**«Ремесло в психологии» или «Привет из древних времён»**

Глубина проблемы, возникшей у человека, обратившегося к психологу за помощью, неоднозначна, многослойна. Возможно, для ее решения достаточно и одной консультации, с расставлением «всех точек над «і», а возможно, потребуется не один месяц бесед с применением техник разных школ. Чем быстрее пациент решит свою проблему, тем искуснее будет считаться психолог. И если даже теоретические конструкты, в рамках которых «находится» психотерапевт в процессе «ведения» клиента, диаметрально противоположны в своих основах, важен результат: решение проблемы - главное, за чем пришел человек к специалисту. Но как быть, если специалист способен действовать **только в рамках одной теории** и просто неспособен осознать свою беспомощность в данной ситуации? Вариант ответа дает Л.С. Выготский: «**Предмет психологии самый трудный из всего**, что есть в мире, наименее поддающийся изучению, способ его познания должен быть полон особых ухищрений и предосторожностей, чтобы дать то, чего от него ждут».

**РЕМЕСЛО!!!**

Как ремесло стало психотерапией, **или привет из древних времен**

Добавляя, что-то новое в психотерапию, нельзя забывать, о том, что новое это хорошо забытое старое.

Направление «ремесло – как психотерапия» берет свое начало еще в древние времена, когда психологов и психотерапевтов не было, а проблемы отношений, эмоциональных состояний, личности были.

Как же происходило их решение?

В те времена проблемы решались самопомощью, выделяя в каком то ранее привычном деле дополнительный эффект, например женщина, отметила при шитье она успокаивается, испытывает положительные эмоции.

Давайте не забывать про **Трудотерапию которая также включается в ремесло.**

«Трудотерапия это использование в процессе реабилитации адаптированной для пациентов деятельности. У трудотерапии широкий спектр применения, ее можно использовать как для обучения самостоятельному уходу за собой, помощи в социализации, так и в целях нарабатывания реальных **трудовых навыков** с перспективой последующего трудоустройства.  
  
В процессе трудотерапии пациенту подбирают подходящую именно к его ситуации нагрузку, чтобы деятельность была соразмерной и могла приносить не только развитие, но и удовлетворение от процесса. Трудотерапия работает только на добровольной основе, любое давление или принуждение может вызвать обратный эффект.

Я в свою очередь, проанализировав информацию о прошлом, активизировала ее и добавила новые нетрадиционные методы психотерапии.

Почему я применяю это в своей работе?

**Ремесло как терапия в психологии** — это направление, в котором использование творческих процессов помогает решать психологические проблемы.

Некоторые преимущества такого метода:

* **Повышение самооценки**. Создание чего-то нового и красивого своими руками повышает самооценку.
* **Уравновешенность и спокойствие**. Современные научные исследования подтверждают положительное влияние ручного труда на эмоциональное состояние.
* **Ощущение собственной уникальности**. Создание шедевра в единственном экземпляре даёт ощущение собственной уникальности.
* **Положительные эмоции**. При создании нового активизируются творческие способности, что вызывает радость, восторг и удовольствие.
* **Познание себя и окружающего мира**. В художественном творчестве человек воплощает свои эмоции, чувства, надежды, страхи, сомнения и конфликты, и узнаёт о себе много нового.

Ремесло как терапия может использоваться в формате индивидуальной или групповой арт-терапии.

В том числе занятия ремеслами в нашем случае связаны с особенно актуальной и болезненной проблемой. Сейчас, когда есть уже много организаций, помогающих детям раннего возраста с нарушениями развития, когда постепенно возникает система школ для особых детей, всех волнует вопрос: а что же дальше? Если полученные знания и умения ребенок все равно никогда не сможет применить в труде, то зачем нужны долгие годы занятий? Несомненно, от того, насколько мы расширим возможности ребенка, научим его выражать себя в творчестве, зависит очень многое в формировании его личности. Но также же очевидно, что вся наша работа обретает смысл только в том случае, если это позволит ребенку соприкоснуться с миром других людей, найти свое достойное место в жизни.

Работы на занятиях выполняются по традиционным ремесленным технологиям, поэтому получается не обычная детская поделка, а законченное изделие, которое можно использовать, украсить им дом, подарить друзьям и близким. Это существенно и для детей, и для родителей. Одновременно занятия творчеством и ремеслом позволяет человеку систематизировать и оценивать свои мысли, что неизменно приводит к преображению его внутреннего мира.  Создавая что-то своими руками, ребенок укрепляет свою связь с миром, что особенно важно для аутичных детей. Изделие изготовленное или сконструированное ребенком, несет отпечаток его личности и в то же время существует отдельно от него.

Еще одна важная черта занятий — возможность использовать на практике свои знания. Например, ребенок уже знает, что такое «большой, маленький» и умеет различать цвета, но пользуется этим только в учебных упражнениях. Пока эти знания не нужны ни для чего практического, они остаются чистой абстракцией; в занятиях ремесленным делом они включаются в работу и приобретают конкретный смысл. Ребенок видит, что для работы с заготовкой нужно взять определенный инструмент и т.п. Занятия ремеслом могут с успехом применяться и для решения конкретных коррекционных задач: формирования пространственных представлений, развития сенсорной сферы, тренировки мелкой и крупной моторики.

Интерес к работе, желание сделать красивую вещь помогают ребенку сосредоточиться и преодолеть многие трудности. Важно, наконец, и то, что знакомство с ремеслом расширяет кругозор детей, знакомит их с историей и культурой разных народов. Ведь жизнь детей с проблемами развития очень ограниченна: у них мало знакомых, они не ходят в театры и музеи, их не принимают в кружки. Ремесло вводит ребенка в сферу искусств, дает возможность (хотя бы потенциальную) участвовать в выставках и ярмарках. Важно дать ребенку возможность раскрыть себя как личность, развить в нем интерес к созидательной деятельности

Известно, что занятия ремеслами полезны при тяжелых эмоциональных состояниях — дисфориях. Работа руками позволяет человеку сосредоточиться на том, что он в данный момент делает. Ремесло имеет внутреннюю организацию, ритм, дает человеку положительные эмоциональные и эстетические переживания». Каждое ремесло — это мир со своими законами и традициями.

**Ремесло и творчество в контексте работы Вазеха Аббасова** можно рассмотреть на примере гештальт-терапии.

**Ремесло** в этом случае — это **систематизация знаний, деятельности и опыта**, которая является основой и опорой для творчества. Например, терапевт сопоставляет процессы со знаниями об этих процессах, ставит диагноз, а также может воспользоваться готовыми техниками для интервенции.( **Интервенция** это осознанное действие терапевта по отношению к клиенту направленное на осознавание происходящего между терапевтом и клиентом и на формирование нового опыта клиента).

**Творчество** в контексте работы Вазеха Аббасова заключается в **эстетической диагностике**, которая основывается на осознанности терапевта, внимании к восприятию чувствами, готовности удивиться и быть тронутым тем, что происходит в контакте. Так терапевт создаёт красоту в контакте, производит творческий акт.

Таким образом, ремесло и творчество в работе Вазеха Аббасова взаимодополняют друг друга: ремесло обеспечивает основу для творческих решений, а творчество основывается на этих знаниях и навыках.

Можно также назвать ремесло и мастерство знающей частью гештальт-терапии, а творчество интуитивной частью. Каждая из этих частей помогает ему по-своему. Эти части могут мешать друг-другу, или взаимодополнять друг друга. (Вазех Аббасов- психиатр , гештальт-терапевт 2020г

**Литература:**

1. **Личный опыт и наблюдения.**
2. **Ремесло и творчество в контексте работы Вазеха Аббасова https://vitaliyeliseev.com/vazeh-abbasov/**
3. **ПСИХОЛОГИЯ КАК РЕМЕСЛО И ИСКУССТВО** <https://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=30187>
4. **Ремесленные мастерские:** от терапии к профессии <https://www.osoboepravo.ru/files/book/file/remeslen_masterskie.pdf>
5. **Вопрос 14: «Психология как ремесло и искусство»** <https://studfile.net/preview/4225022/page:13/>
6. **Что такое трудотерапия и чем она хороша | РБК Тренды** https://trends.rbc.ru/trends/social/62e948799a7947612efe8769

7. **Трудотерапия как средство реабилитации детей | КГБУ "Советско-Гаванский реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями** "https://sg-rcdpov.mszn27.ru/node/24808