



**УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА
ФАКУЛЬТЕТ СПЕЦІАЛЬНОЇ ТА ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ
КАФЕДРА СПЕЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА МЕДИЦИНИ**

**ГС «НАЦІОНАЛЬНА ПСИХОЛОГІЧНА АСОЦІАЦІЯ»
ДИВІЗІОН «ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я»**

МАТЕРІАЛИ

**І ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-
ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**«ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В
УМОВАХ СУЧАСНОЇ ПЕРМАКРИЗИ»**

23 квітня 2024 року, м. Київ

Київ – 2024

УДК 159.98(063)

Редакційна колегія: Маркусь І., к. пед. н., доцент
Палій В., к. психол. н.
Руденко Л., д.психол.н., професор
Найдьонова Г., к. психол. н., доцент
Афузова Г., к. психол. н., доцент

П 86 Психологічна допомога в умовах сучасної пермакризи:
матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції
(м. Київ, 23 квітня 2024 р.). Київ, 2024. 60 с.

Збірник містить тези та інші матеріали учасників I Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологічна допомога в умовах сучасної пермакризи» з питань сучасного стану психологічної допомоги в Україні різним категоріям вразливих верств населення та технологій психологічної допомоги особистості у складних життєвих ситуаціях.

Матеріали подаються в авторській редакції. Редакційна колегія не несе відповідальність за висвітлений матеріал (його точність, правдивість та оригінальність).

Тетяна Мазурець,
здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,
факультету спеціальної та інклюзивної освіти
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова,
м. Київ, Україна

Тетяна Осадча,
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри спеціальної психології та медицини
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова,
м. Київ, Україна

АРТТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКІВ

У сучасному розвитку практики психологічної корекції акцент робиться на використанні творчих інтервенцій для розв'язання проблем девіантної поведінки у підлітків. Арттерапія виявляється важливим і ефективним методом психологічної корекції, спрямованим на розвиток та стабілізацію емоційного стану підлітків з девіантною поведінкою. Цей підхід, базований на використанні різних мистецьких форм і технік, відкриває нові можливості для взаємодії з підлітками, допомагаючи їм виявити, розкрити та ефективно використовувати свої внутрішні ресурси. У цьому контексті арттерапія стає не лише інструментом корекції девіантної поведінки, але і можливістю для особистісного зростання, покращення міжособистісних відносин та збалансованого розвитку підлітка.

Відповідно, одним із найбільш дієвих для врегулювання конфліктності та агресивності поведінки підлітків є арттерапія. Художня зображувальна діяльність сприяє заспокоєнню, відпрацюванню поведінкових реакцій, допомагає усвідомити цінність гармонійного спілкування з оточуючими, формує внутрішню гармонію підлітків. Вчені приділяють значну увагу аналізу девіантної поведінки серед молоді та розробці новаторських підходів до її запобігання та корекції.

О. Сорока визначає арттерапію, як: «...одну з інноваційних гуманістичних систем, що розвиває новий напрям у дослідженнях – терапевтичний» [5, с. 141].

Ю. Лановенко констатує, що: «арттерапія є саме тією методологічною базою, що об'єднує досягнення наукової думки та навички мистецтва, інтелект людини та її почуття, рефлексію та діяльність. За допомогою арттерапії можливо здійснювати як

виховні, так і психокорекційні завдання, розвивати власне творче ставлення до дійсності – до навчання...» [3, с. 137].

В. Іванова, влучно запевняє, що: «Арттерапія є незамінним інструментом для дослідження і гармонізації тих сторін внутрішнього світу людини, для виразу яких слова мало придатні» [1, с. 45].

Корекційно-розвивальний ефект використання арттерапевтичних технік у площині психолого-педагогічного супроводу соціалізації особистості не викликає сумнівів.

Особливо доречним є використання технік арттерапії як засобу невербального спілкування у роботі із підлітками, які, в силу онтогенетичних особливостей періоду дорослішання, не завжди можуть осмислити і означити словом власні потреби, переживання, мрії. Арттерапевтична робота сприяє прориву комплексів у свідомість і переживанню супутніх їм негативних емоцій. Це є особливо актуальним у комплексі психолого-педагогічного супроводу підлітків із проявами девіантної поведінки, які не готові до відкритого проговорювання емоційних станів із дорослими.

Як зазначає К. Саранчук, використання технік арттерапії (малювання, плямотерапії та ін.) у системі психолого-педагогічного супроводу досить перспективною умовою організації навчально-виховного процесу на засадах паритетного діалогу [4, с. 309].

У дослідженні науковців зазначається, що сама культура терапевтичного малювання сприяє створенню особливих умов, які відрізняються від звичайного життя зростаючої особистості, в яких певним чином проявляється її індивідуальність. У ході цього процесу підліток отримує позитивний досвід соціальної взаємодії. Діти навчаються цінних умінь: слухати та розуміти інших, співчувати і співпереживати.

Велику роль відіграє арттерапія у корекції девіантної поведінки у важких підлітків. Основними цілями арттерапії у даному випадку виступають:

- через терапевтичний підхід сприяти виходу агресивності та інших негативних почуттів у підлітків;
- розрядження напруги через роботу з малюнками, картинами, скульптурами. Через зорові образи підліткам легше висловити неусвідомлювані внутрішні конфлікти та переживання, які часто важко окреслити в процесі вербальності. Для невербального спілкування притаманне уникнення «цензури» свідомості;
- отримання матеріалу, щоб інтерпретувати та робити діагностичні висновки. Тут акцент робиться не те, що твори

мистецтва є вічними і підліткам важко буде заперечити факт їх існування. Аналізуючи зміст та стиль художніх робіт можна отримати інформацію про реципієнта;

- опрацювання думки та пригнічених почуттів підлітка. Тому в цьому випадку невербальні засоби допомагають виразити та прояснити їхні сильні переживання та переконання;

- налагодження стосунків між психологом і підлітком. Коли в процесі художньої діяльності задіяна і дитина та психолог, то створюються умови для емпатії та взаємного прийняття;

- розвиток почуття внутрішнього контролю тощо [5, с. 145].

Сучасна арттерапія, що розглядається як засіб корекції девіантної поведінки, має кілька видів, серед яких варто виділити:

- музичну терапію, яка ґрунтується на лікувальних впливах музики на психологічний стан підлітка;

- драматерапію, коли підлітки мають можливість повторювати свої дії через театралізацію;

- образотворчу терапію, коли корекція відбувається через образотворчу діяльність;

- бібліотерапію, коли основну терапію відіграють книги та читання, які викликають позитивні емоції;

- пісочну терапію, яка дає особливу глибину і тактильність;;

- фототерапію, яка полягає в використанні фотоматеріалів та слайдів у роботі тощо [2, с. 93].

Відтак, основна ідея арттерапії полягає в тому, що вона використовує різноманітні види мистецтва, а різнобічні техніки в цьому випадку майже необмежені. Основний критерій не полягає у вправності виконання завдання, а в тому, які відчуття виникають у підлітка під час художньої діяльності і які нові емоції це викликає. Головне, щоб підліток відчував задоволення і радість від процесу, оскільки це визначає успішність його занять.

Отже, девіантний підліток, займаючись творчістю, рухається в напрямку власного розвитку, розкриваючи свої творчі потенції, які можуть виявитися корисними у вирішенні кризових ситуацій. Будьяка форма мистецтва та творчий процес можуть покращити адаптаційні здатності особистості, звільняючи її розум від негативних емоцій. Отриманий досвід впливає на психіку людини, роблячи її більш врівноваженою.

Список використаних джерел

1. Іванова В. Л. Арт-терапія: проблеми становлення і розвитку. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили. Серія: Педагогіка.* 2009. Т. 108. Вип. 95. С. 43-46.

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

3. Лановенко Ю. Типологія адаптаційного подолання кризи підліткового віку. *Соціальна психологія*. 2004. № 6. С. 137-145.

4. Саранчук К. С. Корекція девіантної поведінки дітей засобами арт-терапії. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. № 6. С. 307-309.

5. Сорока О. В. Характеристика музикотерапії як допоміжної арттерапевтичної технології для роботи з молодшими школярами. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя*. Серія: Психолого-педагогічні науки. 2012. № 5. С. 141-146.

Ганна Кошелюк,

здобувачка другого рівня вищої освіти
кафедри спеціальної психології та медицини
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова,
м. Київ, Україна

Зоя Огороднійчук,

кандидат психологічних наук, професор,
професор кафедри спеціальної психології та медицини
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова,
м. Київ, Україна

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ У ЛЮДЕЙ ДОРΟΣЛОГО ВІКУ

У сучасному світі, де стрес та емоційні переживання стають неодмінною складовою життя, психосоматичні розлади набувають все більшої актуальності.

Вивчення психологічних аспектів психосоматичних розладів у людей дорослого віку дозволить не лише краще зрозуміти їх виникнення та розвиток, але й розробити більш ефективні методи їх профілактики та лікування. Зарубіжні дослідники, такі як Сигмунд Фройд, Вільгельм Райх, та Джон Сарно, внесли значний вклад у вивчення психосоматичних розладів та їх зв'язок з психічним станом. Роботи цих вчених стали основою для розуміння та теоретичного підґрунтя подальших досліджень у цій області.

Українські психологи також активно досліджують проблематику психосоматичних розладів у людей дорослого віку.