

Таким образом, поскольку стресс является неотъемлемой частью деятельности военнослужащего, то офицеры должны научиться контролировать и уметь самостоятельно его преодолевать с наименьшим ущербом для здоровья. А если самостоятельное преодоление невозможно, то не стесняться обращаться за помощью к психологу.

Невелева Е.А., Новоселова Л.С., Шахматова О.Н.
г. Екатеринбург, Российский государственный
профессионально-педагогический университет

Техники коллажирования и фототерапии: интегративный подход

В современном обществе все больше возрастает интерес к арт-терапии, она активно развивается как за рубежом, так и в нашей стране: основана Арт-терапевтическая ассоциация, создаются программы обучения арт-терапевтическим методикам. Одной из методологических особенностей современной арт-терапии является нарастание интегративных тенденций, направленных на объединение различных арт-терапевтических направлений и видов творчества на основе общей системы теоретических взглядов. В качестве ведущей тенденции следует отметить интеграцию различных традиционных арт-форм: музыкальная терапия, драма-терапия, танцевальная терапия, терапия связанная с визуальными образами и т.д. – на основе их одновременного применения; с другой стороны, наблюдается включение в основные арт-формы таких специфических форм терапии творчеством, как, например, терапия посредством литературного творчества, перформанса (вид искусства, в котором произведением являются любые действия художника, наблюдаемые в реальном времени, искусство действия), инсталляции (размещение неслучайных предметов в пространстве неслучайным образом - в соответствии с авторской идеей художника), лэндарта (преобразование окружающего ландшафта), фотографии и коллажирования.

В формах арт-терапии, работающих с визуальными образами, интересным и перспективным может являться создание методики, основанной на соединении техник фототерапии и коллажирования.

Техника коллажирования состоит в прикреплении (приклеивании) к какой-либо основе разнообразных материалов, отличающихся от нее по цвету и фактуре. Материалом для коллажа в арт-терапии могут служить глянцевые журналы, разнообразные изображения, природные материалы, предметы, изготовленные или преобразованные создателями коллажа, при этом сам коллаж может создаваться как индивидуальной, так и в групповой форме, на свободную тему или на четко обозначенную. Коллажирование дает возможность определить существующее на данный момент психологическое состояние человека, выявить актуальное содержание его самосознания, его личностные переживания.

Значительно расширить возможности техники коллажирования может использование в коллаже личных фотографий участников, авторами которых они являются, либо на которых они запечатлены. Другим вариантом может быть применение в коллаже фотографий, созданных непосредственно в процессе работы арт-терапевтической группы.

Техника фототерапии используется в различных направлениях практической психологии начиная с 70-х годов XX века. Первоначально фотография применялась в качестве инструмента консультирования, в дальнейшем разрабатывались различные теории, которые рассматривали фотографию в качестве инструмента исследования бессознательного. В 1983 году Розы Марти и Йо Спенсер начали использовать новый метод арт-терапии, названный ими «реконструирующая фотография». В процессе работы в этом направлении реконструируются прошлые события и создаются образы, отражающие бессознательное участников арт-терапевтической группы, запечатлеваемое с помощью фотоаппарата. Этот подход уже сам по себе интегративен и основан на различных техниках гештальт-терапии, визуализации, психосинтеза и психодрамы.

Соединение техник коллажа и фототерапии дает ряд преимуществ:

- Фотография расширяет возможности субъективного представления групповой психологической реальности, восприятия межличностных отношений, проблем, решаемых в группе. Фиксируя определенные, тща-

тельно отобранные моменты жизни, фотография дает возможность обнаружить новый смысл произошедших событий, по-иному взглянуть на реальность. Когда же такая фотография включается в контекст коллажа, появляется возможность увидеть множество ее различных содержаний, сформировать новые ассоциации с ней, что стимулирует развертывание творческого процесса. Кроме того, уже само создание фотографии для ее дальнейшего включения в коллаж, является утверждением творческого взгляда человека на себя, проявление его творческого потенциала;

- Использование фотографии в коллаже дает возможность переконструировать существующие ассоциации с данными фотографиями, дополнить их, придать им новые значения, что дает возможность освободиться от стереотипного восприятия образов прошлого и способствует развитию креативного восприятия реальности;

- Фотографирование, подбор готовых фотографий и создание коллажа с их включением сами по себе являются творчеством, в продуктах которого неотъемлемо проявляется бессознательное, таким образом, данная методика при дальнейшей ее разработке может стать проективным психодиагностическим инструментом.

Павлишина Т.Ю.

г. Екатеринбург, Российский государственный профессионально-педагогический университет

Особенности восприятия имиджа практического психолога

В середине восьмидесятых годов в нашем обществе появились люди, которые начали называть себя практическими психологами. С появлением этой профессии возникли определенные проблемы. Одной из таких проблем можно назвать построение имиджа практического психолога и в соответствии с ним дальнейшая эффективная профессионализация специалистов данной сферы. Имидж профессионального психолога – не самоцель, а мощное оружие воздействия на людей ради совместного достижения решающих проблем.