порівнював Воно „з хаосом, з казаном, у якому киплять і вирують збудження...”. Для процесів, що відбуваються у Воно, закони логічного мислення нічого не означають. Протилежні потяги існують поряд, не знищуючи один одного, об’єднуючись іноді задля постачання енергією компромісних утворень. Бажання, які не змогли вийти з Воно, стають по суті, безсмертними, і через десятки років видаються такими, немов щойно виникли.

У такій динамічній психічній системі найважча роль припадає на Я. У Воно психічна енергія перебуває в хаотичному рухливому стані, для нього найважливішою є можливість розрядити збудження. Неусвідомлювані процеси у Воно піднімаються до рівня перед усвідомлюваного і проникають в Я. Якщо Воно може бути задоволене безпечно, то Я відпочиває, адже тоді Я і Воно діють разом. Однак, часто неусвідомлений матеріал прагне прорватися в Я, але Я противиться такому вторгненню. Тоді переусвідомлюваний матеріал з Я рухається у зворотному напрямку, тобто повертається назад до Воно, де пригнічується. Постійне стримування інстинктів шкідливе для психічного здоров'я. Накопичені і нерозряджені у сфері несвідомого потяги згодом набирають сили, загрожуючи заволодіти всією психікою. Починається війна в психіці особистості, внаслідок чого ослаблене конфліктом Я поступово втрачає здатність до виконання своєї головної функції – психологічного синтезу.

**Психічний конфлікт** – зіткнення різноспрямованих сил психіки, що потребує розв'язання.

Як наслідок Я реагує нарощуванням страху. Суть психічного конфлікту З.Фрейд описав словами: *„Коли Я змушене визнати власну слабкість, то сповнюється страху: реального страху перед зовнішнім світом, страху сумління перед Над-Я, невротичного страху перед силою пристрастей у Воно...”*.

Інстинкти забезпечують індивіда енергією, що є джерелом його активності. Якщо безпосереднє задоволення інстинктивної потреби за деякими причинами неможливе (покарання, моральні обмеження) енергія інстинкту може бути спрямована в іншому напрямку. Розрядка організму може відбуватися за рахунок виконання зовсім інших не пов'язаних з інстинктом видів діяльності.

Таке спрямування енергії в іншому, відмінному від прямого задоволення потреби напрямку, називається **сублімацією**.

Основним способом виходу із психічної кризи є сублімація, завдяки якій сексуальний потяг забезпечує культурну працю великою кількістю енергії. Суть сублімації виявляється у спрямуванні сексуальної енергії з нижчих егоїстичних цілей та об'єктів на вищі – культурні.

## 2. Несвідоме і мистецьке фантазування

Творча діяльність стає типовим прикладом розв'язання психічного конфлікту та досягнення задоволення. Під час творчої активності психічна структура митця набуває загрозливого для Я стану через активацію Воно, оскільки переважає принцип насолоди. Тому творчість є „нерозумною” і небезпечною діяльністю. Два протилежні погляди на творчість – як на процес демонічний і на процес божественний – виражають різне ставлення до енергетичного джерела натхнення яким виступає Воно.

Основними формами сублимації за Фрейдом є художня творчість та інтелектуальна діяльність. Висока здатність до сублимації свідчила про елітарність людини, була ознакою і мірою її талановитості. Ідеальним зразком для Фрейда був італійський художник та вчений Леонардо да Вінчі, який продуктивно перетворив низьку пристрасть на наукове та художнє пізнання. З цього приводу поет Геббель зауважив: „Дивно, до якої міри можна звести всі людські прагнення до одного”.

*Взгляды Фрейда на природу изобразительного искусства отражены в ряде его работ, однако в наиболее конденсированном виде они представлены в двух его исследованиях: о Леонардо да Винчи (1910) и о «Моисее» Микеланджело (1914). В первой из названных работ Фрейд делает попытку, основываясь на предположениях о детстве Леонардо и фактах его биографии, сформулировать умозрительную систему, позволяющую раскрыть понятие нарциссизма как основы творчества великого художника. Он, в частности, утверждает, что Леонардо оставлял многие свои работы незавершенными, идентифицируя себя со своим отцом, рано оставившим семью. Инфантильный протест против отца проявлялся у Леонардо впоследствии в его характере пытливого исследователя, стремящегося бросить вызов привычному взгляду на вещи. Леонардо, по мнению Фрейда, сублимировал свою сексуальную потребность в познавательные, художественные интересы. Фрейд также пытается анализировать работы Леонардо, стремясь прочесть в них проявления его невроза.*

*Таким образом, работа о Леонардо да Винчи является психоаналитическим исследованием биографии и работ великого художника. Фрейда интересует прежде всего психопатология его творчества. Почему же оно знаменует собой одну из вершин искусства эпохи Возрождения и каковы глубинные механизмы,*

скрытыя в лічынсты Леонардо, пазвалішыя праявіцца яго генію,— гэтыя пытаньні малы інтэресуюць Фрэйда.

В адрозьніць ад рабаты о Леонардо да Вінчы с яе спекулятыўнасьцю і пытаньнямі пастроіць некыя гіпотэтычныя сувязі між біаграфічнымі фактамі і характарам яго творчэства, рабата о «Моісее» Мікеланджэло асновываецца на лічных ўпечатленьнях Фрэйда пры ўспрыяціі гэтага прадзвяденія. Яна дэманструіруе жэстыкі, раціоналістычны падход Фрэйда, пытаньнясця прачытаць сьмысл скульптуры. Для абох работ Фрэйда характэрна стрэманьне к некым інтэлектуальным пастроеньням, прызьваным «падняць» нашэ ўспрыяціе над матэрыялам ізабразітэльнага іскусства. Іх мажно рассатрываць как прымер сьвоебразнага «прапарыраванія» хаджэстыўнага творчэства. В гэтым сьмысле падход Фрэйда ідэць в русле інтэлектуальнай традыцыі ХІХ вэка с характэрным для нэе ўтвэрджэньнем гаспадыства разума над чувствамі, духа — над тэлом, нравствэнных імператывох — над індывідуальнымі патрэбнасьцямі чалавэка. Атрыкываючы дзьверь в псыхалогію ХХ вэка, Фрэйд в сьвоім атраношэньні к іскусству быў скарэе прадводніком культурных цэнасьцяй вэка ХІХ.

Отжэ, сэксуальні потягы ськладаюць асновныі зміст підсвідомасці і вызначаюць псыхічну энэргію, яка знаходіць потім сьвоэ ператвораьня у мистэцтві, завдячуючы сублимаціі. В аснову мистэцтва пакладэно несвідомі і витіснэні прагнэньня, потягы і бажаньня, які нэ сьпівпадаюць з моральнымі, культурнымі запітамі, набуваючы у мистэцтві завэрашэноі і досконалоі фэрми. Абразотворчэ мистэцтво є частковым аспектам сублимаціі і знімаэ псыхічне напружэньня, що внікаэ під час фрустраціі інстынктыўных патрэб, а інстынктыўныі імпульс заміняецца хаджэстыўна-обраэным уявлэньням.

З. Фрэйд вказуэ на дві фэрмы праяву несвідомого, які наближаюцьца до мистэцтва і паясьнююць нам яго прыроду — цэ дитяча гра і фантазуваньня.

**Гра** — адна з псыхічных рэальнасьцяй, що характэрізуецца вільною діяльнэсьцю і протыстоіць сэрыозному.

**Фантазуваньня** — псыхічна діяльнэсьць, спрычынэна внаутрышнім потягом до задоволэньня несвідомого бажаньня шляхам створаьня обраэных уявлэнь.

З.Фрейд: „*Несправедливою є думка про те, що дитина дивиться на створюваний нею світ несерйозно; навпаки вона до ставиться до гри серйозно - із натхненням і захопленням. Антиподом до гри є не серйозне ставлення до життя, а власне сама реальність. Дитина усвідомлює відмінність створюваної нею світ від реальності... Поет подібний до дитини, що грається в ігру. Він створює світ, до якого так само ставиться з усією серйозністю і піднесенням*”.

Фантазування вирізняється від гри двома суттєвими ознаками, які водночас наближають його до мистецтва:

По-перше, у фантазіях в якості їх основного матеріалу стають болісні переживання, що як не дивно можуть сприяти виникненню задоволення. Так, О.Ранк у фантазіях вбачає відображення тих ситуацій, що у дійсності були дійсно болісними, і які із насолодою вимальовуються людською уявою. До таких фантазій можна віднести уявлення про власну смерть, інші ймовірні страждання і нещастя: бідність, хвороба, тюрма, нещастя, ганьба... Так само часто людина може уявляти злочин і його розкриття.

Аналізуючи дитячу гру, З.Фрейд при цьому відмічає і дитина під час переживає болісні переживання, наприклад коли вона грає у лікаря, що завдала йому болю, і повторює всі ті операції які у житті завдали їй лише сльози і горе. Однак, у фантазіях ті ж самі явища уявляються у більш різкій і яскравій формі.

Інша відмінність між грою і фантазією полягає в тому, що дитина ніколи не соромиться своїх ігор і не скриває їх від дорослих. В той час як доросла людина „соромиться своїх фантазій, приховуючи їх найпотаємніші таємниці, і охоче зізнається у своїх провинах, ніж відкриє свої фантазії. Можливо через те, що вважає себе єдиною людиною з подібними фантазіями, не уявляючи що інші здатні на таку творчість.

Нарешті, найголовнішим у розумінні фантазії полягає є джерело їх виникнення. Адже щаслива людина не здатна до фантазування, фантазує лише людина незадоволена.

*Еклезиаст: «Кто умножает знание, то умножает скорбь».*

*«А душа, уж это точно, ежели обожжена,*

*Справедливей, милосерднее и праведней она» (Б.Окуджава).*

Невтілені бажання – спонукальні причини і стимули фантазії. Кожна фантазія це нездійснене бажання. А тому З.Фрейд вважає, що в основу поетичної творчості, так само як і в основі сновидінь і

фантазій покладено незадоволені бажання, серед яких і такі „яких ми соромимося, приховуючи від себе і витісняючи їх у підсвідоме”.

Механізм мистецтва нагадує механізм фантазування. Так фантазія виникає через сильне справжнє переживання, які „пробуджує у письменникові старі спогади, що більшою мірою відносяться до дитячих переживань, вихідного пункту будь-якого бажання, яке пізніше і знаходить своє відображення у творі... Певною мірою творчість є заміною і вдосконаленим продовженням „старої” дитячої гри. А художній твір для самого поета є прямим засобом задовольнити нездійснені і невітлені у життя бажання.

З цього приводу О.Ранк зауважує, що поет вивільняє свої несвідомі потяги і за допомогою механізму перенесення або заміщення поєднує старі афекти і переживання з новими уявленнями. Тому як говорить як один з героїв Шекспіра, поет виплакує в інших людях власні гріхи і власне горе. Ми знаємо відоме твердження Гоголя, який стверджував, що він позбавлявся від власних недоліків і потягів, наділяючи ними власних героїв, позбавляючись за допомогою своїх комічних персонажів від своїх же пороків. О.Ранк зауважив: *„Якщо Шекспір розумів всю глибину душі мудреця і дурня, святого і злочинця, він не лише несвідомо був всім тим – таким може бути кожен з нас, але він був крім того наділений особливим талантом: даром бачити власне несвідоме і із власних фантазій створювати самотійні образи”*.

Інші психоаналітики стверджують, що Шекспір і Достоевський не стали злочинцями тому, що зображали вбивць у своїх творах і у такий спосіб позбавлялися від своїх злочинних схильностей. При цьому мистецтво стало для них чимось на зразок терапевтичного лікування, способом подолати конфлікт з несвідомим і не стати при цьому невротиком.

Фрейд вважав, що всі твори мистецтва за своєю сутністю егоцентричні, тобто мають героя, що перебуває в центрі уваги і є проекцією самого митця. Фантазування це *„сировина поетичної творчості, бо зі своїх марень письменник, переробляючи, перевдягаючи і просіюючи їх, вибудовує ситуації, які відтворює у своїх оповіданнях, романах, п'єсах”*. Героєм фантазій завжди є власна особа – або безпосередньо, або досить прозоро ідентифікована з кимось іншим.

Отже, митець вдається до світу фантазій, не вдовольняючись дійсністю. На нього тиснуть могутні інстинктивні потреби (честі, влади, багатства, слави і жіночого кохання), але бракує засобів досягти цих насолод. Тому, вважає, психоаналітик, він відвертається від дійсності і переносить усі свої інтереси на вибудову тих бажань у світі власної фантазії. Отже, як і пересічна людина митець потрапляє у кризову ситуацію, яку на відміну від інших може розв'язати, створивши твір, або не розв'язати і стати невротиком.

Фрейд відрізняв фантазії митця від фантазувань пересічної людини: для неї „доступ до насолоди з джерел фантазії дуже обмежений”, натомість справжній митець може скористатися джерелами фантазії такою мірою, що досягне неймовірної енергетичної розрядки. Тому творчість передусім знімає психічні збудження і накопичення невдоволених бажань автора. Тобто художня творчість є фантастичним задоволенням неусвідомлених бажань. Завдяки витонченому мистецтву реальні конфлікти в житті митця та його поціновувачів усуваються, психічна система самоочищається і досягає стану рівноваги.

Таким чином, образотворча творчість є спорідненою з фантазіями і сновидіннями, як і вони виконує компенсуючу роль і знімає психічну напругу, що спричинена через незадоволення інстинктивних потреб. Образотворче мистецтво є компромісною формою їх задоволення, що здійснюється не у прямому, а в опосередкованому вигляді, тобто за допомогою художніх образів.

*„Психічна конституція художника виявляється у здатності до сублимації і пластичності, з якою він свої бажання. В той час як пересічна людина не вміє тішитися і задовольнятися своїми фантазіями, художник знає як обходитися з ними, щоб вони втрачали свій особистий відтінок і могли радувати нас”* – писав свого часу З.Фрейд (Freud, 1916, з. 376).

Таким чином, образотворче мистецтво становило інтерес для З.Фрейда лише з погляду можливості побачити в продуктах творчості психічні конфлікти і патологічні переживання їх авторів. Не зважаючи на розвиток Фрейдом уявлень про структуру психічного апарату, зокрема розробку понять Воно, Я і Над-Я, це практично не вплинуло на його розуміння природи і механізмів образотворчої творчості.

Пояснюючи механізми образотворчого мистецтва з позицій уявлень про несвідомі процеси, теорія Фрейда виявилася



малопродуктивною у роз'ясненні його позитивних онтогенетичних і соціальних моментів. Сам Фрейд визнавав, що «психоаналіз не може ані прояснити природу художнього таланту, ані пояснити засоби, за допомогою яких працює художник, – його техніку» (Freud, 1925, з. 65).

### 3. Психоаналітичний підхід К.Г.Юнга у вивченні творчості

Поза сумнівом К. Юнг відіграє важливу роль у становленні тих форм психотерапії, які органічно використовують образотворчу діяльність пацієнтів. Хоча він ніколи не ототожнюється з арт-терапією, його ідеї справили значний вплив на теорію і практику багатьох арт-терапевтів, особливо тих, хто практикував в 60-70 рр. минулого століття.

На початку коротко охарактеризуємо основні розходження класичного психоаналізу З.Фрейда і аналітичної теорії К.Г.Юнга щодо механізмів мистецької діяльності.

З. Фрейд розглядав мистецтво як прояв психічних проблем митця, як компромісний спосіб задоволення власних інстинктивних потреб. Натомість К.Г.Юнг вважав, що мистецтво сприяє реалізації цілющих можливостей психіки. Творчість пов'язується насамперед не з особистим несвідомим, а з колективним несвідомим, сприяючи не лише вирішенню внутрішніх проблем, але й розвитку особистості. *„Моє життя, – писав Юнг, – це історія самореалізації неусвідомленого. Все, що є в неусвідомленому, намагається реалізуватися, і людська особистість хоче розвиватися із своїх неусвідомлених джерел, відчуваючи себе як єдине ціле”*.

На відміну від психоаналізу Фрейда, що досліджує суб'єктивне несвідоме, у теорії Юнга йдеться про індивідуальне неусвідомлене і колективне неусвідомлене. Отже, крім особистого несвідомого існує також колективне несвідоме, яке втілює в собі весь досвід розвитку всього людства і передається з покоління в покоління.

**Індивідуальне неусвідомлене** – сукупність всіх психічних явищ суб'єктивного характеру, що не належать до свідомості, тобто характеризуються відсутністю над потягами та інстинктами.

Індивідуальне неусвідомлене охоплює всі надбання особистого існування. Раніше свідомий або тимчасово неусвідомлений матеріал (бажання, імпульси, наміри, почуття, сприймання тощо), втрачаючи

свою енергетичну сутність, згасаючи, переходить за пороги свідомості, оскільки у полі свідомості йому не вистачає „енергетичного” місця. Однак, зникнувши за порогом свідомості, ці змісту не розчиняються, не щезають. Вони можуть впливати на поверхню свідомості за сприятливих для цього обставин навіть через десятки років: у сновидінні, творчому процесі, стані гіпнозу тощо.

Юнг звернув увагу на те, що одні людські фантазії мають особистісну природу, а інші – безособистісну, їх не можна пояснити індивідуальним досвідом. Реальними виразниками колективних фантазій є міфи. Юнг звернув увагу на спільність у різних видах людської фантазії (міф, поезія, несвідоме, фантазування у снах тощо). Це спільне він вбачав у колективно-підсвідомих символах архетипах. Архетипи являють собою певні структури первинних образів колективної несвідомої фантазії.

**Колективне неусвідомлене** – психічна спадщина людської еволюції, наявна у психічній структурі кожної людини.

Зміст колективного неусвідомленого, яке є психічно успадкованим, універсальним, ідентичним для всіх людей і виявляється в образах і формах, характерних для різних народів і епох, є сферою інстинктів і архетипів. Колективне неусвідомлене – особисте відкриття Юнга: *„Поза нашою свідомістю, яка має цілковито особистісний характер і яку ми вважаємо єдиною емпіричною психікою (навіть якщо розглядати індивідуальне неусвідомлене як додаток) існує інша психічна система колективного універсального і без особистісного характеру, ідентична у всіх індивідів. Це колективне неусвідомлене не розвивається індивідуально, а успадковується”*.

Виходячи з цього, психіку дитина не можна розглядати як „чисту дошку”, вона містить в собі певні структури (архетипи), які у подальшому справляють вплив на розвиток дитини, на формування її Я та її взаємодію з навколишнім світом.

Основу колективного несвідомого становлять архетипи. Юнгівський архетип – ідеальний феномен. Поняття архетипу є результатом багаторазових спостережень, передусім над міфами і чарівними казками, які містить стійкі мотиви. *„Ті ж самі мотиви, - писав Юнг, - ми зустрічаємо у фантазіях, снах, мареннях і галюцинаціях сучасної людини. Ці типові образи і асоціації я називаю архетипними ідеями”*.

Архетип – це форма без власного змісту, яка організує і спрямовує психічні процеси. Архетип можна порівняти із річищем річки, яке визначає її рельєф, але рікою вона стане лише тоді, коли неї потече вода. Тобто архетип не може виявитися поза індивідуальною психікою: лише вона (особисті життєві асоціації) надає йому трепетного звучання, причетності до життя.

**Архетип** (грец. *arche* – початок, *typos* – відбиток) – ідеальна, пуста форма, наділена енергетичною силою, що походить з неусвідомленого і формує уявлення.

Архетипи є джерелом міфології, релігії та мистецтва. Своє божественне натхнення великі митці, на думку Юнга, черпають зі сфери неусвідомленого, створюючи могутні образи архетипної природи, оскільки творчий процес полягає в неусвідомленому одухотворенні архетипу.

Архетипи проявляють себе у вигляді символів: в образах героїв, міфах, фольклорі, обрядах, традиціях і т.д. Головними є архетип Я, архетип матері, архетип батька тощо. Архетип матері визначає не лише реальний образ матері, але збиральний образ жінки реальної чи міфічної (Мати, Венера, Діва Марії тощо). Він може бути не лише позитивним, але й негативним образом (Відьма, Баба Яга). Архетип батька визначає загальне ставлення до чоловіків (Батько, Ілля Муромець, Мідрий старець, Бог, Деспот тощо).

Юнг відокремлював архетипи від символів. Несвідоме виявляє себе у символах, але жоден із символів не може повністю виразити архетип. Але чим ближчий символ відповідає несвідомому, тим більш сильну емоційну реакцію викликає він у людини. До символів, що виражають індивідуальне несвідоме і архетип можна віднести (хрест, зірку Давіда і т.д.).

У структурі психіки Юнг виділив архетипи, які наймогутніше впливають на Его. Це архетипи Тіні, Аніми й Анімусу.

Перед тим як заглибитися у психічну структуру, Юнг виявив соціальну маску, яка репрезентує індивідуальність – Персону.

**Персона** (лат. *persona* – акторська маска) – компромісне утворення, що виникає внаслідок пристосування індивідуальності до соціуму, тобто соціальна роль людини, зумовлена суспільними правилами поведінки.

Персона є зовнішнім характером людини, оскільки її утворює комплекс функцій, які виникли на основі пристосування Его до зовнішнього світу. Якщо Персона виражає зв'язок Его із зовнішнім

світом, тобто є первинною „зовнішньою” психічною конструкцією, то первинною „внутрішньою” психічною конструкцією є Тінь, яка відображає зв'язок Его з індивідуальним неусвідомленим.

**Тінь** – сукупність низьких, примітивних несвідомих бажань і потягів людини, що конфліктують зі свідомістю.

Усвідомлення власної Тіні – це визнання реальної присутності темних аспектів індивідуальної особистості. Тому Тінь є моральною потребою, викликом свідомості. Акт визнання власної Тіні за Юнгом – найсуттєвіша умова будь-якого самопізнання.

Зустріч з Тінню має важливе духовне значення, оскільки вона провокує психічний розвиток людини. Ця несвідома сутність, яка з погляду християнської релігії є джерелом зла, у Юнга постала значущим феноменом: вороже зіткнення свідомості з Тінню - умова повноцінної психотерапії, що повинно привести до порозуміння між конфліктуючими сторонами.

Оскільки природа Тіні особистісна, її можна осягнути. Однак, великі труднощі у пізнанні Тіні, як і в пізнанні інших психічних сутностей (Аніми, Анімусу), на думку Юнга, виникають тоді, коли вона постає як архетип - могутній колективний досвід: цілком реально, в межах людських можливостей „визнати відносно зло своєї природи, але спроба заглянути в обличчя абсолютного зла виявляється рідкісним і вражаючим за своєю дією досвідом”. Архетип Тіні, що закладає глибину такого пізнання, є відомим мотивом релігії, міфології та літератури. Так, духовний шлях Христа, за Біблією, полягав у тому, що він відкинув свою Тінь і нічого не залишив Дияволу, тобто став Світлом, в якому немає темряви. Юнг вважав, що опозиція „Фауст-Мефістофель” характеризує зустріч і протистояння власній Тіні.

На противагу „зовнішній” людині, або видимому характеру Персони, Юнг виокремлював „внутрішній” несвідомий аспект особистості, зумовлений статтю, і називає його Анімою та Анімусом.

**Аніма** (лат. апіта - душа) - неусвідомлена жіноча сутність чоловіка, що персоніфікується у сновидіннях і творчості образами жінок.

**Анімус** (лат. апітііБ - дух) - неусвідомлена чоловіча сутність жінки, що персоніфікується у сновидіннях і творчості образами чоловіків.

„Внутрішня" особистість містить усі ті загальнолюдські якості, яких позбавлена свідомою установка. Персона, що виражає мужню установку, пояснював Юнг, - ідеальний зовнішній образ чоловіка, який внутрішньо компенсує жіночу слабкість; наскільки чоловік сильний ззовні у своїй дальній ролі, настільки слабкий у своєму внутрішньому світі. Типовим прикладом є тиран, якого мучать внутрішні страхи й жахливі сновидіння.

Психічна двоїстість є важливим у розуміння людської душі. Основою Аніми є принцип Еросу (любов), основою Анімусу - принцип Логосу (мислення і самоаналіз). Розвиток Аніми в чоловіка виявляється в його ставленні до жінок, відповідно розвиток Анімусу визначає ставлення жінки до чоловіків. Якщо зовнішня установка чоловіка орієнтована на логіку і раціональність, то у внутрішній установці він зосереджений на почуттях; а якщо зовнішня установка жінки орієнтована на почуття, то внутрішня - на роздуми. Оскільки внутрішньо чоловік відчуває, а жінка розмірковує, то за Юнгом, у кризовій ситуації чоловік частіше впадає у повний відчай, а жінка втішає і сподівається; також чоловік частіше покінчує життя самогубством.

Якщо Персона є своєрідним мостом між Его-свідомістю і зовнішнім том, то Аніма і Анімус - виходом з індивідуальної свідомості (Его) у світ колективного неусвідомленого. У праці „*Про виявлення особистості*" Юнг зазначав, що кожний чоловік носить у собі вічний образ ланки, не конкретної особи, а певний типовий образ жіночності. Він усвідомлений, це „безпосередній фактор споконвічного походження, зафіксований у живій органічній системі людини, відбиток або архетип усього успадкованого досвіду фемінності, сховище всіх відбитків, коли-небудь залишених жінкою". Так і в кожній жіночій істоті є вроджений образ чоловіка (образ мужності". Будучи неусвідомленим він „завжди несвідомо проектується на предмет любові і лежить в основі всякого захоплення або навіть відрази".

Аніма та Анімус виявляються через проєкції. З'являючись у снах, видіннях, фантазіях, несвідома душа набуває персоніфікованої форми, втілення в образі. Аналітична психологія називає його душевним образом.

**Душевний образ** - психічний образ, що формується у сфері усвідомленого відповідно до статевої приналежності людини.

Оскільки чоловіча душа має жіночу природу, реальним носієм її образу найчастіше виступає жінка, жіночої душі – чоловік. Всюди, де спостерігається магичне притягання між статями, варто, на думку, Юнга, аналізувати проєкції душевних образів. Тому в художніх творах чоловіків несвідома душа зображена у вигляді жіночого персонажа, а в творах жінок у вигляді чоловічого. Творчу особистість можна аналізувати за проєкціями „внутрішньої” ланки або „внутрішнього” чоловіка. Архетип Аніми в художній літературі та міфології яскраво втілений в образах Єви як земної матері, Святої діви Марії як духовної матері, Єлени як сексуальної спокусливої жіночності, Софії як мудрої жіночності, які є похідними від колективного архетипу Аніми. Могутність цього архетипу втілена в образі Матері-Вітчизни, України у творчості Тараса Шевченка.

Архетип Анімусу з'являється в жіночих сновидіннях і творчих фантазіях в образах героїв, що втілюють фізичну силу, духів-провідників, духовних учителів і на вищому рівні – Сина Божого як Логоса (Слово). Кожен з цих архетипів образів може бути спроектований на реального чоловіка, в якого закохується жінка. Так, у драмі Лесі Українки „Одержима” образ Сина Божого спроектовано на образ сина людського, реального чоловіка - Сергія Мержинського, її коханого, що помирав на очах поетеси у тяжких тілесних стражданнях.

Інтеграція Тіні як осягнення індивідуального засвідчує перший етап аналітичного процесу, з допомогою якого можна почати пізнання Аніми, Анімусу. Якщо Тінь може бути усвідомлена через стосунки з будь-яким партнером, то Аніма й Анімус – лише через стосунки з партнером протилежної статі, бо тільки в межах цих стосунків починають діяти такі проєкції.

Центральним поняттям, яке Юнг використовував на позначення феномену цілісної сутності психіки, є Самість.

**Самість** - архетип цілісності, який у сновидіннях, фантазуваннях, міфології та релігії виявляється у формі об'єднувального символу.

Позаособистісний вимір Самості означає Бога. З цього архетипу Самості, що охоплює всю психіку, виникає індивідуальна самосвідомість. У статті „Про Самість” Юнг так характеризував Самість серед архетипів Тіні, Аніми, Анімусу: якщо фігура Тіні належить до царства безтілесних привидів, проте тісно пов'язана з

індивідуальним неусвідомленим, Аніма і Анімус виявляються як проєкції на інших людей, то Самість як архетип ділісності може реалізуватись емпірично в індивідуальному сновидінні або творчості (образ „надординарної особистості“) або ж як релігійна міфологема (об'єднана двоїстість у взаємодії «інь» та «янь», хреста тощо). Отже, „цілісність“ лише на перший погляд здається абстрактною ідеєю, зона має емпіричний характер, оскільки індивідуальна психіка виявляє Замість у формі спонтанних та автономних символів.

Процес становлення Самості у внутрішньому бутті особистості являє гобою процес індивідуації.

**Індивідуація** (лат. individuation - неподільність) - розвиток психологічного індивіда як цілісної істоти, спрямований на виокремлення з колективної психології.

Процес індивідуації передбачає два етапи. На першому – відбувається „зовнішня“ ініціація, тобто посвячення людини у зовнішній світ, завершується формуванням Персони. На другому етапі – посвячення у світ внутрішній, що зумовлює відокремлення індивідуальної психології від колективної.

Оскільки під час процесу індивідуації особистість відокремлюється від підпорядкування колективності, замість себе, як пише Юнг, людина мусить запропонувати колективу такі цінності, які будуть рівнозначні відсутності в колективній сфері. Тому індивідуація немає нічого спільного з крайнім індивідуалізмом, який абсолютизує індивідуальний шлях.

Крайній індивідуалізм, на думку Юнга, паталогічний і нежиттєвий, оскільки вступає у непримиренний конфлікт із колективною нормою. Лише те суспільство, на думку Юнга, буде життєздатним, яке зуміє оберігати свій внутрішній зв'язок, тобто колективні цінності, але за умови значущої свободи «індивіда».

Індивідуація символізує процес розвитку і трансформації особисті на шляху досягнення нею індивідуального ескізу цілісності, що є основою повної самореалізації та реалізації вищого божественного призначення.

К.Г.Юнг пише: *„Індивідуація означає становлення єдиної цілісної істоти, і оскільки індивідуальність - це наша найбільш внутрішня і постійна унікальність, яку ми не зможемо ні з чим зрівняти, то індивідуація є становленням самим собою“.*

В індивідуації виявляється здатність особистості до самопізнання саморозвитку, об'єднання її свідомого і несвідомого. Значну роль індивідуація відіграє у становленні художника, оскільки *„Найважливіше у мистецтві - це вміння підніматися над особистим життям і мовити від лиця Духа, від серця поета - для серця людства. Особисте обмежує і є гріхом в мистецтві ”.*

#### **4. Психологическая природа и функции символа в арт-терапевтической деятельности**

К.Г.Юнг вважає, що символом ми називаємо термін, назву і навіть образ, що наділений крім загальновідомого ще й додатковим значенням, який часто виражає щось таємниче і невідоме.

Так, у старовинних протестантських церквах зображуються орел, лев і бик, це тварини які символізують авторів Євангелія. Цей символ має аналог в єгипетському міфі про бога сонця Гора і його чотирьох синів. Ще більш яскравим прикладом може бути відомі кожному колесо і хрест. У відповідному контексті в них з'являється власне символічне значення, яке до сих пір є предметом дискусій. Отже, символічним є таке слово або образ, значення якого виходить за межі логічного опису і не піддається точному визначенню або поясненню. Широке коло явищ виходять за межі людського розуміння, і тому людство використовує символічну термінологію для позначення понять, що точне розуміння яких і визначення у людини викликає певні труднощі.

Підсвідомість намагається говорити з нами мовою символів і образів. Це прекрасно передано у вірші **Бодлера**:

Природа – древний храм, где строй живых колонн  
Обрывки смутных фраз роняет временами.  
Мы входим в это храм в смятении, а за нами  
Лес символов немых следит со всех сторон.  
(«Соответствия», пер. В.Алексеева).

У словнику А.В.Петровського ми знаходимо ось таке визначення символу.

**Символ** ( від грецького symbolon – умовний знак) – образ, що є представником інших багатозначних образів, змісту та відношень.

Історія символів засвідчує, що символічне значення може втілюватися у будь-чому: у природних об'єктах (камнях, рослинах,



тваринах, людях, горах і долинах, у сонці і місяці, у вітрі, воді і вогнищі) і створених людьми речах (будинках, автомобілях тощо) і навіть в абстрактних формах (числах, трикутнику, квадраті, колі). І фактично весь космос є потенційним символом.

Людина схильна до створення символів, тому вона несвідомо перетворює у них об'єкти і форми, використовуючи їх в релігії й образотворчому мистецтві. Переплетіння історії людства і релігії, що сягають доісторичних часів – є джерелом найбільш важливіших символів наших предків. І навіть у наші часи, як свідчить сучасний живопис, взаємозв'язок релігії і мистецтва зберігається.

Свідченням давньої історії символів може бути поезія Порівняємо декілька метафор.

**Борис Пастернак**

И как с небес добывший крови сокол,  
Спускалось сердце на руку к тебе.

**Неизвестный поэт Древнего Египта**

Твоя любовь – добычу бьющий  
с лету ловчий сокол

**Осип Мандельштам**

Божье имя, как большая птица,  
Вылетело из моей груди.  
Впереди густой туман клубится,  
И пустая клетка позади.

Отже, вихідним для всіх трьох образів – є ототожнення грудної клітини із кліткою, а серця – із птахом. З птахом порівнюється також і слово, ім'я Бога. Прислів'я, значно простіше за рядки поетів може пояснити нам смисл символів: Слово – не горобець, вилетить – не піймаєш. В низці порівнянь виділено основні ключові поняття – символи. Серце – птах – любов – слово – ім'я Бога. Здавалось би зовсім далеким від наведеної поезії є біблійний вислів „Бог є любов” і „Слово було Богом” вписуються у цей рядок, який символічно виражає нерозривний зв'язок любові і смерті.

В образотворчому мистецтві найбільш постійними є символ каменю, тварини і кола, кожен з яких має стійке психологічне значення, як у найбільш ранніх проявах людської свідомості так і в сучасному живописі.

## ТЕМА 6

### ПРОЕКТИВНИЙ ПІДХІД В ІНТЕРПРЕТАЦІЇ ОБРАЗОТВОРЧОЇ ПРОДУКЦІЇ

1. Коротка характеристика проективної техніки.
2. Умови проведення і інтерпретація техніки «Моя сім'я».
  - А) інтерпретація зображення;
  - Б) інтерпретація процесу зображення;
  - В) основні симптомокомплекси кінетичного малюнка сім'ї

#### 1. Коротка характеристика проективної техніки

**Проективна техніка** — це група методик, призначених для діагностики особистості, для яких характерний глобальний підхід до оцінки особистості, а не виявлення окремих її рис. Найбільш істотною ознакою проективних методик є використання в них невизначених стимулів, які випробовуваний повинен сам доповнювати, інтерпретувати, розвивати і так далі.

Поняття проєкції для позначення цих методик було вперше використане Л. Франком (1939) і, не дивлячись на неодноразові спроби змінити їх назву, закріпилося, є загальноприйнятим в *психологічній діагностиці*.

Найбільш істотною ознакою П. м. є використання в них невизначених, неоднозначних (слабоструктурованих) стимулів, які випробовуваний повинен конструювати, розвивати, доповнювати, інтерпретувати.

Відповідно до проективної гіпотези кожен емоційний прояв індивідуума, його сприйняття, відчуття, вислови, рухові акти несуть на собі відбиток особи. Стимули П. м. набувають сенсу не стільки через їх об'єктивний зміст, скільки у зв'язку з особовим значенням, що додається їм обстежуваним. Звідси характерна для П. м. відсутність оцінки відповідей-реакцій як «правильних» або «помилкових», обмежень в їх виборі.

Таке розуміння проєкції в корені відмінно від її психоаналітичного тлумачення. Психоаналіз вважає проєкцію одним із захисних механізмів, за допомогою якого внутрішні імпульси і відчуття, неприйнятні для «Я», приписуються зовнішньому об'єкту і тоді проникають в свідомість як змінене сприйняття навколишнього

світу. Механічне перенесення породженого психоаналізом розуміння проєкції на суть процесу, що реалізовується в П. м., довгий час перешкоджало науковій розробці і використанню цих методик в радянській психодіагностиці. Зрозуміло, не можна заперечувати значного впливу психоаналізу на інтерпретацію даних, отриманих за допомогою П. м. Цей вплив зберігається і понині.

Перший опис процесу проєкції в ситуації із стимулами, що допускають їх різну інтерпретацію, належить Г.Мюррею. Положення Г.Мюррея, в яких проєкція розглядається як природна тенденція людей діяти під впливом своїх потреб, інтересів, всієї психічної організації, є найбільш раннім додатком поняття проєкції до психологічного дослідження. На його думку, захисні механізми в процесі проєкції можуть виявлятися, а можуть і не виявлятися. Донині теоретична концепція проєкції в тому вигляді, як вона застосовна до дослідження особи, не формувалася (*Роршаха тест* не був задуманий як проєктивна методика і в цьому аспекті не розроблявся впродовж майже двох десятиріч свого практичного застосування).

На початку 40-х рр. «проєктивний рух» в західній психології набирає значну силу. П. м. стає чи не найпопулярнішим в психодіагностиці, відтіснивши на другий план традиційні психометричні тести. Нині він займають лідируюче положення в зарубіжних дослідженнях особи, перш за все в області клінічної психодіагностики. Розрізняють наступні групи П. м.:

- **конститутивні** — структуризація, оформлення стимулів, додання ним сенсу (див. *Роршаха тест*);
- **конструктивні** — створення з оформлених деталей осмисленого цілого (див. *Миру тест*);
- **інтерпретативні** — тлумачення якої-небудь події, ситуації (див. *Тематичній апперцепції тест*);
- **катартические** — здійснення ігрової діяльності в спеціально організованих умовах (див. *Психодрама*);
- **експресивні** — малювання на вільну або задану тему (див. *«Дом—дерево—человек» тест*);
- **імпресивні** — перевага одних стимулів (як найбільш бажаних) іншим (див. *Лютера кольору вибору тест*);
- **аддитивні** — завершення пропозиції, розповіді, історії (див. *«Завершення пропозиції методики»*).

У дослідженнях (Л.Ф.Бурлачук, 1997, Л.Ф.Бурлачук і Е.Ю.Коржова, 1998), що ведуться сьогодні, здійснюється подальша

розробка теорії П. м., вивчаються діагностичні можливості вже відомих, створюються нові. Ці дослідження, особливо у сфері клінічної психології, поглиблюють існуючі уявлення про вплив на особу психічних захворювань, дозволяють намітити адекватні терапевтичні і реабілітаційні заходи. Проте, все ще вельми незначні дослідження нормальних осіб, в більшості випадків психолог-практик не може спертися на нормативні дані.

## **РОЗДІЛ II. ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ**

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ОСНОВНІ ТЕОРЕТИЧНІ ПРОБЛЕМИ АРТ-ТЕРАПІЇ**

#### **Практичне заняття № 1**

### **АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК НОВИЙ НАПРЯМОК У ПСИХОТЕРАПІЇ**

#### **План**

1. Поняття про психотерапію та її інтегративний характер.
2. Охарактеризувати основні напрямки розвитку Арт-терапії.
3. Місце і роль Арт-терапії серед напрямків що ґрунтуються на мистецтві.
4. Історія розвитку арт-терапії:
  - Роль досліджень творчості психічно хворих у становленні витоків арт-терапії.
  - Вплив мистецьких традицій на становлення арт-терапії.
  - Розвиток арт-терапії в Європі і діяльність А.Хілла.
  - Роль М.Наумбург у розвитку психодинамічного напрямку в арт-терапії.
  - Основні віхи становлення арт-терапії в першій половині 20 ст.
  - Розвиток арт-терапії у другій половині 20 ст.

#### **Основні поняття**

Психотерапія, гіпноз, арт-терапія, соціальний напрям розвитку арт-терапії, медичний напрям розвитку арт-терапії, педагогічний напрям розвитку арт-терапії, терапія мистецтвом, терапія творчістю, експресивна терапія, терапія творчим самовираженням, музична терапія, ігрова терапія, драмотерапія, казкотерапія, бібліотерапія, танцювальна терапія, тілесно-рухова терапія, малюнкова терапія, візуальна терапія, медитативне малювання, мультимедійне малювання, класичне мистецтво, романтична традиція.

## Практичне заняття № 2

### ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ І ПРОБЛЕМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

#### План

1. Психотерапевтичні відносини: перенесення і контрперенесення.
2. Особливості психотерапевтичних відносин в арт-терапії.
3. Вплив гуманістичного підходу на становлення арт-терапії.
4. Проблема інтерпретація художньої продукції в арт-терапії.
5. Інтеграційна стратегія інтерпретації художнього образу.
5. «Золоті правила» арт-терапевтичного обговорення художньої продукції.

#### Основні поняття

Перенесення, контрперенесення, психічна трансформація, арт-терапевтичний процес, клієнт, матеріал, психотерапевт, проекція, інтерпретація, обмовки, емпатія, проникнення, психологічне консультування, естетичний підхід, феноменологічний підхід, підхід формаліста, особистісний підхід, соціокультурний підхід.

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОГО ПРОЦЕСУ**

### **Практичне заняття № 3**

#### **ОСНОВНІ ФОРМИ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ**

##### **План**

1. Основні підходи в класифікації форм арт-терапії.
2. Особливості індивідуальної арт-терапії.
3. Особливості групової арт-терапії.
4. Основні форми групової арт-терапії.
  - студійна відкрита група;
  - аналітична закрита група;
  - тематично орієнтована група

##### **Основні поняття**

Індивідуальна арт-терапія, групова арт-терапія, форми арт-терапії, студійна відкрита група, аналітична закрита група, тематично орієнтована група.

## Семінарське заняття № 4

### ЕТАПИ РОЗВИТКУ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРУПИ

#### План

1. Загальна характеристика етапів розвитку психотерапевтичної групи.
2. Стратегія формування психотерапевтичної групи.
3. Динаміка психотерапевтичного процесу в групі.
4. Особливості динаміки арт-терапевтичного процесу.

#### Основні поняття

Орієнтаційна стадія, перехідна стадія, робоча стадія, стадія об'єднання і закріплення, опір, підведення, підсумків, інтеграція, інтерпретація групового досвіду.



# **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. ПСИХОАНАЛІТИЧНІ ЗАСАДИ АРТ-ТЕРАПІЇ**

## **Семінарське заняття № 5**

### **ПСИХОАНАЛІТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ОБРАЗОТВОРЧОГО МИСТЕЦТВА**

#### **План**

1. Охарактеризувати основні положення З.Фрейда про несвідоме.
2. Мистецьке фантазування як прояв несвідомого.
3. Аналітична теорія К.Г.Юнга: основні положення про структуру психічного.
4. Архетип і його види.
5. Прояви архетипів у художній діяльності.
6. Психологічна сутність і функції символу в арт-терапевтичній діяльності.

#### **Основні поняття**

Інстинкт, Воно, несвідоме, Я, свідоме, Над-Я, надсвідоме, лібідо, Ерос, інстинкт руйнування (Танатос), триструктурна теорія психічного, психічний конфлікт, сублімація, гра фантазування, мистецтво, невілені бажання, індивідуальне несвідоме, колективне несвідоме, архетип, символ, персона, тінь, аніма, анімус, душевний образ, самість, індивідуація, образотворче мистецтво.

## Семинарське заняття № 6

# ПРОЕКТИВНИЙ ПІДХІД В ІНТЕРПРЕТАЦІЇ ОБРАЗОТВОРЧОЇ ПРОДУКЦІЇ

### План

1. Коротка характеристика проективної техніки.
2. Умови проведення і інтерпретація техніки «Моя сім'я».
  - інтерпретація зображення;
  - інтерпретація процесу зображення;
  - основні симптомокомплекси кінетичного малюнка сім'ї.

### Основні поняття

Проективна техніка, конструктивні групи проективних методик, конститутивні групи проективних методик, інтерпретативні групи проективних методик, катартичні групи проективних методик, експресивні групи проективних методик, імпресивні групи проективних методик, аддитивні групи проективних методик.

# ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4. ПРАКТИКА АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

## Лабораторне заняття № 1

### ТЕХНІКИ І ПРИЙОМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

#### Індивідуальні навчально-дослідні завдання

1. Підготувати і провести на вибір будь-яку з наведених вправ на візуалізацію.

**Вправа 1. «Я хочу тебе назвати».** Учасники розташовуються по колу і по черзі підбирають кожному нове ім'я відповідно до характеру і зовнішнього вигляду. Право вибору нового імені залишається за кожним учасником, якщо він залишає собі справжнє ім'я, тоді розкриваються причини: чому він його залишив, і хто його назвав цим ім'ям. Проходить обговорення, записуються нові імена.

**Вправа 2. «Ми з тобою однієї крові».** Перш ніж почати вправу, вимовте заклинання з мультфільму «Мауглі» - « Ми з тобою однієї крові, ти і я!». Виберіть партнера, подивіться на нього уважно. Адже він не схожий на вас не внутрішньо, не зовні. Оскільки є дуже багато відмінностей, і це природно, адже він абсолютно інший. Подумайте про те, що вас об'єднує, в чому ваша схожість? Протягом 4-х - 5-х хвилин опишіть цю схожість, використовуючи тільки психологічні особливості, думаючи про партнера і про себе одночасно. Наприклад, ми обидва товариські і добрі або мовчазні і замкнуті? Після закінчення порівняння, обміняйтеся записами для того, щоб виразити свою згоду або незгоду. Будьте відверті. При не згоді з якоюсь з ваших якостей, викресліть його.

**Вправа 3. «Я відчуваю, що ти не розумієш».** Група розбивається на пари. Кожен партнер по черзі вимовляє пропозицію, що починається із слів «Я незадоволений(а)». Не відволікайтеся на суперечки і обговорення. Говорити можна про що завгодно, дані вислови і незадоволеність можуть бути направлені і на Значущого Іншого. Зверніть увагу на відчуття партнера, на його невербальні засоби, використовувані в процесі спілкування. Після проведення гри, можна запропонувати групі використовувати інший діалог: «Я відчуваю себе щасливим (ой) з тобою, коли...». Після закінчення гри проходить обговорення.

**Вправа 4. «Вода».** Уяви собі, що ти стоїш на краю глибокого яру, а внизу протікає потік води. Збери всі важкі спогади, образи, гіркоту в єдине ціле, склади їх у великий чорний мішок і кинь у вируючу воду. Почекай, поки мішок зникне із виду, поки потік понесе його вниз за течією далеко за горизонт. І ось він зник, відчуй своє полегшення. Тобі відразу стало легко і спокійно. Все твоє тіло наповнюється яскравим світлом, ніжністю і теплотою. Ти готовий до нового життя.

**Вправа 5. «Зустріч».** Уяви собі, що ти знаходишся на прекрасній галявині. Яскраво світить сонце, доноситься аромат кольорів, весело співають птахи. Ти бачиш, що біля дерева хтось стоїть, розглянувши його, ти розумієш, що це твій кривдник. Підійди до нього і розкажи про свої думки, відчуття і образи, які він тобі заподіяв. Не поспішай, не обмежуйся декількома фразами, скажи все, що ти приховував від нього, що ти чекаєш, чого хочеш від нього. Дихай глибоко і вільно. Пробач його за все. Відчує, як тобі відразу стало легко і спокійно, як тепло наповнює все твоє тіло.

Уяви, що пройшло п'ять років. Якими ти тепер бачиш ваші відносини? Що відбулося нового? Ти задоволений? Ти ухвалив рішення і в твоїх силах все змінити.

**Вправа 6. «Уявлення».** Уяви собі, що ти гуляєш прекрасним весняним парком. Ти бачиш на лавці маленьку дитину 5-ти - 6-ти років. Підійди до нього, заглянь глибоко в її очі і в якусь мить ти відчуєш, що це ти сам. Постарайся зрозуміти її глибоку тугу, адже вона з любові до тебе. Протягни руки і обійми дитину, притисни до своїх грудей. Розкажи про свою любов до неї, що ти захоплюєшся її розумом і прощаєш всі її помилки. Ти бачиш, що від твоїх слів дитина стала веселішою, вона ніжно тобі усміхається, обіймає і цілує тебе. За якийсь час вона стала зовсім маленьким, величиною з горошину. Візьми її і назавжди посели в своєму серці. Будь-якої хвилини, коли ти нахилиш голову, ти зможеш побачити її маленьке всміхнене обличчя. Люби її.

Ти йдеш далі повний любові, спокої і радощі. Виходиш на поляну і бачиш біля куща троянд маленьку дівчинку 4-х - 5-ти років, перелякану і заплакану. У якусь хвилину ти розумієш, що це твоя мама. Пошкодуй її, протягни до неї свої руки, розкажи про свою любов і що ти завжди готовий допомогти їй. Пробач її за все і вибачся перед неї. Ти відчуваєш, що від твоїх слів вона заспокоїлася і ніжно обіймає тебе. У якусь мить вона стала зовсім маленькою, як

горошина, посели її в своєму люблячому серці. Відчуй тепло, яке розливається по всьому твоєму тілу, адже ти допоміг двом маленьким, люблячим тебе чоловічкам. Поглянь, як мило вони тобі усміхаються. Ти щасливий.

Ти йдеш далі і виходиш до струмка. На березі, ти бачиш маленького хлопчика 3 - 4 років, який невтішно плаче, його сльози градом котяться по щоках. Ти умієш заспокоювати маленьких дітей, у тебе добре, любляче серце. Підходячи до нього, ти розумієш, що це твій батько. Притисни хлопчика до своїх грудей, відчуй його тремтяче тіло, заспокой і обдаруй своєю любов'ю. Вибачся у нього за всі свої вчинки і пробач свого батька. Хлопчик ніжно протягує до тебе свої маленькі руки, обіймає і цілує тебе. Ще мить і хлопчик став зовсім маленьким, помісти його в своєму серці разом з собою і мамою. Люби їх всіх, оскільки немає нічого більш святого, ніж любов до маленьких дітей. Відчуй тепло, що розливається по твоєму тілу, м'якість і ніжність. Тобі добре, тобі спокійно, ти щасливий.

**Вправа 7. «Прощення».** Уяви собі, що ти знаходишся в найпрекраснішому лісі. Дзвінко співають птахи, доноситься аромат кольорів, чутний прибіт струмка. Тобі затишно, добре і спокійно. Запроси себе самого, немов ти якась інша людина. Поговори з собою і пробач себе за всі недоліки, за всі свої помилки, за всі неприємні події. Міцно обійми себе, скажи, що любиш і розумієш.

Відчуй, як прилив енергії наповнює все твоє тіло. Тобі ставати тепло. Ти відчуваєш себе чудово. Ти повний сил і радості.

**Вправа 8. «Розслаблення».** Уяви, що в самому центрі тебе є маленька частинка, яка спокійна і щаслива, не зачеплена ніякими страхами і турботами про майбутнє. Вона знаходиться в світі спокою, сильна і щаслива. До неї не можна дібратися і торкнутися. Якщо ти побажаєш, то її можна уявити у вигляді якогось образу - язичка полум'я, коштовного каменя або прихованого від усіх озера, спокійного, з гладкою поверхнею. Сповнена глибокої утихомиреної радості, спокої і сили, вона знаходиться в цілковитій безпеці. Вона там - глибоко в тобі, твоя невід'ємна частинка. Цей потаємний центр завжди залишається спокійним і тихим, через які б труднощі, проблеми і занепокоєння тобі не довелося йти. Якщо ти захочеш, ти можеш у будь-який момент відчути цю частинку усередині себе, насолодитися її теплом і спокоєм. Багато раз за день ти можеш пригадати про цей маленький осередок внутрішнього утихомирення,

в думках залучитися до нього. Знаючи, що воно тут, зовсім поряд, ти відчуватимеш спокій і впевненість у власних силах.

## Лабораторне заняття № 2-3

### АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ НА ТЕМУ: "МОЄ МИНУЛЕ, СЬОГОДЕННЯ І МАЙБУТНЄ"

Від недоліку пошани до себе походить стільки ж вад, скільки і від зайвої до себе пошани.

М. Монтень

#### **1 етап - настрої (розігрів)**

##### ***Вправа "П'ять добрих слів"***

Об'єднатися в групи по 5 осіб, розташуватися на стільцях по колу. Обвести свою долоню на папері і позначити своє ім'я. Передати лист направо, отримавши малюнок від сусіда ліворуч. У одному з пальців долоні написати привабливу рису власника долоні. Коли долоня повернеться власникові, він повинен прочитати свої характеристики і запам'ятати що з'явилися під час ознайомлення. Потім тренер збирає усі малюнки і зачитує "компліменти", а учасники групи здогадуються, кому вони призначалися.

Питання: "Які почуття у вас виникли, коли читали свої характеристики на паперових долонях. Чи усі риси вам відомі і чи згодні ви з ними"?

**2 етап - актуалізація візуальних, аудіальних і кінестетичних відчуттів.**

##### ***Вправа "Хто Я є"***

Ця вправа побудована так, щоб допомогти нам досягти високого рівня самосвідомості і відкрити своє справжнє "Я". Воно засноване на припущенні, що кожен з нас подібний до цибулини, тобто складається з різних пластів, що приховують найголовніше, – нашу суть. Ці пласти можуть мати позитивний або негативний характер. Вони відбивають різні аспекти нашої особистості і наші взаємини з навколишнім світом. Деякі з цих пластів подібні до фасаду або маски, що приховує те, що нам не подобається в нас самих. За іншими ховаються якісь позитивні якості, які ми не здатні усвідомлювати до кінця. У будь-якому випадку десь за цими пластами, в глибині

кожного з нас знаходиться центр творчості і вібрації – наше справжнє "Я", сокровенна суть нашої істоти.

Вправа, що полягає відповідає на питання "Хто Я є"? легко і ненав'язливо підводить нас до досягнення цієї суті, розуміння і усвідомлення себе як особистості.

Виберіть місце, де ви зможете залишатися наодинці з собою, і де вас ніхто не потривожить. Візьміть аркуш паперу, напишіть число і заголовок "Хто Я є"? Потім постарайтеся дати письмову відповідь на це питання. Будьте як можна більше розковані й відверті. Періодично зупиняйтеся і ставте собі це питання.

Разслабтесь, закрийте очі, очистіть голову від сторонніх думок. Знову поставте собі питання: "Хто Я є"? і постежте за образом, який з'явиться перед вашим уявним поглядом. Не намагайтеся роздумувати або робити якісь висновки, просто спостерігайте. Потім розплющте очі і детально опишіть усе, що ви бачили. Охарактеризуйте відчуття, які ви відчули у зв'язку з образом, і його значення.

Встаньте так, що б навколо вас було досить місця. Закрийте очі і знову запитайте себе "Хто Я є"? Ви відчуваєте коливання свого тіла. Довіртеся його мудрості, рух повинен розгортатися до тих пір, поки у вас не виникне почуття його завершеності. Після закінчення викладете відчуте на папері.

### ***Вправа 3. Асоціації з кольором***

- Закрийте очі і усвідомте, як ви себе почуваєте, як почуває себе ваше тіло. Як змінюється ваш настрій, змінюються ваші тілесні відчуття. Подивіться, як вам зараз. Потім виразите це на папері, використовуючи тільки кольори, лінії і форми.
- Намалювати і розфарбувати відповідно до власних асоціацій емоційні стани, які ви найчастіше переживаєте (радість, печаль, страх, гнів, спокій, відчай і так далі).

### **3 етап - індивідуальна образотворча робота.**

Притча "Людина, віл, собака і мавпа".

### ***Вправва "Минуле, сьогодні і майбутнє"***

Проілюструйте звідки ви прийшли, де знаходитесь і куди рухаєтесь.

Багато хто з нас, розповідаючи про своє життя, використовує хронологічний порядок, розглядаючи рік за роком. Інші починають з подій, які здаються їм що найбільш заслуговують на увагу. Ми ж



створимо сьогодні три образи з вашого життя: образ свого минулого, звідки ви прийшли, образ вашого сьогодні, там, де ви знаходитесь, і образ вашого майбутнього місця, куди б хотіли піти.

Закрийте очі і зосередьтесь на своєму минулому. Спробуйте побачити його дуже яскраво. Зверніть увагу на найяскравіший спогад з вашого минулого. Який це період раннє дитинство, школа? Зверніть увагу на почуття, які у вас пробуджує цей фрагмент? Повивчайте свій образ з минулого, постарайтеся проникнути в нього як можна глибше, розплющте очі. Намалюйте побачене. Іноді це може бути образ людини з минулого, яскрава подія або просто колірне поєднання. Якщо ви нічого не побачили просто починайте малювати і подивіться, що з цього вийде. Закінчивши малювати, напишіть усі думки, що мають відношення до збереженого образу. Проаналізуйте ваші почуття, сенс, який ви побачили в малюнку.

Зосередьтесь на собі, відкинувши образ. Глибоко зітхніть кілька разів. Розслабтеся і заспокойтеся. Очистіть голову від думок, але зберігайте контроль над тим, що відбувається. Потім уважно зосередьтесь на своєму сьогодні.

Розкладете малюнки по порядку і уважно розглянете кожного з них. Відтворіть пережиті почуття відносно кожного образу.

Закрийте очі, відчуйте все ті обмеження, які несуть створені образи вашого минулого і сьогодні. Відчуйте їх вагу і негативний вплив. Потім рухом тіла струсіть їх з себе. Позбавтеся від їх тяжкості, скиньте ці помилкові, нав'язливі образи зусиллям волі, накажіть їм піти. Прислухайтесь до того, як ви себе відчуваєте. Закрийте очі і зосередьтесь на собі. Подумайте про те, яким ви хотіли і реально могли б стати подумайте про своє майбутнє, яким ви його бачите. Створюйте образ майбутнього. Робіть це повільно і ґрунтовно. Додайте риси, які вам здаються важливими, приберіть усе, що розглядається вами як погане або даремне. Розплющте очі і намалюйте образ вашого майбутнього або його символ. Потім запишіть усе, що ви про нього думаєте.

**4 етап - вербалізація (активізація вербальної і невербальної комунікації).**

Вигадайте історію по своїх малюнках яка починається зі слів "Жила-була людина схожа на мене."

**Питання:**

Якою людиною ви були в різні періоди життя?

Чи змінилися Ви?

Чи сприймають Вас таким, яким ви уявляєте себе?

Які маски ви носите в суспільстві?

Чи змінюєтеся ви якимсь чином, якщо хочете, сподобатися оточенню або захистити себе від нього?

Який ваш самий ранній спогад з дитинства. Опишіть один з дитячих снів, який ви бачили частіше за інших?

Вкажіть будь-яку травматичну подію, наприклад хвороба, нещасний випадок, смерть розлуку, або ж інші проблеми. Як це вплинуло на вас?

Які назви або підписи ви хотіли б використовувати у поєднанні з малюнками?

Чи приймаєте ви ваш життєвий досвід?

Які, на вашу думку, глибинний сенс і мета вашого життя?

### **5 етап - аналіз рефлексії.**

Ми наслідуємо давню і мудру традицію, запрошуючи вас сісти в колі, щоб поговорити один з одним і поділитися переживаннями, відчутти спільність багатьох проблем і своєрідність кожної людини.

## ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

1. Поняття про психотерапію та її інтегративний характер.
2. Охарактеризувати основні напрямки розвитку Арт-терапії.
3. Місце і роль Арт-терапії серед напрямків що ґрунтуються на мистецтві.
4. Історія розвитку арт-терапії:
5. Роль досліджень творчості психічно хворих у становленні витоків арт-терапії.
6. Вплив мистецьких традицій на становлення арт-терапії.
7. Розвиток арт-терапії в Європі і діяльність А.Хілла.
8. Роль М.Наумбург у розвитку психодинамічного напрямку в арт-терапії.
9. Основні віхи становлення арт-терапії в першій половині 20 ст.
10. Розвиток арт-терапії у другій половині 20 ст.
11. Психотерапевтичні відносини: перенесення і контрперенесення.
12. Особливості психотерапевтичних відносин в арт-терапії.
13. Вплив гуманістичного підходу на становлення арт-терапії.
14. Проблема інтерпретація художньої продукції в арт-терапії.
15. Інтеграційна стратегія інтерпретації художнього образу.
16. «Золоті правила» арт-терапевтичного обговорення художньої продукції.
17. Основні підходи в класифікації форм арт-терапії.
18. Особливості індивідуальної арт-терапії.
19. Особливості групової арт-терапії.
20. Основні форми групової арт-терапії.
21. Загальна характеристика етапів розвитку психотерапевтичної групи.
22. Стратегія формування психотерапевтичної групи.
23. Динаміка психотерапевтичного процесу в групі.
24. Особливості динаміки арт-терапевтичного процесу.
25. Охарактеризувати основні положення З.Фрейда про несвідоме.
26. Мистецьке фантазування як прояв несвідомого.
27. Аналітична теорія К.Г.Юнга: основні положення про структуру психічного.
28. Архетип і його види.
29. Прояви архетипів у художній діяльності.
30. Психологічна сутність і функції символу в арт-терапевтичній діяльності.

31. Коротка характеристика проєктивної техніки.
32. Умови проведення і інтерпретація техніки «Моя сім'я».
33. Інтерпретація зображення.
34. Інтерпретація процесу зображення.
35. Основні симптомокомплекси кінетичного малюнка сім'ї.

## **САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТА**

1. Роль психологічних напрямків у становленні арт-терапії
2. роль психодинамічного напрямку
3. роль гуманістичного напрямку
4. роль трансперсонального напрямку
5. роль гештальтпсихології у розвитку арт-терапії
6. Студійна відкрита група;
7. Аналітична закрита група;
8. Тематично орієнтована група
9. Арт-терапевтична робота з людьми похилого віку.
10. Арт-терапевтична робота з психіатричними пацієнтами.
11. Арт-терапія в роботі з правопорушниками.
12. Арт-терапія в роботі з бездомними.
13. Експеривно-творчі методики арт-терапевтичні методики з жертвами насильства.
14. Арт-терапія в роботі з дітьми і підлітками у умовах школи.
15. Арт-терапія з сім'ями « групи ризику».
16. Розвиток дітей зі спеціальними здібностями засобами мистецтв.
17. Арт-терапія та проєктивний малюнок: порівняльна характеристика.
18. Арт-терапія та навчання малюванню: порівняльна характеристика.
19. Границі арт-терапевтичної діагностики.
20. Оціака діагностичних параметрів в арт-терапії.
21. Значення символів в арт-терапії.
22. Символіка кольорів в арт-терапії

## **ІНДИВІДУАЛЬНЕ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНЕ ЗАВДАННЯ**

### **1. Виконати презентацію на одну із запропонованих тем:**

1. Сутність і смисл творчості у філософській і психологічній традиції.
2. Проблема творчої діяльності у психології.
3. Психотерапевтичний потенціал мистецтва.
4. Мистецтво як спосіб реалізації творчої спрямованості.
5. Науково-культурні передумови виникнення арт-терапії.
6. Роль професійних об'єднань у розвитку арт-терапії.
7. Творчість як конфлікт між несвідомими і свідомими проявами психіки у теорії З.Фрейда.
8. Роль індивідуалізації у становленні творчої особистості (теорія К.Г. Юнга).
9. Прояви архетипів у художній творчості.

### **2.Провести психодіагностичне обстеження за допомогою проективної методики «Моя сім'я»**

### **3.Розробити зміст і структуру арт-терапевтичного заняття на вільну тему.**

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ ДО НАВЧАЛЬНОГО КУРСУ

### Основна література

1. Арт-терапия в эпоху постмодерна // Под ред. А.И.Копытина. – СПб.: Изд-во «Речь», 2002. – 224 с.
2. Байерс А. Арт-терапевтическая работа с престарелыми пациентами с выраженными расстройствами памяти // Исцеляющее искусство. – 1998. – Том 1. – № 4. – С. 11-21.
3. Боронска Т. Оборотень и ринг. Исследование бессознательных процессов с помощью метафор // Исцеляющее искусство. – 1997. – Том 1. – № 2. – С. 12-23.
4. Бурно Е. Терапия творческим самовыражением. – М.: Медицина, 1989.
5. Даниленко О. Семнадцать тезисов о культуре и душевном здоровье // Исцеляющее искусство. – 1998. – Том 1. – №. – С. 22-28.
6. Кейз К. Об эстетическом моменте переноса // Исцеляющее искусство. – 1998. – Том 1. – № 3. – С. 17-30.
7. Копытин А.И. Основы арт-терапии. – СПб.: Изд-во «Лань», 1999. – 256 с.
8. Морозова Е. Перфоменс или искусство // Исцеляющее искусство. – 1998. – Том 1. – №3. – С. 39-48.
9. Соболев Ю.А. Уроки Локки. Разговоры в Царском селе // Исцеляющее искусство. – 1997. – Том 1. – №2. – С. 29-47.
10. Практикум по арт-терапии // Под ред. А.И. Копытина. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000. – 448 с.
11. Хайкин Р.Б. Художественное творчество глазами врача. – СПб: Наука, 1992.

### Додаткова література

1. Зязюн І. Без свідомість. Підсвідомість. Творчість. // Мистецтво та освіта. – № 3. – 2001. – С. 3-9.
2. Левчук Л. Психаналіз: історія, теорія, мистецька практика. – К.: «Либідь», 2002. – С. 255.
3. Симонов В.В. Эмоциональный мозг. – М.: Наука, 1981. – 215 с.
4. Ранк О. Эстетика и психология художественного творчества // Психология художественного творчества // Сост. К.В.Сельченко. – Мн.: Харвест, 2003. – С. 5-22.

## КОРОТКИЙ ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК

**Аналітична замкнута група** – арт-терапевтична група, орієнтована в основному на роботу з неусвідомлюваними психічними процесами її учасників. Слово «замкнута» в назві означає, що протягом всього часу склад групи залишається постійним.

**Аніма** – неусвідомлена жіноча сутність чоловіка, що персоніфікується у сновидіннях і творчості образами жінок.

**Анімус** – неусвідомлена чоловіча сутність жінки, що персоніфікується у сновидіннях і творчості образами чоловіків.

**Арт-терапія** – це динамічна система взаємодії між учасником (дитиною, дорослим), продуктом його образотворчої творчої діяльності і арт-терапевтом (психологом, педагогом) в » арт-терапевтичеському просторі.

**Арт-терапевтичний процес** – це безперервна трибічна комунікація і динамічна взаємодія між трьома основними її елементами або учасниками – пацієнтом, арт-терапевтом і матеріалом або продуктом образотворчої діяльності.

**Архетип** (грец. arche – початок, typos – відбиток) – ідеальна, пуста форма, наділена енергетичною силою, що походить з неусвідомленого і формує уявлення.

**БААТ** – Британська Асоціація Арт-терапевтів, що з'явилась у 1963 році.

**Воно** – поняття, що використовується в класичному психоаналізі для позначення первинного енергетичного джерела психіки, що є сферою інстинктів.

**Гра** – одна з психічних реальностей, що характеризується вільною діяльністю і протистоїть серйозному.

**Душевний образ** – психічний образ, що формується у сфері усвідомленого відповідно до статевої приналежності людини.

**Емпатія** – це розуміння емоційного стану іншої людини за допомогою співпереживання і проникнення у її внутрішній світ.

**Індивідуальне неусвідомлене** – сукупність всіх психічних явищ суб'єктивного характеру, що не належать до свідомості, тобто характеризуються відсутністю над потягами та інстинктами.

**Індивідуація** (лат. individuation – неподільність) – розвиток психологічного індивіда як цілісної істоти, спрямований на виокремлення з колективної психології.

**Інстинкт** (з лат. – *instinctus* – спонукання) – психічні прояви вроджених тілесних станів збудження, що виявляються у вигляді бажань.

**Інтерпретація** – (від лат. *interpretatio* – тлумачення, роз'яснення) – загальнонауковий метод з фіксованими правилами перекладу формальних символів і понять на мову змістовного знання

**Коллективне неусвідомлене** – психічна спадщина людської еволюції, наявна у психічній структурі кожної людини.

**Контрперенесення** – проектування терапевтом своїх проблем на наданий клієнтом матеріал, який пов'язаний з перенесенням, так і не пов'язаний з ним.

**Над-Я** – поняття класичного психоаналізу на позначення психічного утворення, яке формується під впливом сімейного, а згодом – цілісного культурного вихання (національних традицій, вимог соціального середовища тощо).

**Перенесення** – це несвідомі тенденції і фантазії, які виникають в психіці пацієнта в процесі аналізу у вигляді серії ситуацій, що відображають його дитячий досвід спілкування з найбільш близькими йому людьми, але що відносяться вже не до минулому, а до особи аналітика в сьогоденні.

**Персона** (лат. *persona* – акторська маска) – компромісне утворення, що виникає внаслідок пристосування індивідуальності до соціуму, тобто соціальна роль людини, зумовлена суспільними правилами поведінки.

**Підхід формаліста** – аналіз різних формальних характеристик художньої роботи, їх ретельний опис, але не інтерпретація.

**Проективна техніка** – це група методик, призначених для діагностики особистості, для яких характерний глобальний підхід до оцінки особистості, а не виявлення окремих її рис.

**Психічний конфлікт** – зіткнення різноспрямованих сил психіки, що потребує розв'язання.

**Психологічний опір** – явище, при якому клієнт прямо чи опосередковано протривить зміні своєї поведінки або відмовляється обговорювати, згадувати, або думати про очевидно значущі переживання.

**Особистий підхід** – аналіз особливостей психічного розвитку клієнта, історії його життя і захворювання, сімейної системи, захисних механізмів, архетипических проявів, сильних і слабких



сторін особи.

**Самість** – архетип цілісності, який у сновидіннях, фантазуваннях, міфології та релігії виявляється у формі об'єднувального символу.

**Символ** (від грецького *symbolon* – умовний знак) – образ, що є представником інших багатозначних образів, змісту та відношень.

**Соціокультурний підхід** – аналіз пов'язаних з етнічною, класовою, демографічною, релігійною і так далі приналежністю клієнта впливів на процес і результати його образотворчої діяльності, включаючи патогенні соціокультурні впливи.

**Студійна відкрита група** – умови її роботи чимось нагадують художню студію, в ній відсутній постійний склад і на будь-якому етапі роботи до групи можуть приєднуватися нові учасники.

**Сублімація** – спрямування енергії в іншому, відмінному від прямого задоволення потреби напрямку, називається

**Тематично орієнтована група** – арт-терапевтична група, що припускає великий ступінь структурованості, яка досягається, головним чином, за рахунок використання тим, що зачіпають загальні інтереси і проблеми учасників.

**Тінь** – сукупність низьких, примітивних несвідомих бажань і потягів людини, що конфліктують зі свідомістю

**Фантазування** – психічна діяльність, спричинена внутрішнім потягом до задоволення несвідомого бажання шляхом створення образних уявлень.

**Я** – поняття класичного психоаналізу на позначення психічної інстанції, яка прагне контролювати всі психічні процеси.

**Ядро Я-концепції** – самість, автентичність людини, що відрізняє її від інших людей і зберігається протягом усього життя; основні уявлення про себе.

**Я-концепція** – відносно стійка, більш-менш усвідомлена система уявлень особистості про себе, яка переживається нею як неповторна і є основою її самовизначення у світі, взаємодії з іншими людьми, ставлення до себе.

**Я-образ** – результат усвідомлення глибинної суті людини, що дає змогу відрізнити себе від інших людей.

## ДОДАТКИ

### **ЗОЛОТІ ПРАВИЛА АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНО ОБГОВОРЕННЯ ОБРАЗОТВОРЧОГО МАТЕРІАЛУ (В. Олександр)**

- ✓ Клієнт розповідає про свою роботу так як йому хочеться;
- ✓ Арт-терапевт може попросити клієнта прокоментувати ті чи інші частини малюнка, прояснити їхнє значення, описати деякі форми, предмети та персонажі;
  - ✓ Можна попросити клієнта описати роботу від першої особи, навіть від елемента зображення, побудувати діалогі між окремими частинами роботи;
  - ✓ Треба спонукати клієнта фокусувати увагу на кольорах(кольори можуть використовуватись у різний час по-різному: відображати властивості об'єкта або ставлення до об'єкта);
  - ✓ Необхідно намагатися фіксувати особливості інтонації, положення тіла, виразу обличчя, ритму дихання клієнта;
  - ✓ Завдання арт-терапевта – допомогти клієнтові усвідомити зв'язок між своїми висловлюваннями про творчу роботу та життєвою ситуацією;
  - ✓ Обережно запитати про те, що і як із реального життя може відображати створений ним образотворчий продукт (обережно – тому що важливо, наскільки клієнт готовий інтегрувати інтерпретацію);
  - ✓ Треба звернути особливу увагу на відсутні частини зображення та проміжні місця у малюнку;
  - ✓ Іноді варто сприймати зображення буквально, іноді шукати щось протилежне зображеному;
  - ✓ Можна попросити клієнта розповісти про те, що він відчував у процесі створення роботи, до її початку, після її завершення;
  - ✓ Важливо надати клієнту можливість працювати в зручному для нього темпі та з усвідомленням того, що він буде зображувати щось, що може відобразити ті стани, досліджувати які він готовий;
  - ✓ Треба виділяти в роботах клієнта найбільш стійкі теми та образи.

## ОЦІНКА ДІАГНОСТИЧНИХ ПАРАМЕТРІВ У АРТ-ТЕРАПІЇ

### *Формат аркуша паперу:*

- ✓ Великий – свідчить про високий рівень домагань особистості, високу самооцінку, майже нарцисизм;
- ✓ Маленький – ознака низької самооцінки та рівня домагань, а також розвитку особистості за шизоїдним та депресивним типами (якщо такий вибір є правилом);
- ✓ Відривання аркушу потрібного розміру може також бути діагностичним критерієм: відривання «під лінійку» є ознакою консерватизму та ригідності, а відривання не акуратно – слабості «Над-я» й стримування анальних імпульсів;

### *Композиція малюнка:*

- ✓ Формат альбомний свідчить про екстенсивний тип особистості, бажання все встигнути, побачити якомога більше, а формат книжковий – навпаки, про інтенсивний тип особистості, вміння зосередитися, цілеспрямованість;
- ✓ Наявність рамки малюнка свідчить про прагнення сховатися, зхиститися, страх, невпевненість щодо зовнішньої небезпеки; рамка із незайнятого простору також показує страхи, невпевненість, а якщо рамка лише з однієї сторони малюнка, то саме звідти клієнт чекає на небезпеку;
- ✓ Зміщення композиції малюнка вгору свідчить про високу самооцінку, вниз – про низьку;
- ✓ Ліва сторона малюнка відображає емоційну складову особистості, права – інтелектуальну, когнітивну, раціональну.

### *Матеріали для художньої творчості:*

- ✓ Кулькова ручка свідчить про відмову від кольору, тобто страх емоцій;
- ✓ Простий олівець дає можливість багато разів пермальовувати задумане, тому що не важко стерти зображення. Це може бути

свідченням прагнення до ідеального, перфекціонізму; якщо лінії чіткі, то ймовірно, що клієнт належить до шизоїдного типу (як і у випадку з кульковою ручкою), а якщо лінії розмазані, розмиті, то, можливо, клієнт депресивний;

✓ Кольорові олівці можуть бути свідченням потреби в опорі, у орієнтації, тому що мають чіткі лінії; менше це стосується пастелі та крейди;

✓ Фарби (гуаш, масло, акварель) «провокують» спонтанність в образотворчій діяльності, допомагають більш яскраво та відкрито проявити різноманітні емоції, дослідити власні переживання; акварель – свідчення найбільшої внутрішньої свободи особистості;

✓ Фломастери стоять окремо у цьому ряду, тому що є даниною моді, але якщо людина завжди тягнеться до фломастерів, це може свідчити про істеричні риси особистості.

### ***Психолог має звернути увагу на такі ознаки:***

✓ Непромальована лінія горизонту свідчить про внутрішню роздвоєність;

✓ У центрі малюнка завжди розташовуються найбільш емоційно значимі для клієнта речі;

✓ Порушення чи відсутність перспективи може свідчити навіть про ознаки психозу;

✓ Відсутність необхідних частин (наприклад, частин людського тіла) чи їхня гіпертрофованість – свідчить про потреби особистості, що з цим пов'язані (на цьому засновано багато проєктивних тестів);

✓ Ознаки вітальності у неживих предметів, чи навпаки – механічні частини у людей свідчать про роздвоєння психіки на емоційний та когнітивний компоненти.

## ДІАГНОСТИЧНІ ОЗНАКИ В АРТ-ТЕРАПІЇ: СИМВОЛ ТА ЛІНІЯ

### **Символіка ліній та форм:**

- Вертикальна лінія (хребет, розвиток, дух, творчість);
- Горизонтальна лінія (руки, земля, надійність);
- Чаша (таз, емоції, почуття, пластичність).

### ***Жіночі праформи:***

- Коло (цілісність, вічність, самість, несвідоме);
- Спіраль (розвиток);
- Дуга (захист, егоїзм, дах);
- Чаша (прийняття, альтруїзм);
- Хвиля (гнучкість, швидкоплинність, рухливість).

### ***Чоловічі праформи:***

- Крапка (початок, кінець, концентрація);
- Лінія (дія, напрямок, правильність, сила, насильство);
- Квадрат (максимальна рівноваженість, консерватизм);
- Меандр (поєднання гнучкості та цілеспрямованості);
- Кут (потенційність, свобода);
- Трансперсональний символ – лемніската (вічність, гармонія, андрогінність).

*Кожен малюнок – це лист від несвідомого до свідомості, до фасилітатора. Лінії та форми – це сфера мислення, буквально напрямок думок людини.*

## СИМВОЛІКА КОЛЬОРІВ У АРТ-ТЕРАПІЇ

**Червоний колір.** Відбуваєть зростання ритму дихання та пульсу, підвищується тиск, збільшується швидкість реакцій та мускульна сила, людина збуджується. Асоціюється з силою, любовю, збудженням, енергією, пристрастю, тривогою, насильством, кровю, нервовим напруженням та неспокоєм, гнівом. Пов'язується з апетитом, бажанням, теперішнім часом, чоловіками, активною екстраверсією. Червоний колір насамперед символізує безсвідоме, фізичне, фізіологічне. Приказки та усталені вирази: «Дурень любить червоне»; «Вулиця червоних ліхтарів»; «Почервоніти від гніву». Червоний колір застосовують при лікуванні різних запальних процесів, екзем, віспи тощо.

**Оранжевий колір.** Дія цього кольору схожа на дію червоого кольору, однак тут відсутні аспекти агресії. Йому притаманна м'яка сила – він викликає радість і тепло, приємно збуджує, вважається кольором здоров'я та творчості, внутрішньої рівноваги й гармонії, толерантності, мудрості. Оранжевий колір сприяє сексуальності, активізує залози внутрішньої секреції, налагоджує обмінні процеси, покращує кровообіг і травлення. Цей колір поєднує силу червоного та сонячне сяйво жовтого. Це колір буддистських монахів. Пов'язується з прагненням до переживань та самоствердження, з позаланійним часом. Також може свідчити про жагу до пригод та радісно-солодких вражень.

**Жовтий колір.** У найсприятливішому аспекті – чиста радість, золото. Також означає усвідомлення, свідомість, нестримність, променистість, свободу, рефлексивність, надію і сподівання на щастя. Виражає прагнення до нового майбутнього. Підвищує самооцінку. В лікуванні жовтий колір допомагає очищати та тонізувати організм, контролювати вагу. Асоціюється також із ревнощами, зрадою, скупістю та недовірою, психічними розладами. Впливає на людину ще м'якше ніж оранжевий колір. Викликає веселе збудження і цікавість до світу, сприяє ясному й гострому зоровому сприйманню.

**Зелений колір** заспокоює, допомагає розсіювати негативні емоції, приймати рішення та засинати. Нормалізує тиск, пульс, покращує інтелектуальну працездатність, концентрацію уваги. Асоціюється з життєвою силою, юністю, процвітанням, спокоєм, надією, розвитком духу, чоловіками, багатством. Любов до всього світу – його позитивний аспект. Священий колір ісламу. Також означає зупинку в розвитку, незрілість, обмеженість, нудьгу.

**Синій колір.** Протилежний червоному кольорові за впливом на людину. Усі процеси (тиск, ритм дихання, пульс) уповільнює, знижує працездатність. Асоціюється з вірністю, повним спокоєм, традиційністю, почуттям спільності, загадковістю, мрійливістю, фанатизмом, сумом, глибокою серйозністю. Це колір самозаглиблення, він усе присвячує лише собі, ніби затуляє глядача у внутрішній світ.

**Фіолетовий колір** з'являється завдяки поєднанню синього і червоного, тому часто є символом мрій і фантазій. Переживається як колір внутрішньої концентрації, притаманної і вагітним жінкам, і поетам. Асоціюється зі смиренням, містичними знаннями, духовним зростанням, жертівністю, прагненням повної свободи. Вплив на людину подвійний: дихання і пульс уповільнюються, проте зростає працездатність серця і кровоносних судин.

**Білий колір.** Це колір повної свободи й довершеності, рівності й відсутності обмежень. Асоціюється з натхненням, вфрою, миром, злагодою, справедливістю, істиною, порятунком, чистотою, цнотливістю, цілісністю, богоподібністю, спокоєм.

**Чорний колір.** Протилежний білому, вбирає в себе усі кольори. Пов'язується з загадковістю, таємничістю, страхом, працелюбністю, асоціальністю, негативізмом, ірраціоналізмом, трауром.

## ПРОЕКТИВНА МЕТОДИКА «МАЛЮНОК СІМ'Ї»

У 1985 році Хоментаскас Г. Т. провів дослідження, яке дозволяє обґрунтувати методику малювання сім'ї як процедуру, що відображає в першу чергу переживання і сприйняття дитиною свого місця в сім'ї, відношення дитини до сім'ї в цілому і до окремих її членів.

Негативні переживання дитини (7-8 років), пов'язані з сім'єю, незадоволення сімейною ситуацією відбиваються вже в самому відношенні до завдання: спостерігаються захисні реакції, що набувають форми трансформації завдання (малювання тільки не пов'язаних з сім'єю людей або взагалі відмова від зображення людей), відкладання виконання релевантного завдання в часі (початок малювання з різних об'єктів). Таким дітям властиве спотворення складу сім'ї, зменшення складу сім'ї, включення до складу сім'ї людей, які з нею безпосередньо не пов'язані. Відношення дітей до сім'ї і окремих її членів виражається в характері розташування членів сім'ї в малюнку, в їх згуртованості, в тому, чи малює дитина себе разом з іншими членами сім'ї або окремо. Виявлено, що з почуттям незадоволення, знедоленості пов'язана поява в малюнку зображення хмар (дощу.) і сонця, розташування членів сім'ї на лінії основи. Ці характеристики, напевно, мають символічне значення і відбивають відповідно почуття пригніченості, потребу в любові, потреба в безпеці.

За допомогою факторного аналізу виділено два виміри, в психологічному сенсі що відбивають:

Почуття дитини відносно сім'ї, сімейної ситуації, власного місця в ній ("почуття знедоленості, почуття приналежності"). Цей вимір описується наступним протиставленням характеристик малюнка : зменшення складу сім'ї, хмари, сонце, лінія основи, початок малювання з об'єкту - згуртованість сім'ї, "Я" поряд з іншими.

Спосіб "переробки" почуття знедоленості ("символічне вигнання сім'ї - символічне вигнання себе"). Цей вимір диференціює полюс чинника "почуття знедоленості" і описується протиставленням наступних характеристик : присутність не пов'язаних з сім'єю людей, "Я" єдина фігура - відсутність "Я".

Хоментаскас виділив і способи, за допомогою яких діти (7-8-лет) виражають своє відношення до конкретних намальованих людей.



Емоційне відношення дитини, представлене чинниками "сила-слабкість", "любимість-нелюбимість", має чітку графічну презентацію за допомогою семантично насичених засобів виразної мови малюнка.

Факторний аналіз малюнків "сильно-слабкої" людини виділив тип малювання, в якому атрибуція "сили" передається головним чином за допомогою зміни співвідношення висоти, ширини і площі фігури. Кількісний аналіз також виявив, що "сила" передається за допомогою малювання піднятих рук, зображенням об'єктів в руках.

Факторний аналіз "улюблено-нелюбимої" людини виділив два типи графічної презентації. Для обох характерна передача переваги "улюбленої" над "нелюбимим" через кількість деталей тіла, кольорів, декорування.

Таким чином, факторний аналіз дозволяє вичленувати основні параметри емоційного відношення дитини до членів сім'ї, відповідні осям "симпатія" і "пошана" (Столин В. В., 1983).

### **Інструкція і особливості проведення процедури обстеження.**

Для дослідження потрібні: аркуш білого паперу (21x29 см), шість кольорових олівців (чорний, червоний, синій, зелений, жовтий, коричневий), гумка. Дитині дається інструкція: "Намалюй, будь ласка, свою сім'ю". Ні в якому разі не можна пояснювати, що означає слово "сім'я", оскільки цим спотворюється сама суть дослідження. Якщо дитина запитує, що йому малювати, психолог повинен просто повторити інструкцію. Час виконання завдання не обмежується (в більшості випадків воно триває не більше 35 хвилин).

При виконанні завдання слід відмічати в протоколі:

- а) послідовність малювання деталей;
- б) паузи більше 15 секунд;
- в) стирання деталей;
- г) спонтанні коментарі дитини;
- д) емоційні реакції і їх зв'язок із зображуваним змістом.

Після того, як дитина виконає завдання, потрібно прагнути отримати максимум інформації вербальним шляхом. Зазвичай ставлять наступні питання:

1. Скажи, хто тут намальований?
2. Де вони знаходяться?
3. Що вони роблять? Хто це придумав?
4. Їм весело або нудно? Чому?

5. Хто з намальованих людей найщасливіший? Чому?

6. Хто з них найнещасніший? Чому?

Останні два питання провокують дитину на відкрите обговорення почуттів, що схильна робити не кожна дитина. Тому, якщо дитина не відповідає на них або відповідає формально, не слід наполягати на експліцитній відповіді. При опитуванні психолог повинен намагатися з'ясувати сенс намальованого дитиною: почуття до окремих членів сім'ї; чому дитина не намалювала кого-небудь з членів сім'ї (якщо так сталося); що означають для дитини певні деталі малюнка (птахи, звірятка і т. д.) При цьому по можливості слід уникати прямих питань, наполягати на відповіді, оскільки це може індукувати тривогу, захисні реакції. Часто продуктивними виявляються проектні питання (наприклад: "Якщо замість пташки була б намальована людина, то хто б це був?", "Хто б виграв в змаганнях між братом і тобою?", "Кого мама покличе йти з собою"? і т. п.).

Після опитування дитині пропонують обговорити 6 ситуацій: три з них повинні виявити негативні почуття до членів сім'ї, три - позитивні:

1. Уяви собі, що у тебе є два квитки в цирк. Кого б ти покликав з собою?

2. Уяви, що уся твоя сім'я йде у гості, але один з вас захворів і повинен залишитися удома. Хто він?

3. Ти будуєш з конструктора будинок (вирізуєш паперову сукню для ляльки), і у тебе погано виходить. Кого ти покличеш на допомогу?

4. Ти маєш квитків (на один менше, ніж членів сім'ї) на цікавий фільм. Хто залишиться удома?

5. Уяви собі, що ти потрапив на незаселений острів. З ким би ти хотів там жити?

6. Ти отримав в подарунок цікаве лото. Уся сім'я сіла грати, але вас однією людиною більше, ніж потрібно. Хто не гратиме?

Для інтерпретації також потрібно знати: а) вік досліджуваної дитини; б) склад його сім'ї, вік братів і сестер. Бажано мати відомості про поведінку дитини в сім'ї, дитячому саду або школі.

### **Інтерпретація.**

Пропоновані нижче інтерпретації результатів, отриманих при використанні методики "Малюнок сім'ї" ґрунтуються на роботах А. І.

Захарова (1982), В. Хьюлса (Hulse W., 1951), Дж. Ди Лио (Di Leo J' 1973), Л. Кормана (Corman L., 1964), Р. Бернса, С. Кауфмана (Bums R., Kaufinan S., 1972), До. Маховера (Machover До., 1949), а також на досвіді практичної роботи з методикою Г. Т. Хоментausкаса (Chomentauskas G., 1983), Бодалева А.А., Столина В. В.

Інтерпретація ділиться на три частини:

аналіз структури малюнка;

аналіз особливостей графічних презентацій членів сім'ї;

аналіз процесу малювання.

#### 1. Аналіз структури малюнка.

Очікується, що дитина, що переживає емоційне благополуччя в сім'ї, малюватиме повну сім'ю. За нашими даними, близько 85 % дітей 6-8 років, нормального інтелекту, що проживають спільно зі своєю сім'єю, на малюнку зображують її повністю. Спотворення реального складу сім'ї заслуговує на найпильнішу увагу, оскільки за цим майже завжди стоїть емоційний конфлікт, невдоволення сімейною ситуацією. Крайні варіанти є малюнками, в яких, : а) взагалі не зображені люди; б) зображені тільки не пов'язані з сім'єю люди. Таке захисне уникнення завдання зустрічається у дітей досить рідко. За такими реакціями найчастіше криються:

а) травматичні переживання, пов'язані з сім'єю;

б) почуття знедоленості, покинутості (тому такі малюнки відносно часті у дітей, що нещодавно прийшли в інтернат з сімей);

в) аутизм;

г) почуття небезпеки, великий рівень тривожності;

д) поганий контакт психолога з досліджуваною дитиною.

У практичній роботі, як правило, доводиться стикатися з менш вираженими відступами від реального складу сім'ї. Діти зменшують склад сім'ї, "забуваючи" намалювати тих членів сім'ї, які їм менш емоційно привабливі, з якими склалися конфліктні стосунки. Не малюючи їх, дитина як би розряджає неприйнятну емоційну атмосферу в сім'ї, уникає негативних емоцій, пов'язаних з певними людьми. Найчастіше в малюнку відсутні брати або сестри, що пов'язано із спостережуваними в сім'ях ситуаціями конкуренції. Дитина у такий спосіб в символічній ситуації "монополізує" любов і увагу батьків. Відповіді на питання, чому не намальований той або інший член сім'ї, бувають, найчастіше, захисними: "Не намальовав тому, що не залишилося місця"; "Він пішов гуляти" і т. д. Але іноді на

вказане питання діти дають і більше емоційно насичені реакції: "Не хотів - він б'ється"; "Не хочу, щоб він з нами жив", і т. п.

В деяких випадках замість реальних членів сім'ї дитина малює маленьких звірят, птахів. Психологові завжди слід уточнити, з ким дитина їх ідентифікує (найчастіше так малюють братів або сестри, чий вплив в сім'ї дитина прагне зменшити). Наприклад, дівчинка 8 років намалювала себе, а поруч - маленького зайчика. Свій малюнок вона пояснила таким чином: "Зараз піде дощ, я втечу, а зайчик залишиться і промокне. Він не уміє ходити". На питання: "Кого тобі нагадує зайчик"? - дівчинка відповіла, що він схожий на сестричку, якої немає ще року і яка не уміє ходити. Таким чином, в малюнку ця дівчинка знецінює свою сестру, здійснює проти неї символічну агресію.

Трапляється, що дитина замість реальної сім'ї малює сім'ю зверят. Наприклад, хлопчик 7 років, що відчуває відкидання, фрустрацію потреби в близьких емоційних контактах, на малюнку зображував тільки папу і маму, а поруч детально намалював сімейство зайців, яке по складу ідентично його сім'ї. Таким чином, в малюнку дитина, розкриваючи почуття знедоленості (не намалював себе), тим самим виразив і сильне прагнення до теплих емоційних контактів, відчуття спільності (зображував близький контакт сімейства зайців).

Великий інтерес представляють ті малюнки, в яких дитина не малює себе або замість сім'ї малює тільки себе. У обох випадках той, що малює не включає себе до складу сім'ї, що свідчить про відсутність почуття спільності. Відсутність на малюнку його автора характерніше для дітей, що відчувають відкидання. Презентація в малюнку тільки самого себе може вказувати на різний психічний зміст залежно від контексту інших характеристик малюнка. Якщо вказаній презентації властива ще і позитивна концентрація на малюванні самого себе (велика кількість деталей тіла, кольорів, декорування одягу, велика величина фігури), то це разом з несформованим почуттям спільності вказує і на певну егоцентричність, истероидные риси вдачі. Якщо ж малюнок самого себе характеризує маленька величина, схемна, якщо в малюнку іншими деталями і колірною гаммою створений негативний емоційний фон, то можна припускати присутність почуття знедоленості, покинутості, іноді - аутистических тенденцій.

Інформативним є і збільшення складу сім'ї. Як правило, це пов'язано з незадоволеними психологічними потребами в сім'ї. Прикладами можуть служити малюнки єдиних в сім'ї дітей - вони відносно частіше включають в малюнок сім'ї сторонніх людей. Вираженням потреби в рівноправних, кооперативних зв'язках є малюнок дитини, в якому додатково до членів сім'ї намальована дитина того ж віку (двоюрідний брат, дочка сусіда і т. п.). Презентація більше маленьких дітей вказує на незадоволені аффіліативні потреби, бажання зайняти охороняючу, батьківську, керівну позицію по відношенню до інших дітей (таку ж інформацію можуть дати і намальовані додатково до членів сім'ї собачки, кішки і т. п.).

Намальовані додатково до батьків (чи замість них), не пов'язані з сім'єю дорослі вказують на сприйняття неінтегративності сім'ї, на пошук людини, здатної задовольнити потребу дитини в близьких емоційних контактах. В деяких випадках - на символічне руйнування цілісності сім'ї, помста батькам внаслідок відчуття знедоленості, непотрібності.

Розташування членів сім'ї на малюнку вказує на деякі психологічні особливості взаємин в сім'ї. Сам аналіз розташування за своїм змістом співзвучний з проксеміческою оцінкою групи людей, з тією різницею, що малюнок - це символічна ситуація, створення і структурація якої залежать тільки від однієї людини - автора малюнка. Ця обставина робить необхідним (як і при інших аспектах аналізу) розрізняти, що відбиває малюнок: суб'єктивно реальне (сприймане), бажане або те, чого дитина боїться, уникає.

Згуртованість сім'ї, малювання членів сім'ї із сполученими руками, об'єднаність їх в загальній діяльності є індикаторами психологічного благополуччя, сприйняття інтегративності сім'ї, включеності в сім'ю. Малюнки з протилежними характеристиками (роз'єднаністю членів сім'ї) можуть вказувати на низький рівень емоційних зв'язків. Обережності в інтерпретації вимагають ті випадки, коли близьке розташування фігур обумовлене задумом помістити членів сім'ї в обмежений простір (човен, маленький будиночок і т. п.). Тут близьке розташування може, навпаки, говорити про спробу дитини об'єднати, згуртувати сім'ю (для цієї мети дитина удається до зовнішніх обставин, оскільки відчуває марність такої спроби).

Психологічно цікавіше ті малюнки, на яких частина сім'ї розташована в одній групі, а один або декілька членів сім'ї - віддалено. Якщо віддалено дитина малює себе, це вказує на почуття неувімкненої, відчуженості. У разі відділення іншого члена сім'ї можна припускати негативне відношення дитини до нього, іноді - наявність загрози, витікаючої від нього. Часті випадки, коли така презентація пов'язана з реальним відчуженням члена сім'ї, з малою його значущістю для дитини.

Розташування членів сім'ї на малюнку іноді допомагає виділити психологічні мікроструктури сім'ї, коаліції. Так, наприклад, дівчинка 6 років намалювала себе поряд з матір'ю, а в окремій групі - батька з братом, ілюструючи таким чином існуючу в цій сім'ї конфронтацію на ґрунті ролевих неспівпадань "мужності" і "жіночності".

Як вказувалося вище, дитина може виражати емоційні зв'язки в малюнку за допомогою фізичних відстаней. Те ж значення має і відділення членів сім'ї об'єктами, ділення малюнка на осередки, по яких розподілені члени сім'ї. Такі презентації вказують на слабкість позитивних міжперсональних зв'язків.

2. Аналіз особливостей графічних презентацій окремих членів сім'ї.

Цей вид аналізу може дати інформацію великого діапазону : про емоційне відношення дитини до окремого члена сім'ї, про те, як дитина його сприймає, про "Я-образе" дитини, його статевої ідентифікації і т. д.

При оцінці емоційного відношення дитини до членів сім'ї слід звертати увагу на наступні елементи графічних презентацій :

1) кількість деталей тіла. Чи є присутній : голова, волосся, вуха, очі, зіниці, вії, брови, ніс, щоки, рот, шия, плечі, руки, долоні, пальці, ноги, ступні;

2) декорування (деталі одягу і прикраси) : шапка, комір, краватка, банти, кишені, ремінь, гудзики, елементи зачіски, складність одягу, прикраси, візерунки на одязі і т. п.;

3) кількість використаних кольорів.

Як правило, хороші емоційні стосунки з людиною супроводжуються позитивною концентрацією на його малюванні, що в результаті відбивається в більшій кількості деталей тіла, декоруванні, використанні різноманітних кольорів. І навпаки, негативне відношення до людини веде до більшої схемної, незакінченості його графічної презентації. Іноді пропуск в малюнку

істотних частин тіла (голови, рук, ніг) може вказувати, разом з негативним відношенням до нього, на агресивні спонукання відносно цієї людини.

Про сприйняття інших членів сім'ї і "Я-образе" автора малюнка можна судити на основі порівняння розмірів фігур, особливостей презентації окремих частин тіла і усієї фігури в цілому.

Діти, як правило, найбільшими за величиною малюють батька або матір, що відповідає реальності. Проте іноді співвідношення розмірів намальованих фігур явно не відповідає реальному співвідношенню величин членів сім'ї - семирічна дитина може бути намальована вище і ширше за своїх батьків. Це пояснюється тим, що для дитини (як, до речі, і для древнього єгиптянина) розмір фігури є засобом, за допомогою якого він виражає силу, перевагу, значущість, домінування. Так, наприклад, в малюнку дівчинки 6 років мама намальована на третину більше батька і удвічі більше інші члени сім'ї. Для цієї сім'ї була характерна велика домінантність, пунитивність матері, яка була істинно авторитарним керівником сім'ї. Деякі діти найбільшими або рівними за величиною з батьками малюють себе. У нашій практиці це було пов'язано з: а) егоцентричністю дитини; б) змаганням за батьківську любов з іншим батьком, при якому дитина прирівнює себе батьку протилежної статі, виключаючи або зменшуючи при цьому "конкурента".

Значно меншими, ніж інших членів сім'ї, себе малюють, діти: а) що відчувають свою незначність, непотрібність і т. п. : б) вимагаюча опіка, турботи з боку батьків. Ілюстрацією цього положення може служити малюнок хлопчика 6,5 років. На малюнку він зображував себе ненатурально маленьким. Аналогічна трансформація характерна і для його поведінки. Активний в групі дитячого саду, хлопчик займав удома позицію "малюка", використовуючи свою плаксивість, безпорадність як засіб привертання уваги батьків. Взагалі, при інтерпретації розмірів фігур психолог повинен звертати увагу тільки на значні спотворення, а при оцінці величин з реального співвідношення (наприклад, семирічна дитина в середньому на 1/3 нижче за свого батька).

Інформативним може бути і абсолютний розмір фігур. Великі, займаючі увесь лист фігури малюють імпульсивні, упевнені в собі, схильні до домінування діти. Дуже маленькі фігури пов'язані з тривожністю, почуттям небезпеки.

Слід звертати увагу і на малювання окремих частин тіла членів сім'ї. Річ у тому, що окремі частини тіла пов'язані з певними сферами активності, є засобами, спілкування, контролю, пересування і т. д. Особливості їх презентації можуть вказувати на визначений, пов'язаний з ними чуттєвий зміст. Коротко проаналізуємо самі інформативні в цьому плані частини тіла.

Руки є основними засобами дії на світ, фізичного контролю поведінки інших людей. Якщо дитина малює себе з піднятими вгору руками, з довгими пальцями, то це часто пов'язано з його агресивними бажаннями. Іноді такі малюнки малюють і зовні спокійні, поступливі діти. Можна припускати, що дитина відчуває ворожість по відношенню до оточення, але його агресивні спонукання пригнічені. Таке малювання себе також може вказувати на прагнення дитини компенсувати свою слабкість, на бажання бути сильним, володарювати над іншими. Ця інтерпретація достовірніша тоді, коли дитина на додаток до "агресивних" рук ще малює і широкі плечі або інші символи мужності і сили. Іноді дитина малює усіх членів сім'ї з руками, але "забуває" намалювати їх собі. Якщо при цьому дитина малює себе ще і непропорційно маленьким, то це може бути пов'язано з почуттям безсилля, власній незначності в сім'ї, з відчуттям, що оточення пригнічує його активність, надмірно його контролюють. Цікаві малюнки, в яких один з членів сім'ї намальований з довгими руками і дуже великими пальцями. Найчастіше це вказує на сприйняття дитиною пунитивності, агресивності цього члена сім'ї. Те ж значення може мати і презентація члена сім'ї взагалі без рук - таким чином дитина символічними засобами обмежує його активність.

Голова - центр локалізації інтелектуальної і перцептивної діяльності; обличчя - найважливіша частина тіла в процесі спілкування. Вже діти 3 років обов'язково малюють голову, деякі частини тіла. Якщо діти старше за п'ять років (нормального інтелекту) в малюнку пропускають частини лица (очі, рот), це може вказувати на серйозні порушення у сфері спілкування, відгороджена, аутизм. Якщо при малюванні інших членів сім'ї автор малюнка пропускає голову, риси обличчя або штрихує усю особу, то це часто пов'язано з конфліктними стосунками з цим членом сім'ї, ворожим відношенням до нього.

Вираження обличчя намальованих людей також може бути індикатором почуттів дитини до них. Проте потрібно мати на увазі,



що діти схильні малювати усміхнених людей, це своєрідний штамп в їх малюнках, але це зовсім не означає, що діти так сприймають оточення. Для інтерпретації малюнка сім'ї вираження осіб значущі тільки в тих випадках, коли вони відрізняються один від одного. У цьому випадку можна вважати, що дитина свідомо або несвідомо використовує вираз обличчя як засіб характеризує людини. Наприклад, хлопчик 9 років, останній син в сім'ї, фізичний дефект, що має на відміну від своїх братів, і не такий, як вони, успішний в навчанні, в малюнку виразив своє почуття неповноцінності, зображуючи себе значно меншим, ніж брати; з опущеними вниз краями губ. Ця графічна презентація явно відрізнялася від інших членів сім'ї - великих і усміхнених.

Дівчатка приділяють увагу малюванню особи більше, ніж хлопчики, зображують більше деталей. Вони помічають, що їх матері багато часу приділяють догляду за особою, косметиці і самі поступово засвоюють цінності дорослих жінок. Тому концентрація на малюванні особи може вказувати на хорошу статеву ідентифікацію дівчинки. В малюнках хлопчиків цей момент може бути пов'язаний із заклопотаністю своєю фізичною красою, прагненням компенсувати свої фізичні недоліки, формуванням стереотипів жіночої поведінки.

Презентація зубів і виділення рота найчастіше зустрічаються у дітей, схильних до оральної агресії. Якщо дитина так малює не себе, а іншого члена сім'ї, то це пов'язано з почуттям страху, сприйманій дитиною ворожості цієї людини.

Існує закономірність, що з віком дітей малюнок людини збагачується усе новими деталями. Діти 3 років в більшості малюють "головонога", а в 7 років - презентують вже багату схему тіла. Для кожного віку характерне малювання певних деталей, і їх пропуск в малюнку, як правило, пов'язаний із запереченням якихось функцій, з конфліктом. Якщо, скажімо, дитина 7 років не малює яку-небудь з цих деталей: голову, очі, ніс, рот, руки, тулуб, ноги - на це потрібно звернути найсерйознішу увагу. Прикладом можуть бути малюнки хлопчика 7 років. Він ніколи не малював нижню частину тіла. У бесіді з батьками з'ясувалося, що у них велику тривогу викликав інтерес хлопчика до своїх статевих органів. Кілька разів він був навіть покараний за цю "пізнавальну" діяльність, яку батьки сприйняли як мастурбацію. Така поведінка батьків індукувала у дитини відчуття провини, заперечення функцій нижньої частини тіла, що вплинуло на його "Я-образ".

У дітей старше 6 років в малюнках виділяються дві різні схеми малювання індивідів різної статевої приналежності. Наприклад, тулуб чоловіка вони малюють овальної форми, жінки - трикутної. Якщо дитина малює себе так само, як і інших членів сім'ї тієї ж підлоги, то можна говорити про адекватну статеву ідентифікацію. Аналогічні деталі і кольори в презентації двох фігур, наприклад сина і батька, можна інтерпретувати як прагнення сина бути схожим на батька, ідентифікацію з ним, хороші емоційні контакти.

### 3. Аналіз процесу малювання.

При аналізі процесу малювання слід звертати увагу:

- а) послідовність малювання членів сім'ї;
- б) послідовність малювання деталей;
- в) стирання;
- г) повернення до вже намальованих об'єктів, деталей, фігур;
- д) паузи;
- е) спонтанні коментарі.

Відомо, що за динамічними характеристиками малювання криються зміни думки, актуалізація почуттів, напруга, конфлікти. Аналіз процесу малювання вимагає творчого використання усього практичного досвіду психолога, його інтуїції. Незважаючи на великий рівень невизначеності, якраз ця частина інтерпретації отриманих результатів часто дає найбільш змістовну, глибоку, значущу інформацію.

За нашими даними, близько 38 % дітей першої малюють матір, 35 % -себя, 17 % - батька, 8 % - братів і сестер. Як при розповіді дитина починає з головної, так і в малюнку першим зображує найбільш значущого, головного або найемоційніше близької людини. Такий частотний розподіл, напевно, обумовлений тим, що в нашій країні мати часто є ядром сім'ї, виконує найбільш важливі функції в сім'ї, більше часу буває з дітьми, більше, ніж інші, приділяє їм уваги. Те, що діти першими часто малюють себе, напевно, пов'язане з їх егоцентризмом як віковою характеристикою. Послідовність малювання більше інформативна в тих випадках, коли дитина в першу чергу малює не себе і не матір, а іншого члена сім'ї. Найчастіше це найбільш значуща особа для дитини або людина, до якої він прив'язаний.

Примітні випадки, коли дитина останньою малює матір. Найчастіше це пов'язано з негативним відношенням до неї.

Послідовність малювання членів сім'ї може бути достовірніше інтерпретована в контексті аналізу особливостей графічної презентації фігур. Якщо намальована першою фігура є найбільшою, але намальована схемний, не декорована, то така презентація вказує на сприйману дитиною значущість цієї особи, силу, домінування в сім'ї, але не вказує на позитивні почуття дитини в його відношенні до цієї фігури. Проте якщо фігура, що з'явилася першою, намальована ретельно, декорована, то можна думати, що це найбільш улюблений дитиною член сім'ї, якого дитина виділяє і на якого хоче бути схожий.

Як правило, діти, отримавши завдання намалювати сім'ю, починають малювати членів сім'ї. Проте деякі діти спершу малюють різні об'єкти, лінію основи, сонце, меблі і т. д. і лише в останню чергу приступають до зображення людей. Є основа вважати, що така послідовність виконання об'єктів малюнка є своєрідною захисною реакцією, за допомогою якої дитина відсовує неприємне йому завдання в часі. Найчастіше це спостерігається у дітей з неблагополучною сімейною ситуацією, але це також може бути наслідком поганого контакту дитини з психологом.

## ПРОЕКТИВНА МЕТОДИКА «НЕІСНУЮЧА ТВАРИНА»

По своєму характеру тест "Неіснуюча тварина" належить до проектних. Для статистичної перевірки або стандартизації результат аналізу може бути представлений в описових формах. По складу цей тест - орієнтовний і як єдиний метод дослідження зазвичай не використовується і вимагає об'єднання з іншими методами як батарейний інструмент дослідження.

Інструкція:

Придумайте і намалюйте неіснуючу тварину і назвіть її неіснуючою назвою.

Показники й інтерпретація.

Положення малюнка на листі. У нормі малюнок розташований по середній лінії вертикально поставленого листа. Аркуш паперу краще всього узяти білий або злегка кремовий, неглянсовий. Користуватися олівцем середньої м'якості; ручкою і фломастером малювати не можна.

Положення малюнка ближче до верхнього краю листа (чим ближче, тим більше виражено) трактується як висока самооцінка, як невдоволення своїм положенням в соціумі, недостатністю визнання з боку оточення, як претензія на просування і визнання, тенденція до самоствердження.

Положення малюнка в нижній частині - зворотна тенденція: невпевненість в собі, низька самооцінка, пригніченість, нерішучість, незацікавленість у своєму положенні в соціумі, у визнанні, відсутність тенденції до самоствердження.

Центральна смислова частина фігури (голова або деталь, що заміщає її). Голова повернена управо - стійка тенденція до діяльності, дієвості: майже усе, що обмірковується, планується - здійснюється або, принаймні, починає здійснюватися (якщо навіть і не доводиться до кінця). Випробовуваний активно переходить до реалізації своїх планів, схильностей.

Голова повернена вліво - тенденція до рефлексії, до роздумів. Це не людина дії: лише незначна частина задумів реалізується або хоч би починає реалізуватися. Нерідко також боязнь перед активною дією

і нерішучість. (Варіант: відсутність тенденції до дії або боязнь активності - слід вирішити додатково.)

Положення "анфас", тобто голова спрямована на того, що малює (на себе), трактується як егоцентризм.

На голові розташовані деталі, відповідні органам чуття, - вуха, рот, очі. Значення деталі "вуха" - пряме: зацікавленість в інформації, значущість думки оточення про себе. Додатково за іншими показниками і їх поєднанням визначається, чи робить випробовуваний що-небудь для завоювання позитивної оцінки або тільки продукує на оцінки тих, що оточують відповідні емоційні реакції (радість, гордість, образа, засмучення), не змінюючи своєї поведінки. Прочинений рот у поєднанні з мовою за відсутності промальовування губ трактується як велика мовна активність (балакучість), у поєднанні з промальовуванням губ - як чуттєвість; іноді і те і інше разом. Відкритий рот без промальовування мови і губ, особливо - закреслений, трактується як легкість виникнення побоювань і страхів, недовіри. Рот із зубами - вербальна агресія, в більшості випадків - захисна (огризався, задирається, грубить у відповідь на звернення до нього негативної властивості, засудження, осуд). Для дітей і підлітків характерний малюнок закресленого рота округлої форми (боязлива, тривожність).

Особливе значення надають очам. Це символ властивого людині переживання страху : підкреслюється різким промальовуванням райдужки. Звернути увагу на наявність або відсутність вій. Вії - истеро-идно-демонстративные манери поведінки; для чоловіків: жіночні риси вдачі з промальовуванням зіниці і райдужки співпадають рідко. Вії - також зацікавленість в захопленні оточення зовнішньою красою і манерою одягатися, надання цьому великого значення.

Збільшений (відповідно до фігури в цілому) розмір голови говорить про те, що випробовуваною цінує раціональний початок (можливо, і ерудицію) в собі і оточенні.

На голові також бувають розташовані додаткові деталі: наприклад, роги - захист, агресія. Визначити по поєднанню з іншими ознаками - кігтями, щетиною, голками - характер цієї агресії : спонтанна або захисна відповідь. Пір'я - тенденція до самоукрашення і самовиправдання, до демонстративності. Грива, шерсть, подібність зачіски - чуттєвість, підкреслення своєї підлоги і, іноді, орієнтування на свою сексуальну роль.

Частина фігури (ноги, лапи, іноді - постамент), що несе, опорна. Розглядається ґрунтовність цієї частини по відношенню до розмірів усієї фігури і за формою:

а) ґрунтовність, обдуманість, раціональність ухвалення рішення, шляхи до виводів, формирования-суждения, опора на істотні положення і значущу інформацію;

б) поверхневість суджень, легковажність у виводах і безпідставність суджень, іноді імпульсивність ухвалення рішення (особливо за відсутності або майже відсутності ніг).

Звернути увагу на характер з'єднання ніг з корпусом: з'єднання точне, ретельно або недбало, слабо сполучені або не сполучені зовсім - це характер контролю за своїми міркуваннями, виводами, рішеннями. Однотипність і однонаправленість форми ніг, лап, будь-яких елементів опорної частини - конформність суджень і установок в ухваленні рішень, їх стандартність, банальність. Різноманітність у формі і положенні цих деталей - своєрідність установок і суджень, самостійність і небанальність; іноді навіть творче начало (відповідно до незвичності форми) або інакомислення (ближче до патології).

Частини, що піднімаються над рівнем фігури. Можуть бути функціональними або прикрашаючими: крила, додаткові ноги, щупальця, деталі панцира, пір'я, бантики на зразок завитих-кучерів, квітково-функціональні деталі - енергія охоплення різних областей людської діяльності, упевненість в собі, "самораспространение" з неделікатним і нерозбірливим утиском оточення, або допитливість, бажання брати участь як можна в більшому числі справ оточення, завоювання собі місця під сонцем, захопленість своєю діяльністю, сміливість підприємств (відповідно до значення деталі-символу - крила або щупальця і так далі). Прикрашаючі деталі - демонстративність, схильність звертати на себе увагу оточення, манірність (наприклад, кінь або її неіснуюча подібність в султанові з павиного пір'я).

Хвости. Виражають відношення до власних дій, рішень, виводів, до своєї вербальної продукції - судячи по тому, чи повернені ці хвости управо (на листі) або вліво. Хвости повернені управо - відношення до своїх дій і поведінки. Вліво - відношення до своїх думок, рішень; до упущених можливостей, до власної нерішучості. Позитивне або негативне забарвлення цього відношення виражене напрямом хвостів вгору (упевнено, позитивно, бадьоро) або рухом, що падає, вниз (невдоволення собою, сумнів у власній правоті, жаль

про зроблене, сказаному, розкаяння і тому подібне). Звернути увагу на хвости, що складаються з декількох, іноді повторюються, ланок, на особливо пишні хвости, особливо довгі і іноді розгалужені.

Контури фігури. Аналізуються по наявності або відсутності виступів (типу щитів, панцирів, голок), промальовування і затемнення лінії контура. Це захист від оточення, агресивний, - якщо вона виконана в гострих кутах; із страхом і тривогою - якщо має місце затемнення, "забруднення" контурної лінії; з побоюванням, підозрілістю - якщо поставлені щити, "заслони", лінія подвоєна. Спрямованість такого захисту - відповідно до просторового розташування: верхній контур фігури - проти вищестоящих, проти осіб, що мають можливість накласти заборону, обмеження, здійснити примус, тобто проти старших за віком, батьків, учителів, начальників, керівників; нижній контур - захист проти кепкувань, невизнання, відсутності авторитету у нижчестоячих підлеглих, молодших, боязнь засудження; бічні контури - недиференційована боязкість і готовність до самозахисту будь-якого порядку і в різних ситуаціях; те ж саме - елементи "захисту", розташовані не по контуру, а усередині контура, на самому корпусі тварини. Справа - більше в процесі діяльності (реальною), ліворуч - більше захист своїх думок, переконань, смаків.

Загальна енергія. Оцінюється кількість зображених деталей - чи тільки необхідна кількість, щоб дати уявлення про придуману неіснуючу тварину (тіло, голова, кінцівки або тіло, хвіст, крила і тому подібне) : із заповненим контуром, без штрихування і додаткових ліній і частин, просто примітивний контур, - або має місце щедре зображення не лише необхідних, але ускладнюючих конструкцію додаткових деталей. Відповідно, ніж більше складових частин і елементів (окрім найнеобхідніших), тим вище енергія. У зворотному випадку - економія енергії, астеничність організму, хронічне соматичне захворювання. (Те ж саме підтверджується характером лінії - слабка павутиноподібна лінія, "возить олівцем по паперу", не натискаючи на нього.) Зворотний же характер ліній - жирная з натиском - не є полярним: це не енергія, а тривожність. Слід звернути увагу на різко продавлені лінії, видимі навіть на зворотному боці листа (судорожний, високий тонус м'язів малюючої руки) - різка тривожність. Звернути увагу також на те, яка деталь, який символ, виконаний таким чином (тобто до чого прив'язана тривога).

Оцінка характеру лінії (дубляж лінії, недбалість, неакуратність з'єднань, "острівці" з ліній, що знаходять один на одного, зачернює

частин малюнка, "забруднення", відхилення від вертикальної осі, стереотипності ліній і так далі). Оцінка здійснюється так само, як і при аналізі піктограми. Те ж - фрагментарність ліній і форм, незавершеність, обірвана малюнка.

Тематично тварини діляться на уgroжаємих, загрозових, нейтральних (подібності лева, бегемота, вовка або птаха, равлика, мурашки, або білки, собаки, кішки). Це відношення до власної персони і до свого "Я", уявлення про своє положення у світі, як би ідентифікація себе за значимістю (із зайцем, комашкою, слоном, собакою і так далі). В даному випадку мальована тварина - представник того, що самого малює.

Уподібнення мальованої тварини людині, починаючи з постановки тварини в положення прямохождення на дві лапи, замість чотирьох або більше, і закінчуючи одяганням тварини в людський одяг (штани, спідниці, банти, пояси, сукня), включаючи схожість пики на обличчя, ніг і лап на руки, - свідчить про інфантильність, емоційну незрілість, відповідно до міри вираженості "олюднення" тварини. Механізм схожий (і паралельний) алегоричному значенню тварин і їх характерів в казках, притчах і тому подібне

Міра агресивності виражена кількістю, розташуванням і характером кутів в малюнку, незалежно від їх зв'язку з тією або іншою деталлю зображення. Особливо вагомі в цьому відношенні прямі символи агресії - кігті, зуби, дзьоби. Слід звернути увагу також на акцентування сексуальних ознак - вимені, сосків, грудям при людиноподібній фігурі та ін. Це відношення до підлоги, аж до фіксації на проблемі сексу.

Фігура круга (особливо - нічим не заповненого) символізує і виражає тенденцію до скритності, замкнутість, закритість свого внутрішнього світу, небажання давати відомості про себе оточенням, нарешті, небажання піддаватися тестуванню. Такі малюнки зазвичай дають дуже обмежену кількість даних для аналізу.

Звернути увагу на випадки того, що вмонтувало механічних частин в тіло "тварини" - постановка тварини на постамент, тракторних або танкових гусениць, треножник; прикріплення до голови пропелера, гвинта; вмонтувало в око електролампи, в тіло і кінцівки тварини - руків'я, клавіш і антен. Це спостерігається частіше у хворих шизофренією і глибоких шизоїдів.



Творчі можливості виражені зазвичай кількістю елементів, що поєднуються у фігурі, : банальність, відсутність творчого начала приймають форму "готової", існуючої тварини (люди, коні, собаки, свині, риби), до якої лише приробляється "готова" існуюча деталь, щоб намальована тварина стала неіснуючою - кішка з крилами, риба з пір'ям, собака з лапами і тому подібне. Оригінальність виражається у формі побудови фігури з елементів, а не цілих заготовель.

Назва може виражати раціональне з'єднання смислових частин (літаючий заєць, "бегекот", "мухожер" і тому подібне). Інший варіант - словотворення з книжно-науковим, іноді латинським суфіксом або закінченням ("ратолетиус" і тому подібне). Перше - раціональність, конкретна установка при орієнтуванні і адаптації; друге - демонстративність, спрямована головним чином на демонстрацію власного розуму, ерудиції, знань. Зустрічаються назви поверхнево-звуківі без жодного осмислення "лялие", "лиошана", "гратегер" і тому подібне), що знаменують легковажне відношення до оточення, невміння враховувати сигнал небезпеки, наявність афектних критеріїв в основі мислення, перевага естетичних елементів в судженнях над раціональними.

Спостерігаються іронічно-гумористичні назви ("риночурка", "пузыренд" і тому подібне) - при відповідно іронічно-поблажливому відношенні до оточення. Інфантильні назви мають елементи ("тру-тру", "лю-лю", "кускус" і тому подібне), що зазвичай повторюються. Схильність до фантазування (гущавині захисного порядку) виражена зазвичай подовженими назвами ("аберосинотиклирон", "гулобарниклетамиешиния" і тому подібне).

## ПРОЕКТНА МЕТОДИКА «МАЛЮНОК ДЕРЕВА»

Дитині пропонується намалювати листяне дерево. Використання кольору не передбачене. Повноцінне зображення дерева має на увазі наявність трьох елементів : коренів, Стовбура, крони. На Стовбурі повинні розташовуватися гілки, на кроні - квіти і плоди.

### **Інтерпретація.**

#### ***Корені.***

Корені - частина дерева, безпосередньо пов'язана із землею, живленням, зростанням, відновленням, витокami, природою, але в той же час корені - це прихований елемент дерева і його опора, засіб заземлення, основа.

Якщо біля основи дерева відсутні і корені, і лінія землі - схильність стресам. Корені зображені окремими лініями, як трава - поверхневність мислення, лінощі, небажання поглиблюватися в деталі. Така дитина вважає за краще займатися активною фізичною діяльністю. Дитина, що дивиться на світ реалістично, усе що зважає в думці, роздумує - зображуватиме тільки видиму частину коренів, яка видно на поверхні землі.

Величезні, перебільшені корені, що часом перевершують розмірами само дерево, - неурівноваженість, внутрішній дисбаланс, прихований конфлікт. Корені зображені чітко, добре промальовували, мають адекватні розміри або на них зроблений акцент (жирні лінії, посилений натиск і так далі) - дитина надає велике значення зовнішній опорі, підтримці з боку оточення. Можливо, він чинить опір дорослішанню, відмовляється брати на себе відповідальність, приймати рішення, бути самостійним. Дитина залежна, флегматична, невпевнена в собі, хоче подовше залишатися маленьким. (Завдання батьків не потурати, а м'яко, без агресії і сильного тиску, виховувати самостійність, заохочувати будь-який прояв ініціативи)

#### ***Стовбур.***

Найпоширеніша форма - пряма, типово для дітей, що не досягли 12 років. Якщо дитина старша - незрілість і інфантилізм; він не просунувся в розвитку, відстає в школі. Він "зав'язнув" в дитячих стосунках і звичках, застряг на якомусь етапі зростання і користується тими навичками, які придбав раніше, не просуваючись вперед. Основа стовбура має розширення - зріліша форма. Якщо

розширення перенесене вліво - недолік ініціативи і самостійності, м'якість, поступливість, боязкість. Основа стовбура, розширена управо, - обачність, звичка усе зважувати, знаходити компромісні рішення, наполегливість, бажання домагатися свого. Припухла, закруглена основа - пасивність, повільність рухів і розуму, помірність, ґрунтовність, розміреність. Дитина не дуже діяльна, спокійна, не визнає поспішні і різкі дії.

Біля основи стовбура умовно зображена коренева система - реальний погляд на речі, прагнення до визначеності і конкретності, розвинене почуття відповідальності. Також - деяка невпевненість, сумніви, недостатня внутрішня опора.

Стовбур дерева зображений штриховими, переривчастими лініями - непосидючість, рухливість, нетерплячість. Така дитина чутлива, ранимо, схильний до різкої зміни небудов, може бути нервовим, вередливим.

Стовбур зображений двома асиметричними лініями - нестійкий характер, дещо замкнуть, його контакт з оточенням трохи ускладнений, прагне до самоти. Може бути упертим, ігнорувати оцінки і думки оточення, протистояти авторитету дорослих.

Кривизна стовбура передана хвилястими лініями - символ хорошої пристосовності, енергійності, позитивного відношення до життя.

Стовбур нестандартної форми - ознака почуття незадоволення. Дитина зазнає якісь труднощі, можливо перехідного віку, або переживає дискомфорт.

Стовбур покритий штрихуванням - невпевненість, соромливість, скритність. Дитина важко приймає рішення, переживає по дрібницях. Він дуже обережний, часто випробовує занепокоєння. Можливо, має тривожний, легкозбуджуваний характер.

Якщо дитина наносить на стовбур деякий малюнок, намагаючись зображувати кору - раціональність, спостережливість, критичність розуму.

Стовбур покритий дрібною або великою цяткою, зафарбованими плямами, за допомогою яких дитина хотіла передати нерівність поверхні стовбура, - тверезо дивиться на речі і завжди намагається бути адекватним, але іноді (і в даний момент) він незадоволений собою, його турбує внутрішня проблема.

На стовбурі є штрихування, але вона нанесена виключно на праву сторону - контактність, здатність добре ладнати з оточенням,

розвинене почуття соціального, легкість у встановленні і підтримці стосунків з людьми. Екстраверт.

Стовбур заштрихований тільки з лівого боку - тонка, чутлива натура. Дитина емоційна, вразлива, сприйнятлива. Він схильний до творчої діяльності.

Дупло - сексуальний символ.

### **Гілки.**

Двовимірні гілки (зображення двома паралельними лініями) - практичність, ясне мислення, реалістичний погляд на речі і явища. Енергійність, здатність знаходити рішення виникаючих проблем, самостійність.

Гілки, виходячи із стовбура, розширюються, так що на кінці вони виявляються ширше, ніж спочатку. Дитина - підбурництво спокою. Він орієнтований на зовнішній світ, любить пригоди і забави, не упустить випадок виявити себе, схильний до ризику, має дух авантюризму і здорову агресію.

Одновимірні гілки у вигляді павутини або бризки фонтану, що нагадують. У малюнках маленьких дітей - нормальне явище, у дітей старше - ознака крайньої невпевненості. Дитину щось турбує. Через наявність проблеми він відчуває нервозність, запальність, дратівливість.

Гілки відокремлені від стовбура - слабкий зв'язок з реальністю, поверхневність мислення, непостійність характеру.

Викривлені гілки - м'який, нестійкий характер, невпевненість, схильність піддаватися чужому впливу, підкорятися. Йому більше подобається байдикувати і розважатися, чим зосереджено працювати над чим-небудь.

Тонкі, слабкі гілки, схилені вниз, - лагідний, покірний характер. Це меланхолійна, замкнута дитина, схильна до роздумів і самоти. Він зовні покірливий, але усередині може переживати сильні емоції.

Гілки, безкомпромісно спрямовані вгору, - прямолінійна, запальна дитина, не здатна стримати свої емоції, контролювати імпульси, схильна до ризику. Вважає за краще швидше діяти, ніж думати.

Серед гілок окремі, зростаючі в протилежному напрямі - тривожна ознака. Це вираження внутрішнього конфлікту (якщо дитина старша за дошкільний вік).

Спиляні гілки - крайній негативізм, пригноблений стан, відсутність віри в майбутнє, відчуття непотрібності і даремності (діти старше 9 років).

### **Крона.**

Крона овальної форми - скритність, деяка відгороджена від зовнішнього світу. Дитина, схильний не вирішувати проблеми, а йти від них, замикається в собі. Любить фантазувати, в реальному житті він не звик до рішучих дій, для цього він занадто повільний.

Крона складається з декількох частин, нагадуючи зграю хмарок, - обережність, вдумливість, здатність аналізувати і знаходити рішення виникаючих проблем, схильність до самоконтролю, акуратність в усьому - і в манері поведінки, і у відношенні до оточення.

Форма крони нагадує форму квітки - незрілість і поверхневність мислення або досить хороша адаптація, легкість сприйняття, здоровий оптимізм, життєрадісність. Перевага інтерпретації віддається з урахуванням значення інших елементів малюнка.

Овальна, спіралевидна форма крони - зосередженість на власному "Я", урівноваженість, самодостатність. Дитину важко вивести з себе, він має спокійний, мирний характер, прагне не контактувати без необхідності з оточенням, уникає метушні, замкнута. Зображення концентричних кругів усередині крони - перенесена у минулому психічна травма.

Крона типу "шкура баранчика" - енергійність, працьовитість, ентузіазм. Дитина із задоволенням береться за справу, і доводить його до кінця, ніколи не скаржиться, відноситься до життя легко, сприймає її життєрадісно, але поверхнево, глибина явищ залишається для нього прихованою, недоступною. Він не здатний "читати між рядків", часто розсіяний. Натура, що захоплюється, має хороше фізичне здоров'я.

Крона позначена безладними карлочками - безладність, імпульсивність. Така дитина схильна до різких змін настрою, легко збуджується, випліскує свої емоції, не любить щось приховувати і тримати в собі. Легко забуває образи, незлопам'ятний. Діє спонтанно, керується інтуїцією, має здібності до творчої діяльності, артистичний.

Крона будь-якої форми заштрихована або позначена виключно нанесенням штрихування - нервовість, запальність, дещо ослаблений самоконтроль, підозрілість, замішання, зазнає труднощі в ухваленні

рішень, схильний швидше довіряти авторитетній думці, чим самому шукати відповіді на питання.

Крона у формі обвислої хмари - слабкість "Я", залежність, слабовілля, безініціативність. Дитина пасивна, не звик самотійно приймати рішення, схильний до чужого впливу.

Будь-які нетипові форми крони - або сила уяви, творчі здібності дитини, або низька соціальна пристосованість, сплутана мислення.

Крона будь-якої форми, зрушена управо, - спрямованість дитини в майбутнє, активність, прагнення діяти, домагатися свого.

Крона зрушена вліво - дитину більше притягає свій внутрішній світ, йому більше до душі занурення в мрію, чим рішучі дії.

Надмірно підкреслена крона, яскраво виражене акцентування на ній - емоційна загальмованість, слабо розвинені здібності до міркування.

Дуже слабке, немічне деревце (навіть з опорою) - потреба в підтримці, відсутність любові і турботи, бажання мати сильного покровителя і відчувати більше теплоти в сімейних стосунках і в стосунках з іншими людьми.

Дитина не обмежується зображенням дерева, і створює навкруги цілий світ, малює навколишній пейзаж - наявність почуття невпевненості, незахищеності, уразливості, яке дитина маскує. Дитина прагне не розкривати себе, побоюється негативного до себе відношення з боку оточення. Щось схоже відбиває дерево, намальоване на пагорбі. До вже описаному можна додати наявність почуття самотності, непотрібності і занедбаності.

Додаткові елементи (птахи, гнізда, шпаківні) - деяка інфантильність або оптимізм, веселий, безжурний характер.

Листя, квіти, плоди на дереві - хороше почуття реальності, адекватність, добрий смак, марнославство, прагнення отримати визнання і схвалення оточення.

## **ПРОЕКТИВНА МЕТОДИКА «БУДИНОК-ДЕРЕВО-ЛЮДИНА»**

Ця - одна з найвідоміших - проектна методика дослідження особи була запропонована Дж. Буком в 1948 р. Тест призначений як для дорослих, так і для дітей, можливе групове обстеження.

Суть методики полягає в наступному. Обстежуваному пропонується намалювати будинок, дерево і людину. Потім проводиться опитування по розробленому плану.

Р. Берне при використанні тесту ДДЧ просить зображувати дерево, будинок і людину в одному малюнку, в одній сцені, що відбувається. Вважається, що взаємодія між будинком, деревом і людиною є зоровою метафорою. Якщо привести увесь малюнок в дію, то цілком можливо помітити те, що дійсно відбувається в нашому житті.

Особливим способом інтерпретації може бути порядок, в якому виконується малюнок будинку, дерева і людини. Якщо першим намальовано дерево, значить, основне для людини - життєва енергія. Якщо першим малюється будинок, то на першому місці - безпека, успіх або, навпаки, зневага цими поняттями.

### **Інтерпретація ознак в тесті «Будинок. Дерево. Людина»**

#### **""Будинок"**

Будинок старий, розвалений, - іноді суб'єкт таким чином може виразити відношення до самого собі.

Будинок вдалині - почуття отвергнутості (знедоленості).

Будинок зблизька - відкритість, доступність і (чи) почуття теплоти і гостинності.

План будинку (проекція згори) замість самого будинку - серйозний конфлікт.

Різні будівлі - агресія спрямована проти фактичного хазяїна будинку або бунт проти того, що суб'єкт вважає штучними і культурними стандартами.

Віконниці закриті - суб'єкт в змозі пристосуватися в інтерперсональних стосунках.

Сходинок, що ведуть в глуху стіну (без дверей), - віддзеркалення конфліктної ситуації, що завдає шкоди правильній

оцінці реальності. Неприступність суб'єкта (хоча він сам може бажати вільного сердечного спілкування).

#### Стіни

Задня стіна, розташована незвично, - свідомі спроби самоконтролю, пристосування до конвенцій, але, в той же час, є сильні ворожі тенденції.

Контур задньої стіни значно яскравіше (товще) в порівнянні з іншими деталями - суб'єкт прагне зберегти (не втратити) контакту з реальністю.

Стена, відсутність її основи - слабкий контакт з реальністю (якщо малюнок поміщений внизу).

Стена з акцентованим контуром основи - суб'єкт намагається витіснити конфліктні тенденції, зазнає труднощі, тривогу.

Стіна з акцентованим горизонтальним виміром - погане орієнтування в часі (домінування минулого або майбутнього). Можливо, суб'єкт чутливий до тиску середовища.

Стена: бічний контур занадто тонкий і неадекватний - передчуття (загроза) катастрофи.

Стена: контури лінії занадто акцентовані - свідоме прагнення зберегти контроль.

Стена: од номерная'перспектива - зображена всього одна сторона. Якщо це бічна стіна, є серйозні тенденції до відчуження і опозиції.

Прозорі стіни - неусвідомлюваний потяг, потреба впливати (володіти, організовувати) на ситуацію, наскільки це можливо.

Стена з акцентованим вертикальним виміром - суб'єкт шукає насолоди передусім у фантазіях і має меншу кількість контактів з реальністю, ніж бажано.

#### Двері

Їх відсутність - суб'єкт зазнає труднощі при прагненні розкритися перед іншими (особливо в домашньому колі).

Двері (одна або декілька), задні або бічні, - відступ, відчуженість, уникнення.

Двері відкриті - перша ознака відвертості, досяжності.

Двері відкриті. Якщо будинок жилою - це сильна потреба до тепла ззовні або прагнення демонструвати доступність (відвертість).

Двері бічні (одна або декілька) - відчуження, самота, неприйняття реальності. Значна неприступність.



Двері дуже великі - надмірна залежність від інших або прагнення здивувати своєю соціальною комунікабельністю.

Двері дуже маленькі - небажання впускати у своє "Я". Почуття невідповідності, неадекватності і нерішучості в соціальних ситуаціях.

Двері з величезним замком - ворожість, недовірливість, скритність, захисні тенденції.

Дим

Дим дуже густий - значна внутрішня напруга (інтенсивність по густині диму).

Дим тоненькою цівкою - почуття недоліку емоційної теплоти будинку.

Вікна

Перший поверх намальований у кінці - відраза до міжперсональних стосунків. Тенденція до ізоляції від дійсності.

Вікна сильно відкриті - суб'єкт поводить декілька розбещено і прямолінійно. Безліч вікон показує готовність до контактів, а відсутність занавесок - відсутність прагнення приховувати свої почуття.

Вікна закриті (завішені). Заклопотаність взаємодією з середовищем (якщо це значуще для суб'єкта).

Вікна без стекол - ворожість, відчуженість. Відсутність вікон на першому поверсі - ворожість, відчуженість.

Вікна відсутні на нижньому, але є на верхньому поверсі - пропасти між реальним життям і життям у фантазіях.

Дах

Дах - сфера фантазії. Дах і труба, зірвані вітром, символічно виражають почуття суб'єкта, що їм повелівають, незалежно від власної сили волі.

Дах, жирний контур, невластивий малюнок, - фіксація на фантазіях як джерелі задоволень, зазвичай супроводжувана тривогою.

Дах, тонкий контур краю - переживання послаблення контролю фантазії.

Дах, товстий контур краю - надмірна заклопотаність контролем над фантазією (її приборкуванням).

Дах, що погано поєднується з нижнім поверхом, - погана особова організація.

Карниз даху, його акцентування яскравим контуром або продовженням за стіни - посилено захисна (зазвичай з недовірливістю) установка.

Кімната

Асоціації можуть виникнути у зв'язку з:

- 1) людиною, що проживає в кімнаті,
- 2) інтерперсональними стосунками в кімнаті,
- 3) призначенням цієї кімнати (реальним або приписуваним їй).

Асоціації можуть мати позитивне або негативне емоційне забарвлення.

Кімната, що не помістилася на листе- небажання суб'єкта зображувати певні кімнати із-за неприємних асоціацій з ними або з їх мешканцем.

Суб'єкт вибирає найближчу кімнату - недовірливість.

Ванна - виконує санітарну функцію. Якщо манера зображення ванни значуща, можливе порушення цих функцій.

Труба

Відсутність труби - суб'єкт відчуває нестачу психологічної теплоти будинку.

Труба майже невидима (захована) - небажання мати справу з емоційними діями.

Труба намальована криво по відношенню до даху - норма для дитини; значна регресія, якщо виявляється у дорослих.

Водостічні труби - посилений захист і зазвичай недовірливість.

Водопровідні труби (чи водостічні з даху) - посилені захисні установки (і зазвичай підвищена недовірливість).

Доповнення

Прозорий, "скляний" ящик символізує переживання виставляння себе усім на огляд. Його супроводжує бажання демонструвати себе, але обмежуючись лише візуальним контактом.

Дерева часто символізують різних осіб. Якщо вони неначе "ховають" будинок, може мати місце сильна потреба залежності при домінуванні батьків.

Кущі іноді символізують людей. Якщо вони тісно оточують будинок, може мати місце сильне бажання захистити себе захисними бар'єрами.

Кущі хаотично розкидані по простору або по обидві сторони доріжки - незначна тривога у рамках реальності і свідоме прагнення контролювати її.

Доріжка, хороші пропорції, легко намальована - показує, що індивід в контактах з іншими виявляє такт і самоконтроль.

Доріжка дуже довга - зменшена доступність, що часто супроводжується потребою адекватнішої соціалізації.

Доріжка дуже широка на початку і що сильно звужується біля будинку - спроба замаскувати бажання бути самотнім, поєднується з поверхневою дружелюбністю.

Сонце - символ авторитетної фігури. Часто сприймається як джерело тепла і сили.

Погода (яка погода зображена) - відбиває пов'язані з середовищем переживання суб'єкта в цілому. Швидше за все, чим гірше, неприємніше погода зображена, тим вірогідніше, що суб'єкт сприймає середовище як ворожу, таку, що сковує.

Колір Колір; звичайне його використання: зелений - для даху; коричневий - для стін;

жовтий, якщо вживається тільки для зображення світла усередині будинку, тим самим відображуючи ніч або її наближення, виражає почуття суб'єкта, а саме:

1) середовище до нього вороже,

2) його дії мають бути прихована від сторонніх очей.

Кількість використовуваних кольорів : добре адаптований, соромливий і емоційно необділений суб'єкт зазвичай використовує не менше двох і не більше п'яти кольорів. Суб'єкт, що розфарбовує будинок семью-восемью кольорами, у кращому разі є дуже лабільним. Що використовує всього один колір боїться емоційного збудження.

Вибір кольору

Чим довше, неупевненіше і важче суб'єкт підбирає кольори, тим більше вірогідність наявності особових порушень.

Колір чорний - соромливість, лякливість.

Колір зелений - потреба мати почуття безпеки, захистити себе від небезпеки. Це положення є не таким важливим при використанні зеленого кольору для гілок дерева або даху будинку.

Колір помаранчевий - комбінація чутливості і ворожості.

Колір пурпурний - сильна потреба влади. Колір червоний - найбільша чутливість. Потреба теплоти з оточення.

Колір, штрихування 3/4 листи - нестача контролю над вираженням емоцій.

Штрихування, що виходить за межі малюнка, - тенденція до імпульсивної відповіді на додаткову стимуляцію. Колір жовтий - сильні ознаки ворожості.

Загальний вигляд

Приміщення малюнка на краю листа - генералізованное почуття невпевненості, небезпеки. Часто зв'язано з певним тимчасовим значенням:

а) права сторона - майбутнє, ліва - минуле,

б) пов'язана з призначенням кімнати або з постійним її мешканцем,

в) що вказує на специфіку переживань : ліва сторона - емоційні, права - інтелектуальні.

Перспектива

Перспектива "над суб'єктом" (погляд від низу до верху) - почуття, що суб'єкт знехтуваний, відсторонений, не визнаний удома. Чи суб'єкт відчуває потребу в домі, яка вважає недоступною, недосяжною.

Перспектива, малюнок зображений вдалині - бажання відійти від конвенціонального суспільства. Почуття ізоляції, знедоленості. Явна тенденція відмежуватися від оточення. Бажання відкинути, не визнати цей малюнок або те, що він символізує. Перспектива, ознаки "втрати перспективи" (індивід правильно малює один кінець будинку, але в іншому малює вертикальну лінію даху і стіни - не уміє зображувати глибину) - сигналізує про складнощі інтеграції, що починаються, страх перед майбутнім (якщо вертикальна бічна лінія знаходиться справа) або бажання забути минуле (лінія ліворуч).

Перспектива потрійна (тривимірна, суб'єкт малює щонайменше чотири окремі стіни, на яких навіть двох немає в тому ж плані) - надмірна заклопотаність думкою оточення про себе. Прагнення мати на увазі усі зв'язки, навіть незначні, усі риси.

Розміщення малюнка

Розміщення малюнка над центром листа - чим більше малюнок над центром, тим більше вірогідність, що:

1) суб'єкт відчуває тяжкість боротьби і відносну недосяжність мети;

2) суб'єкт вважає за краще шукати задоволення у фантазіях (внутрішня напруженість);

3) суб'єкт схильний триматися збоку.

Розміщення малюнка точно в центрі листа - незахищеність і ригідність (прямолінійність). Потреба дбайливого контролю заради збереження психічної рівноваги.

Розміщення малюнка нижче за центр листа - чим нижче малюнок по відношенню до центру листа, тим більше схоже на те, що:

1) суб'єкт почуває себе небезпечно і незручно, і це створює у нього депресивний настрій;

2) суб'єкт почуває себе обмеженим, скутим реальністю.

Розміщення малюнка в лівій стороні листа - акцентування минулого. Імпульсивність.

Розміщення малюнка в лівому верхньому кутку листа - схильність уникати нових переживань. Бажання піти в минуле або поглибитися у фантазії.

Розміщення малюнка на правій половині листа - суб'єкт схильний шукати насолоди в інтелектуальних сферах. Контрольована поведінка. Акцентування майбутнього.

Малюнок виходить за лівий край листа - фіксація на минулому і страх перед майбутнім. Надмірна заклопотаність вільними відвертими емоційними переживаннями.

Вихід за правий край листа - бажання "втекти" в майбутнє, щоб позбавитися від минулого. Страх перед відкритими вільними переживаннями. Прагнення зберегти суворий контроль над ситуацією.

Вихід за верхній край листа - фіксація на мисленні і фантазії як джерелах насолод, яких суб'єкт не випробовує в реальному житті.

Контури дуже прямі - ригідність.

Контур ескізний, вживаний постійно, - у кращому разі дріб'язковість, прагнення до точності, в гіршому - вказівка на нездатність до чіткої позиції.

## СХЕМА ОБРОБКИ МАЛЮНКА В ТЕСТІ "БУДИНОК"

№ Ознака, що виділяється

1. Схематичне зображення
2. Деталізоване зображення
3. Метафоричне зображення
4. Міський будинок
5. Сільський будинок
6. Запозичення з літературного або казкового сюжету
7. Наявність вікон і їх кількість

8. Наявність дверей
9. Труба з димом
10. Віконниці на вікнах
11. Розмір вікон
12. Загальний розмір будинку
13. Наявність палісадника
14. Наявність людей поряд з будинком і в будинку
15. Наявність крильця
16. Наявність штор на вікнах
17. Наявність рослин (кількість)
18. Кількість тварин
19. Наявність пейзажного зображення (хмари, сонце, гори і так далі)
20. Наявність штрихування за шкалою інтенсивності 1,2,3
21. Товщина ліній за шкалою інтенсивності 1, 2, 3
22. Двері відкриті
23. Двері закриті

## "Людина"

### Голова

Сфера інтелекту (контролю). Сфера уяви. Голова велика - неусвідомлене підкреслення переконання про значення мислення в діяльності людини.

Голова маленька - переживання інтелектуальної неадекватності.

Нечітка голова - соромливість, боязкість. Голова зображається в самому кінці - міжперсональний конфлікт.

Велика голова у фігури протилежної статі - уявна перевага протилежної статі і вищий його соціальний авторитет.

### Шия

Орган, символізуючий зв'язок між сферою контролю (головою) і сферою потягів (тілом). Таким чином, це їх координаційна ознака.

Підкреслена шия - потреба в захисному інтелектуальному контролі.

Надмірно велика шия - усвідомлення тілесних імпульсів, старання їх контролювати.

Довга тонка шия - гальмування, регресія.

Товста коротка шия - уступки своїм слабкостям і бажанням, вираження непригніченого імпульсу.

Плечі, їх розміри

Ознака фізичної сили або потреби у владі. Плечі надмірно крупные-ощущение великої сили або надмірної заклопотаності силою і владою.

Плечі дрібні - відчуття малоцінності, нікчемності. Плечі занадто незграбні - ознака надмірної обережності, захисту.

Плечі похилі - смуток, відчай, відчуття провини, недолік життєвості.

Плечі широкі - сильні тілесні імпульси.

Тулуб

Символізує мужність.

Тулуб незграбний або квадратний - мужність.

Тулуб занадто великий - наявність незадоволених, остроосознаваемых суб'єктом потреб.

Тулуб ненормально маленький - почуття приниження, малоцінності.

Обличчя

Риси обличчя включають очі, вуха, рот, ніс. Це сенсорний контакт з дійсністю.

Обличчя підкреслене - сильна заклопотаність стосунками з іншими, своїм зовнішнім виглядом.

Підборіддя занадто підчеркнут- потреба домінувати.

Підборіддя занадто велике - компенсація слабкості, що відчувається, і нерішучості.

Вуха занадто підкреслені - можливі слухові галюцинації. Зустрічаються у особливо чутливих до критики.

Вуха маленькі - прагнення не приймати ніякої критики, заглушити її.

Очі закриті або захищені під полями капелюха - сильне прагнення уникати неприємних візуальних дій.

Очі зображені як порожні очні ямки - значуще прагнення уникати візуальних стимулів. Ворожість. Очі витріщені - грубість, черствість. Очі маленькі- занурена в себе. Підведені очі - грубість, черствість. Довгі вії - кокетство, схильність спокушати, спокушати, демонструвати себе.

Повні губи на обличчі чоловіка - жіночність. Рот клоуна - вимушена привітність, неадекватні почуття.

Рот запалий - пасивна значущість. Ніс широкий, видатний, з горбовинкою - зневажливі установки, тенденція мислити іронічними соціальними стереотипами.

Ніздрі - примітивна агресія. Зуби чітко намальовані - агресивність. Особа неясна, тьмяна, - боязлива, соромливість. Вираз обличчя підлесливий - незахищеність. Особа, схожа на маску, - обережність, скритність, можливі почуття деперсоналізації і відчуженості.

Брови рідкісні, короткі ~, - презирство, витонченість.

Волосся

Ознака мужності (хоробрості, сили, зрілості і прагнення до неї).

Волосся сильно заштриховане - тривога, пов'язана з мисленням або уявою.

Волосся не заштриховане, не зафарбоване, обрамляють голову - суб'єктом управляють ворожі почуття.

Кінцівки

Руки - знаряддя досконалішого і чуйнішого пристосування до оточення, головним чином в міжперсональних стосунках.

Широкі руки (розмах рук) - інтенсивне прагнення до дії.

Руки ширше у долоні або у плеча - недостатній контроль дій і імпульсивність.

Руки, зображені не злито з тулубом, а окремо, витягнуті в сторони - суб'єкт іноді ловить себе на діях або вчинках, які вийшли у нього з-під контролю.

Руки схрещені на грудях - вороже-недовірлива установка.

Руки за спиною - небажання поступатися, йти на компроміси (навіть з друзями). Схильність контролювати прояв агресивних, ворожих потягів.

Руки довгі і мускулісті - суб'єкт потребує фізичної сили, спритності, хоробрості як в компенсації.

Руки занадто довгі - надмірно амбітні прагнення.

Руки розслаблені і гнучкі - хороша пристосовність в міжперсональних стосунках.

Руки напружені і притиснуті до тіла - неповороткість, ригідність.

Руки дуже короткі - відсутність прагнень разом з почуттям неадекватності.

Руки занадто великі - сильна потреба в кращій пристосовності в соціальних стосунках з почуттям неадекватності і схильністю до імпульсивної поведінки.

Відсутність рук - почуття неадекватності при високому інтелекті.



Деформація або акцентування руки або ноги на лівій стороні - соціально-ролевий конфлікт.

Руки зображені близько до тіла - напруга. Великі руки і ноги у чоловіка - грубість, черствість. Руки, що звужуються, і ноги - жіночність. Руки довгі - бажання чогось досягти, оволодіти чим-небудь.

Руки довгі і слабкі - залежність, нерішучість, потреба в опіці.

Руки, повернені в сторони, що дістають щось, - залежність, бажання любові, прихильності.

Руки витягнуті з боків - труднощі в соціальних контактах, страх перед агресивними імпульсами.

Руки сильні - агресивність, енергійність. Руки тонкі, слабкі, - відчуття недостатності досягнутого.

Рука як боксерська рукавичка - витиснена агресія. Руки за спиною або в кишенях - відчуття провини, невпевненість в собі.

Руки неясно обкреслені - нестача самовпевненості в діяльності і соціальних стосунках.

Руки большие- компенсація слабкості, що відчувається, і провини. Руки відсутні в жіночій фігурі.- материнська фігура сприймається як що не любить, відкидає, не підтримує.

Пальці відокремлені (обрубані) - витиснена агресія, замкнутість.

Великі пальці - грубість, черствість, агресія. Пальців більше п'яти - агресивність, амбіції.

Пальці без долонь - грубість, черствість, агресія.

Пальців менше п'яти - залежність, безсилля. Пальці довгі - прихована агресія. Пальці стислі в курулі - бунтарство, протест. Кулаки притиснуті до тіла - витиснений протест. Кулаки далеко від тіла - відкритий протест. Пальці великі, як цвяхи (шпильки) - ворожість.

Пальці одновимірні, обведені петлею - свідомі зусилля проти агресивного почуття.

Ноги непропорційно довгі-сильна потреба незалежності і прагнення до неї.

Ноги занадто короткі - почуття фізичної або психологічної незручності.

Малюнок початий із ступень і ніг - боязлива. Ступні не зображені - замкнутість, боязкість. Ноги широко розставлені - відверта зневага (непокора, ігнорування або незахищеність).

Ноги неоднакових розмірів - амбивалентність в прагненні до незалежності.

Ноги відсутні - боязкість, замкнутість. Ноги акцентовані - грубість, черствість. Ступні - ознака рухливості (фізіологічною або психологічною) в міжперсональних стосунках.

Ступні непропорційно довгі - потреба безпеки. Потреба демонструвати мужність.

Ступні непропорційно дрібні - скутість, залежність.

Поза

Обличчя зображене так, що видно потилиця - тенденція до замкнутості.

Голова в профіль, тіло анфас - тривога, викликана соціальним оточенням і потребою в спілкуванні.

Людина, що сидить на краєчку стільця, - сильне бажання знайти вихід з ситуації, страх, самотність, підозра.

Людина, зображена таким, що біжить, - бажання втекти, сховатися від кого-небудь.

Людина з видимими порушеннями пропорцій по відношенню до правої і лівої сторони - відсутність особистої рівноваги.

Людина без певних частин тіла вказує на от-вержение, невизнання людини в цілому або його відсутніх частин (актуально або символічно зображених).

Людина в сліпій втечі - можливі панічні страхи.

Людина в плавному легкому кроці - хороша пристосованість.

Людина - абсолютний профіль - серйозна відчуженість, замкнутість і опозиційні тенденції.

Профіль амбивалентний - певні частини тіла зображені з іншого боку по відношенню до інших, дивляться в різні боки - особливо сильна фрустрація з прагненням позбавитися від неприємної ситуації.

Неурівноважена стояча фігура - напруга.

Ляльки - поступливість, переживання домінування оточення.

Робот замість чоловічої фігури - деперсоналізація, відчуття зовнішніх контролюючих сил.

Фігура з паличок - може означати ухилення і негативізм.

Фігура Баби-яги - відкрита ворожість до жінок.

Клоун, карикатура - властиве підліткам відчуття неповноцінності. Ворожість, самопрезрение.

Фон. Оточення

Хмари - боязлива тривога, побоювання, депресія. Огорожа для опори, контур землі - незахищеність. Фігура людини на вітрі - потреба в любові, прихильності, дбайливій теплоті.

Лінія основи (землі) - незахищеність. Є необхідною точкою відліку (опори) для конструювання цілісності малюнка, надає стабільність. Значення цієї лінії іноді залежить від того, що надається нею суб'єктом якості, наприклад, "хлопчик катається на тонкому льоду". Основу частіше малюють під будинком або деревом, рідше - під людиною.

Зброя - агресивність.

Багатопланові критерії

Розриви ліній, стерті деталі, пропуски, акцентування, штрихування - сфера конфлікту.

Гудзики, бляшка ременя, підкреслена вертикальна вісь фігури, кишені - залежність.

Контур. Натиск. Штрихування. Розташування Мало гнутих ліній, багато гострих кутів - агресивність, погана адаптація.

Закруглені (закруглені) лінії - жіночність. Комбінація упевнених, яскравих і легких контурів - грубість, черствість.

Контур неяскравий, неясний, - боязливий, боязкість. Енергійні, упевнені штрихи - наполегливість, безпека.

Лінії неоднакової яскравості - напруга. Тонкі продовжені лінії - напруга. Контур, що не обривається, підкреслений, обрамляє фігуру, - ізоляція.

Ескізний контур - тривога, боязкість. Розрив контура - сфера конфліктів. Підкреслена лінія - тривога, незахищеність. Сфера конфліктів. Регресія (особливо по відношенню до підкресленої деталі).

Зубчасті, нерівні лінії - зухвалість, ворожість. Упевнені тверді лінії - амбіції, завзяття.

Яскрава лінія - грубість. Сильний натиск - енергійність, наполегливість. Велика напруженість.

Легкі лінії - недолік енергії. Легкий натиск - низькі енергетичні ресурси, скутість.

Лінії з натиском - агресивність, наполегливість.

Нерівний, неоднаковий натиск - імпульсивність, нестабільність, тривога, незахищеність.

Мінливий натиск - емоціональна нестабільність, лабільні настрої.

Довжина штрихів

Якщо пацієнт збудливий, штрихи коротшають, якщо немає - удлинняються.

Прямі штрихи - упертість, наполегливість, завзятість. Короткі штрихи - імпульсивна поведінка. Ритмічне штрихування - чутливість, співчуття, розкутість.

Короткі, ескізні штрихи - тривога, невпевненість. Штрихи незграбні, скуті, - напруженість, замкнутість.

Горизонтальні штрихи - підкреслення уяви, жіночність, слабкість.

Неясні, різноманітні, мінливі штрихи - незахищеність, недолік завзятості, наполегливості.

Вертикальні штрихи - упертість, наполегливість, рішучість, гіперактивність.

Штрихування справа наліво - інтраверсія, ізоляція. Штрихування зліва направо - наявність мотивації. Штрихування від себе - агресія, екстраверсія. Стирання - тривожність, боязкість. Часті стирання - нерішучість, невдоволення собою. Стирання при перемальовуванні (якщо перемальовування досконаліше) - це хороший знак.

Стирання з наступним псуванням (погіршенням) малюнка - наявність сильної емоційної реакції на мальований об'єкт або на те, що він символізує для суб'єкта.

Стирання без спроби перемальовувати (тобто поправити) - внутрішній конфлікт або конфлікт власне цією деталлю (чи з тим, що вона символізує).

Великий малюнок - експансивність, схильність до марнославства, зарозумілості.

Маленькі фігури - тривога, емоційна залежність, почуття дискомфорту і скутості.

Дуже маленька фігура з тонким контуром - скутість, почуття власної малоцінності і незначності.

Недолік симетрії - незахищеність.

Малюнок у самого краю листа - залежність, невпевненість в собі.

Малюнок на увесь лист - компенсаторне превознесение себе в уяві.

Деталі

Тут важливе їх знання, здатність оперувати ними і пристосуватися до конкретних практичних умов життя. Дослідник повинен відмітити міру зацікавленості суб'єкта такими речами, міру реалізму, з яким він їх сприймає; відносну значущість, яку він їм надає; спосіб з'єднання цих деталей в сукупність.

Деталі істотні - відсутність істотних деталей в малюнку суб'єкта, який, як відомо, зараз або в недалекому минулому характеризувався середнім або вищим інтелектом, частіше показує інтелектуальну деградацію або серйозне емоційне порушення.

Надлишок деталей - "неминучість тілесності" (невміння обмежити себе) вказує на вимушену потребу налагодити усю ситуацію, на надмірну турботу про оточення. Характер деталей (істотні, несуттєві або дивні) може послужити для точнішого визначення специфічності чутливості.

Зайве дублювання деталей - суб'єкт, швидше за все, не уміє входити в тактовні і пластичні контакти з людьми.

Недостатня деталізація - тенденції до замкнутості. Особливо педантична деталізація - скутість, педантичність.

Орієнтація в завданні

Здатність до критичної оцінки малюнка при проханні розкритикувати його - критерії незагубленого контакту з реальністю.

Прийняття завдання з мінімальним протестом - хороший початок, за яким йде втома і переривання малювання.

Вибачення із-за малюнка - недостатня упевненість.

По ходу малювання зменшуються темп і продуктивність - швидке виснаження.

Назва малюнка - екстраверсія, потреба і підтримка. Дріб'язковість.

Підкреслена ліва половина малюнка - ідентифікація з жіночою статтю.

Наполегливо малює, незважаючи на труднощі - хороший прогноз, енергійність.

Опір, відмова від малювання - приховання проблем, небажання розкрити себе.

"Дерево"

Інтерпретація по До. Коху виходить з положень До. Юнга (дерево - символ людини, що стоїть). Корені - колектив, несвідоме. Ствол - імпульси, інстинкти, примітивні стадії. Гілки - пасивність або протистояння життя.

Інтерпретація малюнка дерева завжди містить постійне ядро (корені, ствол, гілки) і елементи прикрас (листя, плоди, пейзаж). Як вже відзначалося, інтерпретація До. Коха була спрямована в основному на виявлення патологічних ознак і особливостей психічного розвитку. На наш погляд, в інтерпретації є ряд протиріч, а також спостерігається використання понять, які важко конкретизувати. Наприклад, в інтерпретації ознаки "закруглена крона", "недолік енергії", "дрімота", "клевание носом" і тут же "дар спостережливості", "сильна уява", "частий вигадник" або: "недостатня концентрація" - чого? Яка реальність стоїть за цим поняттям? Залишається невідомим. До того ж тлумачення ознак містить надмірне вживання буденних визначень. Наприклад: "порожнеча", "пихатість", "пишномовність", "плоский", "вульгарний", "дрібний", "недалекий", "манірність", "удаваність", "манірність", "химерність", "фальшивість" і тут же - "дар конструктивності", "здібності до систематики", "технічна обдарованість"; чи поєднання "самодисципліна", "самовладання", "вихованість" - "пихатість", "чванливість", "байдужість", "байдужість".

Ми хотіли б звернути увагу на те, що при спілкуванні з нормальними людьми в процесі психологічного консультування навряд чи допустимо вимовляти подібні епітети в їх адресу.

Земля підводиться до правого краю малюнка - завзяття, ентузіазм.

Земля опускається до правого краю листа - знесилення, недостатність прагнень.

Корені

Корені менше ствола - тяга до захищеного, закритого. Корені дорівнюють стволу - сильніша цікавість, що вже представляє проблему.

Корені більше ствола - інтенсивна цікавість, може викликати тривогу.

Корені позначені рисою - дитяча поведінка відносно того, що тримається в секреті.

Корені у вигляді двох ліній - здатність до розрізнення і розсудливість в оцінці реального; різна форма цих коренів може бути пов'язана з бажанням жити, пригнічувати або виражати деякі тенденції в незнайомому крузі або близькому оточенні.

Симетрія - прагнення здаватися у згоді із зовнішнім світом. Виражена тенденція стримати агресивність. Коливання у виборі

позиції по відношенню до почуттів, амбивалентність, моральні проблеми.

Розташування на листі подвійне - відношення до минулого, до того, що зображує малюнок, тобто до свого вчинку. Подвійне бажання: незалежності і захисту у рамках оточення. Центральна позиція - бажання знайти згоду, рівновагу з оточенням. Свідчить про потребу в жорсткій і неухильній систематизації з опорою на звички.

Розташування зліва направо - збільшується спрямованість на зовнішній світ, на майбутнє. Потреба в опорі на авторитет; пошуки згоди із зовнішнім світом; честолюбство, прагнення нав'язувати себе іншим, відчуття покинутості; можливі коливання в поведінці.

Форма листа

Кругла крона - екзальтованість, емоційність. Круги в листі - пошук заспокійливих і винагороджуючих відчуттів, почуття покинутості і розчарування.

Гілки опущені - втрата мужності, відмова від зусиль. Гілки вгору - ентузіазм, порив, прагнення до влади. Гілки в різні боки - пошук самоствердження, контактів, самораспыление. Метушливість, чутливість до оточення, відсутність протистояння йому.

Листя-сітка, більш менш густа - велика або менша спритність в уникненні проблемних ситуацій.

Листя з кривих ліній - сприйнятливність, відкрите прийняття оточення.

Відкрите і закрите листя на одному малюнку - пошуки об'єктивності.

Закрите листя - охорона свого внутрішнього світу дитячим способом.

Закрите густе листя - прихована агресивність. Деталі листя, не пов'язані з цілим, - малозначні деталі беруться за характеристику явища в цілому.

Гілки виходять з однієї ділянки на стволі - дитячі пошуки захисту, норма для дитини семи років.

Гілки намальовані однією лінією - втеча від прикостей реальності, її трансформація і прикрашення.

Товсті гілки - хороше розрізнення дійсності. Листя-петельки - вважає за краще використовувати чарівливість. Пальма - прагнення до зміни місць. Листя-сітка - відхід від неприємних відчуттів. Листя як візерунок - жіночність, привітність, чарівливість. Плакуча верба -

недолік енергії, прагнення до твердої опори і пошук позитивних контактів; повернення до минулого і досвіду дитинства; труднощі в ухваленні рішень.

Зачернює, штрихування - напруга, тривожність.

Стовбур

Заштрихований ствол - внутрішня тривога, підозрілість, боязнь бути покинутим; прихована агресивність.

Стовбур у формі розламаного куполу - бажання бути схожим на матір, робити усе, як вона, або бажання бути схожим на батька, помірятися з ним силою, рефлексія невдач.

Стовбур з однієї лінії - відмова реально дивитися на речі.

Стовбур намальований тонкими лініями, крона товстими - може самостверджуватися і діяти вільно.

Листя тонкими лініями - тонка чутливість, навіюваність.

Стовбур лініями з натиском - рішучість, активність, продуктивність.

Лінії ствола прямі - спритність, винахідливість, не затримується на тривожних фактах.

Лінії ствола криві - активність загальмована тривогою і думками про непереборну перешкод.

"Вермішель" - тенденція до скритності заради зловживань, непередбачені атаки, прихована лють.

Гілки не пов'язані із стволом - відхід від реальності, невідповідної бажанням, спроба "втекти" в мрії і ігри.

Стовбур відкритий і пов'язаний з листям - високий інтелект, нормальний розвиток, прагнення зберегти внутрішній світ.

Стовбур відірваний від землі - недолік контакту із зовнішнім світом; життя повсякденне і духовне мало пов'язані.

Стовбур обмежений знизу - відчуття нещастя, пошук підтримки.

Стовбур розширюється донизу - пошук надійного положення у своєму колі.

Стовбур звужується донизу - відчуття безпеки в крузі, який не дає бажаної опори; ізоляція і прагнення зміцнити своє "Я" проти неспокійного світу.

Загальна висота - нижня чверть листа - залежність, недолік віри в себе, компенсаторні мрії про владу.

Нижня половина листа - менш виражена залежність і боязкість.



Три чверті листа - хороше пристосування до середовища. Лист використаний цілком - хоче бути поміченим, розраховувати на інших, самостверджуватися.

Висота листа (сторінка ділиться на вісім частин) :

1/8 - недолік рефлексії і контролю. Норма для дитини чотирьох років,

1/4 - здатність осмислювати свій досвід і гальмувати свої дії,

3/8 - хороший контроль і рефлексія,

1/2 - інтериоризація, надії, компенсаторні мрії,

5/8 - інтенсивне духовне життя,

6/8 - висота листа знаходиться в прямій залежності від інтелектуального розвитку і духовних інтересів,

7/8 - листа майже на усю сторінку - втеча в мрії.

Манера зображення

Гостра вершина - захищається від небезпеки, справжньої або уявної, сприйманої як особистий випад; бажання діяти на інших, атакує або захищається, труднощі в контактах; хоче компенсувати почуття неповноцінності, прагнення до влади; пошук безпечного притулку із-за почуття покинутості для твердого положення, потреба в ніжності.

Множинність дерев (декілька дерев на одному листі) - дитяча поведінка, випробовуваний не наслідую цю інструкцію.

Два дерева - можуть символізувати себе і іншу близьку людину (див. положення на листі і інші моменти інтерпретації).

Додавання до дерева різних об'єктів - трактується залежно від конкретних об'єктів.

Пейзаж - означає сентиментальність.

Перевертання листа - незалежність, ознака інтелекту, розсудливість.

Земля

Земля зображена однією рисою - зосередженість на цілі, прийняття деякого порядку.

Земля зображена декількома різними рисами - дії відповідно до своїх власних правил, потреба в ідеалі. Декілька спільних ліній, що зображують землю і що стосуються краю листа-спонтанний контакт, раптове видалення, імпульсивність, примхливість.

## ПРОЕКТНА МЕТОДИКА «ЛЮДИНА ПІД ДОЩЕМ»

Мета проектної методики "Людина під дощем" - діагностика особливостей того, що упоралося із складними ситуаціями, готовність людини справлятися з труднощами, а також вживані захисні механізми.

Інструкція: пропонуємо клієнтові чистий вертикально розташований аркуш паперу і даємо першу інструкцію: "Намалюйте людину". Після того, як людина виконала завдання, даємо йому інший лист і пропонуємо намалювати людину під дощем. Для чого це треба? Перше завдання відбиває уявлення людини про себе в звичайній ситуації, а друге - в несприятливій. З порівняння двох малюнків можна зробити цікаві висновки. Буває, що клієнт-жінка в першому завданні малює людину своєї підлоги, а в другому - чоловіка. Це може означати, що в складній ситуації вона використовує захисні механізми, характерні для чоловіків.

При обробці результатів тесту спираються на ряд критеріїв.

Положення малюнка на листі.

Верх-низ:

Якщо малюнок розташований переважно у верхній частині листа, це може означати, що у людини висока самооцінка, він невдоволений своїм становищем в суспільстві, йому не вистачає визнання. Якщо при розташуванні у верхній частині листа фігура дуже маленька, то людина вважає себе свого роду невизнаним генієм.

Якщо малюнок розташовується переважно в нижній частині листа, то у його автора може бути низька самооцінка, невпевненість в собі, пригніченість, нерішучість, страхи, пов'язані з самопред'явленням, незацікавленість у своєму становищі в суспільстві.

Положення малюнка по горизонтальній осі (ліво-правий) : - якщо малюнок розташований більше в лівій частині, людина більше спирається на минулий досвід, схильний до самоаналізу, нерішучий в діях, пасивний; - якщо велика частина малюнка розташовується в правій частині листа, то перед нами людина дії, яка реалізує задумане, активна і енергійна.

Оцінка характеру ліній : - легкі лінії - недовлік енергії, скутість; - лінії з натиском - агресивність, владність, наполегливість, тривожність; - нерівний натиск - імпульсивність, нестабільність, тривога.

Контури фігури : - невідривні лінії - ізоляція; - розрив контура - сфера конфлікту; - багато гострих кутів - агресивність, погана адаптація; - подвійні лінії - тривога, страх, підозрілість; - штрихування - зона тривожності.

У проектній методиці "Людина під дощем" важливо, як зображена фігура людини : - повернена вліво - увага зосереджена на собі, своїх думках, переживаннях у минулому; - повернена управо - автор малюнка спрямований в майбутнє, активний; - видно потилиця, людина зображена спиною - прояв замкнутості, відхід від рішення конфліктів.

Якщо людина зображена таким, що біжить, автор малюнка хоче втекти від проблем. Крокуюча людина означає хорошу адаптацію. Якщо людина на малюнку коштує нестійкий, це може означати напругу, відсутність стержня, рівноваги.

Фігура з паличок вказує на негативізм, опір методиці. Надмірно дитячі, ігрові малюнки говорять про потребу в схваленні. Малюнки-шаржі означають бажання уникнути оціночних суджень у свою адресу, переживання неповноцінності, ворожості.

Засоби захисту від дощу.

Парасолька, головний убір, плащ і так далі - це символи захисних механізмів, способів справлятися з прикростями. Дуже велика парасолька означає созависимість з батьками, бажання у важкій ситуації отримати підтримку від авторитетних осіб. Відсутність капелюха, парасольки і інших засобів захисту говорить про погану адаптированности і потребу в захисті. Капелюх на голові - потреба в захисті від вищестоящих.

Фон, оточення.

По лініях, якими зображений дощ, можна судити про відношення автора малюнка до доквілля. Урівноважені, однакові штрихи, в один бік, говорять про збалансоване доквілля. Безладні штрихи - доквілля тривожне, нестабільне. Вертикальні штрихи говорять про упертість, рішучість. Короткі, нерівні штрихи по усьому полю і відсутність усіх зашит вказує на тривогу і сприйняття доквілля як ворожою.

Калюжі символізують невирішені проблеми. Треба звернути увагу, ліворуч або праворуч від персонажа знаходяться калюжі: якщо ліворуч, значить, людина бачить проблеми у минулому, якщо справа - передбачає їх в майбутньому. Якщо людина стоїть в калюжі, це може означати незадоволення, втрату орієнтирів.

Додаткові предмети, зображені на малюнку (ліхтар, сонце і так далі), зазвичай символізують значущих людей для автора малюнка.

Тіло.

Голова - сфера інтелекту і контролю. Непропорційно велика голова говорить про переконаність випробовуваного в значущості мислення. Маленька голова - переживання інтелектуальної неадекватності, неповноцінності.

Шия - зв'язок розуму з почуттями. Надмірно велика шия говорить про те, що той, що малює усвідомлює свої тілесні імпульси і прагне їх контролювати. Довга, тонка шия означає гальмування в усвідомленні своїх тілесних імпульсів. Коротка товста шия - той, що малює робить поступки своїм слабкостям, бажанням. Шия перев'язана хусткою - розривши зв'язки між розумом і почуттями.

Плечі - ознака фізичної сили. Чим більше плечі, тим більше потреба у владі, визнанні. Плечі дрібні - відчуття власної малоцінності, нікчемності. Похилі плечі - смуток, відчай, відчуття провини.

Тулуб надмірно великий - наявність незадоволених потреб, бажань. Тіло квадратне - ознака мужності. Тіло дуже маленьке - почуття приниження, малоцінності.

Обличчя показує відношення до світу, важливо звернути увагу на вираженість тих або інших рис. Обличчя підкреслене - сильна заклопотаність стосунками з іншими, своїм зовнішнім виглядом. Обличчя заховане під полями капелюха або закрите парасолькою або не промальовувало - прагнення уникати неприємних дій.

Великі, заштриховані очі говорять про наявність страхів, бажання контролювати зовнішнє середовище. Маленькі очі-точки (палички) - занурені в себе, уникнення візуальних стимулів. Вії - кокетство, демонстративність.

Великі вуха - чутливість до критики, зацікавленість в позитивній думці оточення. Уши маленькі, відсутність вух - уникнення критики, небажання слухати про себе погане.

Кінцівки, руки - символ міжперсональної взаємодії. Широко розкриті руки, долонями вперед говорять про відкритість, прагненню до дій. Якщо руки ширше у зап'ястий, чим у плечей, це говорить про імпульсивність в діях. Якщо руки зображені окремо від тіла - імпульси тіла для того, що малює не підконтрольні. Руки за спиною означають небажання поступатися, проте агресія знаходиться під контролем. Руки занадто довгі - великі амбіції. Руки напружені і

притиснуті до тіла - ригідність, неповороткість, напруга. Відсутність рук - небажання спілкуватися, почуття власної неадекватності. Пальці на малюнку втілюють почуття, найчастіше агресію. Великі пальці, намальовані окремо, виражають витиснену агресивність.

## ПРОЕКТИВНА МЕТОДИКА «ПАЛІТРА ПОЧУТТІВ»

Мета: Методика призначена для вивчення емоційного стану дитини.

Опис тесту : Для проведення тесту потрібний аркуш білого паперу (А3 або А4) і бланк палітри (таб. №1).

Любов	
Ненавість	
Щастя	
Смуток	
Злість	
Страх	
Самотність	
Провина	

Дослідження може проводитися як індивідуально з дитиною, так і усією сім'єю. Дитині пропонується на аркуші білого паперу (А3 або А4) намалювати фарбами малюнок будь-якої тематики. Після завершення малюнка випробовуваному дається бланк з таблицею №1. І зачитується інструкція:

"У цій палітрі ліворуч написані назви почуттів, а справа - порожні квадрати. Вибери колір для кожного почуття і зафарбуй цим кольором порожній квадрат справа".

Примітка: Фіксується колір, який був вибраний для кожного почуття, і стиль зафарбовування.

Обробка результатів тесту

При аналізі результатів необхідно співвіднести колір, присвоєний кожному почуттю в палітрі, і кількості і якостям цього кольору на малюнку.

Цей тест допоможе дитині виразити фарбами ті почуття, які він не може висловити. А батькам допоможе почути і зрозуміти почуття своєї дитини, а також самих себе, якщо вони пройдуть цей тест разом.

### **ПРОЕКТИВНА МЕТОДИКА «АВТОПОРТРЕТ»**

Проектний рисуночний тест "Автопортрет" застосовується в цілях діагностики несвідомих емоційних компонентів особи (самоотношение, самооцінка, актуальний стан, невротичні реакції тривожності, страху, агресивності).

Проектні рисуночные тести людини спочатку використовувалися для діагностики рівня інтелектуального розвитку дітей і підлітків (F. Goodenough, 1926), далі можливості цієї методики були розширені для інтерпретації специфічних особових особливостей людини, його соціальних взаємодій і адаптації (K. Machover, 1949).

За визначенням автопортрет - це зображення людини, створене їм самим. Зображуючи себе, людина відтворює основні риси власних тілесних потреб і внутрішніх конфліктів. Багата проекція особової динаміки, що проявляється в малюнку, відкриває для методу можливість аналізу достоїнств і конструктивних потенцій, так само як і аналізу порушень.

В процесі інтерпретації "схеми тіла" можна судити, чи повністю відповідає отримана графічна продукція фізичним і психологічним переживанням людини, які органи тіла несуть певний сенс, яким чином соматично закріплені і позначені бажання людини, його конфлікти, компенсації і соціальні установки.

Існує декілька можливих інтерпретацій результатів цього тесту.

<b>Ознака</b>	<b>Критерії ознаки</b>
1 - самооцінка (розташування малюнка на листі)	1.1 у центрі - адекватна 1.2 у верхній частині листа - завищена 1.3 у нижній частині листа - знижена
2 - інтелектуальна і соціальна адекватність (голова)	2.1 пропорційна, нормальна за розміром голова - інтелектуальна і соціальна адекватність 2.2 велика голова - високі інтелектуальні і соціальні домагання 2.3 маленька голова - інтелектуальна і соціальна неадекватність

3 - контроль над тілесними потягами (шия)	3.1 нормальна шия - адекватний (збалансований) контроль над тілесними потягами 3.2 довга шия - потреба в захисному контролі 3.3 коротка шия - поведінка більше спрямовується спонуканнями, ніж інтелектом; поступки слабкостям 3.4 відсутність шиї - відсутність контролю
4 - місцезнаходження базових потреб і потягів (тулуб)	4.1 нормальний, пропорційний тулуб - рівновага потреб і потягів 4.2 маленький тулуб - заперечення потреб і потягів 4.3 великий, великий тулуб - незадоволення усвідомлюваними потягами 4.4 відсутність тулуба - втрата схеми тіла, заперечення тілесних потягів
5 - чутливість до критики, громадської думки	5.1 великі вуха - підвищена чутливість до критики, реактивність на критику 5.2 великі очі - підвищена чутливість до критики
6 - тривожність	6.1 сильний натиск 6.2 приміщення малюнка в лівій частині листа (интравертированность) 6.3 перемальовування і стирання 6.4 заштриховане волосся (занепокоєння) 6.5 руки притиснуті до тіла
7 - страхи	7.1 інтенсивне штрихування 7.2 обведення контура 7.3 затушовані зіниці
8 - агресивність	8.1 сильний натиск 8.2 жирний контур малюнка 8.3 ноги розставлені 8.4 видно зуби (вербальна агресія) 8.5 виділені уши-ноздри-рот (виражена агресивність) 8.6 підборіддя збільшене і акцентоване 8.7 ніздрі виділені (примітивна агресія - самосохранительная) 8.8 руки великі, підкреслені, - компенсація слабкості 8.9 зброя
9 - виражений захист	9.1 посмішка 9.2 руки за спиною або в кишенях 9.3 людина зображена в профіль (замкнутість)
10 - егоїзм, нарцисизм	10.1 пише своє ім'я 10.2 великий малюнок 10.3 очі без зіниць; напівприкриті очі (зосередженість на собі)
11 - депресія	11.1 малюнок в нижній частині листа 11.2 слабкий натиск і контур 11.3 скута, статична поза 11.4 ескізний контур
12 - залежність (у тому числі і від матері)	12.1 великий (червоний) рот 12.2 гудзики по центральній осі 12.3 маленькі ступні і долоні 12.4 наявність кишень (залежність від матері) і у чоловіка, і у жінки

	12.5 грудям дуже підкреслені(залежність від матері) у чоловіка
13 - емоційна незрілість, інфантилізм	13.1 очі без зіниць 13.2 опускання шиї 13.3 дитячі риси обличчя 13.4 пальці як листочки або грона винограду
14 - демонстративність	14.1 довгі вії 14.2 волосся приділено багато уваги 14.3 виділені великі губи 14.4 одяг, що ретельно промальовував, прикрашена 14.5 макіяж і прикраси



## ПРОЕКТНА МЕТОДИКА «МАЛЮНОК ШКОЛИ»

Мета: визначення відношення дитини до школи і рівня шкільної тривожності.

Дитині дають лист А4, кольорові олівці і просять: "Тут на аркуші паперу намалюй школу".

Бесіда, уточнюючі питання про намальоване, коментарі записуються на зворотному боці малюнка.

Обробка результатів : Емоційне відношення до школи і вчення оцінюється по 3 показникам:

колірна гамма

лінія і характер малюнка

сюжет малюнка

При аналізі малюнка по кожному з цих показників виставляється бальна оцінка, потім бали складаються.

1. Колірна гамма:

2 бали - в малюнку переважають яскраві, чисті, світлі тони і їх поєднання (жовтий, ясно-зелений, блакитний, т.д.)

1 бал - в рівній мірі є присутній світлі і темні тони.

0 0 балів - малюнок виконаний в темних тонах (темно-коричневий, темно-зелений, чорний).

2. Лінія і характер малюнка :

2 бали - об'єкти промальовували ретельно і акуратно; використовуються довгі, складні лінії різної товщини, немає "розривів" контура.

1 бал - в малюнку є присутній обидві характеристики.

0 0 балів - об'єкти зображені нарочито недбало, схемний; лінії подвійні, що уриваються, однакової довжини і товщини, слабка лінія.

3. Сюжет малюнка :

2 бали - симетричне зображення (малюнок школи займає центральне місце на листі); наявність деталей і прикрас, елементів декорування, зображення різних предметів, оживляючих пейзаж (квіти, дерева, плакати, прапори, завіски на вікнах, ін.); зображення дітей, що йдуть в школу або сидять за партами, учителя і "процесу вчення"; пора року - весна, літо (сонце, немає хмар); зображення світлого часу доби.

1 бал - обидві характеристики є присутній.

0 баллов – асиметричність рисунка; отсутствие деталей и украшений; отсутствие людей или изображение детей, уходящих из

школы; время года – осень, зима (темное небо, идет дождь или снег); время суток - ночь или вечер.

#### Анализ результатов

6-5 баллов – у ребенка сложилось эмоционально благополучное отношение к школе и учению, он готов к принятию учебных задач и взаимодействию с учителем.

4-2 балла – у ребенка есть некоторая тревога по поводу школьного обучения как незнакомой для него ситуации, необходимо расширить круг его знаний и представлений о школьно-учебной деятельности, формировать положительное отношение к учителю и одноклассникам; причинами тревог может быть нервозность и необдуманные высказывания взрослых, негативный опыт обучения в школе старших детей.

1-0 баллов – у ребенка явно выраженный страх перед школой, часто это приводит к неприятию учебных задач и отказу от учебной деятельности, трудностям в общении с учителем и одноклассниками.

## ПРОЕКТИВНА МЕТОДИКА «КАКТУС»

**М. А. ПАНФИЛОВА**

Мета: виявлення стану емоційної сфери дитини, виявлення наявності агресії, її спрямованості і інтенсивності.

Вік: дошкільний, проводиться з дітьми з 4-х років.

Матеріал: папір (формат А4), олівець.

Інструкція: "На аркуші паперу намалюй кактус, такий, який ти його собі уявляєш"!

Питання і додаткові пояснення не допускаються. Дитині дається стільки часу, скільки йому необхідно. Після закінчення малювання з дитиною проводиться бесіда.

Бесіда:

Кактус домашній або дикий?

Його можна поторкати?

Кактусу подобається, коли його доглядають?

У кактуса є сусіди?

Які рослини його сусіди?

Коли кактус виросте, що в нім зміниться?

Інтерпретація:

Агресія: наявність голок, голки довгі, сильно стирчать і близько розташовані.

Імпульсивність: уривисті лінії, сильний натиск.

Егоцентризм: великий малюнок, в центрі листа.

Залежність, невпевненість: маленькі малюнок внизу листа.

Демонстративність, відкритість: наявність виступаючих відростків, незвичність форм.

Скритність, обережність: розташування зигзагів по контуру або усередині кактуса.

Оптимізм: використання яскравих кольорів.

Тривога: використання темних кольорів, внутрішнього штрихування, переривчасті лінії.

Жіночність: наявність прикраси, кольорів, м'яких ліній, форм.

Екстравертованість: наявність інших кактусів, кольорів.

Інтровертированість: зображений тільки один кактус.

Прагнення до домашнього захисту: наявність квіткового горщика.

Прагнення до самотності: зображений дикорослий кактус.

# АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

## Заняття 1

Тема: „Малюємо кола”

### Хід заняття

(Інструкції виділені курсивом)

#### 1. Налаштування („розігрів”).

Передача аркушу по колу

- *Намалюйте на своєму аркуші паперу який-небудь простий і знайомий всім образ, а потім віддайте малюнок сусіду справа. Той що-небудь домальовує до зображення і передає його далі по колу. Робота закінчується, коли кожен малюнок повертається до свого першого автора.*

#### 2. Індивідуальна робота.

- *Займіть місце за одним із столів. За бажання можете пересісти. Ви можете вільно рухатись навколо столу і працювати на будь-якій території.*
  - *Намалюйте коло будь-якого розміру кольором, який вам найбільше сподобався.*
  - *Намалюйте ще один-два круги будь-якого розміру і кольору. Будь ласка, відійдіть від столу і подивіться на отримані зображення збоку.*
  - *Наступна інструкція лише для тих, хто не задоволений результатами роботи і хотів би змінити (уточнити, підправити) вид, колір, місцезнаходження своїх кругів на папері. Ви можете зробити ще один чи два малюнки.*
  - *Обведіть контури малюнків.*
  - *З'єднайте лініями свої круги з тими, які Вам найбільше сподобались. Уявіть, що прокладаєте дороги.*
  - *Заповніть простір кожного зі своїх кругів сюжетними малюнками, значками, символами, тобто надайте їм індивідуальності.*
- #### 3. Колективна робота.
- *Походіть навколо листа-картини, уважно роздивіться малюнки. Якщо вам хочеться домалювати дещо в кругах інших учасників, спробуйте з ними про це домовитись.*

- *Зі згоди авторів напишіть добрі слова і побажання навколо малюнків, які вам сподобались. Будьте бережливі з простором і почуттями інших!*
- *Замалюйте вільний простір, що залишився візерунками, символами, значками та ін. Передусім, домовтеся з іншими учасниками про зміст і способи створення фону для колективного малюнка.*

#### **4. Етап вербалізації та рефлексивного аналізу.**

Групи закріплюють отримані картини-полотна до дошки. Потім кожен учасник ділиться враженнями про спільну роботу, показує власні малюнки, розказує про задум, сюжет, почуття, зачитує, при бажанні, вголос добрі побажання, які йому написали інші учасники/

Завдяки співтворчості звичайний рулон паперу перетворився у нарядне, декоративне полотно, на якому всі круги взаємопов'язані, їм надійно і затишно разом.

(Картинки не слід одразу знімати, щоб продовжити арт-терапевтичний ефект).

## **Заняття 2**

**Тема:** „Малюємо дерева”

### **Хід заняття**

#### **1. Налаштування („розігрів”)**

Активізація аудіальних, візуальних, кінестетичних відчуттів.

Учасникам пропонується зайняти зручне для себе положення (встати, лягти, присісти, якщо є відповідні умови)

- *Закрийте очі, уявіть колір, звук, мелодію, рух, з допомогою яких можна було б виразити власний стан «тут і тепер»*
- *Станьте у загальне коло. Спробуйте описати словами і показати Віші відчуття.*

#### **2. Пошук образу посередництвом рухів під музику.** Звучить повільна мелодійна музика (без слів)

- *Закрийте очі і спробуйте побачити ліс.*
- *Уявіть себе в образі дерева. Знайдіть йому місце серед інших дерев.*

Пропонується знайти місце в аудиторії, де „дереву” буде зручно рости ввєрх і навіть танцювати.

- *Покажіть рухами, танцем, як воно себе почуває.*

- *Самотнє дерево відкрите всім вітрам. Літом його нещадно палить сонце, зимою – мороз. Навіть звіру важко захватися під самотнім деревом. Інша справа, коли поряд є добрі й надійні друзі. Підійдіть один до одного так близько, як вам цього хочеться. Нехай ваші дерева утворять кілька гайочків. Ніжно торкніться пальчиками-листочками*

*(звернути увагу на ефект соціометричного вибору)*

- *Спробуємо всі разом створити образ дуже сильного, могутнього дерева. Станьте поряд один з одним в коло. Який надійний і великий стовбур вийшов у дерева! І віти тягнуться догори, переплітаючись між собою. У такій кроні тепло і затишно білкам птахам. А саме дерево нічого не боїться: ні бурі, ні грози, ні самотності.*

*(поспостерігати, у якому із запропонованих образів учасник арт-терапевтичного заняття відчуває себе більш комфортно і впевнено)*

### **3. Індивідуальна робота.**

Інструкції повідомляємо заздалегідь, щоб не порушити той емоційний стан, який виник в людини. Кожному з учасників пропонується зайняти вибране ним місце за робочим столом.

- *На аркуші паперу з допомогою будь-яких зображувальних засобів намалюйте уявлювані вами образи одного чи кількох дерев і асоціації, що виникли.*
- *Придумайте малюнку назву та історію, яку дерево хотіло б розповісти від першої особи.*

### **4. Етап вербалізації.**

Учасники займають стільці, кладучи свої роботи на стільці всередині кола. Потім кожен розповідає про свій малюнок. Ступінь відкритості залежить від самого „художника”. Якщо він з якоїсь причини мовчить, можна спробувати делікатно розпитати, наприклад, про починання, надії, мрії, бажання образу-дерева. Наполягати однак не слід.

Щоб пояснити деталі малюнка чи розповіді, психолог чи інші учасники групової роботи можуть додатково задавати коректні непрямі запитання:

- *Де твоєму дереву хотілося б рости: на галявині чи серед інших дерев?*
- *Чи є в нього друзі чи вороги?*
- *Чи боїться це дерево чогось?*

- Чи загрожують йому які-небудь небезпеки?
- Про що мріє це дерево?
- Який настрій у твого дерева?
- Твоє дерево щасливе чи нещасне?
- Якби замість дерева була намальована людина, хто це був би?
- З що його люблять люди?
- Що сниться дереву?
- Якому подарунку зраділо б дерево?
- Як можна врятувати дерево, якщо воно хворіє?

Далі учасникам пропонується наступна інструкція.

- Необхідно відокремити образ дерева від фону. Відірвіть по контуру зображення дерева зовнішню частину малюнка (Робота виконується пальцями, ножицями користуватися не можна)

### **5. Колективна робота.**

Заняття закінчується взаємними подарунками і добрими побажаннями.

- Уявіть, що великий ватман на підлозі – це галявина, на якій „виростуть” ваші дерева. Кожен сам вирішує, де зручно розташувати малюнки: у лісі серед інших дерев, в маленькому гайочку чи залишити на самоті (говорячи образно)
- Виберіть місце, яке вам підходить і розмістіть дерева на площині аркуша.
- За бажання, змініть місцезнаходження вашого малюнка

На цьому етапі особливо значущий стан впевненості, захищеності. Тому малюнки можна представляти багаторазово. Великий терапевтичний ефект досягається, якщо аркуш має форму кола чи еліпса.

### **6. Завершальний етап.**

Варіант I

- Ви можете звернутися один до одного, наприклад, з такими словами: „Подаруй мені, будь-ласка, своє дерево” або „Дозволь мені подарувати свій малюнок на пам’ять тобі”. Нехай ці подарунки стануть вашими щасливими талісманами.

Учасники обмінюються творчими роботами.

„У лісі не повинно залишитись жодного самотнього дерева, яке ніхто не вибрав. У такому разі психолог може попросити дозволу автора взяти малюнок собі, безперечно, з автографом.

## Варіант II

Залишити „ліс” у класі і кілька днів (тижнів) пограти з ним. Наприклад, переміщувати дерева в залежності від настрою, „поселити” іграшкових птахів, тварин, влаштовувати приємні сюрпризи, особливо біля робіт знехтуваних дітей.

### Заняття 3

**Тема:** „Лялькотерапія”

#### Хід заняття:

#### 1. Налаштування („розігрів”).

Кожному учаснику пропонується зайняти місце за столом, приготувати папір, олівці, фарби та ін. матеріали, необхідні для малювання.

- *Візьміть олівець (фломастер, фарбу чи ін. зображувальний засіб), закрийте очі і спробуйте намалювати на аркуші паперу будь-які лінії, геометричні фігури, знаки. Не обмежуйте рухи руки.*
- *Роздивіться свій малюнок. Якщо хочеться децю домалювати чи пояснити словами – зробіть це.*
- *Візьміть інший аркуш паперу, олівець іншого кольору, який на даний час відповідає вашому настрою і знову намалюйте „каракулі”, тільки тепер з відкритими очима. Підійдіть з малюнком до будь-кого з учасників і запропонуйте доповнити його таким чином, щоб вийшло зрозумілим зображення.*

Вправа допомагає краще налаштуватися на свій внутрішній світ.

#### 2. Активізація комунікації.

Учасники сідають в коло, розкладають малюнки на підлогу, щоб можна було їх роздивитися. Далі бажуючі розповідають про спонтанний задум, сюжет, свої почуття, настрої.

Необхідно проявити співчуття, співпереживання іншій людині. Необхідно використовувати виховні можливості таких ситуацій. Завершити цей етап бажано взаємними подарунками малюнків з добрими побажаннями на пам’ять.

#### 3. Індивідуальна робота.

Кожен повинен вибрати один із восьми запропонованих клаптиків тканини і закріпити його з допомогою резинки у вигляді косинки на будь-які пальці лівої руки



- *Уважно роздивіться ляльку, уявіть вираз її обличчя, характер уявлюваного персонажа (Який він: добрий, злий, боязкий, сміливий чи..?)*
- *Намалюйте потрібне за розміром обличчя, виріжте ножицями і вставте в овал, утворений косинкою. За бажання для ляльки можна зробити одяг.*

#### **4. Етап вербалізації і лялькової театралізації.**

- *Придумайте історію, яку лялька неодмінно хотіла б розповісти про себе. Якщо для маленького спектаклю необхідні інші персонажі, зробіть їх.*
- *За бажання, зверніться до учасників групи з проханням, щоб їх ляльки зіграли задумані вами ролі.*

#### **5. Заключний етап.**

Пропонуємо кожному знову вибрати клаптик і зав'язати на пальці. (Зміна кольору клаптика у порівнянні з першим вибором – своєрідний індикатор динаміки настрою і емоційного самопочуття за період заняття). Лялька (без обличчя), за бажанням, може подякувати всім присутнім, поділитися враженнями, задати запитання, розказати про зміни, які сталися з нею.

### **Заняття 4**

**Тема:** „Домашня лялькотерапія.”

#### **Хід заняття:**

##### **1. Індивідуальна робота.**

- *На маленькому аркуші прямокутної форми намалюйте ляльку.*
- *Склейте папір у вигляді циліндра.*
- *За бажання зробіть ляльці одяг, додайте необхідні деталі, аксесуари.*

##### **2. Вербалізація і театралізація (драматизація).**

- *Надіньте ляльку, що вийшло на палець.*
- *Придумайте історію, яку лялька хотіла б розповісти про себе. Почати можна словами: „Жила-була лялька схожа на мене...”*

Початок розповіді словами” „Жила-була людина (дівчинка, хлопчик), схожа на мене...” посилює ефект проєкції і полегшує вербалізацію внутрішнього стану. За словами Д.Бретт, такі розповіді можна назвати психотерапевтичними.

Учасники по колу розповідають свої історії.

### 3. Заключний етап. Рефлексивний аналіз.

Заняття закінчується обговоренням того, що відбувалося. „Лялькам” можна ставити запитання. Дарувати їх один одному. Створити будинок, де вони усі будуть жити до наступної гри. Головне – серйозне і обережне ставлення до створеної ляльки. Адже це – персоніфікований образ автора.

Теми домашніх занять можуть вибиратися у відповідності з проблемами, які підлягають корекції. Наприклад: „Коли я був маленьким...”, „Мені наснився сон...”, „Моя лялька дуже боялася...”, „Жив-був непосидючий хлопчик, якому весь час давали зауваження...”

Спостерігаючи за тим, як змінюється образ, зміст розповіді, неважко відчувати емоційні переживання, а також помітити зміни в особистості дитини і його взаємовідносинах з оточуючими людьми.

### Заняття 5

**Тема:** „Малюємо ім'я”

#### Хід заняття:

#### 1. Налаштування (розігрів)

Модифіковані варіанти вправи „Дзеркало”.

Учасникам пропонується протягом 2-3 хв. походити кабінетом, вибрати найкомфортніше для себе місце.

Робота в парах з почерговим обміном ролями: ведучий – „ведомий”. Тема: уявлюваний малюнок імені. Ведучий пише в повітрі своє ім'я, а інший учень, будучи його дзеркальним відображенням, повторює всі рухи. Це сприяє розвитку вміння „відчувати іншого” шляхом переносу на себе зовнішнього малюнка поведінки людини. Далі кожному учаснику пропонується виконати наступні інструкції:

- *Напишіть в повітрі своє ім'я дрібним каліграфічним почерком по черзі правою і лівою рукою, а потім двома руками одночасно.*
- *Напишіть у повітрі повністю своє ім'я зліва на право і навпаки друкованими і писаними буквами різного розміру*
- *Візьміть в руку уявний широкий пензлик, уявіть відро з масляною фарбою (якого вона кольору?) Напишіть своє ім'я, займаючи якомога більше простору від підлоги до стелі.*
- *Закрийте очі і уявіть найприємніший з образів вашого імені, зробіть ще один уявний малюнок у просторі*

- *Зобразіть своє ім'я на аркуші паперу*

## **2. Індивідуальна робота.**

- *Використовуючи різноманітні матеріали, створіть паперову ляльку з Вашим ім'ям і схожу на Вас.*
- *Коли лялька буде готова, закріпіть її на пальці. Зверніться до неї подумки і нехай вона відповість Вам.*
- *Поставте ляльці запитання: як звати її тепер?*
- *Придумайте історію з назвою, яку Ви від імені своєї ляльки хотіли б розповісти іншим „Жила-була...”*

## **3. Драматизація. «Спонтанний театр»**

Учасники розповідають свої історії.

## **4. Заключний етап. Рефлексивний аналіз.**

У процесі колективної рефлексії кожному учаснику пропонується вербалізувати свої власні враження.

# **Заняття 6**

## **Тема: «Малюємо маски»**

### **Хід заняття**

#### **1. Налаштування.**

Учасники займають місця для індивідуальної роботи.

У якості самостійної вправи на етапі налаштування можна запропонувати учасникам зобразити з допомогою ліній і кольору певні емоції, наприклад – страх, любов, злість. Головна умова: малюнки повинні бути абстрактними, тобто не містити конкретних образів, піктограм, символів-штампів.

#### **2. Актуалізація емоцій страху.**

учасникам пропонується зайняти місця на стільцях, розставлених по колу.

- *Усім: і дорослому, і дитині знайоме відчуття страху. Закрийте очі і уявіть ситуацію, свої відчуття, коли вам було страшно. Придумайте цьому назву.*
- *Відкрийте очі. Розкажіть про свої відчуття.*

Бажано, щоб першою говорила та дитина, на обличчі якої психолог помітить найсильніші емоції. Не примушувати, якщо людина відмовляється!

#### **3. Індивідуальна робота. «Матеріалізація страху»**

Учасники знову займають місця для індивідуальної роботи.

- *Намалюйте свій страх на аркуші паперу. Роботу не обов'язково кому-небудь показувати.*
- *Робіть з малюнком те, що вам захочеться. Його можна зім'яти, порвати, спалити або знищити іншим способом.*

Після цього пропонується наступна інструкція.

- *Намалюйте на аркуші страх у вигляді маски, використовуючи соус чи художню вуглину. На чорному або коричневому фоні можна малювати білою крейдою або висвітлити контури зображення гумкою.*
- *Відірвіть пальцями зайвий папір – фон. Ножницями користуватися не можна.*

Така робота сприяє розвитку тактильної чутливості і дрібної моторики рук.

Інформативними є розмір маски, зображена емоція, наявність таких елементів, як очі, рот, зуби, вуха, роги та ін.

#### **4. Ритуальна драматизація. «Спонтанний театр»**

Створюється ситуація спонтанного переживання страху. Учасникам пропонується об'єднатися для спільної творчості у малі групи по 3-5 осіб.

- *Роздивіться зображення масок. Обміняйтеся враженнями.*
- *Придумайте назву і зміст історії, в якій маски були б головними дійовими особами. Розмістіть їх на ватмані і домалюйте «картину».*

Далі учасникам пропонується озвучити «картину».

- *Розподіліть ролі та потренуйтеся зіграти в особах відповідно до придуманого сюжету. Кожен повинен говорити від імені своєї маски.*

Кожна група виходить на імпровізовану сцену. Інші учасники – глядачі. Виходить невеликий спектакль, причому, яким би страшним не був початковий сюжет, у мить озвучення він викликає сміх і в акторів, і у глядачів.

#### **5. Заключний етап. Рефлексивний аналіз.**

У процесі колективної рефлексії кожному учаснику пропонується вербалізувати свої власні враження, наприклад, обговорити:

- *Що відчував, коли працював сам, з групою, тепер?*
- *Як працювала група? Кому належить ідея сюжету, назви?*

- *Як можна допомогти собі та іншим, якщо раптом стало страшно?*
- *Якого кольору ваші відчуття, коли буває страшко?*
- *Якого кольору ваші відчуття зараз?*

Одночасно обговорюються індивідуальні малюнки, виконані на етапі налаштування.

## **Заняття 7**

**Тема: «Малюємо агресію»**

**Хід заняття:**

### **1. Налаштування.**

- *Займіть місця на стільцях, розставлених по колу. Закрийте очі і уявіть колір, що відповідає вашому настрою.*

Потім кожному учаснику пропонується описати свої відчуття, відповісти на запитання:

- *Який ви уявили колір? Яка це фарба? Який звук? Покажіть цей колір рухом. Який ваш настрій на дотик? Яка його температура?*

Точне усвідомлення свого настрою має значення в розумінні людиною стереотипів і особливостей поведінки в різних ситуаціях.

- *Настрій можна намалювати. Використовуючи різноманітні художні засоби, створіть образ вашого настрою.*

### **2. Актуалізація емоції агресії**

- *У кожної людини – і дорослого, і дитини – іноді буває поганий настрій. Він може проявлятися у ворожості, підвищеній агресивності, злості. Будь ласка, закрийте очі і спробуйте відчувати, подумки пережити цей стан.*
- *Намалюйте символічний образ агресії на аркуші паперу. Роботу можна нікому не показувати.*

Як відомо, в процесі малювання відбувається актуалізація агресивних відчуттів і разом з тим усвідомлення умовного характеру їх зображення.

- *Робіть з малюнком те, що вам захочеться. За бажання виправте, домалюйте зображення або знищте роботу будь-яким способом (зімніть, порвіть і т. д.). Так ви отримаєте владу над своїми почуттями.*
- *Намалюйте на аркуші агресію у вигляді маски. Для цього спочатку зробіть чорний фон. Використовуйте розмашисті, енергійні рухи.*

- Потім білою крейдою або гумкою виділіть контури і деталі зображення.
- Відірвіть пальцями зайвий папір – фон так, щоб вийшла маска. Зробіть, за бажання, отвори для очей, рота. (Ножницями користуватися не можна).

Отже, на даному етапі учасники розвивають уміння аналізувати свої агресивні почуття, свідомо викликати їх і, відповідно, певним чином контролювати.

### **3. Драматична імпровізація**

Коллективна робота в малих групах по 3-4 особи.

- Об'єднайтеся у групи по 3-4 особи. Візьміть аркуші великі листи ватману. Роздивіться малюнки масок, обговоріть зображені емоції, образи.
- Придумайте назву і зміст сюжету, в якому намальовані вами маски були б головними дійовими особами. Розмістіть їх на ватмані і домалюйте картину. Використовуйте будь-які матеріали.
- Підготуйте невеликий спектакль у відповідності до вашої історії. Важливо, щоб у кожній масці була власна роль.

Після того, як робота в групах завершена, і відбулися репетиції, учасники показують їх один одному.

### **4. Рефлексивний аналіз**

Учасникам пропонується зайняти місця у колі, на деякий час закрити очі і подумати над питаннями:

- Що ви відчували, коли працювали індивідуально, в групі, що ви відчуваєте зараз?
- Як працювала група? Як виникла ідея сюжету, назви, сценарію?
- Як можна допомогти собі, коли раптом починаєш злитися?

Далі учасники обмінюються враженнями.

## **Заняття 8**

**Тема: «Історії в малюнках»**

**Хід заняття:**

### **1. Налаштування**

Вільне малювання на аркуші паперу формату А3.

- Малюйте кольорові лінії автоматично, не задумуючись.
- Опишіть малюнок від свого імені. Почніть опис словами: «Я – картинка, на всій моїй поверхні розміщені лінії...»

Можливий діалог автора з частинами картинки.

## **2. Індивідуальна робота**

- *Уяви, що на світі живе людина, дуже схожа на тебе. У неї таке ж ім'я, такий же одяг, такий же дім. Усе дуже-дуже схоже. Одного разу трапилося так, що вона збрехала.*
- *Закрий очі і подумай, яка б це могла бути історія?*
- *Візьми аркуші паперу, олівці чи фломастери і намалюй «Історію однієї брехні в малюнках».*
- *Намагайся створити серію малюнків, з яких би було видно, як вчинив хлопчик (дівчинка), чому це сталося, якою була реакція дорослих, що думав і відчував «автор» подій.*
- *На останньому малюнку зобрази, як буде поводити себе ця людина, коли ситуація повториться знову.*

## **3. Етап вербалізації і рефлексивного аналізу**

Пріоритет інтерпретації малюнків повинен належати їх авторам.

Обговорення історій ведеться по колу. Використовується прийом опосередкованої розповіді, що починається зі слів «Один хлопчик (одна дівчинка)...» або «Я придумав і намалював історію про одну людину, яка...».

## **4. Заключний етап**

Учасники обмінюються враженнями, розказують про позитивний досвід вирішення конфліктних ситуацій подібних їм «Історій».

## **Заняття 9**

**Тема: «Я ліплю із пластиліну...»**

**Хід заняття:**

### **1. Налаштування**

- *Складіть на підлозі з мотузки літеру, з якої починається ваше ім'я.*
- *Пройдіть по ній пальцями, долонями, потім кулаками, ліктями, ногами.*
- *«Походіть» по буквах інших учасників з їх дозволу. Будьте обережні і бережливі.*
- *Створіть тілесні букви з допомогою своїх рук, ніг, тіла. Спробуйте виконати це завдання стоячи й лежачи на підлозі.*
- *Об'єднайтеся у пари (потім у малі групи по 3-5 осіб) і створіть разом образи букв, слів.*

- Візьміть кусок пластиліну певного кольору і виліпіть з нього першу букву свого імені у формі чоловічка.

## **2. Індивідуальна робота**

Кожному учаснику пропонується:

- Взяти в руки кусок пластиліну;
- Пройтися у будь-якому темпі простором арт-терапевтичного кабінету, розминаючи пластилін в руках.

Через кілька хвилин арт-терапевт вмикає мелодичну композицію і просить учасників, не перестаючи рухатись, спонтанно, не задумуючись про результат, надати безформному куску пластиліну який-небудь образ. Далі, переміщуючись простором кабінету, учасники розглядають роботи один одного з метою знайти співзвучний образ і за цією ознакою утворити пари для подальшої творчої взаємодії.

Етап завершується обговоренням.

## **3. Робота в парах (чи малих групах по 5 осіб)**

- З наявних фігур створіть загальну композицію, придумайте сюжет, назву. Домовтеся про форму презентації вашого продукту.

## **4. Заключний етап**

Учасники створюють виставку своїх робіт і по черзі представляють їх, діляться враженнями від роботи в парах, досвідом самопізнання, відкриттями в процесі творчої роботи у самому собі та у партнері. Потім учасники можуть надати один одному зворотний зв'язок. Для цього біля кожної композиції залишають чистий аркуш паперу, на якому бажаючі пропонують авторам власну назву продукту творчості.

## **Заняття 10**

**Тема: «Подарунки по колу»**

**Хід заняття:**

### **1. Налаштування**

Учасникам пропонується зайняти місця у колі.

- Зараз в вас є унікальна можливість подарувати кому-небудь із присутніх, самому собі, усій групі подарунок, який цінний змістом, значенням. Це може бути будь-який предмет, який необхідно наділити символічним змістом, надати йому



*художній образ. Дарувати можна на певний час або назавжди, по бажанню.*

Далі учасники по колу коментують свої подарунки і кладуть їх на лист ватману до завершення цього етапу.

## **2. Індивідуальна робота**

- *Займіть місця за столами для індивідуальної роботи. На аркуші цупкого паперу зробіть композицію з природного матеріалу, придумайте сюжет і назву. Не забувайте, що «подарунки» можна брати лише з дозволу і ставитися до них з обережністю. Поряд із природним матеріалом використовуйте інші предмети: фарби, пластилін, клей – усе, що необхідно для створення задуманої композиції.*

## **3. Етап вербалізації і рефлексивного аналізу**

Учасникам пропонується розмістити роботи на підлозі у внутрішній частині кола, зайняти свої місця на стільцях. Далі кожен розповідає про свою композицію, повідомляє назву, сюжет. Необхідно описати почуття, переживання, асоціації, які виникли в процесі творчості. Інші учасники можуть ставити коректні запитання, висловлювати припущення, коментувати побачене і почуте. Головне завдання – підтримувати в групі зацікавленість і прояв емпатії.

## **4. Заключний етап**

Учасники дарують на пам'ять один одному свої композиції з найтеплішими побажаннями.

Важливо, щоб не залишилося композицій, які ніхто не захотів взяти у подарунок. У цьому випадку психолог може попросити їх для себе або організувати виставку.





**Підписано до друку  
Ум. друк. арк. 5,96  
Зам. № Тираж 300 прим.**

**20300, Черкаська обл., м. Умань  
вул. Садова, 28  
«ПП Жовтий»  
Тел.: 8(04744) 4-20-25**