

Кутбиддинова Римма Анваровна

канд. психол. наук, доцент

Институт психологии и педагогики

ФГБОУ ВО «Сахалинский государственный университет»

г. Южно-Сахалинск, Сахалинская область

**ПОДГОТОВКА АРТ-ТЕРАПЕВТОВ
ДЛЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ И ВЗРОСЛЫМИ НА БАЗЕ
САХАЛИНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА**

***Аннотация:** статья посвящена результатам научно-исследовательского и образовательного проекта по подготовке арт-терапевтов для Сахалинской области. Подготовка специалистов в области арт-терапии позволяет эффективно решать вопросы, связанные с психологическим сопровождением детей и взрослых, имеющих трудности в психоэмоциональной и поведенческой сфере. Методами исследования выступили наблюдение и беседа с участниками образовательного процесса. Применение арт-терапевтических техник в процессе обучения способствует не только развитию профессиональных навыков и умений, но и личностному росту слушателей.*

***Ключевые слова:** арт-терапия, слушатели, обучение, программа.*

В настоящее время общество столкнулось с огромным количеством проблем, непосредственно связанных с психоэмоциональным состоянием человека: фобиями, нарастающей тревогой и депрессиями, паническими атаками среди взрослого населения, аутоагрессивной активностью среди детей и подростков и т. д. С целью снижения негативных тенденций в обществе, ученые и практики в области психолого-педагогической, медицинской деятельности разрабатывают и используют различные превентивные методы, коррекционные программы, терапевтические приемы и техники.

Практикующие психологи, педагоги и ученые изучают и используют методы саморегуляции и стабилизации психоэмоционального состояния личности, среди которых арт-терапевтические методы занимают достойное место.

Стоит отметить, что арт-терапия является междисциплинарной областью знания, включающая в себя знания психологии, медицины, педагогики, художественного искусства. Ее используют как для проведения коррекционных и развивающих занятий, так и для проведения терапии с клиентами и пациентами. Участники арт-терапевтических занятий включаются как в изобразительную, так и в музыкальную и двигательную деятельность.

Виды арт-терапии, представленные в психологии, педагогике и медицине, отвечают существующим видам искусств: музыкотерапия, песочная терапия, изотерапия, танцевальная терапия, драмотерапия, сказкотерапия, библиотерапия, маскотерапия, игротерапия, цветотерапия, фототерапия, куклотерапия и т. д. Каждый из этих видов имеет множество арт-терапевтических техник, которые применяются для решения внутренних и межличностных конфликтов, кризисных ситуаций и травм, как у детей, так и у взрослых.

За рубежом изучением арт-терапии занимались в США и Великобритании начиная с 1938 года. Если в других странах арт-терапевтической деятельностью в основном занимались художники, то в нашей стране основная роль в коррекции данным методом отводилась психотерапевтам и психиатрам.

Проводить арт-терапевтические занятия могут только специалисты, получившие соответствующее обучение: врачи, психологи, педагоги дополнительного образования.

В рамках научно-исследовательского и образовательного проекта, а также с целью подготовки специалистов в области арт-терапии на базе Сахалинского государственного университета была открыта дополнительная программа переподготовки по направлению «Практическая арт-терапия в образовании и социальной сфере». Данная программа позволяет обеспечить Сахалинскую область профессиональными кадрами в сфере арт-терапии и арт-педагогики.

Дополнительная программа профессиональной переподготовки «Практическая арт-терапия в образовании и социальной сфере» не имеет аналогов в Сахалинской области. В Российской Федерации существуют примерные програм-

мы подготовки специалистов, различия состоят в часах, преподаваемых дисциплинах и формах итоговой аттестации.

Во время обучения по данной программе слушатели изучают инновационные технологии в области арт-терапевтической деятельности при работе с разными категориями населения в консультировании, психотерапии и диагностике. Участники обучаются интерпретировать, прогнозировать, корректировать поведение другого человека, опираясь на невербальные компоненты человеческого проявления и продукты арт-деятельности. Приобретают навыки саморефлексии, эмпатии, профессионального самосознания и этики в работе с клиентами.

У всех участников, в той или иной степени, развиваются способности реализации творческого подхода к решению профессиональных задач в области практической деятельности. Немаловажное значение имеет развитие собственного творческого потенциала за период овладения арт-терапевтическими технологиями.

Данное обучение особенно полезно для специалистов в области образования, медицины и социального обслуживания населения, для студентов педагогических вузов и коучеров.

Подготовленные специалисты способны эффективно оказывать помощь в восстановлении психического здоровья граждан, находить внутренние и внешние ресурсы самоисцеления человека и обеспечивать возможность для дальнейшего его продвижения к психологическому здоровью.

В ходе годичного обучения слушатели программы осваивают как общепрофессиональные дисциплины, среди которых «Введение в арт-терапевтическую деятельность», «Основы общей психологии», «Возрастная психология и педагогика», «Основы психотерапии и коррекции», «Основы психологии семьи и семейного консультирования», так и специальные дисциплины: «Изотерапия», «Сказкотерапия», «Песочная терапия», «Работа с глиной и пластическими материалами», «Фототерапия», «Маскотерапия», «Ароматерапия», «Куклотерапия», «Мандалотерапия», «Метафорические ассоциативные

карты в психологическом консультировании и психотерапии», «Телесная и танцевальная арт-терапия», «Музыкальная арт-терапия». Слушатели программы также осваивают дисциплины специализации «Арт-техники при работе со страхами, тревожными состояниями», «Арт-терапия в работе с зависимостями и созависимостью», «Арт-терапия в работе с психосоматическими расстройствами», «Работа с травмой и кризисными состояниями в арт-терапии», «Арт-терапия в работе с детьми ОВЗ».

Обучение предполагает посещение вечерних занятий, дистанционное освоение отдельных разделов, прохождение психологических и арт-терапевтических тренингов. Участники образовательного и научно-исследовательского проекта получают возможность отработать полученные знания, практические техники и приемы на себе и других участниках. Групповое обсуждение результатов позволяет получить каждому участнику объективную обратную связь и эмоциональный отклик.

Используя современные арт-терапевтические методы психологического воздействия на личность возможно оказывать своевременную квалифицированную помощь всем группам населения: детям дошкольного и младшего школьного возраста, подросткам и юношам, родителям, лицам зрелого возраста, а также пожилым людям.

Квалифицированная помощь арт-терапевтов жителям области, позволит с одной стороны, разрешать внутренние конфликты человека; а с другой, гармонизировать психоэмоциональное состояние личности, предотвращая большое количество проблем.

Научно-исследовательский и образовательный проект доказал свою эффективность в деле подготовки квалифицированных кадров в сфере арт-терапии для Сахалинской области.

Исследование показало, что применение с участниками арт-терапии имеет свои особенности и положительные черты: помогает актуализировать внутренний потенциал человека, составляющий основу позитивных трансформаций личности. Во время индивидуальной арт-терапевтической работы фокус вни-

мания участника обращен к индивидуальному внутреннему миру, собственным мыслям, эмоциям, чувствам и желаниям. Арт-терапевтическое занятие ориентировано на обучение участников инновационной технологии в сочетании с терапией личности. Групповая арт-терапевтическая работа способствовала развитию открытости, коммуникабельности и доверительности. Это взаимодействие обладает мощным терапевтическим потенциалом, способствуя успешной индивидуализации и социализации личности.

Можно с уверенностью сказать, что арт-терапевтический образовательный процесс сам по себе способствует созданию благоприятных условий для развития открытости внутреннему миру, естественному проживанию эмоций, уважению к личности другого человека, развитию творческого потенциала личности.

Список литературы

1. Арт-терапия в России: пройденный путь и векторы дальнейшего развития [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.paracels.ru/populjarnaja-psihologija/art-terapiya-v-rossii.html> (дата обращения: 17.11.2019).

2. Соколова И.Ю. Арт-технологии в профессионально-личностном становлении специалиста / И.Ю. Соколова, Ю.В. Сорокопуд // Новый университет. – Актуальные проблемы гуманитарных и общественных наук. – 2012. – №12. – С. 44–50.