

Источник

Терапевтическая фотография как средство развития личности старшеклассника

Афанасьева М.

Художественно-графический факультет, 3 курс

Научный руководитель: Ершова Е.М., ст. преподаватель

В современном образовании идею ценностного подхода связывают, прежде всего, с гуманистической парадигмой. Гуманистический тип ценностных ориентаций ориентирован на интересы каждого обучающегося как отдельной личности, её самодвижение и саморазвитие. Без личностной направленности обучения и воспитания, личностного характера взаимодействия педагогов и учащихся невозможно истинное смыслотворчество, взаимное саморазвитие педагога и воспитанника, полноценное усвоение научных знаний. Таким образом, главной ценностью современного образования становится личность.

В раннем юношеском возрасте развитие личности не теряет своего значения. Для старшеклассника актуальны вопросы самоопределения как личностного, так и профессионального. Ему необходимо определиться с ответом на вопросы «каким стать» и «кем стать». Мы считаем, что в этом ему могут помочь средства терапевтической фотографии.

В настоящее время в зарубежной и отечественной литературе все чаще исследуются средства фото-арт-терапии, поскольку различные приёмы психологической работы с фотографией могут выступать важным фактором изменений личности [2, с. 6]. Использование готовых фотографий и фотосъемки в контексте фото-арт-терапии предполагает формирование психотерапевтических отношений [1, с. 5-6]. В отличие от фототерапии, терапевтическая фотография не предполагает построения психотерапевтических отношений. Сам процесс создания фотографий - процесс творческого самовыражения - рассматривается как основной фактор психологической гармонизации и развития личности.

В терапевтической фотографии существуют различные направления работы. Например, в книге J. Weiser «Техники терапевтической фотографии: исследование тайн личных фотографий и семейных

альбомов» представлены пять вариантов коррекционного применения фотографии: работа с фотографией как стимульным материалом для исследования проекций личности; создание человеком фотоавтопортретов; работа с фотопортретами, созданными с помощью близких людей; работа с иными фотографическими образами, созданными субъектом, а также работа с семейными альбомами и иными биографическими фотоматериалами [4].

Мы использовали фотографию для прояснения (осознания) старшеклассником своих чувств и отношений: работа с автопортретом учащегося; работа с иными фотографическими образами, созданными им самим (пейзаж); работа с семейными альбомами, фотоматериалами, созданными другими людьми.

Нашей целью являлось содействие развитию личности во внеклассной работе с учащимся. На основании указанной цели были поставлены следующие задачи: активизировать процесс понимания себя как личности, помогать осознанию своих чувств и отношений, поощрять креативность в области фотографии, оказать психологическую поддержку психическому здоровью личности. Приведём отдельные примеры нашей работы со старшеклассниками средствами терапевтической фотографии.

Первым из направлений нашей работы была работа с семейным альбомом. В работе участвовала девушка Анна С. Ей предлагалось рассказать о своем детстве при помощи фотоснимков. Мы вместе изучили фотографии, обсудили людей, изображённых на ней, чувства, вызванные снимками. Ей были заданы несколько вопросов. Она рассказала следующее: «Для меня это не просто фотографии, а цельное воспоминание под названием «беззаботное детство». Сразу вспоминаются наши семейные прогулки на речку или в лес, который мы знаем теперь наизусть. Летом мы любили ходить за грибами, зимой кататься на санках с наших гор. Находясь в окружении нашей дружной семьи, и сейчас очень хочется вернуться в то время и быть таким же счастливым ребенком, как раньше. И я обязательно повторю эту традицию семейных прогулок, чтобы и мои дети так же как я, став взрослыми, ценили время, проведённое с семьёй, и вспоминали его с благодарностью и улыбкой».

Вторым направлением работы была работа с автопортретом. Девушка Анастасия К. дала мне фотографию, которая стояла у нее в рамке на прикроватной тумбочке. По поводу её портрета мы провели беседу. «О чем это фото? В этот день я сдала экзамен, на отлично который представлял для меня большую трудность. Я испытывала радость и

гордость! Я хотела запомнить тот момент, в котором однажды была счастлива и не испытывала тревог. Время от времени я смотрю на эту фотографию и вспоминаю что значит не испытывать страха и тревоги. И когда я начинаю переживать или нервничать мне становится спокойнее и появляется вера в себя и свои силы».

Третьим направлением работы являлась работа с авторской (активной) фотографией пейзажа. Мы дополнили эту работу таким специфическим приёмом, как «Я-высказывание» [3, с. 694 - 696] по фотографиям. Учащимся предлагалось построить своё высказывание по определённой схеме:

- 1) когда я смотрю на эту фотографию;
- 2) то я ... (максимально точно назвать своё чувство, вызываемое фотографией);
- 3) потому что ... (назвать причину этого чувства).

Вера С. построила рассказ о своей авторской фотографии на фоне осенней природы таким образом:

«Когда я смотрю на эту фотографию...

я испытываю радость, восторг, чувство полного счастья.

Потому что на тот момент я была счастлива - был самый разгар осени, и хотя лето кончилось и жаркие дни были позади, но мне было весело, я оптимистично смотрела на все происходящее. В тот момент меня захватывала буря эмоций – мне нравилось все, что происходило вокруг, нравилась природа. Я замечала, как падает каждый листочек с деревьев. Я просто наслаждалась моментом, и, сделав эту фотографию, провела остаток дня, находясь на улице».

«Я-высказывание» Полины Т. по поводу авторской фотографии лесного пейзажа:

«Когда я смотрю на эту фотографию...

я испытываю чувство грусти от того, что этот день не повторится.

Потому что мне вспоминаются моменты, когда мы ходили в лес всем классом. В тот день мы сожгли бумажки с желаниями и съели их (ну съели не все конечно). Это были веселые солнечные деньки. У меня были близко друзья, которые меня поддерживали, надеюсь, что такие друзья появятся у меня и на новом месте жительства».

«Я-высказывание» Тамары А. по поводу авторской фотографии вечерней Москвы на реку возле Кремля:

«Когда я смотрю на данную фотографию ...

я чувствую свежесть, прохладу и энергию.

Потому что Москва - энергичный город. Кремль и Москва – река несут в себе колоссальный заряд энергии. Прекращается дождь, тучи расходятся, пахнет свежестью и прохладой, это одно из моих любимейших состояний погоды».

По поводу фотографии моста через реку, мы получили такое «Я-высказывание» от Екатерины К.:

«Когда я смотрю на эту фотографию...

я чувствую что мое сердце сжимается... меня начинает колотить ... по спине начинают бежать мурашки...я закрываю глаза и вижу как я иду а этот человек стоит на мосту и ждёт... ждёт и смотрит в даль... мы встречаемся... встречаемся взглядом и меня охватывает чувство тревоги... что дальше? А дальше мы идем... я... он... и природа...

Потому что каждый год одно и то же... он приезжает раз в год... я снимаю трубку и слышу: привет! Я приехал! Давай встретимся на нашем месте!... на мосту... и идем на нашу полянку!

Мы встречаемся. Гуляем. Рассказываем друг другу все, что было с нами за этот год, который мы не виделись. Мы оба знаем, что те чувства, которые мы испытывали друг к другу не прошли... но мы молчим... ни слова об этом... мы прекрасно знаем что вместе нам не быть.. мы решили остаться друзьями но каждому это дается с трудом. Но просто все забыть и вычеркнуть из своей жизни такое не возможно... И от этого становится еще тяжелее...»

Затем предлагались различные фотографии из журналов, интернета и т.д., не изображающие непосредственно самого реципиента. Например, для «Я-высказывания» была предложена фотография, изображающая тигра в объятиях взрослой женщины. При работе по поводу этой фотографии мы получили следующее «Я - высказывание» Светланы М.

«Когда я смотрю на эту фотографию...

я испытываю чувство радости, волнения и восхищения.

Потому что человек и животное могут быть настолько близки. Такое хищное животное может настолько сильно любить, доверять и я бы сказала, как мне кажется обожать этого человека».

Такая работа с фотографией помогла нам в построении личностно-ориентированного диалога с учащимся по поводу значимых для старшеклассника тем, помогла учащемуся осознать некоторые из своих чувств, а также отдельные стороны своей индивидуальности и донести их до окружающих. Это является важным, поскольку адекватное осознание

самого себя, принятие себя самим собой и окружающими – условия психического здоровья личности.

В настоящее время терапевтическая фотография приобретает всё большую популярность в области развития личности. Создавая и осмысляя фотографию, учащийся выражает свои радости, опасения, проблемы. Ему не нужно подбирать слова с оглядкой на педагога и думать: «А вдруг меня не поймут или осудят?». Методы терапевтической фотографии относятся к проективным методикам и являют собой вынос во внешний мир того, что учащегося наиболее беспокоит. В процессе работы с терапевтической фотографией происходит мягкая проработка и коррекция тревожащих событий, осмысление своих отношений к людям, миру и самому себе. Терапевтическая фотография – это, прежде всего, интегральное лекарство, без ограничений в возрасте и побочных эффектов. Используя знание смежных наук как дополнение, нанесённое на канву творчества, терапевтическая фотография занимает достойное место среди других средств содействия развитию личности учащихся.

Литература

1. Копытин, А.И. Руководство по фототерапии [Текст] / А.И. Копытин, Дж. Платтс. - Москва: Когито-Центр, 2009.
2. Копытин А.И. Использование фотографии в детско-подростковой и семейной психотерапии и арт-терапии [Текст] / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская // Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии. СПб.: 2010.
3. Столяренко, Л.Д. Основы психологии [Текст] / Л.Д. Столяренко. - Ростов н/Дону: Феникс, 1997.
4. Фотография в контексте арт-терапии [Электронный ресурс] // Психотерапевтический потенциал натурной съемки/ – Режим доступа: http://psy.1september.ru/view_article.php?ID=200900506 (дата обращения 15.04.2013).