

Секция «Психология»

**Использование методов арт-терапии в психологическом консультировании  
матери и ребенка**

*Тулушева Елена Сергеевна*

*Аспирант*

*Государственный университет - Высшая школа экономики, Факультет психологии,  
Москва, Россия*

*E-mail: k-helena1@yandex.ru*

Семейное консультирование на сегодняшний день является все более распространенным методом психологической работы по гармонизации отношений между ее членами. Вербальные техники взаимодействия не всегда являются достаточно эффективными в работе с детско-родительскими взаимоотношениями. Существует необходимость использования невербальных методов психологической работы, позволяющих снизить тревожность и контроль собственных переживаний у участников процесса. <?xml:namespace prefix = o ns = "urn:schemas-microsoft-com:office:office" />

В случае психологического консультирования детей старшего школьного возраста и подростков, инициатива обращения к психологу обычно исходит от одного из родителей. В таких случаях родитель чаще всего обращается с жалобами на ребенка, его поведение и просьбами научить ребенка корректно общаться и взаимодействовать с родителями. Таким образом, ответственность за неадекватное или конфликтное поведение подростка полностью перекладывается на него самого.

Однако для решения поставленной задачи часто требуется работа с парой родитель-ребенок, а не с одним из них, поскольку патологические механизмы взаимодействия закладываются в процессе воспитания еще с раннего детства, и изменение их возможно только при совместной работе всех участников этого процесса.

В большинстве случаев на работу с психологом соглашаются матери. Это связано не только с их большей вовлеченностью в процесс воспитания ребенка, но и с все более удручающей статистикой роста бракоразводных процессов, в результате которых ребенок обычно остается с матерью. По разным данным, число неполных семей, то есть семей, состоящих из одного родителя с ребенком (детьми), может составлять от 13% (по статистическим данным) до 40-45% (фактически существующих) от общей численности семей. Несмотря на существование неполных семей, состоящих из отца с детьми, чаще всего это семьи, в которых есть только мать. В некоторых случаях отцы таких детей проживают совместно с матерями, но официально не заключают брак, но чаще встречаются ситуации, когда мать ребенка растит его одна. [3]

Участие в психологическом процессе и матери и ребенка позволяет более эффективно работать над гармонизацией их взаимоотношений, благодаря возможности для психолога наблюдать целостную картину проблемы. Использование техник арт-терапии в качестве дополнительного инструмента в процессе психологического консультирования матери и ребенка позволяет решить сразу несколько задач. Во-первых, техники совместной работы в арт-терапии дают матери и ребенку опыт новых способов взаимодействия друг с другом. Во-вторых, арт-терапия позволяет выявить проблемные ситуации, которые по каким-либо причинам не могут быть сформулированы участниками вербально. [2] В-третьих, арт-терапия как невербальный метод позволяет снизить

тревожность и напряженность участников, за счет большего упора на работу бессознательного содержания психики. Кроме того, участники могут получить опыт выстраивания личностных границ, совместного решения проблемы, новых способов гармоничной продуктивной работы.

В результате проведенного исследования по использованию методов арт-терапии в работе с парой мать и ребенок, был выявлен целый ряд дополнительных преимуществ такого вида работы относительно стандартного вербального консультирования. Методы арт-терапии являются неким посредником при общении участников процесса на символическом уровне. Образы художественного творчества отражают все виды подсознательных процессов, включая страхи, конфликты, воспоминания. Кроме того, арт-терапия предоставляет возможность для выражения агрессивных чувств в социально приемлемой форме. Рисование не только является безопасным способом разрядки напряжения, но и при этом позволяет все же «заявить» другим участникам процесса о наличии этих чувств, то есть признать и принять их и продемонстрировать. [1] Также использование методов арт-терапии позволяет ускорить прогресс психологического процесса. Конфликты и внутренние переживания легче выражаются при помощи зрительных образов, нежели при помощи разговора. Невербальные формы коммуникации могут с большей степенью вероятности избежать цензуры сознания. Кроме того арт-терапия дает основания для интерпретаций и диагностики. Содержание и стиль художественной работы предоставляют значительный объем информации психологу, кроме того, сам автор или авторы могут внести определенный вклад в интерпретацию своих собственных творений. Арт-методы позволяют работать с мыслями и чувствами, которые могут казаться непреодолимыми участнику процесса. Иногда только невербальные средства оказываются инструментами, вскрывающими и проясняющими чувства. В случае использования арт-методов в семейном консультировании элементы совпадения в художественном творчестве матери и ребенка могут ускорить развитие эмпатии и положительных чувств по отношению друг к другу. Особое преимущество от использования арт-терапии заключается в развитии у ее участников внимания к собственным чувствам и переживаниям, а также, в случае консультирования матери и ребенка, к чувствам и переживаниям друг друга. Рисование позволяет прояснить зрительные и кинестетические ощущения и дает возможность поэкспериментировать с ними в безопасных для участников условиях.

### **Литература**

1. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. – СПб., 2007
2. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии. – СПб., 2010
3. Куличковская Е.В., Степанова О.В. Это горькое слово "Развод". Психологическая работа с детьми, переживающими развод родителей. – М., 2010