

УДК 364.048.6

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК ТЕХНОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАДАПТАЦИИ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Бибикова Н.В.

ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н.Ульянова», Ульяновск, Россия (432700, Российская Федерация, г. Ульяновск, пл. 100-летия со дня рождения В.И.Ленина, д. 4), e-mail: nv95@rambler.ru.

Автор статьи рассматривает проблему социальной реадaptации людей с ограниченными возможностями. В статье анализируются возможности и особенности арт-терапевтической работы в решении данной проблемы. Автор подчеркивает, что арт-терапия особенно важна для социально дезадаптированных и ограниченных в социальных контактах людей-инвалидов. В статье отражены результаты лонгитюдного исследования на базе Ульяновского регионального отделения общероссийской общественной организации инвалидов «Новые возможности», где с молодыми инвалидами проводилась система арт-терапевтических занятий для успешной реадaptации и интеграции в общество. Выводом статьи является необходимость использования в социальной работе с людьми с ограниченными возможностями психотерапевтических технологий, в частности, арт-терапии.

Ключевые слова: арт-терапия, социальная реадaptация, люди с ограниченными возможностями.

ART THERAPY AS TECHNOLOGY SOCIAL REHABILITATION OF PEOPLE WITH DISABILITIES

Bibikova N.V.

FSEI HPE «Ulyanovsk State Pedagogical University named after I. N. Ulyanova», Ulyanovsk, Russia (191023, the Russian Federation, Ulyanovsk, Sq. of 100year from the day of birth of V.I.Lenina, 4), e-mail: nv95@rambler.ru.

The author of article considers a problem of a social readaptation of physically disabled people. The article analyzes the possibilities and features of the art therapy work in solving this problem. The author emphasizes that art therapy is especially important for disabled people socially deadapted and limited in social contacts. Results of longityudny research are reflected in article on the basis of the Ulyanovsk regional office of the all-Russian public organization of disabled people "New opportunities" where with young disabled people were carried out system of art and therapeutic occupations for a successful readaptation and integration into society. Conclusion of article is need of use for social work with physically disabled people of psychotherapeutic technologies, in particular art therapies.

Keywords: art therapy, social readaptation, people with disabilities.

Проблема социальной адаптации и реадaptации инвалидов к условиям жизни в обществе является одной из важных и острых проблем современного общества. В последнее время данный вопрос приобретает особую значимость, в связи с большими изменениями в подходах к людям с ограниченными возможностями. Все больше проблему инвалидности стали рассматривать как проблему общества в целом. Тем не менее, число инвалидов с каждым годом увеличивается, но проблема полноценной жизни в обществе и недостаточная степень включенности людей с ограниченными возможностями в производственные отношения требует дополнительного изучения и решения, как на государственном, так и на региональном уровнях.

Проблемы инвалидности связаны с возникновением многочисленных социальных ограничений и барьеров, не позволяющих лицам с ограниченными возможностями активно

интегрироваться в общество, устанавливать полноценные социальные связи и отношения. Зачастую структура жизнеустройства, социальных услуг остаётся неприспособленной к нуждам людей с ограниченными возможностями.

Среди многочисленных потребностей инвалида (в передвижении; в общении; в свободном доступе к объектам социальной сферы; в возможности получать знания; в трудоустройстве; в комфортных социально-бытовых условиях; в материальной поддержке) важную роль занимают потребности в социально-психологической адаптации и социализации.

Люди с ограниченными возможностями являются специфической социально-демографической группой. У большинства инвалидов наблюдается отсутствие интереса к жизни и желания заниматься общественной деятельностью. Врожденные или приобретенные ограниченные возможности затрудняет образование социальных связей и отношений, ведут к их разрыву, смещению. Инвалиды, как правило, выпадают из жизни общества, что оказывает неблагоприятное влияние на социальное положение этого человека. В связи с этим основной задачей социально-реабилитационной работы в целях успешной интеграции инвалидов в общество, является установление или восстановление утраченных ранее социальных связей, а именно социально-психологическая адаптация и реадaptация. Рееадаптация, по мнению многих ученых, является этапом социальной реабилитации, на котором преобладают психосоциальные методы воздействия, стимуляции жизненной активности инвалидов, специальная педагогическая работа с психотерапевтической направленностью, проводимая с больными и их родственниками. Процесс рееадаптации представляет собой комплекс мероприятий, направленный на приспособление к условиям внешней среды [8].

В настоящее время имеется большой опыт использования арт-терапии в ходе социальной адаптации и рееадаптации лиц с ограничениями здоровья. Арт-терапия в последнее время стала довольно популярным и эффективным направлением в практике социальной терапии и психотерапии. Именно арт-терапия как социально-психологическая технология играет большую роль в решении целого комплекса задач социальной реабилитации и адаптации.

Арт-терапия, принадлежащая к творческим методам и подходам, в социальной работе является одной из инновационных технологий, входящих в социальную терапию. Арт-терапия представляет собой совокупность психологических методов воздействия, применяемых в изобразительной деятельности человека и психотерапевтических отношений, используемых с целью психокоррекции, психопрофилактики, реабилитации и адаптации лиц с различными ограничениями здоровья, эмоциональными и психическими расстройствами.

Уникальность арт-терапевтических методов состоит в том, что арт-терапевт работает с неосознаваемым материалом. Арт-терапия эффективна при решении проблем в эмоциональной сфере, в активизации внутренних жизненных ресурсов, а также в психосоциальной работе с психосоматическими проблемами.

Арт-терапия особенно важна для людей-инвалидов, которые в силу физических или психических особенностей своего состояния зачастую социально дезадаптированы, ограничены в социальных контактах. Творческий опыт, осознание себя, развитие новых навыков и умений позволяют этим людям более активно и самостоятельно участвовать в жизни общества, расширяют диапазон их социального и профессионального выбора. Творческая деятельность играет важную роль в развитии воображения, интуиции, неосознаваемых компонентов умственной активности, а также потребности личности в самоактуализации, в раскрытии и расширении своих созидательных возможностей [1].

Дефицит общения, характерный для большинства людей с ограниченными возможностями здоровья, приводит к тяжким последствиям в психосоциальном развитии. Дефицит внимания, ограничения в процессе коммуникации часто приводят к агрессивному и асоциальному поведению как способу компенсации недостатка признания и понимания со стороны общества. Возможности арт-терапии позволяют решить такие важные задачи, как формирование саморегуляции и контроля за своим поведением, умение сдерживать аффективные проявления, а также профилактика агрессивных действий и повышенной конфликтности, социокультурное и познавательное развитие инвалида.

Главной целью арт-терапевтической деятельности является достижение положительных изменений в психологической и социальной сфере лиц с ограничениями в здоровье. Арт-терапия способствует снятию напряжения, пробуждению внутренних жизненных сил, активизирует внутренние личностные ресурсы, облегчает социальную адаптацию, способствует формированию межличностных навыков. Творчество компенсирует утраченные возможности людей, пробуждает жизненную активность, помогает наладить внутреннюю связанность и общение с самим собой и в целом способствует нормализации жизни.

Имеется широкий спектр показаний для проведения арт-терапевтической работы, в том числе и с людьми-инвалидами:

- негативная «Я-концепция», дисгармоничная, искаженная самооценка, низкая степень самопринятия;
- трудности эмоционального развития (повышенная тревожность, трудность переживания таких чувств и состояний, как обида, горе, страхи);

- переживания эмоционального отвержения, чувство одиночества, стрессовые состояния, депрессия;
- нарушения в межличностных отношениях; враждебность к окружающим, ограниченность в социальных контактах;
- психосоматические отклонения в развитии (в дыхательной, сердечно-сосудистой, двигательной, вегетативной и центральной нервной системах).

В арт-терапевтической работе с лицами с ограниченными возможностями необходимо учитывать:

- устойчивый характер нарушений при хронических заболеваниях, обуславливающий длительную работу с больными и низкую вероятность достижения видимых «психотерапевтических» результатов;
- снижение когнитивных возможностей хронически больных и определенную степень эмоционально-волевых нарушений, что предполагает допустимость нерегулярных посещений арт-терапевтических сессий, низкую степень вовлеченности в работу, необходимость жесткой директивности;
- относительно значительную степень нарушения коммуникативных возможностей больных, что затрудняет установление с ними достаточно устойчивого психотерапевтического контакта и нередко делает проблематичным их участие в некоторых формах групповой арт-терапии [3].

Существует ряд особенностей арт-терапевтической работы с данной категорией лиц:

- недирективный подход к работе, как правило, малоэффективен;
- не следует ожидать быстрых результатов;
- следует допускать аморфные временные границы арт-терапевтических сессий и нерегулярность их посещений;
- следует ориентироваться на «проактивный подход», предполагающий постоянное побуждение больных к работе;
- основной акцент должен быть сделан не на психодинамической стороне работы (включая интерпретацию изобразительной продукции больных, прояснение переносов и т. д.), а на процессе работы больного с материалами и помощи ему в этом (группа ориентируется на деятельность в настоящий момент);
- отказываться от четкого обозначения целей работы [3].

Работа с инвалидами, страдающими различными хроническими заболеваниями, требует соблюдения определенных правил. От арт-терапевта требуется повышенное внимание к организации арт-терапевтического пространства. За каждым человеком должен

быть закреплен индивидуальный набор материалов. Необходимо учитывать потребность в автономности, возможности индивидуальной работы в условиях группы, свободном входе и выходе из кабинета.

Форма организации арт-терапевтических занятий определяется характером нарушения в психическом развитии человека. Если проблема лежит в сфере эмоциональных отношений, наиболее предпочтительна индивидуальная форма; в случае затруднений в социальном приспособлении более эффективна групповая форма работы, тематически ориентированная.

В творческом процессе в арт-терапевтической работе с людьми с ограниченными возможностями неприемлемы команды, указания, требования, принуждение. Участник арт-терапевтической сессии может самостоятельно выбирать подходящие для него виды, содержание творческой деятельности и материалы, а также работать в собственном темпе; может отказаться от выполнения некоторых заданий и быть наблюдателем.

Исследование процесса реадaptации молодых людей с ограниченными возможностями проходило в Ульяновском региональном отделении общероссийской общественной организации инвалидов «Новые возможности». На базе этого отделения работает клуб молодых инвалидов «ПИОН» (от 17 до 30 лет) с особенностями интеллектуального и психического развития и их семей. Главная цель данного клуба заключается в создании условий для адаптации и интеграции в общество молодых инвалидов (от 17 до 30 лет) с особенностями интеллектуального и психического развития. Среди основных задач работы клуба выделим наиболее приоритетные: социокультурная реабилитация молодых инвалидов; оказание социально-психологической помощи инвалидам и их семьям; развитие коммуникативных навыков молодых инвалидов.

Молодые люди, закончив коррекционные школы, остаются изолированными от общества, лишаются возможности установления социальных новых контактов. Прежние социально-практические умения и навыки утрачиваются, происходит стагнация в социально-психологическом развитии. Поэтому для успешной реадaptации и инклюзии с молодыми инвалидами было проведено лонгитюдное исследование по использованию разнообразных арт-терапевтических технологий: изотерапия, драмотерапия, куклотерапия, сказкотерапия.

Представленные далее упражнения и техники арт-терапии были подобраны и адаптированы для лиц с ограниченными возможностями в качестве инструмента социализации и социальной реадaptации.

Все приводимые техники и упражнения объединены в тематические группы. Использование тематически ориентированных групп представляет особый интерес, потому

что такие группы предоставляют возможность для выбора тем и поэтому могут быть легко адаптированы в любой группе лиц с ограниченными возможностями [7].

1. Группа «Работа с материалами» включает в себя техники и упражнения, применение которых имеет целью преодолеть затруднения в изобразительной работе, стимулировать спонтанность, развить креативное мышление («Каракули», техника овощных печатей, «Мой талисман», «Коллаж», «Моя кукла»).

2. Группа «Практические навыки» включает в себя упражнения, способствующие тренировке и совершенствованию когнитивных навыков (внимания, памяти, мышления), тесно связанных с практической деятельностью и адаптивными возможностями личности («Моя одежда», «Мой дом», «Мой город», «Праздник», «Мое хобби», «За столом»).

3. Группа «Чувства и эмоции» составлена из упражнений и тем, позволяющих выразить широкий спектр различных переживаний, способствующих преодолению эмоциональных проблем и снижению тревожности («Моя уверенность», «Фотоальбом моего настроения», «Цвет настроения», «Ларец счастья», «Пульт управления эмоциями») [2].

4. Группа упражнений «Восприятие себя» позволяют человеку отразить свой жизненный опыт и систему межличностных отношений с людьми («Я –Разный», «Автопортрет», «Выметаю болезнь», «Я – солнце», «Перфоманс»).

5. Группа упражнений «Я работаю в группе» предполагают совместную изобразительную работу в парах, позволяющую развивать коммуникативные навыки, исследовать и корректировать социальные роли и привычные формы поведения («Сценарий моей жизни», «Рисуем деревья» [5], «Мои друзья», «Фруктовый салат»).

6. В группу «Работа с семьями» вошли техники, которые могут быть использованы в психосоциальной работе с семьями по успешной социализации и реадaptации детей с ограниченными возможностями («Семейный портрет», «Рисунок семьи в образе цветов» [5], «Образ семьи»).

В рамках социокультурной адаптации и социальной реабилитации на базе Детского музейного центра в рамках программы «Покажи мне свой мир» многократно проводились благотворительные выставки и мастер-классы для людей с ограниченными возможностями.

На базе Ульяновского государственного педагогического университета имени И.Н. Ульянова было организовано волонтерское движение по работе с участниками клуба молодых инвалидов «ПИОН». Волонтеры активно использовали в волонтерской работе разнообразные арт-терапевтические занятия. Кроме этого, ежегодно проводится благотворительный концерт «Сердце отдаю детям» в рамках которого проходит арт-выставка творческих работ молодых инвалидов.

Таким образом, результаты исследования позволяют сделать вывод о том, что гармонизация социальных отношений, формирование утраченных социальных навыков, позитивная коммуникация посредством арт-терапевтических технологий положительно влияют на психическое и социальное здоровье лиц с ограниченными возможностями, обеспечивают условия для оптимального процесса их реадaptации и интеграции в социум. Поэтому комплекс реадaptационных мероприятий посредством арт-терапии способствовал стимуляции социальной активности молодых инвалидов, восстановлению утраченных навыков и успешному приспособлению к условиям внешней среды.

Список литературы

1. Бибикова Н.В. Технологии развития креативности личности / Н.В. Бибикова. – М.: Издательство «Прометей», 2012. – 127 с.
2. Воронова А.А. Арт-терапия для детей и их родителей / А.А. Воронова. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 253 с.
3. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе /М.В. Киселева. – СПб.: Речь, 2007. – 336 с.
4. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми / М.В. Киселева. – СПб.: Речь, 2014. – 160 с.
5. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л.Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с.
6. Ляшенко В.В. Арт-терапия как практика самопознания: присутственная арт-терапия / В.В. Ляшенко. – М.: Психотерапия, 2014. – 160 с.
7. Практикум по арт-терапии / Под ред. А. И. Копытина. — СПб.: Питер, 2001. — 448с.
8. Реадaptация. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: (<http://vocabulary.ru/dictionary/34/word/readaptacija>).

Рецензенты:

Макаров Д.В., доктор культурологии, профессор кафедры философии ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», г.Ульяновск.

Донина О.И., д.п.н., профессор, профессор кафедры педагогики ФГБОУ ВПО «Ульяновский государственный университет имени», г. Ульяновск.