

АРТТЕРАПІЯ З ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ

Анжела Закревська

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти,
Національний університет «Запорізька політехніка»,
E-mail: zakrevskaya.anzhela@gmail.com

Віктор Кузьмін

кандидат соціологічних наук, доцент,
в. о. завідувача кафедри соціальної роботи та психології,
Національний університет «Запорізька політехніка»,
E-mail: kuzmin2v@gmail.com

Взаємодія між арт-терапевтами та літніми людьми вимагає врахування багатьох психологічних, соціальних і фізичних факторів. Водночас специфічним завданням арт-терапевтичної роботи є подолання соціальної ізоляції, підвищення самооцінки літньої людини, створення умов для реалізації її життєвого досвіду, визнання цінності, реалізації творчого потенціалу. Безсумнівно, соціальний контекст, у якому здійснюється цей тип роботи, є дуже важливим, особливо серед людей похилого віку, які часто самотні та ізольовані, які є безпорадними та мають відносно обмежені матеріальні ресурси суспільства для допомоги. У нашій країні розвиток геріатрії та системи геріатричної служби є вкрай слабким, що посилюється існуючими психосоціальними стереотипами про те, що люди похилого віку є «баластом» суспільства.

Арт-терапевтичну роботу з цією групою людей можна проводити в соціальних центрах, центрах психічного здоров'я або денних установах, лікарнях, школах-інтернатах тощо. Медичні та соціальні установи.

Арт-терапевтичну роботу з ними можна проводити по-різному, але зазвичай перевага віддається її груповій формі. Людям похилого віку дозволяється приєднуватися до змішаних груп, але в деяких випадках рекомендується формувати групи лише з людей похилого віку – таким чином ви можете зосередитися на їхніх конкретних потребах чи проблемах і врахувати вікові вимоги. Характерною рисою постійних клієнтів є те, що вони особливо

схильні до втоми. Тому групові заняття повинні бути короткими, по можливості проводитися вранці, з великими перервами. Необхідно враховувати такі потенційні фактори, як втрата зору та слуху та скутість суглобів. У деякій мірі додаткове освітлення, великі кисті або крейда можуть компенсувати ці порушення. Також варто враховувати різні ступені зниження пам'яті та інтелекту, можливі порушення мови [2].

Як на індивідуальних, так і на групових заняттях можна за допомогою вправ підготувати пацієнтів до роботи, мобілізувати їхню увагу, а на групових – згуртувати їх учасників спільними діями. Тим не менш, вправа «передача листів» цінна тим, що картина не має автора і тому не може бути об'єктом критики. Арт-терапевт пропонує учасникам групи щось намалювати (це може бути знайома всім композиція чи зображення). Через десять хвилин кожен повинен передати свій малюнок сусідові справа. Він додає щось до зображення та передає його в циклі, доки воно не повернеться до оригінального автора.

Техніка «фінішний карлик» зручна тим, що дозволяє людям починати роботу, а не починати з чистого аркуша. На окремих аркушах паперу арт-терапевт намалював різні звивисті лінії, жодна з яких не повторювалася, і передав зображення членам групи, щоб вони перетворили лінії на зображення. Потім пацієнти показували один одному свої малюнки та обговорювали їх.

Найкраще починати роботу з простого завдання, наприклад, «напишіть своє ім'я» – запропонувати клієнтам описати своє ім'я будь-яким стилем і формою на свій розсуд. Більшість людей не нервують з цього приводу і можуть творчо виражати себе з самого початку курсу.

Для того щоб полегшити спілкування використовують техніки колажу з кольорового паперу та тканини.

В окремих роботах арт-терапевтам пропонується зобразити той чи інший епізод свого життя в одній картині. Можна використовувати техніку сумісного малювання. Багато людей похилого віку відчують певні труднощі з малюванням: це нагадує їм дитинство і здається «нудним заняттям». Іноді вони думають, що арт-терапевт перевіряє їхню «дурість» такими складними

зображеннями, бо знають, що у них слабка пам'ять. Однак багато людей все ще вважають, що візуальна робота важлива для них, оскільки вона дає їм можливість усвідомити те, про що вони довгий час «мовчали», і провести своє життя, роблячи «значущі речі», замість того, щоб давати їм катартичний вихід. Відчувати, а не надавати значення таким поняттям, як «особистісне зростання». Людям цієї вікової групи необхідно повернутися в минуле, щоб побачити сенс свого життя.

Окремі арт-терапевти, які працюють із літніми людьми, хочуть бачити видимі ознаки покращення у своїх пацієнтів. Тобто арт-терапія уявляється їм як процес створення красивих картин для прикраси стін. Якщо їхні пацієнти арт-терапії не виявляють ознак хвилювання та щастя, то вони демонструють явне невдоволення та роздратування. Невдоволення поступово переростає у ворожість [1]. Літніх людей слід сприймати такими, якими вони є, і не очікуйте, що вони обов'язково відобразатимуть радісні спогади та почуття на своїх фотографіях. Люди похилого віку не завжди готові показувати свою роботу іншим: вони можуть захотіти приховати або навіть знищити її від інших, оскільки це відображає їхню безпорадність.

Ще одна дуже деструктивна форма ставлення до людей похилого віку – сентиментальність і бажання піклуватися про себе. Це принижує їхню гідність і посилює їхню залежність від інших.

Список використаних джерел:

1. Філософська антропологія, психоаналіз та арт-терапія: перспективність взаємодії: підхід філософської антропології як метаантропології: збірник наукових праць Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 30–31 березня 2016 р.) / за ред. Н. В. Хамітова. Київ: Інтерсервіс, 2016. 206 с.
2. Сорока О. В. Арт-терапія: до питання термінології. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 14: Теорія і методика мистецької освіти*. 2015. Вип. 18. С. 299–306.