

ББК Ю949
УДК 159.922

*А. В. Козлова, В. А. Литвиненко, В. В. Матвейчук
A. Kozlova, V. Litvinenko, V. Matveichuk
г. Челябинск, ЮУрГУ
Chelyabinsk, SUSU*

**ГОРОДСКОЙ АРТ-ТУР КАК ЭФФЕКТИВНАЯ ФОРМА
АРТ-ТЕРАПИИ: МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЙ ПРОЕКТ
THE CITY ART-TOUR AS AN EFFECTIVE FORM OF ART THERAPY:
INTERDISCIPLINARY PROJECT**

Аннотация: Статья посвящена описанию арт-терапевтического городского тура. Арт-терапевтический тур – это уникальный проект, основанный на комплексе методов и приемов книго- и арт-терапии. Программа тура учитывает психологические особенности различных групп детской и молодежной аудитории. Проект разработан с целью обеспечения необходимых условий для социокультурной адаптации детей и подростков.

Ключевые слова: арт-терапия; книготерапия; социокультурная адаптация; стресс; творчество.

Abstract: The article describes the art-therapeutic city tour. The art-therapy tour is the unique project based on a complex of methods and techniques of book and art therapy. The program of a tour considers psychological features of various groups of children's and youth audience. The project is developed for providing necessary conditions for sociocultural adaptation of children and teenagers.

Keywords: art therapy; book therapy; sociocultural adaptation; stress; creativity.

Проблема стресса является одной из наиболее актуальных в настоящее время. Это связано с тем, что среди детской и молодежной аудитории наблюдается высокий уровень тревожности и подверженности негативным эмоциям. Преодоление стрессового состояния является определяющим фактором социокультурной адаптации молодого поколения. Одним из наиболее действенных психотерапевтических приемов считается арт-терапия. Городской арт-терапевтический тур (или арт-тур) представляет собой уникальный проект, включающий в себя комплекс методов и приемов книго- и арт-терапии, направленных на обеспечение необходимых условий для социокультурной адаптации детей и молодежи.

Арт-терапевтический тур является продуктом научного междисциплинарного исследования. Теоретической базой проекта стали фундаментальные работы отечественных и зарубежных ученых (Л. И. Анциферовой, Л. С. Выготского, С. Гольдштейна, М. Кляйн, А. И. Копытина, Э. Крамер, Л. Д. Лебедевой и др.) в таких сферах научного знания, как психология, медицина, педагогика, литературоведение. Программа тура представляет собой совокупность приемов и методов книго- и арт-терапии, учитывающих психологические особенности различных групп детской и молодежной аудитории.

Арт-терапия – это терапия искусством; одно из направлений психотерапии, которое в свою очередь делится на музыкотерапию, сказкотерапию, драма-терапию, библиотерапию, танцевальную терапию и др. Популяризация арт-терапевтических методик обусловлена «мягкостью», «экологичностью» подхода к работе с эмоциональными нарушениями личности [6; 8]. Назначение арт-терапии, по мнению ряда исследователей (Л. Д. Лебедевой [6], В. Беккер-Глош [1] и др.), заключается не в выявлении определенных эмоциональных нарушений, а в обращении к внутреннему потенциалу личности. Кроме того, арт-терапевтические методы обладают «... удивительным свойством внутренней поддержки и восстановления целостности человека» [1, с. 48].

Уникальность проекта заключается в использовании комплекса методов арт-терапии. Кроме того, участниками арт-терапевтического тура могут быть дети, подростки и молодежь с различными особенностями развития и психологического состояния. Целевая аудитория – возрастные группы детской и молодежной аудитории, а также дети с ограниченными возможностями и психологическими заболеваниями.

Целью проекта является создание уникальных форм книго- и арт-терапии, направленных на обеспечение условий социокультурной адаптации, а также коррекция эмоционального состояния детской и молодежной аудитории как категории, наиболее подверженной стрессам и нуждающейся в психологической поддержке.

Арт-тур сочетает в себе элементы театрализованного представления, квеста и ролевой игры. В основе программы проекта игровая форма, которая, по мнению ряда исследователей, является наиболее эффективной в работе с данной социально-возрастной категорией [3; 10]. Применение арт-терапевтических приемов и методов в контексте игрового процесса способствует развитию у детей и подростков навыков игрового общения, благотворно влияет на эмоциональное состояние личности. Как утверждают некоторые специалисты (Гантт [4], Льюис [7], Рогов [9]), творчество обладает широким диапазоном психотерапевтических возможностей. По мнению Н. В. Бибиковой, «... 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» [2].

Данный арт-терапевтический тур по городу Челябинску разработан таким образом: каждый этап путешествия связан с определенным видом творческой деятельности: литература, кино, театр, история и т. д. Маршрут включает в себя такие места, как: кинотеатр «Знамя», квартира Я. Гашека, ЮУрГУ-ТВ, ЧГИК, улица Кирова, дом В. Жуковского, Царский вагон (Музей, Ж/д вокзал), даурские лиственницы, Ленинградский мост, НХТ, элеватор гос. банка, Дворец культуры глухонемых, в том числе в тур включены природные объекты: озеро Смолино и ЦПКиО им. Гагарина. Общая программа тура состоит из 12 объектов г. Челябинска, связанных с искусством и культурой. Все передвижения участников осуществляются или на автобусах (на большие расстояния), или пешком. В каждом из пунктов назначения участникам тура рассказывают историю места, легенды, приметы, связанные с этим городским объектом, а также в указанном месте

участники получают небольшое творческое задание-экспромт, которое выполняют здесь же. Задания будут даваться и индивидуальные, и коллективные: индивидуальный творческий экспромт позволит каждому участнику ощутить свой потенциал в искусстве, задания коллективные в творческом процессе помогут установить более доверительные отношения между членами группы, кроме того, в творческом процессе будет сформирован более цельный и менее разрозненный дух команды. Например, для школьной аудитории могут быть подобраны следующие индивидуальное и групповое задания: подбор эпитетов и создание коллективной сказки. Сначала каждый из участников тура подбирает по 5 эпитетов для того места, в котором они оказались. А затем ребята должны будут написать коллективную сказку или легенду об этом знаковом месте. Сказка будет создаваться по цепочке, каждый участник должен будет продолжать историю, не нарушая сюжет [10]. По мнению А. И. Копытина, «... создание коллективной работы в условиях динамической группы дает богатые возможности для изучения внутригрупповых коммуникативных процессов... участие в такой работе... позволяет... лучше понять не только особенности динамической группы, но и свои собственные реакции...» [5]. Таким образом, происходит глубокое и целостное погружение в культуру города, его мифологию, также все участники вовлекаются в процесс творчества.

Основное преимущество данного арт-тура заключается в том, что в зависимости от возрастной и социально-психологической категории, к которой относятся участники арт-тура, каждый из разработанных маршрутов может быть адаптирован под нужную группу. Маршрут может по необходимости сокращаться, творческая часть непосредственно на арт-объектах города также может варьироваться: и задания, и сам рассказ о культурном объекте разрабатываются на основании характеристик аудитории: для младшей школьной аудитории делается акцент на подвижных творческих заданиях, информация подается в форме игры; для старших школьников предлагаются упражнения на раскрытие творческого потенциала, а рассказ о культурном объекте строится на легендах, загадках этого места. Для детей с особенностями в развитии информативная часть сводится к минимуму, ключевыми становятся реабилитационно-творческие задания, которые выполняются в непосредственной близости от творческих мест города и т. д.

Данный арт-тур является очень гибкой, творческой системой, благодаря которой возможно проводить мероприятия по психологической адаптации, эмоциональной разрядке, коррекции поведения у детей и подростков самых разных возрастов.

Развитие цифровых технологий, детская «гаджетизация», подмена культурно-образовательных и духовных ценностей компьютерной и виртуальной реальностью в последнее время делает подростков все более и более уязвимыми. Ускоренный темп жизни, агрессивность, социальные стандарты мешают естественному развитию детской психики: ребенок не может гармонично развиваться, ему постоянно приходится что-то достигать, доказывать, он находится в состоянии «борьбы». Внимание родителей также во многом в последнее время направлено на развитие у детей выносливости и физической силы, что в свою

очередь не дает положительного результата без подкрепления таких серьезных нагрузок творческими релаксационными занятиями. Низкий уровень здоровья и психическая неустойчивость – серьезная проблема в современном обществе, в качестве ее решения может быть использована программа арт-терапевтического тура, помогающая ребенку качественно улучшить свое здоровье, что в свою очередь позволит ему ощутить полноту включенности в многообразные формы социальной активности. Сделает возможным максимальную реализацию его творческого потенциала.

В ходе междисциплинарного исследования предполагается взаимодействие участников тура с профессиональными психологами, социологами, педагогами дополнительного образования, а также актерами, музыкантами, художниками, искусствоведами и т. д. Это позволит максимально эффективно оценить результаты изменения здоровья, психического состояния и культурно-образовательного уровня ребенка до посещения арт-терапевтического тура и после него. На данном этапе проводится разработка методического пособия, посвященного литературным играм и коррекционной педагогике, которые станут основой для интерактивной части городского арт-тура; установлены контакты с Высшей медико-биологической школой ЮУрГУ: группа ученых занимается разработкой психологического тестирования детей, которое в дальнейшем будет применяться для оценки качества и эффективности предлагаемого продукта.

Статья выполнена в рамках реализации проекта «Книго- и арт-терапия как эффективная форма детской и молодежной коммуникации», поддержанного ЮУрГУ по результатам конкурса научно-исследовательских проектов «Твой старт в науку–2016»

Библиографический список

1. Беккер-Глош, В. Арт-терапия в Аликсеанеровской психиатрической больнице Мюнстера / В. Беккер-Глош, Э. Бюлов // Исцеляющее искусство: журнал арт-терапии. – 1999. – № 1. – С. 42–58.
2. Бибикина, Н. В. Арт-терапия как технология социальной реадaptации людей с ограниченными возможностями / Н. В. Бибикина // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 4. – 614 с.
3. Бреслав, Г. М. Проблемы эмоциональной регуляции общения у дошкольников / Г. М. Бреслав // Вопросы психологии. – 1984. – № 3. – С. 53–59.
4. Гантт, Л. Арт-терапевтические исследования / Л. Гантт // Исцеляющее искусство: журнал арт-терапии. – 1998. – Т. 2. – № 3. – С. 24–36.
5. Копытин, А. И. Теория и практика арт-терапии / А. И. Копытин. – СПб. : Питер, 2002. – 368 с., илл.
6. Льюис, С. Арт-терапия как элемент общинной психиатрической реабилитации / С. Льюис // Практикум по арт-терапии. – СПб. : Питер, 2000. – С. 248–264.
7. Макарова, Е. Г. Преодолеть страх, или Искусствотерапия / Е. Г. Макарова. – М. : Школа-Пресс, 1996. – 304 с., илл.
8. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога : учеб. пособие / Е. И. Рогов. – В 2 кн. – Кн. 1. – М. : ВЛАДОС, 2000. – 384 с.

9. Сухочева, О. Ю. Игровая программа в музее как первый шаг к прочтению трудной книги (на примере интерактивного занятия к выставке «Алиса в стране чудес») / О. Ю. Сухочева // Дергачевские чтения – 2014: Русская литература: типы художественного сознания и диалог культурно-национальных традиций : материалы XI Всероссийской научной конференции с международным участием. – 2015. – № 1. – С. 363–365.

10. Ягодинцева, Н. А. Игровые формы литературно-творческой работы с детьми / Н. А. Ягодинцева. – Челябинск : ЧГИК, 2016. – 20 с.

11. Ягодинцева, Н. А. Литературно-творческий практикум / Н. А. Ягодинцева. – Челябинск : ЧГИК, 2016. – 100 с.