

Список цитируемых источников

1. *Абу Али Ибн Сина*. Трактат по гигиене. — Ташкент : [б. и.], 1982. — С. 16.
2. *Комков, А. Г.* Социально-педагогический мониторинг в системе модернизации физического воспитания в общеобразовательной школе : дис. ... д-ра пед. наук / А. Г. Комков. — СПб. : [б. и.], 2000.
3. *Столяров, В. И.* Роль массовых спортивных соревнований в формировании культуры здорового образа жизни / В. И. Столяров // Дети России образованны и здоровы : материалы VIII Всерос. науч.-практ. конф., г. Санкт-Петербург, 25—26 февр. 2010 г. — М. : [б. и.], 2010. — С. 80.
4. *Гафиатулина, Н. Х.* Специфика отношений учащейся молодежи России к здоровью в социокультурном контексте : автореф. дис. ... канд. социол. наук / Н. Х. Гафиатулина. — Ростов н/Д : [б. и.], 2007. — С. 3.
5. *Грагулина, А. Н.* Специфика отношений учащейся молодежи России к здоровью в социокультурном контексте : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Н. Грагулина. — М. : [б. и.], 2013.

Материал поступил в редакцию 02.04.2017 г.

УДК 37.013

С. Кшыська

Университет имени Адама Мицкевича, Калиш, Польша

АРТТЕРАПИЯ И ЕЕ РОЛЬ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

В статье автор рассматривает проблематику арттерапии и ее роль в формировании социальных компетенций — познавательных и эмоциональных способностей, которые позволяют человеку адаптироваться к данной социальной среде. Это способности достижения социальных целей таким образом, чтобы поддерживать хорошие отношения с другими людьми, а также способности оказывать желаемое влияние на других людей в различных социальных ситуациях. Данные навыки обусловлены такими чертами личности, как темперамент, а также общая, социальная и эмоциональная интеллигентность. С социальными компетенциями тесно связаны эмоциональные. По мнению Х. Рудольфа Шаффера, эмоциональные и социальные компетенции накладываются друг на друга, создавая эмоциональные социальные компетенции. В их формировании помогает арттерапия, или терапия через искусство, которая поддерживает процесс социального образования детей, молодежи и взрослых. Во время арттерапевтических действий происходит сознательный и подсознательный диалог с арттерапевтом и остальными участниками группы, а также между ними. В статье автор представляет такие формы арт-

терапии, как библиотерапия, сказкотерапия, поэзиетерапия, музыкотерапия и театротерапия. В арттерапевтической практике используют разные средства выражения и соединяют разные области искусства. В польской традиции соединяют музыку со словом, картину — со звуком, а танец — с другими средствами экспрессии.

Ключевые слова: социальные компетенции, эмоциональные компетенции, культуротерапия, арттерапия.

Введение. Понятие социальных компетенций в психологию ввел Роберт Уайт в 1959 году. Он занимался изучением влияния окружения на различные социальные среды. Этот термин он представил как специально понятое умение, которое способствует эффективному взаимодействию с окружающей средой, идентифицируя ее с социальными навыками. Для человека как социальной единицы существенным является эффективное и правильное функционирование во взаимоотношениях с другими людьми, особенно тогда, когда это необходимо для выполнения профессиональных обязанностей. Таким образом, умение и возможность плодотворных и разумных контактов с другими людьми является определяющим фактором эффективности функционирования социальной единицы в различных реальных жизненных ситуациях. Дэвид У. Джонсон считал, что человек и его ощущение счастья и полноты зависят от умелых и эффективных контактов с другими людьми. Более того, вся цивилизация основана на способности сотрудничать с другими, вести совместную деятельность. Люди необходимы нам для счастья и удовлетворения, мы должны уметь сотрудничать с ними, если мы хотим соответствовать своим задачам и вкусам. В социальной психологии понятие социальных и межличностных компетенций понимается как способность достигать социальных и индивидуальных целей при сохранении хороших отношений с партнерами по взаимодействию. Данное понятие считается трудным для однозначного определения; часто, чтобы лучше проиллюстрировать проблему, вместе с этими понятиями используются подтверждающие: интеллигентность социальная и эмоциональная, а также социальные способности и умения. Понятие социальных компетенций было определено Л. Карен и П. Х. Бирман в 2003 году как познавательная и эмоциональная способности, которые помогают приспособлению личности к социальной среде. Поэтому мы можем говорить о социальных компетенциях как о способности

оказывать желаемое влияние на других людей в различных социальных ситуациях. Они обусловлены следующими характеристиками личности: темпераментом, общей, социальной и эмоциональной интеллигентностью. Их также понимают как сложные навыки для решения социальных ситуаций определенного типа, достижения целей в общественной жизни, создания эмоциональных связей с другими людьми, воспринимаемых как создание, развитие и поддержание отношений и получение социальной поддержки [10; 12]. Сущность общей интеллигентности не вызывает никаких сомнений, в то же время как способность правильного эмоционального функционирования в обществе она признана недавно. Эмоциональные компетенции, или эмоциональная интеллигентность, обязательно необходимы для правильного функционирования в обществе [3]. Согласно мнению Х. Рудольфа Шаффера, «эмоциональные компетенции тесно связаны с социальными компетенциями, особенно потому, что способности справляться с собственными и чужими эмоциями составляет сущность социальных контактов» [8, с. 172] (здесь и далее в цитатах перевод с польского языка принадлежит автору статьи. — С. К.). Он считает, что эмоциональные и социальные компетенции настолько совпадают, что их рассматривают как единство, для которых правильным является дефиниция «эмоциональные социальные компетенции» [8, с. 173]. Формирование эмоциональных социальных компетенций неразрывно связано с социальным развитием индивида: «социальное развитие — это ...изменение индивидуальности человека, которое происходит под влиянием воздействий социальной среды, тем самым готовя его ко все большему участию в коллективной жизни» [5, с. 71]. Социальное развитие рассматривается как подготовка к будущей жизни в обществе. Большое внимание мы уделяем не столько изменениям, возникающим у индивида, сколько изменениям, происходящим в его окружении, которые ориентированы в направлении изменений индивидуальности [5, с. 72]. Внутриспихические изменения по присвоению индивидом цельности всех ценностей, норм и моделей поведения основаны на приобретении социального поведения, социальных компетенций и социальных знаний. Общество влияет на социализацию посредством таких макросоциальных процессов, как «а) адаптация людей к социальным требованиям; б) поиск социальных ниш, которые наиболее подходят для их потенци-

ала развития, в) приобретение специальных культурных продуктов (цивилизации), являющихся посредниками в передаче культурных моделей (ценностей, норм, ролей, социальных установок) и г) образования и воспитания в семье и учебных заведениях» [5, с. 101]. Достигая определенных навыков и социальных знаний, человек занимает все более высокое социальное положение. Станислав Ковалик представляет такой способ понимания социального развития: «1) понимаемых как последовательность изменений личности, вызванных специфическим типом событий или ситуаций, созданных другими людьми; 2) как процесс снабжения людей конкретными знаниями и опытом, на которые заявляет потребность данная социальная система; 3) получение индивидом новых связей с другими людьми благодаря приобретенным социальным компетенциям» [5, с. 73]. По его мнению, «социальные компетенции могут быть определены как относительно прочные качества человеческой личности, сформированные в процессе социального развития, которые необходимы для оказания желаемого влияния на других людей в социальных ситуациях» [5, с. 76].

В формировании социальных компетенций помогает культуротерапия и связанная с ней арттерапия. Понятие «культуротерапия» впервые использовала в польской библиографии Вита Шульц в 1988 году. Полное определение было опубликовано в 1994 году, оно звучит следующим образом: «культурная терапия является одним из многих видов деятельности, направленных на человека и его окружение, предпринятых с целью восстановления или улучшения здоровья и направленных на улучшение качества жизни. Ее специфичность заключается в том, что для достижения этой цели используются определенные произведения культуры, прежде всего, искусство» [14, с. 8]. Такое определение культуротерапии связано с определением понятия культуры Богдана Суходольского, который считал, что «культура является формированием человеческой жизни в каждый момент существования, приобретением ею стиля, видимого в отношении человека к себе самому и к ближним, в его отношении к сообществу, в его работе и устремлениях, взглядах на истину и красоту, доступную ему, чувство серьезности жизни и ответственности за общую судьбу» [13, с. 20]. Рамки культуротерапии были многомерными, и это привело к необходимости определения ее теоретической основы по исследованию влияния на социальную среду. Так,

Вита Шульц обращает внимание на то, что этот термин вначале был более понятным, чем арттерапия, и не был принят в таком широком значении. Понятие «культуротерапия» по-прежнему используется для описания художественных мероприятий, организованных для пациентов в закрытом лечении, но довольно редко предпринимаются попытки проанализировать явление с позиции изучения культуры [13, с. 22]. Концепцию культуротерапии расширил Кшиштоф Самела. Он разделил виды терапии на те, которые применяют культурные и символические средства, а также на те, что используют естественные средства. По его мнению, культуротерапия, которая использует культурные и символические средства, — это арттерапия. Она состоит из библиотерапии, поэзиотерапии, драмотерапии, хореотерапии и арттерапии в узком смысле. Исследователь выделил две модели подхода к терапии и терапевтическим отношениям. В первой взаимосвязь возникает между пациентом и терапевтом, использующим соответствующие методы из культурных гуманистических ресурсов, в то время как во второй терапевт является художником, который создает или открывает художественные ценности [6, с. 38]. В польской литературе в опубликованных работах под названием «Арт-терапия I, II, III» в 1989—1990 годах терапию через искусство начинают определять как арттерапию. Однако в начале 80-х годов XX века эту деятельность определяли редким термином «артотерапия». Шульц представила определение арттерапии в своей статье под названием “Kulturoterapia” в 1988 году, когда впервые опубликовала раздел арттерапии как раздел искусства. В 1990 году Мариан Кульчицки причислял к арттерапии различные формы любительской деятельности. Понятие арттерапии развивал также Збигнев Скорны, различавший три ее функции: рекреационную, образовательную и коррекционную. Он причислял к формам арттерапии пассивную и активную музыкотерапию, хореотерапию, библиотерапию (художественная литература, автобиографии и мемуары) [13, с. 57—59]. Расхождение между преподаванием искусства и арттерапией заключается в том, что пациенты, участвующие в арттерапевтических заседаниях, не собираются там учиться только практическим навыкам, но благодаря им они приобретают социальные навыки и интегрируются в общество [13, с. 73]. Терапия через искусство визуальной арттерапии, музыкотерапии, библиотерапии, поэзиотерапии и хортикулотерапии вызывает развитие социальных компетенций.

Библиотерапия. Литература полезна в формировании эмоциональных компетенций человека. Термин «библиотерапия» определяет все виды деятельности, основанные на использовании книг в терапевтических целях. Полное определение библиотерапии было озвучено в 1961 году. Библиотерапией «является использование избранных материалов для чтения в качестве терапевтической помощи в медицине и психиатрии, а также консультирование в разрешении личных проблем через направленное чтение» [14, с. 32]. Основы библиографии создал Николай Рубакин. Он заметил, что человек, подвергнутый терапевтическому процессу, ищет в занятиях обращения к своей личной ситуации [2, с. 105]. В формировании эмоциональных компетенций детей большое значение имеют забавы, басни и терапевтические сказки. В баснях соединены два мира — реальный и вымышленный. Они представлены в таком виде, который близок к пониманию детского мышления и восприятия действительности. В баснях показаны ключевые проблемы человеческой жизни. Они стараются ответить на вопросы, что такое мир, какие законы им управляют, как победить страхи. В баснях трудные вопросы разрешает магия, в которой желаемое выдается за действительное.

В сказочных образах мы видим примеры, которые помогают ребенку справиться с противоречиями в социальных отношениях, с внутренними конфликтами или попросту позволяют ребенку предаться фантазиям, приносящим утешение и высвобождающим творчество в дальнейшей жизни ученика и человека [15, с. 138—139]. Сказки также используются в терапии, в основном, для предотвращения страхов у детей. Термины «сказка» и «басня» часто используются взаимозаменяемо. Терапевтические сказки — это басни, созданные для личных потребностей ребенка. Различают сказки релаксационные, психообразовательные, психотерапевтические и релаксационно-терапевтические [7].

Поэзиотерапия. Джек Й. Лииди в 1969 году опубликовал первую монографию, посвященную терапии через поэзию. Шульц представляет терапевтическую ценность поэзии: «имеет большие терапевтические ценности, обусловленные особенно тесным контактом, который возникает между стихом и читателем, символикой и огромной эмоциональной нагрузкой поэтических произведений и биологической силой ритма. Магия поэзии заключается в одно-

значном действии чувства, мысли и ритма. Поэзию иногда называют кратчайшим эмоциональным путем между писателем и читателем. Рефлексивные стихи, затрагивающие проблемы смысла жизни, влияют также и на интеллектуальную сферу» [6, с. 46—53; 13, с. 152—165]. В поэзии лечит и успокаивает не только звучность слов, но и способ их составления в разные системы, а также ритм. Метафора является основным элементом поэтической речи, которая позволяет поэту быть не буквально точным. Это важный компонент видения мира, создаваемого художником, полностью отличный от так называемого «языкового образа». В поэзиотерапии так же, как и в других формах терапии через искусство, представлены три основных элемента: получатель (пациент), терапевт (поэзиотерапевт) и искусство (поэзия). Терапией с соответственно подобранными стихами для получателя можно влиять на него, чтобы он восстановил свою веру и преодолел трудности. Можно также вызвать принятие, изменение образа самого себя, предотвратить недружественные чувства, утихомирить их и развить воображение. Виктор и Галина Чернянины пишут, что читатель «подчиняется предложениям читаемой книги и обогащает его собственным эмоциональным содержанием, и одновременно вводя его в мир своих собственных переживаний. На этом, естественно, основана терапевтическая сила, содержащаяся в литературном (поэтическом) эстетическом переживании» [1, с. 49]. Утверждаю, что терапевтическая сила поэзии заключается в измеримых элементах стихотворения. Думаю, что само слово не имеет соответствующей эмоциональной силы, но является носителем связанных с ним чувств. Некоторые слова, произнесенные в определенных контекстах, являются источниками эмоций. Слово является основной частью речи. Одно слово может иметь разные значения, может выражать понятия реальные или абстрактные. Язык, вместе с тем, является упорядоченным целым, имеет свою обозначенную структуру, набор выражений, оборотов и форм, необходимых для общения.

Музыкотерапия. Является терапией, которая использует музыку как многофункциональный, всесторонний и систематический метод с целью дополнения диагностического лечения, фармакологического, реабилитационного, психотерапии и специальной педагогики. Она основана на междисциплинарных предположениях. Она вынуждает познакомиться с психологией, педагогикой, музыкой и медици-

ной. Термин «музыкотерапия» в мировой терминологии появился в 1950 году, в психиатрии был применен в 1970 году. Тадеуш Натансон, Анджей Яницки, Эльжбета Галиньска были ее первооткрывателями в Польше. Музыкаотерапия является формой терапии, которая определенным образом исправляет нарушения деятельности организма человека с помощью психологических средств: слов, мимики, молчания, эмоциональных связей, обучения, искусства, а в рамках ее и музыкой с разным ритмом, мелодией, динамикой, гармонией, цветом и темпом. Эти перечисленные характеристики музыки влияют на активизацию психомоторных функций человека, формирования ряда напряжений и психофизического расслабления. Для достижения лечебных эффектов применяют, например, ритмику в хореотерапии, мелодию в пениетерапии, метр и темп в кинезотерапии. Хореотерапия является одной из форм терапии через искусство, «помимо визуальной арттерапии, драматерапии и музыкотерапии использует динамические, возбуждающие эмоции качества танцевальной музыки [13, с. 128]. Благодаря танцевальной терапии развивается сенсорное восприятие, улучшается двигательная координация, ощущение ритма, времени и пространства. Это влияет на эмоциональную, когнитивную, эстетическую, эротическую, моторную и социальные сферы человека [13, с. 88—128]. Галиньска выделяет следующие направления музыкотерапии: аналитическое, поведенческое, коммуникационное и познавательное. Они используются психиатрами. Более известным и популярным является профилактико-рекреационное направление. В нем перечислены общие цели для различных теоретических концепций музыкотерапии: «возможность вступать в контакт с пациентом через музыку и обучение общению невербальным способом и с использованием инструмента; эмоциональная активизация пациента; развитие его творческих диспозиций через участие в разного рода музыкальных импровизациях, развитие эстетической чувствительности» [13, с. 90]. Музыка в терапии позволяет оторваться от повседневности, испытать сильные эмоции или экстаз. Заслушавшись, мы не обращаем внимания на окружающую нас реальность, мы как будто бы отсутствуем, так долго, пока звучит музыка, потому что она выражает наши потребности и нас самих. Правильно подобранная терапия музыкой помогает ввести в психическую жизнь человека внутреннюю гармонию, тем самым улучшает межсоциальные отношения.

Театротерапия. Теория терапии театром и ее практика касается компенсационных, терапевтических или профилактических воздействий, в которых участвует как нуждающийся в помощи человек, который проявляет психологические, соматические или социальные трудности или проблемы, так и поддерживающий его человек [9, с. 30]. Анита Стефаньска пишет, что это такая форма театральной деятельности, которая, создавая условия, дает возможность личности преодолевать свои трудности при одновременном осознании в себе конкретных личных ограничений. Принципиальным условием театротерапии является поддержка развития участника в собственной сценической деятельности. Целью является не актерская игра, а осознанное желание изменений, диалог с самим собой.

Этот личный разговор часто основывается только на телесном знаке, иногда на простой структуре звуков, открывающих пространство для многозначности чувств или взглядов. Это диалоговое общение, в котором художественный код, условный, сценический знак или символ представляют собственный язык, понятный большинству партнеров театральной «деятельности». Это тип разговора, в котором партнеры из собственного опыта создают историю о Человеке, его ценностях и понимании Мира. Форму необычной области определяет здесь специфическая среда, а именно, художественная форма выражения, используемая в качестве средства коммуникации. Общение в процессе изменения требует раскрытия чувств и эмоций, как положительных, так и отрицательных, а работа с эмоциями в творческом акте призвана облегчить понимание их значений. В области процессов игры в театротерапии проводятся переговоры, которые основаны в большой мере на системе «не острых» признаков, разыгрываемых в форме межсемиотических действий. Эта взаимосвязь предполагает транскрипцию символов одного типа на знаки другого кода. Однако чаще всего в общении в художественном пространстве игры ключевое значение имеет интонация или акцентирование, привлекает внимание тембр и высота голоса, ритм и скорость речи. Эта информация с точки зрения театротерапии необходима для понимания другого человека, его видения мира [11, с. 81—82].

In the article an author examines the range of problems of arttherapy and her role in forming of social competencies — cognitive and emotional capabilities that allow to the man to adapt oneself to this social environment. It is capabilities of achievement of social aims so that to support good relationships with other people, and also capabilities to render

the desired influence on other people in different social situations. These skills are conditioned by such lines of personality, as temperament, and also general, social and emotional intelligentsia. To the social competencies the emotional are closely related. In opinion of H. R. Schaffer, emotional and social competencies are laid on on each other, creating emotional social competencies. Arttherapy, or therapy through an art, that supports the process of social education of children, young people and adults, helps in their forming. During arttherapy actions there is a conscious and subconscious dialogue with a artherapy and other participants of group, and also between them. In the article an author presents such forms of, as bibliotherapy, fairy-taletherapy, poetrytherapy, musicotherapy and theathertherapy. In arttherapy practice use different facilities of expression and connect the different areas of art. In Polish tradition connect music with a word, picture — with a sound, and dance — with other facilities of expression.

Key words: social competencies, emotional competencies, culturetherapy, arttherapy.

Список цитируемых источников

1. Czernianin, W. Poezjoterapia jako jedna z metod biblioterapii / W. Czernianin, H. Czernianin // Przegląd Biblioterapeutyczny. — 2011. — R. I. — Wrocław. — P. 49.
2. Encyklopedia wiedzy o książce. — Wrocław—Warszawa—Kraków, 1971. — P. 2105.
3. Goleman, D. Inteligencja emocjonalna: tłum. A. Jankowski / D. Goleman. — Poznań : Media Rodzina, 2007.
4. Johnson, D. W. Podaj dłoń: Inst-t Psych. Zdrowia i Trzeźw-ci / D. W. Johnson ; Pol. Towarz. Psych. — Warszawa, 1992.
5. Kowalik, S. Rozwój społeczny / Harwas-Napierała B., Trempała J. (red.) // Psychologia rozwoju człowieka. — T. 3. — Warszawa : Wyd. Nauk. PWN, 2012. — P. 71—73, 76, 101.
6. Krzyńska, S. Aksjologiczne i terapeutyczne konteksty recepcji poezji dla dzieci. Przykład modelowania matematycznego wierszy dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym / S. Krzyńska. — Poznań : Wyd. Nauk. Wyd. Nauk Społ. Uniw. im. A. Mickiewicza w Poznaniu, 2013. — P. 38, 46—53.
7. Molicka, M. Bajkoterapia. O lękach dzieci i nowej metodzie terapii / M. Molicka. — Poznań : Media Rodzina, 2002.
8. Schaffer, H. R. Psychologia dziecka: tłum. A. Wojciechowski / H. R. Schaffer. — Warszawa : Wyd. Nauk. PWN, 2008. — P. 172—173.
9. Stańko, M. Arteterapia — mechanizmy działania z perspektywy neuro-psychologii / M. Stańko // Psychoterapia. — 2009. — № 2 (149). — P. 30.
10. Starostka, E. Kompetencje społeczne, a możliwości interpersonalne / E. Starostka, 2008. — Режим доступа: <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=254>. — Дата доступа: 29.07.2015.
11. Stefańska, A. Teatroterapia jako metoda kształtowania poczucia godności u osób niepełnosprawnych intelektualnie / A. Stefańska. — Poznań—Kalisz : UAM w Poznaniu, Wyd. Ped.-Art., Bibl. Arteterapeuty, 2012. — P. 81—82.
12. Sternal, E. Kompetencje społeczne w obliczu przemian społeczno-gospodarczych / E. Sternal. — Bydgoszcz : Wyd. Uniw. Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, 2014.
13. Szulc, W. Arteterapia. Narodziny idei, ewolucja teorii, rozwój praktyki / W. Szulc. — Warszawa : Difin, 2011. — P. 20, 22, 57—59, 73, 88—128, 152—165.
14. Szulc, W. Kulturoterapia. Wykorzystanie sztuki i działalności kulturalno-oświatowej w lecznictwie / W. Szulc. — Poznań : Wyd. Nauk. Akad. Med., 1994. — P. 8, 32.
15. Wasilewski, A. Fantastyka baśniowa a dziecko — wychowanie czy manipulacja? / A. Wasilewska. — Gdańsk : Wyd. Uniw. Gdańskiego, 2012. — P. 138—139.

Материал поступил в редакцию 21.04.2017 г.