

## ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ МЕТОДИК ПРИ НАДАННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ВІЛ-ІНФІКОВАНИМ ПАЦІЄНТАМ

А. В. Парфеній

*Кіровоградський медичний коледж імені Є. Й. Мухіна*

---

У статті визначено засоби застосування арт-терапевтичних методик, що сприяють зниженню нервового і психологічного напруження, шляхом творчого самовираження при роботі з ВІЛ-позитивними пацієнтами. Зазначена тематика арт-терапії, яка охоплює різні галузі життя пацієнта та позитивно впливає на психологічний стан ВІЛ-інфікованих.

---

## USING ART THERAPY METHODS IN PSYCHOLOGICAL AID FOR HIV-INFECTED PATIENTS

A. V. Parfeniy

*Kirovohrad Medical College by Ye. Y. Mukhin*

---

The article describes the methods of art therapy applying, resulting in the release of nervous irritation and internal psychological problems through the creative expression, working with HIV-positive patients. Art therapy covers different areas of the patient's life and positively affects the psychological health of HIV-infected people.

---

**Вступ.** Арт-терапія – відносно новий метод психотерапії і достатньо широко застосовується в роботі з ВІЛ-позитивними пацієнтами як в рамках психотерапії, так і окремо.

Арт-терапія як засіб вільного самовираження та самопізнання передбачає атмосферу довіри, високої толерантності, уваги до внутрішнього світу людини. Дає значний позитивний емоційний заряд, формує активну життєву позицію, впевненість у своїх силах, що вкрай необхідно ВІЛ-інфікованим пацієнтам.

**Основна частина.** Метою використання арт-терапевтичних методик при роботі з ВІЛ-інфікованими пацієнтами є:

1) сприяння зниженню рівня тривожності, невротизації та депресивності у ВІЛ-позитивних хворих;

2) ознайомлення ВІЛ-інфікованих із можливими шляхами вираження почуттів та емоцій;

3) сприяння зниженню рівня тривожності засобами мистецтва;

4) створення сприятливих умов для розвитку особистості.

Арт-терапія може слугувати способом захисту від конфліктів і сильних переживань; прискорювачем терапевтичного процесу; допоміжним засобом для інтерпретацій і діагностичної роботи; дисциплінуючою і контролюючою «силою», засобом розвитку уваги до відчуттів; посиленням відчуття власної особистісної цінності та підвищення художньої компетентності [1].

В арт-терапії ВІЛ-інфікованим пацієнтам пропонують різноманітні заняття образотворчого і художньо-прикладного характеру (малюнок, графіка, живопис, скульптура, дизайн, дрібна пластика, різьблення, випалювання, чеканка, гобелен, мозаїка, фреска, вітраж, різноманітні вироби з хутра, шкіри, тканин та ін.), які направлені на активізацію спілкування з психотерапевтом або в групі

в цілому для повного вираження своїх переживань, проблем, внутрішніх суперечностей, з одного боку, а також творчого самовираження – з іншого. На сучасному етапі арт-терапію застосовують і такі форми творчості, як відеоарт, інсталяція, перформанс, комп'ютерна творчість, де візуальний канал комунікації відіграє провідну роль [2–4].

Арт-терапію розглядають як особливу форму відреагування і сублімації. Художня сублімація виникає тоді, коли інстинктивний імпульс людини замінюється візуальним, художньо-образним уявленням. Прихильники цієї концепції вважають творчість як одну з форм сублімації, що дозволяє проявляти, усвідомлювати, а також виражати і тим самим корегувати в мистецтві різні інстинктивні імпульси (сексуальні, агресивні) та емоційні стани (депресію, тугу, пригніченість, страх, гнів, незадоволеність і т. п.) [5]. Таким чином знижується небезпека зовнішніх проявів вказаних переживань в соціально небажаній діяльності. Творчість розглядається як засіб максимального самовираження, що дозволяє пацієнту проявляти себе яскравіше, ніж у письмі або в мові, а психотерапевту забезпечує прямий доступ до несвідомого.

Малювання розглядається як компенсуючий акт, що дозволяє ВІЛ-інфікованим пацієнтам виражати брутальну агресію. Деякі дослідники вважають малювання і ліплення способом зняття напруження також за рахунок повернення до примітивних форм функціонування і задоволення несвідомих бажань [2]. Здійснюється це шляхом свідомої творчої діяльності, що відбувається в процесі сублімації через вираження в символічному вигляді внутрішніх конфліктів і неусвідомлених прагнень. Витвори сприяють витісненню, прориву змісту комплексів у свідомість і переживанню їх супутніх негативних емоцій. Це особливо важливо для пацієнтів, які не можуть «виговоритися», виразити свої фантазії в творчості легше, ніж про них розповісти. Фантазії, зображені на папері або виконані в глині, прискорюють і полегшують вербалізацію переживань. У процесі роботи ліквідується або знижується захист, який є привербальному, звичному контакті, тому в результаті арт-терапії пацієнт правильніше і реальніше оцінює свої порушення і відчуття навколишнього світу.

У проективному малюванні головна увага приділяється зовсім не процесу творення. Провідною є цілеспрямована орієнтація психотерапевта на проективний аспект процедури і його зосередження на інформації. Функція проектив-

ної терапії полягає в тому, що проекція внутрішніх уявлень кристалізується і укріплює в постійній формі спогади і фантазії. Арт-терапія включає «перенесення» відносин між пацієнтом і психотерапевтом, причому, якщо пацієнт не розуміє несвідомого змісту своєї продукції, застосовується техніка вільних асоціацій.

Станіслав Кратохвіл розглядає проективну арт-терапію як надання пацієнтам додаткових засобів, які можуть полегшити їм виявлення складної проблематики їх станів. У ході проективної арт-терапії повинна стимулюватися демонстрація відчуттів, відносин, станів для того, щоб людина дізналася, зрозуміла всі ці відчуття і подолала їх у собі. Специфіка проективного малювання полягає в тому, що психотерапевт пропонує пацієнту сюжет проективного характеру і потім обговорює малюнки та інтерпретує їх.

При розгляданні арт-терапії як зайнятості передбачається, що образотворча творчість діє так само, як і інші подібні форми роботи з хворими, що цілеспрямована і плідна діяльність, здійснювана при арт-терапії, є «оздоровчим процесом», який послаблює порушення і об'єднує здорові реакції. У простому варіанті образотворча творчість лише відволікає ВІЛ-інфікованих від їх хворобливих переживань.

Особливого значення надають колективному характеру занять арт-терапії. Їм приписується каталізуючий ефект і комунікативний, який сприяє поліпшенню самовідчуття, розумінню своєї ролі в суспільстві, власного творчого потенціалу і подоланню труднощів самовираження. Крім того, що арт-терапія є цікавою, емоційно значущою формою зайнятості, вона ще й додатковий спосіб спілкування хворих між собою. Сумісна творчість допомагає ВІЛ-інфікованому пацієнту пізнати світ іншої людини, що полегшує соціальну адаптацію.

Теми для арт-терапії охоплюють різні галузі життя пацієнта або групи і є лише орієнтирами:

1. Власне минуле і сьогодення: уявлення про себе; хто я є перед оточенням; моя найголовніша проблема; моє найгірше враження; я і мій ВІЛ-статус; чого я боюся; моя сім'я, батьки; мої головні недоліки; моя гідність; я серед людей; що мені не подобається в людях; хто я; я у вигляді тварини; життєвий шлях; мої сни.

2. Майбутнє, цілі та абстрактні поняття: яким я хотів би бути; життя без хвороби; ким би я хотів стати, якби я був чародієм; моя батьківщина; три бажання; я через десять років; любов; ненависть;

краса; добро; туга; свобода; сила; слабкість; залежність; незалежність; жіночність; чоловіча гідність; концентрація; напруження; страх; біль; бажання.

3. Відносини в групі: наша група; моє положення в групі; моя проблема і стосунки в групі; настрої з приводу сьогоднішньої зустрічі в групі; група у вигляді тварин; група у вигляді цирку; чарівник змінив групу; група в пустелі; зустріч групи з бедуїнами; група відправляється на бал-маскарад; наше королівство; що я людям даю і чого я від них чекаю; портрети членів групи.

**Висновок.** Позитивний ефект від художньої творчості при роботі з ВІЛ-позитивними пацієнтами, насамперед, досягається завдяки створенню позитивного настрою, відволіканню від наболілого. Через техніку, колір, форму та сюжет відбувається об'єктивація змісту глибинних, неусвідомлюваних шарів психіки, звільнення від нервово-психічного напруження, тяжких переживань. До

позитивних аспектів методу належать, зокрема, легкість встановлення контакту та взаєморозуміння з протагоністом, сприяння психологічному зближенню людей, отримання потужних позитивних емоцій, здобуття людиною здатності долати сумніви та страхи, що, у свою чергу, дозволяє побачити шляхи виходу зі складних життєвих ситуацій та сприяє розв'язанню особистісних проблем. Щодо роботи з ВІЛ-позитивними пацієнтами, актуальним є те, що творчість може використовуватись як засіб подолання почуттів провини та сорому, а також сублімації та каналізації агресивних і деструктивних нахилів та потягів; сприяння розвитку таких якостей, як емпатія та схвалення, виявлення можливих причин проблем, які йдуть з дитинства; стимулювання потреб у самовираженні, вираження своїх почуттів через ліплення з пластиліну; за допомогою роботи з піском досягнути стану релаксації, який допомагає позбутися неприємних відчуттів.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании. – М. : Класс, 2001. – 189 с.
2. Венгер А. Л. Психологические рисуночные тесты / А. Л. Венгер. – М.: Владос Пресс, 2002. – 392 с.
3. Копытин А. И. Техники аналитической арт-терапии: исцеляющие путешествия / А. И. Копытин, Б. И. Корт. – СПб. : Речь, 2007. – 140 с.

4. Практикум по арт-терапии / под ред. А. И. Копытина. – СПб. : Питер, 2001. – 167 с.
5. Рудестам К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – СПб. : Питер ком., 2001. – 384 с.