

Для цитування. Подкоритова Л. О. Деякі загальні зауваги щодо аналізу образотворчого продукту в арттерапії. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців* : тези доповідей XIII Всеукраїнської науково-практичної конференції (Хмельницький, 10 квітня 2025) / М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т, Каф. психол. та педагог. [та ін.]. Хмельницький: Кафедра психології та педагогіки ХНУ, 2025. С. 110-112

Подкоритова Л.

Хмельницький національний університет

ДЕЯКІ ЗАГАЛЬНІ ЗАУВАГИ ЩОДО АНАЛІЗУ ОБРАЗОТВОРЧОГО ПРОДУКТУ В АРТТЕРАПІЇ

Одним з найбільш поширених в Україні видів арттерапії за провідним видом мистецтва, є образотворча терапія, або арттерапія у вузькому значенні. Творчими продуктами тут є малюнок, колаж, скульптура, фотографія, монотипія, інсталяція і багато іншого. Матеріальність такого творчого продукту дає можливість його дослідити разом із клієнтом / клієнткою за низкою показників: розмір, форма та розташування основи; швидкість і особливість самого створення; щільність заповненість основи (наявність чи відсутність порожніх, незаповнених місць); ступінь впорядкованості, розташування, зокрема зміщення, елементів творчого продукту тощо.

У цій публікації ми розглянемо деякі показники для аналізу образотворчого продукту, а саме малюнку та частково колажу, в арттерапевтичній практиці.

Перш, ніж розглянути деякі показники в аналізі малюнку, зазначимо **провідне правило арттерапевтичної роботи – опора на досвід клієнта**: психолог, арттерапевт досліджує творчий продукт **РАЗОМ** із клієнтом / клієнткою, а не **ЗАМІСТЬ** нього / неї.

Творчий продукт, зокрема образотворчий, – це сукупність символів, у яких несвідоме кодує своє послання свідомому. Під символами ми тут розуміємо конкретні зображення (сонце, дерево, людина, квітка, плямка, геометрична фігура тощо), кольори, а також малюнок у цілому. Важливо виявити, що саме творчий продукт означає для клієнта / клієнтки. Разом із тим, щоб допомогти клієнтові / клієнтці досліджувати свій малюнок, арттерапевт може спиратися на певні загальні показники малюнку, як-от розташування, розмір основи, розташування елементів, їх зміщення тощо. При цьому варто звернути увагу на багатоваріантність інтерпретації більшості показників, які ми враховуємо під час аналізу образотворчого продукту. У зв'язку з цим знову нагадуємо про доцільність **СПІЛЬНОГО** із клієнтом / клієнткою дослідження його / її малюнку. Варто пам'ятати, що **головним знавцем / знавчиною свого твору є клієнт / клієнтка**.

Отже, розглянемо в загальних рисах деякі опорні показники, які варто враховувати під час дослідження авторського малюнку.

Коли клієнт / клієнтка звертається до арттерапевта вперше, доцільно запропонувати йому / їй на вибір різні розміри паперу – від А5 до А1. Вибір розміру має певне діагностичне значення про поточний стан клієнта. Про особистісні особливості людини можна робити певні висновки лише після дослідження низки її малюнків, зроблених у різних станах, за різних обставинах і в різний час. Один творчий продукт відображає лише поточний стан і актуальну ситуацію клієнта / клієнтки.

Так, **розмір обраної основи** (напр. паперу) може свідчити про:

– **тенденції в рівні самооцінки**: чим більший формат обирає клієнт / клієнтка, тим вищою може бути його / її самооцінка; але тут, особливо на перших зустрічах, варто враховувати те, що великий формат, як і

великі зображення, можуть виконувати несвідому захисну функцію, подібно до того, як деякі тварини у разі небезпеки штучно збільшують свій розмір за рахунок розпушування шерсті, самороздування тощо;

– *рівень домагань і претензій* – корелює із попереднім пунктом, але тут варто враховувати заповненість простору, напр. якщо вибрано великий формат, а заповнено його «ріденцько» – є багато порожнього (невикористаного) місця, це може свідчити про певну претензійність особи, її високий рівень домагань при низькій спроможності свої домагання й претензії задовольнити;

– *енергетичний потенціал, втома, виснаження* – часом люди з цілком адекватною самооцінкою можуть обирати невеликі формати; або, обравши, до прикладу, формат А4, складати його навпіл до А5; під обговорення творчого продукту в таких випадках нерідко можна почути: «Мені цього наразі досить», «Я знаю, що можу заповнити все, але зараз бракує сил», «Я не хочу зараз заповнювати все», «Хочу лишити собі на потім»; рівень енергії і її оцінки клієнтом варто враховувати і при оцінці заповнення основи: часом люди переоцінюють свої сили й «видихаються», через що і не заповнюють великий формат повністю.

– *значущість, цінність теми творчого продукту, значний інтерес до неї* – розмір обраного формату може свідчити не лише про самооцінку людини, а й про цінність теми, за якою виконується творчий продукт.

Таким чином, які припущення можна робити щодо людини на підставі обраного нею розміру основи (в індивідуальній роботі):

– великий (для колажу А1, А2; для малюнку А3, А2) – тенденція до високої самооцінки, домагань, навіть претензійності (за умови незаповненості простору); поточна тривога; значний рівень енергії; значний інтерес до теми, за якою створюється творчий продукт; зауважимо, що деякі спеціалісти з арттерапії (О. Скар, О. Вознесенська) вважають, що вибір формату А1 для індивідуального колажу може свідчити про нарцисизм;

– маленький формат (для колажу А4, А5, для малюнку – А5, А6) – тенденція до низької самооцінки; обмеження (часом свідоме) свої домагань; усвідомлення обмеженості своїх можливостей на поточний момент; низький рівень енергії, втома; знижений інтерес до теми за якою створюється творчий продукт.

Опірні питання, які доречно задавати клієнту/клієнтці під час аналізу розміру формату: Наскільки комфортно було працювати на обраному форматі? Чи місця було досить, замало, забагато? Чи було бажання вийти за межі основи? Чи хотілося би додати щось іще та що саме? (особливо якщо аркуш мало заповнений)?

Наступний показник для аналізу малюнку та колажу – *розташування основи: горизонтальне або вертикальне*.

Горизонтальне розташування може бути основою для гіпотези про схильність людини до екстенсивності як прагнення вхопити чим більше; це також прагнення стабільності, заземлення; горизонтальне розташування, особливо, якщо до того людина віддавала перевагу вертикальному може свідчити про бажання клієнта / клієнтки відпочити.

Вертикальне розташування – схильність людини до інтенсивності як спрямованості на себе; вміння зосереджуватись; наявність внутрішнього стержня, цілеспрямованість; прагнення росту, розвитку зокрема у темі, за якою створено продукт. Нами також зауважено, що досить часто вертикальне розташування обирають більш молоді люди, а горизонтальне – старші. Зміна розташування основи також може свідчити про потребу певних змін у житті.

Цікавим є спостереження за *швидкістю створення* малюнку або колажу. З наших спостережень, індивідуальна робота над творчим продуктом займає близько 20±5 хвилин для малюнку; 25±5 хвилин для колажу; 10±5 хвилин для інсталяції. Відповідно до цього ми визначаємо такі орієнтовні варіанти швидкості створення творчого продукту:

– *дуже швидко* (кілька секунд-хвилина) – несерйозне, навіть знецінююче ставлення до арттерапії, арттерапевта, небажання належним чином включитися у роботу; у деяких випадках, виражене раціоналістичне та дещо обмежене ставлення до завдання («А як ще можна?!»).

– *швидко* (до 10 хв.) – людина знає чого хоче;

– *повільно* (більше 20 хв.) – людина не знає чого хоче; або ж тема, над якою вона працює, значуща для неї;

– *дуже повільно* (від 30 хв.) – велика значущість теми; часом – схильність надмірно занурюватись у процес або досліджуваній темі.

З наших спостережень повільність створення часто виявляє вміння людини отримувати максимальне задоволення від того, що вона любить, але, часом без урахування інтересів інших.

Швидкість створення також корелює із темпераментними особливостями клієнта: так люди холероїдного типу будуть творити суттєво швидше, ніж люди флегматоїдного типу. В таких випадках важливо пам'ятати про повагу до швидкості клієнта / клієнтки: не квапити і не стримувати його / її.

Зауважимо, що ми не претендуємо на вичерпність нашого досвіду у цьому питанні: швидкість роботи різних типів клієнтів, зокрема за віком і проблематикою, може суттєво відрізнятися.

Комплексно розглянемо два показника, які можуть свідчити про подібні тенденції – ступінь впорядкованості елементів зображення та процес створення.

Так *упорядкованість, пов'язаність елементів у зображенні* може свідчити про високий самоконтроль і раціональність особистості; якщо елементи розташовані хаотично, зокрема, у малюнку переважають кольорові плями, лінії тощо, то на момент творчого процесу в людини переважали емоції. Часто після таких «хаотичних» робіт клієнти утруднюються одразу сказати, що саме вони намалювали, і як називається їхня робота.

Подібно можна аналізувати й *процес створення: від образу до малюнку* – свідчить про поточну раціональність особи; *від відчуттів до малюнку* – про емоційність.

Під час обговорення розміру основи ми згадували рівень її заповненості, який можна визначити зокрема *за відстанню між елементами*. Зауважимо, що цей показник більше застосовується в аналізі колажу, однак, наш досвід роботи дає підстави використовувати його і в роботі з малюнками. Отже, *наявність порожнеч, незаповненостей* може свідчити про певні проблемні переживання в людини, деяку її відгородженість, небажання щось проявляти назовні, а також про поточний рівень енергії, втому та навіть виснаження. Коли *елементів забагато (відсутні порожні місця)* це може свідчити про надкомпенсацію якихось труднощів особи, певні страхи та тривоги, які можна виявити під час обговорення, а також про чималий рівень енергії.

Зазначимо, що всі виявлені особливості варто обговорювати із клієнтом / клієнткою для того, щоб допомогти йому / їй краще зрозуміти себе, свої певні тенденції у самоставленні, самооцінці, рівні домагань, поточному рівні енергії. Зокрема ось деякі **опорні запитання для обговорення малюнку**: Розкажіть, що зображено на малюнку? Які почуття, емоції та фізичні відчуття виникали у вас під час творчого процесу? Які почуття, емоції та фізичні відчуття виникають у вас, коли ви дивитесь на свій малюнок? Що означають для вас використані кольори та образи? Що на ньому найбільше подобається, а що не подобається? Чи є щось таке, що ви хочете змінити на малюнку? Що саме?

Варто також пам'ятати, що окремі арттерапевтичні методики передбачають певний розмір основи, спосіб її розташування, форму тощо. У таких випадках ці показники не беруться до аналізу, але доцільно запитати в клієнта / клієнтки, про те, як йому / їй було творити у таких заданих «рамках».

При дослідженні розміру та розташування основи, на якій створюється творчий продукт, варто також враховувати, чи займається клієнт/клієнтка художньою творчістю професійно або аматорськи; якщо так, то яким форматам і розмірам віддає перевагу.

У публікації використано практичний досвід наших колег (О. Вознесенська, О. Скнар, Ю. Гундертайло) та наш власний (Л. Подкоритова).