

Разумова Е.Ю., ст. преподаватель МЭЛИ

**ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ И ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ
РАБОТЫ С КОЛЛАЖАМИ В АРТТЕРАПИИ**

Аннотация

Обсуждается проблема о диагностических и психотерапевтических возможностях применения техники «коллаж» в арттерапевтической практике при работе с клиентами индивидуально и в группе. Рассматривается место техники «коллаж» в арттерапии как метода лечения, основанного на использовании творчества, а также возможные темы составления коллажей для клиентов разных возрастов, профессий и социальных групп. Анализируются диагностические критерии при обсуждении коллажей и возможности для дальнейшей терапевтической работы.

Ключевые слова

Арттерапевтическая практика, техника «коллаж», диагностические и психотерапевтические возможности применения техники «коллаж», диагностические критерии при обсуждении коллажей.

Арттерапия (art therapy, буквально: «терапия искусством») относительно молодой метод психотерапии, активно развивающийся в последнее время, как метод лечения, основанный на использовании творчества.

Арттерапия может использоваться с широким кругом клиентов, и имеет явное преимущество в работе с детьми и взрослыми, испытывающими определенные затруднения в вербализации своих переживаний, например, речевых нарушений, аутизма или малоконтактности, а также сложности этих переживаний и их «невыразимости». Кроме того, методы арттерапии могут быть применены в работе с клиентами, не способными к вербальной психотерапии, - олигофрены, психотики, лица преклонного возраста с нарушениями памяти и др. Даже если некоторые из них не способны создавать художественные образы, простая манипуляция и игра с материалами порой

оказывается очень важным фактором их активизации, тренировки сенсомоторных навыков, мышления, памяти и других функций. Однако это не значит, что арттерапия не может быть успешной в работе с лицами, имеющими хорошо развитую способность к вербальному общению. Для них арттерапевтическая деятельность может являться альтернативным «языком», более точным и выразительным, чем слова.

В настоящее время к арттерапии относятся такие направления, как терапия живописью, библиотерапия, музыкотерапия, танцевальная терапия и др. Кроме перечисленных, существует огромное количество «синтетических» направлений арттерапии, использующих всю силу искусства в различных его вариантах для исцеления, возвращения целостности конкретному человеку. Одной из популярных и эффективных техник современной арт-терапии является техника составления коллажа.

Само слово коллаж происходит от французского collage – наклеивание. Суть техники в том, что клиенту (или группе) предлагается на бумажную или текстильную основу наклеить картинки, фотографии, различные детали из газет, журналов, плакатов, объединяя их определенной темой.

Коллаж можно дорисовывать или дополнять различными надписями.

Техника журнального фотоколлажа разработана и описана в литературе Х.Ландгартен (Landgarten H.). Однако существуют и более ранние ссылки на применение коллажа в психолого-педагогической практике. Так, существует каталог детских рисунков и коллажей из концлагеря Терезин, где Фрида Дикер-Брайнденс спасала души еврейских детей, обреченных на смерть. Тогда, в качестве материалов для составления коллажей они использовали лагерные бланки. Это давало детям удивительный шанс обрести поразительное ощущение внутренней свободы, несмотря на фактическое заключение.

Техника составления коллажа может быть использована как с психотерапевтической, так и с диагностической целью. Выбираемые клиентом

картинки способны выявить темы и проблемы, остающиеся нераскрытыми в вербальном общении с ними.

Работа над коллажом может быть, как индивидуальной, когда каждый участник делает свой коллаж, так и групповой, когда группа из 4-6 человек делает единый коллаж на определенную тему. Коллаж как техника арттерапии чаще используется в групповой работе.

Коллаж можно использовать на начальных этапах работы в арт-терапевтическом режиме, особенно с участниками групп или клиентами, у которых силен стереотип «Я не умею рисовать». А вырезать картинки из журналов и наклеить их на бумагу может каждый. Картинки могут также вырываться из журнала руками.

В отличие от рисунка коллаж предполагает большую свободу автора в исполнении, например, наклеенные картинки могут выходить за края основы, клеиться друг на друга, складываться гармошкой и т.д. Если нет ножниц, то картинки могут даже вырываться руками и именно руками можно придать им нужную форму. Главное в коллаже – отнюдь не аккуратность (хотя это может быть диагностическим критерием), а возможность выразить свои мысли, идеи, свой взгляд и свое понимание темы. Как правило, в процессе выполнения коллажа возникает постепенное включение в эту деятельность. И даже те участники, которые взяли выполнять задание по составлению коллажа с нежеланием, постепенно начинают увлекаться процессом и получать от него удовольствие. Это одна из целей арт-терапии в целом и работы с коллажами в частности – развитие творческих способностей и повышение самооценки. Побочным продуктом арт – терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития.

При составлении коллажей могут понадобиться следующие материалы: бумага для основы (формата А-4, А-3, А-1), ножницы, клей, фломастеры, журналы разнопланового содержания (важно, чтобы в арсенале участников были не только гляцевые журналы с идеальными фигурами и лицами, но и различные семейные журналы с обычными людьми, жизненными историями

и иллюстрациями к ним, изображением природы, деловой жизни людей; также можно использовать реальные фотографии с изображением конкретных людей, собственным изображением и комбинировать их с журнальными картинками и т.д.).

Время на составление коллажа может варьироваться от 40 минут до 1,5 – 3 часов в групповом режиме. Время, выделенное на составление коллажей, зависит от темы коллажа, размера основы для коллажа и возраста участников группы, составляющих коллаж. Лучше всего не ограничивать участников во времени. Однако спустя 1,5 часа работы над коллажом возникает, как правило, пресыщение этой деятельностью и приятная усталость в случае, если работа подходит к завершению. Если же работа по составлению коллажа еще далека от финала, то нередко появляется раздражение и усталость, и тогда можно предложить участникам разбить процесс составления коллажей на несколько встреч. Важно понимать, что возникшие в процессе выполнения коллажа чувства и раздражение, в том числе, могут иметь и другую природу и быть вызваны спецификой внутригруппового взаимодействия, проблемными темами, которые отражаются в коллаже, отношением к психотерапевту и многим другим.

При выполнении коллажа можно включить для участников в качестве фона умеренно быструю музыку, чередующуюся с более медленной. Очень хорошо подходит инструментальная музыка (гитара, флейта) желательно без слов. Музыка создает очень благоприятную для творчества атмосферу.

Возможные темы для коллажей

Для детей:

1. Я замечательный (для повышения самооценки, осознания своих позитивных качеств).
2. Мне нравится, мне интересно (это хорошая возможность познакомиться ребятам друг с другом, найти общие интересы, начать взаимодействовать, это возможность для психолога диагностировать личностную сферу).
3. Моя школа (моя учительница, мои одноклассники и т.д.).

4. О чем я мечтаю... .

5. Каким меня видят мои родители, и т.д..

Для подростков:

1. Какой я.

2. Каким меня видят... . Каким я хочу быть... .

3. Мои цели... . Мои мечты... . Мои поступки... .

4. Для полного счастья мне не хватает... .

5. Я и мои друзья: что нас объединяет и разделяет... .

6. Мое будущее (будущее, о котором мечтаю...).

7. Я - взрослый (цель: выявление различных установок в отношении взросления, мира взрослых, привлекающие и пугающие стороны процесса взросления и т.д.).

8. Я глазами моих родителей (одноклассников, друзей и пр).

9. Моя семья... .

10. Кем я могу быть (мои профессии).

Темы для групповой работы:

1. «Арттерапия» - это... .

2. Свобода – это... .

3. Одиночество.

4. Любовь.

5. Мужчина глазами женщин / Женщина глазами муж-чин.

6. Настоящий мужчина / настоящая женщина... .

7. Лидер – это... .

8. Моя группа

9. Мир, в котором я живу.

10. Моя страна.

11. Женщина – в помогающей профессии.

Тему группового коллажа можно дать в соответствии с на-правленностью группы.

Темы для взрослых:

талантов и их развития, расширения творческих возможностей;
?

проявить оригинальность и уникальность личности участника группы;

проработать мысли и чувства, которые клиенты привыкли подавлять; иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений;
?

дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам; работа над коллажем является безопасным способом «выпустить пар» и разрядить напряжение (для усиления этой цели детям можно предложить придавать картинкам нужную им форму руками);
?

в групповом коллаже осознание своих паттернов поведения в группе, социальных ролей, установок;
?

коллаж является дополнительным диагностическим средством.

После изготовления коллажей участники вывешивают свои работы на стенку и начинается обсуждение в следующем порядке:

1. Каждый участник (или представитель от группы, если это групповой коллаж) представляет свою работу.
2. Комментирует, что именно он хотел отразить этим коллажем, озвучивает свою идею (идею группы).
3. Озвучивает свое эмоциональное отношение к процессу составления коллажа и к результату.
4. Отмечается, какая часть коллажа особенно привлекательна, чем; какая часть коллажа вызывает отрицательные эмоции, что не нравится, отталкивает в коллаже.
5. Устанавливается, какие выводы сделал для себя участник в процессе изготовления коллажа.

В коллективной работе появляется необходимость организации работы

группы (следовательно, должен быть лидер), выявление круга мнений участников, принятия решения относительно содержания и функциональной организации творческой деятельности, контроль за временем и результатом. В обсуждении групповой работы важно предложить каждому участнику показать свою часть, свое вложение в коллаж: где его вырезки, которые он внес в групповую работу, насколько устраивает каждого участника результат, который получился, и отражает ли результат видение заданной темы каждым участником.

Затем должен состояться разговор о тех, кто очень активен в работе (иногда настолько, что своей активностью не дает возможности другим проявить активность); о тех, кто, видя, что есть кому выполнять задание, тихо самоустраняется, предпочитая читать журналы; о тех, кто до хрипоты отстаивает свое мнение, не слыша мнения другого, и о тех, кому не хватило решимости и настойчивости отстаивать свое мнение. При анализе коллажей важно обращать внимание на следующие диагностические критерии:

1. Отношение к своему продукту (коллажу) – нравится или нет. Что именно нравится, что не нравится. Если коллаж не нравится, что мешало сделать свой продукт таким, каким хотелось бы. И насколько активен был человек, чтобы добиться именно того, чего хочется.
2. Время, затраченное на процесс и аккуратность и тщательность выполнения работы. Здесь можно говорить о том, насколько мотивирован участник на работу и как следствие на психологические изменения или процесс обучения (в зависимости от направленности группы).
3. Какие картинки (образы) выделяются в коллаже – как смысловые, значимые темы. Как правило, картинка, которая особенно выделяется в коллаже, является наиболее значимой для клиента темой.
4. Наличие или отсутствие на коллаже тех или иных сторон, отражающих тему (однобокость). Например, коллаж на тему «такой я» может состоять полностью из профессионального отражения себя участником. При этом все

другие сферы жизни отсутствуют. Как правило, в коллаже отражается актуальное видение ситуации, и часто косвенно эта работа может отражать при-чины психологических проблем участников.

5. Четкость вырезания картинок (например все вырезки прямоугольной формы), наличие четких рамок вокруг каждого изображения или, наоборот, выход за рамки листа, когда изображения накладываются один на другой, плотно наполняя весь лист, или под одним изображением скрывается другой и т.д.

6. Наличие пустых мест или, наоборот, ощущение переполненности, пестроты и хаоса от коллажа с отсутствием свободного места даже между картинками – очень часто можно проводить параллели с жизнью клиента (например, пустота, наличие белых пятен или насыщенность и суэта в жизни). Очень часто человек заполняет свою жизнь до отказа, пытаясь таким образом «убежать от себя», от своих проблем, осознания своей жизни – и через «такую мелочь», как вначале кажется участникам, можно выйти на достаточно глубокие темы.

7. Желание уничтожить свою работу как законченную, так и незаконченный коллаж или рисунок, может отражать либо травматичный опыт клиента, который не может быть интегриро-ванным, либо очевидный внутренний конфликт. Арттерапевт, как правило, не препятствует уничтожению работ, но в то же время важно выяснить, с чем связано такое желание клиента и от чего именно он хочет избавиться в своей жизни таким образом.

8. Подводя итоги работы, участники с удивлением и удовлетворением отмечают, что коллаж, несмотря на кажущуюся простоту, проясняет скрытые потребности и желания личности, противоречия между поставленными целями и выбранными стратегиями достижения, расширяет границы видения человека. Таким образом, техника коллажа может с успехом использоваться в психологической работе с личностью и группой, с самыми разными участниками и предполагает неограниченное множество тем и возможностей.

Статья взята с сайта: <http://inpsycho.ru/student/biblioteka/stati-prepodavatelej/raboty-s-kollazhami-v-artterapii>