

суб'єктивним досвідом. Саме тому, розкриття індивідуальних можливостей розвитку особистості кожного студента і створення умов, які необхідні для цього розвитку є найважливішим завданням професійної підготовки практичних психологів.

Список використаної літератури

1. Чепелева, Н.В., Пов'якель, Н.І. Теоретичне обґрунтування моделі особистості практичного психолога / Н.В.Чепелева, Н.І. Пов'якель // Психологія. Збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, Випуск III, 1998. – С. 35-41.
2. Основи практичної психології. Підручник:[навч. посіб. для студ. вищих навч. закл.] / В.Панок, Т.Титаренко, Н.Чепелева та ін. - К.: Либідь, 1999. – 536 с.
3. Пов'якель, Н.І., Блохіна, І.О. Психологічні передумови становлення позитивної “Я-концепції” як базової компоненти професійного самовизначення психолога / Н.І. Пов'якель, І.О. Блохіна // Зб. наук. пр. “Психологія”. – Вип. 2(5). – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 1999. – С. 177-183.
4. Роджерс К. Творчество как усиление себя // Вопросы психологии. – 1990. – №1. – С. 164-168.

REFERENCE

1. Chepelyeva, N.V., Pov'yakel', N.I. Teorety`chne obgruntuvannya modeli osoby`stosti prakty`chnogo psy`xologa / N.V.Chepelyeva, N.I. Pov'yakel' // Psy`xologiya. Zbirny`k naukovy`x pracz`. – K.: NPU imeni M.P.Dragomanova, Vy`pusk III, 1998. – S. 35-41.
2. Osnovy` prakty`chnoyi psy`xologiyi. Pidruchny`k:[navch. posib. dlya stud. vy`shhy`x navch. zakl.] / V.Panok, T.Ty`tarenko, N.Chepelyeva ta in. - K.: Ly`bid`, 1999. – 536 s.
3. Pov'yakel', N.I., Bloxina, I.O. Psy`xologichni peredumovy` stanovlennya pozy`ty`vnoyi “Ya-konceptiyi” yak bazovoyi komponenty` profesijnogo samovy`znachennya psy`xologa / N.I. Pov'yakel', I.O. Bloxina // Zb. nauk. pr. “Psy`xologiya”. – Vy`p. 2(5). – K.: NPU imeni M.P.Dragomanova, 1999. – S. 177-183.
4. Rodzhers K. Tvorchestvo kak usy`leny`e sebya // Voprosy psy`xology`y`. – 1990. – #1. – S. 164-168.

УДК 159.99

**ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ ДЛЯ САМОПІЗНАННЯ СТУДЕНТІВ
СОЦІОНОМІЧНОЇ СФЕРИ**

Подкоритова Л. О.,

кандидат психологічних наук, доцент

Хмельницький національний університет, м. Хмельницький

У статті описано можливості фасилітації самопізнання студентів за допомогою засобів арт-терапії. Зокрема представлено огляд наукових праць, у яких досліджується застосування арт-терапії в освітній сфері з метою професійного розвитку і самопізнання майбутніх фахівців соціономічної сфери (на вибірках майбутніх педагогів і психологів). Представлено власний досвід використання арт-терапевтичних методів у практиці викладання з метою активізації пізнавальної і самопізнавальної діяльності студентів – майбутніх психологів і соціальних педагогів – у контексті таких дисциплін: «Основи психокорекції з практикумом», «Диференційна психологія». Подано короткий опис авторських методик, спрямованих на фасилітацію самопізнання особистості.

Ключові слова: самопізнання, арт-терапія, студенти, психологи, соціальні педагоги, колаж, малювання.

Постановка проблеми. Самопізнання, саморозвиток і самоактуалізація стають найважливішими інноваційними складовими сучасної освіти і особливого значення набувають для майбутніх фахівців соціономічної сфери: психологів, педагогів, соціальних працівників, соціальних педагогів тощо. Це зрозуміло: фахівець, що не знає і не розуміє себе, не зможе адекватно зрозуміти і допомогти своєму клієнтові. Таким чином, розвинена здатність до

самопізнання у студентів соціономічної сфери є однією з умов їх конкурентоспроможності та професійної успішності.

Звернення з метою самопізнання по допомогу до іншого психолога-супервізора, робота з ко-терапевтами є загальноприйнятою нормою за кордоном. В Україні така практика лише розвивається. Частково її можна забезпечити шляхом включення різних терапевтичних засобів у систему професійної освіти студентів і підвищення кваліфікації діючих фахівців.

Аналіз досліджень з проблеми. Самопізнання як об'єкт дослідження розглядається багатьма авторами: Л. Терлецька, М. Савіна С. Руденко, В. Мовчан, І. Мудра, Ю. Єрмак, О. Мешко, Н. Рукавишникова, Т. Черкашина, І. Шевченко; важливість самопізнання зокрема для особистості, її особистісного і професійного розвитку відзначали: І. Кон, К. Роджерс, Ю. Орлов, О. Шевцов, Н. Дідик, Л. Інжиєвська, Р. Кочюнас, Л. Подкоритова, Н. Чепелева, Т. Яценко та ін.

Незважаючи на велику кількість досліджень, чимало питань залишаються мало вивченими. Зокрема становить інтерес дослідження розвитку самопізнання у студентів засобами арт-терапії, яка набуває усе більшої популярності не лише у психотерапії, а й у педагогіці як ефективний засіб самопізнання і саморозвитку.

Можливості застосування засобів арт-терапії в освітньому процесі досліджували такі автори, як У. Дутчак, Т. Зінкевич-Євстигнеєва, Л. Інжиєвська, О. Копитін, В. Кокоренко, Л. Лебедева, Н. Пов'якель, Л. Подкоритова та інші. Праці цих авторів доводять, що одним з найбільш зручних та ефективних методів стимулювання студентів до самопізнання і саморозвитку є арт-терапія, застосування якої інтенсивно поширюється за межі первинного психотерапевтичного змісту.

Але в цілому, питання фасилітації самопізнання студентів засобами арт-терапії залишається мало розробленим.

Відповідно, **мета цієї публікації** – проаналізувати досвід використання методів арт-терапії в освітній практиці для фасилітації самопізнання студентів соціономічної сфери.

Завдання статті:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових праць, у яких представлено досвід використання засобів арт-терапії в освітній практиці та виявити їх вплив на самопізнання студентів.

2. Представити власний досвід використання арт-терапевтичних методів у практиці викладання з метою активізації пізнавальної і самопізнавальної діяльності студентів.

Методи дослідження: аналіз стану проблеми та результатів її досліджень, узагальнення і систематизація наукових даних; бесіда.

Виклад основного матеріалу. За З. Фройдом, внутрішнє «Я» людини виявляється у візуальній формі кожного разу, коли вона щось малює чи ліпить. Таким чином, творчий продукт є своєрідним «дзеркалом» для індивіда, даючи можливість наочно познайомитись із власними психологічним «драконами» та «скарбами». Невимушеність і природність створення такого «дзеркала» полегшує сприйняття себе, навіть своїх «темних» сторін, а позитивне емоційне тло творчого процесу дає додатковий ресурс для подальшої психологічної роботи, самопізнання і самозміни.

Розглянемо коротко досвід колег у застосуванні методів арт-терапії у своїй професійній освітній діяльності.

Л. Інжиєвська пропонує спеціальний арт-терапевтичний тренінг, спрямований на фасилітацію особистісно-професійного розвитку майбутніх психологів, що здобувають післядипломну освіту. Апробація програми виявила значні зміни у досліджуваних: зріс рівень професійної самоідентифікації, ставлення до майбутньої професійної діяльності стало більш реалістичним і цілісним, зросла самооцінка, стало більш позитивним самоставлення. Студенти також зазначали, що краще пізнали і зрозуміли себе [2; 3].

Л. Лебедева зауважує, що включення арт-терапії дає можливість поєднувати навчальне заняття і терапевтичний процес. Так студенти не лише отримують необхідні знання і освоюють

інноваційну технологію роботи, розвивають професійно значущі якості, але і глибше пізнають власний внутрішній світ, вчаться розуміти, приймати себе і інших [4].

Н. Пов'якель пропонує програму рефлексивно-творчого тренінгу-практикуму (РЕТТ), який включає рефлексивні, творчі та арт-терапевтичні технології і спрямований на професійний розвиток творчого потенціалу і саморегуляції особистості, творчих мисленневих здібностей у майбутніх психологів-практиків у системі їх фахової підготовки. РЕТТ активізує творчі ресурси студентів, спрямовує їх пошукову та пізнавальну активність, сприяє розвитку творчих здібностей тощо [5].

У. Дутчак пропонує для професійної підготовки студентів вищих мистецьких навчальних закладів інтегрований спецкурс, який, окрім загальнопедагогічних спирається і на арт-педагогічні принципи, та включає низку арт-терапевтичних технологій, зокрема колаж, малювання, прийоми бібліо- і музикотерапії. За аналізом результатів, які були отримані після завершення навчання студентів за розробленим спецкурсом, У. Дутчак робить висновок про доцільність його використання в процесі підготовки студентів мистецьких вищих навчальних закладів. Відзначено зростання емпатійного та емоційно-чуттєвого ставлення до мистецтва, високу динаміку зростання рівня теоретичних знань, зауважене загальне поліпшення психологічного самопочуття студентів [1].

Попри те, що студенти вищих мистецьких навчальних закладів не належать до соціономічних спеціальностей, досвід використання арт-терапії у навчальній практиці, представлений У. Дутчак, є досить цікавим і може бути використаний і в роботі зі студентами допомагаючих професій.

Як можна побачити з наведеного матеріалу, засоби арт-терапії у навчальному процесі використовуються переважно з метою розвитку професійно значущих якостей майбутніх фахівців, можливості застосування арт-технологій з метою самопізнання студентів описані поодинокі.

Узагальнюючи досвід застосування арт-технологій в освіті, можна визначити наступні її *форми впровадження в освітню практику*: навчальна дисципліна; навчальні і тренінгові курси; факультатив, студентський гурток; тематичні семінари; у вигляді окремих прийомів, технік, процедур у контексті викладання різних психологічних і педагогічних дисциплін.

Останній із зазначених варіантів є особливо зручним під час навчально-виховного процесу і може здійснюватися у формі групових та індивідуальних завдань із їх подальшим обговоренням. У ненав'язливій формі таке застосування арт-терапевтичних технік спонукає студентів до самопізнання та самоусвідомлення, сприяє розвитку професійно важливих якостей.

Застосування окремих прийомів і технік арт-терапії ми активно використовуємо й у власній психолого-педагогічній практиці з метою заохочення студентів-психологів і соціальних педагогів до самопізнання, особистісного і професійного розвитку. Арт-терапевтичні техніки ми використовуємо під час викладання таких дисциплін як «Основи психокорекції з практикумом» (2011-2015 рр.), «Диференційна психологія» (2011-2015 рр.), «Психогігієна та психопрофілактика» (2011-2014 рр.) [9].

Застосування методів арт-терапії під час викладання психологічних дисциплін сприяє досягненню таких цілей: а) ознайомлення студентів із різними методами арт-терапевтичної роботи, які збагачують їх професійні знання та вміння; б) розкриття внутрішнього творчого потенціалу студентів, в) глибше знайомство студентів з їх власним внутрішнім світом; г) розвиток професійно важливих якостей, зокрема рефлексивності, емпатійності, комунікативності, спостережливості, здатності до аналізу і самоаналізу тощо.

Дослідження проводилось на базі ресурсного інформаційно-консультативного центру та лабораторії психотренінгу при кафедрі практичної психології та педагогіки Хмельницького національного університету протягом 2011-2015 років. Участь у дослідженні взяли студенти спеціальності «Практична психологія» та «Соціальна педагогіка».

Нижче пропонуємо короткий огляд окремих методик, які найбільше сприяють самопізнанню студентів.

«Вільне малювання».

Мета – сприяти пізнанню та усвідомленню своїх актуальних переживань.

Завдання: зняття психічної напруги; покращення психоемоційного стану; відреагування думок та емоцій.

Час малювання не обмежується, але, зазвичай, творчий процес триває 20-30 хв. Загальна тривалість роботи – малювання та обговорення – близько 40 хв.

Хід вправи. Студентам пропонують намалювати будь-що, що вони бажають. *Інструкція* може звучати так: «Намалюйте те, що вам хочеться».

Після завершення творчого процесу студенти і викладач сідають у коло. Малюнки кладуться на підлогу так, щоб нижня частина роботи була спрямована до центру (так її краще бачать інші члени групи). Викладач пропонує студентам розповісти про свої малюнки (можливі запитання: «Як називається малюнок?», «Що спонукало Вас це намалювати?», «Які емоції викликає у Вас Ваш малюнок?» тощо).

У процесі цієї роботи студенти навчають краще упізнавати й усвідомлювати власні бажання, потяги, прагнення та пов'язані з ними емоції. Крім того, техніка вільного малювання ефективно знімає бар'єри прояву творчої енергії та сприяє її подальшому розвитку.

«Галерея» (за О. Скнар).

Мета – розвиток саморефлексії як складової самопізнання.

Завдання: відпрацювання навичок рефлексії; навчання вербалізації власних емоцій.

Тривалість – 4 академічні години з перервами.

Хід вправи. Початкова інструкція до цієї вправи звучить так само, як і до попередньої: викладач пропонує студентам намалювати малюнок на вільну тему: «Намалюйте те, що вам хочеться».

Після завершення малювання студентам дають наступну інструкцію і пропонують зробити зі своїх робіт виставку. Для цього студенти мають розмістити свої картинки там, де їм хочеться (але в межах робочої аудиторії) і так, як їм хочеться.

Коли для всіх робіт знайдено місця, викладач дає наступну інструкцію: «Уявіть, що ви всі – молоді художники і сьогодні берете участь у груповій виставці. Нехай кожен по черзі запросить решту до перегляду своєї картини».

Далі пояснюються *основні положення роботи* з малюнками: 1) автор дає назву картині і більше нічого не пояснює; 2) кожен учасник має висловити свої емоції, які викликає у нього ця робота, при цьому важливо уникати оцінкових та інтерпретаційних суджень; студенти мають говорити лише про власні емоції, а не намагатися пояснити те, що хотів зобразити художник; 3) варто звертати увагу студентів та обговорювати з ними ті елементи картини, що викликають у них сильні негативні та сильні позитивні емоції; 4) коли всі висловились, автор роботи розповідає про свій малюнок і власні переживання щодо нього. У такий спосіб група працює з кожним малюнком.

На початку, під час і наприкінці заняття важливо звертати увагу студентів на те, що все почуте поруч із їхніми малюнками стосується виключно тої людини, яка розповідає про свої емоції, і не має жодного стосунку до особистості автора і його продукту. Це упереджує виникнення в авторів реакцій переносу на себе, образ та агресії на «неприємні» відгуки.

Ця методика викликає бурхливу реакцію у студентів. З одного боку, виникає опір; з іншого – яскраві інсайти та самоусвідомлення. Виявилось, що студентам важко називати свої емоції – майбутні психологи часто «зісковзують» на асоціації, аналіз, тлумачення і навіть оцінювання. Попри всі складнощі, що виникають під час роботи, після її завершення студенти висловлюють схвальні відгуки, відзначають, попри складнощі, ця вправа була для них дуже цікава, корисна, і вони дізнались багато нового і про себе, і про своїх одногрупників.

«Малюнок на руках» (за Л. Лебедєвою).

Мета: сприяння самопізнанню під час групової взаємодії.

Завдання: підвищення самооцінки як складової самопізнання; емоційна підтримка учасників.

Тривалість – 30-40 хв. *Час малювання* – 15-20 хв.

Хід вправи. Студенти об'єднуються в трійки та отримують пензлики та фарби. По черзі, кожен член трійки дає обидві свої руки двом іншим учасникам для малювання. Особа, на чий руках малюють, може, висловити свої побажання щодо малюнку, або може довіритись своїм одногрупникам. Головні умови виконання методики: 1) уся робота здійснюється мовчки; 2) малюнки мають бути приємні, добрі – як подарунки до свята.

Коли всі отримали свої «подарунки», викладач пропонує до обговорення наступні запитання: «Що ви відчували, коли ваші колеги малювали на ваших руках?», «Що ви відчували, коли самі малювали?», «Що вам сподобалось більше: дарувати малюнок чи отримувати його?», «Які емоції ви переживаєте зараз?».

Цю вправу доцільно використовувати наприкінці навчального заняття. Вона викликає сильні позитивні емоції в учасників.

За допомогою цієї вправи, людина отримує можливість пізнати свій рівень довіри до інших, схильність до контролю, готовність до несподіваного, співвідношення здатностей давати й отримувати.

Техніка «Колаж» [2; 3]

Мета: пізнання своїх індивідуальних особливостей.

Завдання: сприяння самопізнанню під час групової взаємодії; розвиток рефлексії; сприяння ефективній взаємодії.

Хід вправи. Теми для колажів можуть бути дуже різноманітними і визначатися провідною метою заняття. Так, колаж може бути використаний для активізації пізнавальної діяльності студентів і мати, переважно, навчально-методичне значення. Наприклад, під час викладання дисципліни «Диференційна психологія» ми використовували колаж з метою узагальнення і закріплення теоретичного матеріалу. Зокрема студентам були запропоновані такі завдання відповідно до теми заняття: зробити психологічний портрет різних типів темпераментів у формі колажу [9]; створити портрет-колаж ідеального психолога та ідеального вчителя; розробити і оформити у вигляді колажу рекомендації щодо розвитку пізнавальної сфери особистості.

Інший варіант – застосування колажу з метою активізації самопізнання і розвитку особистості. Такий колаж надає можливості для самодіагностики і самоусвідомлення особою своїх індивідуальних особливостей. Приклади тем колажів, спрямованих на самопізнання: «Мій стиль життя», «Хто я», «Який/а я», «Моя майбутня професія», «Я – психолог» [2] тощо.

Колаж може бути виконаний індивідуально і в групі. За умови виконання колажу групою, людина отримує можливість додатково пізнати специфіку своєї взаємодії з іншими, здатність наполягти на своєму, відстояти свої бажання, або, навпаки, поступитися, допомогти іншому, знайти компроміс, піти на співпрацю тощо.

Таким чином, колаж може бути використаний і з корекційно-розвивальною і з навчально-виховною метою.

Студенти зауважують, що техніка колажування допомагає їм краще зрозуміти та систематизувати матеріал, сприяє згуртуванню академічної групи, а також стимулює до самодослідження.

Крім напрацювань інших психологів, для фасилітації самопізнання у студентів ми використовуємо і наші авторські розробки:

«П'ять чуттів» – комплекс, спрямований на глибинне самопізнання та усвідомлення себе через роботу з відчуттями [6].

«Малювання дихання» – методика, яка спрямована на самопізнання через усвідомлення власного дихання [7];

«Двоє» – методика, спрямована на пізнання себе і своїх уявлень про близькі стосунки [8].

Наприкінці кожного практичного заняття та наприкінці навчального семестру ми проводимо обговорення проведеної роботи з нашими учнями. За відгуками студентів, завдяки методам арт-терапії вони дізналися багато нового про себе та своїх одногрупників, стали краще розуміти свої емоції, отримали практичні знання, збагатили свій професійний і особистий досвід.

Викладений матеріал дає можливість зробити такі **висновки**.

1. Використання арт-терапевтичних технік під час навчальних занять, зокрема колажу, сприяє тому, що студенти краще запам'ятовують і розуміють матеріал, навчаються рефлексувати свою поведінку в групі, замислюються над запитанням «Який/а я?».

2. Різні техніки і методики арт-терапії, як окремі елементи навчання, доцільно використовувати під час практичних занять з різних психологічних дисциплін, зокрема «Основи психокорекції», «Основи психотерапії», «Диференційна психологія», «Психологія особистості» та ін.

3. Аналіз праць інших фахівців та наш власний досвід показує, що арт-терапія ефективно стимулює цілісне та глибоке самопізнання студентів соціономічної сфер та сприяє їх професійному розвитку.

4. Арт-терапевтичні засоби стимулюють пізнавальну активність студентів у цілому, та пізнання себе, зокрема.

Перспективи подальших досліджень ми бачимо у більш ґрунтовному вивченні впливу арт-терапевтичних методів на самопізнання майбутніх і чинних фахівців соціономічної сфери. У наших подальших публікаціях ми також плануємо представити досвід використання арт-терапії під час викладання однойменної дисципліни.

Список використаних джерел

1. Дутчак У. Інтегрований спецкурс у змісті професійної підготовки студентів вищих мистецьких навч. закл. [Електронний ресурс] / У. Дутчак. – Режим доступу : <http://nauka.hnpu.edu.ua>.

2. Інжиєвська Л. А. Арт-терапевтичний тренінг: конспект лекцій та робочий зошит для самостійної роботи з дисципліни / автор-укладач Інжиєвська Л. А. – К. : ДВНЗ УМО, 2014. — 96 с.

3. Інжиєвська Л. А. Арт-технології в особистісно-професійному розвитку майбутніх психологів, які здобувають другу вищу освіту / Л. А. Інжиєвська // Актуальні проблеми психології. Зб. наук. пр. Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / [редкол.: С. Д. Максименко (гол. ред.) та ін.]. – К. : А.С.К., 2012. – С. 314–318.

4. Лебедева Л. Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании : Монография / Л. Д. Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2001. – 320 с.

5. Пов'якель Н. І. Арт-терапевтичні психотехнології у розвитку творчого потенціалу саморегуляції майбутнього психолога-практика / Н. І. Пов'якель // Простір арт-терапії : Зб. наук. пр. – Вип. 1 (3). – К.: ЦППО АПН України, 2008. – С. 57–66.

6. Подкоритова Л. О. Аналіз результатів апробації авторської методики «П'ять чуттів» / Л. О. Подкоритова // Простір арт-терапії : Зб. наук. праць / УМО НАПН України, ГО «Арт-терапевтична асоціація», 2012; Редкол.: Лушин П.В., Чуприков А.П. та ін. – К. : Золоті ворота, 2012. – Вип. 1 (12). – С. 94–106.

7. Подкоритова Л. О. Апробація методики «Малювання дихання» на студентах-психологах / Л. О. Подкоритова // Простір арт-терапії : Зб. наук. праць / УМО НАПН України, ГО «Арт-терапевтична асоціація», 2012; Редкол.: Лушин П.В., Чуприков А.П. та ін. – К. : Золоті ворота, 2012. – Вип. 1 (11). – С.79-91

8. Подкоритова Л. О. Дослідження особливостей близьких стосунків з протилежною статтю за допомогою проективної методики «Двоє» / Л. О. Подкоритова // Наук. журн. «Психологічні перспективи». Спец. вип. «Психологія професійної діяльності працівників соціальної сфери». – К. : Ін-т соц. і політ. психол. НАПН України, 2012. – С. 304-312.

9. Подкоритова Л. О. Використання методів арт-терапії з метою сприяння самопізнання студентів соціономічного профілю / Л. О. Подкоритова // Простір арт-терапії: мистецтво життя : мат-ли XII Міжнар. міждисциплінар. наук.-практ. конф-ції (м. Київ, 27-28 лют. 2015 р.) / За наук. ред. А.П.Чуприкова, Л.А.Найдьоновой, О.Л.Вознесенської, О.М.Скнар. – К. : Золоті ворота, 2015. – С. 51-54.

REFERENCE

1. Dutchak U. Intehrovanyy spetskurs u zmisti profesynoyi pidhotovky studentiv vyshchyykh mystets'kykh navchal'nykh zakladiv [Elektronnyy resurs] / U. Dutchak. – Rezhym dostupu : <http://nauka.hnpu.edu.ua/sites/default/files.html>

2. Inzhyyevs'ka L. A. Art-terapevtychnyy treninh: konspekt lektsiy ta robochyy zoshyt dlya samostiynoyi roboty z dystsypliny / avtor-uklad. Inzhyyevs'ka L. A. – K. : DVNZ UMO, 2014. — 96 s.
3. Inzhyyevs'ka L. A. Art-tekhnohohiyi v osobystisno-profesiynomu rozvytku maybutnikh psykholohiv, yaki zdobuvayut' druhu vyshchu osvitu / L. A. Inzhyyevs'ka // Aktual'ni problemy psykholohiyi. Zb. nauk. prats' Instytutu psykholohiyi im. H. S. Kostyuka NAPN Ukrayiny / [redkol.: S. D. Maksymenko (hol. red.) ta in.]. – K. : A.S.K., 2012. – S. 314–318.
4. Lebedeva L. D. Pedahohycheskye osnovy art-terapyu v obrazovanyu : Monohrafiya / L. D. Lebedeva. – SPb. : LOYRO, 2001. – 320 s.
5. Pov'yakel' N. I. Art-terapevtychni psyhotekhnolohiyi u rozvytku tvorchoho potentsialu samorehulyatsiyi maybutn'oho psykholoha-praktyka / N. I. Pov'yakel' // Prostir art-terapiyi : Zb. naukovykh prats'. – Vypusk 1 (3). –K.: TsIPPO APN Ukrayiny, 2008. – S. 57–66.
6. Podkorytova L. O. Analiz rezul'tativ aprobatsiyi avtors'koyi metodyky «P'yat' chuttiv» / L. O. Podkorytova // Prostir art-terapiyi : Zb. nauk. prats' / UMO NAPN Ukrayiny, HO «Art-terapevtychna asotsiatsiya», 2012; Redkol.: Lushyn P.V., Chuprykov A.P. ta in. – K. : Zoloti vorota, 2012. – Vyp. 1 (12). – S. 94–106.
7. Podkorytova L. O. Aprobatsiya metodyky «Malyuvannya dykhannya» na studentakh-psykholohakh / L. O. Podkorytova // Prostir art-terapiyi : Zb. nauk. prats' / UMO NAPN Ukrayiny, HO «Art-terapevtychna asotsiatsiya», 2012; Redkol.: Lushyn P.V., Chuprykov A.P. ta in. – K. : Zoloti vorota, 2012. – Vyp. 1 (11). – S.79-91
8. Podkorytova L. O. Doslidzhennya osoblyvostey blyz'kykh stosunkiv z protylezhnoyu stattyu za dopomohoyu proektyvnoyi metodyky «Dvoye» / L. O. Podkorytova // Nauk. zhurn. «Psykholohichni perspektyvy». Spets. vyp. «Psykholohiya profesiynoyi diyal'nosti pratsivnykiv sotsial'noyi sfery». – K. : In-t sotsial. i politychnoyi psykholohiyi NAPN Ukrayiny, 2012. – S. 304-312.
9. Podkorytova L. O. Vykorystannya metodiv art-terapiyi z metoyu spryannya samopiznannya studentiv sotsionomichnoho profilyu / L. O. Podkorytova // Prostir art-terapiyi: mystetstvo zhyttya : mat-ly XII Mizhnar. mizhdystsyplinar. nauk.-prakt. konf-tsiyi (m. Kyiv, 27-28 lyutoho 2015 r.) / Za nauk. red. A.P.Chuprykova, L.A.Nayd'onovoyi, O.L.Voznesens'koyi, O.M.Sknar. – K. : Zoloti vorota, 2015. - S. 51-54.

Использование арт-терапии для самопознания студентов соционимической сферы

Подкорытова Лариса Александровна, кандидат психологических наук, доцент.

В статье описаны возможности фасилитации самопознания студентов с помощью средств арт-терапии. В частности, представлен обзор научных трудов, в которых исследуют применение арт-терапии в сфере образования с целью профессионального развития и самопознания будущих специалистов соционимической сферы (на выборках будущих педагогов и психологов). Представлен собственный опыт использования арт-терапевтических методов в практике преподавания для активизации познавательной и самопознавательной деятельности студентов – будущих психологов и социальных педагогов – в контексте таких дисциплин: «Основы психокоррекции с практикумом», «Дифференциальная психология». Дано короткое описание авторских методик, направленных на фасилитацию самопознания личности.

Ключевые слова: самопознание, арт-терапия, студенты, психологи, социальные педагоги, коллаж, рисование.

Podkorytova L. O. The application of art-therapy for self-knowledge of socionomic sphere students

The possibilities of facilitation of students' self-knowledge by art-therapy tools are described in the article. Here is presented the review of scientific works about investigations of application of art-therapy in the education for professional development and self-knowledge of future socionomic spheres specialists (the sample of future teachers and psychologists).

We present our own experience of using of art-therapy methods in teaching practice for activation of cognitive and self-knowledge activity of students during such disciplines: "Bases of psycho-correction and practical training session", "Differential psychology". The short describing of our authorial methodologies sent to facilitation of self-knowledges of personality is given too.

The expounded material gives an opportunity to draw some conclusions.

The use of art-therapy methods, in particular collage, during the lessons helps students memorize and understand material better. They study to develop reflection of their-selves behavior in a group. Students try to answer the question "What am I? ".

It is reasonable to use some technicians of art-therapy as separate elements of studies during different psychological disciplines: "Bases of psycho-correction", "Bases of psychotherapy", "Differential psychology", "Psychology of personality" etc.

The analysis of other scientists' researches and our own experience of the use of art-therapy facilities show that art-therapy effectively stimulates integral and deep self-knowledge of students of socioeconomic spheres and promotes them to professional development.

Art-therapy facilities stimulate knowledge activity of students on the whole, and self-knowledge, in particular.

Key words. Art-therapy, self-knowledge, students, psychologies, social pedagogues, collage, painting.

УДК 616.83-008.615-02-051-07

ФЕОХРОМОЦИТОМНА ДИСФУНКЦІЯ ТА ЇЇ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ІЗ ПСИХОЛОГІЧНИМ ЗМІСТОМ АДАПТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ

Поладко Г.О.

науковий кореспондент

Інституту психології

імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ)

У статті обґрунтовується необхідність цінність здоров'я людини та відповідно, лікувально-діагностичного процесу у роботі із хворими на феохромоцитомну дисфункцію. Зокрема, увага акцентується на впливі психологічного компоненту на лікувальний процес. Так, усвідомлення пацієнтом власного діагнозу призводить до сильного стресу й без терплячого та тактовного ставлення лікаря процес лікування буде не ефективним. Відмічається також значимість активної позиції пацієнта для процесу вилікування в цілому.

Ключові слова: адаптація, взаємодія, дезадаптація, дисфункції організму, феохромоцитомна дисфункція.

Мета: розкрити медико-психологічну суть діагнозу «феохромоцитомна дисфункція» та його взаємозв'язку із психологічним змістом адаптації.

Матеріали і методи: матеріал, який лежить в основі статті зібрано у процесі аналізу, синтезу, порівняння, систематизації й узагальнення науково-методичної літератури.

Результати: проведення теоретичного дослідження дало нам можливість охрестити коло проблем із якими зустрічаються хворі із діагнозом «феохромоцитомна дисфункція» та психологічний зміст їх адаптації.

Актуальність дослідження. Сучасне суспільство потребує від його членів достатньо швидкого і легкого реагування й адаптування до мінливих умов життя і діяльності, а також вміння ставити і самостійно вирішувати різні задачі, продукувати нові ідеї, прагнути до самовдосконалення, зокрема у галузі здоров'я.

Стан здоров'я людей – один з головних показників соціально-економічного розвитку суспільства. В існуючих соціально-економічних умовах стан здоров'я залишається однією з найгостріших медико-соціальних проблем. Серед причин, що призводять до порушення здоров'я, важливу роль набувають особливості дисфункцій організму, зокрема, ті, які потребують тривалого лікування, як у випадку феохромоцитоми.

У загальному вигляді феохромоцитома є пухлиною з хромафінних клітин, продукуючого катехоламіни, - надниркова парагангліома. За результатами між клінічних аутопсійних даних, на 100 тис. досліджень феохромоцитома виявляється в 20-150 випадках (в середньому 50). За зведеними даними літератури, у 30-70% випадках діагноз феохромоцитоми ставиться посмертно.

Феохромоцитома зустрічається в середньому у 1 з 10 тис. осіб. Серед людей, які