

## **ТЕХНОЛОГІЯ ЗАСТОСУВАННЯ МОРСЬКИХ КАМІНЦІВ ЯК МАТЕРІАЛУ ДЛЯ АРТ-ТЕРАПІЇ**

The article considers one of the most difficult scientific and practical problem as creation of new technologies and methods of modern art-therapy. One of the interesting materials, in our opinion, which we offer for use - are sea stones. The sea stones can be used as deputy of prominent figure, for researching of social connections, for studying the family relationships. The methods «Two stones» and «Stones that we wear» we propose to use for exploring my own self.

Проблема пошуку нових технологій і методів є однією з цікавих та актуальних проблем сучасної арт-терапії. У той самий час, матеріали та інструменти, що застосовуються в арт-терапевтичній роботі мають відповідати встановленим вимогам, а саме: бути безпечними, спонукати людину до творчої активності, бути якісними і мати адекватну вартість. Одним із цікавих матеріалів, на нашу думку, який ми пропонуємо для застосування – є морські камінчики. Їх можна придбати у спеціалізованих та сувенірних магазинах, а також назбирати на узбережжі, що може, в свою чергу, стати окремим терапевтичним процесом і водночас освітньою технологією.

Асоціації, які викликає образ морського каміння, досить різноманітні – каміння як матеріал для будівництва; каміння як частина чогось цілого; щось вічне, як саме буття; каміння, яке носимо в кишенях, що заважає рухатись далі чи тягне на дно; каміння як перешкода, як те, об що можна забитися; каміння як сходишки чи можливість перепочити.

Одним із запропонованих нами варіантів використання каміння є асоціація з образами значущих фігур у соціальній системі особистості. Для дослідження соціальних зв'язків людини, особливостей її сімейних взаємовідносин, особливостей батьківсько-дитячих відносин замість класичних маленьких іграшкових фігурок пропонуємо використовувати морські камінчики. У даній роботі головним є особливості асоціації людини між певними фігурами системи і камінчиками, особливості опису, чому саме той чи інший камінь було обрано в якості замісника фігури, яким чином розташовуються між собою обрані камінчики в системній розстановці.

Для дослідження сприйняття власного Я пропонуємо розроблену нами методику «Два камінчики» та «Каміння, що ми носимо».

**Техніка «Два камінчики». Мета роботи:** Камінці, знайдені на березі моря, можуть виступати в якості образів, що заміщають реальні суб'єкти певних комунікацій, існуючих стосунків. Метою роботи є розвиток рефлексії стосовно власних особливостей, не залежно від суб'єктивного сприйняття їх модальності, прийняття особливостей власного характеру.

**Інструменти та матеріали:** різні за формою та розміром камінці.

### **Інструкція:**

Знайдіть серед камінців на березі моря два, один з яких Вам найбільше сподобався і один, який викликає у Вас негативні відчуття.

Роздивіться уважно камінці. Розкажіть про той камінчик, який Вас найбільше приваблює.

- Який це камінчик? На що він схожий?

- Яка, на Вашу думку, історія цього камінчика?

- Чим цей камінчик схожий на Вас?

Розкажіть про камінчик, який Вам не до смаку.

- Який цей камінчик? Чому саме його Ви обрали?

- Які риси та характеристики цього камінчика Вас не приваблюють?

- Як Виставитесь до до зазначених рис у реальному житті?

- Наскільки те, що Ви розказали про камінчик, є історією «про Вас»?

- Подумайте, яким чином ці два камінчики доповнюють одне одного. Пофантазуйте щодо того, якою може бути спільна історія цих камінців.

Зробіть реальністю дану історію так, як Вам це найбільше до вподоби: можете кинути камінчики у воду, залишити на березі, побудувати щось із них, забрати із собою, пофарбувати, покласти до акваріуму та багато всього іншого.

**Техніка «Каміння, що ми носимо».**

**Мета роботи:** Прийняття особливостей власного характеру, зовнішності та ін. Рефлексія життєвого шляху, під впливом якого відбувається формування структури особистості.

**Інструменти та матеріали:** морське каміння, різне за розміром, формою та структурою.

### **Інструкція:**

Прогуляйтесь узбережжям моря, шукаючи каміння – різне за кольором, формою та структурою, красиве й не дуже, гладеньке чи з дірочками. Камінчики, які Ви будете знаходити, візьміть у руки, відчуйте їхню структуру. Подумайте, з якою рисою Вашого характеру (позитивною чи не дуже) асоціюється цей камінчик.

Подумайте про історію цього камінця. Поміркуйте, які природні умови – вода, вітер, сіль та інше зробили його саме таким.

Поміркуйте, під впливом яких факторів сформувалася у Вас ця властивість. Яким ресурсом для Вас є вона? Які позитивні наслідки для Вас має зазначена властивість у Вашій особистості?

Подякуйте зовнішнім умовам, що сформували саме цю властивість. Це – Ваша особливість, камінчик, що займає своє місце в структурі Вашої особистості. Подобається він Вам чи вважаєте його зайвим – склалося так, як склалося. Ваш життєвий шлях сформував цю характеристику тому, що це саме Ваш життєвий шлях.

Кожен інший камінчик / властивість, що Ви «носите» у власноу характері, пройшли своєму формуванні такий самий шлях, як і Ви. І в Ваших силах вирішувати, що з кожним із цих камінчиків робити далі – носити у власних кишенях, покласти на полицю, викинути чи загубити дорогою, розфарбувати у всі кольори веселки, чи прилаштувати у доріжку у своєму саду.

Розглядаючи означені вище методики, можемо зробити такі висновки: морське каміння може бути самостійним, новим і цікавим матеріалом для арт-терапевтичної роботи. Його доцільно використовувати в якості замісників фігур, а також арт-матеріалу для подальшого перетворення (розфарбовування, складової інших об'єктів, матеріалу для створення відбитків та ін.). Морське каміння має посісти достойне місце серед інших матеріалів для арт-терапії.