

3. Поліщук В.М., Ільїна Н.М., Поліщук С.А. Психологія сім'ї : навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2009. 282 с.
4. Сорока О.Б. Інтегровані умови сучасного сімейного виховання і коефіцієнт їхньої корисної дії. Педагогіка і психологія. 2001. №1. С. 53–67.
5. Товкач І. Є. Хочу бути мамою, хочу бути татом : навч.–метод. посібник. Київ: Слово, 2012. 368 с.
6. Федоришин Г.М. Психологія становлення особистості у батьківській сім'ї. Івано-Франківськ: Плай, 2006. 174 с.
7. Формування сімейних цінностей у дітей шкільного віку в сучасних соціокультурних умовах: монографія / за ред. Гончар Л. В. Харків: Друкарня Мадрид, 2016. 176 с.

*Петренко Тетяна*

*Науковий керівник – викл. Гончаровська Г.Ф.*

### **АРТТЕРАПІЯ У ГАРМОНІЗАЦІЇ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ**

Сучасний етап розвитку освіти в Україні актуалізує питання всебічного та гармонійного розвитку дітей. В роботі психолога з старшими підлітками дуже важливо використовувати гнучкі види корекційної роботи, одним із яких є техніки арттерапії. Арттерапія дозволяє, ненав'язливо спостерігаючи за дитиною в процесі спонтанної творчості, пізнати її життєві цінності й особистісні інтереси, зрозуміти індивідуальність, відчути настрій. Творча діяльність гармонійно поєднує виховний, розвивальний, діагностичний і корекційний процеси, створюючи підґрунтя для налагодження довірливих емоційних стосунків фахівця із дитиною, сприяє ефективній соціальній взаємодії та якісному корекційному впливу.

*Мета статті* полягає в конкретизації поняття «арттерапія» на основі аналізу актуальних досліджень в галузі психології та виокремлення видів арттерапії в працях науковців.

Поява і розвиток арттерапії як унікального і досконалого психотерапевтичного методу, який виник на перетині мистецтва, психології і психотерапії, є своєрідною відповіддю на запити психологічної практики щодо застосування художнього мистецтва як засобу зміцнення психічного здоров'я дітей та дорослих. В Україні питання впливу арттерапії на дітей досліджують багато вчених-теоретиків та практиків (Н.Каншоністова, В.Кондрашин, Л.Обухова, Л.Одинченко, М. Плоткін О.Чебикіна та ін.). Заслужують на увагу роботи, присвячені організації реабілітаційної роботи через методи арттерапії (Т. Зінкевич-Євстігнєєва, А.Копитін, А.Панова, О. Холстова, І.Малишевська, Л.Шаповал та ін.).

Проблема формування особистості сучасної дитини та дорослого засобами арттерапії, естетотерапії відображена у працях сучасних учених, зокрема із педагогіки (М. Алексєєва, Л. Аметова, А. Гришина, М. Гузева, О. Деркач, У. Дутчак, Л. Короткова, Л. Лебедева, І. Лисенкова, О. Сорока, Н. Сучкова, Н. Шумакова та ін.); з психології: О. Вознесенська, Т. Глухова, І. Голубева, І. Давидова, С. Куракіна, Д. Романовська, О. Тапіліна, Д. Хомяков, О. Янгічер, Т. Яценко та ін.); в медицині (О. Іонов, О. Копитін та ін.). Сучасні дослідження арттерапії охоплюють різні її аспекти. Так, зміст технології, історію її розвитку та сучасні особливості розглянуто в працях О. Вознесенської, О. Копитіна, Л. Терлецької та ін. Можливості використання різних форм і методик арттерапії у психологічній практиці досліджували О. Копитін, К. Рудестам, В. Соловійова та ін. Педагогічні аспекти застосування арттерапії (артпедагогіка, педагогіка творчості) проаналізовано в працях О. Деркач, Л. Лебедевої та ін. Особливості практичного застосування арттерапії у роботі з дітьми висвітлені в дослідженні Л. Нікішиної, Л. Федоткіної, Л. Вадрус, Н. Некряч, О. Образцової та ін.

Аналіз останніх досліджень багатьох науковців дозволяє розглядати арттерапію як синтез кількох галузей наукового знання: мистецтва, психології та медицини. Переважно даний метод використовується у терапевтичній і корекційній практиці у вигляді сукупності технік, форм, які побудовані на застосуванні різноманітних видів мистецтва та сприяють стимулюванню творчого потенціалу дитини, корекції психосоматичних, психоемоційних порушень і відхилень в особистісному розвитку. І хоча окремі аспекти застосування методів арттерапії неодноразово були предметом досліджень вітчизняних і зарубіжних науковців, проблема використання технології арттерапії в гармонізації міжособистісних стосунків старших підлітків поки ще не набула свого достатнього системного розв'язання.

Катарсичний (очищаючий) вплив мистецтва відомий ще з часів Давньої Греції. Під поняттям «катарсис» давньогрецькі філософи розуміли очищення, яке зазвичай відчуває людина після спілкування з мистецтвом. Коли наші переживання повні гніву і жорстокості, ми можемо переключити їх в мистецтво, а не переносити на оточуючий світ. Самоусвідомлення і саморозуміння досягаються поглибленням в емоції. Вони активізують здібності людини, уяву, логічне мислення [7, с. 88].

Науковці зазначають, що уява і творчість є рушійними силами людського існування. Зокрема, Карл Юнг зазначав, що не тільки художник, але й будь-яка творча особистість, ким би вона не була, всіма своїми досягненнями завдячує тільки фантазії. Дитина об'єктивно спостерігає за розвитком своєї фантазії, не намагаючись свідомо вплинути на неї. І цьому сприяє образотворча діяльність. Зображувальна діяльність, може виконувати такі функції: прискорення процесу розвитку просторового мислення і образного бачення, розвиток розумових здібностей; зниження емоційної напруги; вона є доступною кожному в будь-якому місці; сприяє розвитку чуттєво-рухової координації, адже потребує участі багатьох психологічних функцій [3, с. 48].

Останнім часом актуальності набуває використання потенціалу арттерапевтичних засобів впливу (музика, театр, малюнок, танець та ін.) з метою гармонізації розвитку особистості, налагодження її сприятливих стосунків з оточуючими; профілактики та корекції емоційно-поведінкових розладів, розвитку творчого потенціалу особистості. Через різноманітні форми мистецької діяльності відбувається корегування емоційно-психічного стану людини, розвиток творчих здібностей, здійснюється профілактика зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я особистості.

У процесі арт-терапевтичної роботи з старшими підлітками достатньо успішно відбувається усвідомлення образу «Я», який раніше міг бути деформованим, покращується самооцінка, зникають неадекватні форми поведінки, налагоджуються способи взаємодії з іншими людьми. Особливо позитивні результати можуть бути отримані в роботі з школярами, в яких спостерігаються труднощі в розвитку емоційної та вольової сфер, оскільки арттерапевтична діяльність спрямована на зниження тривожності, агресивності, страхів, сором'язливості та гіперактивності учнів. З метою подолання психологічного дискомфорту підлітків у взаєминах з ровесниками та дорослими доречним є використання таких арттерапевтичних технік, як спонтанне малювання, малювання свого настрою, своїх почуттів, малюнок музики, малювання клубком ниток, долонями тощо. Групові техніки малювання такі як, малювання у парі, «Продовж малюнок» сприяють розвитку групової динаміки, налагодженню стосунків, навчають конструктивній взаємодії з ровесниками.

*Висновки.* Завдяки використанню різних форм художньої творчості створюються умови, за яких кожна дитина-підліток переживає успіх у тій чи іншій діяльності, самостійно справляється з важкою ситуацією. Діти вчать вербалізації емоційних переживань, відкритості у спілкуванні, спонтанності. В цілому відбувається особистісне зростання, набувається досвід нових форм діяльності, розвиваються здібності до творчості, саморегуляції почуттів і поведінки. Перспективним напрямком наступних досліджень вбачаємо у емпіричному вивченні особливостей міжособистісних стосунків старших підлітків.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Арт-терапия – новые горизонты / под ред. А.И. Копытина. Москва: Когито-Центр, 2006. 336 с.
2. Вознесенська О. Особливості арт-терапії як методу. Психолог. 2005. № 39. С.5.
3. Деркач О. Малюємо школу: діагностика шкільної дезадаптації першокласників засобами арт-терапії. Мистецтво та освіта. 2010. № 4. С. 15-18.
4. Деркач О. Педагогіка творчості: Казкотерапія на допомогу вчителю, вихователю, практичному психологу. Вінниця : ВДПУ, 2008. 48 с.
5. Копытин А. И. Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии. СПб. : Речь, 2010. 255 с.
6. Лебедева Л. Д. Педагогические основы арт-терапии. СПб. : ЛОИРО, 2000. 150 с.