

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.
Материал к проекту "Арт-терапевтическая мастерская в пенитенциарном учреждении для несовершеннолетних" (комплекс психокоррекционных и реабилитационных мероприятий для несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом)
<http://psy.su/psyche/projects/1791/>

Фризлайт как арт-терапевтический метод коррекции самоотношения несовершеннолетних осужденных

*Лукина Ольга Юрьевна,
психолог ФКУ Ижевская ВК
УФСИН России по Удмуртской
Республике*

В статье рассматривается роль и эффективность современных арт-технологий в психологической коррекции самоотношения несовершеннолетних осужденных.

Проблема формирования самоотношения в подростковом возрасте неоднократно становилась предметом исследования, как в зарубежной, так и в отечественной психологической науке. Противоречивость, неоднозначность развития ребенка в подростковом возрасте и обусловили сложность в формировании самоотношения на данном возрастном этапе. Большинство отечественных авторов отмечают ведущую роль самоотношения в психологическом благополучии личности. Б. Г. Ананьев отмечал, что самоотношение, являясь устойчивой личностной чертой, влияет на формирование содержания, структуры и формы проявления целой системы психологических особенностей личности. А самоотношение является центральным звеном внутреннего психического мира человека и лежит в основе единства и целостности его личности⁵⁴. С. Р. Пантеев рассматривает самоотношение как сложноорганизованную систему, включающую в себя эмоциональные и когнитивные оценки своей личности, согласно автору самоотношение является феноменологическим выражением смысла «Я» для самого субъекта⁵⁵.

Самоотношение оказывает влияние на все основные аспекты поведения человека. Оно является ключевым в установлении межличностных отношений, в способах формирования и разрешения кризисных ситуаций, в постановке и достижении целей, что позволяет рассматривать самоотношение как основной фактор саморазвития подростков. Следует отметить также, что

⁵⁴ Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: в 2 т. / под ред. А.А. Бодалева, Б.Ф. Ломова. М., 1980. Т.1.

⁵⁵ Пантеев С.Р. Строение самоотношения как эмоционально-оценочной системы: автореф... дис. к. пс. н. М., 1988. 18 с

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материал к проекту "Арт-терапевтическая мастерская в пенитенциарном учреждении для несовершеннолетних" (комплекс психокоррекционных и реабилитационных мероприятий для несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом)

<http://psy.su/psyche/projects/1791/>

именно самоотношение создает предпосылки для формирования саморегуляции, самоактуализации и саморазвития личности⁵⁶.

Формирование и развитие самосознания у подростков-делинквентов не раз становилось предметом изучения отечественных психологов, но, в то же время, наличие разработанных психокоррекционных программ достаточно ограничено, а спектр применяемых в них психологических технологий достаточно узок.

На основании теоретического анализа литературных источников, а также с учетом особенностей подросткового возраста и условий изоляции, нами была разработана психокоррекционная программа с использованием арт-терапевтических методов. Целью психокоррекционной программы явилось развитие позитивного самоотношения у несовершеннолетних осужденных.

Задачи программы:

1. Создание условий для включения несовершеннолетних осужденных в процесс самопознания, самосовершенствования и самораскрытия.
2. Обучение способам выражения своих чувств посредством искусства.
3. Содействие осознания и развитию ценности и уважения собственной личности, развитию положительного, целостного образа «Я», самопринятия.
4. Развитие целостного образа «Я» через восприятие личности и отношение окружающих.
5. Актуализация и осознание внешних и внутренних ресурсов своей личности.

В контроле над результативностью и эффективностью разработанной психокоррекционной программы были использованы методики для изучения особенностей самоотношения подростков:

- методика исследования самоотношения (МИС) С. Р. Пантелеева;
- проективная методика «Рисунок человека»;

Реализация психокоррекционной программы проводилась на базе ФКУ Ижевская ВК УФСИН России по Удмуртской Республике.

Психокоррекционная программа состоит из 10 групповых занятий, с продолжительностью одного занятия 1,5–2 часа.

В реализации программы применялись следующие арт-терапевтические методы групповой психокоррекции:

⁵⁶Кольшко А. М. Психология самоотношения : учеб.пособие. – Гродно :ГрГУ, 2004.

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материал к проекту "Арт-терапевтическая мастерская в пенитенциарном учреждении для несовершеннолетних" (комплекс психокоррекционных и реабилитационных мероприятий для несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом)

<http://psy.su/psyche/projects/1791/>

1. Интегрированный метод рисования и фототерапии (лечение фотографией).

Фототерапия – это широкая область, которая нашла свое применение и в психологии. Данное направление применяется для лечения депрессий, страхов, коррекции семейных взаимоотношений. Фотография в жизни человека имеет большое значение и поэтому является ресурсной. Рисование в рамках программы осуществлялось в непривычном для осужденных направлении – фризлайт.

Фризлайт (англ. Freeze – застывать, light – свет) – это световое граффити при фотосъёмке на длинной выдержке, ключевой особенностью которой является создание осмысленных образов и абстракций при помощи различных источников света. Фризлайт – это удивительное искусство «застывшего света». Фризлайт называют также светографикой, светописью, лайтграффити, но все эти названия объединяет одно – рисование светом. Важное условие – это отсутствие компьютерной обработки снимка.

В качестве кисти и краски использовались различные световые приборы: свечи, светодиодные лампочки и фонарики. В качестве холста и бумаги – фотоаппарат, установленный в ручном режиме съёмки.

2. Музыкотерапия. Во время проведения занятий использовалось аудиосопровождение с классической и релаксационной музыкой.

Выбор арт-терапевтических методов широк и разнообразен, но нами был выбран наиболее необычный способ художественного самовыражения – «фризлайт». Выбор представленного направления в искусстве фотографии также определила низкая мотивация несовершеннолетних осужденных к аналогичным арт-терапевтическим занятиям с использованием привычных способов рисования.

Применение нестандартного подхода в арт-терапии самоотношения несовершеннолетних осужденных положительно повлияло как на отдельные параметры в структуре самоотношения личности, на их выраженность, так и на самоотношение в целом.

Результаты творчества участников в рамках психокоррекционной программы отражены в фотографиях:

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материал к проекту "Арт-терапевтическая мастерская в пенитенциарном учреждении для несовершеннолетних" (комплекс психокоррекционных и реабилитационных мероприятий для несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом)

<http://psy.su/psyche/projects/1791/>



Фото 1 «Метафорический портрет»



Фото 2 «Грани моего Я»

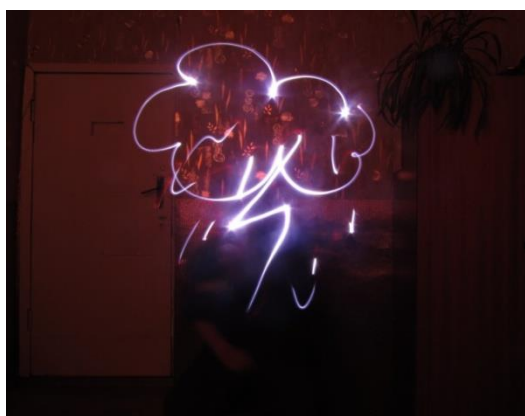


Фото 3 «Мое настроение»



Фото 4 «Я глазами других»

Для выявления экспериментального сдвига мы воспользовались методами математико-статистической обработки данных. В данном случае использовался непараметрический метод – Т-критерий Вилкоксона.

Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Для сравнения мы взяли общий показатель до и после проведения психокоррекционной программы.

В таблице отражены первичные показатели тестирования (стены) по «Методике изучения самоотношения» С.Р. Пантिलеева.

Таблица 1

Результаты сравнения показателей до и после коррекции

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материал к проекту "Арт-терапевтическая мастерская в пенитенциарном учреждении для несовершеннолетних" (комплекс психокоррекционных и реабилитационных мероприятий для несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом)

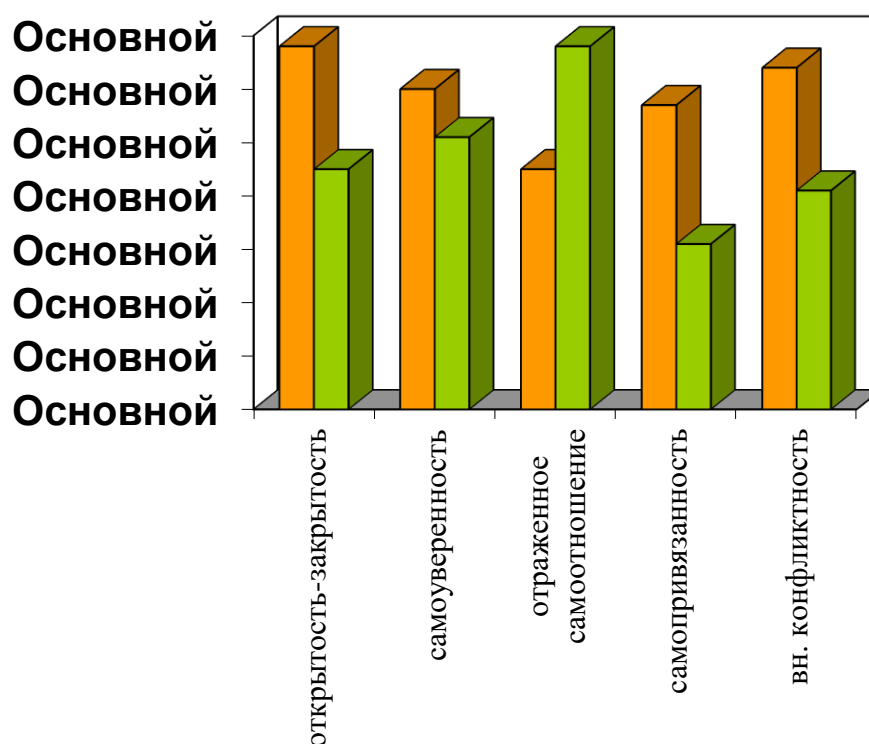
<http://psy.su/psyche/projects/1791/>

№ шкалы	Шкалы	T-критерий Вилкоксона
1.	Закрытость – открытость	$\leq 0,01$
2.	Самоуверенность	$\leq 0,01$
3.	Саморуководство	-
4.	Отражённое самоотношение	$\geq 0,05$
5.	Самоценность	-
6.	Самопринятие	-
7.	Самопривязанность	$\leq 0,01$
8.	Внутренняя конфликтность	$\leq 0,01$
9.	Самообвинение	-

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что наблюдаются положительные изменения большинства исследуемых параметров. Результаты исследования отражены в диаграмме 1.

Так можно отметить значимое снижение показателей по *1 шкале «Закрытость – открытость»*, что указывает на повышение открытости в отношениях каждого испытуемого с самим собой, на развитие рефлексии и понимания себя, повышение критичности.

Диаграмма 1



XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материал к проекту "Арт-терапевтическая мастерская в пенитенциарном учреждении для несовершеннолетних" (комплекс психокоррекционных и реабилитационных мероприятий для несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом)

<http://psy.su/psyche/projects/1791/>

Также отмечаются изменения по **2 шкале «Самоуверенность»**, данный параметр снизился и приблизился к среднему значению, то есть крайняя самоуверенность, как психологическая защита, сменилась адекватным самоуважением и отношением к себе как к самостоятельному, волевому и надежному человеку, который знает, что ему есть, за что себя уважать.

Результат по **4 шкале «Отражённое самоотношение»** показал, что данный параметр после проведенной коррекции увеличился и приблизился к средним показателям, соответствующим человеку, который воспринимает себя принятым окружающими людьми. Изменения говорят о том, что испытуемые ощущают эмоциональную открытость при взаимодействии с окружающими.

Показатели по **7 шкале «Самопривязанность»** снизились, что фиксирует у испытуемых повышение готовности к изменению «Я-концепции», открытости новому опыту познания себя, к поиску соответствия реального и идеального «Я».

Снижение показателей по **8 шкале «Внутренняя конфликтность»**, указывает на коррекцию отношения к себе, наблюдается положительный фон отношения к себе, признание своих достоинств и высокая оценка своих достижений.

Проведенное эмпирическое исследование после реализации программы доказало эффективность психокоррекционной программы и задало направление для индивидуальной психокоррекции в дальнейшем психологическом сопровождении несовершеннолетних осужденных.