

**ІНДИВІДУАЛЬНИЙ СТИЛЬ ВЗАЄМОДІЇ КРЕАТИВНОГО
ПСИХОЛОГА І КЛІЄНТА В АРТТЕРАПЕВТИЧНИХ ІНТЕРВЕНЦІЯХ**
УДК 159.9.019.2

Білозор Сергій Васильович,
*студент спеціальності 053 Психологія КЗВО,
«Вінницька академія безперервної освіти»*

Анотація. *Арттерапевтичні методи є найбільш екологічними й широкоживаними засобами психокорекційного впливу через свою невербальну/проєктивну природу. Вказані методи є ефективними у роботі з клієнтами, які мають труднощі у вираженні почуттів і переживань. В статті описується проєктивна техніка пошуку власного арттерапевтичного репертуару. Дане теоретичне дослідження має цінність для психологів практиків, що планують використовувати арттерапію в роботі з клієнтами.*

Ключові слова. *арттерапія, стиль взаємодії, резонанс, компетенція клієнта, глинотерапія, ігротерапія, анімаційна терапія, бібліотерапія, ізотерапія, казкотерапія, кінотерапія.*

Актуальність дослідження: За часів свого існування арттерапія ввібрала техніки образотворчого мистецтва, теоретичні прийоми та розробки різних напрямків психотерапії. В наш час її методи часто застосовують в реабілітації людей, які постраждали від війни. Арттерапія допомагає постраждалим внаслідок воєнних дій виразити свої емоції, почуття у найбільш екологічний спосіб за допомогою ліплення, малювання, анімації, образотворчого мистецтва. Відтак, актуальність дослідження зумовлена потребами обґрунтування методів ефективних у психокорекції постраждалих.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми. Аналіз психологічної літератури виявив, що серед зарубіжних авторів питання арттерапевтичних інтервенцій досліджували Р. Бенензон, Х. Дойзер, К. Елбрехт, Е. Морітц, А. Менегетті, Я. Морено, Ш. Макніфту, С. Ройз, Карл Г. Юнг. З вивченням арт терапевтичних інтервенцій, як дієвого методу психологічного

впливу пов'язані роботи таких вітчизняних авторів, як Н. Вернікова, О.Л. Вознесенська, Н. Гладкова, Д.О. Шпака.

Метою публікації є теоретичне обґрунтування стилю взаємодії психолога та виявлення арт терапевтичних практик які оптимально відповідають особливостям індивідуального стилю взаємодії.

Завдання статті.

1. На підставі аналізу психологічної літератури визначити сучасні арт терапевтичні методи.

2. Здійснити аналіз особливостей взаємодії психолога з клієнтом опосередковано через арт терапевтичні інтервенції.

Методи та методики дослідження.

1. Для вирішення першого завдання використано: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення наукових праць.

2. Для вирішення другого завдання використано систематизація, інтерпретація та ін.

Виклад основного матеріалу дослідження. Арттерапевтичні інтервенції – це процес активної діалогічної взаємодії між креативним психологом і клієнтом, яка має такі характеристики, які залежать від індивідуального стилю взаємодії креативного психолога:

1) інтенсивність, що залежить від того, яких змін потребує клієнт і є однією зі змінних величин терапевтичної взаємодії в арттерапевтичній практиці;

2) резонанс (у перекладі «резонанс» означає відлуння, коливання в такт) – це особлива форма контакту, відповідь-відгук клієнта в якій залучені всі аспекти: фізичній, емоційній та розумовий. Резонанс виникає в процесі суб'єктивної діалогічної взаємодії клієнта і креативного психолога, який при цьому зберігає рефлексивну дистанцію;

3) компетентність клієнта. Повага креативного психолога до компетентності клієнта може бути опорою для початку процесу розвитку та зміни у процесі арттерапевтичної інтервенції. Тільки клієнти мають право

інтерпретувати значення та смисловий контекст своїх арттерапевтичних продуктів. Лише клієнт може осягати, відстежувати, які значення мають для нього самого кольори, форми та символи, і робити з цього відповідні висновки. Для креативного психолога «керуватися принципом прийняття компетентності клієнта» - значить уникати інструкцій і настанов, що заміщують своєю інтерпретацією бачення клієнта (Ваєр, У., 2015).

Креативний психолог використовує інтегративний підхід в консультуванні, який передбачає застосування різних методів психологічного впливу. Такий концептуальний підхід не лише комбінує різні техніки, але й теоретичні позиції різних шкіл. Креативний психолог створює власну інтегративну модель шляхом:

1) асиміляції теорії, аналізі різних підходів та робочих процедур. Це передбачає обмін у спільноті практиків «робочими процедурами», які дозволяють розширити інструментарій роботи з клієнтами на практичному рівні.

2) розширення технік. На основі емпіричних досліджень встановлюється перелік найбільш ефективних технік впливу в типових випадках.

Інтегративний підхід виник на основі несистематичного еkleктизму в консультуванні. Його відмінність від еkleктичного підходу полягає в комбінуванні не тільки різних методів психологічного впливу, але й різних теоретичних позицій. Інтегративний підхід дає можливість застосовувати розмаїття підходів і методів, що дозволяє максимально проявити індивідуальність креативного психолога (Левенець, О. А., 2015).

Культурно-історична психологія Л. С. Виготського дозволяє глибше осмислити як індивідуальний стиль взаємодії креативного психолога впливає на клієнта. Арттерапевтична інтервенція не можлива без просоціальної активності клієнта. Л.С. Виготський розглядав просоціальну активність особистості як ту, що спрямована на розширення зони актуального і найближчого розвитку. Важливим фактором розвитку особистості є самоактуалізація. Самоактуалізація в просоціальній активності розуміється як

цілісна єдність інтеріоризації та екстеріоризації, як розширення меж зони найближчого розвитку та опосередкована соціальною ситуацією розвитку діяльність зрілої особистості. Просоціальна активність не можлива без діалогічної взаємодії суб'єктів. Спочатку у клієнта формується запит і відбувається пошук способів розв'язання поставленої задачі в процесі арттерапевтичної інтервенції. Далі клієнт переживає інсайт. Характер такого інсайту є діалогічним, адже це внутрішнє продовження зовнішнього діалогу. Отримавши інсайт клієнт стає відкритим для різних варіантів розвитку і подальшої активності; це «точка біфуркації», що відкриває множинність можливостей життя. Просоціальна активність особистості в процесі арттерапії, є важливою для самоактуалізації та отримання інсайту (Наконечна, М. М., 2018).

Арттерапевтичний підхід має багато напрямків і методів роботи з клієнтом і це дає можливість креативного психолога максимально проявити свою індивідуальність обираючи те, що найближче до його стилю взаємодії.

Основними методами арт терапевтичної інтервенції є:

1) анімаційна терапія – створення короткометражної стрічки шляхом анімації. Цінність методики полягає в розблокуванні прихованого творчого потенціалу, загальний розвиток особистості, подолання негативних емоційних переживань.

2) бібліотерапія – читання літератури рекомендованої психологом, яка викликає потужну реакцію клієнта через усвідомлення свого стану, ідентифікацію себе з головним героєм запропонованої книги. Цінність даного методу полягає в розширенні границь розуміння себе і світу, переживання катарсису через призму нового досвіду.

3) глинотерапія – проєктивна методика створення образів, які мають символічне значення за допомогою пластичного матеріалу. Цінність методу полягає в його експресивності, здатності клієнта опосередковано виражати свій травматичний досвід в тілесно орієнтованому просторі глиняного поля.

4) ігротерапія, або трансформаційні ігри - універсальний популярний засіб арт терапевтичних інтервенцій, де учасники в ігровому просторі взаємодіють з об'єктами й один з одним. Цінність даного методу полягає в його здатності зацікавити учасників, переосмислити проблемну ситуацію через гру, пошуку нових ресурсних станів, відходу від стереотипних шаблонів взаємодії з навколишнім світом.

5) ізотерапія – терапія образотворчим мистецтвом, через малювання або взаємодію з витворами мистецтва. Цінність даного методу полягає в тому, що клієнт виражає власні внутрішні стани та переживання, конфлікти через малювання. Ізотерапія також використовується з діагностичною метою.

6) казкотерапія – творчий інструмент, який на символічному рівні дозволяє створити трансформаційний сюжет з певним морально-етичним контекстом. Цінність методу полягає в морально-етичних висновках, які клієнт може зробити, у пошуці і набутті потрібного ресурсного стану, розкритті потенціалу особистості.

7) кінотерапія – ефективна арттерапевтична інтервенція, коли клієнт метафорично усвідомлює зміст кінострічки та знаходить нові сенси, паралелі з власним життям. Цінність цього методу полягає в спільному з психологом аналізі фільму і поведінці героїв, інтерпретація сюжету клієнтом через власні фільтри сприйняття (Udo B.,2014).

8) метафоричні асоціативні карти – унікальний інструмент препарування колективного і індивідуального підсвідомого через метафоричні образи, малюнки нанесені на карти. Цінність цього методу психокорекційного впливу в його екологічності, акценті на компетентність клієнта в інтерпретації проявленої метафори під час сесії. Роль креативного психолога полягає в фасилітації психотерапевтичного процесу, встановленні асоціативного зв'язку з образами карт і життєвим досвідом, переживанням суб'єкта. Робота з МАК картами базується виключно на компетенціях клієнта, психолог не дає своїх інтерпретацій, суджень, бачення.

9) оригамі – стародавнє мистецтво роботи з папером з метою створення фігур. Цінність полягає в усвідомленій діяльності, стимуляції дрібної моторики рук, розвитку творчих здібностей (Матохнюк, Л. О., 2023).

10) когнітивно-поведінкова арттерапія має меті розвиток здорових і гнучких стратегій адаптації, когнітивних здібностей, вироблення прагматичних рішень. Деякі принципи КПТ є корисними в арттерапевтичних інтервенціях, а саме: розв'язання проблем, моделювання, техніки релаксації, систематичної десенсибілізації. Цінність цього методу полягає в наявності величезної кількості доказів його ефективності для лікування людей, які страждають від багатьох проблем, таких як тривога, депресія та посттравматичний стресовий розлад, а також поведінкових проблем, такі як залежності, компульсії та розлади харчової поведінки (Marcia L Rosal, 2018).

Серед усього розмаїття методик арттерапевтичних інтервенцій креативний психолог може обрати самі ті, який найбільше відповідають його індивідуальному стилю взаємодії з клієнтом зберігши при цьому ключові характеристики інтервенції: інтенсивність, резонанс та компетентність клієнта в інтерпретації своїх продуктів творчої діяльності. В цьому креативному психологу може допомогти авторська техніка «Пошук власного арттерапевтичного репертуару».

Техніка «Пошук власного арттерапевтичного репертуару».

Мета: усвідомлення потенціалу арттерапевтичного методу.

Завдання:

- 1) опрацювання арттерапевтичного методу за допомогою «вікна Джохарі»
- 2) дослідження різних планів сприйняття арттерапевтичного методу
- 3) усвідомлення потенціалу даного методу і можливостей його використання в консультуванні.

Вікові обмеження: немає.

Обладнання: метафоричні асоціативні карти «Чарівна мить» та «Час прийшов», поле з накресленими вікнами Джохарі.

Тривалість виконання: 60 хв.

Форма роботи: індивідуальна.

Алгоритм роботи:

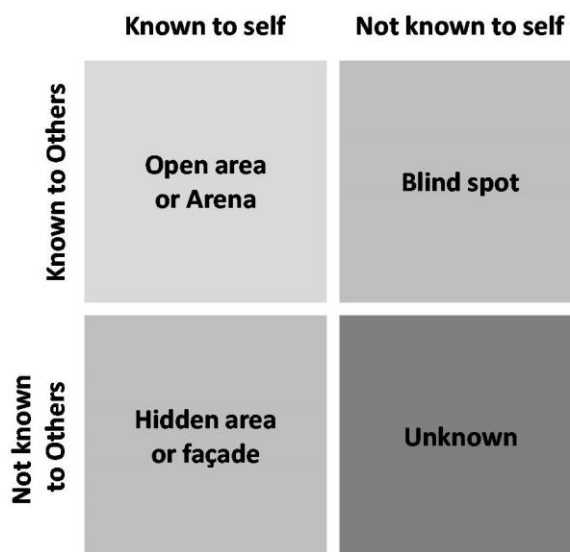
Креативний психолог має ознайомитися з методом арттерапевтичної техніки до початку роботи.

1) простір ділиться на 4 квадрати, кожен з яких представляє певну ділянку обраного методу для аналізу «вікна Джохарі»: 1) відкрита площа; 2) сліпа зона; 3) прихована зона; 4) невідоме.

2) у відкриту обираємо ресурсну карту для «відкритої площини» з колоди «Чарівна мить» та в закриту обираємо 3 карти для «сліпої зони», «прихованої зони» та «невідоме» з колоди «Час прийшов».

3) аналіз зображення кожної зони. Приблизний перелік питань для аналізу:

«Що зображено на карті? Які почуття виникали у вас під час опису карти? Який ресурс чи його нестачу ви побачили? Як описане зображення співвідноситься з даним полем «вікна Джохарі»? Що спонукає вас використовувати даний метод в своїй практиці? Де ви побачили перешкоди/блоки в його використанні?»



The Johari Window Model

4) підбивання підсумків, узагальнення отриманих результатів

1. Перелік запитань для підсумкового аналізу за такими запитаннями:
2. Дайте характеристику методу одним реченням?
3. Перелічіть його сильні та слабкі сторони.
4. Чого досягає креативний психолог цим методом?
5. Що допомагає бути ефективним в застосуванні цього методу?
6. Які перешкоди можуть трапитися у роботі з клієнтом?
7. Як ви уявляєте застосування цьому методу?
8. Як цей метод підкреслює вашу індивідуальність?
9. Які зміни принесе цей метод клієнту?

Висновки. Дана проєктивна методика сприяє формуванню власного стилю психолога; усвідомленому використанню обраного методу; розуміння його потенціалу в роботі з клієнтом. За допомогою цього методу психолог отримує багатовимірну модель бачення феномену клієнта.

Перспективи подальших досліджень передбачають емпірично дослідити ефективність індивідуального стилю взаємодії психолога з клієнтом під час арт терапевтичних інтервенцій.

Список використаної літератури.

1. Udo Baer. (2014). Gefühlssterne, Angstfresser, Verwandlungsbilder: Kunst- und Gestaltungstherapeutische Methoden und Modelle (Fachbücher Therapie kreativ) Paperback [англійською мовою].
2. Левенець, О. А. (2015) Інтегративний підхід під час надання психологічної допомоги. *Юридична психологія*, 2015, 2: 95-105. [українською мовою].
3. Матохнюк Л. О., (2023).. Основні методи Арт-терапії у роботі практичного психолога практикум. Вінниця : КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти». 559 с. [українською мовою].
4. Наконечна, М. М., (2018). Просоціальна активність особистості в контексті культурно-історичної психології Л.С. Виготського зб. ст Ніжин. НДУ ім. М. Гоголя. -Вип. 1. 127 с. [українською мовою].

5. Marcia L Rosal, (2018). Cognitive-behavioral art therapy: from behaviorism to the third wave, New York, NY: Routledge, 2018. [англійською мовою].

КОНФЛІКТ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

УДК 159.922.6

Браніцька Тетяна Ромуальдівна,
*д. пед. н., професор, завідувач кафедри
педагогічних наук, професійної та початкової освіти
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*
Доценко Ірина Віталіївна,
*студентка спеціальності 053 Психологія,
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

Анотація *Стаття присвячена вивченню впливу конфліктів на психологічний стан учасників в сучасному освітньому процесі. Зроблено акцент на аналіз наукових досліджень, спрямованих на розуміння конфліктів та психологічних стан учасників освітнього процесу. Шляхом системного огляду літератури та наукових публікацій висвітлені психологічні аспекти конфліктів у закладах освіти. Висвітлено, як розуміння цих аспектів може сприяти вирішенню конфліктів та покращенню психологічного стану учасників освітнього процесу. Стаття закликає до свідомого підходу для конфліктів і розвитку стратегій для покращення психологічного стану учасників освітнього процесу.*

Ключові слова *Конфлікт, психологічний стан, учасники освітнього процесу, заклади освіти, психологічні аспекти.*

Актуальність дослідження. *Поняття конфлікту в сучасному суспільстві стає все більш актуальною та невід'ємною частиною міжособистісних відносин. Незалежно від природи конфлікту — чи він пов'язаний зі сферою роботи, сімейними стосунками чи соціокультурними розбіжностями, його вплив на психологічний стан учасників не може бути*