

УДК 364.048.6

Музейная арт-терапия как инновационный метод в музейной практике

Хапова Елизавета Вячеславовна,
магистрант Института национальной культуры и межкультурной коммуникации
Марийского государственного университета, г. Йошкар-Ола

Мамонтова Марина Сергеевна,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры философии и социально-культурных
технологий Марийского государственного университета, г. Йошкар-Ола

Аннотация. В статье рассмотрена тема возможности реализации арт-терапии в музейной деятельности и такое инновационное направление, как музейная арт-терапия. Описан опыт успешной импрессивной арт-терапии в музейном пространстве на примере пациентов со сложными психическими нарушениями Национальной службы здравоохранения. Также в статье говорится об условиях организации успешного процесса музейной арт-терапии: музейная среда, модерация специалистом, специально разработанная программа. В тексте статьи рассматривается также развитость музейной арт-терапии на данный момент времени.

Ключевые слова: арт-терапия, музейная арт-терапия, музей, искусство, музейное пространство, психология.

Музейная среда полностью соответствует требованиям арт-терапевтической среды, однако, многие музеи не знакомы с данной формой практики, хотя сама обстановка и культурно-образовательные программы музея явно или неявно задействуют арт-терапевтические механизмы. Актуальность работы обусловлена возможностью реализации арт-терапии на музейных площадках, а также расширения спектра программ музея в сторону музейной-арт терапии, которая обладает «исцеляющим» эффектом.

Программы музейной арт-терапии – это то, что необходимо современному человеку, который находится в постоянном стрессе из-за быстрого ритма жизни, и, зачастую, даже не осознает этого. Развитие музейной арт-терапии и возможность предложить аудитории наряду с уже привычными формами культурно-образовательной деятельности терапевтическую программу сможет оказать положительное влияние на состояние посетителей. Цель работы актуализировать тему музейной арт-терапии и возможность её реализации в пространстве музея. Методы исследования - теоретические: анализ, синтез, систематизация материалов из научных источников.

Современный человек находится в своеобразной «ловушке»: быстрый темп жизни, большое количество информации, многозадачность, плохая экология, высокий уровень стресса. Часто человек не осознает пагубного влияния всех этих факторов на своё психологическое состояние, и за помощью обращается только тогда, когда уже есть явные «красные флажки», указывающие на проблемы нервной системы. Однако всё это можно предотвратить, если сделать моменты терапии нормой и частью жизни. Тогда, получая регулярную помощь, человек будет чувствовать себя психологически более комфортно и просто не дойдёт до того момента, когда ему придётся обращаться за помощью к специалистам. В этом может помочь арт-терапия.

Арт-терапия – метод, образованный на стыке психотерапии, педагогики, культурологии, искусства и некоторых практик экспериментального образования [Копытин, 2017, с. 10]. Цель арт-терапии – гармонизация личности человека, путём поиска истинного «Я»

человека и развития у него способности к самовыражению. Для неё характерно использование продукта творческого процесса или самого творческого процесса как посредника в проживании определённого эмоционального состояния [Копытин, 2017, с. 15]. Символизм искусства помогает человеку осознать и выразить свои внутренние переживания, эмоциональные состояния. Таким образом, искусство в арт-терапии – инструмент для лечения, терапевтический фактор [Лузянина, 2020, с. 255]. Чаще всего слово «искусство» у людей ассоциируется с музеем.

В представлении современного человека музей – место, куда идут за эстетическими впечатлениями. Но каждый музейный работник знает, что музейная деятельность состоит из разных направлений: научная, фондовая, экспозиционно-выставочная и культурно-образовательная. Таким образом, современный посетитель музея, может не только ознакомиться с экспозициями, но и принять участие в культурно-образовательных программах музея, которые используют музейное пространство как площадку для творчества. В этих процессах, так или иначе, реализуются арт-терапевтические стратегии, а также направления арт-терапии.

Арт-терапевты часто обращаются к ресурсам музея. Совмещение музея и арт-терапии породило такой инновационный метод, как музейная арт-терапия. Музейная арт-терапия – одна из форм психологической работы, которая ставит перед собой цель: достижение положительных изменений в эмоциональной и когнитивной деятельности человека, а также личностном развитии [Копытин, с. 39]. Для реализации цели активно используется музейная среда, а также все виды изобразительного искусства. Современную арт-терапию можно классифицировать на два вида: импрессивная арт-терапия и экспрессивная [Саввинова, 2019, с. 40].

Импрессивная арт-терапия за основу берет продукты творчества, созданные профессионалами – картины, скульптуры, литературные и музыкальные произведения. Созданные известными мастерами, такие произведения искусства заключают в себе определенные смыслы, переживания, вызывающие, своего рода, катарсис у человека, воспринимающего искусство. Используя импрессивную арт-терапию, человек не просто знакомится с личными переживаниями творца, его ценностями и взглядами на мир, но и проживает свои собственные эмоции, вызванные контактом с музейным экспонатом, через механизмы арт-терапии: символизацию, децентрирование, экстернализацию, рефлексирование и проработку эмоциональных переживаний.

Многие люди, прошедшие импрессивную музейную арт-терапию, отмечают её благотворный эффект. Специалисты Национальной службы здравоохранения провели несколько сессий для людей со сложными психическими заболеваниями в музейном пространстве. Они отметили что выход в «неклиническое» пространство положительно сказался на состоянии людей – уровень их креативного мышления возростал, также они чувствовали себя едиными, оказавшись в таком пространстве [Coles]. В терапевтическом процессе участники занимались поисками музейных предметов, отражающих их «я» в прошлом, настоящем и будущем; размышляли о том, почему этот предмет так похож на них, и что он может чувствовать [Coles].

После завершающей сессии в музее участники рассказали о своих успехах. Участница №1 ассоциировала себя с моделью поперечного сечения Земли, она вдохновилась тремя слоями, изображенными на сечении и говорила о собственном «я», том, которое она показывает другим, которое видят только её близкие люди, и том, которое чувствует только она [Coles]. Участница № 2 ассоциировала свою жизнь с отреставрированным горшком, собранный из расколотых кусочков, он напоминал ей её собственную жизнь. На его примере она создала коллаж из разных, но таких важных для неё кусочков своей жизни. Участница № 3 увидела график на выставке и по его подобию создала

график событий своей жизни, она считает, что «это было очень важно сделать – так же важно, как положить вещи на место, прежде чем двигаться дальше» [Coles].

В целом, участники активно взаимодействовали с музейными предметами, конечно, не все нашли «свой» предмет, но специалисты отмечают, что такой контакт раскрепостил группу и помог людям с психическими заболеваниями почувствовать себя в меньшей степени зависимыми от проблем со здоровьем и в большей степени ощутить свою значимость и связь с миром в «неклиническом» пространстве. Один из участников отметил необычность таких сессий: «Вы бы и не подумали, что, вынимая предметы из музейных коробок, бродя и глядя на артефакты, вы почувствуете себя лучше или добьётесь прогресса в восстановлении здоровья, но вы будете удивлены» [Coles].

Таким образом, исследования Национальной службы здравоохранения подтверждают то, что импрессивная арт-терапия в пространстве музея оказала положительное влияние на людей с психическими заболеваниями.

Экспрессивная арт-терапия берёт за основу сам творческий процесс человека – рисование, лепка, аппликация, коллаж, прослушивание музыки, составление монологов и стихотворений, прочтение литературных произведений, просмотр фильмов, разыгрывание театрализованных сценок [Богданец, Сарманова, 2019, с. 29]. Экспрессивная арт-терапия раскрывает возможности человека, его собственное виденье мира, особенности и переживания. Также, любая терапия подразумевает поиск выхода из точки А (исходного состояния), поэтому творчество не только помогает обнаружить проблему, но и занимается возможностью преобразования проблемы в нечто положительное.

Таким образом, оба вида арт-терапии могут с успехом реализовываться в музейном пространстве, как в экспозициях, так и в студиях музея. Также при реализации экспрессивной и импрессивной арт-терапии в среде музея возможна как групповая работа, так и индивидуальная.

Поход в музей даёт возможность человеку ощутить «квантовый скачек» в эмоциональном состоянии, однако не любое посещение музея можно считать музейной арт-терапией. Безусловно, сочетание исторического, художественного и эмоционального опыта человечества в музейном пространстве способствует активации психических процессов, а также развитию когнитивных функций [Колесин, Фёдоров, 2016, с. 133]. Из чего мы делаем вывод, что музейное пространство соответствует требованиям пространства арт-терапии. В музейной среде у человека активизируются механизмы творческой деятельности, ассоциативные и символические процессы, терапевтическая коммуникация. Однако, одного пространства недостаточно.

Говорить об эффективности процесса арт-терапии можно только в случае сочетания комфортной среды и условия модерации процесса профессионалом. Так же, участникам музейной арт-терапии нужно сформулировать один конкретный запрос для одного занятия. Для того, чтобы оформить запрос важно задать себе несколько вопросов: «зачем я пришёл на эту программу?», «что я рассчитываю увидеть?», «какие чувства хочу испытать?», «какую проблему я планирую решить?». Таким образом, для успешной реализации арт-терапии в музее необходим специалист с соответствующим образованием. Профессионал разработает специальные программы, которые будут ориентированы на выполнение коррекционных и терапевтических задач. В арт-терапевтических программах музея важно учесть особенности ментального и физического здоровья аудитории.

На данный момент среди сотрудников художественных музеев слишком мало психологов. Также, арт-терапевт Русского музея О. С. Шишкина отмечает не только недостаток кадров в сфере музейной арт-терапии, но и «отсутствие и информации о возможностях музеев в медицинской и социальной среде специалистов» [Шишкина, 2019, с. 102].

Несмотря на малое количество специалистов и информации, в музеях России данная форма реализуется с конца XX века. Известно, что музейная арт-терапия развивается в Государственном Русском музее, Эрмитаже, Третьяковской галерее и других ведущих музеях страны. Музеи не только активно внедряют арт-терапию в практику, но и проводят обучающие программы для сотрудников других музеев. Изначально программы такой формы были ориентированы на обучение и социализацию детей с особенностями развития, затем программы музейной арт-терапии стали расширять, сейчас, можно наблюдать арт-терапевтические музейные программы для людей с нарушениями ментального здоровья, психического и эмоционального развития, особыми возможностями здоровья, а также реабилитационные программы для людей с зависимостями.

Новая волна в развитии музейной арт-терапии произошла в 2020 году, в период самоизоляции. Музеи некоторых стран разрабатывали такие программы для того, чтобы поддержать свою аудиторию. На данный момент популярность музейной арт-терапии еще не набрала достаточное количество оборотов. Информации о арт-терапии в музейной практике ещё недостаточно. Однако, уже существующие образовательные программы музеев обучают сотрудников, ведущие музеи уже занимаются поиском специалистов, вопрос исследования данной области музейной деятельности поднимается всё чаще.

Таким образом, арт-терапия – это процесс выражения чувств человека и его переживаний через искусство. Пространство музея подходит для реализации арт-терапевтических методик и способствует улучшению состояния посетителей. Музейная арт-терапия – инновационное направление психологии. Процесс терапии в музее может быть импрессивным (просмотр уже существующих экспонатов) и экспрессивным (процесс творчества в пространстве музея). Для успешной реализации музейной арт-терапии необходимо пространство музея, модератор и, ориентированная на аудиторию разработанная специалистом, программа. На данный момент, практика музейной арт-терапии развита слабо, но ведущие музеи России уже занимаются вопросом развития таких программ.

Литература

Богданец И. А., Сарманова А. Р. Арт-терапия: терапия искусством // Вестник научной конференции. 2019. № 6-2 (46). С. 29–30.

Колесин А. Н., Фёдоров А. В. Арт-терапевтическая программа «Музеум» в психореабилитации пациентов центра восстановительного лечения: случай из практики // Психолого-социальная работа в современном обществе: проблемы и решения : материалы международных научно-практических конференций Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы, 2016. С. 133–136.

Копытин А. И. Практическая арт-терапия. Лечение, реабилитация, тренинг. Москва : Когито-Центр, 2017. 288 с.

Лузянина С. А. Основы использования идей и методов арт-терапии в позитивном уточнении модели самореализации личности // Наука. Образование. Культура. Актуальные проблемы и практика решения (федеральный и региональный аспекты) : материалы XIII Всероссийской научно-практической конференции. Прокопьевск, 2020. С. 254–256.

Саввинова К. П. Музейная арт-терапия как одна из форм социальной арт-терапии // Вестник Северо-восточного федерального университета им. М. К. Аммосова. Серия: Педагогика. Психология. Философия. 2019. № 3 (15). С. 39–42.

Шишкина О. С. Арт-терапевтические реабилитационные программы Русского музея // Инновационные технологии реабилитации: наука и практика : сборник статей II Международной научной конференции. Санкт-Петербург. 2019. С. 100–106.

Coles A. Art psychotherapy: How museums are helping people explore their mental health // The Independent. URL: <https://www.independent.co.uk/news/health/url-art-therapy-museum-mental-health-depression-treatment-nhs-a8780731.html> (дата обращения: 21.03.22).