

УДК 373:37.04
DOI 10.17513/snt.39932

ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ МЕТОДИК В СРЕДНЕМ ЗВЕНЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Заховаева А.Г.

*ФГБОУ ВО «Ивановская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации, Иваново,
e-mail: ana-zah@mail.ru*

Система образования постоянно ищет новые технологии, иначе она не будет развиваться. Такой технологией в общеобразовательной школе могут стать арт-терапевтические методики, особенно предложенные методики актуальны для коррекционных классов в общеобразовательной школе и в коррекционных школах VII вида, где обучается ребенок, имеющий проблемы психологического и психического характера. Традиционно арт-терапия ассоциируется, прежде всего, с психологией и медициной (психиатрия, психотерапия), однако арт-терапия — более широкое понятие, междисциплинарное явление. Целей и функций у современной арт-терапии множество, но все они сводятся к главной задаче: формирование целостной, гармоничной, сбалансированной, творческой личности, духовно (психически) здоровой, адекватно решающей насущные проблемы своего существования. Тем самым цели арт-терапии очень близки главным целям образования и воспитания. Цель исследования – найти точки соприкосновения арт-терапии и современного школьного образования, указать конкретные арт-терапевтические методики в работе педагога и классного руководителя, в том числе при работе с детьми, требующими особого внимания (коррекции). Материал и методы исследования: для решения поставленной цели применяются следующие методы: теоретические: диалектика – дает возможность многогранного исследования проблемы; сравнительный анализ, принципы системного подхода; синергетический подход для изучения связей между структурными элементами систем, способными к взаимнообмену информацией; эмпирические: в исследовании даются конкретные, практические рекомендации по применению арт-терапевтических технологий для улучшения качества образования. В статье приводятся рекомендации, касающиеся работы классных руководителей и преподавателей общеобразовательных предметов (таких как литература, история, биология, география, физическая культура), которые напрямую не связаны с искусством, как преподаватели МХК, музыки, рисования, где использование арт-терапевтических методик заложено априори. Активизируя чувственную и когнитивную сферы, искусство способно гуманизировать, т.е. формировать целостную личность, а это главная задача и всей системы образования, и психотерапии. Так арт-терапия и педагогика обретают единую парадигму.

Ключевые слова: арт-терапия, искусство, педагогика, образование, психотерапия, коррекционные классы, коррекционные школы VII вида

USE OF ART THERAPY TECHNIQUES IN THE MIDDLE LEVEL OF A SECONDARY SCHOOL

Zakhovaeva A.G.

*Ivanovo State Medical Academy of the Ministry of Healthcare of the Russian Federation, Ivanovo,
e-mail: ana-zah@mail.ru*

The education system is constantly looking for new technologies, otherwise it will not develop. Art therapy techniques can become such a technology in secondary schools, especially the proposed methods are relevant for correctional classes in secondary schools and in correctional schools of the VII type, where the child has psychological and mental problems. Traditionally, art therapy is associated primarily with psychology and medicine (psychiatry, psychotherapy), however, art therapy is a broader concept, an interdisciplinary phenomenon. There are many goals and functions and goals of modern art therapy, but they all boil down to the main task: the formation of an integral, harmonious, balanced, creative Personality, spiritually (mentally) healthy, adequately solving the pressing problems of its existence, thus art therapy is very close to the main goals of education and upbringing. The purpose of the study is to find the points of contact between art therapy and modern school education. Specific art therapeutic techniques in the work of a teacher and class teacher are given. Including when working with children requiring special attention (correction). Research material and methods: the following methods are used to achieve this goal: theoretical: dialectics – provides an opportunity for a multifaceted study of the problem; comparative analysis, principles of a systematic approach; a synergetic approach to study the connections between structural elements of systems capable of exchanging information; empirical: the study provides specific, practical recommendations on the use of art therapy technologies to improve the quality of education. The article provides recommendations regarding the work of classroom teachers and teachers of general education subjects (literature, history, biology, geography, physical education), which are not directly related to art, such as teachers of the Moscow Art Theater, music, drawing, where the use of art therapy techniques is laid down a priori. By activating the sensory and cognitive spheres, art is able to humanize, i.e. to form an integral personality, and this is the main task of the entire education and psychotherapy system. This is how art therapy and pedagogy acquire a single paradigm.

Keywords: art therapy, art, pedagogy, education, psychotherapy, correctional classes, correctional schools of the VII type

Система образования постоянно ищет новые технологии, иначе она не будет развиваться. Такой новой технологией в общеобразовательной школе могут стать арт-терапевтические методики. Особенно предложенные методики актуальны для коррекционных классов в общеобразовательной школе и в коррекционных школах VII вида, в которых обучается ребенок, имеющий проблемы психологического и психического характера.

Традиционно арт-терапия ассоциируется, прежде всего, с психологией и медициной (психиатрия, психотерапия), однако «арт-терапия – междисциплинарное явление. Она возникла на стыке искусства и науки и вобрала в себя достижения медицины, педагогики, культурологии, социологии и других дисциплин. Ее методы универсальны и могут быть адаптированы к различным задачам, начиная от решения проблем социальной и психологической дезадаптации и заканчивая развитием человеческого потенциала» [1, с. 9].

Целей и функций у современной арт-терапии множество, но все они сводятся к главной задаче: формирование целостной, гармоничной, сбалансированной, творческой личности, духовно (психически) здоровой, адекватно решающей насущные проблемы своего существования. Тем самым цели арт-терапии очень близки главным целям образования и воспитания, указанным в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации», а именно: «образование – единый целенаправленный процесс воспитания и обучения, являющийся общественно значимым благом и осуществляемый в интересах человека... воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей...» [2].

Цель исследования – найти точки соприкосновения арт-терапии и современного школьного образования, указать конкретные арт-терапевтические методики в работе педагога и классного руководителя, в том числе при работе с детьми, требующими особого внимания (коррекции).

Материалы и методы исследования

Для решения поставленной цели применяются следующие методы: *теоретические*: диалектика – дает возможность многогранного исследования проблемы; сравнительный анализ, принципы системного подхода; синергетический подход для изучения связей между структурными элементами систем, способными к взаимобмену ин-

формацией; *эмпирические*: в исследовании даются конкретные, практические рекомендации по применению арт-терапевтических технологий для улучшения качества образования. В статье приводятся эмпирические рекомендации, касающиеся, прежде всего, работы классных руководителей и преподавателей общеобразовательных предметов (таких как литература, история, биология, география, физическая культура), которые напрямую не связаны с искусством, как преподаватели МХК, музыки, рисования, где использование арт-терапевтических методик заложено априори.

Результаты исследования и их обсуждение

Арт-терапия – это социально-психологический механизм влияния на личность через различные виды искусства (живопись – изотерапия, музыка – музыкотерапия, танец – данстерапия, литература – либросихитерапия) для снятия эмоционального напряжения и душевных переживаний. Арт-терапия есть механизм психотерапевтического воздействия на личность для улучшения эмоционального состояния, снижения переживаний ребенка. При этом «цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания» [3, с. 19]. Именно это необходимо школьнику для успешного овладения учебным материалом. При воздействии на эмоции ребенка посредством искусства активизируются резервы организма, улучшается психологическое и психическое состояние личности. Это особенно важно в работе коррекционных классов и школ, ибо система преподавания должна исходить «из особенностей устройства человеческой личности, что позволяет обеспечить как изучение материала и формирование личности, так и профилактику психических расстройств» [4, с. 14]. Так арт-терапия и педагогика обретают единую парадигму.

Что есть искусство? Почему искусство обладает терапевтическим эффектом? «Искусство – это мир чувственных образов, сознательно созданных человеком посредством формы и определенного материала; мир, призванный вносить в жизнь человека красоту, знания, наслаждение, творчество, игру воображения, духовность. Искусство не только гуманизирует человека, формирует полноценную, целостную личность, но и способно корректировать психопатологию» [5, с. 56]. При этом психологическое воздействие искусства – это «таблетка для души», которую принимаешь с наслаждением. Поэтому главная задача педагога –

это заинтересовать ребенка. Без интереса психотерапевтического воздействия искусства не может быть.

Цели работы *классного руководителя* – это развитие коммуникативных и познавательных способностей ребенка, формирование творческого потенциала личности школьника. В коррекционных классах (школах) классный руководитель – это еще и психолог. Классный руководитель должен заинтересовать ребенка образовательным процессом в целом, здесь важно сплочение классного коллектива. Для этого существуют различные арт-терапевтические методики – как групповые, так и индивидуальные. Групповая арт-терапия способна развивать коммуникативные способности; дать возможность осваивать новые роли и выявлять у ребенка латентные личностные качества, повысить его самооценку. Особенно это важно при первом знакомстве с классом, когда необходимо выявить лидера, школьников с творческими способностями, обратить внимание на пассивного ребенка.

*Занятие (Игра)
«Создай герб (эмблему) класса»*

Цель: сплочение коллектива, выявление творческих личностей, лидера и аутайдера.

Необходимые материалы: бумага, цветные карандаши, фломастеры, краски, кисти, ножницы, журналы с иллюстрациями.

1. Преподаватель объясняет, что такое герб (эмблема) и что это выражает.

2. Предлагает совместно создать герб (символ, логотип) класса. Время 15–30 мин.

3. Класс делится на группы по 10–12 человек, чтобы каждая группа представила свой вариант. Классный руководитель наблюдает за совместной творческой работой ребят. Он старается не вмешиваться, но в случае появления аутайдера помогает ему влиться в коллектив. Можно включить музыку, здесь в начале занятия музыкотерапевтами рекомендуется произведение П.И. Чайковского «Времена года» (для создания доброжелательной атмосферы), а чтобы придать энергию работе – «Марш» И. Дунаевского из кинофильма «Цирк».

4. Презентация полученных «картинок» каждой группы.

5. Затем классный руководитель предлагает из нескольких «эмблем» создать всем коллективом одну, которая и станет гербом класса.

Итог: «Герб класса» становится своего рода объединяющей силой коллектива, его следует качественно оформить, возможно, использовать как «значок» для каждого ученика класса.

Перейдем к рассмотрению применения арт-терапевтических методик в работе *преподавателя литературы*. Наиболее актуальна здесь такая область арт-терапии, как либропсихотерапия, или библиотерапия. Библиотерапия объединяет литературу и психологию, действует на сознательное и бессознательное, на интеллект и на воображение. С появлением первых публичных библиотек книги стали не только хранителями мудрости, они стали своеобразным лекарством от душевных недугов. Правитель Древнего Египта Великий Рамзес II (1279–1213 гг. до н. э.) «приказал высечь над входом в библиотеку города Фивы надпись “Аптека для души”... Платон усматривал в книге способность быть настоящим лекарством. Аристотель обнаружил, что поэзия снимает чувство страха и страдания. В сказке Востока “1000 и одна ночь” врач рекомендовал властелину от недуга перелистывать страницы мудрой книги» [6]. Хороший учитель словесности – это всегда библиотерапевт. «Библиотерапия – это психотерапевтический метод, использующий литературу как форму коррекции психического состояния... Ребенок ассоциирует себя с героем произведения и ситуациями, в которые он попадает. Все чувства и переживания героя становятся его личными переживаниями» [7, с. 109]. Особый раздел библиотерапии – это сказкотерапия, для подростков – это жанры фэнтези, фантастика. «Сказкотерапия – эффективное средство развития самосознания, коррекции негативных эмоциональных состояний... Является средством для решения психологических проблем и содействует личностному росту» [8, с. 58–59]. Учитель литературы предлагает школьникам создать в классе «Книжную аптечку», чтобы каждый ученик принес книгу, которая на него позитивно повлияла или улучшает настроение, какую он бы порекомендовал другу, когда ему скучно. На «внеклассном чтении» или в конце урока следует обсудить выбор той или иной книги.

У *учителя истории* имеются огромные возможности в использовании арт-терапевтических методик. Это и *библиотерапия* («Книжные таблетки» – библиотечка из исторических романов). *Изотерапия* позволяет представить себя в заданной преподавателем эпохе, например: «Я – средневековый рыцарь», «Я – гладиатор», «Я – актриса российского театра XIX века» или «Сенатская площадь 14 декабря 1825 года», «Блокадный Ленинград» и др.; возможно устроить выставки таких работ. Кроме того, учитель может предложить ученикам подобрать иллюстрации к учебнику исто-

рии на основе картин великих художников (можно разрешить пользоваться гаджетами или посетить школьную библиотеку и поискать альбомы с репродукциями). Подобные задания позволяют школьнику реализовать свое Я, свой творческий потенциал, а созерцание картин позитивно влияет на психику. Еще одним заданием для актуализации личностного потенциала может быть описание ребенком того, каким он видит будущее страны, мира, свое место в истории. Для этого задания можно также использовать «Метафорические (ассоциативные) карты», их выборка детьми и поможет создать «свое будущее».

У преподавателя биологии например меньше возможностей для применения арт-терапевтических технологий, чем у преподавателей гуманитарного цикла, однако «преподавание биологии в общеобразовательной школе в условиях инклюзивного образования сопряжено с рядом сложностей и проблем из-за особенностей здоровья детей с ОВЗ и необходимости организации их нестандартного обучения с использованием преимущественно активных, но в то же время доступных методов, среди которых наиболее распространенными являются моделирование жизненных ситуаций и их анализ, внедрение в учебный процесс ролевых игр, наглядных материалов» [9, с. 144]. Такими материалами могут быть картины известных художников, а их подборка на определенную тему – ярким творческим заданием. Например, при работе с натюрмортами ребенок пытается понять, насколько правильно художник изобразил цветы (фрукты, овощи). Рекомендуются «цветочные натюрморты» Амброзиуса Босхарта Старшего, Бальтасара ван дер Аста, Яна Давидса де Хема, натюрморты Ван Гога, П. Сезанна; натюрморты отечественных художников: И.Ф. Хруцкого, И.Э. Грабаря, П.П. Кончаловского, И.И. Левитана и др.

При изучении *географии* (темы «Природные зоны Земли», «Гидросфера», «Литосфера» и др.) арт-терапия также способна оказать помощь учителю и повлиять на интерес ребенка к предмету; школьник может реализовать свои творческие интересы, а именно подобрать репродукции картин известных художников – пейзажистов и маринистов. Проведенное исследование (см. Заховаева А.Г. «Шедевры живописи в работе арт-терапевта» [10]) доказывает позитивное влияние пейзажной живописи на психику. Особенно это относится к творчеству И. Шишкина, К. Моне, А. Куинджи, И. Левитана, В. Поленова, Н. Рериха, И. Айвазовского, А. Рылова. Картины этих художников – это еще и *цветотерапия*: синий,

голубой, желтый, зеленый – цвета, благоприятно влияющие на психологическое состояние личности.

Данс-терапия (танцевально-двигательная терапия) – это привилегия учителя физической культуры. Для некоторых учеников уроки физкультуры не самые любимые, интерес к предмету можно вызвать применением данс-терапии. «Для танце-терапевта является аксиомой понимание, что тело – зеркало души, а движение – это выражение человеческого “Я”. Танец – это коммуникация, которая осуществляется на трех уровнях: с самим собой, с другими людьми и с миром» [11]. На уроке физкультуры ребятам предлагается не просто сделать физические упражнения, а организовать танец – сначала это просто свободные движения, потом учитель способен корректировать танец. Музыка усилит арт-терапевтический эффект.

Музыкотерапия как фоновая музыкальная терапия может применяться на любом школьном занятии. Музыкотерапия – это регулирование эмоционального состояния, активизация мозговой деятельности. Особо хотелось бы отметить арт-терапевтическое значение музыки Вольфганга Амадея Моцарта, так называемый эффект Моцарта. Например, прослушивание его «Сонаты ре мажор», как указывает Е.Н. Кириносва, опираясь на серьезные научные исследования американских и западноевропейских ученых (анализ музыки 60 композиторов, более 3 тыс. участников эксперимента), повысило у школьников интеллектуальный индекс на 62%, «так как музыка Моцарта приводит в возбуждение все отделы мозга, связанные с высшими мыслительными процессами, со слуховыми, зрительными, моторными, эмоциональными реакциями и тонкой координацией движений» [12, с. 33], такой же эффект имеет его «Концерт для фортепиано № 23». Исследований по данной проблеме в нашей стране много, особенно интересен эксперимент учителя детской музыкальной школы О.В. Хайрутдинова-Шиллер [13]. Эксперимент показал, что при прослушивании музыки Моцарта: фрагментов оперы «Волшебная флейта», «Сонаты до мажор», «Соната № 11 ля мажор» – отмечалось улучшение самочувствия, ученики становились более спокойными, улучшалась память, логика мышления. В связи с этими данными музыкотерапия в коррекционных классах и коррекционных школах, особенно школах VII вида, будет очень актуальна. Музыкотерапия – «лекарство, которое слушают» – самый изученный аспект арт-терапии, еще в 1913 году по инициативе академика В.М. Бехтерева создан центр изучения вли-

яния музыки на психическое и психологическое здоровье личности, было научно доказано, что музыка положительно влияет на все системы человеческого организма. В музыкотерапии также рекомендуются произведения: Ф. Шопена «Соната» № 3 и «Ноктюрн» ми бемоль мажор; «Соната» соль минор И.С. Баха, ч.1; Первый концерт С.В. Рахманинова; Ф. Шуберт. 7-я симфония; «Ноктюрн» № 3 Ф. Листа и др. [5, с. 59].

Арт-терапевтические технологии не имеют противопоказаний, искусство вносит гармонию, исцеляет, создает и воспитывает личность.

Искусство для ребенка – это особый мир, «игра» и «не-игра», сознательное и бессознательное. Искусство – сфера эстетического переживания, а чувства – это «ворота искусства», через которые «оно проникает во внутренний мир человека, одухотворяя и гуманизируя его, творя Человека в человеке. Носителями эмоций в искусстве выступают образы и символы, организованные с помощью материала в определенных формах. Искусство способно воспитывать, развивать личность, тем самым разрешая многие педагогические и психологические проблемы» [14, с. 123].

Заключение

Терапевтическая сила искусства состоит в том, что искусство помогает личности найти общие связи с Миром и Миром другого человека, постичь самого себя, преодолеть дисгармонию внутри себя.

Объект влияния арт-терапии – психика личности, мир эмоций и чувств. Только искусство, обладая особой силой (это катарсис – «очищение, оздоровление»), способно без насилия открыть лучшее в человеке, дать мощный позитивный эмоциональный импульс развитию нравственных ценностей, ослабить бессознательные конфликты. Арт-терапевтические методики возможно применять как в воспитательной работе классного руководителя, так и в работе преподавателей гуманитарного и естественного циклов. Активизируя и чувственную, и когнитивную сферы ребенка, искусство способно гуманизировать, т.е. формировать

целостную личность, а это главная задача всей системы образования и психотерапии. Так посредством искусства арт-терапия и педагогика обретают органическое единство, при этом создаются благоприятные условия для повышения качества образования в целом.

Список литературы

1. Киселёва М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. СПб.: Речь, 2007. 336 с.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании» (ред. от 17.02.2023 г.). [Электронный ресурс]. URL: https://edu.sbor.ru/sites/default/files/FZ273_23.pdf (дата обращения: 25.01.2024).
3. Дрешер Ю.Н. Арт-терапия и её возможности. Казань: Медицина, 2017. 76 с.
4. Кузнецова И.Г. Образовательная политика РФ в отношении основного общего образования: цели, задачи и возможные пути их достижения // Современные вопросы устойчивого развития общества в эпоху трансформационных процессов: материалы IV Международной научно-практической конференции. М., 2022. С. 14-20.
5. Заховаева А.Г. Искусство как ядро культуры. М.: Издательский дом академии Естествознания, 2022. 88 с.
6. Жебит Н. Высокие ценности библиотерапии. [Электронный ресурс]. URL: https://www.b17.ru/article/vysokie_tsennosti_biblioterapii/?ysclid=lrq6v7cm9p254356852 (дата обращения 15.01.2024).
7. Попова Н.А. Учить или лечить: библиотерапия в современной школе // Учитель-словесник и ученик в образовательном пространстве информационной эпохи: материалы международной научно-практической конференции (г. Москва 22–23 марта 2018 года). М.: Экон-Информ, 2019. С. 109-115.
8. Емельянцева К.С. Сказкотерапия: психоаналитический подход // Science Time. 2023. № 5 (112). С. 57-59.
9. Селезнева Ю.М., Гальченко С.В. Особенности организации образовательного процесса на уроках биологии для детей с ограниченными возможностями здоровья // Психолого-педагогический поиск. 2023. № 1 (65). С. 142-150.
10. Заховаева А.Г. Шедевры живописи в работе арт-терапевта // Вестник психотерапии. 2023. № 87. С. 20-27.
11. Бирюкова И.В. Танцевально-двигательная терапия // Московский Психологический журнал. 2004. № 8. [Электронный ресурс]. URL: <https://magazine.mospsy.ru/num8/s03.shtml> (дата обращения 10.01.2024).
12. Кириосова Е.Н. «Эффект Моцарта»: pro et contra // Наука 21 века: вопросы, гипотезы, ответы. 2017. № 2 (23). С. 29-34.
13. Хайрутдинова-Шиллер О.В. Эффект Моцарта // Интерактивная наука. 2022. № 2 (67). С. 12-14.
14. Заховаева А.Г. Искусство и медицина: грани взаимодействия (искусство, которое лечит истерзанное «Я») // Вестник психотерапии. 2005. № 13 (18). С. 123-129.