

к.пед.н. Хозраткулова І.А.
Україна, м.Миколаїв,
доцент кафедри педагогіки, психології та
менеджменту освіти ОПППО,
психолог муніципального коледжу

Основні аспекти психологічної арт-терапевтичної роботи з підлітками схильними до насилля

Анотація. В статті розкривається проблема корекційного впливу арт-терапії на психіку підлітка схильного до насилля. Специфічну модель короткострокової індивідуально-орієнтованої інтервенції з підлітками представлено на прикладі авторської мультимодальної інтегральної арт-психологічної методики.

Ключові слова: підліток, насилля, арт-терапія, інтервенція, психологічний вплив, творчість, рефлексія.

Abstract. The article reveals the problem of correctional influence of art therapy on the psyche of an adolescent addicted to violence. A specific model of short-term individual-oriented intervention with adolescents is presented on the example of the author's multimodal integrated art-psychological technique.

Key words: adolescent, violence, art therapy, intervention, psychological influence, creativity, reflection.

Вступ. Трансформація суспільства, яка пов'язана з переходом до ринкових відносин, ряд невирішених політичних, соціально-економічних, психолого-педагогічних проблем, високий рівень кримінальних злочинів, все це впливає на падіння духовних цінностей, сприяє підвищенню агресивності і конфліктності у міжособистісних відносинах. У грудні 2018 року Постановою Верховної Ради України внесено зміни та доповнення у Кодекс України про адміністративні порушення і Закон України «Про освіту» щодо типових ознак булінгу та заходів запобігання і протидії булінгу (цькування). У законі прописано: «З метою створення безпечного освітнього середовища у закладі освіти вживати заходів для надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг, стали його свідками, або постраждали від булінгу» [6].

Постановка проблеми. Ряд досліджень по Україні демонструють загрозливу ситуацію: старі нормативні регулятори поведінки особистості значно розхиталися, а новий (ціннісний) тип регуляції соціальної поведінки особистості ще не сформувався.

Вже довгі роки перед освітою стоїть проблема профілактики насилля і формування асертивності всіх учасників навчально-виховного процесу, але якісних результатів зрушення у бік покращення ситуації не спостерігається. На сьогодні, невирішену проблему делінквентної поведінки серед дітей та підлітків можна означити як злякисну. Шкільні психологи, педагоги та батьки відмічають, що сучасні діти стали одночасно і агресивними і чутливими. Молодь використовує насильство для того, щоб контролювати поведінку оточуючих людей. Отже, актуальним є пошук методів якісної соціально-психологічної та психолого-педагогічної підтримки дітей та підлітків.

Пік насильницьких злочинів доводиться на вік 15 років, як для хлопців, так і для дівчат. Деструкції у соціальному розвитку підлітка завжди мають причини, які найчастіше закладені ще у ранньому дитинстві. Психологи, що ведуть консультативну

роботу з асоціальними підлітками стикаються з багатьма труднощами: внутрішня готовність підлітка до конфліктів, їх небажання співпрацювати з психологом; неможливість встановити контакт з сім'єю такого підлітка; кількісна обмеженість часу на корекційно-реабілітаційну роботу, а також недостатньо валідних діагностико - корекційних методик для подолання віктимної/насильницької поведінки сучасних підлітків.

Представлена у статті мультимодальна інтегральна арт-психологічна методика була розроблена нами для психологічної допомоги клієнтам з симптомами посттравматичного стресового розладу [13;339]. У цієї статті ми продемонструємо можливості її використання у роботі з підлітками схильними до агресії і насилля.

Мета статті - на прикладі впровадження мультимодальної інтегральної арт-психологічної методики продемонструвати механізм психологічного впливу на особистість підлітка з насильницькими формами поведінки.

Основними завданнями є:

1. Розглянути проблему насильницької і агресивної поведінки підлітків.
2. Виявити кореляційний зв'язок між особливостями деструктивності підлітків і методами арт-терапії.
3. Систематизувати різні форми арт-терапевтичного корекційного впливу на особистість підлітка схильного до насилля.

Вже доведено, багатьма вченими [2,3,4,7,8,10,], що методи арт-терапії гармонізують психічні стани, відновлюють емоційну рівновагу та усувають порушення поведінки. Саме в процесі образотворчої експресії особистість краще «розповідає» про свої переживання та потреби. Настановлення, мотиви і цілі у континуумі насильницьких проявів грають важливу роль. Одним тільки впливом середовища неможна пояснити чому люди поведуться асоціально. Ряд дослідників [1,12] вважають, що проблеми, пов'язані з пубертатною кризою, створюють внутрішні умови для виникнення насильницької поведінки в підлітків. Ми вважаємо, що застосування якісної арт-терапії у психологічній інтервенції може допомогти вирішенню проблем підліткового віку пов'язаних з насиллям у міжособистісних стосунках.

В основу змістової складової мультимодальної інтегральної арт-психологічної методики покладено теоретичні концепції талановитих вчених, унікальні тренінгові курси, майстер-класи, різноманітні алгоритми психологічно втручання зарубіжних та вітчизняних вчених, спеціалістів з арт-терапії: Бетенски М., Вачкова І., Вознесенської О., Деркач О., Зинкевич-Евстигнеева Т., Копитіна О., Лебедевої Л., Нікітіна В., Тараріної О. та інших, які довели свою ефективність.

Виклад основного матеріалу. Запропонована мультимодальна інтегральна арт-психологічна методика представляє специфічну модель короткострокової індивідуально-орієнтованої арт-терапевтичної інтервенції з підлітками. Тривалість психологічного втручання - двадцять тижнів (одне заняття у тиждень). Один модуль складається з трьох - п'яти зустрічей - від 40 до 80 хв. кожна. Чотири модулі акумулюються в одну психотерапевтичну сесію, яку необхідно повторити через 3 місяці.

Модуль 1. Релаксації та візуалізації (медитація).

Модуль 2. Асоціативно – образотворчий (вільне малювання).

Модуль 3. Наративно – евристичний (складання казкової історії).

Модуль 4. Рефлексивний (оцінка результатів психологічного впливу).

Всі модулі логічно доповнюють один одного і складають унікальну цілісну структуру арт-терапевтичної сесії, яка базується на образотворчому потенціалі особистості підлітка.

Психологічна допомога та реабілітація повинна сприяти трьом фундаментальним аспектам: підвищенню самооцінки, самоконтролю психологічних станів та розвитку емоційного й соціального інтелекту.

Основною ідеєю впровадження методики є гармонізація взаємовідносин проблемного підлітка з оточуючими, реалізація асертивної поведінки як оптимальної у взаємодії з однолітками.

Головна мета впровадження першого модулю *«Релаксація та візуалізація»* - формування довіри до психолога. Важливими завданнями виступають активізація спрямованої уваги підлітка та зниження рівня психологічної напруги. В ході цього модулю підліток проговорює заспокійливі словесні формули самовпливу, керує увагою й завдяки візуалізації створює позитивний емоційний фон. У психорегулюючий механізм покладено методику аутогенного тренування Й.Шульца й принцип емоційної саморегуляції: «розслаблюючи м'язи, довільно і свідомо контролюючи їх стан, можна навчитися керувати відповідними емоціями». Сутність дихальних вправ - в усвідомленому контролі за ритмом, частотою та глибиною дихання. Під час релаксації, підліток, усвідомлено розслаблюючи м'язи тіла, навчається впливати на емоційно-вольову сферу та регулювати власні афективні стани. Для особистості схильної до насилля ці навички є необхідними і першочерговими у реабілітації. У психодіагностичних цілях, для оцінки суб'єктивної успішності релаксації ми використовуємо скорочений варіант анкети САН (самопочуття – активність – настрої).

За епігенетичною концепцією Е.Еріксона без "базової довіри до світу" неможливий нормальний розвиток таких провідних новоутворень особистості як: автономія, ініціативність, самостійність, соціальна компетентність та ін. Без цих новоутворень дитина не зможе стати адекватним суб'єктом міжособистісних відносин і сформуватися в зрілу відповідальну особистість. Отже, перший модуль є вагомим для позиції «прийняття себе» підлітком, а доброзичлива атмосфера під час роботи є своєрідним підґрунтям встановлення довірливих взаємовідносин з психологом.

Процес саморозкриття через спонтанну художню творчість відбувається у другому модулі *«Асоціативно – образотворчому»*. Робота в цьому модулі спрямована на можливість кожної особистості реалізувати свої почуття у безпосередньому потоці самовираження. Головне завдання, яке вирішує психолог – діагностика рівня агресії, віктимності, самооцінки та визначення ролі, яку грає підліток під час насильницької комунікації. Матеріалом для цього є спостереження за процесом малювання (бажання малювати, міміка, рухи, невербальна експресія), в якому виявляються і усвідомлюються важковербалізовані проблеми.

Наряду з неформалізованими арт-методиками доцільно використати і формалізовані, щоб мати можливість якісно порівняти результативність корекційної роботи у подальшому. За методикою «Опитувальник емоційного інтелекту» Д.Люсіна [9;29] нами було виявлено показники міжособистісного емоційного інтелекту, внутрішньо особистісний емоційний інтелект, розуміння емоцій, управління і контроль емоцій. Рівень емпатії продіагностували за допомогою модифікованого опитувальника А.Меграбяна і Н. Епштейна [11;299]. В результаті асоціативного експерименту «Прямий (вільний) асоціативний тест» [11;174] було встановлено асоціативну залежність між пред'явленим словом-стимулом і реакцією підлітка. Емоційні слова – стимули стосувалися проблеми булінга, насилля, жорстокості у взаємовідносинах з однолітками. Шляхом шкалювання ми визначали значущість тих чи інших життєвих цінностей за методикою «Життєві цінності» Н.Шевченко [5;117]. Так за результатами

первинного діагностування визначалася стратегія психологічного впливу на особистість підлітка.

Алгоритм наступної роботи складається з трьох етапів:

- 1) процес вільного безцільного руху олівця (крейди) по аркушу паперу із заплющеними очима, не домінуючою рукою;
- 2) аналіз характеру думок під час малювання;
- 3) створення персонажів для казки з карлючок.

Варіантами вправ вільного малювання можуть бути такі:

«Карлючки». Основний зміст цієї вправи – вільний рух крейди або олівця на аркуші паперу без будь-якої мети і задуму.

«Амбідекстр». Підліток обирає різні кольори для правої і лівої руки. Заплющив очі, малює карлючки двома руками, потім, розплющив очі, формує образи на основі цих карлючок.

Малюнок на вологому папері. Водорозчинні фарби підліток наносить на вологий папір за допомогою пензлика, розбризкуючи їх.

«Відбитки». Для виконання цієї вправи підійдуть предмети з рельєфною поверхнею для виготовлення відбитків.

У процесі малювання підліток надає можливість виходу своїм почуттям, під час експресії в нього виникають думки, які бажано потім обговорювати. Під час аналізу побути, так би мовити, частиною малюнка. Результатом такої роботи є визначення неадаптивних думок та переосмислення свого ставлення до сімейних конфліктів та негативних шкільних ситуацій.

Цей модуль акумулює декілька тестових методик і саме завдяки унікальній спонтанній творчості діагностичний і терапевтичний процеси відбуваються одночасно.

Психологічні методики Д.Вінікота «Каракулі» та Л.Лебедевої допомагають в діагностиці та інтерпретації намальованого. І все ж таки, в інтерпретації продукту діяльності (малюнка) психолог спирається на систему пояснень автора, намагаючись скласти цілісну психологічну картину на основі виявленого психологічного діагнозу.

Третій «Наративно-евристичний» модуль, це етап кульмінаційної корекційно - реабілітаційної роботи, коли емоційна та пізнавальна сфера поєднані і спрямовані на зміну неконструктивних насильницьких стратегій поведінки.

Особливе значення у психологічному процесі має казкова історія. З точки зору представників трансактного аналізу, особливої уваги заслуговує вивчення ролівої взаємодії героїв казки. У рамках біхевіорального підходу казки розглядаються як опис моделей поведінки. Арт-терапевт, доктор психологічних наук Т. Зінкевич – Євстігнеєва [7;48]. зазначає, що казко терапія - це «процес пошуку смислу, розшифрування знань про Всесвіт та про систему взаємовідносин у ньому».

Працюючи з казкою, психолог допомагає підлітку засвоювати продуктивні моделі міжособистісної взаємодії, реконструювати непродуктивні і будувати нові, засновані на емпатії і розвиненому соціальному інтересі. Саме завдяки міфологізації та казковості у підлітка народжується можливість вийти за межі буденної реальності, здолати певні особистісні й соціальні шаблони мислення. В процесі створення та інтерпретації казкової історії підліток усвідомлює підсвідоме. Відбувається аналіз внутрішніх і зовнішніх ресурсів, він намагається розібратися у своїй соціальній ролі. Зрозуміти, що кожна людина не може бути ізольованою – вона є цілісною системою соціальних відносин, суб'єктом яких вона є.

В ході творіння казки підліток повинен орієнтуватися на класичні композиційні елементи логічної побудови будь-якої казкової історії, а саме: починати з красномовного зачину: «Десь за високими горами, глибокими морями, густими лісами

жили собі ...»; «І ось, одного разу...», «...через те...» «Кульмінація», «Розв'язка» та «Мораль цієї казки...».

В ході аналізу казкового матеріалу важливо створити атмосферу, завдяки якій підліток замислиться над власними агресивними моделями взаємодії з оточуючими, когнітивними неадаптивними схемами, почуттям фрустрованості потреби в залежності, прийняттям себе як людини, яка вміє керувати власними емоціями та розуміє потреби інших.

Рефлексивний підхід у четвертому модулі є своєрідною можливістю для підлітка усвідомити наслідки демонстрації насильницьких форм поведінки у стосунках з батьками та однолітками й опанувати альтернативні ненасильницькі комунікативні стратегії взаємодії.

На цьому етапі метою для підлітка є гармонізація внутрішнього світу. Метою роботи для психолога виступає оцінка ефективності психологічного впливу. Фіксація змін емоційних станів, думок, настановлень, контроль поведінкових проявів підлітка, його особистісних переживань є вектором для подальшої психологічної інтервенції.

Для якісної роботи з підлітками треба враховувати наступні психолого-педагогічні принципи:

- 1) цілеспрямованого здійснення комплексного підходу до психолого-педагогічної діагностики з метою виявлення чуттєвих зон психіки підлітка;
- 2) сприяння самовираженню та самопізнанню підлітка;
- 3) розвитку оптимістичної позиції щодо майбутнього;
- 4) створення позитивного мікроклімату у системі стосунків «психолог - підліток – вчитель - батьки»;
- 5) прийняття та схвалення результату творчої праці.

Для екологічності роботи психолог повинен розуміти межі своєї компетентності та зберігати принцип конфіденційності.

Механізм дії. Завдяки продуктивному уявленню і безперешкодному самовираженню досягається стан інсайту, який обумовлює більш глибоке розуміння себе та відносин зі значущими людьми. У процесі фантазування підліток вивільняється від заборон та забобонів і виражає у символічній формі підсвідомі імпульси й потяги. При отриманні задоволення від творчого процесу розширюється поле сприймання, що зумовлює раціональне бачення і аналіз непродуктивної деструктивної поведінки.

Результати дослідження. Для достовірного дослідження нами було сформовано дві групи підлітків схильних до насилля, в першій (експериментальній) ми впровадили і проаналізували результати мультимодальної інтегральної арт-психологічної методики, а друга була контрольною, де підлітки просто написали казку. З метою точної інтерпретації результатів методики ми застосували метод контент-аналізу, а саме, нами було проаналізовано частоту використання підлітком специфічних характеристик головного героя казок, наявність персонажів із ознаками віктимних форм поведінки та особливості сприймання часу в ході складання казки. Також за даними експертних оцінок виявлено статистичну значущість розбіжності в ознаках насильницької поведінки між контрольною та експериментальною групою підлітків.

Ефективність корекційної роботи ми перевірили за допомогою непараметричного критерію знаків G, який призначено для визначення напрямку зрушення досліджуваного параметру. Він дав можливість встановити кореляцію досліджуваних ознак: рівнів емоційного інтелекту, емпатії, агресії насилля. Так, позитивні зрушення в поведінці підлітка з насильницькими формами поведінки є не випадковими.

Висновки. Перед фахівцями, які працюють з проблемними підлітками, постає завдання цілеспрямованого впливу на неадекватні трансакції. Через відкриття джерел

творчості і знаходження ресурсів внутрішньої сили підліток усвідомлює альтернативні форми ненасильницької взаємодії.

В ході експериментального впровадження мультимодальної інтегральної арт-психологічної методики ми вирішили дослідницьку задачу – з'ясували вплив даної методики на рівень готовності підлітка до проявів насилля.

Запропонована модель короткострокової індивідуально-орієнтованої інтервенції впливає на емоційну сферу підлітка з агресивними і насильницькими формами поведінки. Впроваджена методика допомагає процесам соціалізації підлітка, сприяє виникненню емпатійних тенденцій, розвиває емоційний інтелект та закріплює у поведінковому репертуарі підлітка форми ефективної асертивної взаємодії.

Ми розуміємо, що, запропонована методика не наділена чудодійною силою, здатною повністю зруйнувати деструктивні поведінкові й ментальні патерни, також ми не претендуємо на вичерпний аналіз впливу реалізованих арт-терапевтичних прийомів. Проте, в ході психологічної інтервенції ми спостерігали ознаки благополучного прогнозу встановлення довірливих відносин з батьками та емпатійного ставлення до однолітків.

Література

1. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. Пер. с англ. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – с.11-502
2. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс. 2002. – 256 с.: ил.
3. Вачков И.В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом.../ И.В. Вачков. - М.: Генезис, 2011. – 288 с.
4. Вознесенська О.І. Особливості арт-терапії як методу / О.І. Вознесенська // Психолог. – 2005. – №10. – С.5–8.
5. Діагностичний інструментарій психолога /упор. Т. Гончаренко. – К.: шк.. світ, 2008. – 128 с. – (Б-ка «Шк.світу»).
6. Закон України від 18.12.2018 № 2657–VIII «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії боулінгу (цькуванню)». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19>
7. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. — СПб.: ООО «Речь», 2000. - 310с
8. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. / Л. Д. Лебедева - СПб.: Речь, 2003. - 256 с.
9. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д.В. Люсин // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / [под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова]. – М. : Институт психологии РАН, 2004. – С. 29 – 36.
10. Практикум по арт-терапии / [Под ред. А. И. Копытина].- СПб.: Питер, 2000. – 444 с.
11. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб.пособие / В.Д.Балин, В.К.Гайда, В.К. Гербачевский и др. // Под общей ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. – СПб: Издательство «Питер», 2000. – 560 с.:ил. – («Практикум по психологии»).
12. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. – М.: Педагогика, 1996. – 264 с.

13. Хозраткулова І.А. Використання мультимодальної арт-терапевтичної методики у психологічній роботі з людьми у посткризових станах // Пост-травматичний стресовий розлад: дорослі, діти та родини в ситуації війни – Міжнародне науково-практичне видання/заг. ред.: І.Маноха, Г.Собчук. – Том II – Варшава – Київ: ПАН – Гнозис, 2018. – С 339-347.