Секция «Экономическая социология и менеджмент»

Особенности взаимодействия участников групповой арт-терапии

Научный руководитель – Нуруллина Эльмира Ринатовна

Сивохина Анастасия Викторовна
Студент (бакалавр)
Казанский государственный энергетический университет, Казань, Россия
E-mail: anastasivic@gmail.com

В настоящее время групповая арт-терапия получила широкое распространение для населения, поскольку она способствует улучшению межличностных отношений и коммуникации между участниками, а также развитию креативности и инновационных мыслительных процессов благодаря совместной работе с художественными материалами и техниками.

В 2022 году нами было проведено авторское пилотажное социологическое исследование в городе Казани (n=100 человек). Были опрошены респонденты, которые пользуются услугами рынка онлайн торговли, в возрасте от 18 до 65 лет. Целью данного исследования являлось изучение процесса групповой арт-терапии, также выявление особенностей взаимодействия и коммуникации участников групповой арт-терапии, рассмотрение преимуществ и недостатков творческой работы в группе.

Итак, согласно данным проведенного нами исследования, 36% респондентов определяют арт-терапию, как проработку своих переживаний с помощью создания образов. По 30% респондентов считают, арт-терапия- это способ расслабления и выражения чувств и эмоций с помощью творчества. Часть опрошенных (18%) дают определение арт-терапии, как использование творчества в психологической работе. Меньшая часть респондентов (16%) указали, что арт-терапия - способ развить креативность мышления и раскрытие собственного потенциала.

Среди методов арт-терапии, 46% респондентов знают о методе изотерапия, 20% встречались с музыкальной и театральной терапией. 16% респондентов знакомы с такими методами арт-терапии, как песочная терапия и драма терапия. Меньшая часть (2%) слышали о других методах арт-терапии.

40% респондентов используют на занятиях арт-терапии такие материалы, как гуашь и акварель, 34% любят пользоваться фломастерами или цветными карандашами, 26% восковыми мелками.

50% опрашиваемых ожидают от занятий групповой арт-терапии, что они смогут сплотиться с группой и обменяться опытом. 26% утверждают, что арт-терапии поможет в решении их личных проблем и переживаний. 24% респондентов считают, что могут получить творческое развитие от занятий в группе.

76% согласны с тем, что арт-терапия помогает решать проблемы и облегчить стресс. Меньшая часть опрошенных (14%) считают, что арт-терапия не помогает справиться со стрессом, 10% затрудняются ответить.

Для 50% опрошенных наибольшим трудностями при занятиях групповой арт-терапии является страх раскрыться перед людьми из-за общественного осуждения. 36% испытывают проблему ограниченного времени на личную рефлексии во время группового занятия. 14% не имеют возможность полной интерпретации образов арт-терапии.

Больше всего в арт-терапии, большинство опрошенных (46%) интересует возможность выразить свои эмоции через творчество, 24% в групповой арт-терапии видит взаимодействие с другими людьми, 22% заинтересованы в изучении новых техник и материалов, 8% интересно улучшение своего психического здоровья и самочувствия.

46% опрошенных ответили, что продолжительность сессии групповой арт-терапии должна быть 1,5 часа, 30% считают, что 1 час, 20% выбрали вариант «2 часа», «больше 2 часов» 4%.

Большинство респондентов (66%) обращают внимание на цены услуг арт-терапевтов, 34% не обращают внимание на цены внимания.

40% опрошенных ответили, что хотели бы ходить на терапию несколько раз в месяц, 26% ответили, что один раз в неделю, 22% несколько раз в неделю, 12% один раз в месяц.

Большинство опрошенных (74%) порекомендовали своим друзьям и знакомым посетить групповую арт-терапию, 20% посоветовали бы, если другу или знакомому необходима данная терапия, 6% не рекомендовали бы посещать арт-терапию.

Таким, образом, мы видим необходимость изучения данного метода , поскольку арт-терапия способствует развитию эмоциональной и социальной поддержки со стороны других участников группы. Участники групповой арт-терапии могут установить круг поддерживающих отношений в группе, что способствует росту их эмоциональных и социальных навыков и может помочь им преодолеть чувство изоляции и одиночества. могут изучать и экспериментировать с новыми взаимодействиями и ролями в социальной среде группы. Как правило, участники выражают свои мысли, чувства и опыт через художественные произведения и затем в беседе обсуждают свои работы с другими участниками группы. Эти дискуссии помогают понять свои эмоции и выражать их эффективнее, улучшая их коммуникативные и социальные навыки.