

SOCIALIZATION THROUGH ART THERAPY

Abstract: The Art therapy is like a window to the world of children. It is related to the social activity of children, expressed in stimulating the creative impulse, helping them to realize their feelings, desires and their self-image. The urge to draw, work with text or other art-related activity provokes the child's social activity, activates his or her psychic powers, which aids emotional recovery and inclusion in the surrounding world. Different types of Art Therapy are presented in the article: color therapy, isotherapy, phototherapy, fairytale therapy, play therapy, puppet therapy, sand therapy. They all equally play the role of socializing factor for children.

Author information:

Sonya Ilieva
Professor DSc
at Konstantin Preslavsky – University of Shumen
Faculty of Educaion
Department of Social Work
✉ sonyaelievaa@gmail.com
🌐 Bulgaria

Keywords:

Art therapy, socialization, social activity,
color therapy, isotherapy, phototherapy, fairy
therapy, play therapy, puppet therapy, sand
therapy

Арт терапията е като прозорец към света на децата. Според повечето специалисти една рисунка струва много повече от стотици думи, особено ако е дело на дете болно от хронична болест, от аутизъм, пострадало от насилие или отхвърлено по някакъв начин от социума.

Арт терапията е свързана със социалната активност на децата, изразена в стимулиране на творческия порив, подпомагащ ги да осъзнаят те чувствата, желанията си и своя АЗ-образ. При нея е важен не само крайния резултат от работата, а и самия процес на създаване. Самият порив за рисуване, работа с текст или друга дейност свързана с изкуството, провокира социалната активност на детето, активизира неговите психически сили, което подпомага емоционалното възстановяване и включване в заобикалящия свят.

Според Ж. ЖЕЧЕВ [6, с.14-15] *„Арт терапията изпълнява следните функции при децата :*

Социализираща функция. Чрез насочване на социалната активност на децата по посока ценностите на обществото се задвижват мощни социализационни механизми, по пътя на които става възможно тяхното активно включване в пълноценен, обществено значим живот и дейност.

Развиваща функция. Чрез използването на различни форми на Арт терапия се формират условия, при които всяко дете се чувства по-успешно и може да се справи с трудна ситуация. В същото време се развиват на самочувствие и самоуважение. Те се научават да вербализират емоционалните си преживявания, на откритост в общуването и спонтанност. Постепенно набират опит за нови форми на работа, творчество, самоконтрол върху чувствата и поведението си, придобиват социална компетентност.

Възпитателна функция. Арттерапевтичното взаимодействие се изгржда по такъв начин, че децата се учат на правилна комуникация, емпатия, нежни отношения с връстници, учители, родители. Това допринася за нравственото развитие на индивида, ориентация към системата на моралните норми, асимиляция на етично поведение.

Терапевтична функция. В процеса на творческа дейност се създава атмосфера на добра воля, разбираща комуникация и сигурност. Всяко дете има възможност да бъде изслушано и да привлече вниманието към собствената си личност, под контрола и въздействието на Арт терапевта.

Корекционна функция. На практика арт терапевтът помага на детето да анализира съдържанието на емоционалното си състояние. Чрез възпроизвеждане на разнообразие от нови ситуации в живота детето може да изгради по-адекватни отношения в обществото.

Диагностична функция. Арт терапията има значителни диагностични възможности. Въпреки това, тя не е метод за диагностика в традиционния смисъл на думата. Това е един деликатен, хуманен начин за разбиране на детето, за научаване на неговите интереси и идентифициране на тревожността от проблемите му.“

Основната цел на Арт терапията с деца е да се насочи тяхната социална активност и хармонизиране с обществото, чрез развитието на способността за самоизява и самопознание [17], [20].

От гледна точка на представителите на класическата психоанализа, основния механизъм на възпитателно въздействие на Арт терапията е **механизъмът на сублимация**. Според **К. ЮНГ** изкуството, особено митовете и легендите, както и Арт терапията, която използва изкуство, значително улеснява процеса на индивидуализацията и самостоятелното развитие чрез създаване на зрял баланс между подсъзнанието и съзнателно АЗ. Най-важната техника на Арт терапевтичното взаимодействие в случая се явява техниката на активно въображение, което се стреми да се изправи лице в лице със съзнаваното и несъзнаваното и да ги съгласува чрез ефективно взаимодействие [10], [11].

Ж. ЖЕЧЕВ смята, че [с.15] „Различните типове Арт терапия по специфичен начин подпомагат индивидуалното развитие на децата, тяхната сублимация и социална активност, като базов процес за социализацията“.

Цветотерапия

При нея се работи с въображението, за да го стимулира и събуди способността на децата интуитивно да работят с цветове [12].

Ж. ЖЕЧЕВ отбелязва, че [6, с.17] „Психологията на цветовете е използвана от народите на древните цивилизации като Египет, Индия и Китай. Те са възприемали свойствата на цветовете (цветотерапия) като средство за лечение на болни. Например, има писмени доказателства, че китайските лекари третират язви с жълт цвят, а пациенти с треска са съветвани да носят червен шал. През Средновековието храмовете са изпълнени с големи прозорци от цветно стъкло и многоцветни греди. В съвременността са установени психологически и физиологически ефекти на различните компоненти на цветовете върху човека.“

Цветотерапията работи с въображението, стимулира го и събужда вътре у детето способността му интуитивно да работи с цветове. Цветовете имат голямо влияние върху детето, дори когато този ефект се игнорира и не се взема предвид.

По принцип тогава, когато детето трябва да си спомни нещо, нарисуваната история ще бъде по-ярка и наситена с цветове, т.е. ще са налице ярки картини, генериране на идеи, чувства и асоциации, свързани с предмета на разговора. Това най-ясно се проявява в художествената характеристика на силно емоционално напрежение, което е възникнало вследствие на силни житейски удари, които детето е преживяло. Дори и най-проста картина може да замени много часове на разговор и отразява сложните взаимоотношения, емоции и чувствата на детето [12], [16].

Изотерапия

Работата с бои заема едно от челните места сред диагностичните инструменти, използвани в света на психологическа и арт терапевтична практика, свързана с децата. Рисунката винаги е послание, кодирано в нея. Тя винаги отразява повече несъзнавани чувства и импулси, отколкото съзнателни човешки настройки.

Примерни техники при изотерапията [12], [15], [18]:

- *Техника "Вълшебните боички"*- работи се с тесто, смесено с лепило и добавени бои. Картината се работи на картон, върху който се намазва или излива боята в зависимост от замисъла.

- *Техника "Печати – растения"* – нарязват се печати от зеленчуци, натопяват се в съответни бои и децата конструктивно отпечатват с тях фигурки върху лист хартия или картон.

- *Техника "Монотипия"* - произлиза от гръцката дума един печат. На лист хартия, поставени някои доста големи капчици течност - разредена боя. Сгъва се парче на половина и се натиска плътно. Получават се необичайно причудливи образи.

След всички посочени техники се разказва история по получената картинка.

Фототерапия

Тази психотерапевтична техника работи с фотографията, като форма на визуалното изкуство. На фототерапията може да се гледа като на игра. Тя наистина дава възможност да се "играе" с реалността и чрез оптичен дисплей да се направи избор на най-важните и интересни обекти за детето, творчески да се съчетават разнообразни елементи на реалността един с друг, а понякога - да се създаде нова реалност [22].

„Снимката по самото си естество е социална - тя внушава чувство за смисъла на хората и идеите. Фотографията отразява различни изражения на лицето, поза и предаване състоянието на човешките реакции, включително и тези, причинени от хора и обекти, намиращи се наблизо, или да остане в определена среда. Това позволява да се използва фотографията като средство за изучаване на образа на "АЗ" - израз на чувствата и потребностите на детето“ – смята **Ж. ЖЕЧЕВ** в монографията си „Арт терапията като социална активност и социализационен механизъм при децата“ [6, с.18]

Арт терапевтичните функции на фототерапията са [14]:

- *Фокусиране* - Актуализиране на функцията, свързана със способността на детето да съживи спомените, като снимките водят то отново да преживее събитията. В контекста на Арт терапията често е необходимо да се стигне до тяхното преразглеждане и на тази основа да се изведе нова ситуация с нови, по-трайни последици.
- *Каталитична функция* - Активира различни сензорни системи - най-вече кинестатичната и тактилната чувствителност.
- *Защитна функция* - Свързана е със способността на детето да представи на разстояние травматичните преживявания и в някаква степен контрола над тях.

Фототерапевтичните техники свързани с децата са: фото албум, фото колаж, изготвяне на плакати. За развитието на социалната компетентност, се препоръчва: фотографирание на райони или къщи, градини, магазини. Могат да се изготвят фотосесии на тема: "Жизнен път", "Спомени от детството", "В края на моето детство" и т.н.

Приказкотерапия

Това е метод на Арт терапия, която се отнася за приказно творчество, свързано с интеграцията на детето, подобряване на неговата комуникация и отношенията му с външния свят.

Приказката е конкретна реалност, която позволява да се разшири неговия нормален живот и се разбере света на чувствата и преживяванията му.

Според **Ж. ЖЕЧЕВ** [6, с.19] “Приказките предизвикват от абсолютно всички – деца и възрастни, силна емоционална реакция. Фантастичните изображения едновременно се отнасят до двете умствени нива: ниво на съзнателно и на подсъзнателно ниво. Те осигуряват възможност за връщане към света, позволява да се мечтае и активира творческия потенциал на детето за възприемане на света и многостранните човешки взаимоотношения.“

Приказкотерапията изпълнява следните функции [4], [9]:

- *Огледална функция* - Съдържанието на приказките е огледало, в което се отразява вътрешния свят на детето, като по този начин се улеснява неговата самоидентификация.
- *Разрешаване на конфликти* - Приказките отразяват различните ситуации на конфликт и предлагат възможни решения, въздействия, опити за разрешаване на конфликти, така че децата се научават да си помогнат с описаните в приказката модели.
- *Медиация* - Приказка действа като посредник между детето и арт терапевта, като по този начин се намалява напрежението, което то изпитва.
- *Съхраняване на опита* - Детето разбира, че историята от приказката продължава да функционира във всекидневния живот.
- *Връщане към по-ранните етапи на индивидуалното развитие* - Приказката помага на детето да се върне към стари спомени спонтанно.
- *Промяна на позицията* - Приказките съдържат и предлагат на детето нов опит в съзнанието му за промяна в актуалната му позиция.

Игротерапия

Играта като терапия се използва за психологическа корекция на емоционални и поведенчески разстройства у децата, като включва използването на детски играчки. Посредством играта децата получават чувство на свобода и спонтанност във връзка с преживяване на житейските събития. В такива моменти те са готови да открият нещо ново изпитвайки радост и удивление от мистериозни и непредсказуеми картини на живота. Участието в някакъв тип игра освобождава децата от обичайните идентичности и приетите норми. По тази причина чрез играта арт терапевтът може да разкрие нови ирационални импулси и сигнали у детето, да му позволи ситуация на нещо "абсурдно", или просто да го принуди да се движи. Позволявайки на детето да изпита подобни чувства той може да отвори у него пътя към нови знания и прозрения [1], [3],[5].

Куклотерапия

Това е една от областите на Арт терапията, която използва за въздействие кукла, предвидена като междинен обект във взаимодействието между възрастен и дете. По този начин е възможно да се решават различни важни корективни задачи, като например справяне със страх, ревност, срамежливост, агресивност и др.

В цитираната по-нагоре монография **Ж. ЖЕЧЕВ** отбелязва, че [6, с.21] „През последните години куклотерапията започва да набира скорост сред многото добре познати методи, използвани за предотвратяване и преодоляване на детските страхове. Работата с кукла в Арт терапията позволява да се раздели детето от неговите страхове: Не се ли страхува то, например, от плюшено мече или магаре. В този случай, детето действа като смел защитник на любимата си играчка.“

Пясъчна терапия /Пясъкотерапия/

Тази терапия се използва в световен мащаб за консултиране и подпомагане на деца и възрастни. С построената фигура върху пясък се развива визуално-образното мислене, възприятие и памет. В пясъчника мощно се развива тактилната чувствителност и моториката. Игра в пясъка - това е лесен, познат, достъпен, естествен метод, защото пясъкът е естествен материал, който човекът е използвал от древни времена. Пясъкът и водата са естествени символи, свързани с два основни елемента, от които, както се смятали древните философи е направен светът. Самата структура на пясъка привлича арт терапевтите и децата да се присъединят към него във взаимодействие [19], [21].

Пясъкът се състои от малки зърна, от които може да създаде всичко, което детето иска и да бъде господар на този създаден свят. Резултати в пясъка, са по-ефективни от стандартните методи на обучение. Чрез самостоятелни рисунки в пясъка, детето бързо усвоява буквите и цифрите, научава концепцията за "ляво" и "дясно", концепцията за време - ден и нощ, сезоните. С построеното върху пясък се развива визуално-образното мислене, възприятието и паметта [7].

Заклучение

Чрез творческия, терапевтичен процес на изкуството се подобрява и повишава социалната активност и физическото, умственото, емоционално благополучие на хората от всички възрасти, включително и най-вече на децата. Тя се основава на убеждението, че творческият процес участва в художественото, самостоятелно изразяване и помага на хората за решаване на конфликти и проблеми, развива умения за междуличностна комуникация, управление на поведението, намаляване на стреса, повишаване на самочувствието и самосъзнанието, и постигне прозрение.

Арт терапията интегрира областта на човешкото развитие с визуалните изкуства (рисуване, живопис, скулптура, и други форми на изкуство), както и творческия процес с модели на консултиране и психотерапия. По този начин се осъществява социализацията на децата, която е в тясно взаимодействие с тяхната социална активност.

Самият процес на Арт терапията, като социална активност подпомага социализацията на децата като:

- творчество, което насърчава възстановяването от болка или страдание;
- развива социални умения, стратегии за контрол на гнева, решаване на конфликти, положително мислене, както и много други умения;
- решава проблемите на деца с широк спектър от клинични случаи, включително такива с тежки психични заболявания, агресия, депресия, страх, при които личността е с ограничена социална активност и намалени възможности за пълноценна социализация;
- ефективно подпомага разрешаването на конфликти, управляване на агресия, лекуването на травми;
- подпомага изграждането на различни типове социални общности;
- повишава социалната активност и способността за социализиране на институционалните деца, които по причини от обективен характер не могат да комуникират с останалата част от социума пълноценно.
- дава възможност на институционалните деца, принадлежащи към етнически малцинства, изправени пред запазване на техните идентичности и асимиляцията им в различна социална среда да подобрят параметрите на своята социална активност и социализация и др.

References:

1. **Art-terapia**, red.-sost. A.I.Корьтин. SPB., 2001

2. **Art-terapia:** Dialog: Rossia-Velikobritania, Sbornik statey. Ostrovityanin, 2008
3. **Bogdanovich, V.,** Noveyshaya art-terapia. O chem molchat iskusstvovedы, Zolotoe Sechenie, 2008
4. **Vachkov, I.V.,** Art-terapia. Razvitie samopoznania cherez psihologicheskuyu skazku, Moskva, 2001
5. **Elkonin, D.,** Psihologia na igrata, S., 1984
6. **Zh. Zhechev,** Art terapiyata kato sotsialna aktivnost i sotsializatsionen mehanizam pri detsata, UI „Ep. Konstantin Preslavski“, Shumen, 2014
7. **Koloshina T.Yu., Trusy A.A.,** Art-terapevticheskie tehniki v treninge: harakteristiki i ispolzovanie, Moskva, 2010
8. **Koloshina, T., Timoshenko, G.,** Marionetki v psihoterapii, Moskva, 2001
9. **Radina, N.K.,** Istorii i skazki v psihologicheskoy praktike, SPb.: Rechy, 2006
10. **Yung, K. G.,** Praktika psihoterapii. Minsk, 383s.,1998
11. **Yung, K. G.,** Chelovek i ego simvolы, Moskva, Serebryanye niti, 296 s., 2002
12. **Buchalter, S.,** Art Therapy Techniques and Applications, Jessica Kingsley Publishers, 2009
13. **Buehler-Niederberger, D,** Sociological Studies of Children and Youth, B., 1998
14. Craig, C., Exploring the Self through Photography. Activities for Use in Group Work. Jessica Kingsley Publishers, 2009
15. **Dalley, T.,** Art as therapy. London/New York: Brunner-Routledge, 2004
16. **Gilroy, A., McNeilly, G.,** The Changing Shape of Art Therapy. New Developments in Theory and Practice. Jessica Kingsley Publishers, 2001
17. **Kramer, E.,** Art as Therapy. Collected Papers. Jessica Kingsley Publishers, 2001
18. **Machioldi, C.,** Understanding Children's Drawings. Guildford Publications, 1999
19. Markell, M.J., Sand, Water, Silence - The Embodiment of Spirit. Explorations in Matter and Psyche. Jessica Kingsley Publishers, 2002
20. **Riley, S.,** Contemporary Art Therapy with Adolescents, Jessica Kingsley Publishers, 1999
21. **Steinhardt, L.,** Foundation and Form in Jungian Sandplay, Jessica Kingsley Publishers, 2000
22. **Sweet, H.B., Ramsay, G. G.,** A Creative Guide to Exploring Your Life.Self-Reflection Using Photography, Art, and Writing, Jessica Kingsley Publishers, 2008 211
23. **Thomas, B.,** Creative Coping Skills for Children. Emotional Support through Arts and Crafts Activities. Jessica Kingsley Publishers, 2009