

Кузьменко Т.М Гуманістичний фундамент арт-терапії як запорука ефективності психокорекції емоційної нестабільності у студентів-психологів / Т.М. Кузьменко // Міжнародна науково-практична конференція «Стан та перспективи розвитку педагогіки та психології в Україні та Світі», 31-1 вересня 2018 . – Київ, 2018. – С. 95 – 98.

**Кузьменко Т. М.,** арт-терапевт, консультант

## **ГУМАНІСТИЧНИЙ ФУНДАМЕНТ АРТ-ТЕРАПІЇ ЯК ЗАПОРУКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ПРОЯВІВ ЕМОЦІЙНОЇ НЕСТАБІЛЬНОСТІ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ**

Цінним капіталом сучасної європейської країни є компетентні фахівці, що забезпечують ефективне функціонування усіх сфер господарювання держави. На думку теоретиків та практиків психологічної галузі до числа компетентностей сучасного спеціаліста необхідно включати не лише вузькопрофільні спецкомпетентності, а й ті, що пов'язані з навичками здоров'язбереження та здоров'явідновлення. У ключі вище окресленого, увагу привертають інституції, що забезпечують підготовку кадрів, а саме вищі навчальні заклади освіти, оскільки на етапі здобуття кваліфікації актуальним є закладання та розширювати, а у деяких випадках відновлення, фундаменту фізичного, психічного, психологічного здоров'я та професіоналізму.

Нашу увагу привернула проблема підготовки у ВНЗ компетентних спеціалістів-психологів, що після завершення навчання та працевлаштування, за своїми функціональними обов'язками часто стикаються зі складними, емоційно напруженими умовами професійної діяльності, які пов'язані з гіпервідповідальним процесом психологічного супроводу клієнтів. Зауважимо, що саме професіоналізм та власне здоров'я є тими визначальними факторами, що забезпечують ефективність профдіяльності психолога. Варто відмітити й думку дослідників процесу підготовки психологічних кадрів. Так науковці-психологи стверджують, що у професію приходять особистості, які потенційно, в анамнезі, мають власний

“невідпрацьований” травматичний досвід, який, за несприятливих умов та відсутності спеціально організованих заходів психокорекційної допомоги, значно вплине на професивність.

Акцентом нашого дослідження стане саме процес психокорекції проявів емоційної нестабільності студентів-психологів засобами арт-терапії, а червоною стрічкою буде інструмент психокорекційного впливу-метод арт-терапії та його гуманістичний фундамент як запорука ефективності процесу гармонізації емоційної сфери особистості майбутнього фахівця у галузі психологічної практики.

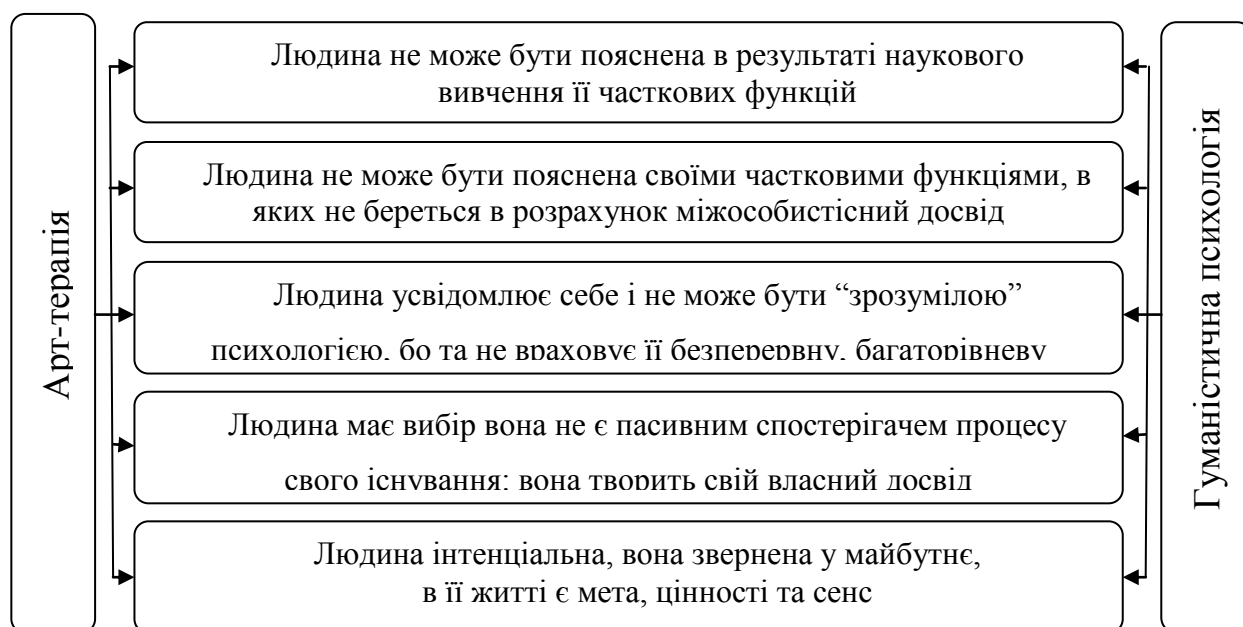
Хочемо зазначити перевагу арт-терапії, як методу, що належить до інновацій психологічного супроводу спеціалістів допомагаючи професій соціономічного типу, та не декларує, а реально сприяє процесам гуманізації. Метод арт-терапії можна зарахувати до найбільш стародавніх і природних форм корекції емоційної сфери, яким багато людей користуються самостійно для зняття накопиченої психічної напруги, заспокоєння, зосередження та ін..

Термін “арт-терапія” ввів у науковий термінологічний обіг Адріан Хілл (1938 р.). Перші дослідники арт-терапії спиралися, і на наш погляд, небезпідставно, на ідею З. Фрейда про те, що внутрішнє “Я” людини проявляється у візуальній формі кожного разу, коли вона спонтанно малює чи ліпить. Свій внесок у розвиток теорії арт-терапії зробив і К-Г Юнг, що аргументував важливість архетипів, як структурних компонентів особистості та зауважив про те, що саме творчість є проявом персонального та колективного несвідомого людини [2]. Нині поняття “арт-терапія” має низку значень: 1) це сукупність видів мистецтва, які використовуються у лікуванні й корекції; 2) це комплекс арт-терапевтичних методик; 3) це напрям психотерапевтичної і психокорекційної практики. Загалом, основна мета арт-терапії – самовираження, розширення особистого досвіду, самопізнання, внутрішня інтеграція особистості (її аспектів і компонентів) і інтеграція із зовнішньою реальністю (соціальної, етнічної, культурної). Завданням нашого дослідження стало більш детальне дослідження концептуальної

фундаментної основи арт-терапії, як інструменту психокорекції проявів емоційної нестабільності у майбутніх психологів.

Аналіз сучасного стану арт-терапії дозволяє розглядати зазначений феномен у широкому сенсі як одну зі складових “корекційно-терапевтичної” психолого-педагогічної системи, що діє в рамках гуманістичної парадигми. Для підтвердження цієї думки, акцентуємо увагу на засадничих позиціях гуманістичної концепції. Гуманістична психологія як самостійний напрям відокремилася на початку 60-х років XX ст., як протест проти домінування біхевіоризму і психоаналізу в США, одержала назву третьої сили. До цього напрямку можуть бути віднесені А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Ш. Бюлер, Ролло Мей, С. Джулард та ін [1].

Ми здійснили спробу виокремити спільні базові положення арт-терапії та гуманістичної концепції розвитку особистості, які можуть стати основоположними у процесі організації психокорекції проявів емоційної нестабільності у студентів-психологів. Результати наукових розвідок можна прослідкувати у запропонованій схемі (див. Рис. 1.)

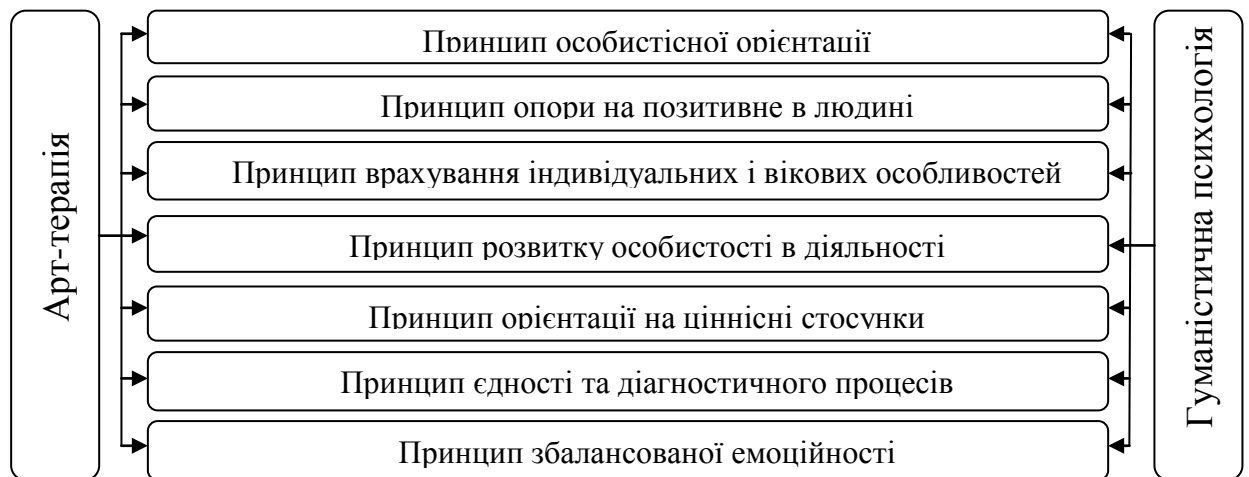


**Рис. 1 Спільні базові положення арт-терапії та гуманістичної концепції розвитку особистості як основа ефективності психокорекції проявів емоційної нестабільності у студентів-психологів**

У процесі дослідження привертає увагу й те, що загальним мотивом для фахівців гуманістичного напрямку і арт-терапевтів є турбота про людину та її особистісне зростання в сучасному світі. Гуманістична концепція, як відомо, возвеличує людину. Представники цієї теорії схильні бачити людину істотою активною від природи, такою, що може самостверджуватися, здатною до особистісного зростання. Зазначимо, що центральною фігурою в психотерапевтичному процесі гуманістичного напрямку є не пацієнт як хвора людина, а особистість, яка прагне до самоактуалізації і розширення діапазону своїх можливостей. Хочемо також зазначити, що арт-терапія має ті ж концептуальні основи, що й гуманістична психологія.

Вихідними арт-терапевтичними позиціями вважаються категорії природи і сутності людини, її саморозвитку. Гуманістична теорія також базується, за словами К. Роджерса, на “довірі до людської природи”. Природа людини заслуговує поваги, містить потужний потенціал для конструктивного розвитку. Кожен організм має вроджену тенденцію до розвитку своїх оптимальних здібностей. Однак упевненість в позитивній природі людини не заперечує можливих труднощів і проблем в цьому процесі [3]. У арт-терапії, як і в гуманістичній теорії, позитивний саморозвиток розглядається як процес становлення “людського в людині”, а розвиток (саморозвиток), розкриття глибинної сутності, потенційних можливостей, особистісний ріст, як набуття себе. Причому джерело, рушійні сили і найважливіші ресурси розвитку, за твердженням психологів-гуманістів знаходяться в самій людині, в потенціалі особистісного зростання. Постулатом гуманістичної концепції розвитку особистості є те, що серед умов включення внутрішніх механізмів особистісного зростання та самовідновлення зазвичай виділяють соціальні відносини, перш за все міжособистісні, якість яких багато в чому вирішує долю розвитку людини. Відмічаємо, що групова арт-терапія – один з ефективних підходів для розвитку позитивних міжособистісних відносин, і, у контексті нашого дослідження, найоптимальніша форма організації процесу психокорекції проявів емоційної нестабільності студентів-психологів.

На одному з етапів нашого дослідження ми поставили за мету виокремити спільні пріоритетні принципи, що є базисними в арт-терапії та гуманістичній психології. Саме вони можуть стати основою для організації психокорекційного супроводу особистості студентів-психологів (див. Рис. 2.).



**Рис. 2 Спільні пріоритетні принципи в арт-терапії та гуманістичній психології**

Підсумовуючи, зазначимо, що у процесі психокорекції проявів емоційної нестабільності майбутніх психологів, гуманістична спрямованість феномена арт-терапії проявляється в наданні студенту практично необмежених можливостей для самовираження і самореалізації в продуктах творчості, для самоствердження і пізнання власного “Я”. У поєднанні з іншими якісними методами саме арт-терапевтична взаємодія дозволяє максимально повно і дбайливо уявити феноменологічну картину досліджуваних явищ, забезпечити глибоке та індивідуалізоване їх розуміння. Саме гуманістичність арт-терапевтичного психокорекційного впливу забезпечує екологію процесу та виводить його на рівень стимулювання самокорекції, самовідновлення, саморозвитку особистості студента-психолога.

#### Література:

1. Гуманістична психологія // Вікіпедія. Дата оновлення: 23.09. 2016. URL: <https://uk.wikipedia.org/18845700> (дата звернення: 14.08.2012).

2. Копытин А.И. Основы арт-терапии. Санкт-Петербург, 1999. 254 с.
3. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / перевод с англ. М.М. Исениной. Москва, 1994. 416 с.