



5. Кочюнас Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия : учеб. пособ. для вузов. – М., 2004. – 464 с.
6. Молоканов М.В. Личностные компоненты успешности практических психологов : дис. ... канд. психол. наук. – М., 1994. – 178 с.
7. Мясинцев В.Н. Психология отношений / Владимир Николаевич Мясинцев; [под ред. А.А. Бодалева; вступительная статья А.А. Бодалева]. – М. : Изд-во «Институт практической психологии»:

Воронеж : НПО «МОДЭК», 1995. – 356 с.

8. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. – М., 1989. – 216 с.

9. Рогов Е.И. Психология общения. – М., 2007. – 335 с.

10. Уманский Л.И. Психология организаторской деятельности школьников : [учеб. пособие для студентов пед. ин-тов] / Лев Ильич Уманский. – М. : Просвещение, 1980. – 160 с.

УДК 316.614.5: 615.851.4

МЕТОДИ АРТ-ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ЖІНКАМИ, ЯКІ ПОСТРАЖДАЛИ ВІД СІМЕЙНОГО НАСИЛЬСТВА

Ярошук Н.П., викладач кафедри психолого-педагогічних дисциплін
Луцький педагогічний коледж

У статті розглянуті можливості застосування методів арт-терапії в психологічному консультуванні жінок, які постраждали від подружнього насильства. Розглянуто приклади практичної реалізації методів арт-терапії в роботі психолога.

Ключові слова: насильство, надання допомоги, сім'я, арт-терапія, малюнок.

В статье рассмотрены возможности применения методов арт-терапии в психологическом консультировании женщин, пострадавших от супружеского насилия. Рассмотрены примеры практической реализации методов арт-терапии в работе психолога.

Ключевые слова: насилие, оказание помощи, семья, арт-терапия, рисунок.

Yaroshchuk N.P. THE METHODS OF ART THERAPY IN WORKING WITH WOMEN VICTIMS OF DOMESTIC VIOLENCE

The article deals with the possibility of using art therapy techniques in psychological counseling of women victims of conjugal violence. Examples of practical implementation methods of art therapy in the work of psychologist.

Key words: a violence, to give help, family, art therapy, drawing.

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Насильство в сім'ї є однією з домінуючих соціальних проблем в Україні, вирішення якої вимагає вироблення ґрунтовної, базованої на емпіричних даних політики та практичних шляхів її застосування. За сучасних умов в Україні, як і в багатьох інших країнах світу, простежуються тенденції до поширення насильницьких дій у сім'ї, на міжособистісному рівні, у стосунках батьків і дітей, чоловіка і жінки.

Щорічно, за даними ВООЗ, більше 1,6 мільйона чоловік гине в результаті насильства. Насильство в сім'ї є причиною 7% смертей жінок у всьому світі [6, с. 36]. Дані офіційної статистики про насильство в сім'ї в Україні доволі обмежені через те, що насильство в сім'ї є найбільш прихованою формою насильства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема насильства в сім'ї вже третє десятиріччя є предметом наукових розвідок за кордоном, про що свідчать чисельні соціологічні, психологічні, медико-соціальні та міждисциплінарні дослідження (А. Робертс, Л. Валкер, Д. Даттон, М. Штраус, Б. Берон, Р. Річардсон, А. Берковіч, М. Кауфман, Л. Девіс, Дж. Хаген, К. Курст-Свангер, Ж. Петкоскі, Р. Добаш та ін.).

Наукові знання про цей феномен на пострадянському просторі оформились нещодавно в контексті вивчення особливостей стану жінок, які зазнали насильства (І. Грабська, О. Шинкаренко, В. Бондаровська, Ю. Онишко, О. Савчук, Р. Безпальча, А. Бова, А. Ноур, В. Захарченко, О. Вілкова та ін.). Останнім часом все більше привертають увагу науковців та дослідників різних галузей соціально-психологічні аспекти проблеми насильства, проблеми психічного і фізичного стану жінок, теоретичні підходи і стратегії подолання гендерного насильства в суспільстві, діяльність служб для жінок в громаді, специфіка родинного насильства, вплив ситуації насильства на особистісний розвиток людини [1; 2; 7; 8; 9; 13].

Мета роботи спрямована на визначення особливостей психологічної допомоги жінкам, які стали жертвами насильства.

Актуальність теми цієї роботи зумовлена проблемою домашнього насильства, яка завжди була латентною. Незважаючи на те, що останнім часом все більше про неї йдеться, вона не зникає, як і не скорочуються власне випадки насильства. Єдиний шлях до її вирішення – це неприйняття насильства в суспільстві. Сьогодні цей шлях просто заблокований. Наше суспільство вражене насильством. Воно на екранах телевізорів, в наших дворах, школах і, звичайно ж, у сім'ях. Найстрашніше, що ми адаптувалися до сприйняття насильства і не завжди реагуємо на нього.

Виклад основного матеріалу. Сімейне насильство – явище досить поширене в усьому світі і у всіх верствах населення. Домашні тирані і деспоти – є серед людей з різним рівнем освіти і будь-якої національності. Про насильство в сім'ї говорять у тих випадках, коли факти грубого і жорстокого поводження виявляються не одиничними, випадковими і ситуативними, а регулярними, систематичними і постійно повторюваними.

Типова модель сімейного насильства – це застосування сили сильнішим стосовно слабшого члена сім'ї. Акти сімейного насильства є різними за своєю жорстокістю. Міра насилля може проявляється від незначного пошкодження до смертельного випадку.

За останнє десятиліття насильство в сім'ї усвідомлюється як серйозна і масштабна проблема, що породжує безліч інших соціальних та індивідуальних проблем. Зокрема, сформувалося розуміння того, що недостатньо тільки карати винних, необхідно також реабілітувати жертву насильства і працювати з людиною, що скоїла насильство, щоб уникнути повторення ситуації.

Наслідками насильства в сім'ї стають тілесні ушкодження, психічні розлади, самогубство, а також втрата почуття самоповаги в жертви. Постійне грубе поводження здатне спровокувати в жертви відповідні насильницькі дії стосовно агресора.

Проблема насильницької поведінки вимагає глибокого дослідження з огляду на необхідність соціально-психологічної корекції та профілактики таких форм міжособистісної взаємодії; розуміння цієї проблеми передбачає теоретичний аналіз її соціокультурного контексту [10, 6].

Враховуючи достатньо обмежені і вельми скромні економічні можливості, що перешкоджають створенню державної та ефективної системи профілактики насильства в сім'ї, можна з упевненістю говорити про те, що найбільш перспективним і реалістичним напрямком соціальної допомоги є в першу чергу психологічна підтримка жертв насильства. Одночасно це і найперспективніша і обов'язкова технологія соціальної роботи з жертвами насильства, її вихідна форма, без якої всі види «чисто» соціальної допомоги стають просто безрезультатними [11, 9].

В даний час допомогу жертвам, які пережили насильство, здійснюють як спеціалізовані установи – кризові центри для жінок, притулки для жертв насильства, так і територіальні установи соціального обслуговування – «Телефони довіри», центри психолого-педагогічної допомоги населенню, центри соціальної допомоги сім'ї та дітям.

Принципи надання допомоги жертвам насильства будуються на загальних психолого-педагогічних підставах кризового втручання. Проте допомога постраждалим від насильства має свою специфіку залежно від того, хто її надає, кому її надають, в якій формі буде вона здійснюватися.

На відновлення контролю з боку жертви насильства за своєю поведінкою і станом, переживанням важкої для неї ситуації може піти тривалий час – тижні, місяці, а іноді й роки. У цих випадках необхідний перехід від консультативної тактики до психотерапевтичної. Психотерапія жертв сімейного насильства може проводитися будь-якими апробованими в практиці методами. Вибір технік, прийомів залежить від особистості клієнта, від конкретної ситуації і професіоналізму психотерапевта. У роботі з жінками, які постраждали від сімейного насильства можуть бути використані методи, які на перший погляд не стосуються пережитого. До таких методів належать арт-терапія [11, с. 35].

У даній статті ми хотіли б обґрунтувати можливості застосування арт-терапії в індивідуальному і сімейному консультуванні, а також представити практичні приклади використання методів і технік арт-терапії в процесі консультування.

Термін «Арт-терапія» (терапія мистецтвом) вперше було вжито А. Хіллом у 1938 році при описанні занять образотворчою діяльністю з туберкульозними хворими в санаторіях. Потім цей термін став застосовуватися до всіх видів терапевтичних занять мистецтвом. В якості особливого виду професійної діяльності арт-терапія почала розвиватися у Великобританії після Другої Світової війни в тісному зв'язку з психотерапією. Спектр проблем, при вирішенні яких можуть бути використані техніки арт-терапії, досить широкий: внутрішньо-і міжособистісні конфлікти, кризові стани, в тому числі екзистенційні та вікові кризи, травми, втрати, посттравматичний розлад, невротичні та психосоматичні розлади [5].

Арт-терапія – міждисциплінарне явище. Вона виникла на стику мистецтва і науки і увірвала в себе досягнення медицини, педагогіки, культурології, соціології та інших дисциплін. Її методи універсальні і можуть бути адаптовані до різних завдань, починаючи від рішення проблем соціальної та психологічної де-

задаптації і закінчуючи розвитком людського потенціалу, підвищенням психічного і духовного здоров'я; вона припускає також використання клієнтом різних форм образотворчої діяльності з метою висловлення свого психічного стану. В даний час арт-терапію все частіше розглядають як інструмент прогресивної психологічної допомоги, що сприяє формуванню здорової і творчої особистості, і реалізації на практиці ряду функцій соціалізації особистості (адаптаційної, корекційної, регулятивної, реабілітаційної, профілактичної) [3, с. 10-11].

Психологічний супровід при посттравматичному розладі і глибокому особистісному переживанні сімейної драми вимагає серйозної професійної підготовки в галузі психологічного консультування і психотерапії. Арт-терапія є спеціалізованою формою психотерапії, психокорекції та розвиваючої психології, заснованою на творчому самовираженні за допомогою різних видів мистецтва (живопис і малюнок, ліплення, музика, танець, театр).

Арт-терапевтичні технології широко використовуються в роботі з дітьми та дорослими, що пережили насильство. Це обумовлено рядом особливостей арт-підходу. По-перше, він орієнтований переважно на невербальне спілкування, що особливо цінно в роботі з жертвами насильства, які часто відчувають труднощі в словесному вираженні своїх почуттів і думок, після того як їм довелося пережити глибоку психотравму. По-друге, найважливішим механізмом терапевтичного впливу в арт-підході є відреагування психотравмуючих ситуацій, яке відбувається, хоча і в символічній (створення малюнка, розігрування сценки з використанням ляльок, казки і т. д.), але все ж експресивній, а не рефлексивній формі. Це дозволяє досягти стану катарсису – звільнення, очищення від негативного емоційного досвіду, дати соціально прийнятний вихід агресивності та іншим негативним почуттям, опрацювати думки і почуття, які людина звикла придушувати і поступово розвинути здатність до саморегуляції. По-третє, творча діяльність є потужним засобом зближення людей [12, с. 26].

Викликаючи певні образи за допомогою активної уяви, закріплюючи їх у символічній формі в продуктах творчості, клієнт має можливість успішно просуватися у вирішенні своїх проблем. Механізм психологічного корекційного впливу арт-терапії полягає в тому, що мистецтво дозволяє в особливій символічній формі реконструювати конфліктну травматичну ситуацію і знайти її вирішення через переструктурування цієї ситуації за допомогою творчих здібностей клієнта. Прийоми арт-терапії пов'язані з уявленням про те, що будь-яка людина, як підготовлена, так і не підготовлена, здатна перетворювати свої внутрішні конфлікти у візуальні форми [4, с. 25].

Спеціаліст, який використовує арт-терапевтичні технології в роботі з жертвами насильства, зобов'язаний приділяти особливу увагу забезпеченню атмосфери психологічної безпеки. Творчі завдання ні в якому разі не повинні прямо вказувати і навіть побічно натякати на проблеми клієнтів, їх необхідно формулювати в образно-символічній, проєктивній формі.

Е. Ейдемільер, І. Добряг, І. Нікольська в індивідуальній роботі з дорослими клієнтами рекомендують використання наступних тем для малювання: «Автопортрет», «Моя сім'я», «Мій приємний спогад», «Мій неприємний спогад» та ін., а також малюнки по типу: «Минуле, сьогоднішнє, майбутнє» [5]. Картини, що відображають динаміку життєвого контексту, клієнти можуть створювати або на окремих бланках, або на одному і тому ж горизонтально розташованому аркуші паперу альбомного формату, розділеному вертикальною рискою на дві частини. Темі формулюються, виходячи з конкретного життєвого контексту. Наприклад: «Я в дитинстві – я зараз», «Я до заміжжя – я



після заміжжя», «Я повинна – я хочу», «Я до початку роботи з психологом – я зараз ...», «Мое ставлення ... тоді – ... зараз» [12, с. 157].

У деяких випадках більш ефективними методами реабілітаційної роботи з жінками, постраждалими від різних форм подружнього насильства, є включення в арт-терапевтичні групи. Як відомо, травматичний досвід не завжди піддається словесному опису. Образотворча діяльність полегшує доступ до пригнічених в результаті травми почуттів, відновлює самоповагу і дарує позитивні емоції. В образотворчій діяльності часто вихлюпуються агресивні тенденції, що переривають новий цикл насильства. Для жінок, які збиралися перейти від старого способу життя до нового, більш здорового, процес творчого самовираження є відмінним інструментом, що дозволяє впоратися зі змінами. Основними завданнями арт-терапевтичної групи є посилення позиції жінок, робота з почуттями провини, страху, гніву, підвищення самооцінки, пошук ресурсів для відновлення фізичного і психічного здоров'я, робота з майбутнім.

При обговоренні групових правил обов'язково обговорюються норми, пов'язані з безоціночними судженнями у відношенні один одного і образотворчих робіт кожного. Кожна жінка знає, що всі присутні в групі мають схожий травматичний досвід. Пропонуються також наступні норми: можна не коментувати свої роботи, якщо немає бажання, або взагалі не працювати над якоюсь справою [12, с. 143]. Група може використовувати в якості інструментів крейду з можливістю широкого вибору різних кольорних відтінків, акварель, гуаш, фломастери, кольоровий папір, журнальні картинки для колажів та ін. Будь-яка з пропонує вправ може виконуватися на папері різного кольору. Якщо робота не сподобалася автору, можна взяти інший аркуш паперу і почати спочатку. Бажано, щоб кожна з учасниць мала свої папки, де б зберігалися роботи протягом усього терміну занять групи.

Деякі вправи можуть виконуватися двічі – на початку і наприкінці роботи групи. Наприклад: одна з вправ, де необхідно зобразити себе у вигляді рослини на тому чи іншому етапі розвитку. Учасниці могли бачити динаміку власного стану. На початку роботи групи, жінки найчастіше зображують себе у вигляді зламаної рослини або кімнатної рослини у квітковому горщику. В кінці роботи групи, нерідко можна бачити яскраво виражену позитивну динаміку з самопочуття і самовідчуття. Жінки зображують себе у вигляді дерев з плодами, з живими зеленими гілками. Особливий терапевтичний і емоційний ефект досягається після того, як жінки самі знаходять свої попередні малюнки в папках і порівнюють їх [12, с. 144].

Особливістю занять є обговорення власних малюнків, під час якого жінки мають можливість побачити схожі почуття у інших учасниць. Таким чином, при роботі з постраждалими від подружнього насильства за допомогою арт-технологій, необхідно допомогти жінці висловити свої почуття і прийняти їх.

Цикл занять завершують вправи на бачення майбутнього, побудова «лінії життя», обговорення перспектив, побудова планів.

Таким чином, в даній статті ми розглянули можливості та приклади використання методів і технік арт-терапії в індивідуальному і груповому консультуванні, широко представлених у сучасній психологічній літературі. Проведений огляд дозволяє зробити висновок, що вмиле використання подібних методів відкриває великий простір для професійної роботи психолога-консультанта, а також для самого клієнта в розумінні і вирішенні існуючих проблем, і може мати позитивний терапевтичний ефект.

Подальших досліджень вимагають питання роботи ґрунтовної підготовки і постійного вдосконалення спеціалістів у цій галузі, рівнем організації праці і кваліфікації персоналу, що забезпечить якість соціально-психологічної роботи і її ефективність.

Література:

1. Бова А.А. Модель факторів, що обумовлюють насильство в сім'ї / А.А. Бова // Український соціум. – 2005. – № 1(6). – С. 15–26.
2. Грабська І.А. Насильство у подружніх стосунках: зарубіжний досвід досліджень та консультування / І.А. Грабська // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 9. – С. –23.
3. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе / Марина Вячеславовна Киселева. – СПб. : Речь, 2007. – 336 с, илл.
4. Киселева М.В. Арт-терапия в психологическом консультировании : учебное пособие / М.В. Киселева, В.А. Кулганов. – СПб. : Речь. – 64 с.
5. Кудрина А.В. Методы арт-терапии в практике психологического консультирования // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». – 2009. – № 3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.psyanima.ru/>.
6. Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире / Под ред. Этьенна Г. Круга и др./ Пер. с англ. – М. : Издательство «Весь Мир», 2003. – 376 с.
7. Ноур А.М. Насильство в сім'ї в Україні: стан проблеми, пошук шляхів розв'язання / А.М. Ноур // Український соціум. – 2004. – № 3(5). – С. 66-73.
8. Онишко Ю.В. Насильство в сім'ї: стан та проблеми / Ю.В. Онишко // Педагогіка толерантності. – 2001. – № 3-4(17-18). – С. 49.
9. Савчук О.М. Підходи по подоланню наслідків насильства над жінками у сім'ях, де чоловіки зловживають алкоголем // Магістеріум: Соціальна робота і охорона здоров'я. – К. : КМ Академія, 2004. – С. 11–17.
10. Савчук О.М. Соціально-психологічна корекція стану співзалежних жінок, які зазнали насильства в сім'ї : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи» / О.М. Савчук. – Нац. ун-т «Києво-Могилян. акад.». – Київ: 2005. – 20 с.
11. Психологическая помощь пострадавшим от семейного насилия : научно-методическое пособие / Под ред. Л.С. Алексеевой. – М. : ГосНИИ семьи и воспитания, 2000. – 160 с.
12. Психологическое сопровождение лиц, переживших насилие в семье : научно-методическое пособие / Под ред. д. псих. н., проф. Ю.П. Платонова. – СПб. : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2002. – 234 с.
13. Шинкаренко О.Д. Психологічні особливості жертв подружнього насильства. Основні напрямки психокорекційного втручання / О.Д. Шинкаренко // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 3. – С. 25–28.