

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ВОСПИТАННИКОВ СОЦИАЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ ЦЕНТРОВ

Введение. Арт-терапия представляет собой совокупность психокоррекционных методик, имеющих свою специфику, жанровую принадлежность к определенному виду искусства, а также направленность реабилитационного применения [3, с. 18]. Арт-терапевтические методики способствуют гармонизации личности воспитанников через развитие способностей самовыражения и самопознания, обеспечивают коррекцию психоэмоционального состояния ребенка, психофизиологических процессов посредством соприкосновения с искусством. В настоящее время научный интерес многих современных исследователей все больше направлен в сторону различных видов искусства в качестве адаптогенных, профилактических, лечебных и коррекционных средств.

Сущность арт-терапии состоит в терапевтическом и коррекционном воздействии искусства на субъект и проявляется в реконструировании психотравмирующей ситуации с помощью художественно-творческой деятельности, выведении связанных с ней переживаний во внешнюю форму через продукт художественной деятельности, а также создании новых позитивных переживаний, рождения креативных потребностей и способов их удовлетворения [3].

Основная часть. Социальная реабилитация — процесс, в ходе которого осуществляется последовательная реализация постоянно возникающих в ходе взаимодействия с ребенком тактических задач на пути к достижению стратегической цели — восстановления его социального статуса, формирования устойчивой к травмирующим ситуациям личности, способной успешно интегрироваться в общество. Процесс социальной реабилитации протекает только в деятельности: она обеспечивает познание ребенком окружающего мира, порождает новые потребности, стимулирует возникновение у детей чувств, активизирует волю, является важнейшим источником овладения опытом межличностных отношений и поведения [1, с. 33].

В последние годы арт-терапия все больше включается в коррекционно-развивающий процесс воспитанников интернатных учреждений и дает положительные результаты. Воспитанники социально-реабилитационных центров могут стать полноценными гражданами общества в том случае, если будет создана система условий, обеспечивающих комплексное решение всей совокупности проблем личностного развития, реабилитации и социальной интеграции [3, с. 45]. Коррекционные возможности арт-терапии обусловлены предоставлением воспитанникам возможностей для самовыражения и саморазвития, утверждения и самопознания: созданные ими в процессе арт-терапии творческие работы и их признание взрослыми повышают самооценку ребенка, степень его самопризнания. Арт-терапия преследует единственную цель — гармоническое развитие ребенка с проблемами, расширение возможностей его социальной адаптации посредством искусства, участия в общественной и культурной деятельности в микро- и макросреде.

Исследования показали, что игровая терапия (комплекс реабилитационных игровых методик) и танцевальная терапия (в том числе инклюзивный танец) являются одними из наиболее действенных средств оптимизации процесса социокультурной интеграции и развития личности воспитанников социально-реабилитационного центра.

Игра рассматривается как важнейший феномен человеческого бытия и главный способ реализации человеческой деятельности. Согласно концепции Й. Хейзинги, игра — это культурно-историческая универсалия, основанием которой служит фантазия, реализуются высокие духовные потенции. По мнению нидерландского философа, именно благодаря игровым технологиям происходит возвышение человека над природой и рождение культуры [6, с. 244].

Игра — это произвольная, внутренне мотивированная деятельность, предусматривающая гибкость в решении вопроса о том, как использовать тот или иной предмет. Игра является для ребенка тем же, чем речь для взрослого — это средство для выражения чувств, исследования отношений и самореализации. Игра представляет собой попытку ребенка организовать свой опыт, свой личный мир. В игре ребенок переживает чувство контроля над ситуацией, даже если реальные обстоятельства этому противоречат в процессе [4, с. 19]. Основная функция игры состоит в перестройке отношений, расширении диапазона общения и жизненного кругозора, адаптации и социализации.

Игровая терапия рассматривается как средство социализации, развития, воспитания, адаптации, релаксации, рекреации и др. Уникальность игротерапии состоит в том, что травмирующие жизненные обстоятельства переживаются здесь в условном виде, при этом эмоциональное переживание их достаточно реально. Игротерапия помогает в ролевом поведении опробовать типы и модели поведения, выделив наиболее подходящие для конкретной личности в определенной жизненной ситуации [2, с. 12].

Одним из главных достоинств игровой терапии является коррекция и развитие межличностных отношений: изменение отношения воспитанника к себе и другим, улучшение психологического самочувствия, повышение самооценки, социометрического статуса, оптимизация эмоциональной среды [2].

Танцевальная терапия является еще одним эффективным методом социальной реабилитации, использующим в качестве инструмента выразительное движение и танец, с помощью которых человек вовлекается в процесс личностной интеграции и роста. Основной принцип танцевальной терапии — взаимоотношения между движением и эмоцией. Посредством движений и танца внутренний мир человека становится осязаемым. Основная задача танцевальной терапии — обретение чувствования и осознанности собственного «Я». Танцевальные движения используются для улучшения физического состояния, выхода эмоций, совершенствования навыков межличностного взаимодействия, для получения позитивных эмоций, расширения самосознания, дают возможность самовыражения. Танцевальная терапия помогает предотвратить формирование внутренних зажимов, которые отрицательно сказываются на общем самочувствии [2, с. 13].

В целях совершенствования процесса социальной реабилитации на базе ГКУ РМЭ «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних "Журавушка"» был разработан и реализован проект «Танцуй — играем, творим, вдохновляем» в котором были использованы элементы игровой и танцевальной терапии. В ходе занятий воспитанники социально-реабилитационного центра погружались в мир образов и чувств, старались проиграть и передать свои внешние и внутренние ощущения. Посредством движения в танце дети научились передавать грусть и радость, добро и зло, агрессию и доброжелательность. Игра помогла снять напряжение, выплеснуть энергию, пережить негативные эмоции, а также мотивировала развитие коммуникативных навыков, творческих способностей. Как видим, «танцевальная игра», включающая образность и сюжетность, близка к сюжетно-ролевой игре, которая является «корнем» любого детского творчества [5, с. 105].

Так, через игры-танцы получают танцы с сюжетным построением, что представляет собой оригинальную форму художественной деятельности, которая вызывает живой интерес как у самих исполнителей-воспитанников социально-реабилитационного центра, так и у зрителей. Методически правильно подобранные и организованные в процессе обучения игры-танцы вызывают интерес к занятию, способствуют умению трудиться, преодолевать трудности, повышают самооценку, содействуют развитию эмоциональности и выразительности невербальных средств общения, расширению границ собственного «Я», осознанию и принятию себя как личности.

В результате проведенных занятий в рамках реализации проекта работники социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних «Журавушка» отметили следующие изменения в состоянии воспитанников: развитие их физической активности, укрепление мышц, развитие координации движений, частичное восстановление нарушенных функций организма. Кроме того, значительно улучшилось эмоциональное состояние многих воспитанников, появились предпосылки для успешной социальной адаптации. Исходя из результатов, было принято решение о включении занятий игровой и танцевальной терапии в процесс реабилитации воспитанников социально-реабилитационного центра.

Заключение. Игровая и танцевальная терапия являются весьма эффективными средствами воздействия на психическое состояние воспитанников социально-реабилитационного центра, оказывают положительное влияние на их эмоциональное состояние за счет сублимации негативных чувств в социально приемлемые формы их выражения (игра, танец), поднимают настроение, способствуют расширению границ собственного «Я», осознанию и принятию себя как личности, повышают самооценку, мобилизуют ресурсные возможности, раскрывая творческий потенциал личности, коммуникативные навыки, чем способствуют улучшению процесса социальной реабилитации.

Реализованный проект «Танцуй — играем, творим, вдохновляем» дает основания рассматривать игровую терапию и танцевальную терапию как одно из важнейших и эффективных направлений социальной реабилитации воспитанников социально-реабилитационных центров, направления, способствующего коррекции их эмоционального состояния и мотивационной сферы за счет повышения самооценки и изменения направленности личности, а также формированию социальных контактов за счет расширения коммуникативных способностей. Таким образом, именно эти техники раскрывают реабилитационный потенциал воспитанников социально-реабилитационного центра.

Список цитируемых источников

1. Социальная реабилитация в социальных службах : учеб.-метод. пособие / Т. В. Бюндюгова [и др.]. — Таганрог : Филиал РГСУ, 2015. — 306 с.
2. Зиаудинова, Г. Р. Формы и методы социализации ребенка-инвалида средствами социально-культурной деятельности / Г. Р. Зиаудинова // Вестн. КГУКИ. — 2010. — № 4. — С. 12—14.
3. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. — СПб. : Речь, 2013. — 256 с.
4. Лэндрет, Г. Л. Игровая терапия: искусство отношений : пер. с англ. / Г. Л. Лэндрет ; предисл. А. Я. Варга. — М. : Междунар. пед. акад., 2007. — 368 с.
5. Тутаришев, А. К. Опыт реабилитации детей-инвалидов / А. К. Тутаришев // Вестн. Майкоп. гос. технол. ун-та. — 2012. — Вып. 3. — С. 103—106.
6. Хейзинга, Й. Человек играющий / сост., предисл. и пер. с нидерл. Д. В. Сильвестрова ; коммент., указатель Д. Э. Харитоновича. — СПб. : Изд-во Ивана Лимбаха, 2011. — 416 с.