

IRYNA SERHIENKO

Arteterapia ekspresyjna w terapii traumy

Zarys sytuacji

Obecna sytuacja na Ukrainie generuje liczne polityczno-wojskowe, ekonomiczne i psychologiczne czynniki stresu, które nie mogą nie mieć wpływu na ludność tego kraju. Gdy Ukraińcy doświadczają wspólnej traumy psychicznej (2013–2020), w psychice wielu osób zachodzą wyraźne procesy w dużym stopniu powiązane ze zbiorową traumą z przeszłości (rozkułaczaniem we wczesnym okresie sowieckim, Wielkim Głodem, represjami lat 1938–1939, II wojną światową, politycznymi represjami po wojnie, izolacją – fizyczną, jak również kulturalną – od reszty świata itd.). Potrzeba profesjonalnego poradnictwa zorientowanego na przypadki traumy, zajmującego się traumami zarówno dawnymi, jak i świeżymi, jest bardzo pilna, i taki jest też problem odpowiedniego szkolenia.

Przyszli specjaliści, tacy jak arteterapeuci, powinni opanować teoretyczne i metodologiczne podstawy używania sztuki jako środka psychologicznego wsparcia i pomocy. Muszą być w stanie rozróżnić między metodami psychodynamiczną i humanistyczną (skoncentrowaną na człowieku) w arteterapii i mieć świadomość głównych zasad, konceptów, idei i procedur w obu tych strukturach. Niezbędne szkolenie powinno także obejmować zrozumienie charakteru interakcji dialogowej między terapeutą a klientem.

Niniejszy artykuł ma na celu zbadanie wyjątkowego charakteru i przebiegu interakcji dialogowej w kontekście arteterapii ekspresyjnej jako psychoekologicznego podejścia do terapii traumy.

Staramy się potwierdzić hipotezę, że dialog oparty na zasadach arteterapii ekspresyjnej skoncentrowanej na kliencie, używanej w pracy z osobami, które wyszły cało z sytuacji zagrażających życiu, jest skutecznym środkiem radzenia sobie z konsekwencjami traumatycznych przeżyć.

Dyskusja i wyniki

Chociaż arteterapia jako zawód jest stosunkowo nową sferą pracy naukowej i praktycznej, od dawna wiadano, że zajęcia artystyczne mają efekt terapeutyczny. Stopniowo arteterapia także rozwinęła się w naukę, udoskonaliła system szkolenia i uczenia przyszłych specjalistów i wreszcie ugruntowała się jako zawód i kariera. Arteterapia opiera się na idei, że obrazy artystyczne mogą pomóc nam lepiej zrozumieć siebie; poprzez ekspresję artystyczną uczestnicy mogą uczynić swoje życie bardziej pozytywnym. Wiele ludzi zdaje sobie sprawę,

że zajęcia artystyczne pomagają im zwalczyć stres, rozwiązać problemy, radzić sobie z przytłaczającymi emocjami spowodowanymi przez stratę, a nawet uśmierzyć ból fizyczny i inne przykre symptomy i odczucia.

Arteterapia z czasem wyewoluowała w dwa odmienne podejścia: psychodynamiczne (zakorzenione w psychoanalizie) i humanistyczne (oparte na efekcie terapeu-



tycznym wyrażania wewnętrznego świata przez sztukę). Podstawy podejścia psychodynamicznego w arteterapii położyła praca Margaret Naumburg. Podejście to opiera się na psychoanalizie obrazów rysowanych i innych prac pacjentów w celu odkrycia psychologicznych przyczyn problemów zdrowotnych pacjenta. Drugie podejście do arteterapii zostało stworzone przez Edith Kramer, która uważała, że poprzez ekspresję artystyczną myśli i uczuć klienci mogą uświadomić sobie właściwe zachowanie, podnieść poczucie własnej wartości i poprawić swoje umiejętności poznawcze i artystyczne. Kontynuatorka tej teorii, Natalie Rogers, opracowała własną wersję arteterapii, która stała się znana jako arteterapia ekspresyjna skoncentrowana na kliencie (lub terapia ekspresyjna), która podkreśla partnerską rolę terapeuty, zaangażowanie w proces twórczy podczas pomagania klientowi w zdobyciu wglądu w psychologiczne znaczenie wykonanej pracy. Według Rogers wszyscy mamy wrodzone dążenie do głębokiej i konstruktywnej twórczej ekspresji. „Humanistyczna arteterapia ekspresyjna różni się od analitycznego czy medycznego modelu



arteterapii, w których sztuka jest używana w celu diagnozowania, analizowania i «leczenia» ludzi¹.

Catherine Held, arteterapeutka z Santa Rosa w Kalifornii, od 1994 roku przyjeżdża do Czerkasów na Ukrainie, aby szkolić miejscowych terapeutów w arteterapii ekspresyjnej. Program wizyt wspiera współpraca i wymiana zawodowa między dwiema międzynarodowymi organizacjami kobiecymi (oddział Young Women's Christian Association w Santa Rosa i Centrum Kobiet w Czerkasach na Ukrainie). Dużo też zawdzięczamy Wendy Vernon, która uczy podejścia psychodynamicznego na zajęciach z arteterapii na studiach magisterskich na Sonoma State University w Kalifornii, i która dzieli się z nami swoim doświadczeniem podczas wizyt na Czerkaskim Uniwersytecie Narodowym im. Bohdana Chmielnickiego. Specjaliści ukraińscy – edukatorzy, psychologowie, w tym autorka niniejszego artykułu, z Czerkasów i regionu – otrzymali szansę uczestniczenia w szkoleniu z arteterapii i innych terapii w Santa Rosa i Los Angeles w ramach programu współpracy miast partnerskich. Szkolenie dotyczyło poradnictwa

i wsparcia psychologicznego dla ofiar przemocy domowej oraz prewencyjnej pracy psychologicznej z młodzieżą. Dzięki doświadczeniu i wiedzy zdobytej w tym programie Iryna Serhienko opracowała kurs arteterapii, który włączono w program nauczania studentów psychologii na Czerkaskim Uniwersytecie Narodowym im. Bohdana Chmielnickiego. Obecnie istnieje dodatkowy 90-godzinny program dla zawodowych psychologów i terapeutów, którzy pragną szkolić się w „arteterapii jako środka wsparcia w terapii traumy”.

Jednocześnie uniwersalne metody arteterapii pojawiają się na Ukrainie od lat 90. XX wieku, mieszając się z różnymi metodami wsparcia psychologicznego poprzez sztukę. Metody psychodynamiczna i sztuki ekspresyjnej nie zostały należycie rozróżnione, czego skutkiem było nadmierne wykorzystywanie metodologii arteterapii. Każde z podejść ma swoje zalety i ograniczenia. Naszym zdaniem jedną z istotnych kwestii jest różnica w postrzeganiu interakcji dialogowej między terapeutą a klientem. Skupiamy się konkretnie na dialogu między arteterapeutą a osobą wymagającą pomocy psychologicznej (zob. tabela 1).

¹ N. Rogers, *Tvorcheskaya svyaz'. Istselyayushchaya sila ekspressivnykh iskusstv* (*The creative connection. Expressive arts as healing*), Moscow 2015.

Interakcja dialogowa w arteterapii psychodynamicznej	Interakcja dialogowa w arteterapii ekspresyjnej
Podstawa teoretyczna i metodologiczna interakcji terapeuta – klient/pacjent – teorie psychoanalityczne Z. Freuda.	Podstawa teoretyczna i metodologiczna interakcji terapeuta – klient/pacjent – teoria ludzkiej motywacji A. Masłowa i skupiona na osobie (klientcie) terapia C. Rogersa.
Dialog jest narzędziem używanym przez terapeutę do badania podświadomych procesów zachodzących w psychice klienta.	Dialog jest środkiem do stworzenia twórczego powiązania między klientem a jego własnymi siłami witalnymi, a także między klientem a terapeutą.
Kluczowym celem dialogu jest diagnoza tego, co podświadome w psychice klienta.	Kluczem jest artystyczny proces twórczy, nie diagnoza.
Treścią dialogu jest badanie psychologicznego znaczenia obrazów w produkcie artystycznym i powiązań między nimi.	Treścią dialogu są skojarzenia klienta, uczucia, doznania (czuciowe), doświadczenia emocjonalne, spontaniczne wypowiedzi, metafory i refleksje.
Dialog odbywa się w oderwaniu od artystycznego procesu twórczego. Dialog ma miejsce po uzyskaniu wyniku, po ukończeniu produktu wytworzonego przez klienta na drodze działania artystycznego.	Dialog i działanie artystyczne są nierozłączne/niezbywalne. Interakcja dialogowa może mieć miejsce w każdym momencie podczas całego procesu tworzenia.
Arteterapeuta zazwyczaj nie omawia szczegółów procesu twórczego z klientem podczas dialogu. Produkt artystyczny może być stworzony przez klienta poza gabinetem arteterapeuty.	Arteterapeuta zapewnia empatyczne wsparcie przez cały czas trwania procesu artystycznego tworzenia. Omawianie procesu twórczego jest samo w sobie ważną częścią terapii.
Dialog jest w większości słowny.	Dialog może odbywać się na poziomie czuciowym-percepcyjnym, przenośnym, emocjonalnym, słownym i aktywnym.
Kierunek dialogowi zdecydowanie nadaje terapeuta, zgodnie z celami diagnozy psychoanalitycznej.	Dialog inicjuje i nadaje mu kierunek klient, który ma maksimum inicjatywy co do wyboru stopnia i ilości, jak również co do kolejności podawania informacji związanych z procesem twórczym, produktem czy artystycznym kontaktem z terapeutą.
Arteterapeuta nie tworzy własnego ani wspólnego produktu artystycznego z klientem.	Arteterapeuta może współdziałać z klientem poprzez tworzenie własnego lub wspólnego produktu artystycznego.
Tematyka i materiały mogą być wyznaczone przez terapeutę.	Tematyka i materiały są wybierane przez klienta.
Dokładna interpretacja treści psychologicznej/umysłowej leżącej u podstaw twórczego procesu artystycznego oraz przeniesienia w relacji arteterapeutycznej wyrażonej dialogiem jest kluczem do uzdrowienia klienta.	Kluczowy dla procesu uzdrowienia jest twórczy akt artystyczny, dzięki któremu klient przeżywa swoje wewnętrzne konflikty i rozwiązuje je w rezultacie swego spontanicznego działania transformacyjnego.
Zazwyczaj nie oczekuje się transformacji produktu artystycznego po odbyciu dialogu.	Terapeuta wspiera transformację produktu artystycznego w czasie trwania dialogu lub po jego zakończeniu.

Tabela 1. Zestawienie cech charakterystycznych interakcji dialogowej między arteterapeutą a klientem w ramach podejścia psychodynamicznego i ekspresyjnego

Określiłyśmy różnice w interakcji dialogowej w odmianie psychodynamicznej i arteterapii ekspresyjnej.

Uważamy, że najbardziej ekologicznym podejściem do pomocy ofiarom i osobom ocalałym z traumy (dawnej lub świeżej) jest wersja arteterapii zorientowana na odgrywanie uczuć i emocji związanych z sytuacją zagrażającą życiu. Oto przyczyny naszych wniosków:

- psychika ludzka dotknięta traumą jest w szoku, który czasowo niszczy psychikę (korzystanie z psychoanalizy jako terapii może pogorszyć to zniszczenie ze względu na sam charakter analizy, tj. rozbijania całości na elementy, co stanowi zagrożenie dla i tak już zniszczonej psychiki);
- przeważający komponent emocjonalny napięcia neuropsychologicznego blokuje proces myślowy w mózgu (a arteterapia psychodynamiczna wymaga aktywnego uczestnictwa w działaniach intelektualnych i samopoznawczych);
- zaprzeczenie jako proces wywołany traumą w psychice osoby ocalałej utrudnia realistyczną interakcję z informacjami, zaburzając obraz przeżyć klienta;
- skrajne emocje, jak strach, gniew i wściekłość, poczucie winy, wstyd, rozpacz, smutek, które odczuwa ocalały/ofiara po traumatycznym przeżyciu, domagają się ujścia na drodze ekspresji (sama werbalizacja wyżej wymienionych stanów emocjonalnych może nie wystarczyć do obniżenia poziomu napięcia emocjonalnego, zanim możliwy będzie spokojny analityczny dialog; przekazanie silnych emocji może zakłócić tworzenie relacji terapeutycznej z ocalałym lub zmniejszyć jego podatność na analizę; ponieważ podczas psychoanalizy sam terapeuta musi zminimalizować swoje emocje, klient może nie otrzymać od niego niezbędnego empatycznego i życzliwego wsparcia);
- niektóre ofiary traumy odmawiają powrotu do wydarzeń, uczuć i myśli dotyczących niedawnych lub dawnych traumatycznych przeżyć, dzieje się tak z powodu mechanizmu unikania (emocjonalne ograniczenie);
- mechanizmy psychologiczne leczenia pourazowego są bardzo indywidualne, w tym czas i warunki niezbędne, by ta funkcja uległa samoprzywróceniu (oznacza to, że sesje psychoanalityczne, znormalizowane pod względem czasu i warunków, nie okażą się skuteczne);
- początkowe, niedojrzałe procesy adaptacyjne, zachodzące w psychice osoby, która przeżyła traumę, wymagają uważnej, empatycznej, wspierającej pomocy psychologicznej opartej na zasadach skoncentrowanej na kliencie terapii C. Rogersa (postawa nieoceniania, bezwarunkowy szacunek – akceptacja i troska, empatia, zgodność, wiara w zdolność psychiki do samouzdrawienia – wszystkie są charakterystycznymi cechami arteterapii ekspresyjnej N. Rogersa)².

Przyjrzyjmy się arteterapii ekspresyjnej Natalie Rogers, skoncentrowanej na kliencie. Jeśli arteterapia polega na użyciu metod artystycznych w celu zapewnienia doradztwa psychologicznego i terapii, to arteterapia ekspresyjna ma swoje osobliwości.

Sztuka ekspresyjna to wyrażanie tego, co w nas emocjonalne, intuicyjne, z użyciem różnych środków artystycznych. „Arteterapia ekspresyjna wykorzystuje różne dziedziny sztuki – ruch, rysunek, malarstwo, rzeźbę, muzykę, pisanie, dźwięk i improwizację, w życzliwym otoczeniu, aby ułatwić rozwój i wyzdrowienie”³.

N. Rogers wymienia następujące zasady humanistyczne leżące u podstaw jej podejścia⁴:

- Wszyscy ludzie mają wrodzoną zdolność do bycia twórczym.
- Proces twórczy jest leczniczy i pouczający. Produkt ekspresyjny dostarcza jednostce ważnych komunikatów.
- Rozwój osobisty i wyższe stany świadomości osiągalne są poprzez samoświadomość, samorozumienie i refleksję.
- Do samoświadomości, samorozumienia i refleksji dochodzi się przez tunel naszych własnych silnych emocji: smutku, gniewu, bólu, strachu, radości, rozkoszy itd. Jest to tunel, przez który musimy przejść, żeby dostać się na drugą stronę: stronę samoświadomości, zrozumienia i pełni.
- Nasze uczucia i emocje są źródłem energii. Energię tę można nakierować na sztukę ekspresyjną, dzięki czemu zostanie uwolniona i przemieniona.
- Sztuka ekspresyjna prowadzi nas do podświadomości.
- Środki artystyczne wiążą się ze sobą w czymś, co ja nazywam twórczym połączeniem.
- Istnieje powiązanie między naszymi siłami witalnymi – naszą głębią, naszą duszą – a esencją wszechrzeczy.
- Dlatego, gdy podróżujemy do wnętrza poprzez sztukę ekspresyjną, odkrywamy nasz związek ze światem zewnętrznym. Wewnętrzne i zewnętrzne stają się jednym.

W arteterapii ekspresyjnej radzenie sobie z konsekwencjami traumatycznego przeżycia staje się możliwe poprzez realizację naturalnej zdolności człowieka do samouzdrawienia, gdy uwalnia się twórcze intencje psychiki. W arteterapii ekspresyjnej terapeuta podczas interakcji z klientem ufa w jego potencjał samouzdrawienia i pozwala mu wybrać tematykę, materiały i czas potrzebne do działania artystycznego i jego omówienia. Natalie Rogers pisze, że sztuki używamy, aby uwolnić, wyrazić, puścić. Możemy także zdobyć wiedzę poprzez badanie symbolicznych i metaforycznych „komunikatów” zawartych w produkcie sztuki ekspresyjnej⁵.

² Tamże.

³ Tamże.

⁴ Tamże.

⁵ Tamże.

Jednocześnie treść symbolicznych komunikatów potencjalnie obecnych w produkcie twórczym jest interpretowana przez prowadzącego (terapeutę) lub grupę na drodze podpowiedzi skojarzeniowych. Dodatkowo zamiast neutralizować uczucia „sztuka ekspresyjna przenosi klienta w świat emocji i nadaje im kolejny wymiar”⁶. W odróżnieniu od terapii słownej, która skupia się na emocjonalnych niepokojach i niewłaściwym zachowaniu, włączenie sztuki ekspresyjnej do terapii umożliwia klientowi (uczestnikowi) zaakceptowanie tych części własnego Ja, które były stłumione i tym samym wymknęły się spod kontroli.

„Częścią terapii może być radosna, dynamiczna nauka na wielu poziomach: czuciowym, ruchowym, konceptualnym, emocjonalnym i wyimaginowanym”⁷. Umiejętności działania artystycznego i wspólnej pracy twórczej oferują ocalałym z traumy nowe szanse samorealizacji i pracy zawodowej. „Klienci donoszą, że sztuka ekspresyjna pomogła im wyjść poza problemy i pozwoliła ujrzeć siebie samych, jak podejmują konstruktywne działanie”⁸.

Udo Bayer⁹, który wykorzystuje arteterapię, różne rodzaje i sposoby aktywności twórczej, także wskazuje psychologię humanistyczną jako podstawę swojej pracy. Píše: „Główną wytyczną, którą realizuję ja i moi koledzy, można określić jako «szacunek dla kompetencji klienta» i korzystanie z niego. Faktycznie, klienci posiadają wszelkie niezbędne informacje o sobie, nawet jeśli nie są tego początkowo w pełni świadomi”¹⁰.

Naukowiec zwraca uwagę, że podczas interakcji z klientem terapeuta ze swoimi umiejętnościami i wiedzą jedynie towarzyszy i wspiera jednostkę na drodze do zmiany. Terapeuta podkreśla kompetencję klienta i odrzuca możliwość przyjęcia roli eksperta w życiu klienta, unikając wszelkich form interpretacji. Zamiast tego U. Bayer używa „takich metod i technik, które zachęcają klienta do interpretowania własnych obrazów artystycznych oraz dalszego rozwijania interpretacji”¹¹.

Wnioski empiryczne

W naszych badaniach skupiamy się na rozwoju metody opartej na dialogu transformacyjnym zakorzenionej w arteterapii ekspresyjnej Natalie Rogers. Oto niektóre z sugerowanych metod (zazwyczaj zawierających komponenty arteterapii lub psychodramy), które wykorzystujemy, pracując z ocalałymi z traumy, niedawnej lub odległej w czasie: „Mój podpis”, „Odzyskiwanie tożsamości”, „Kwiat i ogródzenie”, „Ja i moja fizyczna istota”, „Filiżanka mojej duszy”, TOTS (transformacja

obrazu traumatycznego przeżycia – skrót pochodzi z języka ukraińskiego), „Requiem dla przeszłości”, „Krok w przyszłość” itd. Metodologia oparta jest na zasadach empatycznego wspierania klienta przez terapeutę, gdy klient przechodzi etapy reakcji na sytuacje ekstremalne, odgrywając emocjonalne ślady pozostawione przez traumatyczne wydarzenie.



Poniżej znajduje się struktura interakcji dialogowej w grupie arteterapii ekspresyjnej skoncentrowanej na osobie (kliente). Etapy zostały wyodrębnione w efekcie obserwacji w czasie zestawu sesji arteterapeutycznych (metodologia N. Rogers, ogółem 150 godzin) udostępnionych przez dr Catherine Anne Held, arteterapeutkę w Santa Rosa w Kalifornii.

Procedura dialogu w arteterapii ekspresyjnej (fragment zorganizowanej interakcji dialogowej w trakcie głównego komponentu sesji).

Częścią etapu tworzenia produktu artystycznego przez uczestników jest empatyczne wsparcie terapeuty. Arteterapeuta jest również zaangażowany w pracę twórczą, podobnie jak reszta grupy.

Po ukończeniu pracy twórczej przez grupę terapeuta proponuje, żeby uczestnicy zapisali na kartce papieru (lub w indywidualnym dzienniku) następujące rzeczy:

- nazwisko uczestnika i datę;
- określoną na wstępie tematykę produktu artystycznego;
- tytuł lub nazwę, która pojawiła się po ukończeniu pracy;
- wolne skojarzenia (uczucia, wrażenia, frazy lub zdania, które przyszły do głowy uczestnikowi podczas procesu twórczego, jak również w powiązaniu z ukończonym produktem).

⁶ Tamże.

⁷ Tamże.

⁸ Tamże.

⁹ U. Bayer, *Tvorcheskaya terapiya – Terapiya tvorchestvom (Teoriya i praktika psikhoterapii, ispol'zuyushchey raznoobraznyye formy tvorcheskoy aktivnosti)* (Creative Therapy – Therapy with creativity (Theory and practice of psychotherapy using various forms of creative activity)), Moscow 2013.

¹⁰ Tamże.

¹¹ Tamże.

Każdy uczestnik może opowiedzieć reszcie grupy o wszystkich etapach procesu twórczego w preferowany sposób (np. uczucia, skojarzenia, cechy charakterystyczne, znaczenie obrazów itd.).

Po zaprezentowaniu pracy przez jedną osobę grupa może przedyskutować własne wrażenia. Prowadzący podpowiada uczestnikom, jak mogą wyrazić swoje emocje i reakcje w grupie:

- Jakie uczucia lub emocje mieliście, słuchając prezentacji projektu artystycznego przez autora, a jakie, sami oglądając ukończony produkt artystyczny?
- Jakiego rodzaju doznania (słuchowe, wzrokowe, dotykowe, motoryczne itd.) mieliście podczas odbioru produktu?
- Jeśli macie własne skojarzenia, możecie je wyrazić i podzielić się z grupą, jeżeli sobie tego życzyście.
- Czasem, gdy patrzymy na czyjś produkt artystyczny, przychodzą nam do głowy porównania lub metafory. Możecie się podzielić nimi z autorem, jeśli macie ochotę.
- Spróbujcie wyobrazić sobie, że możecie wejść w zaprezentowane dzieło. Jakich emocji doświadczylibyście?

Terapeuta zazwyczaj dzieli się własnymi wrażeniami jako ostatni.

W rezultacie grupa tworzy ogromne psychologiczne lustro z różnymi podpowiedziami i sygnałami co do własnego odbicia uczestnika, a on może wybrać te, które jest gotowy przyjąć, i bronić się przed tymi, które powodują dyskomfort i są psychologicznie „odległe”.

Po sesji feedbacku, jeśli uczestnik sobie życzy, może podzielić się z grupą swoimi myślami i wnioskami na następujące tematy:

- stan emocjonalny, myśli podczas interakcji z grupą;
- nowe odkrycia na temat samego siebie;
- nowe uczucia i doznania dotyczące siebie.

Stosownie do podejścia opartego na dialogu transformacyjnym w arteterapii (które opieramy na zasadach arteterapii ekspresyjnej opracowanej przez N. Rogers i U. Bayera), gdy zakończą się dialogi z osobami, które zdecydowały się zaprezentować prace, arteterapeuta może zapytać, czy ktoś chce wprowadzić modyfikacje do swojej pracy. Uczestnicy mogą narysować (stworzyć) nowe obrazy lub dodać szczegóły nowego otoczenia do tego, co już stworzyli; mogą odzwierciedlić istotne (nawet zaktualizowane) uczucia; włączyć nowe elementy koloru, zmienić obraz (np. dodać coś lub narysować na nowo). Po tym następuje krótka prezentacja modyfikacji i dyskusja w celu wsparcia konstruktywnego rozwoju uczestników.

Wnioski

Arteterapia ekspresyjna, sięgając do sztuki figuratywnej i działań twórczych jako podstawowego środka uzdrowienia osoby, która doznała urazu, oferuje terapeutom nowe szanse i możliwości stosownej i efektywnej terapii traumy.

Zasady interakcji dialogowej w terapii skoncentrowanej na kliencie (np. nieocenianie szacunek dla klienta i jego emocji ze strony terapeuty, dialog inicjowany przez klienta, wiara w spontaniczną twórczość) służą jako czynniki terapeutyczne w pracy z ofiarami urazów psychicznych

Grupowe sesje arteterapii ekspresyjnej tworzą podstawę pod rozwój samoświadomości, silniejszej łączności między umysłem a rzeczywistością, oraz pod nowe ścieżki rozwoju osobistego. Cel osiąga się poprzez nieustanny nacisk na autoekspresję, wyjątkowość, znaczenie i wartość każdej osobowości, poprzez autentycznie życzliwe zainteresowanie światem wewnętrznym wszystkich uczestników, gotowość grupy, by poczuć to, co czuje każdy uczestnik, i podpowiedzieć, jak można odkryć harmonię przy pomocy obrazów i środków artystycznych.

Słowa klucze: terapia sztuką, psychodynamiczna arteterapia, skoncentrowana na osobie terapia sztukami ekspresyjnymi, trauma, psychotrauma, interakcja dialogowa, transformacyjne podejście dialogowe

IRYNA SERHIENKO

Expressive arts therapy in trauma – informed counseling

Summary

This paper overviews psychological grounds and conditions for expressive arts therapy in trauma-informed counseling and personal development activation. The author outlines the peculiarities of professional dialogical interaction within the framework of two major theoretical-methodological paradigms of art therapy – the psychodynamic branch and the expressive arts branch, as well as describes the differences between the two practices. The paper highlights the dialogue as part of the transformational dialogical approach in expressive arts therapy of trauma while exhibiting the structure of dialogical interaction in a group setting during therapy involving expressive arts.

Key words: art therapy, psychodynamic art therapy, person-centered expressive arts therapy, trauma, psychotrauma, dialogical interaction, transformational dialogical approach

І.М. СЕРГІЄНКО

СПЕЦИФИКА ЕКСПРЕССИВНОЇ АРТ-ТЕРАПІЇ ПРИ РОБОТІ ІЗ ПСИХОЛОГА ІЗ СУБ'ЄКТОМ, ЩО МАЄ ПСИХОТРАВМУ

Анотація

Розглянуто психологічні умови застосування експресивних мистецтв з метою психотерапевтичного опрацювання психотравм та активізації особистісного розвитку суб'єкта. Присвячено окресленню специфіки фахової діалогічної взаємодії у двох головних теоретико-методичних напрямках арт-терапевтичної практики. Подано відмінності діалогічної взаємодії в психодинамічній та експресивній гілках арт-терапевтичної практики. Висвітлено діалог при застосуванні трансформаційно-діалогічного підходу в експресивній арт-терапії психотравми. Виокремлено особливості діалогічної взаємодії терапевта і постраждалого в арт-терапії засобами експресивних мистецтв.

Ключові слова: арт-терапія, психодинамічна арт-терапія, людиноцентрована терапія на основі експресивних мистецтв, психотравма, діалогічна взаємодія, трансформація діалогічний підхід

И.М. Сергиенко

СПЕЦИФИКА ЭКСПРЕССИВНОЙ АРТ-ТЕРАПИИ ПРИ РАБОТЕ С ПСИХОЛОГА С ПОСТРАДАВШИМИ

Аннотация

Рассмотрены особенности применения экспрессивных искусств с целью психотерапевтической обработки психотравм и активации личностного развития субъекта. Статья посвящена анализу специфики профессионального диалогического взаимодействия в двух основных теоретико-методических направлениях арт-терапевтической практики. Представлены отличия диалогического взаимодействия в психодинамической и экспрессивной ветках арт-терапевтической практики. Раскрыто использование трансформационно-диалогического подхода в экспрессивной арт-терапии психотравмы. Выделена структура диалогического взаимодействия в группе арт-терапии средствами экспрессивных искусств.

Ключевые слова: арт-терапия, психодинамическая арт-терапия, человекоцентрированная терапия на основе экспрессивных искусств, психотравма, диалогическое взаимодействие, трансформационно-диалогический подход.

Bibliografia

- Bayêr, U. (2013). *Tvorcheskaya terapiya – Terapiya tvorchestvom (Teoriya i praktika psikhoterapii, ispol'zuyushchey raznoobraznyye formy tvorcheskoy aktivnosti) (Creative Therapy – Therapy with creativity (Theory and practice of psychotherapy using various forms of creative activity))*. Moscow: Nezavisimaya firma «Klass». [in Russian]
- Rogers, N. (2015). *Tvorcheskaya svyaz'. Istelyayushchaya sila ekspressivnykh iskusstv (The creative connection. Expressive arts as healing)*. Moscow: Mann, Ivanov, and Ferber. [in Russian]
- Serhiienko, I. (2015). Art-terapevtychnyy pidkhid u podolanni naslidkiv psykhotravmy (Art-therapeutic approach in overcoming the consequences of psychotrauma). In *The II All-Ukrainian scientific and practical round table „Psychotherapeutic dialogue as a means of providing psychological help in psychotrauma”* (pp. 14–24). Cherkasy: FOP Chabanenko Yu.A. [in Ukrainian]

Od redakcji

Artykuł ilustruje dokumentacja fotograficzna działania *Performans: W głąb siebie*, autor pomysłu: B. Nalepa, miejsce: DPS w Rzeszowie, ul. Żałęska 7a, uczestnicy: mieszkańcy DPS, publiczność: mieszkańcy i personel DPS, studenci UR, 2019, fot. B. Nalepa.

