

## СЪВРЕМЕННИ АРТТЕРАПЕВТИЧНИ ПОДХОДИ В ПЕДАГОГИЧЕСКАТА ПРАКТИКА

**Виолета Костадинова, Емилия Цанкова \***

*СУ „Св. Климент Охридски” - Факултет по начална и предучилищна педагогика  
София 1574, България*

*\*СУ „Св. Климент Охридски”, София, 1504, България  
vek92@abv.bg*

## MODERN APPROACHES ARTTHERAPEVTICHNI IN PEDAGOGICAL PRACTICES

**Violeta Kostadinova, Emiliya Tsankova\***

*Sofia University “St. Kl. Ohridski” - Faculty of Preschool and Primary School Education, Sofia  
1574, Bulgaria*

*Sofia University “St. Kl. Ohridski” Sofia 1504, Bulgaria*

### ABSTRACT

Modern art therapeutic approaches in teaching practice allow integration of theoretical knowledge and practical skills in various activities (cognitive, psychomotor, artistic, aesthetic, etc.). Their innovative opening and application to stimulate interest in the arts allows to overcome a number of negative conditions of the individual and helps to achieve a positive emotional response to life's situations. Pedagogical aspects of art therapeutic innovative approaches based on gaming activity and new technological solutions increase the effectiveness of art therapeutic practice.

*Keywords: teaching practice, art therapy approaches, music therapy*

Съвременните демократични процеси, протичащи в обществото формират личности с нов социален живот. Те дават положително отражение върху цялостното развитие на човека. Сега все по-остро се поставят въпросите за преосмисляне на системата от ценности и приоритети, по-ясно се осъзнава изключителната роля, която имат индивидуалните способности на всяка личност да се изправи пред предизвикателствата в социалната, икономическата, технологическата и културната сфери.

Едновременно с това, тези процеси носят и редица негативни последици, между които отчуждение и нарушена комуникация между отделните хора, напрежение в ежедневието, агресия при решаването на личностни проблеми. Достига се до трайни стресови ситуации, които се проявяват във всички възрастови групи, дори още в ранна детска възраст, в предучилищните и училищните институции.

Един от ефективните начини за преодоляването на негативизма във всичките му проявления, за положително целенасочено въздействие върху човека е *арт-терапията*.

Тази сфера на научното познание възниква и се утвърждава още в средата на миналия век. Използвана първоначално за превенция и лечение на различни заболявания, поставяйки акцент върху терапевтичните подходи, в последното десетилетие все по-интензивно се търсят и разкриват иновативни подходи за цялостно въздействие върху личността, основаващи се на невербалния език на различните изкуства – музика, изобразителни изкуства, живопис, графика, малка пластика, дърворезба, работа различни художествени материали и други. Арттерапевтични невербални подходи все по-успешно се прилагат и в педагогическата практика.

Съществен етап в развитието на арт-терапията както в теоретичен, така и в практико-приложен аспект е създаването в края на миналия век на Международна асоциация по арт-терапия. Един от важните ѝ приоритети е създаването и прилагането на единни програми за

уеднаквяване на арттерапевтичното образование в европейските страни, разработването на цялостна стратегия за развитие на арттерапията като наука в глобален план и формирането на нейни общи основни стандарти.

В съвременни измерения обект на арттерапевтично въздействие са не само болни лица с различни здравословни проблеми, но и клинично здрави, при които арттерапевтичните подходи са прилагани с превантивни задачи. Това успешно разширява сферата на арттерапевтичното въздействие при всички възрастови групи. То се основава на релаксиращите и хармонизиращи възможности на изкуствата върху човека. Доказани са и възможностите на арт-терапията за мобилизиране на творческия потенциал на личността, за нейната активизация и саморегулация.

Параметрите на арт-терапията непрекъснато се разширяват и обновяват. Това е в резултат от една страна на разкриването на иновативни подходи в практическото ѝ прилагане, от друга на все по-разширяващия се обхват на видове и жанрове на различните изкуства.

Между тях на едни от водещите места са психодрамата (първоначално въведена от Джейкъб Морено), музикотерапията (в двете ѝ основни измерения – активна и рецептивна), двигателната терапия (или както много автори я наричат танцова терапия), терапия с поезия, с приказки и други.

В глобални измерения се увеличават институциите, които въвеждат арттерапевтични похвати за преодоляване на различни състояния на контингента, с който работят. Това допринася за утвърждаването на арттерапията като област на познанието и научна дисциплина и в сферата на педагогиката, използвана като мощно възпитателно средство.

В научното доказване на предимствата на арттерапията А. Копыгин пише: "... арттерапията обединява усилията и дейността на специалисти в различни научни сфери – педагози, психотерапевти, психолози, лекари, социални работници и др. А това априори подsigурява както комплексен подход при разрешаването на различни казуси, така и една оптимална ефективност на въздействието ..." [по: Попов, Т., 2008, с. 16].

В този контекст Л. Лебедева допълва, че: „педагогическото направление на арт-терапията има неклинична насоченост, то е насочено към потенциално здрава личност <...> при него на първи план излизат задачите на развитието, възпитанието, социализацията“ [пак там: с.20].

Видовете арттерапевтична работа също непрекъснато се обновяват. Към посочените, вече станали „традиционни“ все повече се прилагат и използват възможностите и на дизайна, мозайките, на предмети от кожа, икебана и други. Много от доказаните подходи на работа започват да се прилагат в социалните дейности.

Едно от най-често използваните арттерапевтични направления е *музикотерапията*. Тя е въведена като университетска дисциплина за първи път през 1944 в Мичиганския университет в САЩ. През 1950 г. е създадена и първата професионална организация на музикалните терапевти в САЩ – Национална асоциация по музикотерапия. Понастоящем освен в САЩ, музикотерапията е разпространена и много широко се прилага в Германия, Австрия, Холандия, Дания, Великобритания, Франция, Белгия, Финландия и др. страни.

Водещото ѝ значение се дължи на същността на музикалното изкуство и нейното широкоспектърно въздействие върху личността. Релаксиращите и хармонизиращите възможности на музиката са известни още в древността. Не случайно много теоретици в различни сфери на научното познание – философи, музиковеди, изкуствоведи определят Орфей не само като музикант, певец, поет, а и като лечител и прорицател със способности за въздействие върху емоционалния свят на хора и животни. В редица библейски сказания отново музиката е използвана с нейните магически сили. По мнението на проф. д-р Фридрих Оберкоглер „музиката винаги е била съществена съставка в най-ранните магично-митични

целесни ритуали при лечението на душевни и на телесни заболявания”. Още от древността, според Константин Селъченок, „именно музиката е играла особена роля в качеството си на фактор, позволяващ на Магове и на Посветени да осъществяват духовно влияние над хората“ Във всички времена тя се е признавала като „най-тайнствения, най-загадъчния и най-невъобразимо изтънчения фактор за развитието на живата природа”.

Обръщайки ретроспективен поглед към някои от съхранените музикални трактати на древни учени, намираме сведения за използването на музиката като релаксиращо средство, като фактор за уравнивяване на емоционалните състояния на личността.

Едва ли ще звучи пресилено твърдението, че в момента музикотерапията е най-популярната, най-често прилаганата и разпространена арттерапевтична дейност и практика за лечение и профилактика посредством въздействие чрез изкуство. Естествено, не всяка музикална творба, и не в еднаква степен оказва релаксиращо въздействие, най-прякото отношение на музиката за постигане на равновесие между физиката и психиката на индивида, за разрешаването на вътрешни конфликти и противоречия, по посока на душевния мир, при взаимоотношенията с околните и заобикалящата среда са доказани.

Съвременната музикотерапия се развива в три основни направления: аналитична, бихевиористична и хуманистична.

Като едни от утвърдените подходи на работа са следните:

*Подход на Нардоф и Робинс.* Този подход е най – популярния в музикотерапията. Известен е още като “ Клинична импровизация”. Той може да се прилага изключително удачно за работа както при деца, така и при възрастни.

*Подходът “Водене на въображение с музика”* и подходът *Музика и образност* . Те са подходящи за работа с така наречените „здравни невротизици“ и при лица с психосоматични заболявания. И при двата подхода се употребяват готови музикални произведения. Сесията се състои от три части – първата и третата са вербални а средната е музикална, по време на която клиента/пациента е в състояние на релаксация. „Водене на въображение с музика ” е подход насочен към личностово опознаване и израстване .

*Подходът „Процесуална психология“* е създаден от Арнолд Миндел и обединява различни арттерапевтични методи и средства. Авторът и негови последователи, изключително удачно използват арттерапевтични похвати от всякакав вид, модифицираща психодрама като инструмент в практическата работа [по: Попов, Т., 2004].

В днешно време безспорните лечебни свойства на музиката са доказан факт, неподлежащ на никакво съмнение. Благодарение на съвременните технологични достижения, на разработената апаратура в медицината са разкрити възможности за прецизно и точно измерване на настъпващите изменения в човешкия организъм вследствие на едно, или друго външно въздействие. Така се установяват позитивни промени, които настъпват при пациентите при въздействие с музика – върху кръвното налягане, за тонус, на влажността на кожата и др. Вече е научно доказано, че „музиката притежава способността да пресъздава в многообразни нюанси сложните човешки чувства, мисли и преживявания, което ѝ позволява с голяма сила да въздейства преди всичко върху емоционалната, а оттам и върху интелектуалната и волевата сфера на личността”. Факт е, че от „прастари“ времена музиката се използва за предизвикване на екстаз и ентусиазъм, за подбуждане на агресивност при воденето на бой, за изразяване на различни чувства, както и за подпомагане на общуването. Учените доказват и по експериментален път, че някои положителни чувства, като например радост, тъга, любов могат да се събудят от музиката, но не и негативните - гняв, страх, ревност, завист.

Според автори, разработващи проблеми на музикотерапията в Залцбург, Австрия тя е една „тайна на откровението”, която може положително „да повлияе върху духовните, телесните, душевните нарушения и върху смущенията в поведението на индивида, с

грижовна съгласуваност при дадена болест” и при отчитането на конкретния пациент и на неговата личност, индивидуални особеност и специфика [пак там, с. 54].

Много автори посочват, че музикотерапията би могла да се подраздели на два основни вида: *рецептивна и активна*.

*Рецептивната*, или пасивната музикотерапия е много по-широко разпространена. При тази разновидност става въпрос за възприемането на различни музикални произведения от конкретни рецепиенти. Съобразно необходимите критерии тези творби се подбират от музикотерапевта и се включват в арттерапевтичната работа чрез различни технически средства, или посредством изпълнение „на живо“.

При *активната* музикотерапия клиентът (пациентът) сам активно музицира. Естествено, че това става под наблюдението на съответния музикотерапевт. Изпълнението на музика се осъществява с помощта на различни музикални инструменти – най-често това са пиано, китара, ударни и др., а също чрез пеене.

В научните разработки на А. Кокошкарлова (2008) при механизма на терапевтичното повлияване са диференцирани разновидности на рецептивната музикотерапия - реактивна, отреагираща или катарзисна; регулираща, или вегетативно-хармонизираща и комуникационна.

Български автор със значими достижения в сферата на музикотерапията е Хр. Христозов. Той конкретизира своите дългогодишни проучвания като фиксира различни групи и обекти на музикотерапията.

Между тях са деца с различни психози, „първично аутистични деца”; изоставани в развитието си, емоционално увредени, с леко умствено изоставане, с трудности в обучението, със закъсняла реч, при такива с емоционална депривация и с неспособност за справяне със стрес; с нарушено развитие – умствено изостанали, при увредени деца с дълбоки перцептивни затруднения; при деца с аномалии във физическото развитие и други.

Авторът диференцира и групи личности с различни страхови състояния, наркотично зависими лица и много други, но всичко това излиза от обхвата на педагогическата практика.

Известният немски музикален терапевт и психолог Ханс-Хелмут Декер-Фойгт (2003) фиксира области, където музикалната терапия се прилага с особено голям успех. Той посочва лечебната физкултура, т.нар. ерготерапия, когато клиентите (пациентите) не само слушат, но и те самите те създават музика; като елемент от танцовата терапия и двигателната терапия, при ритмотерапията – за пациенти със смущения и разстройства в речта и др.

Музикалната терапия се използва и в съчетанието с ароматерапия, масаж, хидромасажи др. в комплекса на психотерапевтичната дейност, при стрес и при претоварване на организма.

Тя се прилага успешно и при лица с говорни проблеми и нарушения. Те се проявяват в повечето случаи още в детството, като заекване, алалия, дизалалия. Говорни проблеми се появяват и при различни неблагоприятни обстоятелства и ситуации, дали отражение върху нервно-функционалното състояние на лицето (при стрес, при преживени травми, тормози неврози). Музикотерапията се използва като средство за логопедично въздействие, целящо терапевтичен и корекционен ефект. Музиката, ритъмът се явяват основни предпоставки за ефективно провеждане на терапевтичен процес. Изисква се от страна на клиента (пациента) нагласа, мотивация, активност, търпеливост за преодоляване на говорния дефект. В това отношение музикалното изкуство помага извънредно много при провеждането на необходимите упражнения за правилно дишане, артикулация, спазване на паузи, акценти и т.н. Чрез съчетаването на логоритмичните упражнения с музика се постига и общо психомоторно развитие на детето. Подобрява се координацията на движенията, овладява се вниманието (волево внимание), развива се паметта, анализаторите (слухов, зрителен). Тези занимания съдействат за укрепване на нервната система като цяло, за развитие на нервните

процеси и техния баланс. Провокира се бодро настроение, което увеличава терапевтичния ефект.

Освен преодоляване на говорните нарушения, чрез музикотерапията се постигат и редица възпитателни и дидактически задачи, свързани с училищния успехи поведението на детето (ученика). И най-вече се отразяват благоприятно върху самочувствието, върху социалния статус.

В музикотерапевтичната дейност се използват и други средства, освен музика и логоритмични упражнения. Те се провеждат с помощта на стихчета, броилки, подвижни и дидактически игри, физкултурни занимания, рисуване. Така се получава единство на музика, слово, движение, което засяга цялостната личност на детето (ученика) и поддържа неговия тонус.

Музикалните творби се избират съобразно етапа на работа с обучаваните. В началото те са по-известни, леки, мелодични, а по-късно стават по-сложни, по-динамични.

Музикотерапевтите често използват музиката и за комуникация. Със своя ритъм, мелодия и стихове музиката е своеобразен „език“. Това позволява музикотерапията да се използва и за да се помогне на умствено и физически недъгавите хора да изразят себе си. Тя може да стимулира интровертните пациенти да станат по-общителни, а също да изкара шизофреничните и аутистичните пациенти извън техния изолиран свят.

Обобщавайки посоченото до тук може да се изкаже твърдението, че арт-терапията като цяло, и музикотерапията в частност използват художествени средства за себеизразяване и себеосъзнаване на личността. Нейна главна цел е постигането на промяна и развитие на личността чрез използването на изразните средства на различните изкуства в една сигурна и подкрепяща среда.

Същевременно, всичко посочено до тук дава основание да посочим, че възможностите на арттерапевтичната дейност все още не са в достатъчна степен разкрити и обосновани, поради което и не се използват пълноценно. Едни от причините, според много от посочените автори е, че се подценява значението ѝ, не са утвърдени много от посочените иновативни подходи, не е разкрита институция в която да протича подготовка на специалисти, способни да реализират този вид арт-терапевтични практически действия.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Декер - Фойгт (2003) Введение в музикотерапию.- Спб.
2. Попов Т., (2008) Арт-терапията при децата.- С.
3. Попов Т., (2004) Терапия и профилактика чрез изкуство.-С.
4. [www.sofroni.hit.bg/data/zaek.doc](http://www.sofroni.hit.bg/data/zaek.doc)
5. [www.yavorkonov.net/index](http://www.yavorkonov.net/index)