

Напрям. Психологія і педагогіка

АРТ-ТЕРАПІЯ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ СУПРОВОДІ ДІЯЛЬНОСТІ СПІВРОБІТНИКІВ ІНКЛЮЗИВНО-РЕСУРСНОГО ЦЕНТРУ

Максимець Світлана Миколаївна, кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної, вікової та педагогічної психології
Житомирського державного університету імені Івана Франка,
м. Житомир

Розвиток прикладних аспектів сучасної психологічної науки дає можливість констатувати стрімкий рух у використанні арт-терапевтичних методів у професійній діяльності психологів. Методи арт-терапії своєю екологічністю і ненав'язливістю дають можливість працювати з різними станами особистості та при цьому досягати високих терапевтичних результатів.

Науковці по-різному трактують дефініцію «арт-терапія». Засновниця арт-терапевтичного напрямку М. Наумбург характеризує арт-терапію як «техніку, що дає змогу людині виражати внутрішньо-психічні конфлікти у візуальній формі і поступово переходити до їх усвідомлення і вербалізації». Е.Крамер вважає, що «арт-терапія впливає таким чином, що продукт образотворчої діяльності сублімує агресивні тенденції автора й попереджає тим самим їх безпосередній прояв у вчинках». М. Лібман під поняттям арт-терапії розуміє «використання засобів мистецтва для передачі почуттів та іншого змісту психіки людини з метою зміни структури її світовідчуття» [1, с. 43].

Серед вітчизняних науковців позиція О. Сороки, яка трактує «арт-терапію як інноваційну освітню технологію «лікування» засобами образотворчого мистецтва, а саме малюнком, графікою, живописом, скульптурою для гармонійного розвитку особистості. Як допоміжні засоби в арт-терапії використовують музику, казку, танець, гру, драму тощо». О. Вознесенська

пропонує розуміти арт-терапію як «метод оздоровлення за допомогою творчого самовираження. [3, с. 34]

Отже, узагальнюючи вищезгадане, можна зробити висновок, що арт-терапія в може застосовуватись як особлива форма психотерапії, що використовує візуальне, пластичне мистецтво у якості інноваційної освітньої і реабілітаційної технології, як сукупність методичних процедур, що створюють умови для профілактики та корекції адаптації особистості в соціумі. Таким чином, сутність арт-терапії полягає в терапевтичному і корегувальному впливі мистецтва на людину та проявляється в реконструюванні психотравмувальної ситуації за допомогою творчої діяльності.

Протягом тривалого періоду розвитку психології науковцями активно досліджувались аспекти психологічного забезпечення різного роду професійної діяльності із використанням різних методів. Разом з тим, на сьогодні комплексне дослідження проблеми психологічного забезпечення співробітників інклюзивно-ресурсних центрів (ІРЦ) за допомогою методу арт-терапії не здійснювались.

На думку І.І. Ліпатова [3, с. 26], психологічне забезпечення вимагає системного підходу, організації діяльності психологів на різних рівнях: окремої особистості, первинного колективу, міжгрупової взаємодії, всієї організації в цілому. Такий підхід свідчить про складність і багатоаспектність діяльності щодо психологічного підтримання нормального стану функціонування певної організації, необхідність застосування різноманітних форм та методів налагодження належного рівня психологічного забезпечення професійної діяльності її фахівців.

Організація надання ефективної допомоги дітям з особливими освітніми потребами значним чином залежить від ефективної діяльності співробітників ІРЦ. Важливе значення в цьому відіграє психологічне забезпечення. Під останнім, на нашу думку, слід розуміти сукупність взаємопов'язаних заходів спрямованих на формування і розвиток у співробітників ІРЦ відповідних знань, умінь та якостей, які забезпечують їх психологічну готовність до організованих, активних та ефективних дій під час здійснення професійної діяльності.

Психологічне забезпечення розвитку емоційно-вольової сфери та креативності працівників ІРЦ здійснюється різними методами. Серед них, на особливу увагу заслуговує арт-терапія.

Арт-терапія – це комплекс процедур, які допомагають людині творчо проявити себе, активізувати внутрішні ресурси; підвищують адаптивність особистості за допомогою різних форм і мистецтв; заохочують до вираження суб'єктом внутрішнього (рефлексивного) змісту психічного у втілених (візуалізованих) формах; активізує емоційну складову, розумову діяльність, увагу, мнемічні та творчі процеси особистості, допомагаючи ясніше виявити свою індивідуальність, усунути психологічні травми, впоратися зі станом втрати, смутку, депресії.

Таким чином, методи арт-терапії дозволяють ефективно впливати на емоційні стани працівника (діагностувати, корегувати, розвивати) на рівнях когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів емоційного інтелекту.

Із метою отримання емпіричних даних було проведено експериментальне дослідження певних особистісно-професійних якостей співробітників ІРЦ, а саме: емоційно-вольової саморегуляції, емпатії, креативності.

Отримані результати показали недостатній рівень розвитку емоційно-вольової сфери та креативності співробітників ІРЦ, що обумовило проведення корекційно-розвивальної програми з використанням арт-терапевтичних технік, завданнями якої є: корекція труднощів у розвитку емоційно-вольової сфери за допомогою методів арт-терапії; набуття навичок саморегуляції, подолання бар'єрів у спілкуванні; розвиток комунікативної компетентності, моральних якостей: доброзичливості, співчуття, взаємодопомоги, поваги; усвідомлення і подолання бар'єрів для прояву і розвитку творчого мислення; усвідомлення характеристики креативного середовища; формування навичок і умінь управління творчим процесом.

Одним із найефективніших методів для належного забезпечення розвитку емоційно-вольової сфери та креативності працівників ІРЦ є метод арт-терапії. Останній допомагає не лише відновити психічне здоров'я, поліпшити

самопочуття, але і розкриває творчий потенціал особистості, її креативність. Креативність в цьому випадку служить основою готовності особистості змінюватися, вміти знаходити нестандартні відповіді на складні питання.

Повторне дослідження з використанням вище названих чинників дав нам можливість стверджувати, що при застосуванні арт-терапії у психологічному забезпеченні діяльності співробітників ІРЦ, суттєво покращилась емоційно-вольова сфера та рівень креативності. Так, якщо на початковому дослідженні більшість співробітників мали низькі і середні показники емоційно-вольової сфери та креативності, то після ретестування виявили, що більша кількість працівників мали середні і високі показники. Проведена корекційно-розвивальна робота із використанням методів арт-терапії має успіх та є ефективною.

Список використаних джерел:

1. Бриндіков Ю.Л. Арт-терапія: суть, можливості роботи з військовослужбовцями-учасниками бойових дій. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота». 2017. Вип. 2(41). С. 42-45.
2. Вознесенская Е.Л. Особенности и перспективы развития арт-терапии в Украине. Наукові праці (Серія: Педагогіка) : науково-методичний журнал. 2009. Вип. 95. С. Т. 105. С. 19–24.
3. Ліпатов І.І. Особливості психологічної адаптації військовослужбовців до бойової діяльності: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.09 / Харківський військовий університет. Харків, 1996. 23 с.