

Задача арт-терапевта для начала - добиться доверия к себе со стороны клиента, а затем отправиться вместе с ним в уже совместное «путешествие», во время которого человек сможет познать сам себя.

“ ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Вера ЧИСТЯКОВА,
практикующий арт-терапевт:



- Ко мне приходит человек и озвучивает свою проблему. Я предлагаю ему взять в руки карандаш. Если он активно возражает, я настаиваю, понимая, что именно эта методика сработает эффективно в данном конкретном случае. Человеку придется сделать некое усилие, «перешагнуть через себя», а успех рождается в преодолении.

В Черноголовке, в Начальном кафе Дома ученых, состоялась встреча с очень интересным специалистом. Вера Павловна Чистякова, практикующий арт-терапевт, пришла в кафе с лекцией «Арт-терапия – путь к гармонии». Термин «арт-терапия» (буквально - лечение искусством) ввел в употребление художник Адриан Хилл в 1938 году при описании своей работы с туберкулезными больными в санаториях. Эти методы были применены в США в работе с детьми, вывезенными из фашистских лагерей во время Второй мировой войны.

Вера Павловна посвятила юность изучению совсем другой науки. Диплом историка она получила в МГУ, там же защитила кандидатскую диссертацию. Но

увлекала, как объект изучения, человеческая личность. По своему второму образованию Вера Чистякова – психолог-арт-терапевт. На сегодняшний день у нее за плечами 5 лет практики на этом увлекательном поприще. Девушка работает с группами и индивидуально, консультирует молодых и пожилых, детей и беременных женщин. Творчеством – основной методикой занятий в арт-терапии – способны заниматься все, хотя многие об этом не подозревают.

Подобное направление работы с клиентами, помогающее решать психологические проблемы человека путем его участия в творчестве, вначале развивалось как изобразительное искусство. Позже, когда метод доказал свою эффективность и стал завоевывать все большую популярность, арт-терапевты стали вовлекать подопечных в самые разнообразные творческие процессы – рисунок, лепку, работу с деревянными фигурками, изготовление масок и прочее. Кстати, в Министерстве здравоохранения МО утверждают



Арт-терапия с пожилыми людьми в Баварском доме. 2015 г.

то, чтобы процесс реабилитации детей в подмосковных медицинских учреждениях проходил более эффективно.

Методы арт-терапии развивались и обогащались новыми подходами. На сегодняшний день существуют четыре направления арт-терапии:

- с применением визуально-художественных средств;
- драматерапия;
- танцевально-двигательная терапия;
- музыкальная терапия.

Если с первой методикой все понятно, то в драматерапии подход качественно другой. Профессиональные актеры обыгрывают, импровизируя, на сцене ту историю, которую поведали им подопечный – не дающие покоя воспоминания из детства, недавняя утрата, конфликт в

и т.д. Автор «сценария» – единственный зритель театрального действия. Результат бывает ошеломляющим.

Применяя музыкальную терапию, человека учат не петь, а звучать. И слушать звуки – дуды, колокольчиков, храмовых колоколов. Считается, что колокола, в частности, «прозванивают» все тело, и это чрезвычайно полезно. В древности вообще полагали, что колокольный звон изгоняет из тела болезни и прочую нечисть.

В работе с детьми арт-терапевт Вера Чистякова занимается выявлением и ликвидацией страхов, преодолением трудностей адаптации к школе, налаживанием гармонических отношений со сверстниками, внутрисемейной коммуникацией и многими другими аспектами. Ее услуги востребованы в черноголовском

рады». Наш арт-терапевт ведет online-тренинги в Интернете, и даже арт-марафоны. В 2016 году Вера Павловна провела 10 таких тренингов. Отличные отзывы получила ее работа с пожилыми людьми в Баварском доме. Вера Чистякова провела с ветеранами серию занятий на благотворительной основе. Там же она провела групповые занятия с детьми из неблагополучных семей. «Такие ребята – самые благодарные слушатели, самые активные участники процесса», – вспоминает Вера Павловна.

Вот такая новая, интересная, в чем-то неожиданная страница «книги познаний» открылась в минувший вторник перед посетителями Научного кафе.

Татьяна КРИНИЧНАЯ,
фото из личного архива