

ОПАНАСЮК І.В.

*кандидат психологічних наук, психолог
Ліцею №12 імені Івана Франка, м. Івано-Франківськ*

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В СТАРШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

У статті розкрито психологічну сутність змісту поняття арт-терапії, як методу творчого самовираження особистості. Обґрунтовано вибір арт-терапії, як методу розвитку емоційного інтелекту учнів старших класів. Наведено чинники арт-терапії, що впливають на розвиток емоційного інтелекту особистості під час терапевтичного процесу. Показано, що вибір методу арт-терапії для розвитку емоційного інтелекту старшокласників зумовлюється основними властивостями його розвивального потенціалу. Зазначено, що ефективним засобом розвитку можуть і мають бути методи арт-терапії, тому що ключовий психологічний зміст функціонування полягає у рефлексивному осмисленні суб'єктом своїх проблемних переживань, втілених у художньо-символічні форми. Виокремлено ресурсність арт-терапії у розвитку емоційного інтелекту старшокласників. Виявлено, що застосування різних форм і видів арт-терапії для розвитку емоційного інтелекту допомагають творчо самовиразитися особистості старшокласника, активізувати його внутрішні ресурси, підвищити адаптаційні здібності й виразити в матеріалізованих формах рефлексивний зміст психічного.

Ключові слова: *старший шкільний вік, емоційний інтелект, емоційне переживання, арт-терапія, творчість, художньо-символічне самовираження.*

Постановка проблеми. Розвиток емоційного інтелекту – одна з актуальних проблем сьогодення, яка вимагає глибокого наукового осмислення, вивчення загальних закономірностей та передумов його формування та розвитку. Емоційний інтелект – значущий чинник успішної самореалізації особистості, її адаптації та захисту від стресів. Тому актуальність питання його розвитку у підростаючого покоління, зокрема у старшокласників, перед якими стоїть проблема світоглядно-диспозиційного самовизначення, не викликає сумнівів. Саме, у період дорослішання в особистості школяра відбуваються якісні зміни в психологічній, особистісній та соціальних сферах.

Враховуючи психофізіологічні особливості школярів, виникла необхідність впровадження розвивально-корекційних технологій, які базуються на використанні «мови» візуальної пластичної експресії. Відтак, ефективним засобом розвитку можуть і мають бути методи арт-терапії, тому що ключовий психологічний зміст функціонування полягає у рефлексивному осмисленні суб'єктом своїх проблемних емоційних переживань, втілених у художньо-символічні форми (С.М. Аврамченко, К.А. Бабенко, О.Г. Біла, Л.Л. Бондаревська, Т.В. Горобець, Н.В. Дметерко, І.В. Євтушенко, І.В. Калашник, О.І.

Копитін, В.В. Ляшенко, Л.П. Міциха, І.В. Опанасюк, О.Ф. Потьомкіна, С.Г. Харенко, І.О. Чернуха, Т.С. Яценко та ін.). Проблема розвитку емоційного інтелекту у старшому шкільному віці за допомогою арт-терапії не досліджувалась в Україні.

Мета дослідження полягає у науковому вивченні ефективного розвитку емоційного інтелекту старшокласників засобами арт-терапії.

Відповідно до мети було поставлено такі **завдання**: розкрити психологічну сутність змісту поняття арт-терапії, як методу творчого самовираження особистості; обґрунтувати вибір арт-терапії, як методу розвитку емоційного інтелекту учнів старших класів; показати, що вибір методу арт-терапії для розвитку емоційного інтелекту старшокласників зумовлений основними властивостями його розвивального потенціалу; виокремити ресурсність арт-терапії у розвитку емоційного інтелекту старшокласників.

У науковій літературі [5; 6; 9] зазначається, що мистецтво має не тільки культурний характер, а й сприяє вивільненню внутрішнього напруження, розвитку інтуїтивних можливостей суб'єкта. Воно дає змогу проникати у внутрішній світ індивіда та сприяє його вираженню в творчості.

Метод арт-терапії (лат. *ars* – мистецтво, *therapeia* – лікування) розглянуто як метод розвитку та зміни свідомих та несвідомих сторін психіки особистості за допомогою різних форм та видів мистецтва [7, с.15], як метод, в якому творча діяльність використовується як засіб впливу на стан та самопізнання особистості [4, с.70] чи як метод лікування нервових і психічних захворювань засобами мистецтва та самовираження в мистецтві [2, с.25]. Відтак, він передбачає психотерапію за допомогою використання методів творчого самовираження, що дає змогу звільнитися особистості від внутрішніх переживань, «експериментувати зі своїми почуттями й виражати їх на символічному рівні» [14, с.219] і ґрунтується на експресивних мистецтвах, що забезпечують підтримку особистості з метою стимулювання її до особистісного розвитку [3; 12; 16].

Застосовуючи метод арт-терапії для розвитку емоційного інтелекту особистості, ми виходили з того, що: 1) сприймання носить суб'єктивний характер, де саме переживання знаходить своє відображення у внутрішньому плані дій (роздумах, рефлексії, розмірковуваннях, у розв'язку та вирішенні проблем; 2) «емоційне мислення» пов'язане із ситуацією вибору, у процесі якого можуть відмічатись різного роду порушення когнітивних процесів; 3) емоційно забарвлена інформація запам'ятовується швидше і краще, порівняно з індіферентною (нейтральною, «байдужою», тією, що не викликає емоцій) інформацією; 4) «емоційне мислення» відповідає за усвідомлення особистістю своїх емоційних станів та спрямованість своїх дій досягти бажаного результату.

Арт-терапія – динамічна система взаємодії між учасниками, продуктами їхньої образотворчої діяльності та психологом в арт-терапевтичному просторі. Перевага цього методу полягає в тому, що його засоби побудовані на застосуванні у своєрідній символічній формі різних видів мистецтв, які дозволяють з допомогою стимулювання художньо–творчих проявів особистості здійснити корекцію порушень психосоматичних, психоемоційних процесів і відхилень в особистісному розвитку, вербалізувати свої проблеми й переживання.

Вибір арт-терапії, як методу розвитку емоційного інтелекту старшокласників зумовлюється основними особливостями її розвивального потенціалу, а саме: 1) особливостями впливів його художньо-символічних засобів на свідомість і несвідоме у психіці особистості [7]; 2) самопізнанням суб'єкта посередництвом художньо-образної творчості [4]; 3) вільним експериментуванням зі своїми почуттями та їх художньо-образною експресією [14]. Це означає, що арт-терапевтичне самовираження посередництвом художньо-символічних образів являє собою аксіологічне самопізнання від пре-інтенціонального стану до цілковитої інтенціональності [1; 10; 11], тобто, від невиразних почувань до виразно рефлексованої цілеспрямованості на автентично-суб'єктне екзистенційне (духовно-ціннісне) самовизначення. Істотною потугою (рушійною силою) цього розвивального процесу може і має бути рефлексоване осмислення суб'єктом емоційного змісту своїх проблемних дихотомій «хочу-маю», «прагну-можу», інтенція якого конструктивна, скерована у бік сприяння бажаному, саморегуляція цього змісту.

Таким чином, можна розвивати здатність мисленнєво корегувати та регулювати емоційну складову проблем, тобто, емоційний інтелект.

Маніпулюючи художніми засобами, пізнаючи їх природу, особистість вчиться розкривати свої проблеми, знаходити їх вирішення, долати внутрішні конфлікти та суперечності, здійснювати вибір, розуміти себе й інших. Звідси обумовлене наше звернення до арт-терапії, сутність якої полягає в терапевтичному та корекційному впливі мистецтва на суб'єкт (реконструкція психотравмуючої ситуації за допомогою художньо-творчої діяльності; виведення переживань, пов'язаних з нею під зовнішню форму через продукт художньої діяльності, а також створення нових позитивних переживань, народження креативних потреб і способів їх задоволення). Ми послуговувались самими можливостями арт-терапії [11, с.27], що охоплює:

1) ізотерапію (засоби образотворчого мистецтва): живопис (картини, фрески, розписи, ліпка, декоративно-прикладне мистецтво), яку відносять до форм роботи з найбільш вираженою психотерапевтичною дією;

2) бібліотерапію (читання відповідної літератури);

3) імаготерапію (вплив на особистість через образ, театралізацію);

4) музикотерапію (вплив через сприйняття музики);

5) вокалотерапію (спів);

б) кінезітерапію (танцетерапія, хореотерапія, корекційна ритміка – лікувальний вплив рухами) тощо.

Слід відмітити, що арт-терапія допомагає творчо самовиразитися особистості, активізувати її внутрішні ресурси; підвищити адаптаційні здібності особистості за допомогою різних форм та видів мистецтва; сприяє вираженню суб'єктом в матеріалізованих (візуалізованих) формах внутрішнього (рефлексивного) змісту психічного [15, с.34]; активізує емоційну складову особистості, її мисленнєву діяльність, увагу, мнемічні, імажинативні процеси, відтак допомагає більш яскравому вираженню її індивідуальності, зняттю психологічних травм, пропрацюванню ситуації втрати, горя, депресивних станів [13, с.301]. Опіраючись на трансцендентні властивості символів і власний творчий потенціал, особистість отримує спосіб вирішення внутрішньо-особистісних та міжособистісних конфліктів.

Розуміючи процеси, що протікають у несвідомій сфері особистості старшокласника, можна грамотно визначити причини невирішених конфліктів та віднайти ресурси для їхнього вирішення. Звідси методи арт-терапії дають можливість ефективно пропрацювати емоційні стани школяра (продіагностувати, диференціювати, гармонізувати, розвивати) на рівнях когнітивної, емоційної та поведінкової складових емоційного інтелекту особистості старшокласника, що охоплюють такі рівні:

1) внутрішньо особистісний (зміни у стані, емоційних установках, реакціях); 2) міжособистісний (зміни у відносинах між членами групи);

3) соціальний (зміни у відносинах старшокласника з друзями, сім'єю, професійним та більш широким професійним оточенням).

Всю різноманітність діючих у арт-терапії чинників, що впливають на розвиток емоційного інтелекту особистості під час терапевтичного процесу можна об'єднати у три найбільш вагомні складові, зокрема:

* чинник художньо експресії;

* чинник психотерапевтичних відносин;

* чинник інтерпретації та вербального зворотного зв'язку.

Чинник художньої експресії пов'язаний з вираженням почуттів та емоцій членів терапевтичного процесу. Художня експресія не є одномоментним актом, а являє собою довготривалий процес, що включає декілька основних етапів:

1) етап підготовки до зображувальної діяльності;

2) етап безпосереднього та найбільш примітивного відреагування почуттів і потреб в експресивній поведінці з мінімальним усвідомленням індивідом психологічного змісту зображувальної діяльності;

3) етап поступової трансформації хаотичної і малозмістовної художньої експресії в більш складну зображувану діяльність (у символічні образи), з поступовим усвідомленням членами групи її психологічного змісту.

З точки зору розвитку емоційного інтелекту чинник психотерапевтичних відносин дає можливість здобути досвід емоційної взаємодії не лише з терапевтом під час процесу розвитку емоційного інтелекту, але й з терапевтичною групою. В арт-терапевтичних відносинах суттєвим є такі уміння з боку фасилітатора:

* створювати атмосферу терпимості та безпеки, необхідну для вільного виявлення індивідом свого внутрішнього стану;

* структурувати та організовувати діяльність індивіда чи групи, встановлювати з ними емоційний резонанс, необхідний для обміну почуттями, емоціями, думками;

* використовувати різні інтервенції з метою надання особистості емоційної підтримки і допомоги в усвідомленні змісту зображувальної продукції та її зв'язку з особливостями емоційного життя суб'єкта.

Психотерапевтичні відносини в арт-терапії мають свою динаміку та особливості, оскільки вони опосередковуються зображувальною діяльністю індивіда (групи) і в тій чи іншій мірі відображають стадійний характер процесу художньої експресії. Роль такого чинника як інтерпретація і вербалізація зворотного зв'язку може бути різною, в залежності від індивідуальних особливостей особистості, в тому числі її здатності до вербалізації своїх почуттів та думок, а також від тих підходів і моделей роботи, яких притримується арт-терапевт. Інтерпретація та зворотний зв'язок школяра у груповому процесі тісно пов'язані з його спостереженням за власною поведінкою і рефлексією власних потреб.

Таким чином, незалежно від конкретних форм обговорення зображувальної продукції та інших аспектів арт-терапевтичного процесу, основне завдання, яке вирішується в арт-групі полягає в тому, щоб сприяти особистості старшокласника усвідомити зміст свого внутрішнього емоційного світу, його зв'язок із власними емоційними реакціями та емоційною обізнаністю щодо проявів емоційної складової інших, настанов та мотивів їхніх емоційних реакцій, а відтак, розвивати уміння конструктивного емоційного відреагування. Характер спілкування у арт-терапевтичних групах, насамперед і головним чином, дискусійне обговорення рефлексованого осмислення емоційно забарвлених проблем учасників є сприятливим комунікативним середовищем щодо розвитку емоційного інтелекту.

Звідси ресурсність арт-терапії у розвитку емоційного інтелекту старшокласників вбачаємо в тому, що:

1. Арт-терапія, як терапія творчим самовираженням особистості старшокласника, формує атмосферу довіри, відкритості й уваги до свого емоційного світу. Художня творчість сприяє ідентифікації й оцінці власних емоцій віднаходження можливостей для внутрішнього відродження та творчої самореалізації за допомогою художніх засобів;

2. Арт-терапія уможлиблює втілення в художній формі особистісного емоційного досвіду (переживання емоцій старшокласником);

3. Арт-терапевтична робота сприяє активізації наочно-образного мислення школяра, задіюючи роботу із символами, образами в арт-техніках;

4. Арт-терапія сприяє розвитку вмінь старшокласника до осмислення, усвідомлення, розуміння власних емоцій, а також емоцій інших, через аналіз емоційного досвіду і привнесення нового досвіду в умовах групової взаємодії (в ситуації «тут-і-зараз»).

5. Арт-терапія здатна виявити неусвідомлений зміст психічного життя особистості і відтак вивести на усвідомлення приховані проблеми, пов'язані з особливостями емоційної сфери особистості школяра;

6. В арт-терапії використовуються засоби невербального спілкування, що є особливо цінним для тих старшокласників, які зазнають труднощів в словесному описі своїх переживань. Мовиться про символічне вираження власних почуттів та емоційних станів.

7. Арт-терапія, як і будь-яка творчість, уможлиблює процес вивільнення витіснених емоцій й наповнює особистість старшокласника позитивними емоціями; сприяє процесам усвідомлення й адекватної оцінки власних переживань, спогадів; побудові нових життєвих стратегій на основі науцінню конструктивним емоційним відреагуванням в міжособистісних стосунках; допомагає виразити й переосмислити приховані переживання та говорити про свої почуття з іншими.

8. Арт-терапія формує активну життєву позицію, упевненість у власних силах, сприяє успішній адаптації до нових умов та ситуацій подолання травм. Відтак через прийняття особистістю відкинутих рис та проявів відбувається трансформація її негативного характеру, і вона знаходить для них джерела для самоцілення.

9. Арт-терапевтична робота сприяє мобілізації внутрішніх механізмів саморегуляції й управління як власними емоціями, так й конструктивного впливу на емоції інших.

10. Арт-терапія сприяє конструктивному емоційному самовираженню старшокласника. Через самовираження старшокласник контактує зі своїм творчим «Я», репрезентуючи себе як творчу особистість.

11. Арт-терапія задіює механізм проекції, де звернення до емоційної сфери особистості старшокласника через метафору актуалізує ті емоційні та поведінкові моделі, що притаманні йому.

12. Арт-терапія сприяє розвитку в старшокласника емоційної спрямованості, емоційної культури, емоційної стійкості.

13. Арт-терапія сприяє розбудові конструктивних взаємин школяра зі своїм оточенням, розширює межі його розуміння емоційних привнесень в інтеракцію.

Перевага арт-терапії у роботі з емоційними станами старшокласників полягає в тому, що у процесі арт-терапевтичного контакту психолог та група працюють над несвідомими процесами учас-

ників через символи, кольори, фігури, форми. Психіка маркує в тих чи інших символах та кольорах витіснені емоції, образи, незавершені емоційні ситуації. З іншого боку, процес малювання є творчою діяльністю, яка в свою чергу є катарсичною. Під час виконання завдань відбувається подвійна робота учасників над собою. По-перше, намальований об'єкт дає можливість учаснику краще зрозуміти власну емоційну сферу; а по-друге, в процесі малювання відбувається вивільнення негативної енергії в безпечний для учасника спосіб, яка була витіснена до цього часу.

В ході арт-терапії трансформація несвідомого матеріалу відбувається в той момент, коли індивід починає реалізовувати свої бажання в художньому образі. Взаємодія з художніми образами в ході арт-терапевтичної сесії забезпечує вираження широкого спектру емоцій старшокласниками, уможлиблює процес занурення їх у внутрішній світ та розкриття власних потенційних можливостей. Художній образ, що стає об'єктом переносу, втілює в себе ті образи, за допомогою яких школяр реалізовує власні потреби та бажання.

Ресурс арт-терапії у розвитку емоційного інтелекту полягає в тому, що цей напрям не лише дає можливість учасникам через власні малюнки прочитати «посилання несвідомого», але й розвиває креативність, здатність до творчого мислення, пізнання, ідентифікацію, усвідомлення, аналіз, розуміння як власних емоцій, так й емоцій інших. Окрім надання можливості зрозуміти самого себе, арт-терапія сприяє гармонізації особистості школяра; розвитку упевненості в собі, підвищенню гнучкості мислення й сприймання.

Використовуючи недирективний характер роботи, де не має готових рецептів, арт-терапевт діє гнучко, підлаштовуючись під індивідуально-психологічні особливості школяра, намагаючись діяти за динамікою його станів. В арт-терапевтичному процесі конфлікти й переживання відображаються в результатах образотворчої діяльності, виявляються в діалогічному дискурсі учня з арт-терапевтом. Вся арт-терапевтична робота психолога із старшокласниками спрямована на розвиток не тільки його емоційного інтелекту, але й його особистості в цілому. Відтак арт-терапія виступає ресурсом розвитку особистості школяра.

Ведучи мову про можливості арт-терапії у розвитку емоційного інтелекту старшокласників, особливу увагу слід звернути на діяльність практичного психолога, як організатора й фасилітатора цього процесу.

Відтак виокремимо ті завдання, які стоять перед практичним психологом:

- 1) заохочення учнів до самопізнання, пізнання власних емоційних проявів, емоційних проявів інших, до усвідомлення власного ставлення до дійсності;

- 2) поєднання різних форм роботи зі старшокласниками, охоплюючи як індивідуальні, так і групові форми роботи, зокрема, застосу-

вання розвивально-корекційної програми розвитку емоційного інтелекту особистості старшокласника, в ході якого відбувається поглиблене самопізнання, усвідомлення, розуміння й вираження власних емоційних переживань та самоактуалізація особистості у розкритті спектру своїх можливостей;

3) проведення практичним психологом (зі старшокласниками та їх батьками) бесід, лекцій, тренінгів й надання консультацій з метою підвищення рівня їхньої емоційної обізнаності; сприяння розвитку вмінь в учнів щодо самоконтролю й саморегуляції емоцій; емоційної стійкості в напружених стресових ситуаціях; розпізнавання, розуміння та усвідомлення власних емоцій, а також емоцій оточуючих; здатність до адекватного вираження своїх переживань, що відповідають соціальним нормам;

4) здійснення психологом виступів перед педагогічними працівниками на педагогічній раді, перед батьками на батьківських зборах, перед учнями в ознайомленні феномену «емоційний інтелект» та його ролі в життєдіяльності особистості; вироблення конструктивних стратегій розв'язання проблемних ситуацій; розробка оптимальних дій для досягнення позитивних результатів, що в сукупності забезпечать цілісність розвитку емоційного інтелекту в старшокласників.

Завдяки таким механізмам як: емпатія, децентрація, рефлексія, фасилітація, антиципація, якими послуговується у своїй практичній діяльності психолог, забезпечується проникнення почуттями особистості старшокласника, прийняття його без упередження, а також виявляється здатність до актуалізації резервів особистісного зростання старшокласника.

Висновки: Підсумовуючи, стверджуємо, що основними складовими розвивального потенціалу методу арт-терапії щодо розвитку емоційного інтелекту старшокласників є: 1) специфіка впливу його образно-символічних засобів на свідомому та несвідомому рівнях психіки особистості; 2) рефлексивне аксіологічне самопізнання суб'єкта посередництвом художньо-образної творчості; 3) вільне, розкуте експериментування суб'єкта зі своїми емоційними переживаннями та художньо-образною експресією їх.

Перспективність подальших наукових пошуків вбачаємо в розробці розвивальної програми розвитку емоційного інтелекту засобами арт-терапії в підростаючого покоління.

Список використаних джерел

1. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии / Пер. с англ. М. Злотник. – М. : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 256 с. (Серия «Ступени психотерапии»).
2. Бусел В. Т. Великий тлумачний словник сучасної української мови [Текст] / Уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. – К. ; Ірпінь : ВТФ «Перун», 2004. – 1440 с.
3. Выготский Л. С. Психология искусства / Л. С. Выготский. – М. : Педагогика, 1987. – 344 с.

4. Віщукаєва К. М. Умови підготовки майбутнього соціального педагога як субекта професійної діяльності [Текст] // Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки» (НДУ ім. М. Гоголя) / (за заг. ред. проф. Є. І. Коваленко). – Ніжин : Вид-во НДУ ім. М. Гоголя, 2009. – №6. – Ч.1. – С. 75 – 78.
5. Гертруда Ш. Рисунок и образ в гешталь-терапии / Ш. Гертруда. – СПб. : Изд-во Пирожкова, 2002. – 215 с.
6. Джеральд О. Рисунок в психотерапии / О. Джеральд. – М. : ЭКСМО, 2000. – 230 с.
7. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе [Текст] / М. В. Киселева. – СПб. : Речь, 2007. – 336 с.
8. Копытин А. И. Основы арт-терапии / А. И. Копытин. – СПб. : Лань, 1999. – 255 с.
9. Максименко С. Д. Психология поэзии в рисунке : учеб. пособие /
10. С. Д. Максименко, Т. С. Яценко. – К. : Педагогічна преса, 2006. – 80 с.
11. Міщиха Л. П. Творчий потенціал особистості у період пізньої дорослості : монографія / Л. П. Міщиха. – Івано-Франківськ : Місто НВ, 2014. – 400 с.
12. Медведева Е. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова,
13. Т. А. Добровольская. – М. : Издательский центр «Академия», 2001. – 248 с.
14. Опанасюк І. В. Вплив засобів арт-терапії на розвиток емоційного інтелекту старшокласників / І. В. Опанасюк // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». – Додаток 2 до Вип. 35, Том I (13) : Тематичний випуск «Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання». – К. : Гнозис, 2015. – 444 с.
15. Роджерс Н. Творчество как усиление себя / Н. Роджерс // Гуманистическая и трансперсональная психология : Хрестоматия. – Мн. : Харвест, М. : АСТ, 2000. – С. 296 – 305.
16. Рудестам К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – СПб. ; Минск, 1998. – 456 с.
17. Яценко Т. С. Арт-терапевтичні технології в роботі психолога /
18. Т. С. Яценко, І. В. Калашник, І. О. Чернуха. – К. : Марич, 2009. – 68 с.
19. Яценко Т. С. Использование визуализированной самопрезентации субъекта в глубинном познании психики / Т. С. Яценко // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова : збірник наук. праць. – Сер. 12. Психологічні науки. – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. – № 40 (64). – С. 40 – 53.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Betenski M. Chto ty vidish'? Novye metody art-terapii / Per. s angl. M. Zlotnik. – М. : Izd-vo JeKSMO – Press, 2002. – 256 s.
2. Busel V. T. Velykyi tlumachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy [Tekst] / Uklad. i holov. red. V. T. Busel. – К. ; Irpin : VTF "Perun", 2004. – 1440 s.
3. Vygotskij L. S. Psihologija isskustva / L.S. Vygotskij. – М. : Pedagogika, 1987. – 344 s.
4. Vitsukaieva K. M. Umovy pidhotovky maibutnoho sotsialnoho pedahoha yak subiekta profesiinoi diialnosti [Tekst] // Naukovi zapysky. Seriia "Psykhologo-pedahohichni nauky" (NDU im. M.Hoholia) / (za zah. red. prof. Ye.I. Kovalenko). – Nizhyn : Vyd-vo NDU im. M. Hoholia, 2009. – №6. – Ch. 1. – S. 75 – 78.
5. Gertruda Sh. Risunok i obraz v geshtal't-terapii / Sh. Gertruda. – SPb. : Izd-vo Pirozhkova, 2002. – 215 s.
6. Dzheral'd O. Risunok v psihoterapii / O. Dzheral'd. – М. : JeKSMO, 2000. – 230.
7. Kiseleva M. V. Art-terapija v prakticheskoi psihologii i social'noj rabote [Tekst] / M. V. Kiseleva. – SPb. : Rech', 2007. – 336 s.
8. Kopytin A. I. Osnovy art-terpii / A.I. Kopytin. – SPb. : Lan', 1999. – 255 s.
9. Maksimenko S.D. Psihologija poezii v risunke : ucheb. posobie / S.D. Maksimenko, T. S. Jacenko. – К. : Pedagogichna prеса, 2006. – 80 s.

10. Mishchykha L. P. Tvorchyi potentsial osobystosti u period piznoi doroslости : monohrafiia / L. P. Mishchykha. – Ivano-Frankivsk : Misto NV, 2014. – 400 s.
11. Medvedeva E. A. Art pedagogika i art-terapija v special'nom obrazovanii / E. A. Medvedeva, I. Ju. Levchenko, L. N. Komissarova, T. A. Dobrovol'skaja. – M. : Izdatel'skij centr "Akademija", 2001. – 248 s.
12. Opanasiuk I. V. Vplyv zasobiv art-terapii na rozvytok emotsiinoho intelektu starshoklasnykiv / I. V. Opanasiuk // Humanitarnyi visnyk DVNZ "Pereiaslav-Khmelnytskyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni Hryhoriia Skovorody. – Dodatok 2 do Vyp. 35, Tom I (13) : Tematychnyi vypusk "Mizhnarodni Chelpanivski Psykholoho-pedahohichni chytannia. – K. : Hnozys, 2015. – 444 s.
13. Rodzhers N. Tvorchestvo kak usilenie sebja / N. Rodzhers // Gumanisticheskaja i transpersonal'naja psihologija : Hrestomatija. – Mn. : Harvest, M. : AST, 2000. – S. 296 – 305.
14. Rudestam K. Gruppovaja psihoterapija / K. Rudestam. – SPb. ; Minsk, 1998. – 456 s.
15. Yatsenko T. S. Art-terapevtychni tekhnolohii v roboti psykholoha / T. S. Yatsenko, I. V. Kalashnyk, I. O. Chernukha. – K. : Marych, 2009. – 68 s.
16. Jacenko T. S. Ispol'zovanie vizualizirovannoju samoprezentacii sub'ekta v glubinnom poznanii psihiki / T. S. Jacenko // Naukovyj chasopys NPU im. N.P. Dragomanova : zbirnyk nauk. prac'. – Ser. 12. Psihologichni nauky. – K. : NPU im. N P. Dragomanova, 2013. – № 40 (64). – S. 40 – 53.

Opanasyuk I.V.

ART THERAPY AS A METHOD OF DEVELOPING EMOTIONAL INTELLIGENCE OF HIGH SCHOOL AGE

The article reveals the psychological essence of the content of the concept of art therapy as a method of creative self-expression. The choice of art therapy as a method of developing emotional intelligence of high school students is substantiated. The factors of art therapy that affect the development of emotional intelligence of the individual during the therapeutic process are presented. It is shown that the choice of the art therapy method for the development of emotional intelligence of high school students is determined by the main properties of its developmental potential. It is noted that the methods of art therapy can and should be an effective means of development, because the key psychological content of functioning is the reflexive comprehension of the subject of their problematic experiences, embodied in various artistic and symbolic forms. The resourcefulness of art therapy in the development of emotional intelligence of high school students is highlighted. It was found out that the use of various forms and types of art therapy for the development of emotional intelligence helps to creatively express the personality of high school students, activate their internal resources, increase adaptability and express in the materialized forms the reflective content of the mental nature.

Keywords: *high school students, emotional intelligence, emotional experience, art therapy, art, symbolic self-expression*