

handbook of arts and cultural management / ed. by Y.Jung, N.Vakharia, M.Vecco, Oxford: Oxford university press, 2024. – P.59-76.

10. Rosewall, Ellen. Arts management: uniting arts and audiences in the 21<sup>st</sup> century, Oxford: Oxford University Press, 2014, 331 p.

11. Taubman, Joseph. Performing arts management and administration // Performing Arts Review, 1969, Vol 1, №1, P. 31-50

12. Wry, Brann J. Administration and the Arts // Design for Arts in Education, 1983, Vol. 84, issue 5, P. 33-35

13. Wyszomirski, Margaret. Arts and Culture // The State of Nonprofit America / ed. by L.M. Salamon, Washington: Brookings Institution Press, 2002, p. 187

14. Verdi, Laura. Arts management beyond eventification // Przestrzeń społeczna, 2015, №2, P.1-19.

15. Оленіна О.Ю. Арт-менеджмент у соціально-культурній динаміці: навч. посібник, Харків: ХНУМГ ім. О.Бекетова, 2021. 88 с.

## **АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ІННОВАЦІЙНИХ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ОСОБИСТОСТІ**

*Косяк І.В., кандидат педагогічних наук, доцент*

*Олійник Д.В., здобувач освіти другого рівня вищої освіти*

*Задніпрянець А.В., здобувач освіти другого рівня вищої освіти*

*Київський національний університет технологій та дизайну*

*Ключові слова:* арттерапія, ізотерапія, піскова терапія, танцювальна терапія, казкотерапія, мандалотерапія, глинотерапія.

Українське суспільство останні шість років перебуває в стані хронічного стресу: спочатку COVID-19, потім повномасштабна війна, оголошений воєнний стан, тривоги, страх, невизначеність до майбутнього... Все це підштовхує людину міркувати про ті цінності, які є найбільш пріоритетними: її життя та здоров'я. Всесвітня організація охорони здоров'я включає до дефініції «здоров'я» чотири складові: фізичну, психоемоційну, соціальну та духовну. Саме тому перед українцями, стоїть надважливе завдання: навіть у важких ситуаціях вміти допомогти собі й тому, хто поряд, зберегти не тільки фізичне, а й ментальне здоров'я людини.

Тож у таких складних умовах особливо актуальним є застосування інноваційних психолого-педагогічних технологій, зокрема арттерапії, яка дозволяє м'яко й ефективно впливати на емоційний стан, знижувати рівень тривоги, страху, агресії та сприяти стабілізації особистості.

Поняття «арттерапія» має декілька тлумачень. У «Психотерапевтичній енциклопедії» ця дефініція представлена насамперед як догляд емоційних почуттів та психологічного здоров'я особистості, як «використання мистецтва в якості терапевтичного чинника». Саме

арттерапія є простим і ефективним способом медико-психологічної допомоги, заснованим на творчості та грі, що має широкий діапазон вікового застосування (від дітей до людей похилого віку) [5, с. 7].

Історично в арттерапії з медично-психологічного спрямування сформувалися два основні напрями: психодинамічний, теоретичною основою якого став психоаналітичний підхід, та гуманістичний, що базується на терапевтичному впливі вираження внутрішнього світу людини творчими засобами.

Засади психодинамічного підходу в арттерапії закладено в працях американської психологині ХХ століття М. Наумбург, де наголошено на техніці, що дозволяє людині виражати свої внутрішньопсихічні конфлікти у візуальній формі і поступово приходити до їх усвідомлення і вербалізації [3]. Гуманістичний напрям в арттерапії пізніше почали розробляти Е. Крамер та її послідовниця Н Роджерс, що розвинули гілку арттерапії, яка отримала назву людиноцентрована терапія на основі експресивних мистецтв (також, експресивна терапія), в якій наголошується на співучасті психолога у творчому процесі і наданні психологічної допомоги клієнту в досягненні інсайту щодо психологічного змісту роботи. Н. Роджерс переконана в тому, що у всіх людей є внутрішня потенція до глибокої і конструктивної творчості.

Поділяємо думку Карла Густава Юнга, що саме творчість є одним із основних елементів терапії. Він вважав, що символи, які походять від нашого «Его», забезпечують і допомагають у процесі загоєння наших власних емоційних ран і самопізнання [7].

За вищевикладеним зробимо висновок, що арттерапія - це метод психотерапії, що базується на творчих процесах, зокрема на малюванні, ліпленні, музиці, танці, читанні книжок, роботі з фотографіями тощо. Ці та інші форми мистецтва є засобом для висловлення емоцій, розв'язання внутрішніх конфліктів, зцілення і покращення якості життя. Арттерапія успішно використовується сучасними психологами та може бути дійсно доволі дієвою, адже дозволяє зануритися у підсвідоме та переосмислити внутрішні конфлікти, тривогу чи страхи.

Проте арттерапія - це не лише метод медично-психологічної допомоги. У всьому світі арттерапія поступово інтегрується в систему освіти і стає обов'язковою частиною соціальних заходів реабілітаційного характеру. Арттерапія, а саме її педагогічний напрям, є саме тією методологічною базою, яка поєднує як досягнення сучасної науки, так і особливості мистецтва, інтелект людини, її почуття, рефлексію та діяльність. За допомогою неї можна вирішити як виховні та психокорекційні завдання, так і розвинути саме творче ставлення до навчання, спілкування та взаємодії з іншими людьми. Систематичне використання арттерапії в освітньому процесі сприяє формуванню нової культури взаємодії педагога й здобувача освіти, де творчість стає засобом пізнання себе та світу.

I. Зязюн в арттерапії убаचाє «динамічну систему взаємодії між учнем (дитиною, студентом, дорослим), продуктом його художньої творчої діяльності й педагогом (арттерапевтом) у так званому «фасилітаційному» арттерапевтичному просторі для реалізації найважливіших функцій освіти: психотерапевтичної, корекційної, діагностичної, розвивальної, виховної, психопрофілактичної, реабілітаційної т. ін.» [4].

Взаємини здобувача освіти та педагога опосередковані арттерапією (малюнком, імпровізаційною історією чи казкою, танцем і т. п.).

У руслі нашого дослідження розглянемо техніки арттерапії:

Малюнкова терапія (ізотерапія), як арттерапевтичний метод, являє собою творче, спонтанне чи тематичне малювання. Вона дає людині голос - через образ. Усе, що сховано у внутрішньому світі дитини/дорослого: емоції, почуття, переживання, думки за допомогою ліній, форм, кольору, – переноситься на аркуш паперу. Така техніка розв'язує й лікує низку проблем: низька самооцінка; поведінкові проблеми; хронічні стреси; скутість; проблеми в спілкуванні.

Мандалотерапія - це вид ізотерапії, що базується на створенні, розфарбовуванні або спогляданні мандали - симетричного кругового символу, який відображає цілісність, гармонію й внутрішній порядок. У психології мандалу активно досліджував Карл Юнг, вважаючи її «психографом душі» - способом прояву несвідомого, який допомагає людині наблизитися до внутрішньої гармонії. Він порівнював мандалу з краплею людської крові, живою клітиною, аналізуючи яку, можна сказати, у якому стані перебуває людина та її емоційна сфера, тому кожен малюнок – це автопортрет особистості, яка зображає свій внутрішній світ через символи, кольори та форми [5, с. 38].

Юнг наголошував на важливості використання персональних та універсальних символів. Він вважав, що людина, спираючись на «трансцендентні» властивості символів і власний творчий потенціал, здатна досягти гармонії, і що символічні образи несуть у собі засоби вирішення внутрішньопсихічних конфліктів.

Піскова терапія - вид арттерапії, що пов'язаний із використання природних матеріалів: води, піску, камінців, ракушок, рослин. Вона передбачає глибинну роботу з почуттями і переживаннями клієнта, дає можливість осмислити і змоделювати стратегії поведінки та відпрацювати витіснені емоції, переживання.

Танцювальна терапія – усвідомлений і тілесний досвід, який поглиблює самосвідомість через розкриття емоційної системи правої півкулі головного мозку. Рухи під час танцю допомагають виявити конфлікт і напруження; розвивають творчу уяву, комунікативність (чути та слухати інших), креативність.

Глинотерапія – являє собою напрямок арттерапії, який передбачає роботу з пластичними матеріалами (глиною). Психокорекційний потенціал роботи з глиною спрямований на розвиток емоційного інтелекту клієнта,

формування нових переживань, подолання травматичного досвіду та усвідомлення власних емоційних станів.

Казкотерапія – це метод, який використовує метафору для створення зв'язків між казковими подіями і поведінкою у реальному житті. Цей вид арттерапії, заснований на використанні казок як інструменту психологічного впливу, пізнання, самовираження і внутрішньої трансформації. Казка виступає у ролі символічного посередника між зовнішнім і внутрішнім світом людини, допомагаючи м'яко опрацювати складні емоції, конфлікти, травматичний досвід [6].

Колажування, як арттерапевтична техніка, є створенням зображень шляхом застосування фотографій, вирізок із газет і журналів, тканин, кольорового паперу, а також дерева, дроту, мотузок тощо.

Основними цілями виконання колажу є: вирішення внутріособистісних та міжособистісних проблем; прояв творчих здібностей, оригінальності та унікальності; вираження почуттів та думок через візуальні образи, картинки; вихід негативних емоцій; побудова планів та робота з мотиваційною сферою; усвідомлення патернів поведінки, соціальних ролей та установок; планування образу майбутнього; структурування і визначення пріоритетів власного життя; впорядкування чуттєвого досвіду індивіда [2].

Метафоричні асоціативні карти – це проєктивний, діагностичний та терапевтичний інструмент психологічної роботи, який застосовується в рамках арттерапевтичного підходу. В його основі лежить використання метафоричних зображень і текстів, які клієнт здатен наповнювати особистим змістом та успішно працювати з усвідомленням та трансформацією цього змісту. Метафоричні карти допомагають зрозуміти запит клієнта, його актуальні та значимі переживання, прослідкувати потреби, діагностувати конфліктну ситуацію та змодельовати її [1].

Музикотерапія – психологічна практика застосування мелодій та звуків для покращення психофізичного стану людини та відновлення емоційної рівноваги. Офіційним методом лікування музикотерапія визнана з 2003 р. Музика як форма невербального спілкування діє глибоко та м'яко, активуючи підсвідомість, емоції, спогади й тілесні реакції.

Музику, як потужний лікувальний засіб впливу на психофізичний стан людини, ще віддавна використовували лікарі Стародавнього Риму та Єгипту. А лікарі Стародавнього Китаю навіть створювали так звані «музичні рецепти» та були переконані в цілющих властивостях звуків у лікуванні тілесних та душевних недуг.

Висновки. За результатами дослідження встановлено, що взаємозв'язок арттерапевтичних практик та педагогічної діяльності спрямований на допомогу особистості долати повсякденні життєві потреби (поведінкові проблеми, хронічні стреси, самотність, спілкування, вияв емоцій), застосовуючи аналіз, перетворення повсякденних поведінкових і діяльнісних моделей, корегувати їх за необхідності. Мистецькі арттерапевтичні практики, з одного боку, слугують джерелом нових

позитивних переживань особистості, народжує креативні потреби, способи їх задоволення в певному вигляді, з іншого боку є одним із видів пошукової, дослідницької активності людини, що спрямована на зміну ситуації або суб'єкта, зміну ставлення до цієї ситуації за відсутності, наприклад, прогнозування результатів. Тобто здобувачі освіти можуть поряд із психологічною підтримкою формувати здібності до пошукової роботи, що матиме позитивний результат для їх професійної компетентності.

#### *Список використаних джерел*

1. Бородулькина Т. А. Досвід використання метафоричних асоціативних карт у викладанні психологічних дисциплін // Науковий часопис. НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: зб. наукових праць. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. №43 (67). С. 59–68

2. Вознесенська О. Л., Мова Л. В. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті. К.: Шк. Світ, 2007. 120 с.

3. Ільченко І. С. Арт-терапія: навчальний посібник для студентів. - Умань: Видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2013. - 150 с.

4. Зязюн І. А. Педагогічна арт-терапія як естетична fascinaція. Педагогічна освіта і освіта дорослих: європейський вимір: зб. наук. праць / за ред. І. А. Зязюна, Н. Г. Ничкало. Київ: Хмельницький, 2008. С. 17–25.

5. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232 с.

6. Колпакчи О. Арт-терапія: курс лекцій. К.: Центр учбової літератури, 2018. 288 с.

7. <https://barn.prosto.cx.ua/maysternist/shho-karl-yung-govoriv-promistectvo.html>

## **МЕТОДИКИ ОРГАНІЗАЦІЙНО-ВИХОВНОЇ РОБОТИ ТЬЮТОРІВ**

*Кириченко Р.В., кандидат психологічних наук, доцент*

*Косяк І.В., кандидат педагогічних наук, доцент*

*Білоцька Д.В., здобувач першого рівня вищої освіти*

*Київський національний університет технологій та дизайну*

*Ключові слова:* організаційна робота, виховна робота, методики організаційно-виховної роботи, тьютор, наставник

Організаційно-виховна робота є невід'ємною складовою освітнього процесу, спрямованою на формування гармонійно розвиненої особистості, громадянина з активною життєвою позицією, що важливо у сьогоднішніх реаліях. Ця робота охоплює широкий спектр заходів, які мають на меті не лише передати знання, а й виховати моральні якості, розвинути соціальні навички, підтримати інтереси та потреби студентства.